

10 D.R. © SRI BAJARANGADAS KUTI

STk STk  
**SWAMI TILAK**

**UTILIDAD DE LA MEDITACIÓN**

STk  
CIUDAD DE MÉXICO,  
CENTRO INICIÁTICO  
20 DE SEPTIEMBRE DE 1982

Respetables madres y hermanos:

Tenemos un gran placer de estar con ustedes esta noche. Muchas veces hemos visitado México y siempre tenemos una gran alegría de estar en este país que tiene un ambiente muy espiritual. Tan pronto como uno cruza la frontera, empieza a sentir un cambio: la gente está más calmada, no está tan preocupada como en los países *desarrollados*. La palabra *desarrollar* puede tener muchos sentidos... Cuando una persona está muy agitada, decimos que está *ocupada*, porque no sabemos diferenciar entre ocupación y preocupación. La ocupación es muy buena, pero la preocupación no. Tenemos que trabajar en el mundo sin tener agitación, pero desgraciadamente muy poca gente puede hacerlo. Cuando tenemos algo que hacer, sin duda tenemos que concentrarnos en nuestro trabajo, pero el problema es que donde nosotros estamos, nuestra mente no está. Yo siempre les digo a los estudiantes que mientras están en los colegios y las universidades, su mente está en el cine, en los clubes, o en otros lugares. Por eso, la gente tiene una personalidad escindida. Vivimos constantemente en una dualidad, porque nuestro cuerpo está en un lugar y nuestra mente en otro, y por eso no podemos concentrarnos en nuestro trabajo. No cabe duda de que la mente concentrada puede ayudarnos a trabajar muy fácilmente. El poder mental es inmenso. Nosotros no usamos ni siquiera el cinco por ciento de nuestro poder mental. La mente dispersa no nos deja concentrar nuestra energía en un punto. Por eso gastamos mucha energía sin hacer nada. Los grandes seres, como Newton o Einstein, podían terminar sus tareas muy rápido y después poner su atención en su trabajo verdadero. En realidad tenemos que aprender mucho en este sentido.

La persona que hizo la presentación de la conferencia dijo que estoy recorriendo el mundo enseñando a la gente, pero en realidad estoy dándole la vuelta al mundo aprendiendo. Porque el ambiente en todos lados es terrible... en un lugar hay revolución, en otro guerra y en otro conflictos internos y externos, y en todas estas situaciones yo tengo que mantener mi equilibrio. En realidad, yo sólo estoy tratando de probar si puedo mantener mi equilibrio, y no soy yo el que puede juzgarlo, la gente que me conoce tiene que decidirlo. La situación en el mundo casi siempre está contra nosotros y difícilmente es favorable. Las situaciones favorables duran solamente un momento, pero después vuelven a surgir los problemas. Entonces, el mundo no nos puede ayudar mucho en este sentido. Tenemos que buscar algo en nosotros mismos, y para eso necesitamos una preparación, y la preparación no puede lograrse en uno o dos días. Uno tiene que esforzarse continuamente. Y, en el campo espiritual, a esta continuidad se llama *disciplina*. No es el deber de ninguna institución de yoga formar nuestra disciplina. Nuestra concentración y tranquilidad mental es nuestro problema personal. Y no es importante si todo el mundo está intranquilo, nosotros tenemos que mantener nuestra tranquilidad. A veces acusamos al mundo, pero no nos damos cuenta de que el mundo tiene que seguir su naturaleza y nosotros tenemos que seguir la nuestra. Por eso, en el campo de la meditación uno tiene que sentarse con la decisión definida de conseguir la paz y la tranquilidad internas en cualquier nivel. No estoy diciendo que todos los que están aquí y tratan de meditar van a conseguir el estado del *nirvikalpa samadhi*, palabra muy conocida en el campo yóguico, que significa cuando la mente no tiene ningún tipo de actividad, cuando toda la actividad mental se termina.<sup>1</sup> Este estado no es fácil y tal vez no es para todos. Y no me refiero a que la naturaleza no nos permita alcanzarlo, sino que se necesita mucho esfuerzo y tal vez nuestras ocupaciones no nos permiten hacerlo. A pesar de eso, podemos usar la técnica de la meditación para concentrarnos más y aumentar nuestra paz y nuestra tranquilidad. Por eso, hay dos aspectos de la meditación: uno está relacionado con la realización y el otro con la utilidad.

En este segundo aspecto, podemos utilizar la meditación para hacer nuestras tareas de manera más eficiente, ya sea en las aulas, en las empresas o en cualquier campo de la vida. Porque no cabe duda que la mente intranquila siempre crea problemas, y cuando el gerente de un negocio tiene su mente inestable,

1. Para profundizar en el tema del *samadhi*, sugerimos consultar la serie de conferencias de Swami Tilak *Introducción al Ashtanga Yoga de Patanjali*, en especial la cuarta parte: <http://swamitilak.org.mx/index.php/conferencias/conferencias-1981>

lucha contra sus empleados injustificadamente, sin saber por qué. Nosotros muchas veces estamos enojados contra nosotros mismos. El hombre está insatisfecho y su falta de satisfacción se manifiesta en sus acciones. Entonces, unos momentos de meditación pueden calmar nuestra mente. No es un milagro, es una cosa natural. Pero no puedo darles la garantía que cada día las personas que meditan van a conseguir la tranquilidad igualmente. A menudo ocurre que cuando uno inicia la práctica de la meditación, tiene mucho éxito durante los primeros seis meses, pero después su mente no coopera y se crea un vacío que puede prolongarse por tres años. Y uno tiene que tener mucha paciencia. Aquel que tiene impaciencia y piensa: “estoy esforzándome sin tener ningún resultado”, no podrá superar esta situación. Por eso, debemos meditar sin tener ninguna esperanza. En este sentido, es muy necesaria una actitud de desapego, porque cuando uno se sienta a meditar, tiene muchas aspiraciones, como por ejemplo, el deseo de volar. En lugar de la meditación y la realización, la gente busca la levitación. Aquellos que quieran levitar, pueden intentarlo, pero aquellos que quieran realizarse no tienen que perder el tiempo con ese asunto, porque hay muchos pájaros que vuelan en el cielo, pero no significa que tengan concentración mental o que se hayan realizado. Son cosas distintas. Yo no estoy criticando a nadie, simplemente estoy diciendo que son caminos diferentes. Cuando nos sentamos para meditar y meditamos para realizar no debemos tener otras ideas. En ese momento es necesaria la mente libre de todos los deseos. Por eso, por favor, deben quitar todas las ideas y fantasías... “Swami, yo quiero tener viajes astrales”. Eso tampoco es necesario. Nosotros tenemos que establecer nuestra mente en un lugar fijo, no tenemos que vagar. Porque sin fijar la mente, uno puede meditar toda la vida, pero no va a conseguir la tranquilidad y la realización. Sin duda, sus compañeros pueden admirarlo: “¡Oh, nuestro amigo puede predecir el futuro!” Tal vez pueda predecir el futuro de los demás, pero no puede asegurar el suyo, porque hay muchos astrólogos en el mundo que predicen el destino y el futuro de otros, pero tienen problema con su destino y su futuro. Entonces, uno tiene que sentarse con la idea de conseguir la paz y la tranquilidad. Y para eso hay muchas técnicas. Pero tengo que decir que las técnicas en sí mismas no son todo. Porque la gente dice: “Swami, deme una técnica muy sencilla para meditar” Yo respondo: todas las técnicas son sencillas, pero el problema es con su mente, porque las técnicas, por sí solas, no pueden hacer nada, las técnicas dependen de nuestra actitud... ¿con qué actitud tratamos de practicarlas? Por ejemplo, una persona le preguntó a un santo cómo podía realizar a Dios y él le dijo que meditara en Vishnu por doce años. Él siguió las indicaciones por once años y once meses, pero entonces una duda entró en su mente: “Yo he meditado por once años y once meses y a pesar de eso no he podido conseguir nada ¿qué podría ocurrir en un mes?”. Y abandonó su práctica. Entonces se encontró con un sabio que le dijo que la meditación en Cristo necesitaba solamente nueve años. Y meditó por ocho años y ocho meses y otra vez surgió una duda: “¿Qué puedo conseguir en cuatro meses?” Y desistió. Entonces se encontró con un maestro que le dijo: “La meditación en Buda puede traer buenos resultados en cinco años”. Y después de cuatro años y cuatro meses, abandonó su práctica. Y el resultado es que hizo todo y no pudo conseguir nada, así que se convirtió en un gran ateo y declaró: “Todos me mintieron. No existen Vishnu, Cristo, ni Buda. Sólo son un resultado de la imaginación de la gente”.

Amigos míos, cualquier disciplina necesita la práctica y el esfuerzo exactos. Si queremos convertir el agua en vapor, tenemos que aumentar la temperatura a cien grados, pero si sólo la subimos a noventa y nueve punto noventa y nueve, de nada sirve quejarnos de que fracasamos. Así, en el campo de la meditación, cien por ciento significa cien por ciento. Tenemos que hacer todo el esfuerzo para controlar nuestra mente. Y como dije antes, el mundo atrae nuestra mente y las cosas que nos gustan son nuestras enemigas, porque en lugar de prestar nuestra atención a los fines espirituales, la ponemos en las cosas mundanas. Si quiero meditar y hay un programa de televisión maravilloso, prefiero ver el programa. Aquel que quiere despertar, tiene que desapegarse del sueño, no se pueden tener ambas cosas a la vez. Hay muchas cosas que nos atraen, no es necesario que yo les de una lista, y en este sentido, no podemos culpar a las cosas, porque ellas siguen su naturaleza y aquel que quiera meditar tiene que buscar la firmeza en su naturaleza. Las cosas mundanas tienen su lugar y las cosas espirituales tiene el suyo. Y no hay ninguna competencia entre las dos. La decisión es más necesaria que ninguna otra cosa. Yo estoy insistiendo porque no falta nada, excepto nuestra decisión. La decisión es muy difícil en el campo espiritual. Y cuando tenemos la decisión de meditar, hay muchas técnicas: aquel que tiene fe en la religión, puede seguir una técnica relacionada con el camino religioso, y aquel que no la tiene, puede seguir una técnica distinta, pero sin duda ambos

van a conseguir el mismo resultado, no cabe duda. Porque, inconscientemente, la religión también está buscando el control perfecto sobre la mente. No cabe duda. Cuando hablamos de la dedicación para Cristo o para Krishna ¿a qué nos referimos? A la identificación de nuestra personalidad con el objeto de nuestra adoración. Entonces, el devoto de Cristo o de Buda tiene que identificar su personalidad con la de ellos, no debe haber ninguna diferencia entre el devoto y el Señor. En el campo de la religión se acepta la importancia de la oración, y en el campo espiritual se le da importancia a la meditación, pero el objeto de ambas es la realización. Sin embargo, desafortunadamente, la gente que ora no tiene mucho interés en la realización, y aquellos que meditan tampoco.

**Asistente:**

Perdón por interrumpir, pero la palabra *realización* significa algo diferente que *to realize* en inglés. Convendría aclarar que la palabra *realización*, tal como se está usando, significa la culminación de la vida espiritual o la vivencia espiritual.

**Swami Tilak:**

Mi conocimiento del español es muy limitado, pero estoy usando la palabra *realización* en el sentido de conocer la verdad. Desde ese punto de vista, aquel que está buscando a Dios, tiene que conocer a Dios, y aquel que está buscando al propio ser, tiene que conocer al propio ser, pero en realidad, el Ser Supremo y el propio ser no son cosas diferentes. Por ejemplo, podemos pensar que la electricidad en una lámpara es diferente que la del generador, pero en realidad, la electricidad, desde el generador, hasta la lámpara, es la misma. No podemos separar la electricidad. Así, no podemos separar al ser individuo del Ser Supremo, ambos son lo mismo. En el *Bhagavad Gita*, que es la escritura sagrada de la India, el Señor dice:

*Mamaivamso jiva-loke/ Jiva-bhutih sanatanah*

En el mundo de los seres individuos, el ser individuo es una parte de Mí.<sup>2</sup>

Entonces, cuando vemos que existen muchas lámparas, tenemos que concluir que la electricidad, en cada una de ellas, es *parte* de la electricidad total, pero cuando apagamos la luz, lo que nos parecía una parte, se revela como el todo. Hay dos mundos, el de los seres individuos y el del Ser Absoluto. En el mundo del Ser Absoluto, o Brahman, todo es uno, y en el mundo de la relatividad, todos los seres son *partes* del Uno. El Brahmaloka es el mundo del Absoluto, y nuestro mundo es el mundo relativo. En el mundo relativo existen individuos y en el mundo absoluto todos los individuos se disuelven en el Absoluto. Cuando tratamos de poner las cosas relativas enfrente del Absoluto, decimos que son *partes* del Absoluto, pero cuando solamente vemos al Absoluto, no existe ninguna diferencia entre una cosa relativa y otra, porque no existe ninguna relatividad en el Absoluto. Por eso, en la santa cruz hay una línea horizontal y una vertical, y ambas se cruzan, y nosotros estamos en la intersección de ellas. La línea horizontal representa la existencia relativa, la existencia individual, y la línea vertical representa la existencia absoluta, la existencia eterna. Y todo depende de nuestra actitud. ¿Queremos vernos en términos relativos o queremos vernos en términos absolutos? Es nuestra decisión. Podemos ver a un átomo como materia o como energía, pero eso no significa que la materia y la energía sean cosas diferentes, son solamente dos aspectos de lo mismo. Sin embargo, aquel que ve la materia, no ve la energía, y aquel que ve la energía, no ve la materia, ese es el gran problema. Sin duda, ni siquiera un gran científico como Einstein podía alimentarse de hierro. Yo no podría decirle: “ Señor Einstein, como usted afirma que la materia no es más que la forma grosera de la energía, en lugar de pan, coma hierro”.

En conclusión, hay dos niveles: el del conocimiento y el de la utilidad. La utilidad siempre es relativa, pero

2. *Bhagavad Gita*, 15, 7.

el conocimiento debe ser *irrelativo*. Por eso, nosotros tenemos que vivir en el mundo relativo, tenemos que cumplir nuestros deberes pensando en nuestro valor relativo, pero también tenemos que conseguir el conocimiento absoluto. La diferencia entre nosotros y Cristo, Buda, o Krishna, es solamente una: ellos, actuando en el mundo relativo, estaban conscientes de su existencia absoluta, pero nosotros nos hemos olvidado por completo de ella. En eso consiste la gran crucifixión: uno tiene que crucificar su conocimiento de la relatividad para realizar la existencia absoluta. Por favor, traten de escucharme apropiadamente para que no se confundan. Lo que estoy diciendo es que tenemos que crucificar nuestro conocimiento de la existencia relativa para realizar la existencia absoluta, no que tengamos que crucificar nuestra acción relacionada con nuestra existencia relativa. Porque la acción siempre es posible en el campo relativo, en el Absoluto no existe ninguna acción. Porque cualquier acción significa el cambio de una forma en otra. Entonces, donde no existe ningún cambio, no hay acción. En el Absoluto no existe ninguna posibilidad de cambio, porque el Absoluto es solo, mientras que en el mundo relativo, una cosa siempre está transformándose en otra.

**Asistente:**

¿El Absoluto está libre de todas las cualidades?

**Swami Tilak:**

Si.

**Asistente:**

¿Esa es su cualidad?

**Swami Tilak:**

Sí. Todas las cualidades son conceptos mentales y si tratamos de trascender la mente misma, las cualidades dejan de existir. Por ejemplo, de un lado de un prisma tenemos la luz del sol y del otro el espectro. No podemos interpretar la luz del sol en términos de los colores, porque no existe ningún color en la luz. Así, todos los atributos, las formas, las cualidades que conocemos existen debido a nuestra mente. Ustedes tal vez se sorprenderán de escuchar que los científicos dicen que en realidad no existe ningún color, solamente la limitación de nuestra visión crea la impresión de los colores. ¿Y qué podemos decir de las formas? Por ejemplo, si observamos una mesa, en un nivel de pensamiento podemos atestiguar que hubo un carpintero que la construyó, pero cuando ponemos la mesa frente a un microscopio poderoso, ella desaparece y percibimos sólo moléculas y átomos. En ese momento no hay ningún beneficio de preguntar cuándo se creó la mesa, porque la mesa ya no existe. Y cuando la ponemos frente a un microscopio más poderoso, los átomos también desaparecen y percibimos electrones, protones y neutrones. Y después esas partículas también se disuelven en la energía. Por lo tanto, los conceptos de creación y *descreación*, o de atributo y no-atributo, dependen de nuestras ideas. Y ese fue el gran problema cuando Einstein propuso la teoría de la relatividad a los científicos de su época, que todavía tenían la mentalidad del siglo xix, porque el mundo por los sentidos es una cosa y por el conocimiento es otra. Lo mismo ocurre con nuestra existencia: por los sentidos, por la mente, por el intelecto y por el ser somos cosas diferentes. Es la evolución del hombre. Lo que percibimos por nuestros sentidos es la existencia animal y lo que percibimos por el espíritu es la existencia divina y espiritual, y tenemos que realizarla. Es una lucha. El mundo no va a cambiar. Yo no estoy diciendo que a los seres espirituales les van a salir alas y van a volar en el cielo, porque en ese caso el hombre sería igual a los pájaros. Lo que tiene que cambiar es el concepto. Y quiero resaltar la diferencia entre la imaginación y la realización. No estoy diciendo que debemos imaginar que somos absolutos,

porque eso no es suficiente. No es el pensamiento el que va a hacernos realizar, tenemos que calmar nuestra mente completamente. Para realizar la luz del sol tenemos que quitar el prisma. Mientras exista el prisma, vamos a tener el espectro, y cuando lo quitamos vamos a tener solamente luz. Amigos míos, lo mismo ocurre con el prisma de la mente, del intelecto y del ego. De un lado del prisma, tenemos el mundo maravilloso, con millones de personas con diferentes rostros y matices en la piel. Pero en realidad es solo la apariencia, adentro no existe ningún color. Basta con que rasquemos un poco de nuestra piel y veremos que la sangre no es blanca, negra, ni morena, y cuando la sangre es blanca o negra indica una enfermedad. Y más allá de la sangre tenemos las ideas, los pensamientos, las emociones. En el campo de las emociones nosotros somos iguales. Uno puede ser un profesor en la universidad y otro un trabajador en una fábrica, pero las emociones son las mismas. Los profesores enseñan lógica y filosofía en las universidades y los colegios, pero cuando regresan a sus casas y tienen que comportarse con su familia, olvidan toda la lógica y la filosofía y son totalmente emocionales. Yo estaba leyendo la vida de Einstein y me sorprendí de saber que una persona tan grande como él tuvo problemas familiares que lo llevaron al divorcio. Entonces, él podía controlar la materia, pero no su mente, porque la mente es una cosa y la materia es otra. Y el ego es muy fuerte y muy difícil de conquistar. Por eso, la fama, el dinero y el poder mundano no nos traen automáticamente la tranquilidad interna. Es un gran problema. Por eso, la espiritualidad está buscando la tranquilidad interna y por la meditación vamos a conseguirla.

Me parece que por hoy es más que suficiente. ¿Hay alguna pregunta?

**Asistente:**

¿Somos dioses sin conciencia de sí?

**Swami Tilak:**

Es cierto, pero en realidad el conocimiento vale más que otras cosas. Y ustedes pueden ver en la Biblia que Cristo dijo lo mismo, y por eso los fariseos estaban enojados con él. Ustedes lo pueden ver en el Evangelio de San Juan...

**Asistente:**

“Erráis porque desconocéis las Escrituras y el poder de Dios”.<sup>3</sup>

**Otro asistente:**

¿Qué diferencia hay entre alma y espíritu y cuál es su relación directa o indirecta con Dios?

**Swami Tilak:**

Por ejemplo, si tenemos una cinta de grabación con las impresiones de sonido, la cinta con las impresiones corresponde al alma, y la cinta pura corresponde al espíritu. ¿Y cuál es la relación entre Dios y el ser individuo? Antes traté de explicar que, a pesar de que uno podría ahogarse en el océano, pero no en una gota, la gota y el océano son la misma agua. Del mismo modo, el poder de Dios y el de nosotros es

---

3. Mt 22:29; Mc 12:24

diferente, porque Dios crea al mundo y el ser individuo no puede hacerlo, pero la esencia de ambos es la misma.

**Asistente:**

¿La personalidad se tiene que identificar con el ser?

**Swami Tilak:**

En realidad, la personalidad existe hasta el ego. Y después no existe ninguna individualidad, tampoco la personalidad.

**Asistente:**

El hombre evoluciona en busca de su realización. ¿La sociedad y la humanidad también evolucionan? ¿Se llegan a realizar?

**Swami Tilak:**

Si, pero hay niveles diferentes y no siempre coinciden. Cuando una sociedad es espiritual, sin duda los individuos tienen la inspiración para avanzar espiritualmente. Entonces, necesitamos los ambientes adecuados, pero no podemos decir que el ambiente por sí mismo puede cambiar al hombre. El hombre tiene que mostrar su interés en el cambio, de otra manera no es posible.

**Asistente:**

¿Qué camino debo tomar para ser un *swami*? ¿Cómo empezó Swami Tilak?

**Swami Tilak:**

Para hacerse un *swami* uno tiene que renunciar a todo. Entonces, uno no tiene que hacer, tiene que deshacer. Y por el título, yo soy un *swami*, pero no puedo decir si lo soy en realidad, porque nombrarse *swami* es muy fácil, pero en los hechos es muy difícil.

**Asistente:**

¿Qué beneficios se obtienen con la incineración de los cadáveres?

**Swami Tilak:**

Uno tiene que evitar cualquier tipo de apego. Y cuando estamos seguros que el ser es eterno y el cuerpo tiene que destruirse, de que es el cuerpo el que muere, no el ser, tenemos que mostrar nuestro desapego hacia el cuerpo.

**Asistente:**

¿Qué significó la crucifixión de Cristo para la humanidad?

**Swami Tilak:**

Podemos decir que la crucifixión puede explicarse en dos formas diferentes: un evento físico y un evento espiritual. Nosotros sabemos que a los lados de Cristo crucificaron a dos ladrones, pero la crucifixión histórica no pudo hacer a los ladrones como Cristo. Cristo era Cristo. Y en realidad, Cristo ya se había crucificado espiritualmente antes de crucificarse físicamente. En la Biblia él mismo dice varias veces que el evento ya había ocurrido anteriormente. Cristo ya se había crucificado espiritualmente y solamente el acto físico ocurrió en la forma de la historia. Eso significa que el ser individuo tiene que crucificar su ego para disolverse completamente en el Ser Supremo. Y es mi opinión, con toda humildad, que la humanidad ha realizado mucha oración a Cristo, pero todavía tiene que realizar la crucifixión verdadera.

**Asistente:**

¿Es una crítica moral o científica la que usted hizo al hablar del divorcio de Einstein? ¿No hubo falta de caridad al usar tal ejemplo?

**Swami Tilak:**

En realidad yo tengo mucho respeto por Einstein, pero estoy indicando que el avance mental e intelectual no siempre resuelve nuestros problemas emocionales, porque tener capacidad intelectual es una cosa y vencer las emociones es otra. Yo simplemente estaba indicando que nosotros, que somos intelectualmente muy avanzados, también tenemos problemas emocionales y estos problemas no pueden resolverse hasta que entremos en el campo espiritual directamente. Y usé a Einstein como ejemplo porque no conocemos a ninguna persona tan avanzada intelectualmente como él.

**Asistente:**

El objeto de existir es el estado crístico, búdico o *satori*<sup>4</sup>?

**Swami Tilak:**

Lo que es Cristo, es Buda, el Ser Absoluto. Entonces, tenemos que realizarlo en nuestra vida. El objeto de la vida sin duda es realizar al Absoluto.

**Asistente:**

¿Un actor, por medio del teatro, se puede llegar a controlar y manejar sus emociones?

---

4. Iluminación en el budismo zen.

**Asistente:**

En realidad, cualquier persona trabajando en cualquier campo de la vida tiene la oportunidad de avanzar espiritualmente. Los actores no son la excepción. Yo no puedo decir que sólo los *swamis* pueden realizar la verdad. Y cuando un actor tiene la actitud de realizar, va a realizar, no cabe duda.

**Asistente:**

¿Qué opina de la mediumnidad?

**Swami Tilak:**

No digo que no sea posible, pero no es necesaria para hacerse espiritual.

**Asistente:**

¿Por qué las enseñanzas espirituales no hacen mención de la suprema importancia del sexo *kundalini* en el ascenso hacia el Ser Absoluto?

**Swami Tilak:**

El sexo también es una cosa relativa, porque el sexo femenino y masculino...

**Asistente:**

Perdón que lo interrumpa, pero no puede ser relativo, puesto que de él nace la vida. Por lo tanto, hay un parecido muy grande entre el sexo y el Absoluto como dador de vida. No estoy hablando del sexo profanado por la vulgaridad y por el desconocimiento del valor que tiene para llegar a Dios. Hablo de *maithuna*, del despertar de la serpiente.

**Swami Tilak:**

¿Usted sabe qué significa *maithuna*? Porque a veces usamos los términos sin saber...

**Asistente:**

Significa aquello de lo que estamos hablando, del despertar de la serpiente *kundalini*.

**Swami Tilak:**

Por favor trate de comprender que el propósito del *kundalini* yoga no es despertar el poder sexual, sino vencer al sexo. En el yoga y en la meditación hay un método para hacerlo. Porque hay tres palabras en sánscrito: *retas*, *ojas* y *manas*. *Retas* significa semen; *ojas*, esplendor, y *manas*, mente. Por medio de la meditación y las prácticas espirituales, *retas* tiene que convertirse en *ojas*, *ojas* tiene que convertirse

en *manas*, y *manas* tiene que disolverse en el Absoluto. Yo he tratado de explicar muchas veces la construcción y la constitución del cerebro mismo. En el cerebro hay una parte que está relacionada con el sexo y con la comida. Y muy cerca de ella hay una zona que está relacionada con las imágenes, y colindando con ella, hay otra que está relacionada con las ideas abstractas. Y es importante saber que cuando se aumenta la actividad de una parte, se afecta la actividad de las otras. Entonces, cuando el campo de la actividad abstracta aumenta, se afectan las actividades sexuales, y viceversa. Por eso, en el yoga existe una palabra muy importante: *brahmacharia*, que tiene su raíz en la palabra Brahman, el Absoluto. En un sentido, *brahmacharia* significa “andar en el Absoluto”, y en otro “mantener el celibato”. Aquel que mantiene el celibato tiene que entrar en el campo del Absoluto. Las prácticas sexuales que algunas personas están propagando en el nombre del *kundalini* yoga están basadas en el desconocimiento y buscan explotar a la gente, porque en el verdadero *kundalini* yoga no existen relaciones sexuales, solamente la energía que está condensada en el ser mismo tiene que aumentar y liberarse de la existencia corporal. La energía que se usa para el sexo tiene que transformarse, tiene que utilizarse para realizar el Absoluto.

**Otro asistente:**

Permítame disentir de usted: pienso que el sexo, si bien no es absoluto, tampoco es relativo. Pienso que tiene un grado más que relativo y uno menos que absoluto. ¿Qué palabra habría para definir eso?

**Swami Tilak:**

En la filosofía hinduista existe la palabra *maya*. La mitología hinduista habla de la relación inexplicable entre el Señor Shiva, llamado el Célibe Eterno, y la madre Parvati, llamada la Virgen Eterna. Y es muy misterioso que el Célibe Eterno y la Virgen Eterna engendren al mundo. Eso significa que dos cosas trascendentales no pueden explicarse en los términos de una o de la otra. Por ejemplo ¿cómo se crea el sueño? No podemos decir que usted pone una parte de usted para crearlo, porque usted está entero y el sueño también, pero sin reducir su existencia, usted crea un sueño completo. Usted está completo y el sueño está completo. ¿Y cuál es la relación entre usted y el sueño? Uno no pone algo físicamente para crearlo. Por eso, cuando vemos al mundo, no vemos al Absoluto, y cuando vemos al Absoluto, no vemos al mundo.

**Asistente:**

Habría que integrarlos.

**Asistente:**

Me parece que no es posible la integración en este caso, sólo es posible el conocimiento. Por ejemplo, no se puede explicar el agua en términos del hidrógeno ni del oxígeno, pero no podemos tener agua sin hidrógeno y oxígeno. El hidrógeno se quema y el oxígeno ayuda a otros a quemarse, pero el agua no se quema ni ayuda a otros a quemarse. Entonces, ambos son trascendentales. Y también podemos tomar al sexo como ejemplo, porque una persona que crea siete hijos es tan perfecta como ellos, no podemos decir que, como el padre engendró siete hijos, matemáticamente se dividió en siete. No, el padre es completo y los hijos también. Y es un ejemplo maravilloso para comprender la relación entre el Absoluto y la existencia relativa. Por eso tenemos el mantra que canté al inicio de conferencia:

*OM Purnamadah Purnamidam/ Purnat Purnamudashyate/ Purnasya Purnamadaya/ Purnamevavashisyate*

Aquello es perfecto. Esto es perfecto. De lo perfecto sale sólo lo perfecto. Y después de tomar lo perfecto de lo perfecto, es perfecto lo que queda.

**Asistente:**

El sol es su padre. La luna es su madre. El viento lo lleva en el vientre. Y la tierra es su nodriza...

**Swami Tilak:**

Eso significa que lo que es, es. Y en todas partes es lo mismo.