

# Kriya Yoga de Babaji

Textos para leer



## Tantra, el tejido de la consciencia

por Nityananda

El Tantra es la parte más reciente del Yoga, se empezó a desarrollar en India en el siglo V d.C. La cosa nació más o menos así: conforme avanzábamos en lo que se llama la Kali Yuga, la Edad Oscura actual, los Siddhas, los maestros realizados del Yoga, descubrieron que cada vez era más difícil para las personas la meditación, la concentración. Todo el mundo estaba agitado. Así que las técnicas (y las filosofías detrás de ellas) que hasta ahora funcionaban, ¡ya no servían! Había que buscar otras.

El Yoga clásico, tal como lo refleja Patanjali en sus Yoga Sutras (siglo II a.C.), busca el principio puro de la consciencia, separado de la Naturaleza y sus manifestaciones. El yogui se concentraba en negar la realidad (“Neti, neti” – “no es eso, no es eso”) de los fenómenos impermanentes – el mundo, en definitiva. En esta obra no hay mención alguna a Kundalini o al manejo de la energía, ya que ella forma parte de lo impermanente. Tampoco se mencionan los chakras (centros sutiles de consciencia) ni cómo activarlos; lo que se enfatiza es la concentración mental, en busca de la experiencia final de la consciencia pura, desligada de lo fenoménico.

El Yoga clásico propone el ascetismo, lo que supone quitar los sentidos físicos de en medio, como fuentes principales de distracción para el yogui. Este camino resulta muy útil si uno se retira al desierto, a un monasterio o a una

cueva de los Himalayas, eliminando en lo posible toda fuente de distracción sensorial. El enfoque opuesto al ascetismo sería el tantrismo: en vez de retirar los sentidos físicos, incluyámoslos en nuestra práctica espiritual – dijeron los Siddhas. En vez de ignorar la energía, ¡utilicémosla! Todo sirve en el Tantra, todo es utilizado e incluido en la práctica espiritual. De hecho, la palabra “Tantra” significa “telar” o “red”. ¡Todo está entretejido y enlazado! ¿Por qué separar entre “divino” o “no divino”, si la Divinidad está igualmente presente en todo?

Así que el tantra, como camino espiritual, es muy útil si uno no se retira del mundo – todos pueden hacerlo, incluso los hombres de hogar, con familia (y mujeres, por supuesto). El Tantra es un enfoque que valora el aspecto dinámico o femenino de la Divinidad: la energía divina que da forma a todas las cosas (Shakti), y no sólo Su aspecto estático o masculino, la consciencia (Shiva) – enfatizada en el Yoga clásico.

### **Concentrando las energías**

El método tántrico persigue la misma meta que el Yoga clásico, llegar a la consciencia pura no dual, anclada en el gozo y en la paz del Ser, que no es arrastrada por los fenómenos impermanentes. Y nuestro mayor aliado para ello es... la misma energía Divina que crea estos fenómenos. Los Siddhas dicen: “lo mismo que nos hace tropezar nos ayuda a levantarnos”. Así que el planteamiento tántrico es muy energético. Aparece el Yoga Kundalini, trabajando con la energía primordial que se esconde en cada ser humano, capaz de conducirlo a estados superiores de consciencia. Surge el libro Hatha Yoga Pradipika (siglo XV d.C.), que ofrece abiertamente técnicas de asanas, pranayamas, técnicas para activar los chakras y la energía Kundalini... el enfoque es, en vez de usar la mente, trabajemos la energía vital responsable del funcionamiento del cuerpo y la mente, y de esta forma, indirectamente, podremos trabajar sobre la mente y sus estados de consciencia, algo que ya no se puede hacer desde la mera concentración mental.

Los yoguis descubrieron que tenemos siete centros sutiles de consciencia, a lo largo de nuestra columna vertebral, cada uno de ellos asociado a un estado de consciencia. Y descubrieron que si podemos concentrar nuestra energía vital en los centros superiores, en lo alto de la cabeza, podemos experimentar estados elevados de consciencia. Y los yoguis pensaron... ¿cuál es la energía vitalmente más poderosa que tiene el hombre?... ¿Adivinas cuál?

Sí, el sexo es tal energía. De modo que todo el Yoga tántrico, el Yoga Kundalini, trata de concentrar esta preciosa energía en los centros superiores de consciencia, para activarlos. Hablamos de “transmutación” energética. Hablamos de alquimia (la real, no la “alquimia vulgar de los tontos”, como dicen los propios alquimistas), de transmutar el plomo de las pasiones en el oro de la espiritualidad. El Taoísmo, en China, también trata de esto, al igual que muchas otras tradiciones espirituales verdaderas (¿qué significa si no

“Quetzalcoatl”, la serpiente emplumada en México, sino la espiritualización de la energía vital?).

Así que la meta de las diferentes herramientas que ofrece el Tantra, las asanas, los pranayamas, los cierres musculares, los mantras, etc. es la transmutación de la energía vital en energía espiritual y la apertura de los centros de consciencia. Y con ello abrir las puertas del cielo, experimentar los estados elevados de consciencia, buscando la comunión irrevocable con el Absoluto y la consciencia pura o cósmica – en realidad volver a casa.

### **Mucho más que sexo**

En Occidente, igual que se entiende por “Yoga” la práctica de posturas, ahora se entiende por “Tantra” la práctica sexual yóguica. Se ofrecen talleres de Tantra, en busca del super-orgasmo, sin limitaciones conceptuales ni emocionales. ¡Pero el Tantra lo incluye todo! El trabajo, la comida, las relaciones... es el tejido de la vida, con o sin sexo. De hecho, por ejemplo, en el Kriya Yoga de Babaji tenemos 144 técnicas o kriyas, y apenas dos o tres de ellas tienen que ver con el sexo. Todas tienen que ver, sin embargo, con el desarrollo de la consciencia.

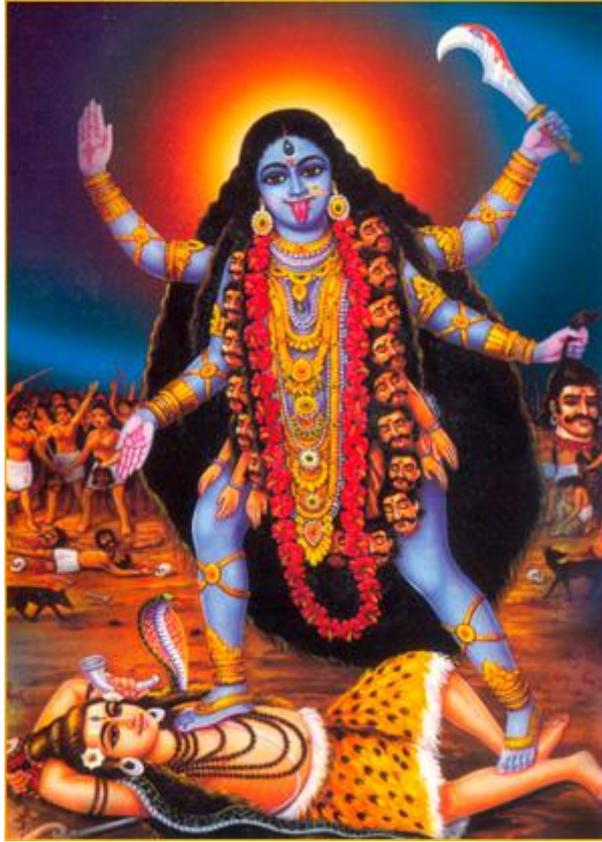
El camino del Tantra busca el desarrollo de la consciencia, el Ser, en medio de todo el tejido de los fenómenos cotidianos: estando totalmente presente en ellos... pero sin ser arrastrado por ellos.

Los Siddhas consideran el acto sexual como un acto sagrado que, realizado desde la consciencia, permite traer un alma elevada a este mundo, o bien la transmutación en pareja de la energía vital en energía espiritual – el mejor regalo que un amante puede hacer a su pareja. Eso implica, por parte del hombre, mantener la actitud del testigo, sin pérdida de fluidos por su parte. ¡El yogui utiliza el sexo como herramienta de transformación, no es utilizado por él!

Esto es ciertamente un desafío, igual que todo en la vida es un desafío constante para la consciencia del testigo, que sólo mantiene su paz y su gozo mientras no es arrastrada por los torbellinos de la vida, al identificarse con ellos. Mi profesor llama a este juego “el juego de la consciencia” – el único juego en el que siempre ganas... mientras no te olvides de practicarlo.

El Siddha Tirumular define al Siddha, al yogui realizado, como aquél que puede retener a voluntad la respiración, el pensamiento y el semen (la retención de la respiración a voluntad implica poder entrar en el estado de samadhi o trance yóguico – señal del yogui con realización).

La imagen de Kali, danzando en frenesí sobre Shiva, su consorte impávido, ilustra este punto:



Esta imagen muestra la postura tántrica, no sólo en el sexo, sino también en la vida: el yogui realizado se convierte en el testigo de la danza de la Creación, de la Energía Divina, viendo la manifestación divina por igual en todo lo que le rodea - el tejido de la vida - sin ser arrastrado, sin embargo, por ese torbellino cambiante de los fenómenos. ¡Esto es el verdadero Tantra!