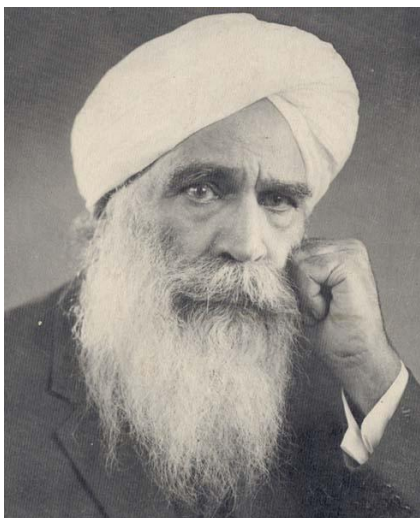


**SIETE SENDEROS  
A LA  
PERFECCION**

**NO VIOLENCIA VERACIDAD  
CASTIDAD HUMILDAD AMOROSA  
SERVICIO DESINTERESADO  
DIETA Y PRACTICAS  
ESPIRITUALES**



**KIRPAL SINGH**



**SIETE SENDEROS  
A LA  
PERFECCION**

**Por**

**KIRPAL SINGH**

**Asociación El Bosque de Kirpal  
Bogotá, Colombia  
2012**

Se presenta a los buscadores de la espiritualidad esta pequeña obra de Sant Kirpal Singh Ji (1894-1974) quien durante 25 años de su vida llevó a millones de almas de oriente y occidente las sagradas enseñanzas de Sant Mat – el Sendero de los Maestros.

Obras adicionales escritas por este Santo de la edad moderna, así como referencias sobre los sitios del mundo hispano donde se imparte esta enseñanza en la actualidad, pueden consultarse en las últimas páginas.

Ashram de Sant Bani  
Subachoque, Cundinamarca  
[www.elnaam.org](http://www.elnaam.org)

Impreso en Colombia

Traducido de la edición en inglés  
“Seven Paths to Perfection”  
Ruhani Satsang  
Sawan Ashram, Shaktinagar  
Delhi 7, India

## A LOS BUSCADORES DE LA VERDAD

Una diminuta semilla lleva en su corazón un potente roble que puede llegar a desarrollarse plenamente con alimento y protección adecuados. Todos los arbolillos tiernos y jóvenes necesitan que se les riegue, se les desyerbe periódicamente, se les fertilice y proteja del ganado que anda suelto por los caminos con una cerca, de manera que no sufran daño. Con el tiempo el árbol crece hasta alcanzar su completa madurez, proporciona sombra y abrigo a los caminantes y se convierte en una fuente de inspiración y ayuda para las personas.

De manera exactamente igual, la Sagrada Semilla de la iniciación prospera mejor en un suelo rico y fértil formado por elevados valores éticos y una amorosa compasión. El despertar divino que el Maestro Viviente infunde en el alma del ser humano, es un feliz comienzo del largo recorrido espiritual que lo espera. Por lo tanto, a los buscadores de la verdad se les aconseja practicar la auto introspección, como una ayuda para mantener un campo fértil donde germine la divinidad en su plena florescencia.

Los siete requisitos básicos enumerados en el diario de auto introspección son de gran ayuda para cubrir todo lo relativo a la vida ética, y para invocar la Gracia y Misericordia divinas. De todos ellos se trata brevemente bajo diferentes títulos en las páginas que siguen.

*Kirpal Singh*

## Breve biografía de Sant Kirpal Singh

El Maestro Kirpal Singh nació en el pueblo de Sayad Kasran, ahora en Pakistán, el 6 de febrero 1894. Desde muy pequeño mostró interés por los aspectos espirituales, llegando a recibir experiencias internas a temprana edad. Fue iniciado por Baba Sawan Singh en 1924, después de haberlo visto internamente durante siete años. Mientras cumplía sus responsabilidades como padre de familia y laboraba como contador para el gobierno de la India, realizaba Su trabajo espiritual meditando varias horas al día. Tras alcanzar la meta espiritual, fue encargado por Su Maestro de llevar las almas por el Sendero de Sant Mat. Desde 1948 hasta Su partida dio la sagrada iniciación a un gran número de discípulos tanto de oriente como occidente. En cumplimiento de Su misión espiritual, fue el primer Santo en visitar occidente. Realizó tres giras mundiales en 1955, 1963 y 1972. En 1957 fundó la Confraternidad Mundial de Religiones. En febrero de 1974 en Delhi, India, organizó la primera Conferencia para la Unidad del Hombre. Nos dejó Sus enseñanzas en innumerables charlas y conferencias, en libros como: *Hombre-Dios*, *Hombre Conócete a Ti Mismo*, *Auto introspección y Meditación*, *Charlas Matinales* y *La Oración*, entre otros. Escribió bayanes en diferentes idiomas y dialectos de la India que han sido traducidos a idiomas occidentales. El 21 de agosto 1974 concluyó su travesía por el mundo y regresó al Hogar Eterno.

## **AHIMSA (NO VIOLENCIA)**

Ahimsa es una virtud ennoblecedora que eleva a cada persona a un nivel de igualdad con sus semejantes, y en esencia conduce hacia el principio de la fraternidad humana y la Paternidad de Dios. El cultivo de esta virtud exige el desarrollo de una amplia tolerancia hacia todos, al margen de sus defectos y fracasos. Irradiar el gran principio de la Familia Humana sobre el terreno divino de un deseo amoroso y compasivo por el bienestar de todos, cuesta muy poco pero cuenta mucho. Un corazón lleno de compasión divina es la morada de todas las virtudes.

Una revisión detenida de este problema nos muestra que ordinariamente no estamos ni preocupados ni irritados cuando todo va en concordancia con nuestros deseos. Pero en cuanto nos imaginemos que algo obstaculiza nuestros intereses o hiere nuestros sentimientos, se inicia una cadena de reacciones que tiene como resultado la violencia en pensamiento, en palabra o en acción, según la formación física, mental o moral de cada uno.

Muchos de nosotros consideramos como una legítima obligación el devolver un insulto, real o supuesto, con la misma moneda, y muy pocos llegan a considerar que ceder, perdonar y olvidar es una virtud.

Jesús siempre predicó dos virtudes cardinales: (1) "Ama a tu prójimo como a ti mismo" y (2) "Ama a tus enemigos." ¿Significa esto que uno debe amar a sus enemigos y ser tolerante con ellos por timidez o debilidad? No. Hay algo moral y divino en la raíz de tal actitud.

El lugar donde arde el fuego primero se calienta y luego transmite su calor a la atmósfera circundante. Así ocurre con el fuego de la ira. Un agravio imaginario o supuesto es como una espina que causa dolor o desazón a la mente, y cuando uno ya no puede soportar su intensidad, estalla en llamas de odio y desprecio (empieza a proferir injurias a diestra y siniestra), pierde su equilibrio mental y emite un olor maligno como de una llaga, que prácticamente va contaminando todo a su alrededor. La mayoría de nuestras heridas y agravios resultan del proceso de nuestros propios pensamientos y tales pensamientos engendran innumerables otros que se multiplican en proporción geométrica.

Podemos salir de este círculo vicioso tan sólo si cambiamos nuestra actitud hacia la vida. ¿Por qué sacrificar nuestra ecuanimidad natural por cosas insignificantes, burbujas pasajeras y vapores de humo sin mayor consecuencia? En lugar de cavilar sobre estos agravios supuestos e imaginarios, sería mucho mejor reflexionar sobre los aspectos más elevados de la vida, la divinidad interior y la divinidad exterior, pues este mundo pertenece en verdad a lo divino y la divinidad reside en él. Si realmente deseamos a Dios y aspiramos a alcanzar la Divinidad, debemos aprender a amar Su creación, pues Dios no es sino Amor. San Juan ha proclamado con



énfasis: "El que no ama no conoce a Dios, porque Dios es Amor". Y Kabir dijo: "El alma del hombre es de la misma esencia de Dios". Siendo esto así, debemos tratar de vivir en nuestro hábitat natural del amor y de todo aquello que es y pertenece al amor, pues el amor todo lo embellece por dentro y por fuera. Vivimos a causa del amor de Dios, que es en realidad un principio básico de la vida.

El Amor, la Vida y la Luz son términos sinónimos. La creación entera es una manifestación del amor de Dios y Él verdaderamente mora en ella. También se dice que la creación entera surgió de la Luz y por lo tanto a nadie se le debe señalar como "bueno" o "malo". Intrínsecamente, todos tenemos nuestras raíces profundamente arraigadas en la Luz y en el Amor de Dios, aunque no nos demos cuenta de ello. Pocas veces tenemos la oportunidad de asomarnos hacia a lo interno, ya que siempre estamos completamente absortos en el ambiente externo, y no tenemos la más remota idea de lo que yace dentro de la verdadera esencia de las esencias, la fuente de toda vida, que es el Amor y la Luz de Dios. Si tan sólo supiéramos esto y lo practicáramos en nuestra vida diaria, no podríamos hacer otra cosa que vivir inmersos en el Amor de Aquel cuyo Amor nos da la vida y toda vida existe. **Ahimsa (No Violencia)** es pues un aspecto práctico de la Vida Divina y un fruto que crece en el Árbol de la Vida.

## VERACIDAD

Dios es la Verdad y la Verdad es Dios. Una persona veraz siempre trabaja a la Luz de Dios, y nada tiene que temer en el mundo. Revestida siempre de la luz divina, trabaja y se sostiene con sencillez divina, pues Dios es su áncora de salvación y un puerto de refugio. Nunca digas mentiras. Si lo haces, te engañas primero a ti y después a los demás; por otra parte, tendrás que decir muchas mentiras más para tapar la primera. Por lo tanto uno debería seguir este lema: "Sé veraz contigo mismo; no te engañes a ti mismo," Si uno es veraz con su ser verdadero no tiene que temer a nadie, "pues es veraz al Dios que está en su interior, quien a la vez está en todos los corazones". Por consiguiente, esa persona hablará la verdad, pensará la verdad y tratará con la verdad, pues está consciente de la ayuda divina a cada paso. La adversidad no puede desalentarlo, la desdicha no puede hacerlo perder el camino y la oposición no puede detenerlo, porque el benigno Poder de Dios es su escudo y sostén y acude en su ayuda en cualquier momento y lugar. Un corazón así se convierte en la morada de todas las demás virtudes, las cuales vienen después por sí solas y encuentran un ambiente de armoniosa colaboración.

La verdad no significa solamente hablar la verdad y pensar la verdad, sino que en esencia es llevar una vida de rectitud. La verdad está por sobre todo, pero más elevado aún es vivir la

verdad. Nuestras acciones deben ser ejemplares, para que indiquen y muestren que pertenecemos a una noble escuela de pensamiento, basada en la Verdad, la Piedad y el Amor. A un árbol se le conoce por sus frutos que produce. El árbol divino de la espiritualidad necesita ser alimentado con las aguas de Ahimsa y de la Veracidad. "La verdad", dice Kabir, "es la más elevada de todas las virtudes, mientras que la falsedad es el más vil de los vicios." La Verdad de las Verdades reside en el lugar más profundo del alma humana y es necesario excavar para sacarla, desenterrarla y practicarla abiertamente en nuestros actos.

El Principio verdadero del Sonido es la fuente de toda vida, y establecer contacto con Él en el Terreno Divino es la única manera de llegar a ser verdaderamente veraces y de que nuestra vida tome forma en el molde de la Verdad. Practicando la verdad y viviendo en la Verdad uno se reviste del amor del Señor y esparce libremente su amor a todos sin excepción. En las cuatro grandes eras en las cuales encarnó Kabir, Él predicó acerca del Principio verdadero del Sonido. Mediante el contacto diario con este Sonido uno purifica su vida y llega a ser un receptáculo digno de la Gracia Divina.

## CASTIDAD

La castidad es vida y la gratificación de los deseos es muerte. La auto restricción es una virtud que debe guardarse para tener éxito en todas las esferas de la vida, sean de naturaleza mundana o espiritual. Una vida limpia y casta es el suelo fértil en el mejor prospera que la sagrada semilla de la Espiritualidad. Consiste en una restricción en pensamiento, palabra y obra, ya que en cada caso el veneno se inyecta hasta las profundidades de la mente y se multiplica con las impurezas acumuladas tras incontables eras. Practicar la castidad es una tarea exigente que requiere una prolongada lucha durante la vida, algo que demanda realmente esfuerzo de nuestra parte. Afortunados son aquellos que practican el celibato porque se encuentran en una posición muchísimo mejor para recorrer el Sendero que conduce hacia Dios, que quienes se están revolcando en el desagradable fango de la condescendencia con los placeres. Sin embargo, una vida marital normal y dentro de los límites, como la prescriben las escrituras, no es un impedimento para la espiritualidad.

Un análisis de los hechos de la vida mostrará que normalmente mucho depende del ambiente en que nos movemos y de nuestro modo de vivir. La dieta juega un papel importante en la formación de nuestros pensamientos. El alimento que tomamos, una vez asimilado en nuestro sistema, condiciona

nuestros impulsos de vida en un sentido. Hasta los huesos y la sangre adquieren la naturaleza del alimento que tomamos. Los alimentos impuros o muertos no pueden ser una fuente de Vida. Es por esto que los Maestros del Sendero de la Espiritualidad siempre insisten en una abstinencia completa de toda clase de carnes, pescados, aves y huevos (fecundos o infecundos) y de toda clase de bebidas alcohólicas o sustancias embriagantes y demás narcóticos y estimulantes, pues estos últimos embotan la facultad del pensamiento y los primeros encienden las pasiones animales en nuestro interior y nos impiden percibir los más elevados impulsos de la vida, "En aquello que piensas, en eso te conviertes" es un antiguo aforismo al cual se puede añadir: "Según sea el alimento, así es la mente".

Una dieta natural que comprenda vegetales, frutas, nueces, mantequilla, pan y queso en cantidades moderadas, es altamente nutritiva para la salud y provee la energía que se necesita para cumplir con las obligaciones de la vida, tanto terrenales como espirituales. Un eminente médico dice: "Cavamos nuestras tumbas en la cocina y más profundamente con nuestros dientes". Además, íntimamente vinculada con este problema está la Ley inexorable y de largo alcance del Karma: la Ley de Causa y Efecto, o de Acción y Reacción. "Aquello que siembres, eso cosecharás" es un adagio demasiado conocido para que necesite comentarios. No se puede cultivar rosas a partir de semillas de arveja. Se tiene que pagar por todo lo que esté en el mundo o sea del mundo. Aun lo que llamamos alegrías y placeres tienen un precio. No se puede segar

una vida sin tener que pagar por ello. “El precio del pecado”, dijo Cristo, “es la muerte” y ustedes bien pueden decidir si están preparados a pagarlo.

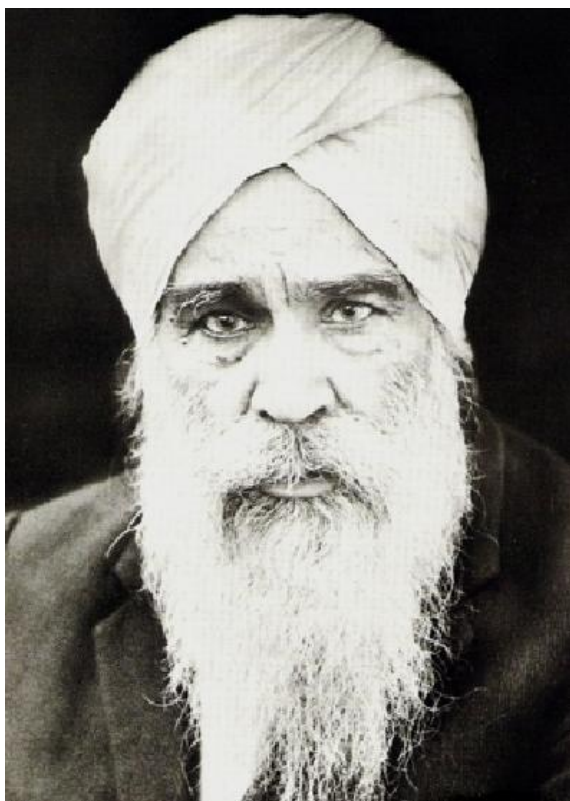
Mediante la práctica de Brahmcharya (celibato) no solamente preservamos el fluido vital, que es un bien de inestimable valor en el cuerpo físico y que de ningún modo se puede menospreciar, sino que esta práctica nos ayuda de manera positiva a armonizar con la Divinidad, la cual constituye el tejido mismo de nuestra vida pero ha quedado atrapada en el poderoso torbellino del mundo. A menos que estemos firmemente anclados en una vida de castidad, no podremos sujetar por mucho tiempo los hilos sueltos de las dos cuerdas de vida que nos ha revelado el Maestro: la Sagrada Luz y la Corriente Audible de Vida. Una mente vacía es el taller del diablo, y por tanto a los iniciados se aconseja la repetición constante de las Sagradas Palabras y el recuerdo continuo del Maestro. Estas dos cosas actúan como ayudas poderosas para anclar la mente y mantenerla estable en lo que podría ser el tormentoso mar de la vida. Se debe entender con claridad que en las horas de agobiante agonía, ninguna cantidad de logros intelectuales o razonamientos sutiles nos pueden servir de ayuda, la cual proviene solamente de la benigna protección del Maestro.

Los frutos maduros conservan su frescura mientras permanezcan en las ramas, pero una vez cortados sólo pueden conservarse en miel o en un congelador. Así mismo, el aura personal del Benigno Maestro es la miel que nos preserva, y Su amorosa protección la

valiosa cámara de almacenamiento en frío, donde uno puede encontrar esperanza de liberación de esta antigua enfermedad. Las vidas dedicadas a la causa sagrada de Dios han dejado tras de sí registros de sus valiosas experiencias, las cuales muestran en abundancia que hay esperanza para todos, siempre y cuando uno sea sincero en sus esfuerzos y, sobre todo, que exista una guía y ayuda adecuadas de parte de un Alma Maestra verdaderamente capacitada. Así como cada Santo tiene un pasado, todo pecador tiene un futuro, pero nada puede llevarse a cabo sin la Gracia del Poder Maestro actuando desde lo alto. Por supuesto, el discípulo-niño tiene que mantenerse activo y ocupado en algo útil, por lo menos repitiendo mentalmente los sagrados Nombres cargados por el Maestro, rehuendo las malas compañías y el ambiente incompatible, como son el estudio de arte y literatura obscenos, y evitando mirar en los ojos a las demás personas, particularmente del sexo opuesto. Además, debe consumir una dieta estrictamente vegetariana, preparada con mucho cuidado y tomada con suma moderación. Estos son algunos de los factores que sirven de ayuda, los cuales, si se practican con determinación pueden dar resultados seguros a su debido tiempo, con la gracia del Poder Maestro actuando desde lo alto.

Parece necesario decir aquí unas cuantas palabras sobre Brahmcharya. Hablando literalmente, significa el Sendero (o sendero práctico de conducta personal) que nos ha de conducir hasta Dios o Brahmán. Consiste en controlar todos los sentidos y canalizarlos en la dirección correcta. En otras palabras, constituye una vida de

continencia, sobriedad y auto restricción, incluyendo la total abstinencia de toda clase de alimentos y bebidas malsanos. Una vida así es un requisito indispensable y necesario para recorrer el Sendero que conduce hasta Dios o Brahmán, y a los aspirantes se les recomienda seguirlo escrupulosamente.





## HUMILDAD AMOROSA

La humildad es un adorno de los Santos. Los exalta a los ojos tanto de los hombres como de Dios. Un Santo Maestro genuino ve la Luz de Dios en cada ser viviente, y por eso no es extraño que se reúna con el discípulo-niño en un plano de igualdad y que lo trate como si fuera uno de los Suyos. Así como una rama cargada de frutos se inclina por el peso de su propio fruto, así se inclina el Maestro con el peso de los tesoros divinos que lleva consigo. Él se reúne amorosamente con propios y extraños prescindiendo de toda consideración social y religiosa, y recibe a todos los que se acercan a Él con el fin de sacar provecho de Sus riquezas y recorrer el Sendero que conduce al Hogar eterno del Padre.

El "servicio a todos antes que a sí mismo" es un raro don. Puesto que el mismo Ser actúa en todas las criaturas vivientes, uno debería deleitarse en servir solamente por el servicio en sí mismo. El "Ser" y el "Servicio" no son sino dos aspectos de la Divinidad. Esta comprensión de la naturaleza compartida del universo, a pesar de la aparente diversidad de motivos y modelos que revela, produce en el servidor una actitud de equilibrio que gradualmente conduce a la serenidad y la sublimidad, hasta entregarse al servicio de todos y empezar a ver el mismo y vivificante principio obrando en toda la creación. Así como la pieza de engranaje más

pequeña es indispensable en un complejo mecanismo y cumple un propósito útil, así también, todo es bello y pleno de la manifestación divina, y cumple un propósito según Su Voluntad. Una idea como ésta fortalece los sedosos vínculos del amor fraternal y complace al Señor y al Maestro.

*Una lengua dulce impregnada de humildad,  
Oh Nanak, es la esencia de todas las virtudes".*

San Agustín recalca la virtud de la humildad: Humildad primero, Humildad al final y Humildad de principio a fin. Ese fue el tema dominante para su audiencia cuando se levantó a pronunciar un discurso de bienvenida a los estudiantes. Después de eso expresó que no tenía más para decirles. De manera similar, Kabir cierta vez declaró que Él vivía en profunda humildad, tal como un pez vivía en el agua, pues esto exaltaba al hombre hasta el rango de los Devas o dioses. Esta es la única virtud que permite a una persona entrar en la Corte de los Santos. Para el advenimiento del Bienamado, uno tiene que desocupar todo lo que hay en su ser interior y luego vivir en El en todo momento. Kabir dijo que una vez salió en busca de una persona malvada, pero no pudo encontrar una sola en todo el ancho mundo, y al final cuando escudriñó dentro de sí, vio que él era el más malvado de todos. Este es el punto supremo de la humildad. Kabir dijo también: "Yo soy el más bajo comparado con todos los demás, y todos son mejores que yo; quienes posean ese punto de vista son mis amigos." Nanak siempre se refería a Sí mismo como "el inferior Nanak", "el pobre Nanak" o "Nanak el esclavo o el siervo."

El Gurú Amar Das siempre pedía a Dios que hiciese de El “el esclavo de Sus esclavos”. Mi Maestro dijo una vez que le gustaría hacer zapatos con Su piel para calzar los pies de Sus devotos.

El falso orgullo de las posesiones o riquezas mundanas, la pretendida superioridad por razón del conocimiento espiritual o logros intelectuales, la vanidad por cosas terrenales y posición en el mundo, pueden desviar la mente del aspirante espiritual; pero con el tiempo todo esto se va desvaneciendo en el aire. Por lo contrario, un corazón lleno de humildad reverente es un recipiente adecuado para recibir Su Gracia, un recipiente que cuando se llena hasta desbordar vierte por sí solo su contenido sobre los demás. Para una persona humilde ningún sacrificio es demasiado grande en aras del progreso espiritual, mientras que la persona orgullosa esperará largamente e incluso perderá la oportunidad, si se le ofrece. El tiempo y la marea no esperan a nadie. El nacimiento humano es un bien incalculable concedido por la Providencia en la escala ascendente de la evolución y su objetivo más elevado es la perfección espiritual, para lo cual todos nosotros estamos aquí. Afortunados son aquellos que han sido encontrados, escogidos e iniciados en los Misterios del Más Allá y reciben un contacto con los atributos divinos de la Luz Sagrada y del Sonido Celestial. De nosotros depende ahora "sacar provecho mientras brilla el sol." Si damos un paso hacia adelante, El avanzará millones de pasos para recibirnos y darnos la bienvenida.

La sola idea de alcanzar la perfección espiritual es un feliz augurio y un prelude a la máxima empresa de nuestra vida. Es la Misericordia Divina la que, al ser invocada, produce este pensamiento tan sublime. Este gran Misterio de la Vida no se puede resolver mediante sutiles razonamientos o logros intelectuales, ya que estos pueden darnos conocimiento, más no sabiduría, y además pueden inducir al orgullo de la erudición y del liderazgo, y hacer más difícil nuestro ingreso al Reino de Dios. La más elevada comprensión es darnos cuenta del estado actual de auto complacencia y deplorable infelicidad en el que sin quererlo estamos atrapados, y del que nos sentimos incapaces de escapar. Un examen más detenido de las cosas revelará que el alma está envuelta en espesos velos de ignorancia y se la está haciendo girar interminablemente y sin esperanza en la gigantesca Rueda de la Creación.

## DIETA

Como ya se ha explicado al hablar de la Castidad, la dieta tiene un papel muy importante y esencial en la vida de un aspirante a la espiritualidad, y como tal se le debe dar la importancia debida. Todos los alimentos y bebidas prohibidos deben ser escrupulosamente evitados, aun por recomendación médica, ya que ninguno de esos alimentos puede alargar el lapso de vida ya fijado, ni tampoco favorecen una mejor nutrición. En realidad, es una noción equivocada pensar que la carne o los huevos proporcionan mayor vigor o fortaleza; por el contrario, estas cosas encienden los apetitos carnales que, a la larga, originan una gran disipación de energía.

Es satisfactorio saber que muchas personas en todo el mundo se están dando cuenta gradualmente de los beneficios de la dieta vegetariana y que los dirigentes de esta forma de pensamiento han asumido la responsabilidad de propagar su importancia entre las masas. Hasta ahora el mundo ha presenciado no menos de catorce Conferencias que se han celebrado en diferentes partes. La India tuvo también la suerte de celebrar una en el año de 1957; en esa ocasión los representantes de diferentes países del mundo se reunieron para intercambiar sus puntos de vista en su digna e histórica capital, Delhi.

Últimamente, un sector progresista de la opinión pública ha comenzado a hacer mayor hincapié en lo que se ha denominado "vegetalismo" para distinguirlo del "vegetarianismo." Si nosotros nos fijamos, por ejemplo, en las cabras, los caballos, los toros y los elefantes, vemos lo saludables y fuertes que son, al punto que en la terminología mecánica calculamos la capacidad de carga en términos de "caballos de fuerza."

En sus epístolas a los Corintios, San Pablo dijo: "La carne para el estómago y el estómago para la carne, pero Dios los destruirá a ambos". Repetimos por tanto que no es bueno ni comer carne ni beber vino, ni nada que haga tropezar a tu hermano.

Y Dios dijo: "Os he dado toda yerba que lleva semilla sobre la faz de la tierra, y todo árbol que tiene frutos con semilla; para vosotros ambos serán como carne." (Génesis 1:29).

El Evangelio de los Doce Apóstoles dice: "Por lo tanto no comeréis carne, ni tomaréis bebidas fuertes; pues la criatura estará consagrada a Dios desde el vientre de su madre y no tomará carne ni bebida fuerte, ni la navaja tocará su cabeza... Y María y José, Sus padres, iban a Jerusalén todos los años para la Fiesta de Pascua y observaban la festividad a la manera de sus hermanos, quienes se abstendían de derramar sangre y de comer carne y bebidas fuertes."

".....y no comáis aquello que os sirvan. Lo que se ha obtenido quitando la vida, no lo toquéis, pues no os está permitido...El Hijo del Hombre no ha venido a destruir sino a salvar; no a

tomar la vida, sino a dar vida al cuerpo y al alma."



## SERVICIO DESINTERESADO

El hombre es una criatura compuesta de tres partes: cuerpo, mente y alma, y le corresponde prestar servicio a sus semejantes en estas tres esferas. "Por amor servíos los unos a los otros" es la exhortación de San Pablo. Un texto persa dice: "El servicio exalta al servidor."

El "servicio desinteresado" se considera una virtud muy grande y una recompensa por sí sola. Es el tema central de las sagradas enseñanzas de los Maestros. El Maestro Viviente es la encarnación del servicio desinteresado. Él siempre se apresura a prestar ayuda a Sus amados hijos en todo el mundo, importándole muy poco Su propio bienestar físico. Esa es la Ley Divina que Él revela y cumple en Su propia persona. Animado de una verdadera compasión por Sus hermanos, sirve a todos con el fin de redimirlos de la "Gran Rueda" (de la transmigración), invirtiendo la atención de ellos hacia lo interno y uniéndolos con las cuerdas de su salvación. Cuanto más sirve uno, tanto más se expande su ser, y con el tiempo abarca la totalidad de la Creación. Por lo tanto, debemos imponernos la tarea de llevar el mensaje del Maestro hasta todos los más apartados rincones, para que las personas puedan conocer la maravillosa oportunidad que les espera y hacer uso de ella de la mejor forma posible.

Además, el servicio desinteresado puede asumir diferentes formas, según los medios y la capacidad de cada persona. Algunos se



sienten atraídos a ayudar a los necesitados, a los pobres, a los oprimidos, a los enfermos o con limitaciones físicas, prestándoles ayuda en su desdicha.

Si ustedes asisten a un enfermo o acompañan a alguien que está afligido, prestan servicio a la Causa Divina. Ciertamente que no eliminan ni pueden eliminar la enfermedad o la aflicción, pero con toda seguridad pueden ayudar a calmar los sufrimientos con sus palabras y obras bondadosas. Toda palabra dulce que se pronuncie, o toda mano que se extienda para ayudar a los que están en desgracia, ayuda mucho a purificar la mente y el cuerpo. Un corazón amoroso es el recipiente adecuado para recibir la Gracia Divina, ya que Dios es Amor. "Quien no conoce el amor no conoce a Dios, pues Dios es Amor", dice San Juan. El amor no conoce barreras ni hace distinciones de clase. Fluye por igual y libremente hacia todos, trascendiendo todo tipo de impedimentos.

De igual modo, una persona rica con un corazón amoroso, desearía compartir sus riquezas con el indigente o el necesitado y gastar su dinero con fines caritativos y filantrópicos. El sistema de diezmos ha sido frecuente en prácticamente todas las religiones establecidas del mundo y tiene un profundo significado, porque el pagar diezmos muestra lo honesto que es un hombre y sus ofrendas muestran lo generoso que es. Los escritos antiguos revelan que todos los países del oriente, desde Egipto hasta Afganistán, y todo el mundo cristiano, practicaban el sistema de pagar una décima parte de sus ganancias para el bien de los demás.

Entre los musulmanes existe la práctica del "Zakat" en la que se pide que cada persona separe cada año la cuarentava parte de sus posesiones para obras de caridad. Entre los sikhs y los hindúes, este sistema recibe el nombre de "Daswand" que equivale a la palabra diezmo. El Maestro ha extendido el sistema aun más allá, y además de referirse a las ganancias personales, incluye también el tiempo que dedicamos a la meditación diaria, es decir, unas dos horas y media, o sea la décima parte de las veinticuatro del día. Pero además el Maestro exhorta: "Ponte en armonía con Dios y comparte tus ganancias con los que lo necesiten." Kabir dice: "Al dar de tu dinero, no lo disminuyes. Si no estás convencido, haz la prueba tú mismo".

Sin embargo, las ofrendas deben ser libres y voluntarias y no estar inspiradas por ningún pensamiento de recompensa, ni ser el resultado de imposiciones externas, pues en lugar de ser una fuente de liberación, se convierten en fuente de esclavitud. Además, la caridad no debe distribuirse mal, sino destinarse a aliviar los sufrimientos de los desamparados del mundo. En realidad, el Maestro que todo lo sabe, es quien mejor conoce la forma de utilizar las donaciones que hacen Sus discípulos y las coloca donde realmente cumplen un propósito útil. En esto uno debe tener cuidado y utilizar bien su discernimiento, para evitar que nuestro dinero duramente obtenido tenga un mal uso y nos lleve a contraer más deudas kármicas, en lugar de liquidar las que ya existen, pues toda acción por buena que sea tiene una reacción y nos mantiene en la esclavitud. Esta podría ser vivida con cadenas de oro, como lo señaló el Señor Krishna

al príncipe guerrero Arjuna, cuando le dijo que toda acción fuera buena o mala, tiene el mismo efecto de atadura y las cadenas que forja pueden ser de oro o de hierro. San Ignacio de Loyola nos dice: "Las semillas de la santidad y del pecado ya están dentro de nosotros". Todo depende de cuáles de ellas cultivemos en el jardín de nuestra alma.



## PRÁCTICAS ESPIRITUALES

Las prácticas espirituales forman una parte imprescindible en la vida del aspirante espiritual y por lo tanto se deben considerar como una necesidad diaria. La repetición de los cinco Nombres Sagrados cargados por el Maestro, que se dan en el momento de la Sagrada Iniciación, ya sea oral o mentalmente, no es una difícil tarea y tiene un profundo significado. Aunque al principio parece muy simple y fácil ser competente en esta práctica, se necesita incrementar el amor y la fortaleza. Ustedes percibirán que los Nombres Sagrados transmiten el Impulso de Vida del Maestro, el cual obra maravillosamente para retirar las corrientes sensorias del cuerpo hasta el nivel del foco del ojo, y preparar de esta manera el alma para emprender su recorrido interno por las regiones de bienaventuranza y armonía.

Por lo tanto, deberán fijarse y apartarse ciertas horas para la meditación, y el horario cumplirse con regularidad y seriedad, pues el alimento que se recibe en cada uno de esos momentos nutre al alma, y uno es conducido a lo interno donde la Luz Divina dispersa la oscuridad de la Ignorancia. Es una práctica que purifica diariamente el recipiente donde se recibe la Gracia Divina. Las meditaciones diarias limpian la repugnante basura que se recibe en el plano de los sentidos.

La segunda parte importante de la meditación consiste en escuchar la Sagrada Corriente del Sonido, o Corriente Audible de

Vida que proviene del **lado derecho**. Es igualmente un aspecto fundamental de las prácticas espirituales y no debe ignorarse ni dejarse de lado. Después de la Iniciación es obligación del discípulo enriquecer sus experiencias espirituales día tras día, y con la Gracia del Maestro ciertamente podrá ampliar su campo de acción en la extensión que lo desee, abriendo nuevos horizontes de gloria y bienaventuranza sublimes.

En resumen, la auto introspección ayuda a cortar las ramas y a podar todo lo que es indeseable en el discípulo, mientras la meditación y las prácticas espirituales golpean el tronco mismo del árbol de la vida en el mundo.

## OTROS LIBROS DE SANT KIRPAL SINGH

Disponibles en la Librería  
del Ashram de Subahoque  
o para descargar online en

<http://www.elnaam.org/Publicaciones/libroskirpal.php>

**Charlas Matinales:** charlas espirituales dadas en el Sawan Ashram que giran en torno a la naturaleza del amor, y cómo se desarrolla y se transmite

**La Corona de la Vida:** estudio comparativo de las corrientes de yoga, incluido el Surat Shabd Yoga o yoga de la atención al Sonido (Sant Mat)

**Hombre-Dios:** la misión que lleva a cabo un hombre divinizado o Maestro y la forma cómo El acerca a las almas hasta su Creador

**La Realización de Dios:** cuatro charlas del Maestro sobre el Reino de Dios y cómo acceder a él durante el curso de nuestras vidas

**La Rueda de la Vida:** La ley del karma explicada y cómo escapar a su implacable efecto con la ayuda de un Maestro

**Auto Introspección y Meditación:** pasajes de los escritos del Maestro sobre estos dos aspectos temas de la vida espiritual

**Simran, el dulce recuerdo de Dios:** la razón de ser y beneficios de la repetición del sagrado nombre del Señor

**Vida y Enseñanzas de Baba Sawan Singh Ji:** breve relato de la vida de Sawan Singh y anécdotas vividas por su autor

## INFORMACION ADICIONAL

### Centros de Satsang

Información adicional sobre las enseñanzas de Sant Mat se imparte en los centros de Satsang en muchos lugares del mundo, entre ellos los siguientes países o territorios de habla hispana:

- Colombia
- Ecuador
- España
- México
- Venezuela
- USA – Estado de Florida

La lista completa de centros de Satsang en estos países se puede consultar en <http://www.elnaam.org/directoriosatsangs.php>

### Libros y videos

Videos con las enseñanzas de Sant Ajaib Singh Ji (1926-1997), sucesor de Sant Kirpal Singh, y del actual Maestro Viviente Sant Sadhu Ram, con residencia en el estado de Rajastán, India, pueden adquirirse en los centros de Satsang o descargarse gratuitamente de internet ingresando por la página del Ashram de Subachoque:

[www.elnaam.org](http://www.elnaam.org)

### Correo electrónico

Para mayor información y consultas se puede dirigir mensaje a: [sevadares@elnaam.org](mailto:sevadares@elnaam.org)