



Pétalos de Rosa

Extractos de los
Satsangs de Sri Babuji

La memoria y la Consciencia - *El rugir del mar*

DEVOTO: Me gustaría preguntar sobre la memoria. Tengo la sensación de que mi memoria se está volviendo muy pobre. A veces me preocupa bastante. ¿Hay alguna razón para que se esté volviendo tan mala, aparte del mero envejecimiento? ¿Cómo puedo acordarme de las cosas que son importantes o necesarias? ¿Cómo puedo ser menos distraído y más plenamente consciente?

GURUJI: Intenta corregirlo. Si te olvidas de algunas cosas, ¡puede que también te olvides de que estás conmigo! Si te olvidas de que has puesto la leche a hervir, eso es otra cosa –pero ¿te estás acordando de que estás aquí, de que estás conmigo? Si nos olvidamos de esto, nos olvidamos también de otras cosas. Todo el empeño espiritual, los métodos sean los que sean, todos intentan de diversas maneras mejorar nuestra memoria. Son prácticas del recordar. Por ejemplo, cuando haces *nama japa*, ¿qué haces? Recuerdas, intentas retener el nombre en tu memoria, evitas que la mente se olvide del nombre. Y con la autoindagación, intentas no olvidar hacerte de verdad la pregunta: “¿Quién soy yo? ¿Quién soy yo? ¿Quién soy yo?”. Y si te olvidas, vuelves a poner la mente en ello. Sea como sea, todas las llamadas prácticas espirituales están orientadas a mejorar nuestra memoria..

DEVOTO: ¿O sea que, entonces, el esfuerzo es necesario?

GURUJI: Si no se da sin esfuerzo, sí, el esfuerzo es necesario. Si puedes recordar sin esforzarte, ¡entonces no hay problema! Y como has dicho, hasta cierto punto, para las cosas pequeñas, también influye el factor de la edad –pero ese es solo uno de los factores, y se aplica solo a las cosas pequeñas o triviales, no a las que son verdaderamente importantes. No deberíamos olvidar. No es bueno ser olvidadizos. Mucha gente piensa: “En la vida espiritual nos olvidamos de las cosas cotidianas porque estamos muy absortos en “el Ser”, pero yo no estoy de acuerdo. ¡Eso son tonterías!

Si tenemos el interés, si tenemos el amor, si tenemos la consciencia, también tendremos la memoria. Como he dicho, el proceso de envejecimiento también influye hasta cierto punto, pero solo en relación a las cosas pequeñas sin importancia.



Shirdi, 2008

DEVOTO: Pero si nuestra atención se centra en nuestra práctica espiritual o en nuestro objeto de amor, entonces, ¿no hará eso que nos olvidemos de otras cosas?

GURUJI: En realidad, no deberíais olvidaros de nada, pero solo recordáis algunas cosas –esas son las que vivisteis de forma correcta; las otras cosas no las vivisteis de forma correcta.

DEVOTO: Entonces, ¿cómo remediar eso?

GURUJI: Si sois más conscientes. Ahora estáis en mi presencia. Si tenéis siempre presente que estáis en la Presencia, entonces, esa consciencia, esa práctica –o como sea que lo llaméis– os proporcionará la memoria para todas las demás cosas. Si no podéis recordar esto, ¿cómo vais a recordar lo demás? No es que debamos estar siempre tratando de llenarnos la cabeza con todas esas cosas –no, ¡no es necesario! No digo que tengáis que recordarlo todo, pero cuando tenemos esa consciencia, el recordar se vuelve tal que, cuando se necesita, viene, está ahí. No hace falta esforzarse en recordar nada: si nuestra naturaleza, nuestro estado de consciencia es constante, cuando pase algo, seremos capaces de dejarlo en ese momento; y si lo necesitamos de nuevo, podremos recordarlo. Olvidamos porque, en el momento en que estamos experimentando algo, nuestra conciencia no está en el estado adecuado. Si somos conscientes de las cosas de forma correcta, cuando necesitemos recordarlas las recordaremos

DEVOTO: ¿Cuál es la forma correcta?

GURUJI: Intentad recordar por qué estamos aquí. ¿Qué es lo que estamos consiguiendo? ¿Estamos haciendo aquello por lo que decimos haber venido aquí? ¿De qué forma podemos intentar vivirlo mejor y expresarlo mejor?

Decimos que hemos venido por Guruji. Estamos con él, pero ¿qué es lo que hacemos durante todo el día? ¿Cómo pasamos el día? Vamos de compras, damos vueltas intentando encontrar una chaqueta o una falda, explorando todo el mercado, y cansándonos mucho por la contaminación, etc. Como están ocupados todo el día, algunos ni siquiera vienen al *arati* de las ocho, ni siquiera al *udi*. Porque están “ocupados” todo el día. ¿Qué es lo que hacéis cuando estáis aquí? ¿Es que estar en la Presencia solo significa estar sentados frente a mí? Antes habéis preguntado sobre el concepto de Shankara del *sakshatkar* –ver con los “ojos” del corazón. Si realmente lo que os interesa es ese *sakshatkar*, entonces, cuando estáis sentados aquí y sois conscientes de que estoy arriba o en algún lugar cercano, intentad sentir la Presencia –a vuestra manera. Pero no es eso lo que hacemos. En vez de eso, charlamos. Muy rara vez veo a gente sentada en silencio, intentando experimentar la Presencia, muy pocas personas lo hacen.

No limitéis vuestro contacto conmigo únicamente a esta media hora, a estos cinco minutos o una hora. Tratad de dejar que se extienda, así comprenderéis por qué estáis aquí y qué tenéis que hacer. Intentad tener la mente en un estado tal que cuando algo pase lo viváis plenamente, y apenas haya pasado no deje huella alguna.



GURUJI: Cada minuto, intentad sentir el estar aquí. Sencillamente, sentaos e intentad sentirlo. Para hervir agua o calentar leche, ¿qué hacéis? La ponéis en la cocina, sobre el fuego, para que reciba el calor del fuego¹. Si realmente queréis avivar el fuego de vuestra conciencia: ¡quedaos aquí, e intentad permanecer en el fuego! Si ponéis la leche en la nevera y luego encendéis el hornillo, ¿cómo queréis que se caliente? [Risas]

Mientras nuestra atención se mantenga en la Presencia y la consciencia, tendremos la memoria. No pasará nada si os olvidáis o no de poner la leche al fuego, pero no olvidéis esto:

¹ En India, normalmente se cocina directamente sobre la llama, generalmente en cocinas de gas.

la Presencia.. ¡Recordad esto! Mientras recordáis esto, no habrá problema. Tenéis que tener esto en mente. Y si recordáis esto, también recordaréis aquello, y si olvidáis esto, también olvidaréis aquello. Eso es lo que dijo un gran santo en una de las escrituras: “El olvido es la muerte.” ¿Qué es la muerte? “El olvido es la muerte”, dijo. Vivamos. Evitemos esa muerte.

Seamos plenamente conscientes –de dónde estamos, lo que estamos haciendo, lo que queremos conseguir, lo que estamos obteniendo y lo que no, y de lo que tenemos que hacer para lograr lo que no estamos obteniendo. Y hagamos que todas nuestras actividades, nuestros caminos, nuestras acciones, nuestras palabras, se centren y canalicen hacia ese objetivo. Solo entonces vuestra estancia aquí será de utilidad y tendrá sentido..



GURUJI: Os diré una cosa. Ahora os estoy hablando, y vosotros me estáis escuchando. Cuando no hablo, oís el rugir del mar², o la brisa, o un perro que ladra, o a alguien que tose. Pero mientras yo hablo, no sois conscientes de todas esas cosas. Vuestra consciencia debe ser siempre así; todas vuestras actividades deben ser realizadas de igual modo que cuando me escucháis hablar. Siempre que estéis haciendo algo, ya sea poner la leche al fuego, o lo que sea, debería ser como cuando escucháis mi voz. Y entonces, cuando no estéis haciendo nada, vuestra mente ha de estar allí, escuchando el perpetuo sonido del mar. Ese sonido siempre está ahí. De hecho, incluso mientras hablo lo estáis oyendo. Lo estáis oyendo, pero no lo estáis escuchando. Estáis oyendo el sonido pero estáis escuchándome hablar. Cuando no me estáis escuchando, escucháis el rugir del mar –el silencio del corazón, la felicidad, el éxtasis, el amor. La emoción del amor es como el rugir del mar. Lo estáis oyendo siempre, y todas vuestras acciones están basadas en ese oír. Cuando emprendáis cualquier actividad, hacedlo tal y como me estáis escuchando ahora. Y en el momento que paréis, debéis ser capaces de escuchar el rugir del mar.

Intentad experimentar el momento plenamente. ¡No rumiéis –rumiar como una vaca o un búfalo que han estado comiendo hierba ávidamente! ¿Qué hacen una vaca o un búfalo? Comen con avaricia porque tienen miedo de no conseguir la hierba antes de que otro animal se la quite; y después, lentamente, la regurgitan e intentan digerirla. Eso es lo que hacemos nosotros, debido a tantas ansiedades, frustraciones y miedos. Experimentamos las cosas del mundo como un búfalo comiendo hierba. Y cuando estamos solos, cuando nos sentamos en silencio, intentamos regurgitarlo y rumiar sobre ello, digerirlo. ¡No viváis como una vaca o un búfalo! Vivid como seres humanos que comen con plena conciencia [risas], y vivid el momento plenamente..

DEVOTO: No parece haber ningún atajo para romper este hábito de rumiar.

GURUJI: Pues que sea un camino largo ¡no hay problema! [Risas]

DEVOTO: Pero entonces es un proceso muy largo, puede durar años y años.

GURUJI: En realidad no es un proceso largo, porque tienes la Presencia, tienes el mar. Incluso si te olvidas, el único esfuerzo que necesitas es recordar, porque siempre está ahí. No hace falta crear el rugido, o este sentimiento –está ahí. Lo que pasa es que no estás centrando tu atención en ello. Al menos cuando estás aquí, al lado del mar, en la playa –la playa real– intenta escucharlo. Y cuando dices algo o haces algo, un momento después no debería haber ni rastro de tus acciones en tu mente: ya estás ahí, en esa consciencia. De manera que cuando surja la necesidad de actuar, lo harás perfectamente –este rugir no afectará a tu memoria. Cuando actúas, actúas. Cuando estás quieto, estás quieto. ¿Cuándo estarás en calma? Cuan-

² Este *satsang* se celebró cuando Gurují estaba viviendo en la playa, cerca de Chennai.

do experimentes esto, cuando se encienda en ti el fuego de la conciencia. Y para lograrlo, quédate cerca del fuego, alrededor del fuego. Hacedlo a vuestra manera. Explorad vuestros propios métodos, vuestras propias técnicas. Yo no tengo una técnica para ello, porque hay muchísimas técnicas, miles, millones de ellas, pero en todas ellas el objetivo es ese. Entonces, nada nos perturbará, nada podrá crear sufrimiento en nuestro corazón. El llamado sufrimiento tendrá miedo de ponerse ante nosotros, de hacernos sufrir ;Tiene que fracasar! Entonces nuestra vida tendrá sentido..



Glosario

arati: Forma de culto en comunidad en la que los devotos están de pie, delante de la imagen de una deidad o de un santo, o en la presencia viva de un santo venerado, y se unen para cantarle al unísono himnos de adoración. Mientras, un sacerdote o devoto gira una lámpara de aceite encendida en el sentido de las agujas del reloj alrededor del objeto de adoración. Después, la llama de la lámpara se ofrece a los devotos, y ellos pasan las manos sobre la llama sagrada, y rápidamente la atraen hacia los ojos y el rostro, en un gesto de traer hacia ellos la energía auspiciosa que emana de la llama sagrada.

nama japa: Cantos devocionales; repetición del nombre de Dios o del guru, como práctica de devoción o expresión de amor.

sakshatkar: La visión de una divinidad, de Dios o del Ser; realización espiritual.

satsang: Del sánscrito: sat = verdad, sang = compañía, estar en compañía de gente sabia; o encuentros que se hacen con el propósito de crecer en sabiduría.

Shankara: Famoso filósofo y maestro hindú del siglo IX, que consolidó la doctrina del Advaita Vedanta o no-dualismo (la Unidad del alma y Dios).

udi: Cenizas; nombre que Sai Baba le daba a las cenizas procedentes del fuego sagrado que encendió y mantuvo en su mezquita, y que sigue encendido hasta la fecha. Baba distribuía las cenizas de este fuego a sus devotos a modo de bendición, y estas se siguen distribuyendo a los devotos incluso hoy día. Guruji solía dar *udi* del fuego de Baba.



Voz de Guruji

