



Altermon_Consciència pel canvi

"Sé el cambio que quieres ver en el mundo..." (Mahatma Gandhi)

 [Suscribirse al feed](#)

[Inicio](#) [Acerca del blog...](#) [Agenda](#) [Revelaciones](#) [Armonías](#) [I ❤ YOGA](#)

facebook

Name:
Altermon

Swami Satyananda: La búsqueda de la totalidad

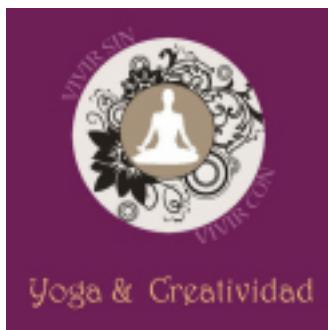
16/01/2013 in [Entrevistas](#), [Nueva conciencia](#), [Revelaciones](#)



CLASES DE YOGA



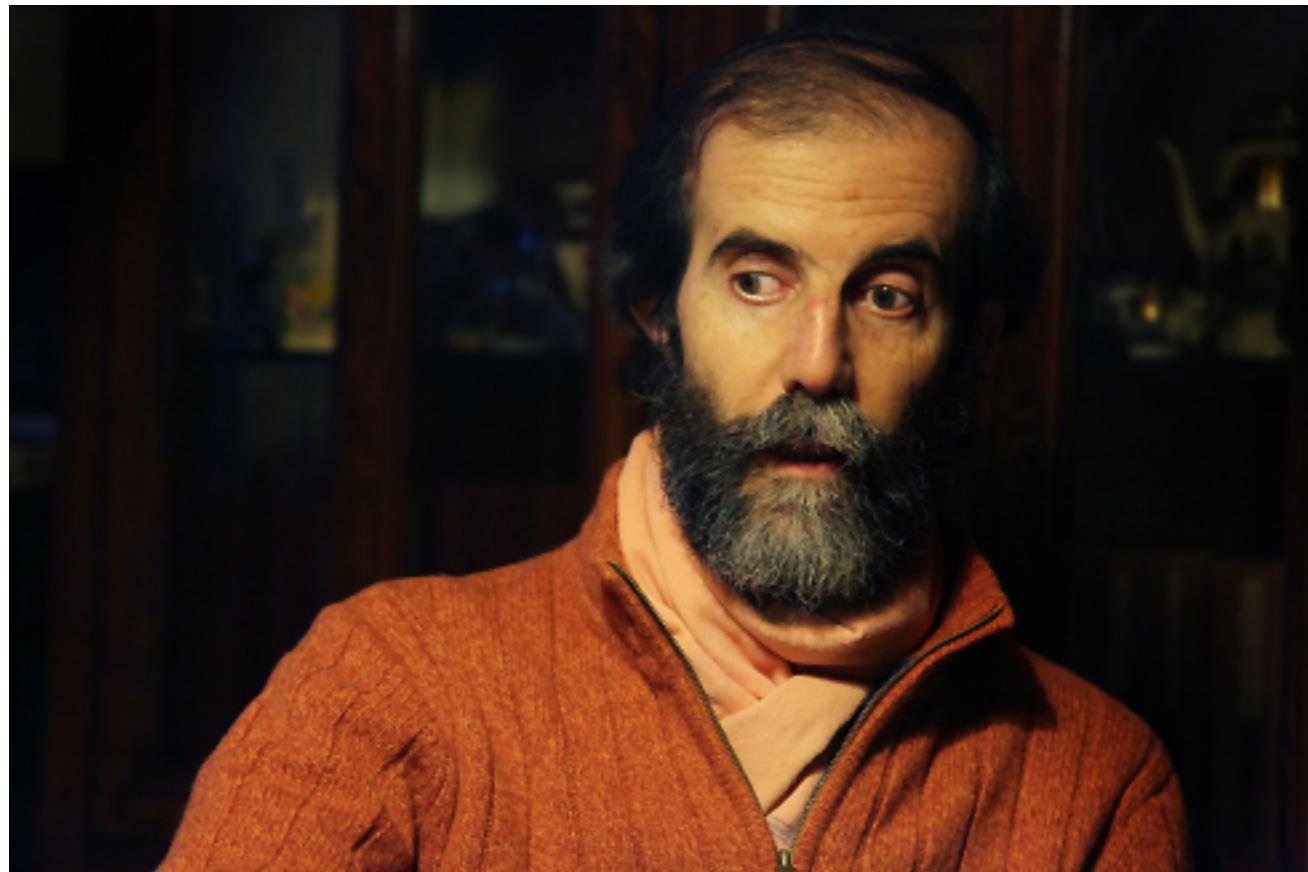
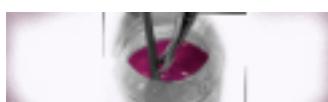
YOGA & CREATIVIDAD



REVISTA KALMA



ARTETERAPIA



Swami Satyananda Saraswati (Barcelona, 1955) es una de esas personas a las que un viaje le cambió la vida. Ahora bien, el suyo no fue un viaje cualquiera. Un buen día, siendo joven, **cansado de vivir sin encontrarle demasiado sentido a esto de la existencia, decidió marcharse sin nada en busca de todo. Y esta totalidad la encontró en la India**, donde dio el salto hacia el gran desprendimiento **zambulléndose de lleno en el camino espiritual como "renunciante"** al lado de su amado gurú Swami Muktananda. Tras adentrarse en el camino del Yoga, la meditación y el Dharma hindú, fue éste quien le empujó a coordinar varios centros de su linaje en Europa, pero el camino no había hecho más que empezar ... Lejos de conformarse con esta ocupación, la parte más profunda del viaje de introspección de Swami Satyananda aún estaba por llegar...

La muerte física de su maestro fue la chispa que le llevó de vuelta a la India



FIRMA LA PETICIÓN PARA
PROTEGER LA SALUD NATURAL



ALIMENTACIÓN SANA / SALUD

Alimentación Holística

Cocina energética, natural y
100% vegetariana

El delantal verde

Ets el que menges

Hazte vegetariano

Hiulit's Cuisine

La Cocina Alternativa

Montse Bradford

Nutrición energética
que soparem?

Tu salud

ALTERMUNDISTAS

AcampadaBCN

para iniciar **un peregrinaje por sus lugares más sagrados**. Esta fase se prolongó **durante más de 20 años**, tiempo que consagró a la contemplación y al estudio detallado de las sagradas escrituras al lado de discípulos directos de Ramana Maharshi y también de otros maestros y *mahatmas*. **Experto en la tradición hindú, la filosofía del Yoga, del Advaita Vedanta y del Shivaísmo de Cachemira**, Swamiji ha dedicado los tres últimos años de su vida a impartir seminarios y dirigir grupos de contemplación, retiros y diversas celebraciones de carácter espiritual en nuestro país, y también ha aprovechado para **condensar su gran conocimiento sobre el hinduismo en un libro que bajo este mismo título acaba de ver la luz**.

En la siguiente **entrevista exclusiva**, Swamiji nos habla cuidadosa y ampliamente de **diversos aspectos relacionados con la tradición espiritual** que él domina, a la vez que intenta **dar respuesta a las grandes preguntas de siempre** y ofrecer también su **valioso punto de vista sobre el difícil momento de crisis** que nos toca vivir. En definitiva, su testimonio resulta **una auténtica fuente de inspiración** para animarnos a emprender, de forma decidida, la búsqueda gozosa del propio Ser. Y todo ello nos lo hace llegar con el mismo sello que él tanto ha admirado en sus maestros; **de forma humilde, cercana y compasiva**, destilando un inconfundible amor por la transmisión de las inmortales enseñanzas.

“El primer gran paso en el camino espiritual es darte cuenta de que tienes un problema”

¿Quién es Swami Satyananda?

Una persona nacida en Cataluña...

¿Cómo se produjo tu llamada interna hacia la espiritualidad?

Como muchos jóvenes, buscaba un sentido a la vida y como no tenía suficiente

Act Globally
Alterglobalización
Col·lectiu Rets
Cooperativa integral catalana
Democracia Real Ya!
Diario de un altermundista
Esther Vivas
Fòrum Social Català
Foro Social Mundial
Jaque al Neoliberalismo
Otro mundo es posible
Rebelión en la gran ciudad

BIENESTAR Y CONCIENCIA

Abriendo conciencia
Barcelona Alternativa
Cadena de optimismo
Cuida
Documentales con conciencia
Dolça Revolució
El Blog alternativo
Elixires para el alma
Espiritalidad y política
Filosofía Yogui
Humanismo y Conectividad
La Cultura que Honra
Lo que podemos hacer
Nueva Conciencia
Pensamiento consciente

con lo que la sociedad me ofrecía me fui de casa en busca de libertad. Después de unos años por Europa, lejos de la España franquista, me di cuenta de que esa libertad externa tampoco me llenaba... Es en este contexto que empecé a tener acceso al Yoga, a la meditación y a la Bhagavad Gita, que tuvo un impacto muy fuerte en mí. Alrededor de los 20 años, meditando, sentí una necesidad muy clara de encontrar un guía. Decidí vender lo poco que tenía y fue así como me fui a la India, donde inicié una búsqueda que me llevó desde el Himalaya hasta Ganeshpuri, un pueblecito cerca de Bombay, donde se encontraba el *ashram* de Swami Muktananda, quien tuvo un gran eco dentro de mí y me cambió la vida. Allí comenzó un camino que aún se mantiene bien vivo...

¿Cómo definirías la espiritualidad?

Como el proceso de búsqueda hacia la alegría y la plenitud. Todo ser humano tiene la necesidad de buscar la auténtica felicidad. Ahora bien, vivimos en una realidad evanescente y transitoria que hace que todo lo que tiene nombre y forma sólo nos pueda aportar una felicidad relativa. En este nivel externo siempre nos parece que nos falta algo... Hasta que llega el día en que una certeza, o con suerte la voz del maestro, nos dice que busquemos en nuestro interior. Lo que podemos encontrar entonces no es fruto de nada, es lo que ya Es, lo que ya somos, lo que siempre hemos sido. La infinidad está en nuestro corazón y la queremos reencontrar, pero no lo lograremos nunca mirando hacia fuera. Tenemos que ir apartando las capas de falsas identificaciones para llegar a este reconocimiento.

¿Es sinónimo de amor?

Sí... pero no de amor hacia algo, sino de Amor como experiencia total. En el fondo, esta esencia es Amor porque es el Ser de todos los seres. Cuanto más nos establecemos en esta unicidad, con más naturalidad florecen virtudes como el Amor, la humildad o la compasión.

¿Se puede llegar a ser feliz sin tener esta conciencia?

Creo que no. Los niveles de existencia son muchos, y a veces, sintiendo pequeños placeres, podemos creer que somos felices. Ahora bien, si hablamos

[Pensar con el cuerpo](#)[Planeta Conciencia](#)[Planeta Utopía](#)[Poc a Poc](#)[Revista Kalma](#)[Saliment](#)[Savitari](#)[Silencio activo](#)[Simplifica tu vida](#)[Spiritual Vision](#)[Vive la vida...](#)[Yoga para Ti](#)[Yoga y Medicina Oriental](#)[Yogasfera](#)

CAMPAÑAS / COLECTIVOS

[Avaaz](#)[¿Consumes o te consumen?](#)[¿Quién debe a quién?](#)[Banco Santander sin armas](#)[BBVA sin armas](#)[Boicot preventiu](#)[Collectiu RETS](#)[Consum hasta morir](#)[El Clima no està en venda](#)[Grain](#)[Marcha por la Paz](#)[No a los TLC](#)

de la auténtica felicidad, la que tiene que ver con la libertad interior, seguramente lo que te hace feliz en un determinado momento, no te lo hará en otro. La felicidad relativa que se encuentra en el gozo momentáneo no tiene nada que ver con la búsqueda del Ser. La verdadera felicidad no está sujeta al cambio, ni a la causa ni al efecto, ni tampoco al tiempo ni al espacio.

¿Cómo se explica que haya gente más predisposta al camino espiritual y gente que menos? ¿Es una cuestión de karma?

A nivel relativo, todos somos lo que las impresiones de vidas pasadas nos dejan ser. Por tanto, esta aspiración por la espiritualidad puede empezar a fluir o no... Hay gente que no sentirá esta necesidad y no verá el porqué emprender un camino espiritual. Las personas que seguimos este camino no debemos sentirnos diferentes ni superiores; el *Atman* -el Ser- está en todos, pero cada persona está en el nivel de experiencia donde le toca estar. Nada se tiene que forzar.

Los dogmatismos han hecho también mucho daño en la aversión hacia la espiritualidad...

Los dogmatismos han sido más bien cosa de ciertas religiones y no del elemento espiritual en sí. Las verdades únicas, las condenas, las *fatwas*, el pecado, los dioses vengativos, los "pueblos elegidos"... han hecho mucho daño. Ni todas las religiones ni todos los caminos son iguales, y ciertamente hay dogmas o incluso dioses a los que, desde el sentido común, es mejor no acercarse.

¿Cómo ves entonces la relación del hinduismo con la religión?

En el hinduismo no se habla de un único libro sagrado, de un único mesías ni de un único profeta, ni tampoco de un único camino para todos, sino que nos encontramos con una visión muy diferente y amplia, es por esto que se conoce como *Sanatana Dharma*, "el dharma eterno". Por ejemplo, en el Rig-veda, quizás el texto más sagrado del hinduismo, encontramos cientos de sabios o *rishis* que han hecho de transmisores de la enseñanza, pero ninguno de ellos es el autor. El hinduismo es reconocer el orden cósmico y el irte armonizando para vivir tu camino con corrección.

[No et mengis el món](#)[Observatorio Deuda](#)[Globalización](#)[Pobreza Cero](#)[Quién debe a Quién](#)[Rastros de Dixán](#)[Roba Neta](#)[Som lo que sembrem](#)[Supermercats no, gràcies](#)[Transgènics fora](#)[Transnationale](#)[Vía Campesina](#)[Zonas libres de bolsas](#)

DECRECIMIENTO

[Crisis energética](#)[Decrecimiento](#)[Documentales on line](#)[El Tránsito Necesario](#)[Movimiento Slow](#)[Vivir con menos y mejor](#)[Wikipedia: Decrecimiento](#)[Xarxa pel decreixement](#)

ECOLOGISTAS / SOSTENIBLES

[Activistas por el clima](#)[Amics de la bici](#)[Blog SOStenible](#)[Calculadora huella CO2](#)[Calentamiento global](#)

¿Dónde debemos ubicar a las divinidades?

En la espiritualidad, como yo la entiendo, la divinidad debes encontrarla en tu corazón. Por supuesto que hay fases en las que te ayuda la concepción de una divinidad externa, pero llega un punto en el que tienes que reconocer a la divinidad como tu propia esencia, más allá de nombres, formas y personajes. Trascendiendo cualquier identificación que tenga que ver con tu propio personaje y sus conceptos. Este es el gran reto, ver qué hay más allá de todo esto. Lo que puedes llegar a reconocer en tu corazón, es la esencia de todo lo que existe.

¿Qué significado tiene ser un renunciante?

Desde la antigüedad hay dos caminos hacia lo Absoluto, el de la persona con familia que está involucrada en el mundo y la sociedad, y el del renunciante que prefiere desprenderse de toda una serie de cosas para poder concentrarse más en su tarea de contemplación. Los dos caminos son perfectamente válidos; en el primer caso, lo que te hace crecer es la acción desapegada, mientras que en el segundo, la concentración total de tu vida en la contemplación y la práctica espiritual.

¿Te sientes completamente libre del ego?

Dejaría esta respuesta en un cierto interrogante... El ego tiene sus capas sutiles y nunca sabes cómo puede llegar a manifestarse, pero por encima de todo, uno debe intentar permanecer en la conciencia que siempre se encuentra detrás del ego. Los *mahatmas* también se enfadan y pueden tener ciertos deseos, pero detrás de este ego funcional no pierden nunca la conciencia de lo que permanece siempre en sí mismo.

¿El ego es el auténtico demonio?

Me cuesta un poco pensar en estos términos... El ego no es más que el sentimiento del yo (*ahamkara*) con la influencia de nuestras impresiones pasadas, y al mismo tiempo, es nuestra herramienta de trabajo. En la filosofía del Yoga vemos que la mente y el ego están bajo la influencia de las tres

[Cambio climático](#)[Cambio global](#)[ConBici](#)[Eco Portal](#)[Ecoaldeas](#)[EcoArtículos](#)[Ecogestos](#)[Ecologistas en acción](#)[ECOS de sostenibilidad](#)[EcoTerra](#)[Energías Renovables](#)[Greenpeace](#)[Hartos del coche](#)[Josep Pàmies blog](#)[Mi Huella Ecológica](#)[Millor que nou](#)[Movimiento Transición](#)[Pedala contra el canvi climàtic](#)[Permacultura](#)[Petites idees per un gran futur](#)[Practica l'Off](#)[Semillas y salud](#)[SOS Clima](#)[Tck Tck Tck](#)[Terra.org](#)[Time for Climate Justice](#)[WWF](#)[Xarxa Catalana d'Acció pel](#)

cualidades (*gunas*) de la naturaleza (*prakriti*): *sattvas*, *rajas* y *tamas*. El yogui intenta que su constitución mental vaya siendo cada vez menos densa y opaca (*tamas*), y luego intenta reducir su dependencia y sus deseos (*rajas*) para ir entrando en un espacio más puro, luminoso, lleno de paz y alegría (*sattva*). Este es un proceso de purificación en el que es mucho mejor no ver enemigos ni demonios, y vivirlo con amor.

¿Qué le dirías a alguien que quiera domesticar su ego y no sepa por dónde empezar?

Depende de la persona, pero sea como sea, es muy importante salir del terreno mental. Por tanto, recomendaría empezar por lo más básico. Primero, purificar y sentir el cuerpo haciendo Hatha Yoga. Despues, la repetición de un mantra y empezar a meditar para ir entrando así en espacios de paz y silencio más allá de la mente. También le diría que intentara encontrar un guía, alguien que sepa más que tú en este camino, y si no puede ser, pues utilizar el libro de algún maestro respetado... Lo más importante es poder llegar a sentirnos parte de algo superior e ir siguiendo ciertas pautas. Una vez te abres, el camino te acaba llevando hacia donde tienes que ir.

Todo ello con mucha paciencia...

Por supuesto. El cambio no es algo instantáneo, el proceso espiritual es para toda la vida. Cuanto más a fondo vayas, más cuenta te darás de que este es el gran viaje, sin principio y sin fin. Dependemos tanto de la inmediatez que esto hace que a veces caigamos en experiencias básicamente catárticas, es decir, prácticas puntuales que te hacen sentir quién sabe qué pero que de poco te servirán unos meses más tarde. Se trata de ir cambiando paso a paso tu constitución interna...

¿Es bueno que meditar se esté poniendo de moda?

Meditar es una buena herramienta pero tiene que ser parte de un camino. Y uno tiene que saber qué camino quiere seguir. En Occidente nos encanta hacer varias prácticas a la vez, pero así es muy difícil llegar a experimentar un auténtico cambio. Si queremos arreglarnos las nosotros solos, no veremos cómo el ego se autoprotege. El ego y la mente no quieren autotranscenderse,

Clima

ECONOMÍA ALTERNATIVA

ATTAC

Banca Ética

Capitalismo en bancarrota

Crisis económica 2010

Dinero y conciencia

Economía Bien Común

Economía Solidaria

FETS

Finanzas Éticas

Informes Seminari Taifa

Intercanvis

Los secretos de los bancos

Sin dinero

Xarxa economia solidària

EL LADO OCULTO

11-S

9/11 Truth

BCN 11-S

Despierta Ya!

El dedo en la llaga

El fin del letargo

El Proyecto Matriz

Investigar 11-S

Liberación Ahora

Los amos del mundo

por eso nos tenemos que centrar en unas determinadas pautas para entrar en el flujo y la gracia de un determinado proceso. El occidental está tan aferrado al culto a la individualidad que le cuesta mucho el acto de humildad que supone entregarse plenamente a un camino. Cuando esto se da, se produce un milagro, es una gran oportunidad. Lo vemos en la Bhagavad Gita...

¿Qué hemos venido a hacer aquí?

Desde la mente racional, limitada y dual, toda respuesta será falsa... Parece que estamos aquí, ¿verdad? Pues aprovechemos el tiempo lo mejor que podamos y vayamos hacia la luz. Sobre todo, enfócate hacia donde vas. A nivel más profundo, también podríamos indagar "quién ha venido" y qué entendemos por "aquí"...

¿Qué es el Ser?

El *Atman* es lo que no pertenece al reino del tiempo ni del espacio, no es fruto de ninguna causa ni efecto, no es existencia ni no existencia, no sale de nada ni va a ninguna parte, está en el origen de todo y al final de todo, no puede ser ni visto ni comprendido, no es objeto de experiencia y siempre Es... Resumiendo, en las Upanishads se define como Existencia Absoluta (*Sat*), Conciencia de esta Existencia (*Chit*) y Gozo (*Ananda*). Pero quizá la mejor respuesta de todas sería el Silencio...

¿Y la Realidad Suprema?

El Silencio nuevamente, más allá de cualquier concepto... Toda idea es falsa porque el lenguaje por sí mismo es dual.

¿Todo está bien como está?

Desde el punto de vista Absoluto sí. Desde el punto de vista relativo, las cosas son muy mejorables... Tenemos una economía mundialista opresora con unos banqueros que deberían estar todos en la cárcel y en cambio tienen nuestra riqueza y la de nuestros nietos, con unos políticos cómplices... Aceptamos formas de vivir absolutamente innobles como normales y esto es muy grave.

Preparémonos para el cambio

Project Censored

Time for Truth

Trinity Eyes

INFO ALTERNATIVA

Agencia Noticias Alternativas

Ahora Yoga

Apoyando a Wikileaks

iRebelaos!

CiComunica

Comunicant

Consume y muere

Democracia Cívica

Diagonal

El Buen Diario

El Jaque Mate

EQUOlumnistas

Espacio Humano

esPosible

Estado de Desinformación

Indymedia

Kaos en la red

La Directa

Le Monde Diplomatique

LiberInfo

Lo que hay que tragar

Medio ambiente y periodismo

Miguel Lara

¿Cómo se puede entender que esto suceda?

En este nivel relativo de la realidad siempre hay conflicto entre las fuerzas de la luz y las fuerzas de la oscuridad. En este plano del karma el conflicto es algo natural y la preciosa utopía no existe. Esto no quiere decir que la persona espiritual tenga que ser pasiva ante este tipo de situaciones injustas y no se implique. Uno de los peligros de la espiritualidad es que pueda crear personas débiles... Uno debe encontrar el principio Superior dentro de sí mismo y al mismo tiempo crear una fortaleza interna que le permita lanzarse a la batalla, tal y como hace Arjuna en la Bhagavad Gita. La gran lucha de cada día es actuar con nobleza, fortaleza y haciendo las mínimas concesiones ante las diversas situaciones innobles que nos podemos encontrar.

¿Sin práctica y disciplina no vamos a ninguna parte?

Es muy difícil. Si los conceptos espirituales sólo se quedan en el plano mental no llegaremos ni a la esquina... Es necesaria una práctica larga y constante, de meses, años, decenios... De toda una vida.

¿La falta de devoción es un gran impedimento para profundizar en el autoconocimiento?

Dependerá de cada persona. El camino espiritual tiene muchas facetas y uno tiene que ver con cuál vibra más. Hay quien busca la devoción en sí mismo y no la encuentra... Sin embargo, creo que poder tener la suerte de canalizar esta devoción hacia la divinidad, un maestro, nuestro propio Ser o el Universo mismo, es muy importante porque el Amor y las emociones son una parte importante de nuestra constitución, y a medida que las elevamos hacia algo superior las liberamos de la relatividad. Las emociones pueden causar sufrimiento a mucha gente... El camino que se conoce como Bhakti Yoga, el Yoga del amor hacia la divinidad, es muy poderoso.

¿Por qué nos cuesta tanto recordar que somos Conciencia?

Porque estamos obsesionados con nuestro personaje y no lo aparcamos ni un momento para ver qué hay detrás, donde se esconde la plena Conciencia. En este sentido es clave el concepto de desapego. Desapego de muchas cosas,

Nodo 50

Noticias de abajo

Noticias Positivas

Okupem les ones

OloBlog

Other News

Palabre-ando

Periodismo Humano

Periodistas en guerra

Perlas informativas

Rebelión

Revista Athanor

Revista Dharma

Revista Integral

Revista Namaste

Revista Opcions

Seguimos informando

Sin Permiso

TED videos

Tercera Información

Viento Sur

Wikileaks

NO A LA GUERRA

Antimilitaristas

Armas bajo control

Aturem la guerra

BBVA sin armas

pero especialmente de uno mismo.

Darse cuenta del propio apego es un paso importante...

Sin duda. El primer gran paso en este camino es darte cuenta de que tienes un problema. Darte cuenta de que estás en una limitación y puedes estar en un espacio mucho más ilimitado. El motor debería ser la aspiración para llegar al gozo, que en el fondo es lo que todo el mundo busca; quien se compra un coche nuevo, quien quiere salir con su pareja... En el camino del Yoga, busquemos pues el gozo en mayúsculas, aquello que no puede quitarte nadie porque eres tú mismo.

¿Cuando dejamos de buscar es cuando nos encontramos?

Normalmente sí. El deseo de liberación (*mumukshutva*) es algo que debemos cuidar y mantener, pero llega un punto en el camino en el que incluso esto desaparece. Cuando entramos en el gran Silencio, el buscador también desaparece. No necesitamos seguir buscando cuando de verdad nos damos cuenta de que ya Somos. Que Aquello que hemos estado buscando siempre ha estado Aquí.

La filosofía Advaita Vedanta sostiene que la realidad externa no es más que una ilusión. ¿Nos lo puedes explicar un poco mejor?

Esto debe entenderse en el contexto adecuado. El Advaita Vedanta considera que hay tres niveles de realidad: la Realidad Suprema (*paramartha*) más allá de la dualidad y que siempre Es, la realidad del sueño (*pratibhashika*) y la realidad del estado de vigilia en la que tú me estás haciendo estas preguntas (*vyavahara*). Tanto la realidad del sueño como la realidad del estado de vigilia son realidades relativas, duales, causales, en el tiempo, sujetas al cambio, que aparecen y desaparecen. Sin embargo, estos estados de conciencia (tanto la vigilia y el sueño, como el sueño profundo) son objeto de experiencia del Sujeto, la Conciencia Siempre Libre, lo que Somos, el *Atman*.

...

Debemos buscar la trascendencia hacia lo Real pero desde el mundo del

Centre Delàs

Los desastres de la guerra

Marcha Mundial

Tropas fuera de Afganistán

SOLIDARIDAD

Canal Solidario

InspirAction

WEBS AMIGAS

+ arguments?

Adhara Yoga

Carpus Naturschmuk

Centro Anandi

Dinsart

Els Nous Temps

Espais Humans

Festival Yoga

Happy Yoga

Happy Yoga Vilanova

Hargobind Singh

Institut Drets Humans

que soparem?

Revista Carrer

Revista Kalma

Revista Pangea

Setem

Siddharta Ioga

TRANSFORMART

WUOL

nombre y la forma. Básicamente, se trata de un proceso de desapego de nuestra falsa proyección dual que nos causa sufrimiento, de todo aquello que no es *Brahman*, para llegar a reconocer la Conciencia pura que está en todas partes. En realidad, este método nos quiere llevar al reconocimiento de que la Realidad Suprema es la esencia de todo y está siempre. "Todo lo que existe es *Brahman*" (*Sarvam Kalvidam Brahma*), nos dice el Advaita Vedanta.

¿Tienen sentido la mayoría de nuestras ocupaciones o deberíamos dedicarnos más a la contemplación?

Deberíamos integrar la contemplación y llevarla a cualquier actividad del día a día. El Yoga es para practicar las 24 horas del día. La atención debe estar siempre presente y si no la incorporamos más allá de las clases o las prácticas puntuales, no tiene mucho sentido.

¿De verdad es posible iluminarse en este preciso instante, como sostenía uno de los maestros del Advaita Vedanta?

Por supuesto que es posible, pero de la misma manera, en este preciso instante todos somos ya *Brahman*... Ahora bien, ¿cuánta gente es capaz de lograrlo? Parece que ahora está de moda creer que si comprendes en qué consiste esta filosofía, ya lo has hecho todo. Si te quedas en la entelequia te podrás sentir bien, pero te faltará lo más importante, la parte experiencial. El Advaita Vedanta requiere todo un camino de preparación y así lo reconocen los grandes maestros desde la antigüedad. El discernimiento (*viveka*) constante entre lo que es Real y lo irreal no se consigue así como así; se necesita una mente y unos sentidos aquietados, constancia, fortaleza, total convicción y ecuanimidad... Si uno no tiene esas cualidades para poder indagar de verdad qué hay detrás del pensamiento, quizá sea mejor practicar Yoga o repetir un mantra, prácticas que te ayudarán a purificarte primero, antes de entrar en el Advaita Vedanta. Esta nunca ha sido una disciplina para las masas.

A grandes rasgos, ¿qué diferencias y similitudes hay entre el Yoga, el Advaita Vedanta y el Shivaísmo de Cachemira?

Muy brevemente, el Raja Yoga es el camino que busca el aquietamiento de la mente mediante la meditación, que nos permite reconocer la Conciencia que

hay más allá de los pensamientos. El camino del Adavita Vedanta requiere de una mente ya aquietada y sobre todo de un intelecto sutil, para poder crecer en el discernimiento de lo que Somos, el *Atman*, es el camino del Jñana Yoga. El Shivaísmo de Cachemira es un sistema tántrico y no dual, metafísicamente muy profundo, que también nos lleva al reconocimiento de la unicidad de todo.

¿Qué consideración tienes respecto el tantrismo?

La palabra *tantra* significa doctrina, enseñanza. Los *tantras* son escrituras reveladas que exponen diversas prácticas para alcanzar la liberación. El hinduismo, desde el siglo V o VI, está impregnado de elementos tántricos... Algunas de las bases indispensables de la tradición tántrica son el gurú, la iniciación, el mantra, *upasana* (la meditación), *devata* (la divinidad adorada)... El supuesto tantrismo que se ha extendido por Occidente no tiene nada que ver a menudo con el verdadero Tantra. En Occidente se habla mucho de "sexualidad tántrica", que no tiene nada en común con el Tantra real, y desvirtúa este término... Es cierto que en el Tantra existe el llamado camino de la mano izquierda (*Dakshina marga*), secreto y de difícil acceso. Escuelas como la Kaula exponen ciertos rituales minoritarios en los que se da la unión sexual ritualizada, pero estas escuelas y ritos son tradicionalmente secretos y nunca abiertos. En el camino del Tantra, es el gurú el que puede reconocer al adepto adecuado para ciertas prácticas que requieren una gran preparación interior y un gran desapego difícil de alcanzar. Los anuncios de "prácticas secretas" en el fondo son una contradicción, ya que son secretas y no para ser anunciadas al público en general.

Así pues, la espiritualidad que se vive en Occidente deja mucho que desear...

Tal y como aquí se presentan, sí que hay prácticas que dejan a menudo mucho que desear. No podemos desligar una práctica de sus raíces si no queremos que pierda su significado profundo. El proceso de "comercialización" que sufren tanto el Tantra como el Hatha Yoga hace que a menudo no tengan prácticamente nada que ver con su tradición y sentido original.

¿Qué necesidad hay de tantas prácticas espirituales si en el fondo todas

Revelaciones (5)

Solidaridad/Denuncia social (232)

Tributos (29)

Uncategorized (3)

Search

ENTRADAS RECIENTES

Swami Satyananda: La búsqueda de la totalidad

Revista Kalma nº5

Jornadas de Yoga y Creatividad

Nuevo año, nuevas perspectivas...

Mecambio.net: guía para otro consumo

POSTS MÁS VISTOS

Swami Satyananda: La búsqueda de la totalidad

¿Te atreves a soñar?

Revelaciones

La veu del poble arriba per fi al Parlament

"La última lección" de Randy Pausch

El caso Millet o la sorprendente impunidad de los ladrones de guante blanco

parecen apuntar hacia lo mismo?

El Universo nos ha dado múltiples vías porque los seres humanos no somos iguales. Todos tenemos potencialidades y predisposiciones diferentes, y por tanto, según el momento, cada uno puede encontrar afinidad con un camino determinado para crecer.

¿Malgastamos demasiada energía?

El gran desgaste de energía se produce con el pensamiento. Debemos aprender a pensar menos o sólo cuando realmente haga falta. Tenemos muchas concepciones erróneas de nosotros mismos que nos agotan. También perdemos mucha energía con el habla, normalmente hablamos compulsivamente, parece que el silencio nos asuste.

¿En qué se diferencia la energía de un yogui?

El yogui es una persona que vive contracorriente porque basa su felicidad en su esencia interior, no depende tanto de las cosas externas y esto le permite ser más libre. Un yogui es aquel que sabe cuidar, guardar y elevar constantemente su energía. Aparte de nuestros propios condicionamientos, debemos estar también muy atentos a todo lo que nos escupen a través de varios aparatos... Un yogui preferirá tener el televisor apagado o mucho mejor no tener. Aunque no se mantiene ajeno a las pautas que rigen el día a día, sabe que la plenitud se encuentra en su corazón.

Es triste comprobar cómo el afán de competencia y separación afecta también a veces determinados ámbitos como las escuelas de Yoga...

Los centros o los ashrams de yoga también forman parte del mundo, y por tanto, no se puede evitar que las debilidades o ciertas tendencias de las personas no se manifiesten. Es más, puede ocurrir aún con más fuerza. Este es el factor humano y creo que es mucho mejor ver las buenas intenciones que los obstáculos; todo el mundo hace lo que puede, con sus limitaciones... Mi maestro insistía mucho en no perder energía viendo las faltas y errores de los demás, y continuar el propio camino con firmeza.



¿Cómo debería ser el equilibrio entre espiritualidad y dinero?

Éste se produce cuando te das cuenta de que el dinero es un poder. Acéptalo si tienes la suerte de tenerlo, y sobre todo, haz un buen uso. Compártelo también para apoyar buenas ideas o proyectos... En la India, por ejemplo, aunque puede parecer invisible, hay una caridad tremenda que da mucha cohesión a la sociedad. Incluso la persona más pobre intenta dar algo de lo poco que tiene.

¿Debemos desconfiar de los gurús que imparten enseñanzas a un precio muy alto?

Uno puede hacerse esta pregunta y observar luego qué enseñan, cómo viven, si depende de ellos alguna institución o si bien sólo quieren gente rica... Uno debe ser cauteloso con los maestros y comprobar si hay una armonía detrás. Es cierto que a veces hay cifras que resultan misteriosas... Tradicionalmente, la enseñanza no se vende. Antiguamente se realizaban aportaciones voluntarias (*dakshina*) según las posibilidades de cada uno, destinadas a sostener al maestro y a la transmisión de las enseñanzas. En Occidente parece que esto no está integrado. Si de lo que se trata es de cubrir ciertos gastos, siempre y cuando éstos tengan una finalidad noble, el precio debería ser razonable.

¿Lees la prensa? ¿Qué sientes cuando lo haces?

Sigo un poco la actualidad mediante algún periódico por Internet o escuchando boletines resumidos de noticias por la radio. Lo que siento es que ya no hay información, sino manipulación mental y condicionamiento. Hay que mantener una cierta distancia para ver siempre hacia dónde nos quieren llevar. Normalmente, me limito a observar.

¿Sientes compasión por nuestros políticos?

La verdad es que no mucho... *Brahman* también está en ellos, pero de la forma que actúan no me pueden despertar simpatía. Muchos de ellos no son demasiado nobles y forman parte del problema. La globalización y mundialización no funciona, pero ningún político parece dispuesto a admitirlo... En general, políticos con ganas de aportar ideas nuevas y cambiar el sistema,

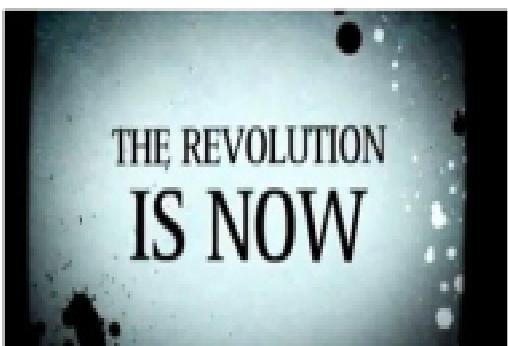
VOCES CONTRA LA GLOBALIZACIÓN



REEQUILIBRAR MASCULINIDAD Y FEMINIDAD



LOVE POLICE. LA REVOLUCIÓN ES AHORA



UCDM

parece que no existen. Parece que la política actual está sólo para hacer perdurar el mismo sistema que nos destruye. Seguramente, los grandes lobbies financieros, usureros y de manipulación a gran escala no les dan opción, pero ellos lo aceptan. Si no saben lo que hacen es grave, y si lo saben, aún lo es más...

¿Qué opinión te merece la independencia de Cataluña?

Creo que es un hecho interesante y necesario. Necesitamos recuperar nuestro espíritu profundo y noble, conservar nuestra lengua y nuestra cultura. A nivel relativo, la naturaleza es diferenciación y cada pueblo o cultura tiene sus particularidades. Si no ponemos la atención en esto, la globalización puede terminar llevándose todo. Ahora bien, necesitaremos una segunda independencia; liberarnos de la prisión y el engaño del mundialismo y volver a nuestras firmes y sencillas raíces.

¿Cómo se puede llegar a asimilar de forma permanente la conciencia de Unidad viviendo en una sociedad tan fragmentada?

Sólo hay que recordar una vez más que la fragmentación siempre es algo mental... Percibimos la realidad según el estado de nuestra mente.

¿No hay nada que hacer para encontrar la armonía hasta que la mente no se rinde?

La Realidad que queremos alcanzar no es conceptual, está más allá de las ideas, de los conceptos, del intelecto y del yo. La mente no puede acceder a la Conciencia que se encuentra en el corazón de todos.

¿Cómo ves todo esto del cambio de Era en el que se supone que hemos entrado?

Francamente, no sé nada... Que las cosas puedan cambiar de repente desde un nivel cósmico-planetario es algo que se me escapa. Es obvio que cualquier cambio en los astros nos puede afectar... Sea como sea, no debemos esperar que todo nos venga dado de golpe desde fuera. Como yogui, creo en el cambio que se da en nosotros en la medida que lo provocamos con la práctica,



LA HISTORIA DE LAS COSAS



EL DERECHO AL DELIRIO



NO QUIERO TRANSGÉNICOS



la contemplación y la gracia. Mediante la firme determinación y la indagación (*vichara*) podemos llegar a trascender el propio personaje para llegar a lo que Es... No debemos olvidar nunca la necesidad de transformación diaria a nivel personal. El Universo cambia en la medida en que yo he cambiado. Siempre veremos las cosas según nuestra proyección y nuestro propio grado de pureza.

¿Qué nos puedes decir del ego espiritual?

Debemos tener claro que todos somos divinos en la medida en que no somos "personajes". A medida que podemos apartar nuestro yo, la divinidad brilla. El considerarnos divinos no debe ser una medalla, sino un golpe al ego. El personaje espiritual puede llegar a ser muy peligroso. La auténtica espiritualidad se encuentra en la humildad y en la no identificación.

¿Es imprescindible el acompañamiento de un gurú para transitar el camino de la Verdad?

Cuando menos, puede ser de gran ayuda y es muy recomendable. Un buen maestro es un gran medio porque te enseñará adecuadamente en función de tu constitución y te hará de espejo para ver cosas que quizás solo nunca verías. Según el hinduismo, todos los caminos comienzan a partir de un maestro. Es cuando te conectas con su flujo de energía y con su gracia que entonces creces... Es una unión que no se puede forzar y que llega cuando tiene que llegar, cuando uno se encuentra suficientemente abierto y dispuesto. Sin embargo, cualquier momento es bueno para adentrarse en cualquier tradición, aunque sólo sea con lecturas para empezar.

¿Qué es lo que más te sorprendió en tus encuentros con otros *swamis* y *mahatmas*?

Su absoluta naturalidad y espontaneidad, como niños sabios... Y también su compasión, cercanía y dedicación. Recuerdo especialmente la gran dedicación de mi maestro, que viajaba incansablemente por amor hacia su propio maestro, para ser el transmisor de sus enseñanzas y que estas pudieran llegar a mucha gente. Es así como la tradición se mantiene viva.



iDEMOCRACIA REAL YA!



STOP THE WALL



FREE TIBET

¿Cuál crees que podría ser el mensaje de Swami Muktananda para los tiempos actuales?

Creo que sería el mismo mensaje que nos transmitió siempre hasta el último día de su vida física: "Honra a tu propio Ser. Respeta a tu propio Ser. Medita en tu Ser. *Brahman*, el Absoluto, la divinidad, está dentro tuyo como tu propia Esencia". Siempre nos decía: "Busca dentro de ti. No os falta nada, ya estáis completos, daos cuenta". Si te das cuenta de que ya estás completo, perfecto. Si no, pues medita, contempla, haz Hatha Yoga, canta mantras...

¿Por qué decidiste volver a Occidente?

No lo decidí... Vine a pasar una temporada y desde entonces han pasado ya tres años de forma muy rápida. Despues de los años en la India me sentía completo y satisfecho, y una vez aquí, se han ido encadenando una serie de actividades que me han permitido compartir las enseñanzas y me han llevado a escribir el libro que ahora se publica. Poder compartir este camino hacia la plenitud me llena de alegría.

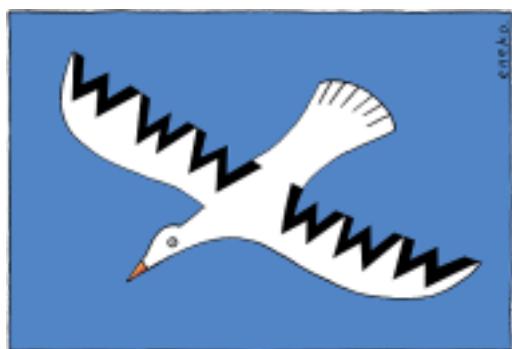
¿Qué podemos encontrar en este libro?

Es una introducción al hinduismo en catalán, que creo que hasta ahora no existía. Está basado en los textos tradicionales, y entre otros, podemos encontrar capítulos dedicados a los Vedas, las Upanishads, la Bhagavad Gita, la sacralidad de la vida, los diferentes caminos dentro del Yoga, al culto, templo y peregrinaje, al hinduismo y el mundo moderno... Es una breve introducción al Dharma hindú basada en las fuentes genuinas. He disfrutado mucho todo el proceso de creación y espero que pueda ser de utilidad.

Una plegaria para el 2013 para terminar...



EN DEFENSA DE LOS DERECHOS EN
INTERNET



¿NUCLEARES? NO, GRACIAS



Que el máximo número de personas encuentren la plenitud en su corazón. Que todos los seres, los humanos, los animales, las plantas... puedan ser felices y disfrutar de bienestar. Tal y como dicen los mantras de las Upanishads:

Sarve Bhavantu Sukhinah

iQue todos los seres sean felices!

Entrevista: Daniel Gomis para la [Revista Kalma](#) (versió en català)

Fotos: Anna Moya

Más información sobre las actividades y proyectos de Swami Satyananda:

www.advaitavidya.org

advaitavidya@gmail.com

[About these ads](#)



[Me gusta](#) 55

[Tweet](#) 0

Me gusta: [Me gusta](#) Se el primero en decir que te gusta.

Deja un comentario

[Feed de los comentarios de este artículo](#) 

[DEJA UN COMENTARIO](#)

Añade tu comentario aquí...

« Revista Kalma nº5

Search

 Suscribirse al feed.

 Tema [Tarski](#) by Ben Eastaugh and Chris Sternal-Johnson.
[Blog de WordPress.com](#).

 Seguir

FOLLOW
“ALTERMON_CONSO
PEL CANVI”

Recibe cada nueva
publicación en tu buzón de
correo electrónico.

Introduce tu dirección de

Sign me up

Ofrecido por [WordPress.com](#)