

En ese momento, simplemente tengan un pensamiento:
"Lo que sea que soy, como sea que soy, yo Te pertenezco a Ti".
BapDada

CURSO AVANZADO PRIMERA PARTE

AMRIT VELA

BK Atam Prakash, Madhuban

- * Los que han experimentado la verdad de esas horas saben muy bien la importancia de las horas del néctar
- * Uno debe prestar atención a uno mismo antes de dormir en la noche
- * Digan "Buenos Días" a Shiv Baba
- * Las tres o cuatro horas antes de las 7:00 u 8:00 de la mañana son para nuestro progreso espiritual
- * Esta edad, la Edad de la Confluencia, es como el Amrit Vela del mundo
- * Experimenten usar los títulos que Baba nos da

COMO TENER UNA COMUNICACION EXITOSA

"Amrit Vela shudhha pavan hai; mere ladle jaago" significa: "Amrit Vela, las horas del néctar, son las horas de las vibraciones más puras; despierten queridos". Cuando estas palabras, dichas por Dios con amor, despiertan al alma de un profundo sueño, la mente se pierde en el Bien Amado. "Vashudha ke iss achalame, Shiv swagat aaj tumhare" (Shiva, hoy Tú eres bienvenido en los brazos de Tu amante).

Cuan única es esta vida, cuando al momento de abrir tus ojos ves el Padre Supremo, y tienes una experiencia que simplemente no puede ser descrita en palabras. Primero es la llegada de la Edad de la Confluencia, después la venida de Dios, y después el encuentro único de los almas con el Supremo. El tiempo del encuentro, o las horas del néctar, da tanta felicidad y dicha. Los que han experimentado la verdad de esas horas saben muy bien la importancia de las horas del néctar. Las horas del néctar de la Edad de la Confluencia es el momento para volverse inmortal al beber el néctar. Hay tantos tesoros ocultos en esas horas y nosotros tenemos las llaves de esos tesoros.

EL SOLO DESPERTAR NO ES RECLAMAR LA FORTUNA

No hay duda que aquellos quienes aman la meditación despertarán durante esas horas valiosas. De acuerdo a las instrucciones de Shiv Baba, las horas entre 2 y 5 de la mañana son las horas más auspiciosas de Brahma. Algunos hacedores de esfuerzos despiertan a las 2:00, algunos a las 3:00 y otros a las 4:00 de la mañana. Pero el sólo despertar no es reclamar la fortuna. Usen ese tiempo de una manera más beneficiosa, déle la importancia que merece. Baba dice que el no darle la verdadera importancia a Amrit Vela es la debilidad más grande.

COMO USAR LAS HORAS DE AMRIT VELA

Todos hemos experimentado que cuando nos despertamos, la mente es atraída por los pensamientos del día anterior, lo cual nos aleja de la felicidad de Amrit Vela. Por lo tanto, uno debería prestar atención a uno mismo antes de dormir en la noche. Si nos quedamos dormidos mientras estamos hablando, escuchando la radio o leyendo el periódico, entonces no podremos tomar todos los beneficios de Amrit Vela. Así, sólo meditar por tres minutos antes de dormir no es suficiente; ésto es simplemente una rutina. Antes de ir a dormir nosotros practicamos la determinación de estar en el estado poderoso de yoga por media hora o 20 minutos por lo menos. En ese momento tenemos la determinación de estar en el estado de intoxicación en que queremos estar la mañana siguiente. Nos volvemos poderosos para Amrit Vela. El primer pensamiento cuando abrimos nuestros ojos: Tan pronto como abrimos nuestros ojos experimentaremos que yo, el alma, he descendido a este cuerpo. Al practicar ésto, podemos experimentar el desapego con el cuerpo, lo cual se vuelve la base firme del estado elevado; y con ésto podemos permanecer en la intoxicación Divina con la cual nos quedaríamos dormidos la noche anterior. Con pensamientos como: "¿De Quién soy hijo?" y "¿Cuán afortunado soy?" digan "buenos días" a Shiv Baba. Al practicar ésto, los pensamientos inútiles se terminarán y con el estado de felicidad de Amrit Vela encontrarán al Bien Amado y serán capaces de tener una dulce conversación con El. Después de ésto, cuando se estén arreglando, piensen en el cuerpo como si fuera el templo de un alma divina viviente. Por ejemplo, mientras se lavan los dientes, "Yo, el alma, estoy limpiando las puertas de este templo". Así como en el principio Brahma Baba practicaba con, "Yo soy un simple niño y Shiv Baba me está dando un baño; El me está dando una ducha". Esta dulce conversación nos vuelve tan llenos de felicidad.

LAS HORAS PARA EXPERIMENTAR EL DULCE HOGAR SILENCIOSO

En estas horas el alma fácilmente puede estar en su Hogar, el mundo incorporeal, y experimentar el dulce silencio del Hogar Silencioso. La razón de ésto es que en esas horas los elementos son puros y los seres humanos están pacíficos, hasta las mentes de los yoguis están llenas de paz. En estas horas propicias, podemos concentrar el intelecto en el Padre Supremo, el punto de luz en el mundo incorporeal; o sea, para practicar el estado más poderoso - el Estado de Semilla. Mientras permanecemos en este estado, debemos:

1. Esparcir las vibraciones de los buenos deseos.
2. Esparcir las vibraciones de paz y pureza.
3. Conversar con otras almas.
4. Dar el mensaje Divino a las almas.
5. Invocar a las otras almas.
6. Dar el poder sutil Divino a las almas débiles. Hacer servicio con el vehículo del cuerpo sutil, el poder de los pensamientos.

EN LAS HORAS DEL NECTAR LLENENSE CON NECTAR

Las horas del néctar sólo son las horas del néctar si nos llenamos de Néctar. Estas horas son la base del día entero; debilidad en estas horas los hará débiles a lo largo del día. Por lo tanto, nos volvemos completos con buenos pensamientos para todos o al girar el Ciclo de autorealización. Al hacer ésto, soy capaz de adquirir mucho poder en la vida. Brahma Baba especialmente solía revolver el conocimiento entre las 2 y 6 de la mañana. El solía decir "Estoy preparando comida fresca para los hijos". Al revolver, el alma puede tener la autoridad del conocimiento y la vida no parece vacía. Al revolver las versiones de Dios, uno se torna elevado y da interés a nuestra mente. Afirmamos que las tres o cuatro horas hasta las 7:00 u 8:00 de la mañana son para nuestro progreso espiritual. No le damos lugar a los pensamientos relacionados con las tareas diarias. Si utilizamos estas tres o cuatro horas de una manera exitosa, entonces tendremos muchas experiencias divinas en la vida Divina.

POR QUE ESTAS HORAS SON TAN BENEFICIOSAS

Shiv Baba ha hablado muchas veces acerca de la importancia de estas horas supremamente beneficiosas. Dios ha dicho que estas son las horas cuando uno puede satisfacer cualquier deseo. Al mantener la atención puesta sobre la importancia de estas horas, tomamos todos los beneficios de ellas. Estas son las horas cuando Dios abre todos los tesoros para Sus hijos y entonces uno puede tomar de El tanto poder, bendiciones, virtudes o joyas como desea tomar. Todo lo que uno tiene que hacer es ir y sentarse al lado del Padre Supremo, y entonces todo será tuyo. El Padre da la solución a cualquier problema en ese momento, pero si estás dormido o eres descuidado, ¿cómo podrá darte la solución? Puedes experimentar cualquier relación con el Padre en ese momento. Dios como tu Amigo es el "Inocente" quien da todo fácilmente. En esas horas el Padre mismo quiere encontrarse con los hijos.

RAZONES PARA NO TENER UN AMRIT VELA EXITOSO

Esta edad, la Edad de la Confluencia, es como el Amrit Vela del mundo. Es el amanecer de la nueva era, cuando podemos lograr felicidad, Silencio Supremo, y otros logros espirituales. Si permanecemos dormidos durante este tiempo elevado, no hay duda que permaneceremos vacíos de logros. Y si nos despertamos y nos sentamos a meditar por media hora como rutina, entonces estaremos contentos.

Si en este tiempo no acumulan felicidad, entonces a lo largo del día experimentarán una falta de felicidad. La mente no estará contenta. La vida de un hacedor de esfuerzos estará lleno de quejas, que aún después de encontrar a Dios, todavía no hay felicidad o satisfacción. Estas horas son para llenar el alma de poder. Si perdemos estas horas, entonces el alma se volverá débil y a lo largo del día entero se sentirá rodeado de obstáculos.

UNA LISTA DE LAS RAZONES DE FALTA DE EXITO (Tomado de un taller sobre este tema)

- No prestar atención al yo antes de dormir en la noche.
- No reconocer su importancia.
- La mente es atraída por los pensamientos del día anterior.
- Pensar sobre las tareas diarias.
- No quedarse dormido suficientemente temprano.
- Pesadez debido a acciones equivocadas.
- Comer alimentos pesados.
- Dormir cuando uno se siente muy cansado (hacer tareas domésticas livianas o ejercicio primero)
- Hablar demasiado antes de dormir.
- Hacer yoga en la cama.
- Apoyarse en la pared.
- Falta de aire fresco.
- No tener conocimiento acerca de los estados de yoga.

DEN ATENCION A LO SIGUIENTE PARA QUE SEA EXITOSO

Después de despertar no medites en la cama.

Puedes hacer yoga mientras caminas o en un lugar diferente.

Si sientes sueño durante la meditación, entonces revuelve el conocimiento.

Si hay pesadez en la mente, entonces ten una conversación con Baba y eso eliminará la pesadez.

Aun cuando estés enfermo, debes meditar por un corto período de tiempo. De esta manera, la felicidad aumentará y la pesadez de la enfermedad se volverá liviana.

Si estás solo en el conocimiento, entonces practica más meditación durante estas horas. Esto influirá en los miembros de la familia.

Para hacer que la Edad de la Confluencia sea totalmente beneficiosa, para lograr todo de Dios, para vivir una vida pura, simple e ideal con felicidad y paz completa, piensa en estas horas especiales como las horas para recibir bendiciones y dales la importancia que tienen. Entonces se experimentarían como los más afortunados de todo el mundo.

Haz esfuerzos para comprender la llave del yoga que Baba nos ha dado.

Concentra tu mente en estar consciente de tus cualidades más elevadas.

Fija metas y propósitos antes de comenzar.

Ten un yoga poderoso antes de dormir.

Deja que tu primer pensamiento sea "Buenos Días Baba".

LOS PRINCIPIOS PARA AMRIT VELA

Preparar el intelecto para Amrit Vela

- * Leer una Murli Avyakt antes de dormir la noche anterior.
- * Escribir una corta carta a Baba la noche anterior y puede que Baba te de un tema en que pensar en Amrit Vela. Escríbelo para que no se te olvide.
- * Sentarse en meditación por media hora antes de dormir si es posible.
- * A veces levantarse en medio de la noche a las 1:00 de la mañana para una meditación especial de una hora, y después dormir hasta las 3:30. Este esfuerzo especial trae un retorno especial de Baba, y Amrit Vela es más poderoso.
- * Despertar a las 2:00 de la mañana para un bhati especial largo y poderoso hasta las 5:00. La experiencia puede permanecer por una semana o más.

PARA EL CUERPO

- * Descansar bien cada noche. Evitar quedarse dormido después de las 20.00 horas, especialmente cuando no hay tiempo para descansar en la tarde.
- * Asegurarse de comer la comida de la noche temprano o sólo comer una comida liviana antes de dormir, y un desayuno grande después de la Murli.
- * Comer livianamente con una abundancia de ensaladas y frutas frescas toma la mente liviana.
- * Si estoy muy, muy cansado, es mejor hacer un poco de tareas domésticas livianas hasta que el estado de cansancio pase, en vez de entregarme al sueño en ese momento. Si me acuesto a dormir con una cabeza pesada, me levanto con una cabeza pesada.
- * No hablar innecesariamente antes de dormir.
- * Refrescarse antes de Amrit Vela con una ducha o bebida caliente. Evitar hablar.
- * Sentarse con una postura derecha, lejos de las paredes o sillas cómodas. Si el cuerpo está enfermo, despierta pero sientate cómodamente, y no obligues al yo. El ambiente debe ser cálido sin calentarlo demasiado. Debe haber buena circulación de aire fresco.

- * Una iluminación sutil crea un ambiente de meditación. Si está demasiado oscuro, conducirá al sueño; demasiada luz y habrá tensión en los ojos. Pueden quemar incienso solo si no irrita a los ojos y las gargantas de los demás.

PARA EL ALMA

- * Amrit Vela puede ser compartir la experiencia de todas las relaciones con Baba. Baba como el Padre, la Madre, el Bien Amado, el Hijo, el Amigo, el Guía, el Compañero, etc.
- * Experimenten las virtudes y cualidades de Baba. El Amor, el Perdón, la Dicha, la Felicidad, la Sincericidad, la Paz, etc.
- * Experimentense vistiendo los títulos entregados por Baba.
- * Recorran el mundo y los tres aspectos del tiempo. Esparzan pensamientos de paz y amor por todo el mundo.

QUE SE DEBE EXPERIMENTAR IDEALMENTE EN AMRIT VELA

(De un Taller BK)

- Que es el momento para volverse inmortal al beber el néctar.
- Que es el momento para usar la llave de todos los tesoros.
- Que uno ha sido despertado por el llamado de su Bien Amado.
- Que experimento el desapego con el cuerpo.
- Que disfruto de una dulce conversación con Baba.
- Que es una experiencia de paz en las horas cuando los elementos están puros y los seres humanos pacíficos.
- Que Baba da soluciones a los problemas.
- Que Experimento las cualidades de Dios: paz, dicha, amor y pureza.
- Que son las horas para experimentar con las experiencias de yoga.
- Que almaceno entusiasmo.
- Que puedo hacer servicio a través de la mente en el estado de semilla.
- Que puedo enviar la vibración de buenos deseos al mundo.
- Que construyo las fundaciones para crear cambios.
- Que desarrollo el poder de controlar la mente.
- Que las perspectivas sobre los obstáculos cambian.
- Que es una oportunidad para superar el dormir demasiado.
- Que es una oportunidad para estar personalmente con Baba.
- Que da una ventaja sobre las cosas - para que el día sea cómodo y fácil.
- Que establece un sentido de autorrespeto.
- Que da disciplina en la vida.

OBSTACULOS Y SOLUCIONES

1. No darse cuenta que uno tiene la llave de la experiencia.
 - Aceptar la llave y hacer esfuerzos para comprenderla.
2. Sentirse mal acerca de uno mismo.
 - Concentrarse en los puntos buenos de uno, no hay falsa humildad.
3. Falta de apreciación por los tesoros.
 - Explorar cómo los tesoros pueden ayudarme.
4. Volverse atrapado en una rutina.
 - Fijar metas y propósitos y visualizar el cambio.
5. Falta de buena compañía.
 - Ir a un retiro, Madhuban, llamar al centro.

Abordar las situaciones con el intelecto.
Sentir desde el corazón - estar lleno de esencia - tener todas las relaciones con Baba.

Falta de ideas nuevas para los pensamientos en Amrit Vela.
Leer una Murlis.

Acostarse o quedarse dormido.
Ser sensato, darse cuenta de la importancia del tiempo como la Edad de Confluencia.

Pensar sobre las actividades de los demás en vez de disfrutar de la compañía de Baba en Amrit Vela.
Mantenerse ocupado con el ser y disfrutar el papel de uno.
Evitar escuchar o hablar pelambres.
Desarrollar hábitos más precisos y disciplinados de yoga.
Ser capaz de perdonar a los demás y a uno mismo.

10. Cansancio o pesadez durante Amrit Vela.
- Dormir suficiente, aprender a descansar.
- No comer antes de dormir, volverse más organizado.

11. "Yo" y "Mío"
- Baba

12. Sentirse desesperado y sin poder a causa de las actividades y experiencias del día anterior.
- Yoga poderoso en la tarde anterior.

13. Experiencia vacía de yoga.
- El primer pensamiento del día "Buenos Dias Baba".

14. Falta de misericordia para dar tiempo en Amrit Vela para servir a otros.
- Desarrollar madurez y comprensión de cómo servir en Amrit Vela.

UNA EXPERIENCIA PERSONAL DE AMRIT VELA

"Siento como si Baba estuviera alimentándose y estoy descansando suavemente en Su regazo, tan pacíficamente".

"Al servir con Baba, visualizo que el planeta entero está ante mí y allí estoy yo y Baba en la forma angelica sirviendo al mundo".

"En la forma incorporeal es difícil describir el amor que hay entre nosotros. Me siento con Baba, El me da rayos y yo esparzo esos rayos de cualidades y poder por el mundo a los demás. Esta es la forma del Maestro Autoridad Todopoderosa".

"Amor de la semilla y de nadie en el mundo, y por eso todo el mundo me ama".

MURLIS DE BAPDADA SOBRE AMRIT VELA

Hoy, Baba está viendo la reunión de los cisnes espirituales, especialmente de los cisnes divinos en los distintos lugares. Todos los cisnes divinos están constantemente inculcando las joyas del conocimiento. El alimento de los cisnes son siempre las perlas invalorables; el alimento para el intelecto de ustedes cisnes son las joyas del conocimiento. Empezando con las horas del néctar temprano en la mañana, hay una conversación de corazón a corazón con Bapdada y a través de este encuentro espiritual, inculcan las joyas del conocimiento.

Ustedes también **inculcan los poderes**, después, a través del resto del día, mediante el poder de revolver, ustedes incorporan estas joyas y los poderes en su propia vida, y también inspiran a otros a hacer lo mismo. Lo más esencial es inculcar el poder para celebrar un encuentro en las tempranas horas del néctar. A través de su propio poder de

inculcación, ustedes pueden atrapar los pensamientos puros que son las inspiraciones especiales de Baba cada día. Son en las horas del néctar que cada uno, numéricamente, es capaz de tornarse la Imagen de la Inculcación, a través de su poder de inculcación.

Se necesitan dos formas particulares en las horas del néctar. **Primero, ser la imagen de la Inculcación; segundo, ser la imagen de la Experiencia.** Son necesarios porque Bapdada está presente en las tempranas horas del néctar en la forma del Donador especialmente para los hijos, y espera celebrar un encuentro en todas las relaciones, con amor completo, como el Señor Inocente que desea llenar sus delantales con todos los tesoros. En esas horas, sin embargo, como sea que quieran complacer a Baba, como sea que quieran halagar a Baba, cualquiera que sea la relación que desean satisfacer, cualquiera que sea el pensamiento que desean lograr en una forma práctica, cualquiera que sea el resultado fácil que desean experimentar, son capaces de tener cualquier logro y el fruto de todos los esfuerzos.

Tanto el Tesoro de los Logros como el Donador quien da todo, son adquiridos fácilmente. **La mina de todos las virtudes y todos los poderes** está abierta para los hijos. La experiencia de un segundo en las tempranas horas del néctar es la base de la experiencia con la cual se vuelven la Personificación de todos los logros a lo largo del día y de la noche. Bapdada está libre para llenar a cada uno de lo que sea que elijan, así como también para escuchar a sus solicitudes, para borrar sus debilidades, para perdonar formas innumerables de pecados, para dar amor y afecto libre de todas esas cosas.

En esas horas, El no es oficial. El está en la forma del Señor Inocente. Si bien tal **oportunidad dorada** está disponible, algunos hijos toman esa oportunidad mientras otros permanecen al margen mirando a los otros tomar su oportunidad. ¿Por qué es esto? El deseo está presente, ¿pero por qué es así? ¿Cuál es el obstáculo que los tropieza? ¿Ustedes saben? Maya es muy inteligente y en esas horas en particular, ella viene para alejarlos de Baba. En esas horas en particular, ella convence a los hijos usando el juego de las excusas en diversas formas de descuido, pereza y pensamientos inútiles.

Es por esto que se pierde la oportunidad dorada. Entonces, debido a que se ha perdido el logro fácil de ese momento, la base permanece débil para el resto del día. No importa cuanto esfuerzo se hace durante el día, debido a que el comienzo del día fue débil, las horas de la fundación, se tienen que hacer esfuerzos extras y el logro es mucho menor. Entonces, debido a que se experimenta un logro menor, se experimentan dos estados diferentes.

Primero, algunos experimentan cansancio en la medida que avanzan. Segundo, algunos pierden la esperanza en sus corazones. ¿Qué es lo que empiezan a pensar entonces? "¿Yo no sé si podré alcanzar mi destino algún día!"

"¿No sé si queda poco tiempo o quizás mucho tiempo todavía!"

Dejando el beneficio del presente, ellos miran hacia el futuro. Siempre **mantengan una lista de los logros actuales en frente de ustedes.** Entonces los pensamientos de "¿cuando sucedera?" terminarán y lo experimentarán sucediendo ahora mismo. En vez de dejar que la esperanza se pierda del corazón, el corazón se volverá feliz.

No se aparten del presente. Reconozcan las excusas de maya. Maya trata de satisfacerlos con todas sus excusas, y entonces no pueden persuadir a Baba; o sea, no son capaces de tomar el método fácil. En vez de ser capaz de experimentar los logros como una bendición, se comprometen en esfuerzos tratando de tener logros. Por lo tanto, reconozcan las horas del néctar como el tiempo del beneficio fácil y tomen beneficio de esto. Llenen sus delantales con todos los premios del tesoro abierto. El Donador de Bendiciones y el Donador de Fortuna está dispuesto y listo para dibujarles, en las horas del néctar, cualquier línea de fortuna que ustedes elijan. **Dejen que el Donador de Fortuna dibuje las líneas de la fortuna para ustedes.** Dejen que el Donador de Fortuna dibuje las líneas de la fortuna para ustedes tan fácilmente porque en esas horas, El está en la forma del Señor Inocente. El está lleno de amor, entonces en base a este amor, dejen que la línea más elevada de la fortuna sea dibujada. Bapdada tiene una oferta abierta: reclamen la fortuna por cuantos nacimientos quieran, en la medida que quieran. Si eligen ser parte de las ocho joyas, o si eligen ser parte del rosario de 108, ¿qué más podrían querer? Sean el dueño y reclamen su derecho.

No existe ninguna cerradura en ninguno de los tesoros. No necesitan la llave del esfuerzo. De otra manera, a través del resto del día, tendrían que usar la llave del esfuerzo. En ese momento, simplemente tengan un pensamiento: **"Lo que sea que soy, como sea que soy, yo Te pertenezco a Ti".** Vayan más allá del manipuleo de Maya y vengán a sentarse Conmigo. Eso es todo. El manipuleo de Maya sólo es una escena lateral. No se distraigan por eso. Vengán y siéntense. Dejen que sus pensamientos y su intelecto, o sea, dejen que la mente y el intelecto se entreguen a Baba. ¿Son capaces de hacer eso? ¿Por qué debe ser difícil darle devuelta a Baba lo que Baba les ha dado a ustedes? Pero a veces, ustedes dicen que es suyo y entonces a veces dicen que es Mío. Entren en este juego de "Suyo y mío".

Tan pronto como sean las tempranas horas del néctar, y sus ojos se abren, entonces salten dentro de un segundo y vengan a sentarse con Baba. Debido a que están con el Padre, entonces experimentarán a los tesoros del Padre como suyos. No en base al conocimiento sino en base a los logros. Sentados sobre el trono de todos los derechos, tendrán la experiencia de haber reclamado todos los derechos. Entonces Baba, **Dios, quien es su Amigo, les está ofreciendo el trono de todos los derechos.** Vengan y siéntense en este trono. Con sólo reclamar este trono por un corto período de tiempo, mientras se sientan en él, podrán volverse lo que quieran en el poco tiempo en que tienen todos los derechos. En este tiempo dorado, tú también puedes reclamar fácilmente el trono ilimitado y estabilizarte en este estado dorado en este momento. Así, también serás capaz de lograr el estado más elevado en el Mundo de la Edad de Oro. ¿Comprenden el método fácil y el tiempo de los esfuerzos fáciles? ¿Por qué entonces renuncian a lo fácil, y pasan a lo difícil? ¿Serán un hacedor de esfuerzos fácil o difícil ahora? Entonces tórnense un hacedor de esfuerzos fácil. Dejen que todo rastro de lo difícil termine. Entonces podrán terminar con las dificultades del mundo.

OTRAS REFERENCIAS DE MURLIS SOBRE AMRIT VELA

- 19.3.86 El tesoro abierto
- 31.12.79 ¿Cuáles son mis primeros pensamientos? Conciencia del alma y la relación con Baba
- 12.1.80 Idealmente, ¿cuáles son mis experiencias en Amrit Vela? Fundirse en el Amor
- 16.11.81 Ser digno de reclamar las bendiciones
- 4.8.83 ¿Cuál es el papel especialmente de Brahma Baba en Amrit Vela?
- 17.12.79 Experimentando una relación cercana con Baba
- 6.1.83 Baba prepara Sus hijos para el día
- 12.11.79 ¿He reconocido la importancia de la meditación de Amrit Vela?
- 10.11.83 ¿Por qué viene el sueño? Falta de revolver en el día
- 19.3.79 ¿Alguna vez existe el sentimiento que estoy sentado para la meditación de Amrit Vela simplemente porque es una disciplina que debo seguir?
- 14.3.82 ¿Como puedo aumentar mi entusiasmo para la meditación de Amrit Vela? ¿Como puedo superar la pereza?
- 8.1.79 Amrit Vela es el tiempo para practicar usar el intelecto divino
- 14.10.81 ¿Cuál es el método fácil para abrir el tesoro de la fortuna? Simplemente usen la llave que es Baba
- 9.4.79 El efecto del día anterior sobre la meditación de Amrit Vela.
- 20.7.81 ¿Es mi intelecto grosero o sutil? ¿Qué puedo hacer para volverlo más sutil?
- 19.3.79 Hablar con Baba honestamente antes de dormir
- 9.1.80 Decorando el alma en Amrit Vela
- 8.12.86 Al resolver problemas, traten de tomar la ayuda de Baba. Pongan el problema ante Baba en Amrit Vela

"Otros reciben inspiraciones de su forma incansable, porque son instrumentos en la forma corporal. El encuentro de ustedes es el ejemplo en frente de todos."
Bapdada

CURSO AVANZADO PARTE 2

CONEXIONES Y RELACIONES CON BABA Y LOS INSTRUMENTOS DE BABA

DADI JANKI y BK Wendy (Sydney)

- + Un senior no está en la posición de dar ordenes a otros, sino que en una posición de proporcionar ayuda o consejos cuando se le solicite
- + El objetivo principal que uno tiene en la comunicación y relación con un senior es ser honesto
- + Quizás al principio uno encuentre que es más fácil hablar con ellos como a un amigo, pero al final no proporciona la misma profundidad de ayuda y poder de comprensión que viene de comunicarse con los seniors
- + La única manera de llenarse de dulzura es de Baba, no de los instrumentos, si son seniors o no

Cuando estamos en un camino espiritual nos damos cuenta que aunque otros pueden haber estado en el camino más tiempo que nosotros, ellos también han pasado por las mismas cosas que nosotros estamos pasando. Darse cuenta de esto elimina mucho de la pesadez que puede venir en nuestras relaciones con aquellos que tienen más experiencia que nosotros, siendo que podemos sentir que ellos piensan que son superiores a nosotros o que nos ven de alguna manera negativamente.

En esta familia Brahmin tenemos lo que llamamos instrumentos seniors. Están Dadi Prakashmani y Dadi Janki quienes son los instrumentos más senior y después hay otros instrumentos que son menos senior, dependiendo de la cantidad de experiencia y número de años de estudio. Se les conoce como instrumentos porque sólo se ven como herramientas que Dios utiliza para ayudar a otros. Siendo un camino espiritual, aunque existe una organización, no existe el sentido de ego o logros groseros en estos puestos. Son más puestos de responsabilidad asumidos automáticamente cuando exista la necesidad y el nivel de experiencia lo permite.

Dadi Janki es responsable de todos los Brahmins que están estudiando afuera de la India. Se mide la responsabilidad de acuerdo al tipo de ayuda o sustento que se necesita. Encontrarás muchos otros instrumentos más experimentados que tú quienes son responsables en el sector donde estás estudiando. Pero al final, cualquier decisión importante es llevado a Dadi Janki.

Responsabilidad aquí no tiene la connotación pesada de decirle a alguien qué debe hacer, cómo debe hacerlo y cuándo. No es un puesto de dar ordenes a otros, sino que en un puesto de proporcionar ayuda o consejos

cuando se le solicite. Es un puesto de servicio. El rol del alma instrumento es éste y por otro lado, son tus hermanos y hermanas. Cuando actúan este rol, cuando existe la necesidad, entonces son el instrumento.

Los instrumentos senior tienen mucha experiencia y por ende tener fe en ellos nos ayuda a progresar rápidamente. Al igual que cuando Brahma Baba estaba vivo el dicho era seguir a Brahma (aun ahora decimos que debemos seguir a Brahma sutil), ahora seguimos a Dadi Janki y Dadi Prakashmani. Ellas son nuestros líderes espirituales, un ejemplo, y han probado que son dignas de este puesto después de muchos años de servicio incansable (para ellas mismas y los demás). Al seguir el instrumento de Baba, Él nos ayudará a movernos suavemente a través de las circunstancias que surgen en nuestro camino espiritual.

Puedes seguirlos de muchas maneras. Puedes seguirlos a través de ver sus vidas y actividad en frente de ti. Puedes estudiar clases que ellos han dado. También puedes seguirlos a través de ver los instrumentos que ellos han entrenado, que ellos han puesto adelante en el sector donde tú estudias.

El objetivo principal que tienes en la comunicación y relación con los instrumentos senior es ser honesto. No hablar y comunicarte para entretenerte y a otros, sino para permanecer claro y desapegado. Tal comunicación hará que tu situación, tu estado de esfuerzos propios y el tipo de rol que puedes actuar en servir a otros estén claros en la mente del senior. Con esta calidad de comunicación, puedes recibir la ayuda o comprensión de los seniors fácilmente en cualquier momento de necesidad porque tu relación es honesta y clara.

De la misma manera, tú ahora te estás volviendo un instrumento de Baba. Primero comparte tus experiencias con otros y de esta forma podrás llegar a ellos. O sea, serás un espejo de las vibraciones de Baba y hablarás el conocimiento de Baba con otros y actuarás con las virtudes de Baba en tu comportamiento, y así las almas te verán como un ejemplo. Nunca dejes que esto te haga sentir pesadez. Siempre siente que si el alma quiere más y tú no puedes proporcionar ese conocimiento o esa comprensión, hay alguien en una posición de más experiencia a quien tú puedes guiar esa alma para que reciba ayuda.

NUESTRO ROL AL AYUDAR A OTROS

Tú objetivo en tus relaciones con otros puede ser dar tu tiempo a los que quieren tu tiempo, pero también debes darlo a los que lo necesitan. Naturalmente tendré una actitud de respeto y dulzura hacia mis compañeros en el camino. No es mi rol darles consejos o ayuda, o de tomar consejos o ayuda de ellos siendo que ellos tienen el mismo nivel de experiencia que yo. Puedo compartir y aprender a través del ejemplo, pero es sabio tener cuidado de dar consejos a los que están al mismo nivel que yo, sino guiarlos a tomar consejos de los seniors.

Honestidad con aquellos quienes están al mismo nivel de experiencia que yo puede llevar a veces a complicaciones en mis relaciones con estas almas. Quizás encuentre al principio que es más fácil hablar con ellos como a un amigo, pero al final no proporciona la misma profundidad de ayuda y poder de comprensión que viene de comunicarse con los seniors. Muchas veces otros alumnos no tienen la experiencia para absorber y comprender lo que quiero comunicar. El peligro está en que pueden tomar lo que uno está diciendo personalmente y en vez de sólo buscar una solución a tu problema, pueden tomarlo como problema de ellos también y volverse débiles. Además, pueden malinterpretar lo que dices.

Al seguir el sistema de sólo tomar ayuda de los instrumentos senior, puedo evitar los problemas comunes en las relaciones hasta para aquellos que no están en un camino espiritual. Es por eso que Baba ha establecido este sistema en particular. Me da más tiempo y energía para concentrarme en el auto-servicio y mi mente está libre de los problemas ajenos. Recuerda que ellos son responsabilidad de Baba.

En la medida que te comunicas con Baba, en esa medida serás dulce en tus comunicaciones con los demás. Acumulamos el poder de Baba. Durante el día si no existe esa atención de mantener un vínculo con Baba, no me llenaré con lo que necesito. Por un tiempo podré mantenerme solo sin Baba, pero luego empezaré a ser influenciado por las personas y situaciones que me rodean, mi vínculo será con ellos y no con Baba. Y así me volveré dependiente del éxito del ambiente que me rodea lo cual últimamente me conducirá a la irritación y al descontento, dado que el mundo no es perfecto. La única manera de llenarse de dulzura es de Baba, no de otros instrumentos, si son seniors o no. Dulzura en mis comunicaciones y relaciones con otros produce claridad y armonía.

ENTREGAR TODA RESPONSABILIDAD A BABA

Mi relación con Baba me permite entregar toda responsabilidad a Baba. Si al fin del día, o aun durante el día, encuentro que mi cabeza se está volviendo pesada con las adversidades de la vida y entonces paro por unos minutos, hasta media hora, y le entrego todo a Baba. Tengan una dulce conversación con El, de corazón a corazón y sentirán que el peso de la responsabilidad que asumimos cuando olvidamos que es Baba quien está haciendo todo, se levantará. Baba es el que está haciendo, tú solamente eres el instrumento. Entrega el hacer a Baba. Y cuando tu intelecto está lleno de la basura de "¿Cómo?" "¿Por qué?" "¿Qué?" entonces llévalo a Baba. Entrégale toda tu "basura".

La comunicación es la manera de traer unidad y fuerza a la familia de Baba. Baba necesita muchas manos, muchas, muchas almas son necesarias en la tarea de Baba. Por lo tanto, cada alma traerá una cualidad especial, un aporte especial al servicio de Baba. Para traer a los demás más cerca y volverte un mejor instrumento para Baba, la comunicación es muy importante. Comparte tus planes de servicio y aquellos quienes ven su valor cooperarán con ellos. El yoga genera cooperación.

LAS SEIS MARYADAS - DADI JANKI

Hacer una promesa significa crear un pensamiento determinado, puro y profundo. Sólo tener un pensamiento puro, o sólo tener un pensamiento puro y profundo no es suficiente. Tiene que haber determinación. Baba desea llevarnos devuelta al Hogar y para eso nos hace pertenecerle. Entonces cuando Baba pregunta, ¿cuál es la respuesta? Baba nos llama desde Su corazón, y entonces yo también digo "Baba" desde mi corazón. El nos da una visión del nuevo mundo para que podamos tener desinterés y renuncia del mundo viejo y un deseo profundo de entrar en ese nuevo mundo. Debo volverme puro, y estaré consciente de la pureza necesaria para el nuevo mundo. Ahora nuestra preparación viene a través de las seis maryadas principales:

Amrit Vela - Nunca perderlo. Amrit Vela nos ayuda a tornar nuestros intelectos satopradhan. En Amrit Vela, si somos capaces de tener todas las relaciones con Baba, podremos volver nuestras relaciones con Baba completas. Amrit Vela nos puede ayudar a terminar todas nuestras debilidades. Debido a que nuestra comunicación con Baba es buena, nos puede volver livianos/luz. Podemos experimentar la grandeza de Karankaravanihar. En Amrit Vela también podemos visualizar cómo el intelecto del sabio está tocando al alma. Mantengan en mente la larga lista de los beneficios.

Estudio - Presten atención completa al estudio del Océano del Conocimiento, porque si no estudiamos adecuadamente desde el Océano del Conocimiento, ¿cómo podremos volvernos rios de conocimiento y fluir hacia los demás?

Celibato - La base de Amrit Vela y el estudio es el celibato. Si algo está afectando nuestro celibato, entonces ni Amrit Vela ni el estudio serán buenos. Además, si descamos el celibato completo, entonces tendremos que prestar atención al Amrit Vela y al estudio, sino los obstáculos vendrán. Por supuesto, Baba

dice, tormentas vendrán, pero sabemos que con la ayuda del conocimiento y yoga, nos tornaremos victoriosos. Nosotros, los mahavirs, hemos tomado la responsabilidad de definitivamente asumir la tarea y conquistar a Maya.

Comida Pura - Los hijos Brahmin conocen la importancia de la buena comida. El que come comida pura desarrollará gran fuerza.

Shrimat - Para seguir las maryadas tenemos que seguir Shrimat, entonces la influencia de manmat y parmat termina, y ningún otro pensamiento puede atraernos. Cuando aceptamos los dictámenes de los seres humanos, se vuelve difícil seguir Shrimat. A veces pensamos: Pero éstas son nuestras costumbres, etc., pero este tipo de lenguaje no nos ayudará a seguir Shrimat. Sólo si el intelecto es como un cisne que sólo recoge pensamientos puros para pensar y revolver, el alma seguirá Shrimat. El que tiene un corazón que es puro, que decide volverse fiel y leal a Baba podrá seguir Shrimat. Con esta decisión viene la fuerza para seguir Shrimat. Cuando reconozco que éstas son ordenes de Baba, ésto me da la determinación para seguir Shrimat. Reconozco que ésta es una gran fortuna. Mientras seguimos Shrimat el intelecto se vuelve más y más elevado y cantamos la alabanza de Baba.

Seniors - Mantengan una conexión con los seniors. Muchos preguntan: ¿Cuál es la necesidad? Es muy importante comprender que si Baba ha hecho a alguien instrumental, El lo ha hecho por alguna razón y El si siente que éste es digno de ser un instrumento. Estamos estableciendo un reino, entonces es aquí que tenemos que aprender soberanía. Sólo Baba es el Padre, Profesor y SatGuru, que nos puede decir que estas maryadas nos pueden tornar en seres humanos elevados.

El memorial de Shrimat es el Srimat Bhagwad Gita - el consejo del Supremo para volvernos supremos - deidades, puros y perfectos. Está allí para iluminarnos acerca de cada aspecto de la vida, para volvernos completos. Hay consejos acerca de las relaciones lokik y alokik, el servicio lokik y alokik, la familia, la profesión y el mundo. Debemos ver el consejo que Baba nos da desde cada perspectiva. Manteniendo el estado de deidades en mente y lo que pensamos de ellas - que son 16 grados celestiales, que son siempre sanos, ricos, felices y llenos de dicha. Los consejos que llevamos a la práctica nos dan ese estado. Si el consejo no está ayudando elevarnos, entonces no es shrimat. Cuando escuchan a otros, mantengan el consejo de Baba en sus mentes y vean si coinciden. Piensen de los dos lados - el beneficio o daño a otros.

BAPDADA HABLANDO A LOS INSTRUMENTOS SENIORS

Los seniors tienen que volverse el juez. Y a los que los seniors le dicen "no", ¿qué dicen ellos acerca de los seniors? Ellos dirán: "Hasta éste (el senior) no es bueno". ¿El juez diría si a uno o a los dos? ¿Qué diría? Entonces esas situaciones son separadas. Miren al certificado de tapasya desde el corazón, amor desde el corazón, sentimientos de ser un instrumento y buenos deseos en frente de ustedes. No copien y digan: "Las personas no están contentas con los seniors tampoco, entonces nosotros podemos ser iguales y pasar". No piensen de esta forma.

Ustedes han hecho el mejor servicio ¿no es así? Todos han hecho muy buen servicio al reunirse y decorar el encuentro. Qué lindo es el servicio de decorar el encuentro. Un joyero hace que cada joya sea perfecta y lo permite tomarse valiosa. El servicio de todos ustedes es también de limpiar cada imperfección y volver a las almas completas. Entonces hay placer, ¿no lo hay? No se cansan, ¿o sí? Otros reciben inspiraciones de sus formas incansables, porque ustedes son los instrumentos en la forma corpórea. Todos ustedes se reúnen y permiten que el encuentro avance al volverlo fuerte. El encuentro de ustedes es un ejemplo en frente de todos. Los rayos de luz y poder de los seniors automáticamente permiten que la tarea sea realizada. No hay necesidad de decir nada. Ustedes se han vuelto la personificación del que rocía el conocimiento, y ahora tienen que volverse *rup*. Ahora existe la necesidad de que ustedes se vuelvan la personificación y den los rayos de luz y poder. Es fácil volverse basant. (Bapdada 8.4.92)

*El que penetra en el significado secreto
de cada palabra del conocimiento,
no el que sólo se queda en el placer de su música.
Junto con la música,
los que comprenden el significado secreto
estarán perdidos en la intoxicación de revolver
como los dueños de las joyas del conocimiento de los tesoros del conocimiento.*

CURSO AVANZADO PARTE 3

PRODUCIR CAMBIO A TRAVÉS DEL CONOCIMIENTO

BK Surya y BK Ramnath (Madhuban)

- + EL REVOLVER HACE QUE EL ALMA SE SIENTA PODEROSA: te hace consciente de tus poderes y de tu autorrespeto.
- + La profundidad del conocimiento termina con todas nuestras atracciones. En las profundidades no existen las tormentas, sino sólo la paz y dicha de los tesoros ilimitados. Equilibrio y pureza se vuelven fáciles.
- + NUESTRA PERSONALIDAD CAMBIA: Puntos de vista y patrones de pensamientos limitados que dan origen a distintos obstáculos pueden terminar al revolver.
- + Al reconocer y no reprimir los pensamientos impuros, fácilmente podrás remover los pensamientos negativos dentro de un corto periodo de tiempo. Tu concentración incrementará. Podrás remover, terminar y quemar los pensamientos impuros o inútiles, y fácilmente te volverás la personificación del pensamiento original.

Revolver el conocimiento espiritual nos vuelve una autoridad completa de ese conocimiento. Entonces ¿cuáles son algunas formas prácticas de implementar el revolver en nuestras vidas Brahmins? Si sólo usamos 15 minutos de nuestra rutina diaria cada día concentrándonos en esto entonces incrementará fácilmente. Tomen 15 minutos para escribir sobre cualquier tema relacionado con el progreso espiritual propio. Al revolver de esta forma en la soledad, y al escribir, la mente será capaz de concentrarse inmediatamente. Segundo, si leemos una murlí y después escribimos la esencia que ha influenciado a la mente, entonces encontraremos que la esencia permanecerá y se profundizará durante el día.

La razón de por qué es necesario revolver el conocimiento espiritual como también recordar a Baba es que obstáculos pueden interferir con nuestro recuerdo de Baba (yoga) y necesitamos superar estos obstáculos

con el poder que viene de revolver. Necesitamos pasar en todos los temas totalmente y eso incluye tanto el conocimiento como el recuerdo (yoga - ver la nota abajo).

Los beneficiosos de revolver el conocimiento son los siguientes:

1. **EL REVOLVER HACE QUE EL ALMA SE SIENTA PODEROSA:** te hace consciente de tus poderes y de tu autorrespeto. Cualquier complejo de inferioridad termina y uno se experimenta como un gran alma. La autoconfianza despierta al mismo tiempo que la disminución de los pensamientos débiles. "No podré hacer esto. Seré capaz de hacer algo con mi vida?" Pensamientos poderosos emergen en cambio. Dios Mismo está conmigo. Definitivamente seré exitoso, etc. Se logra tal confianza y valentía para realizar cada tarea imposible.
2. **LOS SENTIMIENTOS DE FELICIDAD DOMINAN MI CONCIENCIA:** Sólo se puede lograr la felicidad y la intoxicación a través de revolver el conocimiento.
3. **UNA PAZ NATURAL E INALTERADA EN MI PUNTO DE VISTA Y ACTITUD:** El revolver nos lleva a las profundidades del océano del conocimiento. La profundidad del conocimiento termina con todas nuestras atracciones. En las profundidades no existen tormentas, sólo la paz y dicha de los tesoros ilimitados. El equilibrio y la pureza se vuelven fáciles.
4. **EL CONOCIMIENTO QUE TENEMOS SE VUELVE MAS REAL EN NUESTRAS MENTES Y POR ENDE SE ENTREGA MAS EFECTIVAMENTE A OTROS:** Podemos usar las joyas del conocimiento en el servicio. Este conocimiento tendrá un poder mucho mayor y será de mucha más ayuda para otros que cualquier forma de conocimiento académico.
5. **NUESTRA PERSONALIDAD CAMBIA:** Puntos de vista y patrones de pensamientos limitados que dan origen a distintos obstáculos pueden terminar al revolver el conocimiento. Nuestra perspectiva de la vida se vuelve tan amplia que el nombre, la fama, el respeto, el insulto, senior o junior no nos afectan; parecen totalmente insignificantes.
6. **DICHA NATURAL:** Al revolver, las murlis se vuelven una fuente de dicha. Debido a la felicidad espiritual que viene de revolver, nuestras caras se vuelven radiantes y automáticamente hay servicio.

NOTA: Conocemos al yoga como el recuerdo de Dios, siendo que para nosotros el proceso de vincular nuestra mente con el Supremo, lo cual realmente es el objetivo de sentarnos en meditación, o contemplar los distintos aspectos de Dios, puede ser descrito más adecuadamente por estas palabras. Similar al recuerdo de una persona a quien amamos, recordamos a Baba y permanecemos en relación con Él. Por eso a veces usamos la palabra yoga y a veces la palabra recuerdo.

QUE GANO A TRAVES DEL CONOCIMIENTO ESPIRITUAL USAR EL CONOCIMIENTO DE CONCIENCIA DE ALMA

Le digo a otros cómo deben recordar que son almas. También tengo este conocimiento para mí mismo. Pero cuando llega el momento de ponerlo en práctica, cuando actúo en él, cuando hablo de él, cuando miro a otros - ¿en qué conciencia hablo y miro? Es muy importante que utilice este conocimiento en la práctica y que no sólo quede a nivel de mera teoría.

Quando el Padre Supremo viene directamente y le enseña al alma entonces cada palabra suya, cada versión tiene que ser llevada a la vida práctica. Sólo entonces podré disfrutar de la perfecta paz, felicidad, y pureza porque es mi derecho de nacimiento.

Deben comprender el conocimiento y después experimentarlo; y entonces cuando hay paz, en el estado de karma yoga, podrán emerger estas sanskaras o esa experiencia. Tanto el conocimiento como el poder son necesarios para una acción efectiva. Por esta razón, Baba ha creado un sistema muy bueno. Primero, es necesario meditar cada día, ésto purifica y limpia al intelecto. Segundo, un intelecto puro fácilmente puede absorber e inculcar el conocimiento puro que las murli de Baba proporcionan cada día. Tercero, el poder y el conocimiento tienen que ser puestos en práctica a través del proceso de karma yoga.

REVOLVER PENSAMIENTOS EN LA MEDITACION

Quando te sientas para concentrarte en meditación, creas el pensamiento en tu mente que "yo soy un alma". Una vez que hayas creado ese pensamiento, no lo dejes en ésto, sino experimentalo. Solamente has creado el pensamiento. Si lo dejas allí, vendrán otros pensamientos. Por lo tanto, no debes dejarlo allí, debes tomarlo, analizarlo y explicarlo. Puedes formular preguntas acerca de ésto:

¿Quién es el alma?

¿Qué es un alma?

¿Cuál es la forma del alma?

Lleva estos pensamientos dentro de tu propio intelecto, experimenta estos pensamientos con tu propio ojo intelectual. En otras palabras, experimenta con cualquier pensamiento que creas en tu mente y experimentalo en tu intelecto. Cuando analizas este pensamiento de esta forma, te vuelves la personificación de ese pensamiento.

¿Quién soy? Un punto de luz. ¿Qué es luz? Es como una estrella luminosa. Yo soy como una estrella luminosa que brilla en el centro de la frente. Yo soy un alma; el alma es siempre pura.

¿Cómo soy puro? La pureza ha sido medida en la forma de luz. Ahora puedes ver cuanto poder existe. ¿Soy una pequeña estrella brillante, o una estrella poderosa y pura?

¿Cuánto poder, cuánta pureza puedo tener? Yo experimento, yo veo qué tan puro soy yo el alma, y el alma está siempre en paz. Ese es mi derecho de nacimiento.

¿Qué es paz? Cuando estuve en mi hogar, en el mundo incorpóreo, allí yo no tenía ni cuerpo ni relaciones corporales. En ese momento yo no tenía ningún tipo de pensamiento. Yo soy esa misma alma que ha venido desde el mundo incorpóreo y estoy sentada en el trono de mi frente. Tampoco tengo relaciones corporales. Yo soy el soberano de este instrumento que es mi cuerpo, yo soy un soberano".

Quando uno revuelve un pensamiento de esta forma, cuando uno se concentra en un pensamiento, entonces uno se experimenta como un alma de paz. Experimentas el pensamiento, y después te vuelves la personificación de ese pensamiento. Cuando estás ocupado revolviendo, existe un control natural sobre tu mente. No hay oportunidad para que los pensamientos obstructivos o impuros emerjan.

Bapdada 21.11.84: "Quando comprendes que eres un punto de luz, y estás completamente consciente de ti mismo, entonces tu cada palabra, pensamiento y acción es divino. Por ende, para aquellos que son conscientes de si mismos, su cada acción, pensamiento, visión y palabra es divino."

TENER EL PODER DE CONCENTRACION PARA REVOLVER

A veces parece que no hay mucho poder de concentración. En otras palabras, no tienes una mente pura cuando revuelves el conocimiento. Pueden existir dos problemas en esta situación. El primero es el de los pensamientos temporarios, ordinarios o mundanos que puedan emerger. El segundo es el de las sanskaras pasadas o profundas que surgen para interrumpir tu concentración. Entonces cuando inicialmente tratas de revolver para buscar la autorealización, puedes experimentar un poco de paz mental y de repente te acuerdas, "tengo que hacer ésto; tengo que encontrarme con esta persona; alguien me dijo ésto ayer, me recuerdo de una acción cometida ayer, etc."

No se deben molestar por ésto. Sólo tienen que convenserse de pensar en estas cosas después. Están llenos de conocimiento, entonces pueden convenserse; éste no es el momento de pensar en estas cosas. Están sentados para recordar a Baba; las otras cosas pueden ser terminadas cuando llegue el momento. Vuelvan a revolver: yo soy paz y puro, etc. Cuando los pensamientos de distracción hayan pasado, te sentirás más cerca a ser consciente de ti mismo, de ser un punto de luz.

RECONOCE LOS PENSAMIENTOS - NO LOS REPRIMAS QUE HACER CUANDO PENSAMIENTOS IMPUROS ENTRAN EN LA MENTE

Cuando tengas que crear un pensamiento en tu mente, lleva este pensamiento a tu intelecto:

Bapdada 1.1.86: "¿Quién es Arjun? ¿Quién es un alma elevada? El que reside en el pensamiento, el que personifica el pensamiento se vuelve igual a Arjun. De la misma manera, cuando creas un pensamiento debes volverte la personificación de ese pensamiento. Arjun fue un alma elevada, tú también eres un alma elevada. Creas un pensamiento, pero también debes experimentarlo, o sino, ¿cuál es el propósito de crearlo?"

Entonces un principio importante es que cualquier pensamiento que creas, tráelo a tu intelecto, reconócelo, experimentalo. Experimenta, analiza y explica este pensamiento. Si es bueno, entonces experimentalo; si es malo, entonces quémallo y terminalo.

No reprimas ningún pensamiento. Supongamos que te acuerdas de un pensamiento pasado e impuro. Lleva este pensamiento a tu mente: ¿Por qué recordé esta persona, o este hermano o hermana? Pregúntate: ¿tengo algún deseo? ¿Quiero algo de este cuerpo físico, tengo atracción hacia este cuerpo físico? ¿Existe alguna parte de este cuerpo que me gusta o que amo? Este cuerpo está compuesto de los cinco elementos, es un conjunto de huesos, sangre y piel. ¿Cómo puedo amarlo? No, definitivamente amo al alma. Es mi hermano. Todas las almas pertenecen al único hogar. Son hijos del único Padre.

Pero cuando surgen pensamientos desde la conciencia del cuerpo, convénsete que éste no es tu pensamiento y no has cometido esta acción, sino que fue cometida en el pasado. Ahora soy un hijo puro del Padre puro. Entonces tengo que ver y crear la misma conciencia en mí y en otros, y ver a las otras personas como almas. Ellas también son almas puras como estrellas luminosas. Debes crear esta conciencia. Esto significa que cambias tus pensamientos impuros en pensamientos puros, o sea, "Tú eres un alma pura".

Al reconocer y no reprimir los pensamientos impuros, fácilmente removerás los pensamientos negativos dentro de poco tiempo. Tú poder de concentración incrementará. Serás capaz de remover, completar y quemar los pensamientos impuros o inútiles, y fácilmente te tornarás la personificación del pensamiento original.

Cuando logras el poder de concentración rápidamente, experimentas la sensación que yo estoy en paz y yo soy un alma pura. Este estado se conoce como el estado doble luz o el estado incorpóreo. Sientes: yo soy un punto de luz, yo estoy desapegado de las ataduras del cuerpo; yo soy luz - yo soy doble luz. Cuando estás en este estado de doble luz, entonces puedes cargarte de poder. Puedes mantener una conexión constante con el Todopoderoso. Primero tienes que experimentar el estado incorpóreo o doble luz. Si tienes hasta un por ciento de cuerpo o de relaciones corporales, entonces no podrás concentrarte totalmente; en medio de la meditación alguien te llevará hacia abajo. Entonces vuelvan su fundamento fuerte.

Bapdada dice: "Considérense un alma y después recuérdeme a Mí."

Porque el que es capaz de recordar "yo el alma", será capaz de recordar al Padre. Tienes que dejar todo para volverte desapegado, y así podrás concentrarte totalmente.

UNA PAZ USAR EL CONOCIMIENTO PARA IR DONDE BABA

Cuando siento y experimento que estoy desapegado, entonces estoy listo para volar. Tengo que recordar adónde está Baba. Él está en el mundo incorpóreo—en un mundo ilimitado y lejano. No lo he visto. Baba aun no me ha mostrado la visión. Baba me ha dado el conocimiento que soy un alma, y con este conocimiento voy a buscar.

¿Adónde me voy a concentrar? Debido a que la mente es muy sensible, requiere de algún objeto material para concentrarse. Ustedes están haciendo semi-bhakti, también toman alguna imagen o fotografía, o siguen buscando aunque la persona está sentado en frente de ustedes.

Tienen que tomar algún punto de concentración que no está en la tierra. Todo aquí está compuesto de los cinco elementos o de vibraciones impuras, etc. Entonces cuando te sientes desapegado, cuando fijas tu intelecto, cuando sientes que estás muy, muy lejos de estas vibraciones impuras que has sentido muchas veces, de repente puedes emerger esa escena.

Trae en frente de tu mente cómo el sol está colgando, la luna está colgando, y la luna está transfiriendo la luz del sol. Revuelve esto. Piénsalo. Puedes ver y experimentar como el sol está recibiendo y entregando su luz. Haz un lugar en tu intelecto en las regiones ilimitadas del cielo. Cuando revuelves esta experiencia y este pensamiento, te sientes desapegado, lejano e ilimitado. Te sientes desapegado de los cinco elementos y las vibraciones impuras. Te sientes solo, te sientes preparado para ir donde quieras.

USAR EL CONOCIMIENTO PARA BUSCAR EL MUNDO SUTIL E INCORPOREO

Basado en lo que hayas escuchado hasta ahora del conocimiento, busca el mundo sutil y el mundo incorpóreo. Emerge el mundo sutil, ve que es y adónde está. Cuando este pensamiento viene a tu mente, usando el mismo principio, llévalo a las profundidades de tu mente y empieza a analizar sus implicaciones.

¿Qué es el mundo sutil? Luz de luna blanca y fresca. El alma de Brahma Baba está allí. ¿Cómo llegó él allí? Verán el retrato de Brahma Baba allí. El retrato estará claro dependiendo del poder de tu tercer ojo. Verás como Baba llegó allí, lo que él ha hecho y lo que está haciendo allí. Verás como Baba ha logrado el estado karmateet, perfección en vida; como él entregó totalmente su intelecto, forma corpórea y riqueza a Shiv Baba y como él realizaba cada acción de acuerdo a la dirección de Shiv Baba.

Al igual que él siempre mantenía la compañía de Shiv Baba, tú tienes que seguirlo. Si quieres hacer esto, ten una pequeña conversación con él en éste punto. Si tienes algún problema físico, alguna pregunta, libremente pregúntale a Baba como si estuvieras solo con él en el mundo sutil. Conversa con él. Cuando lo haces experimentas el estado angélico. Sientes que estás frente a Baba solo. Lo que sea que quieras o piensas, ponlo en frente de Baba porque tienes completa libertad.

BapDada 23.1.85: "Tu tercer ojo es poderoso de acuerdo a la medida en que lo usas. Actúa como un microscopio o como un telescopio. El mundo sutil está muy lejano, pero puedes ver un retrato de él muy cerca y claro. Si un alma viene en frente de ti, puedes ver las cualidades y la imagen de esa alma tan claramente como si estuvieras mirándola con tus ojos físicos. Puedes ver las cualidades de esa alma claramente de acuerdo al poder de tu tercer ojo. Por lo tanto, dependiendo de la claridad, el poder y la pureza de tu tercer ojo, fácilmente podrás experimentar la imagen y crear el pensamiento.

REVOLVER PENSAMIENTOS EN LA MEDITACION

VER AL CONOCIMIENTO COMO UTIL PARA UN PROPOSITO ESPIRITUAL

(De un taller BK)

- * Te permite tener la experiencia de amor espiritual y desapego
- * Se puede tener una conexión precisa con Dios a través del conocimiento sobre el alma
- * El conocimiento sobre el alma nos da un sentido de identidad
- * El conocimiento sobre el drama del mundo nos da aceptación de la vida y del yo y la sabiduría de como funciona el drama
- * Saber que la muerte no es el final, elimina el temor
- * Se adquiere un sentido de orden y sensibilidad en el drama
- * Paciencia a través del conocimiento acerca del karma
- * El conocimiento de la conciencia del cuerpo - conocer nuestras fortalezas y debilidades y superarlas
- * Un conocimiento claro del futuro - la Destrucción y la Edad de Oro - no confusión y temor
- * Conocimiento acerca de Brahma y Mama - un ser humano puede ir más allá del efecto de la acción y reacción, entonces yo también puedo
- * Conocimiento de pensamientos de yoga, poder de los pensamientos, la forma de remover los pensamientos innecesarios e inútiles
- * Conocimiento acerca de las soluciones, métodos y forma de vida elevados
- * Conocer la diferencia entre la conciencia de alma y la conciencia del rol.

BAPDADA HABLANDO SOBRE EL CONOCIMIENTO

En las murli's Baba frecuentemente habla sobre el tema del conocimiento. A continuación tenemos unos extractos de murli's sobre el tema.

USAR EL ARMA DEL CONOCIMIENTO

La victoria es de ustedes; los que tienen fe en el intelecto son dignos de reclamar el chakra de la victoria. Ustedes reciben el chakra de la victoria a través del ciclo de autorealización. Todos los hijos están recibiendo el mismo conocimiento de BapDada al mismo tiempo. Baba está enseñando a todos juntos. Es la misma murli para todos.

Mientras estudian es una cosa tomar el punto de conocimiento como un arma o poder, y otra cosa tomar el punto de conocimiento como un punto. Eso es lo que hace la diferencia. ¿Qué hace la diferencia? Por

ejemplo, tomen el punto del Drama. Esto es un arma muy poderoso para ganar la victoria. Aquellos quienes embeben el punto de conocimiento en su vida práctica nunca se sacudirán, nunca fluctuarán, nunca podrán ser derrotados. Los que lo embeben solamente en la forma de un punto de conocimiento, ¿qué harán ellos? Ellos hablan del punto pero también derraman lágrimas de sus ojos y sienten "No sé qué me ha sucedido".

Si lo toman en la forma de un punto, a veces el punto funciona y a veces no. Pero cuando llega un problema, no pueden permanecer constantemente victoriosos.

Entonces revisen el curso una vez más con fuerza. Tomen cada punto y vean que poderes están en cada punto y en qué momento en particular se puede usar ese poder. Entréñense de esta manera. Pueden entrenarse de esta manera y después revisar: ¿usé el punto poderoso en la forma de un arma mediante el día? Ustedes pueden realizar este entrenamiento porque son almas inteligentes.

CONOCIMIENTO Y FRESCURA (PUREZA) COMO HERRAMIENTA DE SERVICIO

Por un lado está el poder de la verdad y la intoxicación más elevada a través de esto, y por otro lado, no importa que tan elevado esté la intoxicación, también hay un nivel igual de frescura para que, no importa que tan arrogante o enojado pueda estar otra alma, podrás volverlo fresco también. Hasta para revelar la verdad y ser capaz de mostrar todos los logros, es el poder de la frescura que es requerido. Al contrario, si intentas simplemente probar la verdad sin el poder de la frescura, aquellos que no tienen el conocimiento piensan que tu probar es sólo obstinación. Dejen que el alma que se está quemando experimente frescura. Dejen que se calme el fuego y luego podrá reconocer la verdad.

Primero la frescura de la Madre volverá al alma digna y después el poder de la verdad proveniente del Sol del conocimiento convertirá al alma en un yogui.

REVOLVER LAS GEMAS DEL CONOCIMIENTO

Tener pensamientos puros significa revolver las gemas del conocimiento, que significa jugar con los secretos profundos, sutiles y entrenidos del Creador y la creación. Una cosa es simplemente repetir y el otro es fluir con las olas del Océano del Conocimiento, constantemente jugar con las gemas del conocimiento mientras uno permanece en la intoxicación de ser un dueño de los tesoros del conocimiento. Traer al campo de la experiencia cada palabra invaluable del conocimiento es volverse eternamente grande con las gemas invaluables del conocimiento. Aquellos quienes piensan en el conocimiento solamente de esta forma, son aquellos quienes tienen pensamientos puros. El que penetra el significado secreto de cada palabra del conocimiento, no el que sólo se queda en disfrutar de su música. Junto con la música, los que comprenden el significado secreto estarán perdidos en la intoxicación de revolver como los dueños de las gemas del conocimiento de los tesoros del conocimiento.

JUGAR CON LAS JOYAS DEL CONOCIMIENTO

El Océano del Conocimiento, o el Mercader de Joyas, les está dando bandejas llenas de joyas. Ustedes son sostenidos por las joyas, ¿no es así? Comienzan a jugar con la joyas en el momento en que abren los ojos en Amrit Vela y empiezan a celebrar el encuentro con el Padre. ¿Ya hicieron el negocio de las joyas o todavía lo tienen que hacer? El que será número uno permanecerá tan ocupado negociando las joyas que no tendrá tiempo de ver o escuchar ni pensar en otra cosa. Maya también se alejará al verlo tan ocupado.

EL PODER Y EFECTO DE LOS PENSAMIENTOS

- * Eres responsable de tus propios pensamientos, sentimientos y conducta.
- * Los pensamientos tienen gran poder. Tú creas tus sentimientos y experiencias a través de los pensamientos que eliges pensar.
- * Tienes la habilidad de guiar activamente tus pensamientos de una manera positiva.
- * La frecuente repetición de los mismos tipos de pensamientos crea tus creencias y actitudes.
- * Los pensamientos son como las semillas que siembras en tu mente. Mientras más mantienes un pensamiento en particular, más poder inviertes en él.
- * Pensamientos positivos son los de silencio, amor, paz y felicidad. Nos dan energía y fuerza.
- * Pensamientos negativos son los de duda, agresión, preocupación, culpa, celos. Estos pensamientos nos roban de poder y fuerza y nos hacen sentir cansados y agotados.
- * Lo que crees se vuelve realidad para ti.
- * No puedes controlar a las otras personas, situaciones o circunstancias. Si puedes controlar lo que está sucediendo dentro de ti.
- * Tu verdadera naturaleza es positiva. Negatividad es sólo el resultado de pensamientos equivocados (erróneos??). Puedes cambiarla si así lo deseas.
- * Desarrolla el hábito de observarte. Escucha lo que te estás diciendo.
- * Toma tiempo cambiar y transformar esos antiguos patrones de pensamientos. Se paciente contigo mismo.

*Debe haber gran entusiasmo para hacer servicio
pero hacer servicio también es una responsabilidad.
Vuelvanse listos y después hagan servicio,
al contrario no serán capaces de enfrentar ninguna oposición y se confundirán.
Aprendan como dar el Conocimiento de una forma novedosa.
Dejen que la intoxicación del Conocimiento esté fundido en sus caras.
Sientan el pulso del que quieren servir,
aprendan un poco acerca de ellos primero y después hagan servicio.*

BapDada

CURSO AVANZADO PARTE 4

DESARROLLAR LA ACTITUD CORRECTA HACIA SER UN COMPAÑERO DE BABA EN EL SERVICIO

BK Wendy (Sydney)

- + No obliguen a otros a interesarse en lo que están haciendo o a seguir lo que ustedes hacen.
- + Servicio es dar a otros pero para dar, necesito primero servir a mi mismo.
- + Sean el ejemplo práctico de cómo pueden mantener la paz y tranquilidad al resolver cualquier situación.

Shiv Baba nos ha dado la oportunidad de ayudarlo en su trabajo. El nos enseña como elevar a otros a sus estados superiores. Convertirse en un compañero de servicio de Baba es el resultado del estudio, yoga y la inculcación de las virtudes divinas. A través de pensamientos, palabras y acciones les recordamos a otros de su propio grado de cercanía o separación de Dios y les damos la introducción al Padre Supremo y a la herencia que se experimentarán a través de El.

Servicio es dar a otros pero para dar, necesito primero servir a mi mismo y es aquí donde el estudio y la inculcación de los cuatro temas y el seguir las cuatro pilares se vuelve auto-servicio. El servicio puede efectuarse mediante el día y la noche. Los resultados de nuestros esfuerzos que continúan a través del día por medio del yoga, karma yoga, estudio, inculcación de virtudes son distribuidos a otros en el servicio. A veces podemos concientemente compartir los resultados de nuestros esfuerzos, a veces es completamente natural a las circunstancias, como es el caso de ser un ejemplo constante para los que están en una situación de querer aprender por medio del ejemplo.

NUESTRO ESTILO DE VIDA DIARIO Y EL SERVICIO QUE ESTAMOS HACIENDO Y PODEMOS HACER

AMRIT VELA - ESTILO DE VIDA ESPIRITUAL TEMPRANO EN LA MAÑANA

Cuando despierto mis primeros pensamientos son de Baba y de nadie más. No obstante, cuando me siento en un estado muy poderoso de meditación que viene en Amrit Vela, realmente estaré esparciendo las vibraciones de Baba por todo el mundo - en el Estado de Benefactor del Mundo. Aún cuando sólo esté sentado en paz y disfrutando de una conversación con Baba, esas vibraciones estarán influyendo mi entorno inmediato, el cuarto y cualquier otra persona sentada conmigo en ese momento. Entonces éstos son esfuerzos para hacer servicio en yoga.

- Después te bañas o te haces una taza de té y así estás haciendo karma yoga. Estás revisando tu registro para ver cuánto recuerdo tienes al realizar estas acciones. Las vibraciones que esparces, de nuevo están haciendo servicio.

- Quizás entonces realizas un poco de estudio personal. Los resultados de este estudio te permitirán formular el conocimiento más claramente para así poder explicarlo a otros.

- Después está la meditación en grupo en la clase. Aquí haces el servicio de contribuir a la unidad de la reunión sólo al estar presente. En esto también está la vibración de servicio al "sentarte" en yoga.

ESTUDIO MATINAL Y MEDITACION EN EL CENTRO

- Después viene el estudio de la murli. Esto es preparar el programa de los esfuerzos para revolver el conocimiento/yoga/inculcación para el día. También habrán puntos en la murli sobre el servicio para que encuentres ciertos puntos que te estimularán a realizar actividades prácticas en relación con esfuerzos de servicio en particular - realizar exhibiciones, imprimir tarjetas, ir a ver lo que están haciendo grupos espirituales locales, etc. Esto también es revisar que las actividades que estás haciendo para el servicio durante las horas extras de tu día sean de acuerdo a la instrucciones de Dios.

La murli también aumenta la profundidad de tu comprensión de Baba, para que puedas hacer cualquier servicio más efectivamente. Es buena compañía. La buena compañía de tus compañeros alumnos durante y después de la murli también proporcionará auto-servicio, estímulo para mayores esfuerzos y además será una oportunidad de compartir los frutos de tus propios esfuerzos con tus compañeros hacedores de esfuerzos. Se fortalecen los pilares mediante la buena compañía.

LA RUTINA DIARIA

- Después de la murli viene la rutina diaria. Inmediatamente después de la murli estarás ocupado revisando la murli mentalmente y tal vez preguntando preguntas a tu profesor, siendo que pueden haber términos que aun no conoces. También puedes conversar acerca de proyectos de servicio o eventos familiares con los otros Brahmins. El tipo de servicio que requiere de reuniones es realizado normalmente por grupos pequeños de Brahmins interesados que tienen habilidades o talentos en estas áreas.

Puedes hablar con tu profesor para ver si puedes involucrarte con las actividades actuales, o si eres especialmente valiente, puedes hacer tus propios planes.

- La rutina diaria depende de tu rol en este drama. Puede que estés soltero, casado, viviendo con tus padres, viviendo solo o con amigos. Puede ser que trabajes o que no tengas un empleo. En cualquier caso, habrán actividades prácticas en el diario vivir en las que estás involucrado, quizás no todo el día pero por lo menos

en parte. Entonces puedes elegir usar cada una de estas actividades para el servicio de los demás como también de ti mismo.

Si realizas tus actividades con la conciencia de que son karma yoga, entonces existirá un servicio poderoso a través de las vibraciones y también las mismas actividades serán exitosas desde el punto de vista espiritual. Puede que estas actividades involucren o no la interacción con otras personas, entonces el dharma o la inculcación influenciará a aquellos con los cuales tienes una relación y así hay servicio.

Normalmente las actividades incluirán:

- la preparación de comida
- ir de compras, al banco, al correo, etc.
- limpiar la casa, mantención de la casa, etc.
- cuidar a los niños
- trabajar para ganar dinero
- ayudar en el centro

PREPARACION DE LA COMIDA

La preparación de comida para otros usando la forma Brahmin es una excelente manera de servir a otros. Las vibraciones y el contenido de la comida ayudarán a la persona a volverse más pacífica y saludable. También es un buen ejemplo para los demás (ver Comida Satwic)

CUIDADO DE LA CASA

Si estás conviviendo con otros, entonces crear un ambiente muy puro y limpio tendrá una influencia sobre las personas con quienes convives, y esto es servicio. También es importante la mantención de la casa. Baba dice que debemos estar siempre listos. Cuando visites la casa matriz de la universidad en Madhuban, te darás cuenta que todos los departamentos están funcionando eficientemente y que pueden satisfacer cada necesidad que tengas. Debemos hacer que nuestro hogar funcione de la misma manera para que estén listos para cualquier circunstancia inesperada. La maquinaria debe funcionar bien y eficientemente, y se debe mantener un almacén de comida, agua, ropa y productos de limpieza en caso de emergencia. Los muebles deben estar limpios y no quebrados. El hogar debe parecer bien cuidado, un reflejo del estado del alma. Cualquier forma de malfuncionamiento en el hogar puede tirar el intelecto y te encontrarás pensando sobre la lavadora de ropa durante la meditación. O mirando la escama de la pintura en vez de recordar a Baba. Entonces mira al lugar donde vives desde ese punto de vista, ¿refleja las cualidades de Baba de sencillez, limpieza, pureza y economía?

Encontrarás que si haces el esfuerzo de mantener cosas como las cuentas en orden y mantener un registro de los gastos, esto también te ayudará en asegurarte que estás usando todo como un depositario (trustee). Verás si se está gastando grandes cantidades de dinero en algo y tratarás de encontrar otra forma de gastarlo. Ir de compras, pagar las cuentas y el trabajo de mantención se volverán medios para desarrollar las virtudes de la economía y sencillez y estar siempre listo en tu estilo de vida. (Ver Karma Yoga)

CUIDADO DE LA FAMILIA

Cuidar niños involucra usar las habilidades de dar buena compañía a otros y utilizar el dharma que tienes y también compartir un conocimiento espiritual sencillo o leer historias espirituales o jugar juegos diseñados para ilustrar un punto en particular de las enseñanzas de Baba. Esto también es servicio para los niños.

Además, si estás viviendo con tus padres o con amigos, ésta es tu oportunidad de practicar la inculcación de las virtudes divinas y por ende hacer servicio a través de tu estado virtuoso. Es importante tener la confianza y amigabilidad de aquellos con quienes vives. Sin esto es difícil compartir cualquier enseñanza de Baba. Puedes ganarte esto mediante los buenos deseos y la comprensión genuina del otro como alma, hijo de Baba.

TRABAJAR EN EL MUNDO DE CONCIENCIA DE CUERPO

El trabajo, cuando eres un Brahmin, es el momento para desarrollar todos los temas que Baba nos ha enseñado. Normalmente encontramos que estamos trabajando con almas que tienen distintas formas de conciencia de cuerpo en sus acciones. No están necesariamente haciendo esfuerzos para cambiar, y hasta pueden pensar que los vicios - la lujuria, la ira, la avaricia, el apego y el ego - son necesarios o naturales al alma. Cuando estás trabajando junto con almas que tienen actitudes fijas hacia la vida y métodos fijos para lograr ciertas metas, entonces estás en el lugar perfecto para desarrollar tu dhama - la inculcación de virtudes y practicar usando los ocho poderes. Trabajar pacífica y fructíferamente en tal atmósfera, requerirá de todos tus poderes y virtudes.

También será absolutamente necesario revolver el conocimiento y llevar un registro de aumentar el porcentaje del recuerdo. El servicio en esta situación normalmente se realiza en base a las vibraciones que esparcimos, las actitudes que mostramos como ejemplo, la eficiencia y honestidad con que trabajamos, nuestra habilidad de cooperar con y comprender aquellos con quienes trabajamos.

POSESIONES FISICAS

Al entregar los sentimientos de "mío" y "míos", me libero de las preocupaciones y dolores de cabeza que normalmente acompañan a las responsabilidades. Tengo el sentimiento de lo que tengo y lo que soy, en un sentido mundano, son solamente para el propósito supremo. Si ves que algo que tienes en tu casa sería útil para el servicio de Baba, por ejemplo una máquina de escribir o aspiradora, entonces avísale al profesor en el centro que puede ser prestado para ser usado en el servicio cuando sea necesario. De esta manera, ganarás la fortuna de tener tus posesiones usadas para ayudar que otros se acerquen a Baba.

DINERO

Uno trabaja para ganar dinero para mantener las necesidades del cuerpo y de la familia. El dinero puede ser usado para tus necesidades físicas inmediatas o las de aquellos quienes dependen de ti. También puede ser usado para apoyar a las actividades de servicio. Puedes decidir redecorar uno de los cuartos de tu casa para tener una sala de meditación, y así estarías usando el dinero para servicio. Si eres un alumno regular del centro, también puedes donar dinero en cantidades regulares mensualmente al centro, dependiendo de cuánto ganes. Esto también es una forma de servicio que permitirá que otros proyectos de servicio se realicen. Pregúntale a tu profesor cuánto sería un porcentaje apropiado de tus ganancias que puedes contribuir al centro como lo hacen otros alumnos.

TALENTOS O HABILIDADES

Las habilidades que usas en tu trabajo también pueden ser útiles para el servicio. El servicio significa alcanzar y dar, y las habilidades ayudan a alcanzar. Puede que tengas habilidades o talentos que te gustaría usar para Baba, o habilidades o talentos que te gustaría desarrollar para Baba, por ej. ser músico, artista, escritor, comerciante, profesor, madre, dueña de casa, cocinero, organizador, secretaria, contador, etc. Todas estas habilidades pueden ser usadas para Baba. Es una forma de transformar las sanskaras, si estás usando estos talentos para acercar a otros a Baba al mismo tiempo de recordar a Baba mientras las usas, entonces recibirás el doble beneficio o la doble corona, la corona de pureza y la corona de soberanía en la Edad de

entienda parte del conocimiento, pero cualquier cosa que comprenda será de ayuda, aun si no se vuelve un Brahmin.

Si no estás seguro acerca de un punto de conocimiento, entonces explica que aun eres un estudiante y que le preguntarás la respuesta a un profesor más experimentado. Humildad en el lugar adecuado es también una forma de compartir virtudes con otros. Pero también recuerda que Baba está contigo en el servicio y trata de contestar lo mejor posible, trata que Baba conteste a través tuyo.

La mayoría de las almas con quienes estás en contacto en el trabajo, en la familia, los amigos, parientes no están inmediatamente interesados en el conocimiento espiritual aun cuando tú lo encuentres tan interesante. Entonces para esas almas es bueno darles buenos deseos, para que ellos sientan que tienes buenos deseos hacia ellos. Y así cuando compartes tu experiencia con ellos, encontrarás que te escuchan cuidadosamente y que estarán abiertos y serán honestos contigo en sus reacciones.

Siempre siente que estás plantando una semilla de verdad en sus conciencias. Quizás no acepten, comprendan o se den cuenta de la naturaleza del conocimiento que tú estás estudiando, pero si lo harán a su propio tiempo, de su propia manera. Una vez que se haya plantado la semilla de la verdad, definitivamente dará fruto.

RESUMIENDO LAS DISTINTAS FORMAS DE SERVICIO

AMRIT VELA - el esparcir luz y poder para remover los obstáculos de las almas errantes. Trac unidad a la familia. Para hacer que ésto sea exitoso necesito entregarle todos mis pensamientos a Baba y encontrar formas de hacer que cada amrit vela sea especial.

ESTUDIO PERSONAL - para formular el conocimiento más claramente para poder explicarlo a otros. Desarrolla tu propia comprensión para convertirte en un buen ejemplo. Un buen método es hacer un plan de estudio con un objetivo o tema por una semana.

MEDITACION EN LA CLASE - contribuye a la unidad y al poder de yoga de la reunión. Ten un objetivo distinto cada día durante la meditación en la clase.

MURLI - lo que Dios dice acerca del servicio. Chequear qué servicio estamos haciendo contra el conocimiento de la murli. Dar buena compañía a otros en la clase de murli. Para mantener nuestra capacidad de servicio podemos buscar lo nuevo en cada murli con la realización de que cada murli es de Dios y buscar las respuestas a nuestras necesidades.

PREPARACION DE BUENA COMIDA PURA - servicio de los elementos al ofrecer bhog: al cocinar en el recuerdo de Dios la comida se vuelve una fuente de servicio para el que lo come. Lograremos esta meta si reconocemos la importancia de tener un tiempo especial para cocinarle a Baba. Debes estar consciente del Uno para quien estás cocinando.

CUIDADO DEL HOGAR - crea un ambiente puro y limpio donde vivir. Esto hace que todo funcione bien y crea un ambiente libre de molestias en que vivir y facilita la mantención de un estado elevado de conciencia de alma para todos los que viven en ese ambiente.

CONTROL DE TRAFICO - hace servicio a través de las vibraciones.

REGISTRO AL FIN DEL DIA - mantiene tu auto-servicio poderoso. Te da un intelecto claro al mantener las cosas en perspectiva. Revisa y cambia. Ten la meta clara de entregarlo a Baba al final del día.

DAR EL CONOCIMIENTO ESPIRITUAL A OTROS - responde a sus necesidades de saber acerca de Dios. Escucha lo que cada alma necesita y piensa que eres un instrumento de Baba.

SERVICIO DE RELACIONES Y CONTACTOS

Al compartir el conocimiento con otros, no siempre es posible entregar el conocimiento directamente, entonces sólo hay que conversar manteniendo el conocimiento de Baba en mente y encontrarás que la forma en que expresas lo que piensas a los demás naturalmente contendrá realizaciones y comprensiones que has adquirido del conocimiento espiritual. Siempre ten buenos deseos hacia los demás. No obligues a otros a estar interesados en lo que estás haciendo o a seguir lo que estás haciendo. No obligues sutilmente tampoco, o sea, a través de la no cooperación o actitudes negativas hacia las actividades de ellos. Es importante dar mucho amor, vibraciones puras y paciencia a aquellos con quienes estás en contacto.

Tienes que observar bien la naturaleza del alma con quien estás en contacto para que le puedas dar la respuesta correcta en el momento preciso. Escucha a Baba con tu intelecto, El siempre te dará el consejo apropiado. No dejes que la fe que en ti tienen las personas con quienes vives se quiebre. Tienes que jugar dentro de las reglas de la familia para que ellos mantengan su fe en ti. Tienes que dominar el arte de producir un equilibrio entre ocultar y revelar las verdades espirituales.

Nunca hables acerca de las verdades espirituales con los miembros de tu familia a menos que ellos te pregunten, y aun entonces cuando hables, presta atención de no hablar demasiado. A las almas que son habladoras porque sus mentes operan rápidamente, puedes darles una experiencia de meditación, hasta una simple meditación corta.

En la oficina, especialmente en trabajos bajo mucho estrés, puedes ser el ejemplo práctico de cómo mantener la paz y tranquilidad al resolver cualquier situación. Es como una reacción en cadena y afecta al ambiente de trabajo entero. Las personas recogerán estas vibraciones y empezarán a preguntar. Al permanecer en el recuerdo y en paz, puedes ser competitivo sin ser agresivo. Al no ser agresivo, motivarás la cooperación de los demás. Tu jefe y colegas te encontrarán la persona ideal con quien trabajar y no sentirán que tu eres su oponente. También serán cooperativos automáticamente.

COMO DAR EL CONOCIMIENTO ESPIRITUAL A OTROS

Vierte el amor por Baba en cada alma. Si otros te alaban, lleva su atención hacia Baba, el Donador de todo conocimiento, poder y tesoro ilimitado. Enreda las almas en el amor de Baba a través de alabar a Baba y el amor de todas las relaciones que El nos da. Revela a Baba con tus palabras tan bella y prácticamente que ellos también querrán experimentar esa relación llena de dicha y verán lo fácil que es.

Recuerda que eres un instrumento de Baba. Baba está haciendo servicio a través tuyo, El está presente en el servicio contigo, esperando servir a Sus hijos a través de ti. Como instrumento tú te experimentarás como luz y libre de preocupaciones. No habrá el peso de querer respeto y éxito, y no habrá ningún sufrimiento si hay insultos o fracasos. Es el servicio de Baba, entonces El es responsable.

Nuestro estado es más importante que nuestras palabras. Los demás generalmente se olvidarán de lo que dijiste, pero nunca olvidarán tu estado poderoso y amoroso. En general, la mayoría de los que están buscando espiritualidad y que tendrán interés en escuchar el conocimiento espiritual están buscando una experiencia fácil de paz y amor. Pocos están buscando sólo el conocimiento.

Es importante estar lleno de esencia y concretarse a los hechos cuando uno esté explicando. Explicaciones muy largas muchas veces cansan al orador y al escuchante, debido a que muchas ideas juntas tienden a simplemente hacer imposible recordar o embeber algo.

Uno tiene que darle al alma lo que necesita, no hablarle acerca de la destrucción del mundo cuando están buscando una forma de relajarse. Háblale acerca del alma. Mientras estás explicando, observa la expresión de la persona a quien le estás hablando, siente su actitud, ve si está dispuesto a hacer el esfuerzo de comprender el conocimiento o si simplemente está interesado en absorber las vibraciones. Puede que

- Ayudar en el centro sería similar a las actividades nocturnas ya que el centro puede tener actividades tanto durante el día como en la noche.

- Durante la noche continuarás las actividades del día o puede ser que ahora puedes dejar el karma yoga. Baba aconseja ocho horas de karma yoga para el sustento físico y cumplir con las responsabilidades familiares. Y ahora puedes ir de nuevo al centro o a tu propia sala de meditación y tomar las actividades que están directamente relacionadas al auto-servicio espiritual o al servicio para los demás. Digamos entre las 18.00 y 22.00 horas.

ESTUDIAR EN EL CENTRO CON LA FAMILIA

Habrán clases nocturnas en el centro que puedes asistir ya que aún no estás familiarizado con los distintos aspectos de las enseñanzas de Baba. Además, habrán actividades dirigidas por otros Brahmins que pueden ser reuniones familiares espirituales - el comer juntos, discutir el progreso propio en grupos.

PLANIFICACION DEL SERVICIO

Habrán reuniones para la implementación de planes de servicio con objetivos particulares, por ej., crear una exhibición, libro, conferencia, etc. También habrán actividades relacionadas con compartir el conocimiento con otros - clases de cómo dar cursos a alumnos nuevos, charlas para alumnos nuevos, y actividades fuera del centro que presentan algún aspecto del conocimiento de Baba a grupos de personas o individuos quienes están afuera del centro, por ej., cursos de pensamientos positivos, seminarios sobre temas profesionales actuales, etc.

KARMA YOGA EN EL CENTRO

Aparte de todas estas actividades relacionadas a alcanzar directamente a otros desde un punto de vista u otro, también hay actividades relacionadas con la mantención del centro, el cual ahora es tu centro en un sentido. Al igual que la familia, hogar y oficina necesitan organización, limpieza, correspondencia, archivar, llamadas telefónicas, etc., el centro también requiere de estas cosas. En la medida que te familiarices con las actividades de tu nueva familia y escuela, podrás encontrar tu lugar en estas actividades.

Existen dos aspectos en las actividades: la actividad es karma yoga y por lo tanto, en todo momento uno debe prestar atención a permanecer en el recuerdo, usar las joyas del conocimiento que Baba ha compartido contigo y dar virtudes a otros a través de tu propia actitud en tus relaciones. También existe la ganancia doble de traer a otros directamente más cerca a Baba al usar algún tipo de talento que les facilitará contactarse con, o comprender, las enseñanzas de Baba. Esto es crear la doble corona, la corona de pureza y la corona de soberanía del reino en la Edad de Oro.

EVALUAR EL AUTO-PROGRESO PARA EL DÍA Y DORMIR

- Después tienes las horas de la noche cuando puedes evaluar tu progreso durante el día, llenar tu registro y decirle buenas noches a Baba, revisando que tu estado es de dicha y luz antes de dormir para que despiertes en el mismo estado.

- Después viene el sueño. Un yogui avanzado puede hacer servicio en sus sueños, pero en esta etapa probablemente no sabrás cómo hacer esto. Pero si duermes plácida y pacíficamente existirá el servicio por medio de las vibraciones de mantener una vibración de paz.

KARMA YOGA - crea unidad cuando las actividades son realizadas con cooperación con otros y con amor por Baba.

TRABAJO LOKIK - nos permite desarrollar habilidades que podemos usar para el servicio de Baba al entrar en contacto con almas que están buscando a Baba, para ganar dinero para usar en el servicio de Baba y practicar nuestro dhama.

CUIDADO DE LA FAMILIA - es una oportunidad de servir usando los poderes y artes. Practica constantemente el dar buenos deseos a otros.

LO QUE BABA NOS ACONSEJA EN RELACION AL SERVICIO

El servicio es el método de avanzar. El servicio que hacen en esta vida, por un corto periodo de tiempo, trae la recompensa para esta edad así como para las edades de oro y plata. Debe haber tanto amor por el servicio como hay para el Padre. La pureza es el método de ser capaz de experimentar el amor de Baba; la pureza es la base del éxito en el servicio. Amor tanto por el Padre como por el servicio es lo que da una vida espiritual a cada Brahmin. Permanecer ocupados en el servicio les permite hacer auto-servicio.

El verdadero servicio es ser el instrumento para llenar con poder a los que están débiles. Esto nos da la experiencia de felicidad ilimitada. El servicio no es simplemente a través de palabras, siendo que el servicio es en cada segundo, en cada pensamiento. El servicio es tu vida.

Hacer servicio significa hacer que florezca el jardín de flores. Para hacer este servicio necesitas tener la experiencia de que tú eres parte del jardín de flores y no que estás atrapado en una jungla de espinas. Aun si estás enfermo puedes hacer servicio a través de la mente - el servicio de crear una atmósfera, de esparcir vibraciones. No te vuelvas atrapado por las circunstancias. Siempre ten el objetivo de hacer servicio. Los que hacen servicio en la jungla de espinas son los que recibirán la recompensa más alta y recibirán la ayuda de Baba.

Todos los que hacen servicio tienen sus propias especialidades. Son especiales de su propia manera individual. Es a través de estas especialidades que harán servicio. Un verdadero diamante no puede ocultar su brillo. Mirate a ti mismo y ve qué servicio puedes hacer. Si no puedes volver a otros como tú, el servicio no puede ser realizado. Deja que tu rostro brille con felicidad, deja que tus palabras sean muy claras y entonces podrás influenciar a otros. Adórnate con las joyas de las virtudes y atrae a las almas.

Debe haber gran entusiasmo para el servicio pero hacer servicio también es una responsabilidad. Vuélvete listo y después haz servicio, de lo contrario, no serás capaz de enfrentar cualquier oposición y te confundirás. Aprende cómo entregar el Conocimiento de una forma novedosa. Deja que la intoxicación del conocimiento esté fundido en tu rostro. Siente el pulso de las personas que quieres servir, aprende un poco acerca de ellos primero y después haz el servicio.

Sirve a otros, no tomes servicio (ayuda) de otros.

BAPDADA SOBRE EL SERVICIO

5.5.77	14.1.80	18.1.81	20.1.81	13.3.81
3.4.81	5.4.81	6.10.81	6.11.81	1.11.81
8.11.81	23.11.81	17.10.83	21.11.8	29.9.84
14.1.84	21.2.85	24.3.85	9.3.85	1.3.86
27.2.86	9.4.86	1.9.86	20.2.87	1.10.87

Con el hilo del amor,
las perlas estarán muy cercanas unas a otras
y así el rosario podrá ser creado.
La conciencia de los que están constantemente enamorados de Baba,
estará siempre llena de amor
y hasta sus rostros revelarán que ellos son la personificación del amor constante.
Entonces ¿no rendirá la imagen de amor visible en su rostro el alma que está perdida en el amor espiritual?
BapDada

CURSO AVANZADO PARTE 5

EL PODER DEL AMOR

BapDada y BK Meera (Australia)

- + Cuando uno permanece lleno de amor hacia el Padre, entonces automáticamente hay amor por la familia. Cuando experimento a los dos por igual, ésto es el verdadero equilibrio.
- + Una de las señales de grandeza en una familia, institución o equipo es cuando se ven interactuando con unidad, respeto y amor. Es un ejemplo que hace que el mundo quiera saber "¿Cuál es la base de esta unidad y amor?"
- + Sólo existe un estado que es el estado de perfección. Todas las almas más elevadas deberán emerger del mismo molde en términos de los sentimientos de la mente y su naturaleza. En la medida en que se acerquen más y más, todos se volverán iguales. Entonces se dirá que el rosario está listo.
- + Entonces, al comprender el secreto de estar constantemente llenos de amor, vuelvase los conocedores de todos los secretos.
- + En el servicio, Baba siempre dice que somos Sus instrumentos para servir a otros. Pero el principio básico que Baba sigue es que mientras más cercanos estemos a El, más cerca traeremos otros a El.

MANTENER EL EQUILIBRIO EN EL AMOR HACIA BABA Y HACIA LA FAMILIA

Equilibrio en nuestra vida crea un estado interno de equilibrio y armonía. Nuestro camino permanece claro y no hay confusión. La imagen de Vishnu es uno de total equilibrio. Esto es nuestra meta más elevada. Cuando uno permanece lleno de amor hacia el Padre, entonces automáticamente hay amor por la familia. Experimentar a los dos por igual es el verdadero equilibrio. De igual forma, uno sólo podrá experimentar el verdadero amor cuando esté totalmente desapegado. Como observador desapegado ve todo. Ve el pasado, el presente y el futuro. Ve los juegos de Maya de esparcir sufrimiento y falta de paz por todos lados, pero permanece más allá. Los que pueden mantener este equilibrio se vuelven poderosos. Los ocho poderes emergen en él que puede mantener este equilibrio constantemente.

VOLVERSE INDEPENDIENTE COMO BASE DEL AMOR POR LA FAMILIA Y POR BABA

Cuando aprendemos a tener amor por Baba podemos realmente aprender a amar a otros, a compartir y dar a otros.

¿Qué es lo que Baba quiere decir cuando habla de amor?

"Su promesa es que sólo habrá Uno en sus pensamientos y en su actitud. Solamente escucharán al Uno, sólo verán al Uno, pensarán sólo acerca del Uno y nadie más. Cuando dejan que la influencia de otras almas se quede en sus intelectos, o cuando vean la influencia de lo que otras almas están haciendo, el vínculo sutil se rompe. Debido a que se rompió el vínculo sutil, el nivel de Autoridad Todopoderosa que pudo haber cambia." (1.9.86)

EL AMOR VERDADERO - Bapdada 8.12.86

Las almas hoy en día tienen todos los medios para la felicidad y paz temporal, pero no para el amor verdadero. Todos están sedientos de amor. La comida y riqueza satisfacen las necesidades corporales, pero el alma sólo puede ser satisfecha con amor espiritual, y eso debe ser también imperecedero, constante.

Sólo aquellos quienes están llenos de amor pueden dar la donación de amor. Por ésto, al permanecer constantemente llenos de amor, cualquiera que experimente el amor de esa alma tan amorosa, volverá para recibir ese amor y será capaz de renunciar a todo. Para tal amor, uno no se enfrenta a la indecisión o a dificultades para entregarlo todo. Cuando escucha una lista de disciplinas y principios, empieza a pensar, "¡Yo tendré que hacer todo eso!" Pero el método fácil para hacer todo eso, o para soltar todas las debilidades, es "volverse constantemente lleno de amor". Entonces se tomará con facilidad el color de la espiritualidad, por medio de la compañía constante con él a quien el alma ama.

Si uno intenta practicar cada principio uno por uno, entonces experimentará que uno es difícil y otra fácil. El tiempo pasará en esta práctica o en superar una debilidad en particular. Es por ésto que deben tomarse observadores del código de conducta más elevado en un segundo. ¿Cómo harán ésto?

Simplemente a través de estar constantemente llenos de amor. Al tener amor por Baba constantemente, recibirán la ayuda constante de Baba por medio de la cual todas las dificultades se vuelven fáciles.

LA CONCIENCIA DE ESTAR CONSTANTEMENTE ENAMORADOS - Bapdada 8.12.86

La conciencia de los que están constantemente enamorados de Baba siempre estará llena de amor y hasta sus rostros revelarán que son la personificación del amor constante. Entonces ¿no mostrarán la imagen de amor visible en sus rostros los almas que están perdidas en el amor espiritual? Sus corazones estarán constantemente conectados al que aman, y debido a ésto, todos sus apegos caerán con facilidad. El alma que está perdida en el amor de esta forma, hasta perderá la conciencia de sí mismo, o sea, la conciencia del cuerpo.

Cuando un método tan fácil está disponible para ustedes, ¿por qué no usarlo para aumentar su estado y velocidad? Un alma que está constantemente lleno de amor, porque está enamorada del Uno Todopoderoso, automáticamente se encariñará con todas las otras almas. Al saber este secreto, el alma gana el acceso a todos los secretos, porque entonces se vuelve yogyukt, yuktiyukt, y es capaz de usar todas las virtudes divinas y es por eso capaz de complacer cualquier alma fácilmente.

Si no han ganado el acceso a todos los secretos, no podrán complacer a nadie. Si al observar los rostros de otros y al escucharlos, perciben el secreto de sus mentes, entonces podrán complacerlos fácilmente. Pero a

veces uno pierde el secreto de la mente de un alma al observar su rostro y al escucharlo y debido a esto, muchas veces ellos terminan molestandolos o ustedes mismos se vuelven una molestia para ellos. Entonces, al comprender el secreto de estar constantemente llenos de amor, vuelvase los conocedores de todos los secretos.

SER DESTRUCTOR DEL APEGO - Bapdada REVISADO 9.2.87

Revisense y vean en que medida se han vuelto los destructores de todos los apegos. El hecho que repetidamente entran en la conciencia de cuerpo muestra que no han ido más allá del apego al cuerpo, y así destruyen el tiempo y los poderes que reciben como herencia del Padre porque no pueden usarlos. Todos los reciben, ¿no es así? Cuando se vuelven hijos, todos reclaman el derecho a la propiedad de Baba como su herencia. Sin embargo, se vuelven numéricos de acuerdo al esfuerzo que hacen en hacer uso de todos los poderes que reciben como herencia y en elevarse ustedes mismos.

AMOR POR LA FAMILIA - UNA FORMA DE SERVICIO (De un taller BK)

Una de las señales de grandeza en una familia, institución o equipo es cuando se ven interactuando con unidad, respeto y amor. Es un ejemplo que hace que el mundo quiera saber "¿Cuál es la base de esta unidad?"

Las personas tienden a pensar que la base de tal amor es alguna técnica o habilidad que aún no han aprendido. Como dice Baba: miren la forma en que están mirando a los otros de la familia Brahmin. ¿Es ésto lo que crea el problema? ¿Quizás si medito por media hora más cada día o si organizo una gran conferencia para VIPs las cosas cambiarán? Miro a los cambios externos como una fuente para ayudarme a cambiar la familia.

Para producir cambios en mis relaciones tengo que hacer lo que Baba siempre nos está pidiendo hacer - tengo que chequear y cambiar a nivel del ser. Necesito preguntarme: "¿Cuáles son las razones de por qué hago ésto? ¿Cuál es el concepto de fondo que me lleva a actuar de esta forma? ¿Cuáles son las sanskaras que emergen en estas situaciones en particular? Si queremos crear una familia amorosa, unida y feliz, necesitamos convertirnos en el tipo de persona que crea pensamientos poderosos y llenos de paz y que constantemente evita reaccionar a lo negativo.

- * Si quiero que mis relaciones individuales con mis hermanos y hermanas sean fáciles y cooperadoras, entonces desarrollo mis sanskaras de ser comprensivo, cariñoso y amoroso.
- * Si, en el rol que actúo en la familia, me gustaría tener más oportunidades de dar aportes creativos, entonces debo aprender el arte de ser responsable, servicial y cooperador.
- * Si quiero que otros confíen en mí, entonces desarrollo mi propia confiabilidad.

Cuando culpo a la familia o a otro por el tipo de organización o relación que tengo, entonces no puede ocurrir un cambio exitoso. Es un hábito muy profundo el de tratar de cambiar a otro sin trabajar en cambiar a si mismo, especialmente en las relaciones o en grupos.

AMOR EN LA FAMILIA BRAHMIN - Bapdada 3.2.88

Entonces ya sea si llaman a Brahma la madre o el padre o no, ¿saben cuales son las esperanzas especiales que él tiene para los hijos?

Primero, él tiene una esperanza en relación a Baba, y segundo, una esperanza pura en relación a la familia Brahmin. Al igual que BapDada es el observador como también su Compañero, de la misma forma ustedes deben volverse un observador y un compañero y así volverse grandes almas que constantemente actúan ambos papeles de acuerdo al tiempo.

La primera esperanza es en relación a Baba, de volverse iguales a Él.

La segunda esperanza es en relación a la familia; o sea, dejen que haya constantemente buenos deseos y pensamientos puros en sus acciones hacia cada alma Brahmin; no sólo en sus pensamientos, no sólo en el deseo.

Cuando hay amor, las instrucciones o señales para la transformación no crean malentendidos. Constantemente experimenten el sentimiento de que hay beneficio en lo que Baba dice. De esta forma, el amor nunca disminuye; el alma se considera estar aún más cerca al corazón de Baba, existe el sentimiento de pertenecer. Esto es amor profundo en el corazón, y él que tiene esto se vuelve él que transforma los sentimientos del ser. Ustedes tienen tal amor por Baba, ¿no lo tienen? La señal del amor de Baba es que Baba siempre dice "Haji". De la misma forma, constantemente debe haber el mismo amor en el corazón por la familia Brahmin. Deben aplicar el método de transformar el sentimiento, entonces el equilibrio entre amar a Baba y a la familia automáticamente revelará el equilibrio entre el recuerdo y el servicio de una forma particular.

LA LEY DEL AMOR

El amor verdadero es como el amor de Baba, es un amor incondicional que acepta todo. Pero aquí opera la ley sutil que dice que aquellos que vienen más cerca a Baba son los que son más similares a Baba. El amor de Baba está disponible para los que desean tomar Su amor. Ese amor nos da el sentido de seguridad y protección que nos permite crecer espiritualmente. A través de Su amor incondicional, Baba nos muestra nuestras especialidades y nuestras cualidades esenciales. Esto nos da entonces el poder de transformar nuestras sanskaras, podemos cooperar con otros, mantener la integridad en nuestras relaciones, seguir las disciplinas y ayudar a otros a acercarse a Baba.

EN LA MEDIDA QUE SE ACERQUEN UNOS A OTROS TODOS SE VOLVERAN IGUALES **Bapdada 1.9.86**

Dejen que los sentimientos que tienen en sus corazones entre ustedes sean absolutamente limpios. Donde hay verdad y limpieza habrá cercanía. Será como si ellos también estuvieran cerca de Baba. No se puede gobernar un reino solo. Tienen que entrar en relación con otros. La cercanía de los corazones aquí traerá cercanía en las relaciones allá. Entonces dejen que haya cercanía en sus naturalezas y en los sentimientos hacia otros.

Debido a que existen diferencias en sus naturalezas, no existe este tipo de cercanía. Quizás si alguien es entretenido, hay cercanía a ellos, pero el tiempo y la reunión traen entretenimiento. Sus naturalezas deben ser capaces de armonizar con otros. De esta forma se volverán completos en los dieciséis grados celestiales.

Cuando armonizan los sentimientos de sus mentes y cuando armonizan sus naturalezas, entonces se acercan unos a otros. Sólo existe un estado que es el estado de perfección. Todas las almas más elevadas deben emerger del mismo molde en términos de los sentimientos de sus mentes y sus naturalezas. En la medida en que se acerquen más y más, se volverán todos iguales. Entonces se dirá que el rosario está listo.

VOLVERSE PERLAS DEL ROSARIO - TEMOR HACIA LA FAMILIA BRAHMIN

Bapdada 17.4.92

Con el hilo del amor, las perlas estarán muy cercanas unas a otras y así el rosario podrá ser creado.

Ustedes están estableciendo tanto una religión como un reino, ¿no es así? Entonces ¿qué habrá en el reino? ¿Sólo un rey? ¿Un rey y una reina y tú el único hijo o hija? ¿Puede haber un reino así? No puede haber un reino así. Entonces recuerden que tienen que ir al reino. Ir al reino significa permanecer contento con la familia Brahmin, hacer a otros contentos y entrar en relaciones elevadas. BapDada les preguntará a todos ustedes si quieren ser parte del rosario o no. ¿Todos quieren ser parte del rosario? ¿Hay alguno que siente que no tiene ninguna objeción si queda fuera del rosario? Entonces ¿por qué temen a la familia Brahmin ahora? Tienen miedo, ¿no es así? Cuando algo ocurre, ¿por qué dicen "Baba es mío"? ¿Qué harán las hermanas? ¿Qué harán los hermanos? Yo no he celebrado un contrato con los hermanos o hermanas. Pero esta vida Brahmin es una vida de relaciones puras, la vida de ser parte del rosario. El significado de un rosario es una reunión. Entonces si existe alguna duda en la familia Brahmin, si existe algún pensamiento inútil, entonces eso hace que su fe fluctúe. Los lleva a un estado de caos. "Baba es bueno, el conocimiento es bueno, pero estas Dadis no son buenas, los profesores no son buenos, la familia no es buena". ¿Son estas las palabras del que tiene fe en su intelecto? No lo son. Entonces ¿por qué los dicen?

Baba les está dando tarea para un año. Hagan fuerte la fundación en los cuatro lados:

1. Fe en el intelecto
2. Fe en el Padre
3. Fe en la familia
4. Fe en el drama

No dejen que haya ninguna debilidad en ningún aspecto. Es entonces que serán una perla en el rosario; serán un alma digna de adoración y serán un alma que tiene el derecho al reino, porque los Brahmins se vuelven deidades. No pueden convertirse en una deidad sin primero ser un Brahmin. Entonces llevarse bien con los Brahmins significa reclamar un derecho al reino divino. Entonces tienen que llevarse bien con la familia.

LA LEY DEL RETORNO IGUAL

(De un taller BK)

Existe una ley muy natural que opera en todas las relaciones, que es lo que das es lo que recibirás devuelta. Frecuentemente, sin quererlo tomamos mucho más de lo que damos, muchas veces en nombre del servicio o alguna actividad que vemos como dar, pero que realmente es tomar. Hay una historia famosa que ilustra este punto. La historia del ganso y los huevos dorados:

"Un día un pobre campesino descubrió en el nido de su ganso mascota un huevo de oro verdadero. Casi no pudo creer sus ojos. Pero después de verificarlo con el orfebre del pueblo, él supo que era oro verdadero. El ganso continuó poniendo estos huevos de oro y el pobre campesino se volvió arrogante con riqueza y poder.

Un día el ganso no puso los huevos. El campesino pensó: "Si corto al ganso en pedazos podré tener todos los huevos de una sola vez". Procedió a matar al pobre ganso pero, cuando él miró hacia adentro, no había ningún huevo. Así todo lo que le quedaba era un ganso muerto. Por medio de su avaricia había matado la fuente de su fortuna."

Las relaciones se manejan con este principio. Todos somos Brahmins y entonces tendemos a esperar cierto tipo de comportamiento o actitudes de los otros Brahmins cuando entran en relación con nosotros. Si

nuestra relación con Baba es adecuada, podremos sostenernos a través de nuestra relación con El. Sin embargo, a veces eso no sucede y entonces hay señales que nos muestran que tenemos que hacer más esfuerzos en esa dirección. Las señales en la familia que muestran qué expectativas y necesidades están dominando nuestras relaciones, en vez de dar verdaderamente, son:

- * Insensibilidad y falta de consideración por las necesidades de otros.
- * Falta de cortesía

BapDada 17.4.92 "La señal de la verdad son modales. Si eres verdadero y tienes el poder de la verdad, nunca dejarás de lado a tus modales. Prueba la verdad pero con buenos modales. Si dejas de lado tus modales, y después quieres probar la verdad, no serás capaz de probarla. De hecho, lo que sucede es que quieres probar la verdad, pero si dejas de lado tus modales, entonces el probar se vuelve obstinación, no prueba. La señal de falta de modales es obstinación y la señal de modales es humildad.

- * No ver la cualidad de cómo y qué le das a otros
- * El uso de mecanismos de manipuleo para controlar a otro para que tus necesidades sean satisfechas primero.
- * Buscar maneras de mostrar que el otro está equivocado

BapDada 17.4.92 "¿En que son listos la mayoría? ¿En verse a si mismos o en ver a otros? Hablen honestamente. Para la mayoría su visión de larga distancia es buena pero su visión de corta distancia es un poco menos buena. ¿Cuál es su habilidad? Cuando algo sucede, para mantener seguro al yo, ellos hablan acerca de cosas de otros claramente y los agrandan. Achicarán a su propia cosa grande, y agrandarán mucho la cosa pequeña del otro".

Cuando existan estas síntomas, entonces significa que las relaciones están basadas en el deseo de tomar, no en el deseo de dar. El ganso se está volviendo más y más enfermo.

MANTENER UN EQUILIBRIO EN LAS RELACIONES

Cuando la relación es la de una persona más experimentada con una persona menos experimentada o más joven, entonces es difícil saber cuánto cuidado y amor la persona menor necesita. Debido a su juventud son muy dependientes y vulnerables. Pueden ser fácilmente influenciadas por situaciones y por otros. También son impresionadas con facilidad y se vuelven rápidamente cooperativas. Es fácil aprovecharse de esto y olvidar que es necesario dar la misma cantidad, si no más, sustento a esa alma porque tiene menos experiencia.

Alternativamente, a veces le darás demasiada atención. Es fácil ceder y regalinear al que es joven, pero también debes enseñarle las disciplinas del yoga y conocimiento. Sin esta fundación firme, ellos no podrán sobrevivir como yoguis. Todos necesitan aprender los parámetros dentro de los cuales se debe actuar. Ellos necesitan saber el valor del autosustento, para cumplir con el servicio y tener una actitud pacífica y amorosa mientras hacen servicio.

LA FAMILIA Y DESPUES EL SERVICIO PARA EL MUNDO

En el servicio Baba siempre dice que somos como sus instrumentos para servir a otros. Pero el principio básico que Baba sigue es que mientras más cerca estemos a El, más cerca llevaremos a otros a El. De una manera similar, cuando servimos a otros nuestra meta es llevarlos, a través de nuestro ejemplo, tan cerca de Baba como es posible.

Si tienes el rol de ser responsable por un grupo de Brahmins que está haciendo un tipo de servicio en particular, entonces la cantidad de nutrición espiritual que ellos estén recibiendo estará reflejada en el proyecto de servicio. La cantidad de amor, felicidad, crecimiento y paz que ellos estén experimentando hará que el proyecto sea un éxito o lo opuesto. Entonces aquí es necesario ese equilibrio. El propósito de ese equipo debe también ser encontrar maneras de asegurar que el equipo crezca espiritualmente mientras realiza el proyecto. Si el equipo trata de trabajar sin esto, no será efectivo y los miembros sentirán que les es difícil cooperar.

EQUILIBRIO ENTRE INDEPENDENCIA Y COOPERACION

BK Meera - Australia

El equilibrio entre ser independiente y al mismo tiempo cooperativo es como ser una perla del rosario, la perla es independiente y separada, sin embargo está enhilado en el rosario y debido a esto, tiene mayor valor. El hilo del amor junta la independencia con la cooperación.

Independencia no significa estar solo, aislado, sino tener el control completo sobre los sentidos y los órganos de sentido, sólo entonces uno puede dar cooperación. Independencia significa tomar soporte del Uno, "en-dependencia" del Uno, o sea, yoga y cooperación. Si quieres volverte un yogui fácil, entonces vuélvete un sahayogui, coopera con todos. La verdadera libertad es depender del Uno. Cuando dependo de muchos, no doy nada ni tampoco recibo nada.

En el Occidente, la independencia a veces significa "no me importa", "yo hago lo que quiero, tengo mi libertad". La verdadera independencia es cuando todos me importan pero no dependo de nadie.

Es un error dar cooperación a alguien para hacer que esa persona dependa de mi, sino, hay que liberarla de toda dependencia y que dependa solamente del Único Baba. Tenemos que dar amor a otros, pero tenemos que permanecer en un estado yogyukt y volverlos dignos de tomar el amor de Dios. Así esa alma podrá tomar amor todo el tiempo, aunque yo esté allí o no. No es que ellos empiezen a depender de mi amor. Si yo me amo verdaderamente, entonces dependo del Uno.

Si todos estamos siguiendo el Shrimat del Único Padre, entonces hay unidad. Shrimat es Ekmat (unidad). Cuando todos tenemos la misma meta de acercarnos a Baba es más fácil.

Existen dos puertas por donde entra Maya:

1. El ego
2. El sentimiento de no ser respetado

Devta (deidad) significa él que da. No cuenten cuánto dan. Realmente es cuando pienso en lo mucho que doy que dejo de dar. Sólo siéntense con Baba y lo que sea que alguien quiera tomar, déjenlo. El que está dando nunca piensa que está dando.

INDEPENDENCIA EN LA FAMILIA

Fe en el Uno y el soporte del Uno me ayudan a ser independiente, a dar a todas las almas. Necesitamos ser independientes en nuestros propios esfuerzos, no dependientes de los demás o de la vibración; capaces de sostener el ser sólo con nuestros propios esfuerzos y con Baba, sin el apoyo de la familia.

Con independencia creamos las sanskaras de introversión, autodisciplina, autocontrol. Y después cuando entramos en la reunión, podemos tener la conciencia de ser un donador y de ser desinteresado. En el pasado la independencia ha estado basada en la impureza, principalmente en el ego. Ahora está basada en la pureza y el autorrespeto.

Independencia significa estar más allá, libre de la influencia de las cuentas y sanskaras de otros. En el sentido equivocado pienso "Voy hacer lo que me plazca". No, hay que ver lo que Baba quiere que yo haga.

Necesitamos independencia en cuidar nuestras propias posesiones y deberes para que no seamos una carga para otros. Existe un deseo fuerte de ser independiente demasiado rápido, lo que a veces produce el temor de tomar la cooperación que la familia está dando. Necesitamos cooperar y tomar su cooperación como medio de volvernos independientes.

En la vida Brahmin a veces sentimos rebeldía hacia la autoridad de Baba que viene de vidas pasadas. Tenemos que darnos cuenta que mientras más dependamos de Baba, más libres kármicamente estaremos. Debemos ser independientes de la cooperación que damos y recibimos de otros. El saber que es la tarea de Baba y conocer los grandes beneficios que uno recibe al cooperar con la familia y Baba, permite que uno se entienda.

COOPERACION

Se recibe cooperación automáticamente al dar. Con Baba como tu hijo, experimentas el hacer cosas para Baba en la práctica. Cuando se experimenta la unión con el Uno, entonces hay armonía con todos.

ESTADOS DE LIBERTAD

Taller BK

SEÑALES DE DEPENDENCIA

- * Tú me cuidas
- * Tú me ayudas
- * Yo te culpo por ésto
- * Necesito a otros para obtener lo que quiero
- * Si soy emocionalmente dependiente, entonces mi sentido de valor y seguridad vendrán de tu opinión de mí.
- * Si soy intelectualmente dependiente, entonces necesito que tú pienses por mí para resolver los asuntos y problemas en mi vida.
- * Abandono mis relaciones con otros porque pienso que el otro es la causa de mis problemas.
- * Dejo mi trabajo o carrera pensando que ésto es una señal de que soy libre, cuando realmente significa que no pude soportarlo.
- * Compartir con otros crea dependencia. No me conozco suficientemente bien.

SEÑALES DE INDEPENDENCIA

- * Yo puedo hacerlo
- * Yo soy responsable
- * Yo soy autosuficiente
- * Yo puedo elegir
- * Logro lo que quiero a través de mi propio esfuerzo
- * Físicamente puedo sobrevivir solo
- * Independiente mentalmente significa que puedo pensar mis propios pensamientos y mover de un nivel de concepto a otro. También puedo pensar creativa y analíticamente, también como organizar y expresar mis pensamientos de una manera fácil de comprender. Puedo revolver el conocimiento de Baba fácilmente.
- * Soy capaz de apreciarme a mi mismo, mis cualidades y virtudes emocionalmente
- * No renuncio a la responsabilidad social; no rechazo a otros ni abandono a mi esposa e hijos pensando que eso es ser independiente.

Una Colección de Experiencias Brahmín

SEÑALES DE INTERDEPENDENCIA - TRABAJAR COOPERATIVAMENTE

- * Podemos hacerlo, Baba y la familia de Baba juntos
- * Podemos cooperar, los hermanos y hermanas juntos recordando a Baba como el Padre
- * Podemos combinar nuestros talentos y habilidades y crear algo más grande juntos
- * Puedo combinar mis esfuerzos con los de otros para lograr un éxito mayor del que yo lograría solo
- * Interdependencia física significa que estoy autodesarrollado pero me doy cuenta que juntos podemos lograr mucho más de lo que yo jamás podría lograr solo. Pienso en mi mismo como un depositario (trustee), por que lo que Baba hace es usar todos nuestros talentos y habilidades juntos para realizar el servicio.
- * Con mi independencia emocional, gano un gran sentido de valor dentro de mi, pero también reconozco mi necesidad de tener el amor de Baba, o si mi estado no permite eso, entonces de los seniors. Reconozco las necesidades de otros de amor, cariño y aceptación.
- * El intercambio intelectual me permite crear una creación superior.

EXTRACTOS DE MURLIS EL AMOR

26.11.79	2.1.82	18.2.83	26.9.83	11.11.83
14.11.83	5.12.83	19.12.83	18.2.84	15.4.84
7.5.84	24.12.84	2.1.85	2.9.85	11.12.85
22.1.86	4.3.86	1.10.87	6.1.88	18.1.88
3.2.88	12.2.88	23.3.88	31.3.88	

*Para disparar la flecha y dar la experiencia de paz
deben practicar el silencio.
Vuelve la flecha tan poderosa que ellos mueren inmediatamente
y vienen a sentarse a los pies de Dios.*

CURSO AVANZADO PARTE 6

EL PODER DEL SILENCIO Una Colección de Experiencias Brahmin

- + Una gran felicidad interna viene del alma interesada en la virtud de la introversión.
- + Regresar a lo "básico absoluto" de conciencia de alma es una gran alegría.
- + En silencio, podemos monitorear adecuadamente el efecto de cada mirada, cada pensamiento, cada gesto, cada palabra y la motivación en cada acción.

El silencio no es una disciplina para el alma. Es un estado muy natural, estimulante y refrescante. El silencio previene la pérdida del poder físico y mental mediante la actividad acelerada. Cuando el intelecto se acelera, el cuerpo lo sigue. El silencio es el verdadero retiro. Es una manera de darse a uno mismo y a otros una y otra vez las cualidades de la quietud. Al igual que un lago se convierte en un espejo para reflejar la belleza de la naturaleza, el silencio revela la belleza de nuestra naturaleza original. Tal silencio sana tanto física como mentalmente; el resultado es frescura y serenidad.

Una gran felicidad interna llega al alma interesada en la virtud de la introversión. El silencio da claridad a los pensamientos. En esto, se puede ver el "grado de entrega" y cuánto falta de ego ha sido inculcado. En el silencio hay un aumento en el poder de la pureza - se almacena energía en el alma.

En el silencio se vuelve claro que Maya - la conciencia del cuerpo - es algo ajeno a mí. Se puede ver a Maya como la falsedad del pasado que se presenta en el ropaje de la verdad. Cuando estamos involucrados no podemos ver. Entonces no podemos distanciarnos suficiente para ver a Maya, y por ende, reconocer la conciencia del cuerpo por lo que es.

En el silencio, podemos monitorear adecuadamente el efecto de cada mirada, cada pensamiento, cada gesto, cada palabra y la motivación en cada acción. También las reacciones, atracciones y repulsiones pueden ser notadas más claramente y manejadas. El alma entonces desea desarrollar una visión para todas las almas.

LOS ASPECTOS PRACTICOS DE PASAR TIEMPO EN SILENCIO

Los siguientes son observaciones y experiencias sobre los beneficios, la alegría y los desafíos del silencio. Mantener silencio es una forma de incrementar las experiencias de yoga del día. Silencio significa no hablar, no escuchar la radio, ver la televisión o leer diarios. No estar involucrado en actividades que no sean las básicas necesarias para la sobrevivencia.

Idealmente se debe mantener silencio un día que uno no tenga que trabajar, pero aunque tengas que trabajar, puedes tratar de hablar lo menos posible, evitando conversaciones o hablar por teléfono. Un fin de semana largo es un buen momento para mantener un periodo de silencio. O con un grupo de Brahmins puedes organizar ir un fin de semana a algún lugar remoto y naturalmente silencioso y lindo. También tenemos la práctica de hacer que los días Lunes de cada semana sean un día de silencio.

EXPERIENCIAS PERSONALES DEL PODER DEL SILENCIO

Puede haber la realización con el conocimiento de que el alma es silente...todo lo demás ha sido el "Juego" en el campo de acción.

EXPERIMENTAR NIRVANA

Volver a lo "básico absoluto" de la conciencia del alma es una gran alegría. Esto está especialmente personificado por la conciencia...Luego volveré a mi mundo original de silencio y luz...Darse cuenta de lo "fundamental" trae una experiencia profunda, y por ende, un cambio duradero.

Imagina el Silencio de los últimos momentos de esta Tierra y Ciclo de Tiempo, cuando todas las almas dejan este planeta! Recuerda el último segundo de En Realidad Volar al Hogar a Baba - Ya No un Ensayo o Visualización.

Recuerda la última experiencia consciente que tendremos, de "dejar el Ciclo" en un Silencio Muerto Total - el Placer de la Liberación y Vuelta a tu Originalidad...Plenitud, Verdaderamente Incorporal. En realidad Vuelves al Hogar.

CONOCER A BABA EN EL SILENCIO

Silencio no es atadura, sino la Libertad de ir en viajes internos de Auto Descubrimiento y Viajes Más Allá de las Estrellas...conocer al Uno quien fue inalcanzable por muchos siglos. Ahora que El Ha Venido A Mí, debo darme tiempo para hacer cosas junto a El. El alma desea conocer y sentir Su Realidad y Belleza Constante; y darse cuenta Totalmente de lo que El Desea de ella...

El silencio me permite ser Sencillo y No Complicado. Esta Práctica me permite ser un Residente de los Reinos Sutiles a través del día. Al disfrutar de la Belleza sutil del Lenguaje del Drishti y las señales, es mucho más fácil estar absorto en el Recuerdo de Baba.

El principal Beneficio de la práctica "saludable" es la experiencia de una Relación más Cercana con Baba. Al practicar el Silencio, podemos ir más profundo en este Placer y Limpieza Espiritual sin distracciones. ¡Desafiate! Tendrás una recompensa. Puedes ir en una caminata de dos horas solo con Tu Compañero y realmente sentir Su presencia...

Por un día o algunas horas permítete ir Profundamente en la Realidad de ser un Huésped - Solo en el Mundo con BapDada.

CONOCIENDOSE A UNO MISMO EN EL SILENCIO

La práctica de la introspección Silenciosa aumenta mi Autorrespeto. No tengo que probar nada o justificar nada. Más que nada quiero complacer a Baba y al ser eterno. Todos los demás serán beneficiados automáticamente.

El silencio crea y aumenta el Autorrespeto Poderoso. Al principio existe torpeza, tensión sutil y excusas mentales creadas en la conciencia del cuerpo. Después uno se calma y entra en la Madurez y Facilidad suave y tierna de la Conciencia de Alma que emerge desde adentro. Se abren nuevas perspectivas y el alma es capaz de "ver" el Valor de simplemente "Ser" - sin excusas, opiniones forzadas o llamar la atención. Simplemente eres "Tú" y hay mucho Amor Profundo por Ti Mismo y cada otra Estrella Hermana. Hay "espacio", un Espacio Espiritual donde Dios puede entrar en Escena y hacer Magia!

A veces no nos damos cuenta cuánto bloqueamos la Labor de Baba, mediante una conciencia grosera, mundana y áspera.

RELACIONES EN EL SILENCIO

"¡Haz lo que se sienta Bien!" Ciertamente se siente tan "bien" estar incrementando el Poder de Revolver (Volviendo Real y Entretenido al Gyan), y estar aumentando la Realidad de una Relación Viviente con BapDada.

Muchas almas están convencidas que ser "liviano" significa una cierta extroversión (hilaridad, bromear, comentarios críticos, hablar de y cosas triviales e inútiles). Todo esto sirve para desperdiciar nuestro Tiempo, Energía y Pensamientos Valiosos de la Confluencia.

Baba ha dicho que cada segundo ahora es equivalente a muchos años del Ciclo. Su tiempo vale Diamantes. También nos ha instruido/sugerido que seamos Cisnes Sagrados (los bienquerientes de todos), y, a través del drishti de Amor y Misericordia, cambiemos la atmósfera de desperdicio o crítica.

"Una mirada puede decir miles de palabras" y dos palabras dichas en un Estado Elevado de Yoga pueden tener el efecto de 200 palabras!

Con el aumento de la experiencia de Drishti Avyakt, la Comunicación se vuelve sutil. El uso de "señales" y de "Expresiones Angelicales" por medio de los ojos y rostro son disfrutados. La verdadera entretención es el resultado de un Actitud Espiritual. Tú eliges si interactúas o sólo miras. Deja que tus ojos Hablen y Habla con la Acción.

Este Poder del Silencio significa transformar la actitud y perspectiva de uno y mantener Un Estado Poderoso. Puede haber la experiencia de la Verdadera Soledad al estar ocupado, y en "Soledad aun en la compañía de muchas almas".

PENSAMIENTOS Y SILENCIO

En el Silencio, uno puede "conectarse" con Baba más fácilmente y el alma puede seguir una línea de pensamiento hasta su conclusión (sin distraerse). Es el Poder que permite una revisión interna profunda. El silencio aumenta el Poder de Revolver. Se puede extraer la esencia en la forma de experiencia. Da origen a nuevos esfuerzos, entusiasmo y pensamientos inspirados. Como resultado, pensamientos inútiles y los pensamientos superfluos y comunes son reducidos dramáticamente.

El Silencio produce una mayor apreciación por el Yoga Poderoso y la Quietud de la Mente. El Poder del Silencio es el resultado de la Práctica de Visualización:

El Ser como una estrella como punto de luz
Baba como la Estrella Incorpórea Siempre Pura
El Hogar Rojo Dorado de Luz

El Silencio es el resultado de la Concentración en Un Punto.

PUNTOS PARA CAMBIAR A TRAVES DEL SILENCIO

"La preparación para Tapasya comienza teniendo el pensamiento poderoso y determinado que debo cambiarme a mi mismo". Dadí Janki

1. Hoy, en momentos de silencio, realmente revisen sus pensamientos. ¿Son beneficiosos? Si no, denlos vuelta y vuélvannos beneficiosos y observen el resultado.
2. Experimenten como el poder del silencio produce energía espiritual y física, para que pueden lograr el doble en mitad del tiempo.
3. Experimenten como el poder del silencio les permite revolver el océano y cambiar la situación.
4. Desde su espacio en silencio, observen las otras almas de una manera desapegada y relaciona eso con el conocimiento de Baba sobre este drama - el juego de la vida.
5. Hagan un esfuerzo especial de permanecer angélicos todo el día.
6. Hablen sólo dulcemente y sólo cuando sea necesario y esparzan su luz a todos a su alrededor.
7. Experimenta como el poder del silencio hace que las situaciones y los problemas se vuelvan livianos.
8. El poder del Silencio me permite disfrutar de los artes...el arte de administración, el arte del ocio, de estar ocupado, etc.
9. Practiquen ser un Bindu, silencio en un segundo, un minuto, una hora, una hora diaria.
10. Presten atención a sus expresiones faciales. ¿Estoy expresando impaciencia o irritabilidad? Cambien eso a benevolencia cuando se den cuenta que cada pensamiento tiene un impacto.
11. Economizen su almacén de energía y creen más al estar llenos de esencia al hablar - y después vayan más allá.
12. Hoy, cada vez que hablen o actúen, piensen: "¿tengo el poder de Baba en lo que estoy haciendo?"
13. Experimenten como el poder del silencio les permite disfrutar la diversidad, unidad y divinidad.
14. El poder del silencio es la semilla del autorrespeto.
15. Experimenten cómo el silencio asfixia a Maya y los vuelve suaves.
16. El poder del silencio me permite poner un final al pasado y disfrutar del presente.

17. El poder del silencio es un catalizador para los buenos deseos.
18. El poder del silencio me permite acumular todos los tesoros espirituales y después donarlos en el momento adecuado.
19. En el silencio las preguntas se mitigan. ¿Experimentan el contentamiento que eso trae?
20. Aplica el freno a cualquier pensamiento negativo o inútil con el poder del silencio, y después lleva el intelecto a lo positivo.
21. El poder del silencio cancela el karma negativo y crea calma.
22. Experimenten el lenguaje del silencio - comuniquen sus sentimientos a través de los ojos.
23. Experimenten la eficiencia en las acciones que trae el silencio.
24. El poder del silencio sana viejas heridas y abre el corazón.
25. El poder del silencio les permite donar felicidad desde el nivel de los pensamientos hasta el nivel de la acción.
26. El poder del silencio: lo inútil decrece y la divinidad crece.
27. Sean silenciosos y vean el alma y el rol.
28. Con el poder del silencio transformen la atmósfera y las actitudes de otros. Vibraciones elevadas son más fuertes que vibraciones negativas.
29. En silencio, ¿vean cuantas señales sutiles pueden captar!
30. El poder del silencio sana al mundo - en el recuerdo poderoso, sus vibraciones alteran cada molécula.
31. El silencio es oro.

DADI JANKI SOBRE EL PODER DEL SILENCIO

Si yo estoy dispuesto a entrar en las profundidades, seré capaz de esparcir buenas vibraciones y crear tal estado que una armadura me protege aunque alguien más esparsa malas vibraciones. Baba no quiere que seamos influenciados por la atmósfera. Tengo que ser introvertido y hacer tal esfuerzo que pueda estar libre de cualquier influencia y en cambio crear una atmósfera buena. Es una señal de gran debilidad ser influenciado por la atmósfera. Un estado poderoso viene con la práctica de revolver buenos pensamientos.

Si cambiaré la atmósfera. En las profundidades del silencio lo exterior no te puede afectar. Hay que más allá de "¿Por qué?" y "¿Qué?" y de ser impresionado y de tener desagrado. Ser impresionado debilita la atmósfera y tira al alma hacia la extroversión. El servicio incógnito es mantener poderosa a la atmósfera. Dejen que haya un silencio muerto alrededor. Cuando haya tal poder en ustedes, las otras almas sin paz experimentarán una paz que permanecerá con ellos para siempre. Algunos están impresionados por la reunión de Brahmins, algunos por las disciplinas, otros por el conocimiento y otros por la paz, el amor o la pureza, y continúan diciendo que ésto es bueno. Pero para disparar la flecha para dar la experiencia de paz, debes practicar el silencio. Vuelvan a la flecha tan poderosa que ellos mueren inmediatamente y vienen a

sentarse a los pies de Dios. Todo ego acerca de posición o nombre o fama debe desaparecer, y deben sacarse el sombrero y volverse hijos de Dios. Mientras más profundo vamos en el silencio, más podremos servir de esta manera.

Hay tres niveles de entrar en el sonido. Primero, al entrar en las profundidades del conocimiento para recibir una clarificación, la frescura influye los órganos de sentido. Conversaciones profundas extraen el jugo. Segundo, tengan tal conversación que sean capaces de experimentar el amor de Baba profundamente. Tercero, tengan tal conversación que les ayudará a experimentar el estado incorporal y a Baba. Entonces podrán darse unos a otros la felicidad supersensorial. El corazón estará contento. Las relaciones en Satyug están llenas de felicidad, intercambiando felicidad con nuestra visión. La base de esto es nuestra actitud y estado mental.

REFERENCIAS DE MURLIS

Murlis Avyakt sobre el poder del silencio versus el poder de la ciencia: 21.2.83, 12.12.83, 16.3.86, 5.10.87.

Murlis sobre el estado volador: 9.5.84, 22.3.86, 1.10.87.

Yoga/tapasya: Murlis de 1969, 7.2.80, 20.8.80, 2.10.81, 11.11.81, 16.11.81, 26.11.81, 28.11.81, 7.3.82, 6.9.82, 15.1.83, 11.4.83, 26.4.83, 10.11.83, 23.12.83, 8.4.84, 26.12.84, 27.3.85, 3.3.86, 22.3.86, 31.3.86, 7.4.86, 20.2.87.

Cómo Baba Nos Ve
Bapdada ve a todos los hijos constantemente en su estado completo.
Baba ve la forma Angélica actual,
la forma futura de Deidad y
la forma Digna de Adoración de la mitad del ciclo.
Baba ve cada joya en su Estado Original, Medio y Final, y
reconoce el valor de cada uno de multimillones, uno del puñado afortunado.
¿Te reconoces a ti mismo como esto?

CURSO AVANZADO PARTE 7

AUTORRESPETO, LA BASE DE LA PUREZA

BK Surya (Madhuban) y Dadi Janki

- + Al permanecer en el autoestima nos volvemos humildes.
- + Cuando utilizamos a tales conflictos internos para aprender más sobre nosotros mismos, podemos experimentar la intoxicación, energía, buena salud, comodidad, etc.
- + Al comprender los distintos aspectos del ser puedes avanzar con mayor paz y comprensión dentro de ti.

Probablemente uno de los regalos más personales que no tiene precio que Baba entrega a Sus hijos es el autorrespeto. Para experimentar esta bendición del Padre en una forma práctica, la pureza es absolutamente esencial, porque es la influencia de la impureza o conciencia del cuerpo que ha robado al alma de este regalo.

Cuando el alma acepta los títulos que Baba le está dando, experimenta autorrespeto. Para eso, el alma necesita el poder que recibe de las acciones elevadas y puras.

En el camino de la religión, alabamos a Dios y pensamos que éramos indignos. Después alabamos a otros y pensamos que no éramos buenos, ellos son mejores que yo. Por muchos nacimientos hemos estado despreciándonos, comparándonos con otros. Existen los dos extremos: o el alma siente ego, que es mejor que otros o que "yo no valgo nada".

Baba nos recuerda nuestro potencial, nuestras cualidades y especialidades y nos ayuda a llevar estas especialidades a la práctica. El nos recuerda de nuestra forma de Deidad y nos da una Visión de los tres aspectos del tiempo - el pasado, presente y futuro. En la sociedad hoy en día, las personas nunca alaban las virtudes, miran a la belleza física, riqueza o posición. Es como si nos viéramos a través de los ojos de otros y así no apreciamos lo que tenemos, y entonces Baba nos recuerda nuestras especialidades. Tener autorrespeto significa dar respeto a ti mismo. Ustedes tienen la intoxicación de su estado elevado. Si tienen el deseo de dar respeto, eso significa que tienen autoestima.

Al permanecer en el autoestima nos volvemos humildes.

RESPETAR EL SER

(Taller BK)

¿Alguna vez te has realmente enojado contigo mismo, o te has hecho daño al pensar negativamente acerca de ti mismo? Como alma con distintas necesidades, perspectiva de vida y valores, frecuentemente nos encontramos involucrados en un conflicto interno. Tal conflicto interno puede volverse una oportunidad de aprender más acerca de ti mismo.

Tal conflicto interno frecuentemente nos causa sentir estrés, cansancio, enfermedad e impotencia que a su vez nos causa postergar decisiones y sentirnos perezosos, enojados, solos, etc.

Cuando usamos estos conflictos internos para aprender más acerca de nosotros mismos, podemos experimentar intoxicación, energía, buena salud, comodidad, etc.

REFERENCIAS DE MUJERES

SITUACIONES QUE NOS LLEVAN A EXPERIMENTAR FALTA DE RESPETO POR EL SER

Frecuentemente como Brahmins tenemos ideales muy altos y por eso reaccionamos fuertemente a las señales de conflicto dentro del ser. A veces retiramos nuestros pensamientos o energías de la situación o persona causando ese conflicto interno. A veces eso puede ayudar, pero a menudo sólo posterga el problema y simplemente sigue creciendo o reapareciendo. En otros momentos tomamos una decisión, esperando lo mejor en vez de pensarlo. Retirarse de situaciones cuando es inapropiado o realizado de una manera equivocada, sin el poder del yoga, resulta en depresiones o tristeza, o quizás motiva a desarrollar una actitud de negocios hacia el ser, o tal vez una actitud no cariñosa hacia uno mismo.

Otra forma en que manejamos los conflictos internos es a través de la represión. Reprimo estos sentimientos o pensamientos inapropiados porque no sé cómo manejarlos, o no quiero tratar los asuntos con los cuales están relacionados. A menudo es el miedo a lo desconocido. Mis actividades son entonces las de una persona que actúa como si nada pasara, continúo actuando e ignoro el asunto. No dejo que mis sentimientos salgan.

USAR EL PODER DE LA AUTOTRANSFORMACION PARA DESARROLLAR EL AUTORRESPECTO

Existe otra forma: Examinar desde más cerca la naturaleza del conflicto dentro de ti. No busques una solución inmediatamente, sino realmente examina más profundamente la naturaleza de las sanskaras que están emergiendo.

- * Cada parte mía necesita algo. ¿Qué es lo que necesita?
- * ¿Adónde son distintas las necesidades y adónde son similares?
- * Al mirar estas necesidades, ¿habrá alguna solución que podría, dentro de la estructura del shrimat que Baba nos da, satisfacer ambos tipos de necesidades?

En este caso, al comprender los distintos aspectos del ser, uno puede entonces avanzar con una mayor paz y comprensión.

AUTORRESPECTO SIN EGO

Dadi Janki 26.12.86

¿Cómo puede uno permanecer en un estado de autorrespeto sin ego? ¿Qué esfuerzo podemos hacer para eso?

Uno necesita honestidad, obediencia y alegría constante y entonces habrá respeto en los corazones de todos para ti, serás capaz de conquistar los corazones de todos. Tal alma prestará atención a no bajar de estado ni por ninguna razón. No importa que tan difícil sea una situación, uno no perder el autorrespeto. Permanecer en el estado del ser original es el objetivo principal de Raja Yoga y así uno puede comprender las samskaras de los demás. Entonces habrá introversión, paciencia y dulzura. Nunca hablen cosas malas o inútiles porque las palabras tienen un impacto profundo en el alma. Las palabras de los que prestan atención a sus pensamientos y actitudes serán tales que reflejarán lo que está en el interior.

Creen tal estado para el ser que su estado de autorrespeto crece. Comprendo cual es mi papel, lo que tengo que hacer. Mi deber dice que simplemente debo tener buenos deseos para todos y mantener el ser fuerte en el estado original, y entonces no puede haber ningún rastro de ego. ¿Quién tiene ego? El que tiene un intelecto grosero. El logra un poco y después se vuelve egocéntrico. Mantengan el juego de las serpientes y escaleras en frente de ustedes. Se suben en la escalera del ego y después un serpiente los muerde y se caen directamente hacia abajo, eso es ego. Esta persona definitivamente sentirá rabia y sólo tomará un minuto para que se enoje. El que tiene ego se demora mucho tiempo en transformar al ser. Tienen que permanecer iguales en el respecto y en la difamación. Conquisten a la lujuria y se volverán un Yogui; conquisten al ego y se volverán un alma verdaderamente llena de conocimiento.

El ego no les permite comprender a si mismos ni a otros. Una persona arrogante es el que da gran sufrimiento. Alguien que tenga el hábito de ver los defectos de los demás no puede matar el ego. El que siente "yo tengo que transformarme" olvidará los errores de los demás muy rápidamente. Los que tienen ego quieren venganza, recuerdan a otros lo que han hecho.

Permanezcan incorporeales - mientras más permanecen incorporeales, más aleación será removida. Mantengan elevado su estado. La mayoría permanecen más abajo. Si alguien permanece introvertido, pueden ver cuantas horas permanecen arriba y cuantas abajo.

Piensen acerca de cómo será el estado karmateet. Será muy dulce. Lo lograrán cuando se vuelvan conquistadores de los vicios. No habrá ni rastro de los pensamientos pecaminosos. Hay paz y amor, realizan acciones y sin embargo existe la conciencia de estar más allá de su influencia, y no el ego de que "Yo he hecho ésto". Este es Maya muy sutil, tener el pensamiento que "yo hice ésto muy bien - ¿todos se dieron cuenta?"

PUNTOS PARA EL AUTOESTIMA (BK Surya)

- Baba Mismo está alabando nuestra fortuna. ¡Qué afortunados somos!
- Dios Mismo nos recuerda. Somos las cuentas del rosario que Dios gira.
- Estamos recibiendo la herencia de la soberanía del mundo del Padre del Mundo y de la Madre del Mundo.
- Somos la semilla de la antigua religión de las deidades.
- Cuando somos satopradhan el mundo es satopradhan, cuando somos tamopradhan el mundo es tamopradhan.
- Tenemos tanta fuerza que estamos amarrando a Baba en el cautiverio de nuestro amor. Debido a nuestro amor, El viene desde Paramdhan.
- Somos los ayudantes de Baba.

- * Tenemos las cualidades naturales de ser maduros, entretenidos, alegres, tolerantes, contentos ...
- * Al igual que Baba es el Sol del Conocimiento, nosotros somos estrellas afortunadas borrando la oscuridad.
- * Somos los Maestros Océanos del Conocimiento.
- * Soy el tanto tiempo perdido y ahora encontrado hijo de Dios.
- * Yo soy el diamante más precioso sentado en el corazón de Baba. Yo estoy actuando el papel de héroe.

Cómo Baba nos ve: BapDada ve a todos sus hijos constantemente en su estado completo. Baba ve la forma Angélica actual, la forma futura de Deidad y la forma Digna de Adoración de la mitad del ciclo. Baba ve cada joya en su estado Original, Medio y Final, y reconoce el valor de cada una de multimillones, uno del puñado de afortunados. ¿Te reconoces a ti mismo como esto?

Veán el contraste de ustedes por un lado y los millones de almas del mundo. En este momento ustedes son las Torres de Paz igual que Baba. La visión de todos está siendo atraído hacia la Torre de Paz. Todos están esperando escuchar los gritos de victoria que deben venir después de los gritos de angustia. Entonces todos ustedes Torres de Paz deben decirMe cuándo habrán gritos de victoria.

BapDada ha mantenido a ustedes hijos como Sus instrumentos responsables en la forma corporal y entonces ustedes Angeles corporales ¿cuándo van a asumir su forma incorporeal para remover todo el sufrimiento del mundo y crear la tierra de la felicidad?

¿Alguna vez se imaginaron aun en sus sueños que encontrarían a tal Padre después de estar separados por tanto tiempo?

BapDada ha seleccionado a Sus hijos desde las cuatro esquinas del mundo y los ha juntado en el ramo de flores de esta única familia.

Ustedes son los que traen el mensaje de Dios. Son almas elevadas, encarnadas para dar el mensaje de Dios a las almas para que ellas puedan reunirse con Dios.

AVYAKT BAPDADA 2.3.87 CURSO REVISADO

¿Tienen el valor de mantener el autorrespeto mientras siguen todas las instrucciones? ¿Tienen a estas dos cosas juntas? ¿Son capaces de estabilizarse constantemente en la conciencia de autorrespeto, y con eso constantemente seguir todas las instrucciones? ¿Se consideran precisos en estas dos cosas? Si la conciencia no está estable en el autorrespeto, entonces faltará algún aspecto u otro en el poder seguir todas las instrucciones. Entonces constantemente estabílicense en ambos aspectos en su forma precisa, y crean un estado de conciencia basada en él. Dejen que el alma esté estable en el autorrespeto que es lo más alto en lo alto, y que pertenece a ustedes Bráhmims en la presente edad más auspiciosa de la confluencia, en la cual se están volviendo los seres humanos más elevados. Al permanecer en este único estado elevado de autorrespeto, muchas variedades de conciencia de cuerpo se terminan automática y fácilmente.

A veces al hacer servicio o mientras hacen sus propios esfuerzos, un error de una pequeña palabra causa que muchos otros errores ocurran. Existe debilidad en un aspecto y esto se torna la semilla de todos los errores. ¿Cuál es esta pequeña palabra? En vez de autorrespeto, ustedes sacan la palabra "auto" y entonces después de haber sacado la palabra "auto", desean respeto. Cuando entran en el asunto del respeto y posición, se olvidan de su estado de autorrespeto. Al entrar en la conciencia de respeto, se olvidan de las instrucciones. La instrucción principal es ser estable en el autorrespeto, pero al entrar en el área de respeto, esa instrucción se termina. Debido al error de una palabra, hay entonces innumerables errores. Y después al entrar en el área de respeto, el hablar, el comportamiento, la actividad, todo cambia. Porque una pequeña palabra ha

*Si muchos de ustedes empiezan a circular como ángeles,
entonces ¿qué pasará?
La atención de todos automáticamente será atraída.
Entonces ahora, junto con la forma corporal,
es esencial servir en la forma sutil.
En las tempranas horas del Néctar,
desapeguense de sus cuerpos y
circunden en esta forma.*

CURSO AVANZADO PARTE 8

SER UN ANGEL BK Jayanti (Londres) y Dadi Manohar

- + Cuando los ángeles han sido recordados, ha sido la memoria de su luminosidad.
- + Siempre traigan esta conciencia sutil adentro de ustedes. La conciencia es de "Yo soy un Brahmin quien se está convirtiendo en un ángel".
- + Su forma angélica será visible en todas partes y estará emergiendo el sonido de: "¿Quiénes son estos seres que están circundando?"

Cuando tengo la conciencia de que yo soy un alma incorpóral y no el cuerpo físico, hasta los demás empiezan a darse cuenta. No es que el cuerpo se vuelve invisible, sino que ellos sienten que es sutil, hecho de luz. Cuando hay la experiencia de todos los estados anteriores, el alma es capaz de permanecer en el estado angélico.

¿CUALES SON LAS CUALIDADES O ALAS DE UN ANGEL?

Los hijos de Baba son los servidores que tienen que ayudar y si intentamos ayudar solamente en la forma humana, se vuelve muy limitada la ayuda. ¿Cuánto pueden hacer? Mírenlo desde una escala humana y los problemas parecen tan enormes que los seres humanos no pueden ayudar. Entonces, Baba nos está entrenando a ser Ángeles.

¿Cómo nos volvemos Ángeles? ¿Cuáles son las alas que los Ángeles tienen? Empieza con gyan y yoga y después gyan se convierte en otra cosa. Cuando llego a Baba por primera vez, Baba me da conocimiento. Yo tomo ese conocimiento y lo uso pero ¿cuál es el estado final que logra ese conocimiento que se vuelve un ala de un ángel? Un ángel no da conocimiento. Cuando las personas tienen visiones de ángeles, ¡ellos no se sientan a darles conferencias! Entonces, ahora como un Brahmin yo escucho a gyan, doy gyan, pienso acerca del gyan, pero cuando uso gyan, toma otra forma y se vuelve otra cosa. De la misma forma, como

Brahmins necesitamos tener yoga. Una vez que nos hemos convertido en ángeles, ya no estamos sentados en meditación. Se ha obtenido otro estado como resultado del yoga.

Entonces ¿cuál es la manifestación final de gyan y cuál es la manifestación final del yoga? Estas son las alas de los ángeles. Las alas de un ángel no son gyan y yoga, eso es para el entrenamiento de ángeles. Cuando aun estás entrenándote para convertirte en un ángel, entonces estás usando gyan y yoga, pero cuando te conviertes en un ángel, entonces las alas son amor y pureza. ¿Cuáles son las dos cualidades que las personas instantáneamente experimentan de los profesores seniors? Amor y pureza. Madhuban es el lugar que es la personificación de estas dos cualidades. Es la tierra de ángeles.

Finalmente, cuando el alma ha tenido una conexión total y profunda con Dios, cuando ha sido purificada por Dios mediante el yoga y ha saldado todas las cuentas pasadas, entonces el estado final es el estado de pureza.

Cuando los ángeles han sido recordados, ha sido la memoria de su luminosidad. ¿Qué es esa luminosidad? No es una luminosidad física sino el resplandor es ese brillo de estar libre de todas las cuentas kármicas, lo cual significa pureza. Un ángel sólo puede ofrecer protección si es tan completamente puro que puede protegerse de la influencia de la maldad. En la compañía de un profesor senior, hay tanta influencia de su pureza en uno que parece ser muy natural y fácil sentirse totalmente liviano y puro sin que pensamientos inútiles te invaden para nada.

La otra ala del ángel es el mensaje de Dios. ¿Cuál es el mensaje que los mensajeros compartirán? Ese será la memoria del amor de Dios, el sentimiento del amor de Dios. ¿Qué es lo que las personas experimentan cuando vienen a tomar dulces y 30 segundos de drishti de los seniors? ¿Cuál es su experiencia? Amor. Sabrán que no es un amor humano que están experimentando. Se está compartiendo el amor de Dios. Entonces si los seres humanos no son el océano de amor, ¿cómo estos seres humanos lograron tal estado para que instantáneamente otros son capaces de experimentar el amor de Dios a través de ellos? Si yoga se realiza a si mismo en un estado de pureza, entonces gyan se realiza a si mismo en un estado de amor.

Baba dice que el néctar es dulce y el conocimiento es néctar y no solo lo disfrutas al beberlo cada mañana sino que realmente te está volviendo dulce también. El poder del gyan es primero remover el veneno amargo que está en el alma y tiene un efecto calmante sobre el alma. Debe ser algo que han notado en las relaciones entre ustedes, que la relación se ha vuelto más y más dulce. Entonces a través del poder de gyan hay tal desarrollo de la comprensión que la dulzura entra. En el estado final de gyan, uno comprende y por ende es capaz de amar totalmente sin reservas.

Entonces estas son las alas de un ángel. Experimentenlas. Conviértanse en ellas.

BAPDADA SOBRE ANGELES

La conciencia de que yo, el Brahmin, me voy a convertir en un ángel, te ayudará a experimentar tu forma angélica más allá de la conciencia física, y te hará actuar el papel de servidor del mundo, un ángel en las regiones sutiles como Brahma Baba, mientras actúas tu rol en este mundo corporal y cuerpo físico. Con esta conciencia sutil, o conciencia de ángel, automáticamente transformarás tus sentimientos mundanos y forma mundana de hablar, caminar, comportarte o sanskaras. Si la conciencia cambia, todo cambia. Por lo tanto, siempre traigan esta conciencia sutil en ustedes: "Yo soy un Brahmin que se va a convertir en un ángel". Ahora traigan esa conciencia en una forma práctica. (22.2.84)

Al dar visiones de su forma angélica, deberían hacer el plan especial de hacer que el servicio a través de la mente sea más poderosa. Junto con palabras, es el servicio a través de la mente que permitirá que el mensaje llegue muy lejos. Al igual que ahora se ven platillos voladores, de la misma manera su forma angélica

también será vista por todos lados y el sonido estará emergiendo: "¿Quiénes son estos seres que están circundando?" Las personas empezarán a investigar esto. Tendrán visiones de ustedes bajando desde el cielo y deberán darse cuenta que son estos Brahma Kumars y Kumaris quienes están dando visiones en la forma angélica.

Ahora ustedes deberían crear tal trastorno. Deberían practicar llevar su cuerpo sutil en un viaje. En el tiempo presente es muy esencial que practiquen viajar con su cuerpo sutil interno. Deberían practicar esto para que todos puedan ver esto en una forma práctica. Los demás deberían experimentar que éstos son los mismos ángeles que vinieron a nosotros". Ellos deberían empezar a buscar estos ángeles.

Si tantos de ustedes empiezan a circundar como ángeles, entonces ¿qué sucederá? La atención de todos estará atraída. Entonces ahora, junto con la forma corporal, es esencial servir en la forma sutil. En las tempranas horas del Néctar, deben desapegarse de sus cuerpos y circundar de esta forma.

16 PUNTOS ACERCA DE SER UN ANGEL

(Dadi Manohar - Madhuban)

1. *Un ángel es aquel que no tiene ningún apego o atracción hacia seres corporales o nada de este mundo - lokik o alokik.*
2. *Es la personificación de todos los poderes.*
3. *No tiene ataduras. Ninguna atadura de este mundo.*
4. *El que es callado internamente y externamente. Silencioso al caminar, que se mueve silenciosamente...Todas las acciones de aquel que se conoce como ángel serán suaves, silenciosas, controladas.*
5. *El que es inmortal, que ha conquistado el miedo a la muerte, que tiene la conciencia de que la muerte es sólo como dejar una piel, él que deja el cuerpo en silencio.*
6. *El que siempre está donando visiones. Todas sus acciones son dignas de alabanza y reflexión.*
7. *El que no es atraído por ningún sentido físico en absoluto, porque está experimentando ir profundamente en el alma y recibir todo de Baba.*
8. *Es el que conquista el sueño. Al dormir mucho, uno nunca se puede convertir en un ángel. Brahma Baba nunca durmió mucho tiempo ni muy profundamente - sólo un descanso liviano.*
9. *El que permanece satisfecho consigo mismo y con los pensamientos, palabras y acciones satisface a otros.*
10. *Es un apoyo para, y protector de, todas las almas. Todos sienten que éste es mi apoyo.*
11. *El que no tiene ni carne ni huesos. Que está hecho sólo de luz. Se siente desapegado y liviano, distinto de los otros seres humanos comunes.*
12. *Es libre de las limitaciones de las distintas barreras del mundo - de color, cultura, idioma...*

1. ¿Te encontraste con BapDada, estudiaste y practicaste la concentración entre las 4.00 y 8.00 de la mañana y practicaste la forma angelica a las 20.00 horas?
2. ¿Te sentaste cada tarde entre las 18.30 y 19.00 horas en una meditación especial?
3. ¿Hablaste menos, en un tono bajo y con dulzura?
4. ¿Practicaste ver a cada alma en su divinidad eterna y original y en la forma pura de sus sanskaras?
5. ¿Renunciaste a la pereza y al descuido fisico y sutil?
6. ¿Renunciaste a pedir "Alabanza y Gloria" y a "mío y tuyo"? ¿Estuviste más allá del conocimiento de los deseos?
7. ¿Estuviste satisfecho contigo mismo y satisfaciste a los otros en la familia divina basado en el vínculo del amor espiritual?
8. ¿Continuaste fortaleciendo la autoconfianza, que es el poder más grande hacia el progreso, y nunca te desalentaste en tus esfuerzos?
9. ¿Hiciste a BapDada tu compañero en cada momento durante tus comidas y "snacks"?
10. ¿Protejiste al ser de cometer los pecados más grandes de difamar a alguien, adivinar acerca de los defectos de alguien, criticar a otros y dar sufrimiento?
11. ¿Creaste un pozo de paz con verdad en tus acciones y por tu quietud interna?
12. ¿Practicaste por lo menos por un minuto cada hora el estado de ser incorporal y el permanecer estable en el estado de ser un testigo al hacer a BapDada tu compañero constante para el propósito de volverte victorioso sobre los órganos de las acciones, el conquistador de la naturaleza y el conquistador del pecado?

13. ¿Le dijiste, bajo toda circunstancia, por lo menos unas pocas palabras de gyan a cada alma que viene en frente de ti, viéndola con una visión de conciencia de alma?
14. ¿Aumentaste tu poder de revolver durante el día, para que el tesoro del tiempo y el poder del pensamiento no sean malgastados?
15. ¿Continuaste promoviendo el servicio al mundo al darle las alas de entusiasmo y coraje?
16. ¿Ataste a la familia en la atadura de la unidad al darle a todos en la familia Divina respeto a través de la mente y palabras?

PUNTOS DE CHEQUEO PARA VOLVERSE UN ANGELO

*Si el alma tiene amor verdadero
y el deseo de conocerlo,
se levantará temprano en la mañana para sentarse en meditación,
convirtiéndose en la personificación de la conciencia de alma y
teniendo una conversación con El.*

CURSO AVANZADO PARTE 9

EL ESTADO SUTIL BK Ramnath (Madhuban)

- + Si no Lo he visto aun, ¿cómo sabré donde empezar?
- + Piensen acerca del cielo entero, como las estrellas están colgadas, como la luna transforma el calor del sol en rayos blancos y frescos. Puedo empezar a sentirme independiente y desapegado de la tierra.
- + Cuando la mente profundiza cualquier pensamiento, eso se refleja en el intelecto. Esto no es ni crear ni visualizar ni usar palabras, no es necesario. El proceso es natural, inicialmente no llegará ninguna imagen al intelecto, pero con atención, cosas empiezan a suceder.

COMO ENCONTRARSE CON BABA EN LAS REGIONES SUTILES

Baba dice: "Vengan a encontrarse conmigo en el mundo sutil". No existe ningún límite de tiempo, ninguna atadura. Allí es fácil ver a Baba y hablar con El. Pero, si aun no Lo he visto, ¿cómo sabré donde empezar? El cielo es ilimitado, ¿adónde debo ir?

CONducir a LA MENTE A LAS REGIONES SUTILES

El intelecto es tan sensible que requiere algún objeto material para concentrarse. Sin embargo, si llevo objetos que están aquí, están compuestos de los cinco elementos, que en este momento del ciclo están impuros. Pero lejos de la tierra hay muchos objetos que no han sido tocados por los cinco vicios: el sol, la luna y las estrellas. Piensen acerca del cielo entero, como están colgadas las estrellas, como la luna transforma el calor del sol en rayos blancos y frescos. Puedo empezar a sentirme independiente y desapegado de la tierra. Ahora emerge el conocimiento. Baba dijo que más allá del sol, la luna y las estrellas está el mundo sutil. Ahora empiezen la investigación; pregunten las siguientes cinco preguntas y clarifiquenlas.

¿De qué está hecho el mundo sutil?

...luz fresca, blanca como la luz de la luna

¿Quién está allí?

...el alma de Brahma Baba

¿Cómo es su apariencia?

...el cuerpo, la forma angélica, es de luz

¿Cómo llegó Brahma Baba allí?

...el alma vino desde el mundo incorporal como una estrella blanca, limpia, pura. Ocupó muchos cuerpos y en su último nacimiento saldó todas sus cuentas.

Yo, también, vine desde el mismo lugar, tuve muchos cuerpos y ahora tengo que volver al hogar.

¿CUAL ES EL ROL DE BRAHMA BABA EN LAS REGIONES SUTILES?

Las cuentas groseras de Brahma Baba han sido saldadas y sólo las cuentas sutiles aun existen - las sanskaras sutiles. Brahma Baba logró su estado karmateet al sacrificar su cuerpo, riqueza e intelecto a Shiv Baba. Al realizar cada acción él toma los consejos de Shiv Baba y mantiene una relación constante con El. Yo tengo que seguir su ejemplo. ¿Qué está haciendo allí? Shiv Baba y Brahma Baba están trabajando juntos a través de esta forma sutil en la purificación del mundo.

¿CUAL ES LA FORMA ANGELICAL?

Es un reflejo de sanskaras. Si el alma lleva sanskaras divinas, la llamamos un ángel (muy atractivo), si son sanskaras impuras, es como un fantasma (maligno). Si dejo mi cuerpo hoy día y mis sanskaras son puras, mi forma sería más atractiva que la forma física. Sakar Baba era muy viejo cuando dejó su cuerpo y su forma física no era tan atractiva, pero sus sanskaras eran jóvenes y frescas, entonces las almas eran atraídas por él.

Hasta el mundo sutil tenemos plena conciencia de nuestro cuerpo físico y del mundo material. Cuando partimos hacia el mundo de las almas, el alma se vuelve sólo un punto de luz que no lleva nada. Todo se ha fundido y el pasado es olvidado. Entonces es en el mundo sutil que terminamos con todas nuestras cuentas.

Es por esto que Dharamrajpuri es allí - todas nuestras sanskaras sutiles deben ser aclaradas allí, antes que podamos volver al hogar.

IR AL MUNDO SUTIL Y HABLAR CON BABA

Conducete a ti mismo a las regiones sutiles por medio de los pensamientos expuesto anteriormente y después, si ya le he entregado la historia de mi vida, le entrego mi registro completo (la semana pasado no tuve esto, etc.) junto con cualquier problemas que pueda tener.

Los problemas pueden ser de cualquier tipo:

- No estoy convencido acerca de algo
- No puedo entender un punto de la Muri
- Estoy teniendo alguna dificultad con un antiguo sanskar u otra alma
- Necesito consejos acerca del servicio

Puedo darle tales problemas. Cuando profundizo cualquier tipo de pensamiento, se reflejará en mi intelecto y su imagen vendrá naturalmente a la mente. Entonces, aunque los ojos estén abiertos durante el yoga, no están trabajando, y el mundo grosero no está siendo registrado por la mente. De esta manera, mi intelecto va a otra parte para compartir con Baba.

Baba explicó el 2.2.69 que, si un alma tiene amor verdadero y el deseo de encontrarLo, se levantará temprano en la mañana para sentarse en meditación, volverse la personificación de la conciencia del cuerpo y tener una conversación con El. Aquellos quienes mantienen la conciencia del alma (un registro por hora) a través del día entero, se volverán la personificación de ella la siguiente mañana y fácilmente tendrá una conversación con Baba, cara a cara.

¿COMO PUEDO VER A BABA EN EL MUNDO SUTIL?

Si el intelecto recibe cualquier pensamiento, lo profundizará. Creará la imagen naturalmente, entonces depende de nosotros cuales pensamientos escogemos. Entonces estamos aquí ahora para profundizar la forma Angelical. Cuando la mente profundiza cualquier pensamiento, se refleja en el intelecto. Esto no es ni crear ni visualizar ni usar palabras, no es necesario. El proceso es natural, inicialmente ninguna imagen entrará al intelecto, pero con atención, cosas empiezan a suceder. No esperes resultados inmediatos, no estamos buscando logros temporarios.

Baba explicó que en el grado que estemos desapegados de la conciencia del cuerpo, en esa extensión somos capaces de permanecer en la conciencia de alma. El tercer ojo del intelecto puro actúa como un telescopio y podemos ver la forma y las cualidades del alma ante nosotros de la misma manera que podemos ver el mundo corporal. Baba ha mencionado que cuando somos conscientes del alma, el tercer ojo actúa como un proyector. Los pensamientos son diapositivas y vienen ante la luz del intelecto puro. Mientras más puro el intelecto, más luminosa será la luz y así, más clara será la imagen. Se debe reducir la velocidad de los pensamientos para que los podamos ver claramente.

Baba nos ha descrito las regiones sutiles, así que lo único que tenemos que hacer es verlas nosotros mismos. No hay necesidad de crear nada, sólo estamos enfocando y después mirando a Baba.

REFERENCIAS

Angel/Doble luz/Regiones sutiles

21.1.69, 23.1.69, 25.1.69, 19.7.69, 24.7.69, 28.9.69, 3.10.69, 16.10.69, 20.10.69, 4.7.71, 25.7.77, 28.1.80, 6.2.80, 13.2.81, 13.3.81, 20.7.81, 17.10.81, 22.4.82, 27.12.82, 6.1.83, 3.4.83, 3.10.83, 28.11.83, 12.12.83, 22.2.84, 24.2.84, 18.1.86, 7.3.86, 9.4.86, 14.7.86, 1.9.86, 5.10.87, 17.10.87, 21.10.87, 2.11.87, 22.1.87.

Baba explicó el 2.2.69 que, si un alma tiene amor verdadero y el deseo de encontrarLo, se levantará temprano en la mañana para sentarse en meditación, volverse la personificación de la conciencia del cuerpo y tener una conversación con El. Aquellos quienes mantienen la conciencia del alma (un registro por hora) a través del día entero, se volverán la personificación de ella la siguiente mañana y fácilmente tendrá una conversación con Baba, cara a cara.

¿COMO PUEDO VER A BABA EN EL MUNDO SUTIL?

Si el intelecto recibe cualquier pensamiento, lo profundizará. Creará la imagen naturalmente, entonces depende de nosotros cuales pensamientos escogemos. Entonces estamos aquí ahora para profundizar la forma Angelical. Cuando la mente profundiza cualquier pensamiento, se refleja en el intelecto. Esto no es ni crear ni visualizar ni usar palabras, no es necesario. El proceso es natural, inicialmente ninguna imagen entrará al intelecto, pero con atención, cosas empiezan a suceder. No esperes resultados inmediatos, no estamos buscando logros temporarios.

Baba explicó que en el grado que estemos desapegados de la conciencia del cuerpo, en esa extensión somos capaces de permanecer en la conciencia de alma. El tercer ojo del intelecto puro actúa como un telescopio y podemos ver la forma y las cualidades del alma ante nosotros de la misma manera que podemos ver el mundo corporal. Baba ha mencionado que cuando somos concientes del alma, el tercer ojo actúa como un proyector. Los pensamientos son diapositivas y vienen ante la luz del intelecto puro. Mientras más puro el intelecto, más luminosa será la luz y así, más clara será la imagen. Se debe reducir la velocidad de los pensamientos para que los podamos ver claramente.

Baba nos ha descrito las regiones sutiles, así que lo único que tenemos que hacer es verlas nosotros mismos. No hay necesidad de crear nada, sólo estamos enfocando y después mirando a Baba.

REFERENCIAS

Angel/Doble luz/Regiones sutiles

21.1.69, 23.1.69, 25.1.69, 19.7.69, 24.7.69, 28.9.69, 3.10.69, 16.10.69, 20.10.69, 4.7.71, 25.7.77, 28.1.80, 6.2.80, 13.2.81, 13.3.81, 20.7.81, 17.10.81, 22.4.82, 27.12.82, 6.1.83, 3.4.83, 3.10.83, 28.11.83, 12.12.83, 22.2.84, 24.2.84, 18.1.86, 7.3.86, 9.4.86, 14.7.86, 1.9.86, 5.10.87, 17.10.87, 21.10.87, 2.11.87, 22.1.87.

*Yo también soy puro como mi Padre.
El también es el Océano del conocimiento, amor, poder...etc.
Al tomar cada cualidad, clarificarla y reconocerla en mí...
Cuando puedo experimentar esto, mi forma original
Yo, al igual que Baba, estoy en el estado de semilla.
La mente y las sanskaras paran naturalmente.*

CURSO AVANZADO PARTE 10

EL ESTADO INCORPORAL Dadi Gulzar y BK Ramnath (Madhuban)

- + Un intercambio de luz está sucediendo y la olas poderosas de Baba están quemando mis sanskaras pasadas, al igual que el sol brillando a través de una lupa puede quemar un papel.
- + Más allá de eso está el estado más elevado - el punto, el alma. Entonces experimentamos un silencio muerto total. En ese momento sólo existe el alma - la mente, el intelecto y las sanskaras están fundidos. Experimentamos la dulzura del Océano.
- + Al igual que cuando alguien pertenece a un lugar no necesitan hacer esfuerzos para recordar ese lugar, el recuerdo es natural. De la misma manera automáticamente habrá la conciencia: "Yo soy un residente de Paramdham".
- + ¿Cómo se puede reconocer este estado? El efecto de tal estado mental afectará a la atmósfera entera alrededor. Al igual que se dice que los santos pueden domar a animales salvajes que los rodean, de la misma manera, este estado poderoso definitivamente tendrá un efecto alrededor. Con tal estado podrán beneficiar al mundo y purificar a la naturaleza.

Cuando somos puros no existe el mundo sutil. Ha sido creado ahora para que Shiv Baba trabaje con Brahma Baba a través de esta forma sutil. Para viajar al mundo incorporal, necesitamos volvernos un punto, entonces dejamos todo con Baba en el mundo sutil. Cualquier pregunta, problema o defecto debería terminar allí y así somos libres para volar al hogar.

COMO VIAJAR AL HOGAR Y EXPERIMENTAR EL ESTADO DE SEMILLA

Una vez que estoy desapegado del cuerpo, puedo empezar a preguntarme:

¿De que está hecho esta región?

...luz rojo dorada

¿Quién está allí?

...el Padre Supremo

¿Cuál es su apariencia?

...un sol blanco y fresco...una estrella

He tomado muchas vidas y he perdido todo mi poder. Vuelvo al hogar para cargarme de todos los poderes de mi Padre Eterno quien está siempre lleno de todos los poderes y cualidades.

¿Cuáles son Sus cualidades?

El es el Océano de Pureza...

¿Qué es pureza?

Luz. Ve cuanta luz El da -

las vibraciones frescas me están rociando.

Yo también soy puro como mi Padre.

El también es el Océano del conocimiento, amor, poder...etc.

Al tomar cada cualidad, clarificarla y reconocerla en mí...

Cuando puedo experimentar ésto, mi forma original

Yo, como Baba, estoy en el estado de semilla.

La mente y las sanskaras paran naturalmente.

¿QUE PROCESO USO PARA DESARROLLAR ESTA EXPERIENCIA?

El proceso experimentado no es revolver, porque cuando se revuelve se usa el cerebro. Está sucediendo un intercambio de luz y las olas poderosas de Baba están quemando mis pasadas sanskaras. Al igual que el sol brillando a través de una lupa quema un papel. Baba brillando a través de mi intelecto enfocado puede quemar el pasado. Las sanskaras rígidas están siendo derretidas en este "calor" extremo. En la medida que mantengo mi atención en mí mismo, mientras más me acerco a Baba, un día me pondré en contacto con El "como El es". El día en que todo esfuerzo habrá terminado. Habré logrado mi meta.

TODAS LAS RELACIONES CON EL UNO - EL ESTADO DE SEMILLA

Frecuentemente Baba dice: Muy pocos hijos Me ven como soy realmente y tienen yoga preciso. Baba dice: Conocerme como soy realmente significa ver el Punto, reconocer el Océano del Conocimiento, todos sus atributos, la relación oficial de Profesor y la relación informal de Padre y recibir salvación a través del SatGuru. Cuando experimentamos paz y poderes entonces tenemos recuerdo preciso, o sea, todas las relaciones con el Uno. Este es el estado Bindu roop, o sea, el estado de semilla por largos periodos de tiempo. Sólo cuando no existe ningún rastro de relaciones corporales podemos experimentar todas las relaciones con Baba.

En este estado:

- * Vamos más allá de los estados físicos y sutiles
- * La experiencia es muy poderosa
- * Todas las extensiones se funden y volvemos a la esencia
- * Experimentamos todos los poderes
- * Experimentamos ser incorporeales y que somos residentes de Paramdham
- * Vamos más allá del mundo del cuerpo y las ataduras del cuerpo
- * El conocimiento de la creación entera se funde en el ser. El alma se llena con el conocimiento total

EL YOGA PUEDE TENER TRES ESTADOS DIFERENTES

1. El Yoga que tenemos al movernos, caminar y hablar es Karma Yoga.
2. Conversaciones con Baba.
3. El estado de semilla, donde se destruyen los pecados.

Para experimentar la forma de semilla, es necesario practicar. Primero debe existir el deseo de despertar fácilmente y sentarse en el recuerdo. Por medio de este deseo se destruyen todos los otros pensamientos débiles. En este estado vamos más allá de nuestro cuerpo, pero aun más, el alma se libera de la carga de la mente, el intelecto y las sanskaras. Los tres vienen bajo control, se vuelven uno.

Más allá de eso está el estado más elevado - el punto, el alma. Entonces experimentamos un silencio muerto total. En ese momento sólo existe el alma - la mente, el intelecto y las sanskaras están fundidas. Experimentamos la dulzura del Océano.

LA ESENCIA DEL ESTADO DE FORMA DE SEMILLA - DADI GULZAR

Primero, la forma de semilla significa estar completamente rebotando de conocimiento, virtudes y poder. Segundo, significa ser igual a Baba. Cuando hay igualdad con Baba, entonces existe la experiencia práctica del estado de la forma de semilla.

Tenemos que prestar atención a nuestros esfuerzos antes que podamos fijarnos en este estado. Primero debemos chequear, si comprendo el conocimiento adecuadamente, practicando las virtudes y manteniendo el intelecto vinculado con el Supremo y tomar poder. Si el alma no está haciendo estos esfuerzos, entonces no habrá ningún beneficio.

El primer objetivo debería ser llenar al ser. Para hacer ésto debemos prestar atención a:

1. El horario total.
2. Chequear que no haya ninguna carga de palabras o pensamientos inútiles, porque éste es el estado de doble luz (y de falta de peso), lleno de pureza y conocimiento.
3. Practiquen crear pensamientos puros. Esto es importante; si no tenemos meditación, creando pensamientos puros, entonces no podemos experimentar estar perdidos en el Océano de Amor.

LA EXPERIENCIA DE DADI GULZAR EN LA FORMA DE SEMILLA

- * No tenemos que crear pensamientos, somos la personificación. Normalmente al comienzo tenemos que repetir: "Yo soy un alma, Dios el Supremo es mi Padre". Gradualmente nos volvemos la forma de ésto - no tenemos que crear el pensamiento.
- * En ese momento no existe ninguna debilidad o imperfección.
- * No hay ninguna atracción hacia el mundo del cuerpo, o al cuerpo mismo. Hay ignorancia de los vicios. No existe ningún pensamiento conciente de "Yo soy un cuerpo" o "Yo no soy un cuerpo".
- * Existe ignorancia acerca de lo que es olvidar ya que te has vuelto la forma del alma. Sólo emergerá la conciencia del alma.

- * Al igual que cuando alguien pertenece a un lugar no necesitan hacer esfuerzos para recordar ese lugar, el recuerdo es natural. De la misma manera automáticamente habrá la conciencia: "Yo soy un residente de Paramdham".
- * Es como si yo fuera luz y poder.
- * Habrá la experiencia que, al igual que Baba es el Benefactor, yo soy lo mismo junto con El.
- * Habrá la experiencia de ser igual a Baba e igual a El en Su tarea, la experiencia de estar lleno y completo en todas las cosas.
- * Todas las especialidades estarán allí en una forma emergida. Particularmente, la experiencia de paz, poder y dicha.
- * El estado es como si estuviera totalmente en lo alto. No sólo desapegado, sino que más allá de las cosas aquí.
- * Después de la experiencia de este estado, cuando el alma baja, pareciera que he encarnado desde Paramdham. Que sólo estoy tomando este cuerpo en préstamo.
- * El estado de desapego, del observador/espectador, mucho más allá.
- * La experiencia de un segundo permanecerá por mucho tiempo. Aun sin esfuerzo el alma será atraído a ese estado una y otra vez.

Si obtienes este estado en la mañana, el efecto durará todo el día. No habrá ninguna lucha. Al igual que la clase de la mañana es la fundación de la actividad de un Brahmin, el estado de semilla es la fundación de un ángel.

¿Cómo se reconoce este estado? El efecto de tal estado mental afectará toda la atmósfera alrededor. Al igual que se dice que los santos podían domar los animales salvajes a su alrededor, de la misma manera, este estado poderoso definitivamente tendrá un efecto alrededor. Con tal estado uno podrá beneficiar al mundo. Con este estado uno puede purificar la naturaleza.

PUNTOS ESPECIALES PARA EXPERIMENTAR ESTE ESTADO

1. Introversión
2. Practicar controlar los pensamientos inútiles
3. Para cualquier paso que se tome, primero consultar shrimat. Si cada paso es de acuerdo a los consejos Supremos, es fácil experimentar el estado de semilla.
4. Es necesario tener desagrado y desapego extremo para que sea fácil ir más allá del cuerpo y la conciencia del cuerpo.
5. La línea del intelecto debe estar absolutamente clara. Si existe alguna interferencia, la conexión no se realizará.
6. El recuerdo debe ser no adulterado. Ningún apego o atracción hacia nadie o nada, sino esta atadura te tira hacia abajo y el alma se desalentado, y se vuelve difícil ser un yogui constante.

MANTENER UN VINCULO CONSTANTE CON BABA

Después de mucho tiempo experimento a Baba como mi compañero constante. Una vez que uno alcanza este estado, el largo proceso de ir al estado incorporal ya no es necesario. Al contrario, todo lo que necesito

hacer es sentarme en meditación, desapegarme y Baba estará conmigo. No existe ninguna distancia, aunque hasta este punto yo era un viajero. Estaba viajando con mi mente, pero ese es el estado de un hacedor de esfuerzos. Ahora todo el proceso de viajar ha terminado, el objetivo ha sido logrado. La única necesidad es mantener un vínculo constante con Baba.

Baba dijo que en cada pensamiento y acción esperamos éxito, pero no lo recibimos aunque el Padre Todopoderoso está con nosotros porque un pensamiento sin poder nunca trae resultados. Un pensamiento es una semilla poderosa; necesitamos conectarnos con la Semilla Padre. Una vez que estoy conectado puedo ser cargado con todos los poderes y mis pensamientos traerán el 100% de éxito.

CURSO AVANZADO PARTE II

COMO PERMANECER EN EL ESTADO INCORPORAL

Vengan al mundo sutil, tomen ayuda de Brahma Baba y Shiv Baba. Hagan viajes de ida y vuelta al mundo sutil. Quizás sintamos que es difícil ya que no hemos conocido a Brahma Baba, pero realmente es sólo una cuestión de emerger ese estado. Puede tomar 50 años o 10 días. Con esfuerzos sinceros y honestos puedo hacer la conexión en unos días. Es aquí donde el registro de cada hora y práctica regular de sentarse y viajar al mundo incorporal y devuelta ayudarán. En la medida que mi intelecto se aclare, lentamente emergerá la imagen. Sólo sigan repitiendo el proceso sin esperar ninguna experiencia para empezar. Expectativas causan tensión y nos impiden avanzar. Empezaré a experimentar gradualmente.

DOS CUALIDADES ESENCIALES PARA EL PROGRESO

Primero, necesito el 100% de fe que el Padre Supremo es mío, y aunque Baba me muestra el camino, tengo que hacer esfuerzos.

Segundo, necesito ser paciente. Nos cansamos cuando esperamos resultados rápidos. Baba dice "Sean incansables". Sólo puedo experimentar cuando comienzo a limpiar mi intelecto y quemar el pasado.

REFERENCIAS DE MURLIS

SEMILLA/ENCARNACION

25.1.69, 10.4.69, 26.6.69, 20.10.69, 25.12.69, 24.7.74, 9.4.71, 15.8.77, 9.4.79, 26.11.79, 17.12.79, 12.1.80, 3.11.81, 13.11.81, 8.2.82, 15.2.82, 14.3.82, 27.3.82, 10.5.82, 11.4.83, 23.12.83, 12.1.84, 16.1.85, 16.2.85, 15.3.85, 7.3.86, 8.2.87, 10.1.88, 14.1.88, 16.2.88, 19.3.86.

SIN CUERPO/INCORPORAL/SIN VICIOS/SIN EGO

17.4.69, 20.8.71, 9.4.79, 26.11.79, 19.3.79, 20.1.84, 7.11.86.

Con el intelecto divino puedes experimentar un toque puro
de Dios en cada acción,
y experimentar éxito en cada acción.
El intelecto divino puede derrotar cualquier ataque de Maya.
En frente del intelecto divino,
Maya se vuelve la guirnalda de éxito.
BapDada 1/3/90

CURSO AVANZADO PARTE 11

EL PODER DEL YOGA BK Atam Prakash (Madhuban)

- + Si el poder no incrementa, entonces el yoga no es preciso. Debería haber tanto poder que uno es capaz de realizar cualquier tarea exitosamente.
- + Esparzen las vibraciones de poder a aquellas almas quienes están experimentando dificultades. Estas almas debilitadas entonces experimentan el poder en ellas mismas y tienen el coraje de superar las dificultades.
- + No importa cuánto progreso hayan realizado los científicos, los seres humanos aún son los sirvientes de los elementos; mientras que con el poder del yoga podemos controlar los elementos completamente.

La compañía de Dios trae fuerza y placer a nuestras vidas. Los seres humanos han estado practicando cada tipo de yoga pero aun no han sido capaces de liberarse de las ataduras. Con el yoga del intelecto, o sea, el intelecto en firme conexión con el Supremo, uno logra el poder ilimitado. Si el poder no incrementa, entonces el yoga no es preciso. Debe haber tanto poder que uno es capaz de realizar cualquier trabajo exitosamente.

En el comienzo de la institución cuando Brahma Baba aun estaba en su cuerpo, se solía dar el deber de la vigilancia nocturna a muchas hermanas. Siendo que eran hermanas, acostumbraban sentir miedo. Baba dijo: "Hija, si permaneces yog-yukt nadie va a entrar dentro de tus cuatro paredes". No decía esto sólo para darle paciencia a la hija o para volverla sin miedo, pero era la verdad. Si hay sólo un alma que está experimentando un estado de yoga poderoso, entonces hasta donde lleguen las vibraciones no habrá peligro, se forma un límite de protección.

BENEFICIOS DE PRACTICAR YOGA

El Poder del Yoga Despierta al Alma

En la medida que el poder del yoga incrementa, el alma experimenta su forma verdadera y existe una nueva conciencia en la mente. Miedo interno, preocupación inútil, preocupación por el futuro y todos los hábitos negativos se terminan.

El Poder del Yoga Influye cada Acción

Cada una de las acciones es influenciada por el estado de nuestra mente. Si existen buenos pensamientos en la mente, entonces las acciones serán completadas fácil y exitosamente. Si existe confusión en la mente, entonces la acción también será confusa. Si sólo existe un poco de influencia de los otros pensamientos, entonces el tiempo que se toma para realizar una acción puede ser cortado a la mitad. Tareas difíciles e imposibles también pueden ser realizadas con el poder del yoga.

El Poder del Yoga te entrega el Poder para volverte Totalmente Puro

Solamente se utiliza el 20% del poder de la mente en algunas acciones útiles y el resto del poder de la mente es desperdiciado. Al permanecer yog-yukt, ese poder se acumula y el alma se experimenta como poderoso. Junto con ésto, cuando existe la conexión con el Todopoderoso, el poder, al igual que una corriente eléctrica, fluye hacia el alma; y si el alma está en el estado incorporal, libre de los pensamientos inútiles, es completamente llenado con el poder completo. El poder del yoga nos ayuda a permanecer completamente puros en ésta atmósfera impura. El celibato completo es el fruto del poder del yoga.

EL PODER DEL YOGA PARA SUPERAR LAS DIFICULTADES

Se puede realizar una tarea exitosamente al permanecer libre de los pensamientos inútiles. Los obstáculos no se vuelven un dolor de cabeza para aquellas almas que han experimentado esta verdad. Con este poder podemos cambiar las actitudes y pensamientos de otros, podemos cambiar la enemistad de alguien a amistad. Deben usar sus poderes para destruir sus propios obstáculos o los de otra persona.

Usen el poder del yoga para entregar paz a las almas que están lejos.

En el año 1968 cuando Dada Vishwa Kishore en Bombay estaba muy enfermo, al escuchar esta noticia Brahma Baba estuvo en vigilia toda la noche entregando la caridad del yoga. El día siguiente recibió una llamada telefónica diciendo que durante la noche Dada había dormido pacíficamente. Entonces a través del yoga, estamos tomando tanta paz desde el Océano de la Paz, que somos capaces de esparcir las vibraciones de paz hacia cualquier alma en cualquier parte.

DAR A TRAVÉS DEL YOGA

De la misma forma que BapDada da poder a todas las almas desde la región sutil, también podemos embeber los poderes desde el Todopoderoso y esparcir las vibraciones de poder a aquellas almas quienes están experimentando dificultades. Estas almas debilitadas entonces experimentan poder en ellos mismos y tienen el coraje de superar las dificultades.

Comunicarse con otros a través de los pensamientos o al darles un mensaje

Cuando enviamos buenos deseos a un alma que está experimentando desesperanza, esa alma experimenta inspiración de ésto. De esta manera, con nuestro estado elevado podemos dar el mensaje de Baba.

Transformar los hábitos de otros

Si un alma no es exitosa en transformar sus sanskaras amargas, entonces si un alma que es completa en el yoga tiene buenos deseos y da la cooperación de los poderes, es capaz de remover las sanskaras del alma debilitada.

Entregar la verdad a otros

Las vibraciones divinas de nuestro conocimiento verdadero termina con las vibraciones del conocimiento falso y las otras almas son influenciadas por la verdad. Si discutimos sin yoga, ellos no la aceptarán. Debemos debatir manteniendo la visión de la conciencia de alma, usando palabras elevadas, con paz y paciencia y manteniendo el contacto con el Océano del Conocimiento.

YOGA Y LA RELACION CON DIOS

Tener una conversación clara con Dios

Mientras más incrementa el poder del yoga, más divino y claro se tomará el intelecto. Entonces las conversaciones con el Padre Supremo serán tanto más placenteras y podremos comprender los consejos de ShivBaba claramente y nuestra mente constantemente experimentará la alegría supersensorial.

Volverse un ángel

El mundo estará maravillado cuando ve a un humano volando como un ángel en el cielo. Sólo entonces el mundo entero nos aceptará como ángeles, como sus protectores. Seremos los ángeles de Dios. Pero este estado sólo es el resultado del elevado poder del yoga. Solamente a través del yoga podemos dar visiones divinas a los devotos. Donde sea que vaya nuestra mente, el cuerpo sutil irá también. Pero esto sólo será posible cuando el alma es completamente pura. Entonces el servicio se realizará sutilmente a través del vehículo del cuerpo sutil. Aun ahora unas pocas almas tienen esta cualidad divina.

YOGA Y LA TRANSFORMACION DEL MUNDO

Entregar una nueva dirección al mundo

Podemos iluminar al mundo entero a través del poder del yoga fácilmente. Podemos esparcir el tipo de vibraciones que queremos. En el futuro, las almas que tengan el poder del yoga se volverán el centro de atracción, como el sol, y darán una nueva dirección al mundo.

El poder del yoga y el poder del silencio

Tanto los científicos como los yoguis están buscando la felicidad, pero el enfoque es distinto. Los que tienen el poder del yoga saben muy bien que su poder es muy elevado en comparación con el poder de la ciencia. En el presente, la inclinación de los humanos es hacia el poder de la ciencia, pero en el futuro estarán más inclinados hacia el poder del yoga.

LOGRAR LA QUIETUD

El alma no está libre de los efectos de las acciones, pero a través del poder del yoga puede mantenerse más allá de los efectos de cada acción. Si tenemos el estado de quietud, entonces si tenemos una enfermedad física o algún problema emocional en nuestras relaciones, no lo sentiremos. Estaremos más allá, libres del efecto de escuchar, ver, etc. Es sólo en este estado que el alma está logrando el estado karmateet.

EL MUNDO MATERIAL Y EL PODER DE LA MENTE

Un alma yog-yukt tiene el poder de controlar y gobernar sobre los elementos (el cuerpo). Los elementos se vuelven cooperativos en cada acción al proporcionar circunstancias favorables. No sólo esto, sino que todas las almas se vuelven cooperativas también. La única manera de volver a los elementos nuestros sirvientes es con el poder del yoga. No importa cuánto progreso hayan logrado los científicos, los seres humanos todavía son sirvientes de los elementos; mientras que con el poder del yoga podemos controlar los elementos completamente. Los científicos desean controlar los elementos con la tecnología moderna, pero no comprenden a los elementos completamente. Los científicos no saben que los elementos no vivientes son influenciados por el estado mental de los vivientes. Algunas almas elevadas, con su poder de la mente elevado, pueden reclamar todos los derechos sobre los elementos. Al intentar controlar los elementos con instrumentos físicos, no seremos totalmente exitosos y el resultado será la gran destrucción. Después de eso, los elementos se volverán pacíficos y servirán a los seres humanos al darles paz y felicidad.

CAMBIO Y EL PODER DE GOBERNAR

El poder del yoga y el poder de gobernar de la Edad de Oro

Sólo aquellas almas quienes, a través del yoga, tienen poder sobre sus mentes, intelectos, órganos de sentidos, serán capaces de gobernar sobre el mundo de la Edad de Oro. Los científicos no podrán controlar el mundo con instrumentos. Sólo aquellos con el poder del Yoga son capaces de lograr el poder de gobernar sobre la mente, el intelecto y por ende controlan los elementos y se vuelven soberanos del mundo en la Edad de Oro.

COMO LOGRAR EL ESTADO YOG-YUKT O COMO TENER 8 HORAS DE RECUERDO DIARIAMENTE

Para tener el poder del yoga deben tener al menos 8 horas de recuerdo a día.

El poder del yoga es el soporte o la base para el servicio del mundo, pero lograr los resultados a través del poder del yoga, deben permanecer yog-yukt al menos 8 horas todos los días. Es sólo de ésta manera que el alma podrá lograr el estado karmatect y experimentar el poder del yoga. Entonces podremos hacer o lograr lo que sea que queramos.

DAR A TRAVÉS DEL YOGA

La mejor manera es a través de desarrollar un registro del recuerdo para el día. Esto es conocido como girar el ciclo de autorealización.

REFERENCIAS DE MURLIS

Yoga

7.2.80, 20.8.80, 2.10.81, 11.11.81, 16.11.81, 26.11.81, 28.11.81, 7.3.82, 6.9.82, 15.1.83, 11.4.83, 26.4.83, 10.11.83, 14.11.83, 23.12.83, 8.4.84, 26.12.84, 27.3.85, 3.3.86, 22.3.86.

COMO OBTENER BENEFICIO DEL PODER DEL YOGA

- * El yoga constante me permite obtener el beneficio completo
- * La práctica de 8 horas en un día me dará el 60% del logro
- * Practiquen experimentar ser sin cuerpo en un segundo
- * La estabilidad en el yoga trae control de la mente a voluntad
- * Mi interés interno en el yoga me da el beneficio completo
- * Constancia en un período largo de tiempo me traerá éxito
- * Todas las relaciones y una relación estrecha con el Uno
- * La experiencia de todas las virtudes y poderes de Baba
- * Ser un yogui fácil y un karma yogui
- * Se experimenta a karma yoga como yoga fácil
- * Mi vida es yogyukt
- * La visión de hermandad es natural

*Con el intelecto divino puedes experimentar un toque puro
de Dios en cada acción,
y experimentar el éxito en cada acción.
El intelecto divino puede vencer cualquier ataque de Maya.
En frente del intelecto divino,
Maya se vuelve una guirnalda de éxito.
BapDada 1/3/90*

CURSO AVANZADO PARTE 12

EL PODER DE GOBERNAR LA MENTE, EL INTELLECTO Y LAS SANSKARAS BK Ramnath (Madhuban)

- + Primero crean el pensamiento "Yo soy un alma, un punto de luz", y traiganlo en frente del intelecto una y otra vez hasta que lo acepte.
- + Si el intelecto acepta el pensamiento, la experiencia seguirá.
- + Entonces el crear de la mente y los sentimientos parará naturalmente. Esto es conocido como el poder natural del silencio.
- + Un segundo puede crecer rápidamente a muchos más si se practica éste método.

Entrar en la experiencia de la conciencia del alma es una de las metas principales de todos los Brahmins. En el curso de siete días nos entregan conocimiento sobre el alma, conocimiento sobre el Supremo, pero después tenemos que realmente entender a través de la práctica y experiencia de qué es lo que Eaba está diciendo.

En el siguiente discurso entraremos en los distintos aspectos de la conciencia del alma. Cómo influye el intelecto, la mente y las sanskaras, etc.

¿CUAL ES NUESTRA META AL PRACTICAR YOGA?

Nuestra meta más importante es quemar nuestro pasado y sólo entonces se aclarará el camino de la autotransformación. Sólo el conocimiento no es suficiente para originar tal resultado.

¿Cómo podemos quemar nuestro pasado?

El pasado consiste en todas las sanskaras pasadas de los últimos 84 nacimientos. Cuando llegamos al estado incorpóreo y nos conectamos con el Supremo, entonces esa energía es lo que quema o lo que proviene que las sanskaras de los nacimientos pasados reemergen.

Muchos sannyasis que pueden haber estado practicando tapasyn (meditación intensa) por muchos años, se enojan si uno comete el más mínimo error en frente de ellos. Esto es porque no han cambiado sus sanskaras pasadas.

La meditación es el poder de enfocar en un solo punto, o sea, concentración. Tomen el ejemplo de un pedazo de papel que es capaz de estar bajo el sol por muchos años sin quemarse, pero, tan pronto como se coloca una lupa en cima de él, los rayos son enfocados y se quema. Si, de la misma forma, podemos enfocar nuestro intelecto en Baba por hasta una fracción de minuto, podemos quemar nuestras sanskaras hasta cenizas.

¿CUALES SON LOS TRES PODERES DEL ALMA?

El intelecto no ha estado bajo mi control por 63 nacimientos, pero utilizando el conocimiento de Baba es fácil saber cuál es la forma apropiada de enfocarlo. Si tenemos todos los poderes, pero todavía no sabemos cómo usarlos.

Frecuentemente cuando pensamos en nosotros mismos como almas, pensamos en las palabras de Baba, "Yo soy un punto de luz". Sin embargo, ésta no es la única definición que Baba comparte con nosotros. El a menudo habla de

los 3 poderes eternos - la mente, el intelecto y las sanskaras; y
las 3 cualidades - pureza, paz y amor.

Es sólo cuando sabemos cómo funcionan éstos que podemos usarlos correctamente y así poder tener una concentración completa y una meditación poderosa.

¿CUALES SON LOS PODERES DE LA MENTE?

La primera función o poder de la mente es emerger, en la forma de pensamientos, lo que sea que hemos registrado en el pasado hasta ahora. Esto normalmente emerge en basa a estímulos naturales que ocurren en las circunstancias externas, p.ej., un color, una persona que nos recuerda de alguna circunstancia pasada.

"O, éste es igual al vestido que mi hermana usó cuando ..."
Este proceso constante está sucediendo muy sutilmente cada minuto en nuestras mentes.

La segunda función o poder de la mente es crear lo que sea que la mente quiere, según los deseos del alma. Esto se expresa en el poder de visualizar. La visualización es cuando uno deliberadamente introduce ciertas ideas en la mente que son desarrolladas después. Los pensamientos creados por la mente bajo la dirección del intelecto le permiten al alma tener realizaciones o comprensiones profundas.

¿CUALES SON LOS PODERES DEL INTELECTO?

La primera función o poder del intelecto es tomar decisiones. El intelecto tome decisiones acerca de lo que sea que está en la mente, según la personalidad del alma.

La segunda función es que si existe un pensamiento acerca de un objeto material de algún tipo, entonces el intelecto crea una imagen visual de eso. Si el pensamiento es de una cualidad sutil, por ejemplo sentimientos, entonces el intelecto lo realizará, sentirá o experimentará.

Pensamientos groseros o materiales:

Supongamos que estoy escuchando a la voz de alguien pero no lo puedo ver. Una imagen de esa persona vendrá ante mí. De la misma manera, si alguien me describe algún lugar, una imagen se producirá ante mí. Ambos son materiales, no se invocan sentimientos y por lo tanto, no son registrados en las sanskaras.

Pensamientos sutiles o no materiales:

Supongamos que gusto de, huelo o veo algo que me recuerda un evento feliz o infeliz. En vez de una imagen, emergerán sentimientos. Tal experiencia es sutil y será registrada.

¿CUALES SON LOS PODERES DE LAS SANSKARAS?

Lo que sea que pasa a través de la mente y entra en el intelecto, no es registrado por la memoria o sanskaras si, y hasta que, el intelecto lo acepta, experimenta y realiza; o sea, lo practica.

Es por ésto que Baba dice, muchos pensamientos impuros entrarán en sus mentes, pero no se preocupen. Nada sucederá si no lo ponen en práctica. En otras palabras, no les hacemos caso ni nos permitimos experimentarlos.

Los pensamientos sutiles, que son sentidos y realizados, serán registrados en la memoria. Si los llevamos a la acción, ellos serán registrados aun más. El registro está sucediendo constantemente, y en cambio, las sanskaras están siendo reveladas y alimentadas en la mente. Este es un ciclo constante y continuo.

¿POR QUE ES DIFICIL ENTRENAR EL INTELLECTO?

1. Por 63 nacimientos, cuando las sanskaras entraban en nuestras mentes, y después en el intelecto, nunca cuestionamos el proceso.
2. No creamos ningún poder nuevo, sino que simplemente hemos gastado el que ya teníamos.
3. Nuestras actividades han tomado lugar sin que pensamos mucho de antemano.
4. Si existía un proceso de tomar decisiones, estaría basado en la experiencia anterior y así el pasado estaría reforzado y muy poco nuevo estaría sucediendo.

Ahora que tenemos el conocimiento, comenzamos a utilizar el segundo poder de la mente, la habilidad de crear los pensamientos que queremos. Cuando empezamos a hacer ésto, entonces el pasado deja de interferir con el presente. O sea, los pensamientos desde las sanskaras, nuestras memorias, dejan de dominar la mente.

Esto nos da la oportunidad de estar libres de todas las acciones impuras realizadas en la ignorancia de nuestro ser verdadero y Dios. Al fijar el intelecto en Dios, estamos seguros.

DESARROLLAR PENSAMIENTOS E INTRODUCIR NUEVAS EXPERIENCIAS

El intelecto tiene el poder de aceptar (lo que lleva a la experiencia) o rechazar pensamientos (lo que significa que otro pensamiento seguirá).

Al usar el conocimiento de Baba, elegimos los pensamientos que queremos experimentar y rechazamos aquellos que son impuros. De esta manera, no sólo estamos empujando pensamientos afuera del intelecto,

sino que desarrollándolos o introduciendo nuevas cosas. Esto es conocido como reflexionar y puede estar totalmente no relacionado con las circunstancias o entorno en que nos encontramos.

UN EJERCICIO DEL INTELLECTO

Seleccione unas líneas de una de las murtis que le gustaría desarrollar. Escriba cuatro puntos y después, durante el día, cuando esté caminando hacia el trabajo o las tiendas, deliberadamente introduzca uno de estos puntos en la mente. Penétrelo, experimentelo y realicelo con el intelecto, y así registrará una sanskara nueva y beneficiosa.

Baba dice que no somos el cuerpo sino que el alma. Si estamos en la conciencia del alma, el intelecto no aceptará pensamientos impuros (corpóreos). Más bien, registramos pensamientos frescos y nuevas sanskaras son creadas.

¿QUE ES LA CONCIENCIA DE ALMA?

La conciencia de alma es estar conscientes de nuestros poderes - la mente, el intelecto y las sanskaras y la manera en que funcionan, e ir profundamente hacia el interior y emerger nuestras cualidades verdaderas.

Es un estado muy poderoso de experimentar esas sanskaras originales, las cualidades de pureza, paz y amor. En este estado no estoy emergiendo el pasado. Estoy usando el segundo poder de la mente y tomando y experimentando el pensamiento puro con mi intelecto. Se necesita un intelecto puro para hacer esto.

¿QUE ES UN INTELLECTO PURO?

Si un pensamiento impuro entra, es muy fácil entrar en la experiencia de él sin querer. Lo hemos estado haciendo por 63 vidas. Un intelecto puro es capaz de elegir los pensamientos (puros) que desea para concentrarse y experimentarlos inmediatamente.

Cuando llega un pensamiento, puro o impuro, es la misma función del intelecto. Sin embargo, cuando un pensamiento impuro entra, es la labor del intelecto cambiarlo y registrar una nueva sanskara. Un pensamiento también crea una imagen. Por ejemplo, el pensamiento de Brahma Baba también estimula el pensamiento de Shiv Baba.

¿QUE SUCEDE CUANDO UNO ESCUCHA UN COMENTARIO DE MEDITACION?

Inicialmente cuando uno empieza a meditar encuentra que los pensamientos son mundanos, relacionados con las actividades previas o del día, y las memorias de los eventos durante los cuales uno experimentó sentimientos fuertes. Estas son las sanskaras más cercas a la superficie del subconsciente. Ellas entran en la mente tan pronto ella no está llena de pensamientos de acciones o circunstancias inmediatas.

En la meditación, uno ha parado las acciones y el estímulo externo. Ahora cuando uno se sienta y observa estos pensamientos, los deja pasar a través del intelecto, pero no los para o piensa o reflexiona acerca de ellos. En cambio, escucha a las palabras del comentario y gradualmente estas palabras estimularán un nuevo juego de sentimientos y experiencias que emergerán desde las sanskaras. Se logra un estado profundo y se experimentan estas sanskaras positivas y puras.

VISUALIZAR Y NO EXPERIMENTAR

Estamos creando en base al conocimiento. Si no estoy lleno de conocimiento, no puedo crear. Es natural que la mente crea, pero, si trato de visualizar, estoy creando algo que no es un hecho y es temporario. Por ejemplo, si alguien se embriaga puede tener la intoxicación temporal de que es un rey, cuando no lo es realmente. Podemos crear el mismo tipo de intoxicación ahora. "Yo soy el hijo del Todopoderoso", pero si simplemente lo visualizamos y no lo experimentamos, ésto también es temporario. Para emerger el sentimiento natural hacemos una conexión con el Todopoderoso. Sólo entonces podemos decir: "Yo soy un alma pura, cargada con todos los poderes". Sólo entonces no tenemos ningún pensamiento impuro, nuestra mente y sanskaras son controladas y tenemos una conexión clara con Baba.

El sólo decir "Yo soy un alma pura", es temporario. En el inicio es necesario, pero no conduce a la experiencia. Si no estoy experimentando con el intelecto, puedo tolerar por uno o dos años, pero no tendré nada de poder y entonces las vibraciones poderosas de afuera me tirarán. Baba nos ayuda por un año o dos en esa primera etapa cuando estamos gateando, pero cuando llega el momento de aprender a caminar, Baba nos suelta. Muchas almas dejan al gyan porque no han practicado con el intelecto de la forma adecuada.

COMO PRACTICAR CON EL INTELLECTO DE LA FORMA ADECUADA

Primero crean el pensamiento "yo soy un alma, un punto de luz", y lleven este pensamiento ante el intelecto. "Yo soy igual que una estrella luminosa". Hasta este punto sólo es la mente que está pensando, creando y no lo estamos experimentando. Esto es la imaginación. Intenten de nuevo. "He visto muchas estrellas, yo soy igual a ellas". Si el intelecto acepta el pensamiento, la experiencia seguirá. Inicialmente quizás no seremos capaces de mantener el pensamiento y pensamientos inútiles o impuros pueden venir. Entonces intenten de nuevo. Después de la tercera vez, el intelecto quizás experimente, y así la creación de la mente y el sentimiento naturalmente paran. Esto es conocido como el poder natural del silencio.

Y otra vez pueden venir pensamientos inútiles o impuros. Quizás sólo dure un segundo pero, esta vez, lo inútil es controlado y las sanskaras son controladas. Un segundo puede crecer rápidamente a más si se practica este método.

Pero no sólo hagan eso porque las vibraciones de afuera son muy fuertes y el intelecto no es suficientemente poderoso para mantener la experiencia. Entonces rápidamente cambien a un segundo pensamiento:

¿Qué tipo de alma soy?"

¿Qué es pureza?"

La pureza se mide en la forma de luz...

Yo soy un alma de paz...

¿Qué es paz?...

¿De dónde vengo?..."

y dejen que las respuestas lleguen naturalmente.

Tal análisis profunda y lenta mantiene a la mente ocupada con una cadena de pensamientos puros y previene una filtración desde el pasado. Si el intelecto acepta un pensamiento puro, la mente naturalmente parará. Aquí nada es creado ni imaginado. Todo es verdadero.

¿QUE PASA SI NO PUEDO EXPERIMENTAR PENSAMIENTOS PUROS?

Todos sabemos cómo experimentar pensamientos puros...lo hemos estado haciendo por 63 nacimientos, entonces por supuesto que el intelecto no va a cambiar inmediatamente. Sin embargo necesito un intelecto puro para experimentar pensamientos puros, entonces ¿cómo comienzo?

No hay necesidad de preocuparse. Toma tiempo purificar el intelecto. También requiere de práctica y una gran cantidad de paciencia. Al principio batallamos con la mente y sanskaras porque por 63 nacimientos no hemos usado el segundo poder de la mente. En todo ese tiempo no hemos alimentado el intelecto con pensamientos puros, entonces el intelecto no los acepta ahora.

La mente se mantiene libre de filtración usando el método de mantener pensamientos puros en el intelecto y entrar en la experiencia del silencio, y si éste es mantenido por un largo periodo, conducirá a la experiencia de un estado más elevado de conciencia de alma.

ENTRENAR LA MENTE

Es fácil crear muchas cosas, incluyendo las cadenas de los pensamientos positivos. Esto es algo que todos los poetas y escritores pueden hacer. Pero ¿podemos experimentar lo que creamos? Hasta podemos crear un hilo de pensamientos positivos o puros acerca de planes para el servicio o buenas experiencias, pero éstos son empujados suavemente afuera de la mente en el momento de introducir pensamientos puros al intelecto. Estamos conscientes que podemos pensar acerca del servicio más tarde. Si sientes que es inspirativo, y te preocupas que se te puede olvidar, escríbelo y vuelve a él después.

Entrenar la mente es un poco como tratar niños pequeños. Si acepta el razonamiento, se volverá obediente. He fijado este tiempo para la meditación, entonces eso es lo que haré. Las otras cosas pueden esperar hasta que he terminado.

¿QUE TIPOS DE SANSKARAS PASADAS EMERGEN DESDE EL INTERIOR?

- 1) Impuras... Si tengo un apego profundo con alguien, esa persona emergerá ante mí.
- 2) Inútiles... Si alguien me ha provocado un sufrimiento profundo, la imagen de esa persona emergerá ante mí.

Tales pensamientos vienen de mí y no del entorno. Esto se conoce como una filtración de sanskaras. No se preocupen. La razón de por qué estamos sentados en meditación es remover tal polvo, entonces si emerge ante nosotros, lo clarificamos y dejamos al lado.

¿COMO CLARIFICAR PENSAMIENTOS INUTILES E IMPUROS?

Si recuerdo a alguien, de repente el intelecto crea una imagen del cuerpo de esa persona. Me pregunto:

"¿Por qué recuerdo a esta persona?"

"¿Por qué estoy atraído a este cuerpo?"

Sólo es carne y huesos, piel y pelo...

Los dos somos hijos del único Padre...

Ambos venimos del único hogar..."

Esto se conoce como cambiar lo negativo en positivo.

"Maya no es nada... Yo amo al alma no al cuerpo".

Con la ayuda del conocimiento las sanskaras puras emergerán.

Tenemos que recordar que para desarrollar la práctica de la conciencia del alma, necesitamos paciencia (estas cosas son muy sutiles y el intelecto no las aceptará inmediatamente), concentración y voluntad. Si queremos lograr la perfección, tenemos que prestar atención constantemente y estudiar el método.

• ¿Cuáles son los estados para lograr el éxito?
• Primero tenemos que estar convencidos de que el intelecto puede aceptar la meta.
• Después está el experimentar, ponerlo en acción.
• Finalmente, al aplicar esto por un tiempo, hay el logro de alcanzar el destino.

• Ahora el intelecto está acostumbrado a controlar la mente y las sanskaras, en vez de ser servil a ellas, y así, acepta lo que se le alimenta.

• **¿QUE PASA SE AUN ASI NO PUEDO EXPERIMENTAR CONCIENCIA DE ALMA?**

• Por supuesto que será una lucha al comienzo, y por eso necesitamos otros yuktis (métodos) para mantener nuestra mente ocupada y libre de travesuras.

• 1) Una manera es tomar un punto de la murlí y reflexionar acerca de él. No estamos usando el segundo poder de la mente, pero por lo menos no hay filtración.

• 2) Podemos escuchar música.

• 3) Puede haber alguien en frente dando drishtí.

• **IMPORTANTES ASPECTOS DE CHEQUEAR EL REGISTRO DE TIEMPO**

• Tenemos que recordar que desarrollar la práctica de conciencia de alma requiere de paciencia (estas cosas son muy sutiles y el intelecto no las aceptará inmediatamente), concentración y voluntad. Si quiero lograr la perfección, tenemos que prestar atención constantemente y estudiar el método.

• ¿Cuáles son los estados en lograr el éxito?
• Primero, tenemos que estar convencidos que el intelecto puede aceptar la meta.
• Después está el experimentar, ponerlo en acción.
• Finalmente, al aplicar esto por un tiempo, hay el logro de alcanzar el destino.

• Cuando meditamos estamos solos, la única alteración es nuestra propia mente y sanskaras. Pero cuando entramos en la compañía de otros nos exponemos a distintas opiniones, sanskaras y naturalezas. Entonces tenemos que cambiar el viejo hábito de ver el cuerpo y defectos y ver el alma ante nosotros.

• **¿CUANTO EXPRESAMOS NUESTROS SENTIMIENTOS?**

• ¿Quién está sintiendo? El intelecto.
• ¿Quién está conectado? El intelecto.
• A veces cuando nos sentamos en meditación tenemos sentimientos de amor o felicidad. Si estamos sintiendo el amor de Baba, eso significa que debemos estar desapegados del cuerpo, entonces el expresarlo abiertamente a través del cuerpo (y viejas sanskaras) nos llevará a la conciencia del cuerpo. Podemos hacer el intento de ser sutiles.

• Hablar con Baba...

• Siéntate en la sala de Baba y crea la conciencia del alma y siente que BapDada están sentados en frente de mí.

1. Me presento a Baba y Le informo acerca de todas las acciones, buenas y malas, que he realizado a través de mi vida desde la niñez hasta ahora. Esta es la historia de mi vida.
2. Ahora pienso, "¿Cuál es mi meta en la vida?" y también Le entrego esto.
3. Pienso... "¿Qué es lo que quiero lograr?" Baba, Tú eres mi Padre, Profesor... entonces enseñame, guíame".

Es el deber de Baba de cuidar de Sus hijos. Si Le entrego mi vida entera, estoy confiando en El y comenzaré a sentir Su amor. Si no hablo con Baba, nunca me sentiré liviano. Los seres humanos no me pueden ayudar, así que hablo con el que vino a remover el sufrimiento.

Después de dejar la historia de mi vida con Baba, puedo entregarle mis noticias cada día. La mejor manera es escribiéndolas y entregándole mis problemas. El siempre está dispuesto a servir. El puede hacer cualquier cosa. El es el Padre Creador.

¿Qué Dos Poderes Tenemos Bajo Nuestro Control si Experimentamos de Esta Forma?

1. Las sanskaras pasadas no emergerán porque yo se las he entregado a Baba al escribir al final del día o hablando con El. Así no existe ninguna filtración del pasado. Tomo la ayuda de Baba para esto.
2. No tengo pensamientos inútiles porque me estoy manteniendo en la conciencia de alma con la ayuda de un registro por hora.

¿COMO TOMAR LA AYUDA DE BABA?

No podemos quemar nuestras viejas sanskaras sin la ayuda de Baba. Cuando dos manos se encuentran, pueden lograr algo. Cuando nos sentamos en la sala de Baba, pareciera como si Baba nos estuviera mirando donde sea que nos sentamos...pero realmente, si observamos dónde están enfocados sus ojos, pareciera que fuera en el centro de nuestra frente.

Shiv Baba no está en el mundo incorporal ni dentro de Brahma Baba. El está scitado en frente de mí, enseñándome. Experimenten y vean.

¿COMO ESCRIBIR UN REGISTRO?

Baba siempre nos está diciendo que escribamos un registro y la manera más efectiva es, después de cada hora, pregúntense dos cosas:

- 1) ¿Por cuántos minutos recordé que "Yo soy un alma"?
- 2) ¿Por cuánto tiempo estuve en la conciencia del cuerpo?

Al principio podemos encontrar que estuvimos en la conciencia del cuerpo por 59 de 60 minutos, pero por lo menos por un minuto mis pensamientos y visión eran puros y mis acciones elevadas, y estuve grabando sanskaras puras de la Edad de Oro (naturalmente consciente del alma). Y al crear la sanskara de chequear después de cada hora, luego encontramos que el tiempo va aumentando.

* Es importante escribir el número cada hora; no ver el número mismo como si eso no fuera el asunto. La sanskara que se está creando es de chequear. Cada hora nos estamos recordando quién somos.

* Al sólo mantener esta sencilla pero sincera práctica, el alma puede aprender a volar rápidamente. Baba explicó el 31.3.86: Si un alma Brahmin llega hoy día, ella aun puede llevarse el número uno de toda la familia. Sólo un punto: atención.

* El sólo escribir un registro en la noche es una atención grosera. El chequearse cada hora es atención sutil y es esto lo que necesitamos para volvernos un alma "last so fast" (los últimos van muy rápido).

* Experimenten por 2-3 días y observen el efecto que tiene en la meditación de las siguientes mañanas. El cuarto día no chequeen y vean el efecto. Compáren los dos. Si se siente alguna diferencia, entonces continúa.

* Lo inútil viene cuando estamos en la conciencia del cuerpo, entonces en la medida que permanecemos en la conciencia de alma a través del día, en esa medida estamos libres de lo inútil.

* Quizás sólo sea 2% para empezar; crear un hábito toma tiempo.

* Quizás nuestra meditación sea buena pero si no hay atención a través del día, nuevas cuentas negativas pueden ser creadas y luego lo que hemos ganado se termina. Hemos comido de la fruta y nunca sentimos que ha habido un gran cambio en nuestras vidas.

* Un registro por hora nos permite avanzar doblemente rápido ya que la conexión con Baba nos permite quemar el pasado. Al trabajar nos libramos de lo inútil y de esa manera no creamos nuevas cuentas negativas.

REGISTRO DE TIEMPO PARA CHEQUEAR EL PORCENTAJE DE CONCIENCIA DE ALMA

HORA	LUN SAB	MAR DOM	MIER	JUEVES	VIER
3-4					
4-5					
5-6					
6-7					
7-8					
8-9					
10-11					
11-12					
12-13					
13-14					
14-15					
15-16					
16-17					
17-18					
18-19					
19-20					
20-21					
21-22					

DURANTE EL DÍA

Sólo las almas yoguis pueden recibir esta oportunidad de hacer servicio directo al mundo.
Sólo Dioses que tienen que demeritar la veletud del sermón.
Esto es posible sólo a través de vibraciones y no a través del hablar.
Sólo cuando vez pensamientos están conectados con los de Baba
pueden esperar las vibraciones.

CURSO AVANZADO PARTE 13

CAMBIAR EL MUNDO A TRAVES DE LA MENTE

BK Atam Prakash (Madhuban)

+ Ciertamente existen aquellos quienes son Almas Caritativas, Grandes Donadores, aquellos quienes reciben poder directamente de Dios, tendrán la autoridad especial de conquistar a la Materia y derrotar a la ilusión.

+ Permanecer en un estado poderoso de yoga es la cooperación más grande que uno puede dar en el servicio de Dios.

+ Las vibraciones elevadas, puras y frescas de un yogui traen más paz y dicha a la mente del hombre.

+ El verdadero servicio es ser ignorante de deseos, tener un intelecto quieto, dejando que Baba use la mente, intelecto y personalidad.

SERVICIO A TRAVES DE LA MENTE

El servicio a través de la mente, es decir, a través de los pensamientos, es el servicio más poderoso y eterno. Es a través de este poder que uno puede transformar al mundo. Es por medio de este servicio que uno puede destruir las debilidades de otros y esparcir las olas de paz una vez más en este mundo.

¿Qué es servicio a través de la mente?

Al hablar el conocimiento, palabras de paz pueden traer paz a otros y a través de palabras dulces, se puede entregar felicidad. A través de palabras buenas y positivas se puede incrementar el zelo y entusiasmo en otros. Nuestros pensamientos pueden entregar el mensaje de Dios y la experiencia de paz, poder, felicidad, zelo y entusiasmo a otros.

Inculcación especial para hacer servicio a través de la mente

Para lograr el éxito al hacer servicio a través de los pensamientos, primero que todo es muy importante mantener el estado Avyakt por al menos 8 horas todos los días. En nuestro estado de yoga debe haber tal concentración de pensamientos, para que nuestros pensamientos puedan alcanzar a la otra alma efectivamente. Si existen vibraciones poderosas impuras o negativas entre nosotros y la otra persona y no tenemos el poder de la concentración en nuestros pensamientos, entonces nuestros pensamientos se perderán.

Nuestros pensamientos necesitan ser como rayos laser que no pueden ser detenidos por ninguna energia fisica. Es sólo entonces que uno puede ser exitoso en el servicio. Para realizar tal servicio sutil, debe haber pureza en los pensamientos o un poder de yoga completo para que el flujo de vibraciones no pueda ser detenido por nada.

Tres inculcaciones principales para el servicio a través de la mente

1. Ser totalmente puro
2. Ser un destructor de apego completo
3. Ser doble luz (leve y luz)

Si alguno de estos está faltando, entonces el poder de nuestros pensamientos se debilita. Cualquier impureza previene la concentración de nuestros pensamientos y la pureza completa conlleva a una actitud ilimitada. El apego creará mucho caos dentro de la mente debido a los sentimientos de deseo o atracción. Por lo tanto, no habrá éxito a través de la mente. Pesadez dentro de los pensamientos detiene la velocidad de los pensamientos y entonces, levedad también es un requisito importante.

Servicio a través de los pensamientos y el estado de la mente

Cualquier sonido (pensamientos) que emerge de una mente que es limpia y sencilla alcanza la mente de otros. Si existe descontento dentro de la mente, si la mente no está pacífica, entonces ¿cómo podrá tal mente traer paz a otros? Si la mente es servil a sus propias sanskaras, ¿cómo puede tal mente cambiar las sanskaras de otros? Si la actitud de la mente es impura, ¿cómo puede tal actitud cambiar la actitud de otros? Entonces para servir a otros a través de los pensamientos, necesitamos tener una mente dichosa, una mente pura libre de confusión, una mente que es yogyukt y una mente que constantemente nada en las olas del océano del conocimiento. Las vibraciones de tal mente divina alcanzarán a otros.

Purificar los pensamientos impuros a través de los pensamientos elevados

Una naturaleza bella, atractiva y pacífica puede afectar el estado mental del hombre y traer felicidad. Si una persona que está deprimida o con falta de paz se vuelve alegre o feliz observando la belleza de la naturaleza, entonces las vibraciones elevadas, puras y frescas de un yogui pueden traerle aun más paz y dicha a su mente.

Manmanabhav - El Método Más Elevado para Servir a Través de la Mente

Existen unas tareas importantes que necesitamos realizar para dar el mensaje de Dios y transformar al Hierro en Oro:

1. Dar las bendiciones de Mukti y Jeevan mukti a todas las almas.
2. Purificar la atmósfera.
3. Purificar los animales y pájaros.
4. Purificar los elementos.
5. Dar paz a las almas errantes.
6. Dar cooperación para preparar el vientre de las almas de la Partida Avanzada.
7. Enviar vibraciones poderosas para la destrucción de Kaliyug.
8. Prepararnos para los cambios geológicos y astroológicos.
9. Dar paz a las almas quienes van a estar angustiadas en el tiempo de la destrucción.

Junto con alcanzar el estado karmateet, también necesitamos realizar esta tarea alokiik. Si el alma no está satisfecha con el yoga, entonces ¿cómo podrán las vibraciones alcanzar a otros? Baba dice, mientras Uds.

permanecen yogyukt muchas almas automáticamente reciben el poder y aquellos que permanecen yogyukt tienen por lo menos 8 horas de yoga. Tales almas hacen el servicio más elevado del mundo, porque es a través de este yoga que la pureza, la paz y el poder completo se esparcirán en el mundo.

Permanecer yogyukt y tener pensamientos elevados son el medio para hacer el servicio mental ilimitado. Las grandes almas quienes son responsables de esta tarea del establecimiento tienen que incrementar el poder de concentración para terminar su responsabilidad y práctica de yoga constante.

La Forma Bella de Servir a Través de la Mente

Todos los Brahmins, Raja yoguis, son la fundación del árbol del kalpa. El Alma Suprema es la semilla del árbol. Al igual que la nutrición llega a cada hoja a través de las raíces, de la misma manera, a través de las almas yoguis cada alma del árbol del kalpa tiene que recibir nutrición, y esa nutrición es nuestros pensamientos. Es por medio de pensamientos poderosos en nuestra mente que muchas almas recibirán una nutrición poderosa, es decir, muchas almas recibirán la fuerza para realizar acciones elevadas, volverse libres de tensión y libres de preocupación. Si tenemos pensamientos débiles e impuros, eso también tendrá un efecto en numerosas almas. Muchas almas serán afectadas por tensión, falta de paz y desilusión. Baba dice, su atención removerá la tensión de muchas almas. Permanecer en un estado poderoso o elevado es la forma más elevada del servicio sutil.

Segundo, el fuego del yoga de un Raja yogui destruye los gérmenes de Maya que rodean al mundo. Permanecer en un estado poderoso de yoga es la cooperación más grande que uno puede dar en el servicio de Dios.

Tercero, gyan y el estado yogyukt muestra tal divinidad en el rostro que a través de esto muchas almas son inspiradas automáticamente y su interés en escuchar o de buscar conocimiento se incrementa.

Cuarto, tener buenos deseos hacia todos también es la forma más elevada del servicio a través de la mente. Ellos reciben el mensaje de la misma forma y sienten que alguien les dió un mensaje. Si nuestro estado es sutil, puede que ellos también vean nuestros cuerpos sutiles.

Tener conversaciones espirituales con almas

Al igual que tenemos conversaciones verbales, de la misma forma, al estar en el estado incorporal podemos tener conversaciones espirituales con almas a través de nuestros pensamientos. Les podemos dar nuevos pensamientos, remover sus desilusiones, llenarlas de entusiasmo y volverlas llenas de dicha. En este servicio, cualquier pensamiento que emerge en nuestras mentes, el mismo pensamiento emergerá en la mente de ellos.

Experimentar con el servicio a través de la mente

Se puede realizar este servicio especialmente en Amrit Vela y en la tarde después del atardecer ya que el nivel de contaminación es menor. Realmente podemos servir a todo el mundo a través de nuestros pensamientos pero, solamente como experimento, podemos empezar a enfocar en ciertas almas. Si sólo hay pensamientos nada ocurrirá, ya que se necesita el poder del yoga.

Podemos experimentar con el servicio a través de la mente de las siguientes maneras:

- 1) Dar el mensaje Divino a otros.
- 2) Transformar las sanskaras y actitudes de otros a través de sentimientos puros.

- Las vibraciones de nuestros sentimientos puros tienen un efecto inmediato sobre los demás. Al llenarnos del poder del yoga y entregar sentimientos puros, podemos cambiar los sentimientos de otros en los de amistad.
- Uno puede cambiar las sanskaras fuertes de otros al darles el poder de los pensamientos elevados.
- 3) Invocar a las almas.
- En Amrit Vela si uno permanece en el estado yogyukt también puede invocar a las almas. Al hacer esto, esas almas son atraídas a acercarse o reciben inspiración para aprender el conocimiento y yoga. Lo que hacemos a través de palabras, también lo podemos cumplir a través del poder de los pensamientos. El poder del Todopoderoso está dentro de cada pensamiento de una alma yogyukt o de una alma pura.

ENTREGAR PAZ Y PODER

Primero que todo necesitamos permanecer en el estado de profundo silencio y en un estado completo de conciencia de alma. Entonces dejamos que las vibraciones de silencio fluyan hacia las almas con falta de paz. Por lo tanto, establezcamos este laboratorio sutil y completemos la tarea del establecimiento sin ningún medio físico ni riquezas. Demos felicidad y descanso a las almas angustiadas para que el sonido de la revelación de Dios pueda esparcirse. Primero sirvamos a nuestra mente y después al mundo.

SERVICIO DEL MUNDO

Es la responsabilidad de cada alma volver la atmósfera del Centro un medio muy poderoso de servicio para el mundo. Hagan tiempo en su horario diario para tener un yoga especial en el Centro.

La semilla del mundo es realmente autoservicio. Si tú eres estable, las almas que creas serán estables. Si tú eres inestable, entonces las almas que creas también serán inestable o débiles. Sólo a través de ser un autobenefactor completo en un largo periodo de tiempo podrás volverte un benefactor del mundo. Comprende tu propia perfección porque muchos están sufriendo y por el bien de ellos, se perfecto, ten misericordia por el mundo.

El servicio del mundo es realmente la tarea de Baba. El lo está realizando a través de nosotros. Usa el servicio de la mente ahora. Los pensamientos son más poderosos que palabras. Un intelecto puro, claro y de largo alcance más una humildad total para recibir las vibraciones adecuadas son necesarios. Se muy firme y estable. Este es un trabajo de tiempo completo, a través del día chequea tu estado, pensamientos y actitudes.

El verdadero servicio es ser ignorante de deseos, tener un intelecto quieto, dejando que Baba use la mente, el intelecto y la personalidad. Hay que darse cuenta que lo que sea que hagamos, recibiremos el retorno. Estamos actuando nuestro papel. No hay esfuerzo porque no somos nosotros los que los estamos haciendo. Entonces, aunque permanezcamos externamente muy ocupados en el servicio, experimentaremos contentamiento. Chequeen el equilibrio entre el servicio y el silencio para que pueden ajustarse a lo que sea necesario en cada momento.

SERVICIO A TRAVES DE LA MENTE

Baba está enfatizando más y más que tenemos que hacer servicio a través de la mente, es decir, a través de los pensamientos. El tiempo del servicio a través de las palabras (faro de luz) ha terminado. Ahora tenemos que hacer servicio por medio de tornarnos una torre de poder. Tomemos el ejemplo de un paciente muy enfermo. Hay muchas posibilidades de tipos de tratamientos - alopático, homeopático, auryavedic y naturópata. Algunos toman tiempo y con otros hay una cura rápida. Entonces es preferible la cura rápida.

En este tiempo la mayoría de las almas están muy enfermas. Entonces les tienes que dar inyecciones a través de pensamientos directos y poderosos. De esta manera, energía puede ser transferida al alma y pueden ser curados muy fácil y rápidamente.

Desde la Edad de Cobre, las personas han estado escuchando el conocimiento de las escrituras, etc. Ahora están cansados, ya no quieren escuchar. Quieren tener la experiencia de paz dentro de un corte período de tiempo y eso sólo es posible a través de los pensamientos. Un estado de yoga muy poderoso es necesario para este tipo de servicio. En la medida que tu yoga sea poderoso, en esa medida tus pensamientos serán poderosos. Utilizando tus vibraciones poderosas puedes enviar vibraciones a otras mentes, y esto requiere de pensamientos poderosos. Significa que a través del día, tu yoga debería ser de al menos ocho horas.

La pila del alma estará totalmente recargada después de ocho horas. Entonces la luz del alma se volverá una luz para el mundo. La luz del alma se esparcirá al mundo entero.

Sólo las almas yoguis pueden recibir esta oportunidad de hacer servicio ilimitado para el mundo. Baba dice que tenemos que incrementar la velocidad del servicio. Esto es sólo posible a través de las vibraciones, no a través de las palabras. Sólo cuando mis pensamientos están combinados con los de Baba pueden tales vibraciones poderosas esparcirse. De esta manera puedo entregar las palabras de mi mente (mis pensamientos) a otros. Cuando mis pensamientos están combinados con los pensamientos de Baba, si están enfocados en cualquier alma, las vibraciones pueden alcanzar cualquier lugar en el mundo. Por ejemplo, la función de una pistola es enviar una bala lejos; la función de la bala es pegar la piedra y romperla en pedazos. Mi estado de yoga es mi pistola, y mi cada pensamiento es igual que una bala reaccionando profundamente en el alma a quien le he enviado mis pensamientos. ¿A qué es lo que tengo que disparar? A los hábitos y a la personalidad impuros.

Para hacer servicio al mundo, tienen que sentarse encima del mundo en Paramdham, o sea, en el estado de Benefactor del Mundo, con los rayos ilimitados de los poderes de Baba llegando a ti y reflejándose en ti hacia el mundo entero.

SERVICIO ILIMITADO O PERSONAL O GRUPAL DESDE LAS REGIONES SUTILES

Si quieres hacer servicio personal o servicio grupal o servicio ilimitado, entonces tienes que hacerlo en la región sutil. En las regiones sutiles Shiv Baba a través del cuerpo angelical de Brahma Baba está frente de ti. Tú estás en tu cuerpo angelical. Entonces emerge el alma o grupo que deseas servir en frente de ti y de BapDada en las regiones sutiles. Entonces los rayos de Baba reflejan en ti y después en el alma o las almas que quieres servir. No es posible que el alma reciba directamente de Baba si no existe ninguna conexión con Baba. Entonces, "Yo recibo rayos desde el Sol Espiritual y los reflejo como un espejo a las otras almas quienes están en la sombra".

Si esto es tu práctica y después te vuelves exitoso, entonces serás exitoso para siempre. De esta manera, a través de pensamientos poderosos puedes hacer tanto servicio.

Las personas ahora quieren paz y poder. Son buscadores de paz y poder. ¿Por qué paz y por qué poder? Porque al vivir sus vidas diarias las personas están sin paz; no tienen paz mental. Y también existen almas quienes han dejado sus cuerpos, hogar y posesiones por causa de terremotos y hambrunas y cosas así. En un mensaje de trance hubo una escena de una montaña; en un lado de la montaña habían Brahmins y en el otro lado las personas del mundo. Baba dijo, por favor, para estas personas, no para Uds., pero para estas almas Uds. tienen que mantener un estado de yoga poderoso y esparcir las vibraciones de paz y poder, den la donación a través de sus pensamientos. El número de este tipo de almas va a incrementar día a día, y ellos quieren paz. ¿Y por qué poder? Hay muchos problemas en este mundo. Las personas son débiles y no son capaces de enfrentar cosas. Por lo tanto, necesitan poder y cooperación. Tenemos que donar paz y poder al

hacer servicio a través de la mente. De esta forma, al esparcir vibraciones puras en la atmósfera, las vibraciones impuras son neutralizadas y purificamos a la atmósfera.

SOLO BRAHMINS PUEDEN HACER SERVICIO EN LAS REGIONES SUTILES

Baba dijo en la murli "Ninguna otra alma puede experimentar la Región Sutil porque necesita la relación de Brahma y Brahmins. En la medida que avancen, de acuerdo al tiempo, y de acuerdo a las necesidades y los deseos de las almas, será necesario servir a través de su forma doble. Primero, la forma de Brahmins, o sea, la forma de lo corporal. Segundo, la forma sutil y angelical. La velocidad del servicio en la forma sutil es más rápida que en la forma corporal.

SIGAN A BRAHMA - RECIBAN SUSTENTO DE LA FORMA SUTIL

Aun ahora, Avyakt Brahma Baba, en la forma sutil, o sea, en la forma sutil, está tirando a los hijos hacia el estado de su forma sutil y angelical. ¿Saben cómo seguir al padre? No deberían pensar, "Si, debo dejar mi cuerpo y volverme avyakt". No, Uds. no deben seguirlo de esta forma. Brahma Baba se volvió un angel para que los Brahmins pudieran ver el ejemplo en la forma sutil y sería fácil de seguir. Aunque la forma corporal no está aquí, aun así, al estar en la forma angelical, visiones son dadas como si Brahma Baba estuviera en su forma corporal.

Pueden ir en frente de la fotografía de Brahma Baba y tener una conversación de corazón a corazón. ¿Están viendo el retrato o están viendo el ser viviente? Uds. tienen esta experiencia y es por esto que, desde las profundidades de su corazón, Uds. dicen "Brahma Baba". ¿Hablan de Brahma en base a su experiencia o sólo en base a su conocimiento? De esta forma Brahma avyakt, angelical les está dando sustento en la forma corporal, para que Uds. también, en la forma física, puedan tener la experiencia de ser el ángel sutil y dar sustento a las otras almas.

PURIFICAR LOS CINCO ELEMENTOS

El purificar los cinco elementos también es servicio a través de la mente. Tenemos que esparcir vibraciones poderosas para que los átomos sean influidos y comiencen a moverse positivamente. De esta manera, podemos purificar y cambiar los elementos.

El efecto de los hijos de Baba en purificar la materia será de eliminar la densidad de la materia, volviendo la materia luz una vez más, para que el nuevo mundo esté listo para nosotros y cuando tomemos nuevos cuerpos en la edad de oro, no serán cuerpos de materia densa, sino materia liviana. Los elementos han sido purificados, y así se volvieron luz. A veces cuando uno ve a un yogui senior, ven que pareciera que irradiaran luz. Es como si fueran casi translúcidos. Cualquier persona en profundo yoga puede parecer así. Esa transformación de la materia está sucediendo ahora y el ofrecer bhog es un aspecto de esa transformación.

En Satyug esa transformación ya habrá tomado lugar, y por lo tanto, no se pensará acerca de Dios o de ser consciente del alma, pero porque ya habrá ocurrido, el alma podrá volar constantemente. No habrá nada que lo tire hacia abajo. Bhog es nuestro primer experimento con todo este proceso de transformar la materia con el poder del amor y pureza de Dios y cambiar la calidad de las vibraciones dentro de ella.

MAESTROS BENEFADORES DEL MUNDO

Si quieren hacer el servicio del mundo, entonces todas las almas deben estar emergidas en su visión, y tienen que pensar, "Tengo que hacer algo para todas las almas del mundo". Sólo aquellas almas que hacen este tipo de servicio pueden hacer el servicio espiritual ilimitado. Si hacen ésto sobre un período largo de tiempo, entonces tienen la oportunidad de ganarse un número en el rosario de los 108. Tales almas victoriosas son Maestros Benefactores del Mundo. Al final habrán tales almas y sólo ellos podrán volar en sus cuerpos sutiles a través de todo el mundo, y desde cada órgano rociarán vibraciones puras de paz y poder. Todas las personas del mundo recibirán una visión de tales almas. Serán glorificadas como las almas más elevadas, los que han alcanzado el estado más elevado de victoria.

LA CONCIENCIA AL COCINAR

LA FILOSOFIA DEL SERVICIO

(Dadi Janki - Jefe Administrativo Adicional de Brahma Kumaris - una experiencia personal)

En el servicio mi motivación siempre ha sido, "Quiero revelar la verdad a todos". Baba me ha dado todo, entonces ¿por qué no compartir estos tesoros con otros? Todos deberían tener la oportunidad de tener el poder de la verdad dentro de ellos y la experiencia de la verdad como esta alma lo ha experimentado. Porque en la verdad hay tanto atracción como virtud.

Siempre ha habido el pensamiento de crear ejemplos - ejemplos para que el mundo vea; almas quienes se han vuelto ejemplos a través de seguir el estilo de vida Brahmin y están llenas de conocimiento y poder. Esta alma sintió que era sólo a través de mantener una conexión con Baba, día y noche, que tales ejemplos se crearían.

El hacer servicio no debería crear problemas para otros, sino que debería ser una contribución, una solución, una forma de ayuda. Entonces cuando hago servicio, siempre trato de mantener en mente que si yo acepto la responsabilidad del servicio, entonces debo realizarlo totalmente para que nadie más se tenga que preocupar de ello. Entonces aquellos en contacto conmigo reciben servicio de mí y no una carga que viene de estar en contacto conmigo.

También existe la conciencia que la destrucción viene, y que todo el mundo necesita recibir el mensaje de Dios antes de la destrucción. Aun cuando ellos no crean que existen almas y que Dios es su Padre cuando lo escuchan ahora, al final lo recordarán y ésto les ayudará.

También tengo el objetivo de mantener al ser y a otros ocupados reflexionando el conocimiento. Eso es mantener al intelecto ocupado. Hacer servicio junto con otros Brahmins es una manera de mantener el intelecto ocupado en asuntos que son de beneficio para el ser y otros. Dramatizaciones, danzas, canciones, conferencias, proyectos - todos estos proporcionan material al intelecto para pensar y lo mantienen dirigido hacia Baba.

También es necesario encontrar maneras de juntarse con otros para que ellos reciban buena compañía. Si un alma está sola muy frecuentemente, se vuelve confundida. Proyectos de servicio también proporcionan los medios para este tipo de reunión desde el cual todos pueden aprender y tomar beneficio. Aprenden de la experiencia y cualidades de cada uno.

Además siento que es importante prestar atención a la atmósfera del lugar donde el servicio está ocurriendo. Se debe prestar atención a eso, ya sea en la casa de una familia o en el centro. En el lugar donde hacen servicio tienen que asegurarse que la atmósfera refleje las vibraciones de Baba. Debe haber la atmósfera de yoga constante. Aquellos quienes pueden estar causando un disturbio mental a la atmósfera pueden ser vencidos por vibraciones poderosas de yoga.

UN ALMA CARITATIVA (Avyakt BapDada)

*Nadie mas en el mundo recibe comida que es tan limpia
y llena de tanto recuerdo como ustedes.
Y es la comida que ha sido conocida como
la comida que remueve todos los sufrimientos.*

CURSO AVANZADO PARTE 14

LA CONCIENCIA AL COCINAR Dadi Janki & BK Wendy (Sydney)

- + Si piensan en ustedes mismos mientras cocinan, habrá la vibración de avaricia.
- + Si piensan en otros mientras cocinan, habrá la vibración de apego.
- + Piensen en Baba y será una libertad, una liberación. Habrá ese sentimiento de profundo amor.

LA CONCIENCIA AL COCINAR

Cuando tu cocina esté en orden entonces tendrás que considerar la calidad de la conciencia necesaria para hacer que la comida sea digna de reyes. Puede que estés viviendo con personas que no son Brahmins y esto hace más difícil tener ese estado mental quieto y ordenado mientras cocinas.

Si tienes hijos/amigos/marido/esposa y ellos tienen el hábito de entrar en la cocina mientras cocinas, puedes ver si hay posibilidad de reorganizar tu horario para que puedas cocinar cuando ellos estén ocupados y así podrás concentrarte adecuadamente en dar vibraciones puras a la comida. También ayuda si la puerta de la cocina está cerrada y puedes tocar alguna música que te recuerda a Baba mientras cocinas. Aun mejor, puedes sentarte en yoga por unos minutos en la cocina antes de empezar.

La limpieza antes de cocinar es importante también. Trata de no entrar de la calle e ir directamente a la cocina a cocinar. Lávate, cambia de ropa y medita un poco. Limpieza en la mente, el cuerpo y la cocina son prerequisites para un buen comienzo de la preparación de comida satwic (pura). El tiempo ideal para cocinar es después de la clase de la mañana, cuando tu mente está quieta y tienes muchas nuevas gemas de conocimiento para mantener tu mente libre de pensamientos inútiles. También es una forma agradable de recordar el conocimiento de la murli de la mañana.

EN QUE PENSAR MIENTRAS COCINAS

- Si piensan en ustedes mismos mientras cocinan, habrá la vibración de avaricia.
- Si piensan en otros mientras cocinan, habrá la vibración de apego.
- Piensen en Baba y será una libertad, una liberación. Habrá ese sentimiento de profundo amor.

PUNTOS DE CHEQUEO PARA COCINAR

1. Primero, es esencial desarrollar una actitud positiva hacia cocinar. Antes de preparar cualquier comida, chequea si lo consideras como algo agradable, una actividad creativa o como un deber desagradable que toma tiempo.
2. Antes de cocinar, toma unos minutos para asegurarte que la cocina esté limpia y en orden. Saca todas las cosas que necesitarás para hacer la comida y ponlos donde pueden ser usados. Esto hace que el proceso de cocinar sea más fácil y agradable.
3. Evita hacer otras cosas mientras cocinas. Realmente estarás ahorrando tiempo y la comida resultará mejor.
4. Permanece en silencio tanto como posible, prestando atención a la calidad de tus pensamientos. Trata de tener pensamientos puros y de paz. Esto crea una atmósfera poderosa que llena la comida con vibraciones puras y además trae beneficio personal.

OFRECER LA COMIDA A DIOS ANTES DE COMER

Hay tres aspectos del ofrecer, uno es tu estado mental mientras cocinas, dos es el proceso de ofrecer la comida a Dios en efecto, y tres es tu estado mental mientras comes. Ya hemos visto el primero, la preparación de la comida, así que ahora veremos el segundo aspecto.

Gran parte de la vida Brahmin existe dentro de ciertos límites en términos de para qué y cuándo usamos el tiempo. La impresión general es evitar el ritual inútil. Casi ni se conocen rituales en el estilo de vida de un dueño de casa actual. Puede que aún haya unos pocos minutos de oración antes de comer la comida, pero aparte de eso, no se hace mucho. Por supuesto que depende de tu religión. Encontrarás que en un hogar judío tradicional hacen oraciones sobre la comida y a veces hasta un asiento se deja vacío en la mesa por si viene un ángel de visita. Pero para la mayoría de los que viven en la sociedad moderna, comer es sentarse a la mesa o en frente del televisor y comer.

Para evitar esa actitud utilitaria hacia la comida y también darse cuenta de las ventajas de una actitud espiritual, después de preparar la comida, ofrecemos comida en la forma de bhog a Dios. Cuando te sientas en meditación, te estás ofreciendo a ti mismo a Dios. De la misma manera, cuando hayas completado todas las preparaciones de la comida, toma un poco de cada comida, una cucharada o dos, cualquier fruta fresca que hayas comprado recientemente y que piensas comer entera y ponlos en recipientes limpios. Uno de cada tipo de comida. También puedes querer ofrecer flores frescas en un florero junto con la comida.

Puedes comprar los recipientes para el bhog especialmente para este propósito; 3 o 4 recipientes y un plato grande en que poner los recipientes y un paño blanco para cubrirlos.

Después de llenar los recipientes, puedes ir al lugar en la casa donde normalmente te sientas en meditación y siéntate en frente de la foto de Baba y visualízate llenando a Baba con los pequeños recipientes de comida. Siéntate suspendido en una luz blanca mientras Baba acepta la comida con amor y después regresa a tu cuerpo. Entonces puedes vaciar los recipientes de comida y mezclarlos con el resto de la comida. Este proceso es uno de los aspectos más placenteros de cocinar, porque ¿para quién es mejor cocinar sino para Dios? Te sentirás como una nueva novia, totalmente enamorada, que sólo ve al amado y que se preocupa de preparar con un amor profundo la comida que a su amado más le gusta.

TRANSFORMACION DE LA MATERIA: LOS CINCO ELEMENTOS

Dadi Janki - Londres

Elijo las frutas más lindas para ponerlas en una bandeja para ser ofrecidas a Baba y ésto es un indicio de mi profundo amor y respeto. Entonces ¿qué estamos haciendo cuando ofrecemos bhog? Si, estamos ofreciendo a nosotros mismos pero también estamos purificando la materia, los elementos. Usamos el poder del recuerdo de Dios para llevar a los elementos a Dios. Queremos que Dios lo purifique para que más tarde, cuando lo usemos o comemos, tendrá ese efecto puro y fino en nuestra mente tanto como en nuestro cuerpo. Si empiezas a ofrecer comida en tu casa todos los días, entonces te será fácil hacer otros esfuerzos. Experimentarás ese efecto puro y fino que tienen en el cuerpo y en la mente. Estamos permitiendo que las vibraciones de Dios purifiquen a la materia y la transforme.

¿CUAL ES TU ESTADO MENTAL MIENTRAS COMES?

El proceso de comer también es importante. Primero examina el tipo de ambiente en que comes. ¿Estás comiendo en una mesa de comedor bulliciosa con niños bailando alrededor haciendo exigencias? Si es así, yo te recomiendo que no comas nada sino concéntrate en satisfacer las necesidades de los niños primero y después come en paz cuando todos estén satisfechos. Si los niños están dispuestos a escuchar y aprender de tu ejemplo, entonces fija la regla de no hablar innecesariamente en la mesa y motívalos a sentarse contigo antes de la comida o durante el té de la tarde para que puedan compartir todas sus aventuras contigo. Los niños necesitan amor pero no a las expensas de tus propias necesidades espirituales.

Si estás sirviendo una familia adulta cansada que acaba de llegar del trabajo, escuela, etc., entonces motívalos a comer primero. Concéntrate en las necesidades de ellos y después encontrarás que puedes comer correctamente después, quizás en la cocina. Si ellos desean comer en frente del televisor, entonces si es posible, calladamente lleva tu comida a otro ambiente. De nuevo, si la familia está dispuesta a seguir tu ejemplo, motívalos a comer en el comedor sin ser molestados por la televisión. Toma el tiempo para comunicarte con tu pareja o con los hijos mayores sobre una bebida caliente en un momento separado de las horas de comida.

Si estás viviendo sólo, o si no eres responsable de ningún otro miembro de tu casa, entonces simplemente puedes sentarte en silencio y comer según las siguientes pautas:

1. Antes de comer dale drishti a tu comida. Esto significa sentarnos con Baba en meditación y mirar a la comida manteniendo en mente la relación pura y amorosa con Baba. Esta vibración entrará a la comida.
2. Come lentamente recordando a Baba. Cada bocado es una oportunidad de acercarte más a Baba. Esto también es un principio para comer saludablemente ya que sólo se puede tener una digestión adecuada si se come lentamente.
3. Cuando termines, de nuevo vuelve la cocina a su estado original de orden para que puedas estar siempre listo.

BAPDADA SOBRE COMIDA Y OGUT PURA

16.2.88

Nadie más en el mundo recibe comida tan limpia y llena de tanto recuerdo como ustedes. Y es la comida que ha sido conocida como la comida que remueve todos los sufrimientos. ¿Por qué? La comida pura purifica la mente y el cuerpo. Si la riqueza es sucia, destruirá la felicidad y creará preocupaciones. Si una

riqueza es sucia, por ejemplo, aunque hayan cientos de miles, traerá multimillones de veces preocupaciones. La preocupación es como una pira fúnebre, y si alguien está sentado sobre la pira fúnebre, ¿cómo puede experimentar felicidad? Una riqueza sucia viene de una mente sucia. La comida limpia purifica la mente y riqueza y el cuerpo también se vuelve limpio. Entonces la comida preparada en el recuerdo es importante y se pueda alabar esta comida que se llama Brahma bhojan. Si no es comida preparada en el recuerdo, entonces puede causar fluctuación en la conciencia. Pero comida preparada y comida en el recuerdo funciona como una medicina y también como una bendición. La comida cocinada en el recuerdo nunca puede causar daño. Por ésto, celebren el festival en todo momento.

REFERENCIAS

- Comida de los Dioses - Australia
- Comida Asiática - Hong Kong

exbk.wordpress.com
exbk.blogspot.com
www.brahmakumaris.info

