

Federico Velázquez.
Santo Domingo, República Dominicana

25 de Noviembre 2011

Escribo estas líneas en honor al Maestro Swami Tilak, un ser muy espiritual y muy especial, que con su sabiduría y su modestia, dondequiera que pasaba, siempre sonriente, dejaba sus huellas conquistando el corazón de todas las personas. El término sánscrito *swami* significa maestro, poseedor, señor, dueño, aquel que se posee a sí mismo.

El Swami Tilak se presentó con sus pies descalzos, con una presencia limpia y pulcra en el Aeropuerto Internacional de las Américas, en Santo Domingo, República Dominicana. Era el mes de julio del año 1983. Llevaba consigo una carta firmada por el entonces Director General de la GFU (Gran Fraternidad Universal, Institución Cultural Mundial), Honorable Sat Chellah Dr. David Ferriz Olivares, diciendo que en cualquier país en que se encontrara lo recibieran y le dieran las mejores atenciones.

Se había decidido alojarlo en nuestra casa. En esa época ya mi padre había fallecido, yo vivía junto a mi madre, Arquitecta Nidia Miller viuda de Velázquez, mi abuela materna Herminia Pérez viuda de Miller, y mis dos hermanas gemelas entonces solteras Nidia Cristina y Blanca Herminia. El Swami Tilak mantuvo una gran amistad con mi madre.

Estando en el aeropuerto recibiendo al Swami Tilak, le dijimos que éramos vegetarianos pero queríamos saber el tipo de comida que comía y su preparación. El Swami Tilak se dirigió a mi madre y le dijo: "No se preocupe madre que yo voy a cocinar para ustedes". Le pregunté sobre los ingredientes y me dijo: "Con lo que tengan en la cocina prepararemos la comida". La verdad es que quedamos muy complacidos de la estancia del Swami Tilak en nuestra casa, y allí estuvo aproximadamente un mes con nosotros, un cocinero

extraordinario y muy especial que con cualquier ingrediente preparaba un plato exquisito.

Solamente tenía dos mudas de ropa, mientras usaba una lavaba la otra y la ponía a secar, colgándola en el patio, recibiendo ese sol ardiente de Santo Domingo. Nos fijamos que aunque tenía sus pies descalzos nunca le vimos los pies sucios, siempre tenía una presencia impecable. Su ropa eran dos guerrúas color azafrán, que consistían en dos pedazos de tela de algodón cada una, el único equipaje de los grandes *yoguis* de la India cuando cumplen el voto de *sannyasa*, los *sannyasines*. Le pregunté cómo se hace para que la parte de su vestimenta inferior no se caiga, ya que normalmente las toallas de baño no se sostienen muy bien. Me dijo venga a ver y me muestra que en la cintura el extremo de la tela no se mete adentro como uno hace normalmente con la toalla sino que simplemente la tela da vueltas horizontales en la cintura hasta que se acaba, luego se da vuelta verticalmente hacia abajo hasta hacer un rollo fino en la cintura, una vez hecho el rollo alrededor de la cintura me mostró entonces que estaba firme halando hacia abajo su guerrúa sin ceder nada. Estos son detalles prácticos de la vida.

Aprendí muchas cosas del Swami Tilak, lo llevé a muchos lugares a dar conferencias, lástima que no se quedara más tiempo, pero él nos decía que tenía "que partir porque le esperaba un viaje muy largo", y realmente era muy largo porque se encontraba a 10 meses de su desaparición física, aparentemente él ya lo sabía.

Nos decía que en Rusia con temperaturas bajo cero también caminaba por las calles con las mismas vestimentas, y que una vez una señora muy abrigada por el intenso frío lo paró en una calle de Moscú y le preguntó "¿Y usted qué es lo que come?". Imagínese un hombre vestido con dos pedazos de telas finas de algodón con color azafrán, el torso semicubierto y los pies descalzos caminando por el hielo de las calles de Moscú. Le preguntaron que cómo podía tener tanta simpatía en lugares tan diferentes en cultura y en lengua. El Swami Tilak respondió que nos separan las costumbres y los colores, pero que espiritualmente somos iguales, que las preocupaciones, los problemas, el sufrimiento y el dolor del ser humano son comunes, tienen un mismo origen en

la esencia de su ser y que si uno llegaba allí podía comprender y ayudar a los demás.

El Swami Tilak iniciaba una conferencia con un tema y después magistralmente lo enlazaba con otros temas de profundidad espiritual. Una vez comenzó una conferencia hablando de las semejanzas entre animales vegetarianos y el ser humano, a diferencia con los animales carnívoros. Decía lo siguiente: los animales carnívoros tienen una vista fundamentalmente en blanco y negro, con ausencia de color completamente, o en parte, mientras que los vegetarianos tienen una vista a color; el ser humano tiene una vista a color. Los animales carnívoros lamen el agua, los animales vegetarianos chupan el agua; el ser humano chupa el agua. Los animales carnívoros tienen colmillos grandes y sobresalientes, los animales vegetarianos no tienen colmillos grandes; el ser humano tiene sus colmillos del tamaño de los demás dientes. Los animales carnívoros tienen la saliva ácida para la digestión de las proteínas, los vegetarianos tienen la saliva alcalina; el ser humano tiene la saliva alcalina. Los animales carnívoros tienen sus intestinos cortos: tres veces la longitud su tronco, los vegetarianos tienen sus intestinos largos; el ser humano tiene sus intestinos largos: doce veces su tronco. Los animales carnívoros no sudan por la piel, no tienen poros, los vegetarianos sudan por la piel; el ser humano suda por la piel. Los animales carnívoros tienen garras, los vegetarianos no tienen garras; el ser humano no tiene garras. Y con esta introducción él entró en temas sobre la vida, la evolución espiritual y la realización por vía de la yoga.

Este exordio de su conferencia del año 1983 me quedó grabado en la mente porque nunca había oído una comparación así hasta entonces, años después le agregué más líneas al planteamiento original del Swami Tilak, extraídas de varios autores: los animales carnívoros tienen dientes largos afilados y agudos, los animales vegetarianos dientes planos; el ser humano tiene molares planos para triturar. Los animales carnívoros tienen un movimiento de mandíbulas de arriba hacia abajo, para desgarrar y comer, los vegetarianos tienen un movimiento lateral, arriba y abajo para triturar; el ser humano tiene un movimiento lateral, arriba y abajo para triturar. La saliva de los animales

carnívoros no contiene ptialina para digerir los almidones, la saliva de los vegetarianos contiene ptialina para digerir los almidones; la saliva de los seres humanos contienen altas cantidades de ptialina para digerir los almidones, de hecho el 5% de nuestros genes se relacionan de alguna forma con la producción de ptialina, incluso se plantea que la evolución de nuestro cerebro se debió a que gracias a la ptialina podíamos comer alimentos ricos en almidón y dejar de comer por horas, tiempo en que usábamos el cerebro para pensar, lejos de usarlo únicamente para conseguir comida como los demás animales, esto permitió su aumento de tamaño . El estómago de los carnívoros tiene forma de saco redondo, el de los vegetarianos tiene forma oblonga y en el caso de los herbívoros tienen varios estómagos, el estómago del ser humano tiene forma oblonga. Los intestinos de los animales carnívoros están preparados para una rápida expulsión de los alimentos que se pudren rápidamente, los intestinos de los vegetarianos están preparados para conservar dentro los alimentos hasta que de ellos hayan sido extraídos todos los principios nutritivos; los intestinos del ser humano están preparados para conservar dentro los alimentos hasta que de ellos hayan sido extraídos todos los principios nutritivos. El hígado de los animales carnívoros tiene capacidad para eliminar entre diez y quince veces más ácido úrico que el de un animal vegetariano, que es muy tóxico y se libera en grandes cantidades con el consumo de carne, el hígado de los animales vegetarianos tiene capacidad de eliminar sólo una reducida cantidad de ácido úrico; el hígado del ser humano tiene capacidad de eliminar sólo una reducida cantidad de ácido úrico. Los carnívoros y mayor parte de omnívoros producen la enzima uricasa, capaz de descomponer el ácido úrico, los vegetarianos no tienen ni producen la enzima uricasa, el ser humano no tiene ni produce la enzima uricasa. Los animales carnívoros tienen la orina ácida, los vegetarianos tienen la orina alcalina; el ser humano tiene la orina alcalina. Los carnívoros tienen la lengua áspera, los vegetarianos la lengua relativamente suave, el ser humano tiene la lengua relativamente suave. La psicología de los carnívoros está adaptada para comer carne, desgarrar, comer sangre, tripas, piel y huesos inmediatamente, la psicología de los vegetarianos rechaza el comerse un animal vivo; la psicología del ser humano rechaza en su primera reacción instintiva el comerse un animal vivo.

El Swami Tilak tenía una mente brillante y muy profunda, llegaba directamente a lo principal y esencial de las cosas, al meollo del asunto. Dominaba con maestría tanto temas de profundidad filosófica como científica, además de dar una enseñanza espiritual que nos llegaba al fondo de nuestra conciencia y nos dejaba asombrados. Nos deleitaba con temas que iban desde los *Upanishads* de la India hasta la filosofía griega. El dominio y sencillez con que explicaba, y su enlace a las aplicaciones prácticas de la vida, nos hacía cambiar el rumbo rutinario de nuestras vidas.

Algunos temas de los que hablaba no eran necesariamente místicos o científicos, también hablaba de temas que podríamos decir son completamente mundanos, fuera del tabú religioso; era un hombre sin tabúes como debía ser todo gran *yogui*. Una vez le pregunté qué hacer si se tiene mucha lujuria y se tiene una erección que se note, en una situación social no adecuada, el Swami Tilak respondió: coloque su lengua al revés tocando el cielo de la boca con la parte inferior de la punta de la lengua y estirándola lo más atrás que pueda siempre tocando el cielo de la boca con la punta inferior de la lengua. Realmente eso funciona bastante bien y no solamente para hombres sino también para mujeres cuando sienten que la lujuria se les va a la cabeza. También funciona para aquellos que quieren prolongar un poco más el coito antes de que ocurra la eyaculación. Claro que para esto último se requiere práctica y cierta maestría para que su efecto no sea tan fuerte que resulte en lo opuesto de lo deseado.

En otra ocasión le dije que cada vez que comía miel de abejas me producía un malestar estomacal (eso era en ese entonces, ya no me pasa eso). ¿Por qué sucedía eso? Me dijo que eso le pasa a muchas personas porque realmente la miel es tan fuerte que se produce una indigestión en cualquier persona que la tome. Me aconsejó que la tomara en cantidades pequeñas así lo hice y hoy día no tengo problemas con la miel, que de hecho es el único producto animal que consumo, aunque en pocas ocasiones. Agarraba su comida siempre con la mano derecha directamente sin usar cubiertos, y le pregunté cuál era la razón, me dijo que con la mano derecha se ingiere los alimentos y la mano izquierda

se usa para la higiene de atrás. Aunque uso cubiertos europeos y chinos, desde entonces tengo más cuidado con la higiene y uso la mano correcta.

En cuanto a las vías de realización por medio de la yoga, el Swami Tilak propugnaba una síntesis de varias vías diferentes de yoga para unirse en un trabajo de perfeccionamiento espiritual, y practicar yoga comprendiéndose como un conjunto de distintos métodos. Algo así como lo que el Dr. Serge Raynaud de la Ferrière llama *yoguismo* en su obra *Yug, Yoga, Yoghismo*. Planteaba esta solución sin haber conocido antes las obras del Dr. de la Ferrière. Me maravillaba cómo podrían existir dos seres que coincidieran en un sendero de realización, que tiene tantas opciones diferentes existentes, tantas escuelas, prejuicios y dificultades teóricas y prácticas, y que a esto se le añade también la cantidad de personas que aparecen con títulos y honores iniciáticos y que pasan como “expertos” o como “maestros” con frecuencia en los diferentes medios.

El Swami Tilak explicaba cinco vías principales de yoga. La *hatha-yoga* (el camino de la acción dinámica sobre el cuerpo físico; *ha* significa sol y *tha* significa luna, es la unión de las polaridades positivas y negativas), la *mantra-yoga* (la liberación mediante el verbo, *man* significa pensar y *tra* significa liberarse), la *jñana-yoga* (la vía del conocimiento, del trabajo y del estudio, *jñana* significa conocer, saber), *laya-yoga* (sendero de la reintegración por medio de la disolución), y una quinta vía que el tiempo no me permite recordar pero que pudiera haber sido *karma-yoga* (vía de la acción dinámica, la vía del servicio, del trabajo y del abandono de la voluntad propia), o *raja-yoga* (el sendero del control mental, el dominio de las pasiones y el control de la inestabilidad del espíritu), o *kriya-yoga* (vía por medio de la acción tanto interior como exterior).

Le había pedido que nos enseñara a cocinar esa comida especial de la India que él preparaba. El último día en Santo Domingo, el Swami Tilak decidió hacernos una despedida a todos y se invitaron a las personas con las que se había relacionado en su estadía en Santo Domingo, las cuales procedían de diferentes instituciones ligadas de alguna forma a la India, no solamente la GFU, sino también miembros de la Sociedad Internacional para la Conciencia

Krishna, Rosacruces, practicantes de *mantra-yoga*, miembros de la sociedad Self-Realization Fellowship (Paramahansa Yogananda), entre otros. Esta comida de despedida se hizo en nuestra casa, que tenía una cocina muy amplia y una cómoda área de comedor-estar. El Swami Tilak nos preparó más de 20 platos deliciosos entre entremeses, platos fuertes y dulces, la mesa de comer estaba llena de platos. Algunos de esos platos se aprendieron y todavía se sirven en restaurantes vegetarianos en el país. Esta experiencia fue el germen inicial para interesarme en la cocina años más adelante, preparando comidas y recetas para curar problemas de salud en los medios de comunicación, y también promocionar el aspecto de la higiene, medio ambiente, nutrición y curación por medio de la alimentación.

Una de mis hermanas, Nidia Cristina, durante esos días que pasamos con el Swami Tilak, estaba comprometida con su novio Otello Ferrari, pero todavía no había elegido la fecha de la boda que sería a finales de año. El Swami Tilak le dijo "No se preocupe Madre que estaré presente en su boda" (a todas las mujeres él les decía Madre). Después de su partida desde Santo Domingo, mi madre mantuvo varias correspondencias con el Swami Tilak, algunas relativas a un ticket de avión que necesitaba para poder viajar a España, que Varig debía entregarle y finalmente lo recibió. Era el 10 de diciembre de 1983, la boda estaba pactada para las 8:00 pm, ella estaba vestida de novia, esperando una limosina que pertenecía a una prima de mi madre y que la había enviado con el chofer desde la ciudad de Puerto Plata —a tres horas y media de viaje— especialmente para el transporte de la novia a la iglesia. Sonó el teléfono de la casa a las 7:00 pm. Tomé el teléfono; con gran sorpresa para mí, oía la voz cariñosa y amable del Swami Tilak llamando desde Estados Unidos para felicitarla y repetirle que estaría presente en su boda. Mi hermana se quedó sorprendida de cómo precisamente cuando ya estaba lista y tranquila esperando la limosina, llamara el Swami Tilak para felicitarla, y también se preguntaba cómo un ser tan especial le iba a dar tanta importancia a un acto que hoy día se considera social y se tomara la molestia de estar pendiente de llamar.

A la boda asistió una famosa vidente del país, Rosa Castillo, que tenía una gran amistad con mi hermana. La boda se realizaba en una iglesia católica, y sin saber sobre la conversación con el Swami Tilak, ella dijo que en el momento de la bendición del sacerdote un ser se posó sobre ellos con una luz brillante, enorme y muy intensa que iluminaba toda la iglesia. Doña Rosa, como le decíamos, dijo que nunca había visto nada semejante y pensó que por esa razón ese matrimonio sería feliz y estaría bendecido. Todos concluimos que definitivamente era la presencia del Swami Tilak. En realidad el matrimonio ha sido muy feliz, tiene cuatro hijos, tres hembras y un varón, ha tenido una gran prosperidad espiritual y también económica, llevando juntos hacia adelante una empresa farmacéutica.

Antes de su partida física había escrito varias cartas, la última carta escrita a mi madre, antes de su muerte física, decía... "Para estar con Ustedes uno necesita un buen destino" [...] "El aroma de su casa atrae mi alma ¡Qué ambiente tan divino!".

Después de su partida de Santo Domingo, se sentía la presencia del Swami Tilak en la habitación de la casa donde él dormía, el escritorio y la silla que usaba, un jarro de agua a temperatura ambiente que se le ponía con un vaso en su mesa de noche, la cama donde dormía, era tal que sentíamos su presencia como si todavía estuviese en la habitación. Realmente era mi habitación donde dormía, era mi cama, escritorio y mesa de noche, pero aun así duramos más de un mes para volver a usarla, porque cada vez que entraba a la habitación se sentía la presencia y el perfume del Swami Tilak, se sentía una paz tan agradable que no queríamos que se fuera esa energía, mientras tanto me mantuve durmiendo y trabajando en otra habitación de la casa.

A mediados del año 1984 extrañábamos que el Swami Tilak no hubiera vuelto a escribir, ya que supuestamente partía de España hacia la India y no teníamos noticias suyas. Luego recibimos una carta de uno de sus allegados en España que decía que había encontrado nuestra dirección entre la lista de personas cercanas al Swami Tilak y nos informaba sobre su partida física ocurrida el 11 de Mayo de 1984 en un accidente de tránsito en España donde el Swami Tilak

fue la única víctima fatal. Fue un momento sublime entre la tristeza de su partida y la alegría que dejaba las huellas de su recuerdo.

Inlakesh ... PAX ...

Federico Velázquez