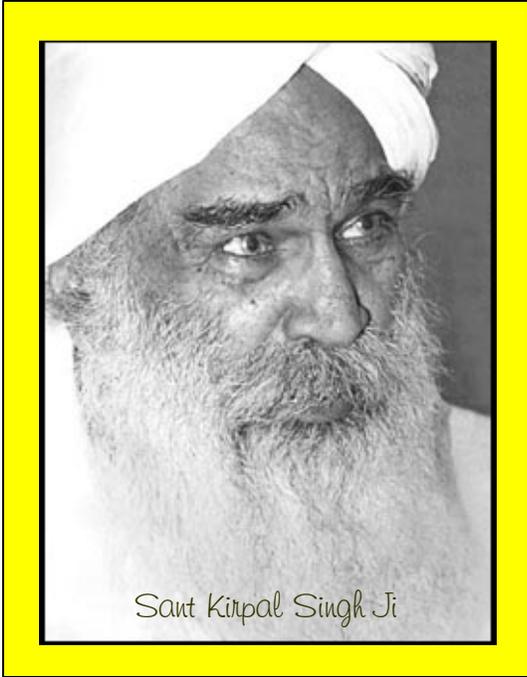


# Simran, El Dulce Recuerdo De Dios

Por Sant Kirpal Singh Ji

(Revisión 2003)



Dedicado al Dios Todopoderoso  
que trabaja a través de todos  
los Maestros que han venido,  
y a Baba Sawan Singh Ji Maharaj,  
a cuyos pies de loto  
el autor se embebió en el dulce elixir  
del Sagrado Verbo, el Naam.

## CONTENIDO:

	pág.
Sobre el autor .....	1
Introducción .....	2
Simran .....	7
El asiento del Simran .....	9
Los nombres básicos de Dios .....	10
Cómo hacer Simran .....	11
Cómo describe Kabir el Simran ...	14
Conclusión .....	21

## SOBRE EL AUTOR

Sant Kirpal Singh, el místico más grande de nuestro tiempo, nació en Sayyad Kasran en el Punjab (ahora Pakistán), el 6 de febrero de 1894, en un sencillo hogar rural. Desde sus primeros años mostró un celo extraordinario por resolver los misterios de la vida. La búsqueda de Dios le condujo a investigar las pretensiones de muchos santos así como diferentes tradiciones religiosas, culminando con Su iniciación de manos de Hazur Baba Sawan Singh, el gran Santo de Beas, en 1924. Habiendo encontrado en este Santo a un verdadero guía, mostró una aplicación igualmente extraordinaria para alcanzar la difícil meta.

Durante veinticuatro años se sentó a los pies de Su Maestro, bajo cuya dirección culminó Su elevación interna, mientras llevaba al mismo tiempo la vida de un padre de familia y cumplía con sus obligaciones como Delegado Sub-Controlador de la Contabilidad de la Milicia. Al alcanzar la Meta Espiritual, después de la muerte de Su gran Maestro en abril de 1948, desplegó una viva solicitud por el bienestar de la humanidad. Se retiró primero a los Himalaya, donde pasó varios meses en casi continua absorción en Dios, *samadhi*. Al regresar al mundo, asumió su actividad de Guía Espiritual, según le había sido ordenado por Su Maestro antes de dejar el cuerpo físico, y desde entonces inició a más de 150,000 almas en la *Surat Shabd Yoga*, la Ciencia del Alma, la comunión constante con Dios, hasta su partida física el 21 de agosto de 1974.

Fundó la Confraternidad Mundial de Religiones en 1957, de la que fue Presidente Activo hasta 1971 y posteriormente fue Presidente Honorario. Fue el primero que sin ser

cristiano, recibiera la Condecoración de Oficial Mayor de la Augusta Orden de San Juan de Jerusalén, Caballeros de Malta.

Toda Su vida fue ejemplo de amor, sencillez y humildad y siempre estuvo accesible hasta para el más humilde de los buscadores de la Verdad, por muchas que fueran Sus obligaciones y Sus ocupaciones.

Para cumplir con Su misión espiritual, emprendió tres giras mundiales en los años de 1955, 1963 y 1972, abarcando en cada una varios países de Europa y América. En febrero de 1974 organizó la primera Conferencia Mundial por la Unidad del Hombre, que tuvo lugar en Delhi, India, con la asistencia de prominentes personalidades religiosas y políticas de todo el mundo; entre ellas el Vicepresidente de la India y la Primer Ministro Señora Indira Gandhi, además de 2,000 delegados internacionales y unas 50,000 personas de todas nacionalidades y credos.

A fines de julio de 1974 impartió Su última Iniciación a más de mil aspirantes al Sendero Espiritual. Pocos días más tarde, el 1º de agosto, habló en una Sesión del Parlamento de la India a petición de sus miembros, siendo la primera vez en la historia de la India que un dirigente espiritual fuera invitado a hablar en el Parlamento. Tres semanas más tarde se había ido del plano físico.

Sant Kirpal Singh, quien durante muchos años mantuvo encendida la antorcha de la espiritualidad en su carácter de Presidente de la Confraternidad Mundial de Religiones, en este pequeño libro y en los demás libros escritos por él, para beneficio de la humanidad emprendió la tarea de arrojar luz sobre temas que a través de los tiempos han desconcertado tanto a los buscadores de Dios como a muchos otros. Un cuidadoso estudio de cada tema puede tener el efecto de disminuir el temor aterrador que la contemplación de la muerte causa a incontables millones de personas, al adoptar medios que están respaldados por casi todas las religiones del mundo, especialmente por aquellas en las que Dios es el centro.

## INTRODUCCIÓN

Queridos hermanos y hermanas:

El Sr. Khanna me ha pedido que dé algún mensaje en el aniversario de mi natalicio. El día de mi nacimiento físico fue el 6 de febrero de 1894. La verdadera fecha de mi nacimiento es el día en que me senté físicamente a los pies sagrados de mi Maestro Sawan Singh, en febrero de 1924. Sin embargo, la fecha aún más verdadera es cuando renací en el Más Allá y conocí a mi Maestro en toda su gloria en 1917, es decir, siete años antes de conocerlo en la forma física.

Yo respeto todas las sagradas escrituras de todos los Santos que vinieron en el pasado, pues todas ellas fueron escritas por inspiración de Dios. Tuve la buena fortuna de sentarme a los pies de mi Maestro y lo que he recibido de Él se lo entrego a ustedes. Encuentro el mismo paralelo en todo lo que los Santos del pasado han dicho; la diferencia está en el idioma o en la forma de expresión, pero el tema tratado es el mismo. Ellos hablan sobre la manera de poder liberar nuestras almas de la mente y la materia y de cómo conocernos y conocer a Dios.

Al momento de la Iniciación, el Poder Maestro (*Satgurú*) implanta su forma radiante en el devoto. Él estará siempre con ustedes aún hasta el fin del mundo y les estará proporcionando toda ayuda posible. Nunca los abandonará ni los dejará.

A quien tenga su mente centrada en Él con plena fe, Él lo mantendrá en una paz perfecta. Hay esperanza para todos. El Poder Maestro viene al mundo a salvar a los pecadores y a ponerlos en el camino de regreso a Dios. A ustedes les corresponde ser siempre devotos y cumplir con Sus mandamientos; Él hará todo lo demás.

Dios es amor. Ustedes también son amor. El amor es el factor poderoso para encontrar a Dios. Aquél que no ama, no

conoce a Dios. Por tanto:

*“Amarás al Señor tu Dios  
con todo tu corazón,  
con toda tu alma  
y con toda tu mente.”*

Yo deseo que ustedes sean los hacedores del Verbo y no únicamente los oyentes, pues una onza de práctica tiene más valor que toneladas de teorías. Hay una gran necesidad de reformadores, pero no de otros, sino de sí mismos. Ustedes obtendrán la Divinidad como salario. A todos les deseo un progreso rápido en sus esfuerzos para caminar sobre el sendero de regreso a Dios que está dentro de ustedes mismos. Mi amor y mis mejores deseos están siempre con ustedes y siempre lo estarán.

El misterio de la vida se soluciona en la compañía de aquéllos que lo han solucionado por sí mismos. ¿Cómo se puede encontrar a un hombre así? El que ha solucionado este misterio les puede ayudar a encontrar esa misma Verdad.

Alguien le preguntó a Gurú Nanak cómo podría uno encontrar a un Maestro verdadero y genuino (Gurú), y por cuáles signos se le podría reconocer. Gurú Nanak contestó:

*“El cuerpo humano es el templo de Dios, y es por medio de ir hacia adentro, que puede uno encontrar a Dios. Hay un camino que va de esta casa del cuerpo físico hasta otra casa en el interior (el Nij Ghar o Sach Khand) que es la Casa Real y en ella encuentra el alma paz perdurable. El cuerpo humano es tan sólo como una casa rentada, que se nos da a nosotros temporalmente (es decir, durante el lapso de nuestra vida), hasta que el alma sea suficientemente sabia para ganar el acceso a su morada permanente de bienaventuranza eterna.”*

*“Bien, el Maestro real y verdadero es el que puede enseñarnos el camino hacia el Reino de Dios que está dentro de este cuerpo físico; y es el que lleve al alma de etapa en etapa hasta que alcance el Reino de Dios y vuelva a ser lo que antes era.”*

El cuerpo físico, al igual que cualquier cosa física, está sujeto al decaimiento y a la desintegración. Incluso este mundo sufre la Disolución. Únicamente el Reino de Dios (*Sach Khand*) es indestructible y eterno. El proceso de la destrucción alcanza hasta la región Triloki, o sea los tres mundos: el físico, el astral y el causal; y el proceso de la Gran Disolución llega hasta el más sutil de los planos causales, pero no puede llegar hasta *Sach Khand*, *Sat Lok* o *Mukam-i-haq*, como lo llaman los Mahometanos (*el nuevo Jerusalén* de los Cristianos), ya que es el verdadero Reino de Dios, como lo dijo Cristo. Por tanto, han puesto los Santos a *Sach Khand* como Su meta, la que está más allá de la Disolución y de la Gran Disolución.

Además, el verdadero Maestro o Satgurú, nos muestra el camino hacia el Reino de Dios. Nos dice que la Música Divina consta de cinco acordes o melodías que están constantemente sonando dentro del cuerpo. Esta continua *Sinfonía* es el eslabón que conecta a la Creación con el Creador. Es la escalera por la cual el alma tiene que subir paso a paso en la jornada ascendente al Reino de Dios. Esta Música es sumamente melodiosa y no se puede encontrar en la tierra algo igual a ella. Tiene una inmensa atracción y un encanto irresistible.

Las diversas melodías empiezan desde *Sahas Dal Kanwal* (*la Región de los Mil pétalos*) y llegan hasta *Sach Khand* (*el Verdadero Hogar*). El Alma Maestra le da un contacto al alma humana con el extremo más bajo de las Notas Musicales, además le da alguna experiencia interna del retiro de las corrientes sensorias del cuerpo, y ambas

experiencias tienen que desarrollarse mediante la práctica diaria (las meditaciones en la Luz y en el Sonido Internos).

El Maestro o Satgurú, viene al mundo con el tesoro del *Verbo (el Naam)*. Los Musulmanes le llaman *Nada-i-Asmani (la Música Celestial)* y los Cristianos la describen como *el Verbo*. El tesoro del *Verbo* no es la herencia de esta o aquella nación o comunidad en especial, ni de ningún país en particular, ni de ninguna religión, creencia o casta.

Repitiendo, este tesoro lo da libremente a todos un *Alma Maestra*, independientemente de las consideraciones arriba mencionadas. Un aspirante puede ser un Brahmin o Kshatriya, un Hindú o Musulmán, o cualquier otro individuo, pues esto no tiene importancia. Cada uno de nosotros puede aprender *el Arte de la Vida y la Ciencia de la Espiritualidad* para encontrar un camino hacia *el Reino de Dios*, que es la herencia común de todos y es la finalidad de la Vida.

Un Alma Maestra puede venir al mundo en cualquier vestimenta que escoja (cuerpo). Esto no tiene importancia alguna para el aspirante de la espiritualidad. Cualquier consideración sobre esto va a ser indudablemente un obstáculo y una desventaja real. Nuestra conexión con el *Alma Maestra* es de naturaleza puramente espiritual y no temporal.

El Santo Kabir, aún siendo un tejedor Musulmán, tuvo entre sus seguidores Rajput caudillos como Bir Singh y Bhaghail Singh. Similarmente, el Santo Ravi Das, de oficio zapatero remendón, tuvo a Mira Bhai una princesa Rajput y a Raja Pipa, en su sagrado rebaño. Todo lo que tenemos que averiguar es que el Maestro sea *Shabda Senahi* o sea *Uno con el Verbo*. Aquél que ama al *Verbo*, es el *Verbo Personificado* y puede darnos una experiencia de primera mano del *Verbo* o del *Principio del Sonido* para empezar. Él satisface estas condiciones; no deberíamos tener pretextos de ninguna índole para aceptarlo y aprender de Él la

### *Ciencia de la Espiritualidad.*

El Macrocosmos está en el microcosmos. El cuerpo humano es el prototipo del universo y mucho más que eso. En él hay millones de sistemas solares con sus soles, lunas y mundos girando. La más dulce de las músicas está también vibrando dentro de él, emanando del verdadero trono del verdadero Rey: Dios.

Un Santo Musulmán también se refiere a esto:

*“Cuando escuché los acordes encantadores de este Canto Celestial, entonces la Kaaba (el más sagrado de los lugares sagrados de adoración de los Musulmanes) y el templo de los idólatras) parecieron ser malas caricaturas comparadas con la saturación divina que el Canto Celestial me dio.”*

Maulana Rumi dice:

*“Los Santos son los verdaderos devotos de Dios, siempre escuchan la Música Divina internamente. Esto infunde vida a quienes aman a Dios.”*

Shamas Tabrez, otro Santo Musulmán, también dice sobre esto:

*“En todo momento viene desde el Cielo un raro tipo de llamado. Yo escucho esa Voz y nadie más. Benditos son en verdad quienes escuchan este llamado interno.”*

Este canto es único en su género. Ningún lenguaje puede describirlo: ni el turco, ni el árabe, ni el persa, ni ningún otro. De hecho es en sí un lenguaje no hablado y una Ley no escrita.

En una ocasión, el Profeta Mahoma declaró que Él escuchaba la *Voz de Dios* exactamente igual que cualquier otra voz. Y cuando se le preguntó por qué no podía ser oída por otros, Él dijo:

*“Ustedes no pueden escuchar esta Voz porque sus oídos han sido sellados. Apresú-*

*rense a ir con algún Alma Maestra con la súplica de que rompa el sello y después escuchan atentamente en el silencio del corazón.”*

La señora Annie Besant, la gran teósofa, le llama *La Voz del Silencio* y dice que ese silencio se hace audible cuando la mente está en perfecta quietud.

“*El Reino de Dios está dentro de ti,*” dice Cristo. La dificultad está en que lo buscamos en el exterior y no lo encontramos. El ser humano anda en busca de Dios y no ha escatimado esfuerzo. Lo ha buscado en los ríos sagrados (como el Ganges, etc.), en las nevadas cumbres de las montañas de Badrinath, Kailash, Amarnath, etc.; en los lugares más recónditos de los bosques y en los lugares sagrados de la antigüedad, pero sin tener éxito. Y puesto que el *Camino de regreso a Dios* está dentro de uno mismo, tendrán que encontrar a un Maestro que conozca el camino y sea un guía para ustedes hasta que alcancen la meta. Este trabajo sólo puede llevarlo a cabo un *Maestro de la Verdad* y nadie más.

Ahora surge la pregunta: ¿Dónde se puede entrar en contacto con la Música Divina? A esto el Maestro contesta:

“*Esta Música Divina está sonando en Sukhmana (un conducto central entre los dos conductos celestiales o sutiles llamados **Ida y Píngala**, que corren a cada lado de la espina dorsal y que pasando por el centro que está entre las dos cejas, llega directamente hasta Sach Khand o Shah Rag, como lo llaman los Musulmanes, o sea nuestro verdadero Hogar). Esta Música Divina puede ser experimentada en lo más profundo del alma, cuando capa por capa, las envolturas o cubiertas (la física o burda, la mental y la causal), van siendo quitadas del alma durante su viaje a las diferentes regiones o **Lokas**, que son: el sol, la luna, las estrellas, la de los espíritus (**Pithrian**), la de las deidades (**Devian**), etc.”*

En cada etapa, la música se va haciendo más cautivadora, hasta que en *Par Brahm* (más allá de las tres regiones o *Lokas*) el alma se vuelve luminosa en sí misma en su prístina gloria; entonces la música se vuelve extremadamente encantadora, en toda su magnificencia en una continuidad sin fin. Esto es el *Ajapa Jap* que está sonando eternamente en un lenguaje no hablado.

Cuando el alma la escucha, queda magnetizada, con el resultado de que la mente, con sus facultades que van hacia el exterior, queda paralizada por falta de la inspiración que está acostumbrada a sacar diariamente del espíritu; y gradualmente pierde el poder de detener al alma. Esta noble doncella (el alma, que es una gota del *Océano del Verbo, Sat Nam*), es liberada de la mente y de sus garras y se mueve ahora sin impedimentos.

Es en verdad imposible describir en palabras las sublimes Sinfonías que el alma escucha ahora, ya que van más allá de cualquier descripción por falta de expresión adecuada.

En la actualidad, todas las almas han adquirido la tendencia de fluir hacia abajo y hacia lo externo a través de las facultades externas, a causa de la constante asociación con la mente. Es por esto que el alma no puede acogerse a la *Corriente del Sonido (el Elíxir de Vida que está dentro de cada persona)*. Una taza colocada boca abajo puede permanecer bajo la lluvia durante siglos, pero no caerá en ella ni una sola gota de agua; pero si se le coloca boca arriba, se llenará con uno o dos chubascos. Lo mismo sucede exactamente en el caso del alma. En cuanto el *Alma Maestra* le da un contacto con la vivificante *Corriente del Sonido*, colocándola en posición correcta mediante el retiro de las corrientes sensorias, la copa del espíritu, semejante a la flor de loto, recibe más y más del *Agua de la Vida, de la Inmortalidad*, hasta que se impregna totalmente y es salvada para siempre.

La mente, ustedes lo saben, siempre anda tras los placeres de una y otra clase; pero los placeres de este mundo son transitorios y tienen siempre un agujijón en el fondo. Un poeta inglés dijo: “*Nuestra risa más sincera, lleva en sí algo de dolor.*”

A esta renegada mente sólo se le puede subyugar si se le da algo de placer interno de los encantadores acordes de la *Música Divina del Verbo*, a cambio del placer externo. Cuando la mente saborea el dulce elixir, entonces se aparta de los placeres mundanos y queda dominada.

Este es el único remedio mediante el cual los sabios controlan a la mente, y siempre ha sido eficaz en todas las eras: en la de Oro, en la de Plata y en la de Cobre, y sigue siendo eficaz ahora en la Era de Hierro o *Kali Yuga*.

El *Verbo* o *Sat* es eterno. Lo fue en el comienzo, lo fue entre una era y otra y lo será eternamente. La *Música Divina del Verbo*, del *Sat*, es pues el remedio total para aquietar la mente. Con el tiempo, por medio de la práctica regular de la meditación, el alma se absorbe completamente en el *Elixir del Verbo*, y la mente se entrega finalmente, de manera absoluta e incondicional.

Como se dijo antes, la *Corriente del Sonido* comienza desde Turya Pad (estado de súper conciencia del primer plano espiritual donde hace el alma su primer contacto con el Verbo) cuando habiéndose retirado del cuerpo las corrientes sensorias, el alma penetra en el *Más Allá*. Los cinco acordes en serie se siguen el uno al otro y de un plano espiritual al otro, hasta llegar a *Sach Khand*, el *Verdadero Hogar Del Alma*. La persona iniciada debe acogerse a cada uno de estos acordes o melodías para atravesar los planos espirituales, uno tras otro, hasta alcanzar la etapa final. Es únicamente aquí adonde la salvación del alma queda asegurada y con ello termina el ciclo de naci-

mientos y muertes. Este es el gran propósito de la vida, el cual logra uno por medio de la Gracia del *Maestro o Alma Maestra*.

El Santo Maestro Shamas Tabrez dice:

“*El Gran Dios nos hizo salir y cerró fuertemente la puerta detrás de los ojos. Ahora, Él mismo viene por nosotros con vestimenta de hombre para llevarnos de regreso a su rebaño.*”

El método por medio del cuál Él nos deja entrar nuevamente, se explica así:

Primero tiene uno que retirarse al silencio del alma antes de que empiece a escuchar los cinco acordes de la *Música Celestial*. Las corrientes sensorias tienen que ser retiradas del cuerpo y ser concentradas en el aposento del alma que está justo detrás y entre las cejas. La jornada hacia adelante empieza desde este nivel, el séptimo en orden de abajo hacia arriba. Cuando el alma se eleva por encima de los seis *Chakras* o ganglios inferiores del cuerpo físico o *Pind*, y alcanza el loto de los mil pétalos (*Sahas Dal Kanwal*), la séptima etapa, se acoge al primero de los cinco acordes de la *Música Divina* y sigue adelante. No hay *Verbo* o *Naam* en los seis *Chakras* inferiores, los cuales son en verdad el sepulcro del que tenemos que elevarnos y llegar al punto desde donde empieza el gran camino principal de la espiritualidad.

Otro Santo dice:

“*En la séptima etapa empiezas a escuchar los cinco acordes de la Música Divina, cuando retiras la lápida que encierra al alma en la tumba del cuerpo, la cual incluye los seis Chakras inferiores. De aquí en adelante, la Música Celestial se hace cargo del alma y la jala de etapa en etapa hasta llevarla al Sat Purush, al Sat Naam (adonde comienzan las Regiones Eternas donde reside Dios).*”

Casi todos los Santos han hablado de las mismas cualidades que distinguen a un Maestro Verdadero. Gurú Arján dice:

*“Acepta como Maestro al hombre que te pueda dar una experiencia de la Verdad, del Verbo, del Naam. Eso es indescriptible sin duda, pero debemos tener algún contacto con eso.”*

En resumen, aquél que nos pueda sintonizar con el *Verbo* o *Música Divina*, es un Maestro. Kabir también habla en los mismos términos:

*“Tenemos tantos santos grandiosos y yo los respeto a todos, pero aquél que sea UNO con el Verbo y nos pueda conectar con eso, sobrepasa a todos, y mi mayor aprecio es para Él.”*

Swami Shiv Dayal Singh también habla en la misma forma:

*“Un Gurú (Maestro) es el que tiene amor por el Verbo (Shabd), y no practica otros métodos excepto ese. Quien practica el Verbo es un Maestro Perfecto. Siéntate a Sus pies y Él te dará el contacto con el Verbo.”*

Aquél que es el *Verbo* personificado, que fue el *Verbo* hecho carne y habitó entre nosotros y nos puede poner en contacto con ese *Verbo*, es sumamente apreciado por los Santos. Todas las Escrituras Sagradas tienen gran cantidad de hojas donde hablan de Sus grandezas.

Tan sólo por la Gracia de Dios, puede un alma (*jiva*) entrar en contacto con un *Alma Maestra* o *Guía* que esté bien versada en la *Ciencia del Alma* (*Surat Shabd Yoga*). El Maestro, con infinita compasión, pone a esa alma en Su rebaño y la enlaza con la *Corriente del Sonido* y la pone así en el *Sendero de la Liberación Final*. Gurú Nanak dice que es un admirador de la persona que alcanza su Verdadero Hogar en esta forma.

El curso de la *Surat Shabd Yoga* es descrito por Gurú Nanak como el más natural. Lo pueden practicar tanto el hombre como la mujer y los niños, tanto los jóvenes como los ancianos, todos por igual. Incluso un niño puede practicarlo con facilidad. Está diseñado por Dios mismo y no por alguna intervención humana; por eso no admite adición, alteración o modificación de ninguna clase.

Es la Ley de Dios que nadie puede llegar a Él si no es por medio de un *Alma Maestra*. Esto lo han dicho casi todos los Santos que han venido hasta ahora.

El Maestro nos enseña cómo retirarnos del cuerpo para entrar en contacto con la *Corriente del Sonido*, con el *Verbo Interno*. Hay muchas maneras de retirarse del cuerpo, pero **la que recomiendan los Santos es la más natural y la más rápida, y esto se logra por medio del Simran, o sea, con la repetición de los Nombres de Dios.**

Por tanto, me gustaría explicar en detalle algo sobre este tema que es muy importante, ya que es el primer paso para ir hacia arriba internamente. En lo que respecta al *Verbo* o *Naam*, ya he dado una charla por separado. Ahora hablaré del Simran.

## Simran

Todos en el mundo están haciendo *Simran* de una clase u otra. El hecho es que nadie puede estar sin hacerlo: Un ama de casa, por ejemplo, está pensando todo el tiempo en las necesidades de la cocina como harina, arroz, lentejas, especias y pimienta, o lo que de estas cosas necesite; piensa en recetas para nuevos platillos y antojitos. De igual manera, el campesino anda pensando siempre en arar la tierra, en cultivar los campos, en sembrar las semillas, etc., o en su ganado y el forraje. Un tendero se preocupa por su almacén y está atento en subir o bajar

los precios de la mercancía que maneja y estudia cómo puede obtener buenas ganancias en su negocio. Un profesor de escuela sueña igualmente con su escuela, las clases, los alumnos y las lecciones que debe dar, su atención está en todo esto. Igualmente, un constructor está ocupado en los problemas del trabajo, en el material y en los diferentes procesos de construcción.

Así, todos estamos constantemente preocupados o atentos en una cosa u otra. Esta íntima asociación deja una huella en la mente humana, la cual con el tiempo se va haciendo suficientemente indeleble y lleva a una completa identificación del asunto con la persona, y por eso se dice:

“En lo que piensas, en eso te conviertes,” o  
“Adonde está la mente,  
ahí estás tú también,”

sin importar adonde se encuentre tu cuerpo físico.

Siendo este el caso, los Santos toman a la persona y la guían desde el punto de menor resistencia: Como nadie puede estar sin hacer *Simran*, los Santos tratan de cambiar en la persona un tipo de *Simran* por otro.

Ellos substituyen el *Simran* del mundo y de las relaciones y objetos mundanos, por un *Simran* de los Nombres de Dios o Verbo. Así como el primero conduce a la distracción de la mente, el último lleva hacia arriba, hacia lo celestial, conduciendo a la paz de la mente y a la liberación del alma. Se han prescrito de tres a cuatro horas diarias como mínimo para hacer *Simran* y debe acrecentarse este tiempo gradualmente. Las *Almas Liberadas* o *Mahatmas* no dejan de hacer *Simran* ni por un solo momento.

Como todo esto es un proceso mental (pues se tiene que hacer con la *lengua del pensamiento*), ninguna labor física o manual puede interferir en ello.

Con el tiempo se vuelve automático

las veinticuatro horas del día, como el tic-tac del reloj. Mientras las manos están ocupadas en el trabajo, la mente descansa en el Señor.

Ahora les daré algunos detalles de la fórmula prescrita para hacer *Simran*, o sea, la *Repetición de los Nombres de Dios*.

Todas las personas están ocupadas en hacer *Simran* en una forma u otra. Algunos hacen *Simran* por medio de un rosario. En esta clase de *Simran* uno no puede mantener una atención indivisible, pues mientras se está haciendo tiene uno que pasar una tras otra las cuentas del rosario entre los dedos y volver al punto de partida para completar el círculo del rosario. De esta manera no puede uno tener una devoción singular (única), por lo que no se puede obtener provecho. Con la práctica constante, los dedos automáticamente hacen circular las cuentas, mientras la mente sin control sigue vagando en el exterior. Por eso es que los Maestros hacen siempre énfasis en el *Simran mental*, o sea, el que se hace con la lengua del pensamiento, ya que el *Simran* que se hace con la atención concentrada es el único que es de beneficio.

Hay personas que hacen *Simran* con la lengua (de la boca). Este tipo de *Simran* no es mejor que el que se hace con ayuda de un rosario. En esta clase de *Simran* la lengua se mueve en la boca, mientras que la mente sigue todo el tiempo desenfrenada.

Algunos hacen *Simran* en el asiento de la glándula tiroides (en la garganta o cuello). Tampoco esto es de mucho valor a no ser que se haga con la atención fija en ello.

Algunos hacen *Simran* en el asiento del corazón, al compás de su constante palpar, pero igualmente tiene que hacerse con atención total y exacta antes de que uno pueda esperar algún beneficio. Otra clase de *Simran* es el que se hace con la vibración del aliento de los aires vitales, conforme van hacia adentro y hacia afuera; esto sólo pro-

porciona quietud temporal y es de poco valor.

Cada una de las prácticas (*Sadhans*) arriba mencionadas, tiene mayor eficacia en orden ascendente que la inmediata anterior, pero ninguna de ellas en sí es suficiente y verdaderamente eficaz a no ser que se haga con la atención no dividida. Una persona podrá experimentar un poquito de calma por algún tiempo, pero no puede ayudar al espíritu a retirarse y concentrarse en el asiento del alma que está justamente entre y detrás de las cejas.

Por lo tanto, en todas las épocas y en todos los climas, las *Almas Maestras* han ido a la verdadera raíz del asunto: el descubrimiento del propio ser llamado *Atma-Siddhi*, la experiencia del *Incambiable*, más allá del tiempo, del espacio y de la causalidad; lo más sutil, lo más elevado, lo más noble, lo más puro y lo más potente de la creación entera, y han recomendado el *Simran* del más alto orden, el que se hace *mentalmente* en el terreno divino, frente al umbral de la puerta misma de Dios, sobre la cual Cristo dice:

“Toca y se te abrirá.”

El Evangelio dice también con respecto a la atención concentrada:

“Si tu Ojo es singular,  
todo tu cuerpo será llenado con Luz.”

A este *Ojo Interno* se le denomina en sánscrito *Shiv-Netra* o *Dev-Drishti*. Los Musulmanes lo describen como *Nukta-i-Sweda*. Un gran poeta romántico, William Wordsworth, se refiere a él como el *Ojo Interno*.

Los Santos Musulmanes clasifican al *Simran* o *Zikr* en cinco categorías:

1. *Zikr-i-Lassani* o *Zikr* que se hace con la lengua. También se le llama *Kalma-e-Shariet* o *Na-sut*.

2. *Zikr-i-Qalbi*, el que se hace con Qalb, o sea, en el asiento del corazón mediante el proceso de controlar la respiración (*Habas-i-Dam* o *Pranayama*). Técnicamente se le llama *Kalma-i-Tariqat* o *Malqut*.
3. *Zikr-i-Ruhi*, que es el que se hace con total atención, y es conocido como *Kalma-i-Marefat* o *Jabrut*.
4. *Zikr-i-Siri*, el que conduce a la morada o secreto de la Realidad. Este es llamado *Kalma-i-Haqiqat* o *Lahut*.
5. Por último, *Zikr-i-Khaffi* o el que abre la puerta secreta. Se le llama *Hahut*.

Maulana Rumi, un Santo Musulmán, al hablar de *Zikr* o *Simran*, considera entonces que el único *Zikr* y que es del tipo más elevado, es el que ayuda a manifestar la *Realidad Interna*, o sea: *Zikr-i-Ruhi*, en oposición a *Zikr-i-Lassani*. Similarmente, Rishi Sandilya en su *Upanishad*, nos dice que el *Simran Bekhri* (hecho con la lengua) es bastante bueno, pero que el *Upasu* (hecho lentamente con la respiración) es mejor aún, mientras que el *Manski* (hecho mentalmente con la lengua del pensamiento) es el mejor y está por encima de todos los demás.

## EL ASIENTO DEL SIMRAN

Ahora tenemos que ver adónde se tiene que hacer la repetición del *Verbo* o *Naam*. El terreno divino adonde se debe hacer el *Simran* es el centro entre las dos cejas y detrás de los ojos, denominado de diversas maneras: *Tercer Ojo*, *Tisra Til*, *Shiv-Netra* o *Mukta-i-Sweda*. Es la entrada que conduce a los planos sutiles. Cuando

estamos despiertos es el aposento del espíritu o psiquis y está situado por arriba de los seis ganglios o *Chakras* físicos. Tenemos que trascender tanto el plano astral como el causal arriba del plano físico. Los yoguis cruzan los seis centros físicos uno por uno, hasta que los atraviesan completamente y se elevan arriba del plano físico.

Ahora bien, en vez de descender hasta los ganglios más bajos o inferiores y luego ir de nuevo hacia arriba atravesándolos en la jornada ascendente, resulta mucho más fácil y mejor si uno empieza el viaje justo desde el *Asiento del Alma* (el *Tercer Ojo*), el cual está detrás de los ojos, en estado consciente (despiertos). La forma más fácil de retirar al espíritu del cuerpo hasta su propio aposento, es por medio de algún *Simran* mental, como el que prescriben las *Almas Maestras* (los *Maestros Perfectos*).

## LOS NOMBRES BÁSICOS DE DIOS

Veamos ahora qué es *Simran* y cuál es la relación entre el Nombre y el Nombrado. Para el *Simran* hay dos clases de nombres: el original y el derivado. Generalmente las personas hacen *Simran* de uno u otro derivado o de un atributo de los *Nombres de Dios*, según el gusto de cada individuo. Esto puede ser bueno y ayuda hasta cierto punto, pero no puede funcionar como un “*Ábrete Sésamo*” en los planos internos espirituales más elevados.

Las *Almas Maestras* siempre hacen y recomiendan un *Simran* del tipo más elevado, es decir, del original de los *Nombres Básicos de Dios*, pues estos abren puertas encantadas y nos presentan vistas que conducen a reinos espirituales dentro del cuerpo. Estos *Nombres* están cargados y electrificados con la transferencia de pensamiento que generalmente los acompaña, cuando un *Maestro Perfecto* los comunica a un aspirante. Como están magnetizados, tienen el poder de

atraer al espíritu de la persona (alma) y llevarlo hacia arriba a los planos con los que están relacionados. Las palabras injertadas, cargadas con el *Divino Espíritu del Maestro*, muy pronto dan fruto.

Refiriéndose a esto, dijo Cristo:

*“Yo soy la vid y ustedes son las ramas,  
y así como las ramas  
no pueden hacer nada sin el árbol,  
ustedes no pueden hacer nada sin mí...  
Acepten morar en mí  
y que mis palabras moren en ustedes.”*

Además, los *Nombres Básicos de Dios*, estas palabras encantadoras del Maestro, tienen el poder de dispersar las fuerzas de la oscuridad que pueden asaltar a un espíritu en su jornada hacia arriba. El *Simran* (la repetición) de estos *Nombres* ayuda al alma tanto en el plano físico como en el supra físico (en los planos del *Más Allá*), uno tras otro. Por lo tanto, es imperativo que el *Simran* se haga con los *Nombres* que otorgue el Maestro, pues están cargados con una tremenda potencia espiritual, contra la cual las fuerzas negativas difícilmente pueden competir y de la cual huyen como si los persiguiera un hechicero.

Inmortales y eternas como son estas palabras del Maestro, confieren vida impeccedera al alma en la cual penetran y echan raíces. La muerte no puede acercarse a un alma así. Por eso se dice:

*“No tomen el nombre de Dios en vano.”*

Todo nombre tiene su propio significado, influencia, energía y poder. Si pensamos en “*hielo*,” nos viene el recuerdo de lo frío que es y del escalofrío que produce; pensar en “*fuego*” trae a la mente sus atributos de llamas y calor; la palabra “*abogado*” sugiere juzgados y litigios; y la palabra “*doctor*” evoca escenas de hospitales, pacientes, botiquines médicos, etc.

Es bien sabido que :

*“Según lo que piensan,  
en eso se convierten.”*

Se dice que el pensamiento es la clave del éxito. Existe siempre un fuerte lazo entre el nombre y lo nombrado; y mucho mayor y más fuerte es este lazo entre Dios y Sus Nombres. Podemos decir que Dios mismo vive y mora en Sus Nombres (los Básicos y Originales y no los derivados o atributivos).

El *Simran* de los *Nombres Básicos de Dios* tiene una influencia inevitable sobre la mente. Esto lleva a la contemplación, *Dhyan*, haciendo que el espíritu se olvide del mundo y de los objetos mundanos. Durante la meditación nada permanece excepto el *Simran* concentrado, y del silencio profundo del corazón (*Hriday Kamal* de los *Santos*, es decir, el terreno divino detrás de las cejas) emana incesante la *Corriente del Sonido*, que ayuda a jalar al espíritu hacia arriba, retirándolo del cuerpo (naturalmente sin romper el cordón de plata) y lo guía en su jornada hacia adelante, al interior de diversos reinos espirituales. *La Forma Luminosa y Radiante del Maestro* siempre se mantiene con el espíritu (alma) de la persona, ayudándolo y guiándolo a cada paso.

Este *Principio del Sonido* es el eslabón entre Dios y el ser humano, y de esta manera se establece una unión y una relación indisoluble entre el Creador y su Creación. A esta *Corriente del Sonido* la describen varios sabios de diferente manera. Los *Vedas* hablan de ella como *Sruti* (*“Lo que se oye internamente”*); los *Upanishads* la describen como *Nad* o *Udgit* (*“El Canto del Otro Mundo”*); los Musulmanes la llaman *Bang-i-Asmani* o *Kalma*; en el *Gurbani* tenemos referencias al *Shabd*; y en el Evangelio se hace mención a ella como el *Verbo*. Los Zoroastrianos la llaman *Sarosha* y los franceses le han dado el nombre de *Elan-Vital* o *La Corriente de Vida*.

Una vez que la conciencia echa raíces en este *Principio del Sonido* o *Voz del Silencio*, queda asegurada para el espíritu la vida imperecedera.

*No hay otro camino hacia Dios más que éste, y sólo puede alcanzarse por medio del Simran (la repetición mental) de los Nombres de Dios.*

*“Toca y se te abrirá,”*

es lo que predicán los Evangelios. Emerson lo llamó *“Penetrar en el Interior.”* Este *“tocar”* y *“entrar”* es posible cuando por medio de este *Simran* la mente se aquieta y el espíritu es retirado y concentrado ante la Puerta misma de Dios.

Este es entonces el camino según lo ordenó Dios Mismo, pero nadie puede encontrarlo sin la ayuda del *Alma Maestra*; de un adepto de la Ciencia de la Espiritualidad, no sólo en la teoría como *Yog Valik*, sino en la práctica también, como *Ashtavakra*, alguien que haya trascendido todos los planos (el físico, el astral o sutil, el causal y aún más allá de estos), y que tenga la Comisión otorgada por Dios de guiar a otras almas hacia Él.

## CÓMO HACER SIMRAN

Para hacer *Simran* se tiene que adoptar una postura conveniente, cómoda y después fijar la atención en el terreno divino entre las dos cejas y detrás de los ojos.

El *Simran* es un proceso completamente mental y se tiene que hacer mentalmente con la lengua del pensamiento, mientras que la facultad contemplativa tiene que fijarse en el punto que está justo detrás y entre las cejas, como se dijo antes.

Las *Palabras* o *Nombres* que da el Maestro al momento de la *Iniciación*, deben repetirse despacio, mentalmente, con

la lengua del pensamiento. Debe hacerse sin que cause tensión o presión alguna en la frente.<sup>1</sup>

La práctica debe empezarse con media hora o algo así, como sea conveniente, pero con el tiempo debe acrecentarse a dos o tres horas diarias o más aún. El *Simran* de los *Nombres Sagrados* hace que la mente vaya hacia adentro y la separa gradualmente de pensamientos y asuntos mundanos, hasta que queda quieta y equilibrada.

Algunas personas hacen *Simran* con los ojos cerrados y otras con los ojos abiertos. Lo primero, en algunos casos, lo sume a uno en somnolencia y lleva a lo que se puede llamar *Yoga Nidra*, y lo segundo, en algunos casos mantiene a la mente entretenida en lo que le rodea. Por eso debemos cuidarnos de ambos peligros. El *Simran* hecho con los ojos cerrados es preferible, siempre y cuando uno conserve una conciencia completa. Debe hacerse regularmente todos los días a una hora fija.

Hafiz, un poeta Sufí de Persia, dice:

*“El único trabajo es orar (Simran),  
sin tomar en cuenta si la oración  
es aceptada o no.”*

Esto significa que deben recordar al Señor internamente sin ninguna idea de recibir esto o aquello. Tenemos que dejarlo todo al Señor o al Maestro que está trabajando desde arriba.

Así como necesitamos alimentos para

el cuerpo, de la misma manera necesitamos alimentos para el alma. Somos muy cuidadosos en darle alimento al caballo (al cuerpo), pero matamos de hambre al jinete, al espíritu, a la *Fuente Dadora de Vida* que vivifica al cuerpo, y sin la cual, éste no tiene ningún valor. Tenemos que proveer alimento al espíritu con mayor regularidad y más a tiempo de lo que lo hacemos con el cuerpo, sin importar dónde estemos, ya sea en casa o afuera, sin importar cuáles sean las circunstancias. Esto debe ser para nosotros lo primero y lo más importante.

El *Simran* del *Verbo* o *Naam* es un elixir de Vida y es, de hecho, la panacea para todas las enfermedades, ya sean físicas, mentales, accidentales o destinadas. Es un alimento para el espíritu, y cuando él esté fuerte y saludable, cargará al cuerpo con *Corrientes de Vida y de Luz (Elan Vital)*, dispersando toda oscuridad de la cabeza a los pies. Es el *Pan de Vida* del que habló Cristo cuando declaró que no se puede vivir sólo de pan.

*“Pero sí pueden vivir  
con sólo el Nombre de Dios.”*

El *Simran* y el *Dhyan* (las meditaciones) inundan al espíritu con las *Aguas de Vida*. El espíritu se retira del cuerpo y se concentra en su asiento, se eleva en su latente divinidad y como una tumultuosa corriente que baja de la montaña, se precipita hacia el *Océano de Vida* que es su fuente perpetua y se sumerge en él perdiendo su identidad separada de Dios.

No hay limitación en cuanto a tiempo y lugar para hacer *Simran*. Se puede hacer en cualquier lugar y a toda hora; sentado o de pie; caminando o acostado; pero tiene que hacerse en estado consciente, de vigilia. Las primeras horas de la madrugada (*Amrit Vela*) constituyen el mejor momento para hacer *Simran*. Una cena ligera y frugal consistente en fruta y leche, y una limpieza

<sup>1</sup> Esta clase de meditación es solamente para personas ya iniciadas en esta Ciencia del Alma o Sendero de los Maestros, en virtud de que las personas obtienen al momento de su Iniciación la protección de los Cinco Nombres de Dios (*Simran*) que las protegen en los planos internos. Sin esta protección y la guía de un Maestro Perfecto nadie puede atravesar con éxito y sin riesgos el camino de regreso a Dios. A todos los sinceros buscadores de la Verdad se les recomienda entrar en contacto con alguno de los Centros Autorizados que imparten estas enseñanzas, para que puedan obtener la Sagrada Iniciación gratuitamente. De este modo podrán disfrutar tranquilamente y con seguridad sus meditaciones.

con agua de nuestro cuerpo por la mañana para prepararlo para recibir a Dios, son una ayuda para ir en la dirección correcta.

La pureza de pensamientos, palabras y acciones cuentan mucho para tener éxito en la disciplina espiritual (*Sadhan*), porque la vida ética precede a la vida espiritual, y es, de hecho, el terreno sobre el cual tiene que levantarse la estructura espiritual. Para un padre de familia es muy necesario observar una disciplina estricta en su vida, en cuestión de dieta, bebidas y lenguaje. Además, el *Simran* debe hacerse despacio, y las palabras deben repetirse o pensarse con claridad.

Todo el proceso debe llevarse a cabo con amor, devoción y atención singular y exacta para asegurar resultados rápidos. Cuando se hace cuidadosamente durante algún tiempo, invade al espíritu un estado de saturación divina y se experimenta una bendita calma. Todos los pensamientos mundanos se desvanecen como nubes en el aire y el espíritu se siente libre de todo lo que atañe al cuerpo, siendo irresistiblemente jalado o atraído hacia arriba por el invisible *Poder del Maestro*. Al retirarse así de los planos sensoriales, se concentra en su propio asiento, la *Luz Interna* alborea y una por una se van revelando, experiencias espirituales: como un firmamento lleno de estrellas, la luna y el sol. Uno encuentra frecuentemente referencias de estas cosas en todas las escrituras, tanto antiguas como modernas, como en los Vedas, en los Upanishads, en el Sagrado Corán, en el Gurbani, en los Evangelios, etc. Los profetas Mahoma y Moisés hablan de las diversas *Luces Internas*. En el Evangelio se hacen repetidas referencias al *Trueno* y al *Relámpago* en conexión con *La Voz de Dios* que habló a los profetas.

Cuando el espíritu atraviesa estas etapas iniciales y llega al plano sutil, aparece internamente la *Forma Luminosa del Maestro*, que toma al alma del iniciado bajo su cuidado y la guía en su viaje espiritual de

plano en plano. Con el advenimiento interno del Maestro, el trabajo de hacer *Simran* concluye y el alma aspirante queda totalmente en las manos del *Alma Maestra*.

Gurú Arján, el quinto Gurú de los Sikhs, ha hecho un brillante relato de los resultados que puede tener el ser humano al estar en el dulce recuerdo del *Verbo* (hacer *Simran* constante mentalmente). Él enfatizaba a las personas lo importante que es recordar al *Señor* todo el tiempo, y lo hacía de tantas maneras como solían hacerlo los *Santos* del pasado.

Son muchos los nombres con los que se hace referencia a la *Realidad Única*, y nuestro objetivo y nuestra meta son comunes.

*“Tenemos que empezar por el nombre y conectarnos con el Nombrado.”*

A menos que establezcan contacto con el Nombrado no podrán obtener el beneficio completo de las palabras que repitan. Por ejemplo, ustedes dicen “*agua*” en Español, “*water*” en Inglés, “*aqua*” en Latín, “*pani*” y “*asb*” en Urdú y Persa; “*jal*” y “*nir*” en Hindi, pero con la sola repetición de estos nombres no pueden calmar su sed. Sólo bebiendo el líquido al que se denomina con tantos nombres, es como su sed se apagará.

El hacer *Simran* del mundo y lo que a él concierne, ha tomado posesión de nosotros en tal forma, que nos hemos convertido en parte del mundo y su ambiente. Tenemos que usar los mismos métodos para poder eliminar todos los pensamientos mundanos desde el interior, recordando al *Señor* dulcemente con los *Nombres* que hasta ahora le han adjudicado los *Santos*.

Hay entonces dos clases de usos del *Simran*:

- Uno es para retirarse del cuerpo físico por medio del *Simran* o repetición

mental de las *Palabras* o *Nombres Cargados* que da un Maestro Competente.

- Y el segundo es para expulsar al mundo y a sus pensamientos de nuestro interior con el constante recuerdo del *Señor* en tantas formas como se ha prescrito, y cuya descripción se ha dado en detalle anteriormente.

## CÓMO DESCRIBE KABIR EL SIMRAN

He dado un resumen de todo el tema que trata del Simran. No estará fuera de lugar mencionarles las palabras de los diferentes Santos sobre este tema. Ahora les mencionaré lo que decía el Santo Kabir:

*“Reconfortante es el Nombre de Dios.  
Cura todas las enfermedades,  
y además el recuerdo del Nombre de Dios  
conduce hacia Él.”*

Kabir dice también:

*“En medio de amor elevado,  
en medio del rico y del pobre,  
grande es quien reza  
y más grande aún  
es quien lo hace sin motivo.”*

La riqueza y el poder mal adquiridos difícilmente forman al ser humano. Tanto la riqueza como la pobreza son transitorias. El que hace *Simran* está muy por encima de toda la humanidad y es mucho más bendecido que todo el resto. La mayoría de la gente ansía cosas mundanas. Algunos están deseosos de tener hijos, otros ansían riqueza y aún otros van tras nombre y fama. El Padre bondadoso, naturalmente, les concede a todos lo que le piden en sus oraciones; pero por otra parte, una persona que hace Simran no pide nada, sino que busca a Dios por Dios mismo

y por consiguiente es la máxima gloria para él.

En una ocasión, Akbar, el gran emperador mongol, yendo a caballo perdió el camino y sintió sed. Le pidió agua a un campesino que estaba cerca de un pozo. El campesino ató el caballo a un árbol y al emperador le dio comida y agua sin tener idea de quién era. Al rey le complació mucho su hospitalidad y le dijo quién era, pidiéndole que fuera a verlo si algún día tenía necesidad de algo. Después de un tiempo, el campesino tuvo la oportunidad de visitar la ciudad y fue a ver al rey, como éste le había pedido. Al llegar al palacio real se encontró con que el rey estaba ocupado orando y al final de su oración pidió a Dios por la paz y prosperidad de su reino. Al escuchar esto, el campesino se sintió humillado por haber venido a pedir a un limosnero, pues él también podía pedir directamente al Supremo, quien escucha por igual las oraciones de los ricos y los pobres.

Gurú Nanak ha dicho: *“¿Por qué hemos de pedir a Dios cosas del mundo?”* Todos aquellos que aman al cuerpo y lo concierne a él, van camino al infierno, pero quien haga *Simran* sin motivo, es verdaderamente grandioso. Nosotros generalmente pedimos por el cumplimiento de nuestros deseos y anhelos. Mientras que un hombre o una mujer estén llenos de estos deseos, el cuerpo humano, lejos de ser un templo de Dios, es una morada de Satanás, así, Kabir dice que Dios ama a quienes aman sólo a Dios, no por otra cosa sino por amor a Dios. Esto mismo se encuentra en las escrituras de los Sikhs:

*“¿Qué debo pedir? No hay nada perdurable en todo el mundo. Yo veo que el mundo entero se está consumiendo.”*

Kabir dice:

*“En el dolor oramos a Dios, en el placer nos olvidamos de Él. Si pudiéramos orar durante el placer, los sufrimientos no*

vendrían.”

Nosotros sólo recordamos a Dios cuando estamos agobiados por todos lados. Es la aflicción y no la abundancia lo que nos vuelve hacia Dios. Si no nos olvidáramos de Él en la prosperidad, nunca nos llegaría la adversidad. *Los tiempos difíciles sólo vienen como resultado de pecados cometidos al olvidar al Señor.* El *Simran* o el constante recuerdo de Dios es un tónico para el alma. Hace que la fuerza de voluntad se fortalezca de día en día. Por severas que sean las dificultades y pruebas, ya no pueden intimidarle a uno. Con semblante sonriente pasa por las tormentas del destino sin ser dañado. El *Simran* es la panacea para todos los males del mundo. Es un remedio potente y hace milagros para quitar las preocupaciones cuando todos los esfuerzos humanos fallan. *Una persona de Simran (que ha hecho de la repetición mental del Simran una devoción en su corazón), nunca tiene preocupaciones o ansiedad alguna.*

Para que el *Simran* sea muy efectivo, tiene que ser constante e incesante. En una ocasión, Moisés, el profeta de los Hebreos, sintió que él era la más devota de las criaturas de Dios. Con una actitud mental egoísta, le preguntó a Dios si había en el mundo un devoto más grande que él. El Dios Supremo le dijo a Moisés que entre sus devotos estaban incluidos muchos pájaros y animales aparte de los seres humanos. Señalando a un pájaro solitario en la selva, Dios le dijo a Moisés que se acercara a ese pájaro si quería conocer las profundidades de la devoción. Como Moisés no conocía el lenguaje de las aves, Dios le dotó con ese entendimiento para que pudiera tener una plática con el pájaro. Moisés se aproximó al pájaro y le preguntó cómo estaba. El ave le contestó que, ocupada como estaba en el recuerdo constante (*Simran*), no podía permitirse ningún tiempo para una conversación inútil, salvo por amor al Bienamado que le había enviado a Moisés.

Después le preguntó el profeta al pájaro si tenía algún problema en el que pudiera prestarle ayuda. El pájaro le contestó que no tenía ningún problema, pero que si quería el profeta hacerle un favor, le pedía que le trajera más cerca el manantial de agua que brotaba a cierta distancia, ya que el volar hasta él para calmar su sed interfería con su *Simran*. Este incidente rebajó el orgullo de Moisés.

Gurú Nanak también habla de este modo:

*Si yo te olvido, oh Dios, aunque sea por una fracción de minuto, representa esto para mí más de cincuenta años.*

Dice también:

*“Sólo está vivo aquél que está en constante recuerdo de Dios; todos los demás es como si estuvieran muertos.”*

El *Simran* tiene que hacerse a toda costa. El constante recuerdo de Dios vivifica al devoto. Gurú Nanak dice:

*“Si te recuerdo, yo vivo.  
Cuando te olvido,  
para mí es como la muerte.”*

Hay muchos recursos para desarrollar la concentración. Algunos permanecen de pie durante horas y horas. Otros mantienen sus brazos alzados. Algunos se ocupan de ejercicios respiratorios como el pranayama y otros duermen sobre clavos o se sientan bajo el ardiente sol con cuatro fuegos encendidos a su alrededor (es decir, *Panch Agni Tap* o la austeridad de los cinco fuegos). Pero todos estos métodos son artificiales. El *Simran*, o sea la remembranza de Dios, es el único método natural y el más fácil de seguir y desarrollar. Puede ser practicado con igual facilidad tanto por los jóvenes como por los ancianos, en el hogar de uno, entre amistades y familiares y en el trabajo.

Kabir sigue diciendo:

*“Olvidados de la oración en el placer,  
oramos únicamente en el sufrimiento.”*

Y dice Kabir: tales oraciones son vanas.

Ya que sólo recordamos al Señor cuando estamos en dificultades y no nos preocupamos nunca por Él cuando estamos en la opulencia, el Santo Kabir dice que Dios tampoco escucha aquellas oraciones egoístas que murmuramos en vano perturbados por una enfermedad o cuando estamos involucrados en un pleito judicial, etc.

La oración debe ser incesante, desbordante, como lo son las pasiones de un amante quien no olvida su amor ni por el instante de un parpadeo. Cuando un hombre se enamora de una mujer, lleva la imagen de ella en su mente todo el tiempo, ya sea que esté dormido o despierto, sentado o de pie.

*“Si uno pudiera llevar consigo el amor de Dios de esta manera, ello sería verdaderamente grandioso.”*

Kabir sigue explicando cómo se debe llevar a cabo el dulce recuerdo de Dios. Da otro ejemplo del mismo tipo diciendo:

*“Atiendan a la oración al igual que las doncellas del pueblo, quienes caminan con la atención siempre fija en los cántaros que llevan sobre sus cabezas.”*

La rutina diaria de la vida, dice Kabir, no interfiere con el *Simran*. Las doncellas del pueblo, cuando van por agua, llevan cántaros de agua uno sobre otro encima de la cabeza, y a pesar de que no ven el camino, siguen bromeando y hablando entre sí, mientras los cántaros permanecen firmes sobre sus cabezas, pues su atención está constantemente fija en ellos. De manera similar, no debemos olvidar el *Simran* aún en medio de la actividad y el bullicio de la vida y de las obligaciones mundanas.

Kabir vuelve a decir:

*“Atiendan a la oración como las vacas lo hacen con sus becerros, que a pesar de que estén pastando en la pradera nunca olvidan a sus pequeños.”*

Cuando un pastor lleva a las vacas a pastar, ellas no se olvidan de sus crías que han dejado en el corral. Todo el tiempo que duran pastando en el campo mantienen su atención fija en sus becerros. De esta manera, mientras estamos ocupados en asuntos mundanos, no deberíamos olvidar nuestra meta y nuestro objetivo en la vida, es decir: la realización de nuestra alma en Dios.

Kabir da otro ejemplo para explicar y dejar claro el hecho de que debemos estar recordando al Señor:

*“Atiende a tus oraciones igual que los avaros lo hacen con la riqueza, con la mente fija siempre en el dinero deshonestamente acumulado.”*

Un pobre junta su dinero mendigando monedas y las cuenta día y noche. Dormido o despierto, él sueña todo el tiempo con su pequeño tesoro. Nosotros también, igual que un pobre, debemos llevar siempre una cuenta del *Simran* que hacemos y debemos tratar de acumular poco a poco la riqueza del Verbo (*Naam*) sin olvidarlo ni un momento.

Kabir ha dado muchos ejemplos para que podamos comprender el valor real del verdadero *Simran* que produce fruto.

*“Ama la oración como el venado ama al sonido de la trompeta, el cual arriesga su vida y su libertad por la dulce música.”*

Un venado de pies ligeros, al que no se puede capturar por ningún otro medio, es atrapado por los cazadores fácilmente con el sonido de la trompeta. El venado se enamora tanto del sonido que se siente irresistiblemente atraído hacia él, y desvalido coloca su cabeza sobre el instrumento musical. De la misma manera, cuando la mente siempre inquieta escucha la Corriente del Sonido Interno (*Nad*), queda encantada, aquietada y se queda inmóvil. El alma, cuando queda liberada de los tentáculos o garras de la mente, es

capaz de remontarse fácilmente a regiones más elevadas.

Él da otro ejemplo:

*“Ama la oración  
como la polilla ama la luz.  
En su llama se quema,  
nunca trata de esquivarla.”*

La luz es la vida misma de la polilla. La ama con tanta pasión, que no titubea en quemarse hasta morir en lugar de evitarla. Kabir Sahib dice por tanto, que debemos amar al *Simran* como al mismísimo aliento de nuestra vida; ya sean ricos o pobres; estando sanos o enfermos; despiertos o dormidos; y como una polilla, debemos estar siempre listos a sacrificar nuestro propio ser en devoción a nuestro ideal.

Vuelve a decir Kabir:

*“Abandónate en el dulce recuerdo,  
como el insecto que se hace bhirangi, quien  
por deleite se pierde a sí mismo para surgir  
como el nuevo bhirangi.”*

El *bhirangi* (un insecto), después de casi matar a un insecto *keet*, lo revive dedicándole su poderosa atención: lo mira fija y concentradamente. El insecto *keet*, cuando encantado vuelve a la vida, ya no es un *keet*, sino que se ha convertido en un *bhirangi*. De la misma forma, nos dice Kabir que quien hace *Simran* y se mantiene firmemente injertado en él, tendrá un nuevo nacimiento y una vida totalmente distinta a la antigua vida sensual que ha estado viviendo hasta entonces.

Este es el “segundo nacimiento” del cual hablan todos los Santos. Cristo dice:

*“A menos que pierdas esta vida,  
no podrás tener vida eterna.”*

*“A menos que un hombre nazca de  
agua (primer nacimiento) y de espíritu (se-  
gundo nacimiento), no puede entrar en el  
Reino de Dios.”*

*“El primer nacimiento  
fue de semilla corruptible  
y el segundo será de semilla incorruptible.”*

A esto se le puede llamar “Nacer en Cristo” y cuando efectivamente suceda, uno dirá igual que San Pablo:

*“No soy yo, sino Cristo  
quien habla a través de mí.”*

El principio de vida injertada actúa por igual en las plantas y en el ser humano, y está acorde con las leyes de la naturaleza.

Hazrat Baziad Bustanvi, un hombre de extrema piedad y devoción, en una ocasión miró dentro de sí y no encontró nada excepto a Dios. En un estado de divina saturación exclamó: “¡Yo soy Dios!” Sus discípulos, no acostumbrados a escuchar de él tales palabras, aparentemente sacrílegas, se asombraron preguntándose qué podría haberle pasado a su Maestro (Pir). Después de algún tiempo, cuando el Maestro descendió del estado de súper conciencia, le preguntaron por qué había exclamado que era Dios, lo cual era contrario a las instrucciones que acostumbraba darles (que Dios no podía entrar en un cuerpo humano). El Maestro dijo que la expresión de “¡Yo soy Dios!”, no había sido proferida por él, sino por algún otro (según la Ley del Corán, él podía haber sido condenado por hereje al decir esas palabras blasfemas).

Después de un tiempo le sobrevino de nuevo a Hazrat un acceso de saturación de Dios y empezó a exclamar: “¡Yo soy Dios!” Esta vez, algunos de los discípulos se lanzaron sobre su Maestro con palos, lanzas y espadas. En el escrito Maulana Masnavi, hecho por Maulana Rumi (la narración poética original de este tema), se dice que a todo aquél que dirigió un golpe a la cabeza, manos o piernas del Maestro, le fueron mutiladas las suyas; mientras tanto, el Maestro, en una especie de trance, seguía exclamando: “¡Yo soy Dios!”

Los discípulos estaban asombrados y preguntaron al Maestro sobre el significado del incidente. Con una sonrisa informó que aquél que ha fusionado su pequeña entidad (alma) con la entidad más grande (la Súper Alma, Dios), se vuelve uno con Dios y nadie podrá golpearlo o dañarlo.

En forma semejante se menciona en un libro sagrado de los Hindúes (Ghat Ramayan), que Tulsi Sahib de Hathras (un hombre de gran devoción), mientras visitaba a Baji Rao Hulkar, caudillo Maharatta de Stara, dijo una vez:

*“La gente sólo ve mi indumentaria física (cuerpo), pero en realidad vivo fuera de ella.”*

Nuestro propio Maestro, Hazur Baba Sawan Singh Ji, estaba de gira una vez en la ciudad de Gujranwala, en el Punjab, cuando algunos oponentes surgieron con la idea de pelear. El Maestro estaba dentro de la casa. Se levantó estando en un estado de saturación divina y dijo: “¡Mírenme!, ¿quién soy?” Y se hizo un silencio total.

Esta es la experiencia general de aquellos que en algunas ocasiones llegan a estar saturados de Dios. Estas afirmaciones sacan a relucir el verdadero significado del Simran.

El Santo Kabir da tantos ejemplos. Él dice:

*“Ama la oración como el pez ama al agua,  
el cual prefiere la muerte  
antes que ser separado de su elemento.”*

El agua es el elemento vital del pez, sin el cual no puede vivir. Preferiría morir antes que vivir sin ella siquiera un sólo momento. De manera similar, el *Simran* es el elemento vital en el cual vivimos, nos movemos y tenemos nuestro ser. A menos que comprendamos esta verdad fundamental mediante la práctica real, no podremos tener paz.

Él sigue explicando:

*“Oremos con todo nuestro corazón  
en el silencio del alma;  
cerremos el mundo externo  
para descubrir la Verdad internamente.”*

El *Simran* tiene que hacerse con la *lengua del pensamiento* y no hablado. Es un proceso *mental interno* completamente, que se debe practicar sólo después de haber cerrado los orificios de salida de las facultades que nos conectan con el exterior.

El tesoro del *Simran* debe mantenerse oculto para la gente. Es la riqueza más preciosa, cuyo valor la gente mundana difícilmente puede comprender. ***La realidad alborea únicamente cuando ustedes atraviesan el velo que está detrás de los ojos.*** Cristo también dice a este respecto:

*“Busca y encontrarás.  
Toca y se te abrirá.”*

Refiriéndose al proceso del *Simran* externo que generalmente hacemos, Kabir dice:

*“Al pasar las cuentas de un rosario nos complacemos a nosotros mismos y sin embargo nunca ganamos; pero si hiciéramos una cuenta de la mente, una Luz interna alborearía nuevamente.”*

El pasar las cuentas del rosario nos proporciona una satisfacción mental, pero no conduce a nada. Si ustedes le dieran vueltas a las cuentas de la mente, serían testigos de la *Luz de Dios* que está dentro de uno. Kabir dice que difícilmente se llega a necesitar de rosarios con cuentas, pues mientras las manos están ocupadas en pasar las cuentas, la mente está fija en las cuentas externas, en lo mundano, y esto la imposibilita para que pueda retirarse hacia el interior, y si eso no se logra, no hay ganancia alguna. Por el contrario, una vez que la mente se absorbe en el *Simran* (en la concentración mental), la cortina de hierro se abrirá de par en par (como al decir: “¡Ábrete Sésamo!,” u otras palabras

mágicas).

Él dice:

*“Incontables siglos han transcurrido pasando las cuentas del rosario y aún así nuestras mentes no han cambiado; por lo tanto, abandonen las cuentas de madera y adopten las de la mente.”*

Es por esto que Kabir dice:

*“Desperdiciamos toda nuestra vida en el desempeño de obras meritorias externas, pero el alma no encuentra la entrada al Reino de Dios. El velo interno no se abre y el alma permanece afuera. Debemos pues usar la cuenta de la mente y ésta actuará como un botón que se presiona para dar acceso al alma a las regiones espirituales.”*

Kabir explica además:

*“Continuamente fluyen las sublimes melodías sinfónicas: Divinas en su nacimiento, ellas subyugan a la mente.”*

Al concentrarnos, se siente un adormecimiento gradual que sube de las manos y de los pies y que se extiende por todo el resto del cuerpo, hasta que las corrientes sensorias quedan enfocadas en el centro del alma: detrás de las cejas (de donde proceden en estado despierto o consciente). La energía concentrada es entonces dirigida hacia el velo que está detrás de los ojos, el cual se desgarrará descubriendo una brillante vista. El sol o la luna aparecen según el nivel, al mismo tiempo que una melodiosa Corriente de Sonido emerge del *Más Allá*. Estos incesantes acordes de música siguen sonando por sí solos. Cuando se ha alcanzado este estado, al aspirante ya no le queda nada por hacer excepto absorberse en ellos.

Kabir continúa diciendo:

*“El verdadero rosario está en la mente, todo lo demás es engaño y ostentación mundana. ¡Ay! el rosario de la rueda persa solamente saca agua.”*

Para que el *Simran* sea efectivo, se debe caracterizar por el amor, el afecto y la devoción. Si el rosario por sí solo pudiera conducir hacia Dios, entonces el rosario grande de la rueda persa podría también hacer lo mismo. Pero nuestra experiencia diaria muestra que no pueden lograr tal cosa. (Los rosarios de la rueda persa son las cuerdas a las que están atadas cubetas, y éstas solamente sacan agua y nada más).

De manera similar, los chinos han inventado lo que se llama “*Rueda de la Oración*.” Una vez que se pone en movimiento, da alrededor de mil vueltas. Ellos escriben un *mantra* o himno sagrado en un pedazo de papel y lo colocan en la rueda, la cual ponen en movimiento y se sienten satisfechos de haber repetido el nombre sagrado mil veces, pero esto es en vano. El *Simran* que se hace al estilo de un loro, repitiendo un *mantra* mil veces en esta forma, **no** puede producir fruto alguno.

Entre los hindúes ortodoxos existe la práctica de escribir el nombre “*Ram, Ram,*” o sea la Palabra de Dios en papel miles de veces todos los días. Después de un tiempo recortan cada palabra “*Ram*” y la colocan en una bolita de masa de harina y arrojan dichas bolitas a las corrientes de un río y creen así haber obtenido mérito religioso. Esto sólo trae un pequeño recuerdo de *Ram*. Si uno les dijera que el verdadero *Ram* está adentro de ellos, no lo creerían. De manera que ni encuentran a Dios (*Ram*) ni reciben algo substancial.

De igual manera, en Purbias (una secta ortodoxa que da gran importancia a los rituales externos y trata de ejecutarlos con fe religiosa) generalmente toman un baño temprano por la mañana en alguna corriente de agua como un acto de mérito religioso. En una ocasión, unos cuantos Purbias fueron a Kabul, en Afganistán (región montañosa en el noreste de la India), en donde el clima por lo general es muy frío. Aquí uno de ellos se

fue a bañar al río Kabul, pero habiendo encontrado el agua helada pensó en qué forma podría eludir la rigurosa prueba y aún dejar satisfechos sus escrúpulos. Tomó una piedrita y la lanzó a la corriente diciendo: “¡Oh, piedrita, tu baño será también el mío!” Después de haber dicho esto, dio la vuelta y en el camino encontró a otro Purbia que iba al río para hacer sus abluciones (baño ceremonial) matinales. Este último le preguntó si se había bañado en ese clima tan frío, y el primero le contó acerca de cómo había tomado en sustitución el baño de la piedrita; entonces el otro individuo lo abrazó diciendo: “¡Tu baño es también mi baño!” Esto es igual al ciego que guía a otro ciego y ambos caen en la zanja al ejecutar actos ciegamente.

Kabir también se refiere al rosario diciendo:

*“Has desperdiciado mucho tiempo con el rosario de madera; ahora toma el rosario mental que no tiene nudo al final.”*

*“Oh Kabir, rezar el rosario de cuentas de madera es una tarea muy laboriosa, pero el continuo rosario mental, como es el de las cuentas del aliento (entrando y saliendo), es un fenómeno natural. Prosigue incesante sin esfuerzo alguno.”*

En el rosario hay una cuenta principal. Cuando se completa una vuelta hay que invertirlo para que el efecto no se neutralice, porque las cuentas tienen que pasarse en una sola dirección. Así pues, Kabir nos aconseja que debemos adoptar el rosario natural del aliento, el cual por ser interminable en su continuidad, no tiene nudos y no necesita que se le invierta.

Además dice:

*“En continua revolución infructuosa, el rosario exclamó: ¿Por qué me das vueltas y más vueltas? Da vueltas al rosario mental si quieres la guía de un Maestro. Repasar las cuentas y contar las vueltas con*

*los dedos son actos sin ningún mérito, que se ejecutan con la mente errante. ¿Cómo se puede encontrar a Dios con una mente insensata?”*

Kabir dice:

*“Cuando uno hace todas estas abluciones (ejercicios purificatorios), como el pasar las cuentas del rosario, etc., la mente de uno no está quieta, después de todo, ¿qué hay de bueno en hacer todo esto? Mientras pasas las cuentas y registras con los dedos el número de vueltas que ha dado el rosario, la mente como un potro sin freno anda vagando. Por consiguiente, todos estos actos son inútiles. Uno puede encontrar a Dios sólo a través de un Maestro Viviente, cuando de acuerdo a sus instrucciones uno aprende a frenar la mente y a conducirla hacia el lado correcto (es decir, hacia el interior y hacia arriba, en vez de mirar las cosas del exterior e ir hacia abajo).”*

La práctica de la concentración y el enfocar la mente sólo puede ser logrado a través del Simran, como es recomendado por una Alma Maestra y no por algún otro medio.

Además, Kabir Sahib enfatiza:

*“En vano es el rosario que no desata el nudo de la mente. Un verdadero cielo yace únicamente a los pies del Maestro. No se necesitan exhibiciones externas, pues debe hacerse internamente. ¿Por qué perder el tiempo en cosas mundanas? Ahora estoy internamente ocupado en mi Señor.”*

El Simran, como se dijo arriba, es todo un proceso mental o interno y como tal, un rosario o cualquier otra clase de ayuda no puede servir de nada. Por medio de la concentración a los pies benditos del Maestro, por medio de fe implícita en Sus instrucciones y al llevarlas a la práctica, podemos lograr un estado de perfecta bienaventuranza. No hay atajo o camino corto

sino el del Simran como lo ordena el Maestro. La Biblia también dice:

*“Sean ustedes los hacedores del Verbo y no solamente los oyentes, y entrarán en el nuevo Jerusalén.”*

## CONCLUSIÓN

El *Verbo* o *Naam* está dentro de ustedes. Se tiene que entrar en contacto con Él internamente. La observancia de rituales externos y la ejecución de las así llamadas obras meritorias, no pueden ser de ninguna ayuda en este asunto. Mientras que los incontables tesoros de la Divinidad están ocultos en el interior, los buscamos externamente y por ello son en vano nuestros esfuerzos.

Con relación a esto Emerson dice:

*“El cuerpo humano es un templo de Dios, y como tal, Dios se puede manifestar únicamente desde el interior.”*

El contacto entre un espíritu individual o alma humana y la Súper Alma, es por supuesto establecido por un Alma Maestra por medio de la Corriente del Sonido o Verbo.

Otro Santo, Bhika, dice:

*“Oh Bhika, no hay ningún hombre hambriento en este mundo. Todos tienen un diamante de valor incalculable en su interior. Ellos no saben cómo retirarse del cuerpo, cómo concentrar la corriente sensoria y trascender los Chakras inferiores del cuerpo (o sencillamente analizarse a sí mismos desde el cuerpo). Por eso se sienten hambrientos. Ya tienen esa joya adentro de ellos, pero no saben cómo salir del cuerpo y entrar en contacto con ella.”*

Se establece contacto con la Corriente del Sonido o Verbo por medio del *Simran*, el cual retira la corriente del espíritu o al-

ma, del cuerpo. Cuando se eleva la corriente del espíritu hasta el asiento del alma en el centro focal, en un estado de vigilia, sólo entonces entra en contacto con el Poder Consciente que trabaja internamente en la Creación entera. Por tanto, es un hecho que el *Simran*, o sea, el proceso del dulce recuerdo del Verbo, es el vínculo para entrar en contacto con el Verbo internamente.

El primer paso es entonces hacer *Simran*: repetir los nombres cargados con poder divino que da un Maestro capacitado; y el segundo paso es cuando el alma entra en contacto con el Verbo, llamado también *Naam*, *Shabd*, *Nad*, *Akash Bani*, *Kalma*, *Sarosha* etc., al ser retirada a su aposento en el cuerpo: entre y detrás de los ojos. Este Verbo tiene dos fases: una de *Luz* y la otra de *Sonido (internos)*, las cuales experimenta el alma cuando entra en contacto con ese Poder.

El alma ve la *Luz de Dios* y escucha las dulces sinfonías de los encantadores acordes de la *Corriente del Sonido* que reverbera internamente y que proporcionan dulzura en extremo sublime e inefable, tan dulce que no hay palabras que la puedan expresar.

Farid, un Santo Musulmán, dice:

*“¡Oh, Señor! Hay tantas cosas dulces en el mundo como la miel, la leche de búfalo, el azúcar, ... Pero la dulzura que trasmite Tu Nombre, ¡oh Señor!, es mucho más dulce que todo esto.”*

Es algo que tiene que hacerse prácticamente y tiene que ser probado por el individuo mismo. No es asunto sólo de rutina ni de simple charla, es un asunto que se tiene que experimentar por medio del *contacto interno*. Quienes han probado su dulce elixir han hablado sobre ello en términos vehementes.

En una ocasión, Gurú Nanak se reunió con Babar, el gran rey de la India, quien estaba bebiendo una bebida embriagante y se la

ofreció a Gurú Nanak, quien le dijo: *“Babar, esta droga que estás tomando pierde su efecto intoxicante; en cambio, la embriaguez que yo obtengo al estar en contacto con el Verbo de Dios es eterna y no disminuye.”* Es pues un asunto de suma importancia. Aquellos que hayan probado una vez un poquito de ello, *nunca* lo pueden olvidar. Todos los placeres del mundo y otras cosas pierden a la vista de esto su valor y su importancia mundana.

Recordar constantemente al Señor proporciona además un despertar en la persona que lo practica. Tennyson, en sus memorias, da un ejemplo de la experiencia que tenía en un trance mientras estaba despierto, y que es interesante conocer:

*“Desde mi niñez he tenido con frecuencia una especie de trance en estado de vigilia, cuando me encuentro completamente solo. Éste me invade generalmente al repetir mi propio nombre dos o tres veces, silenciosamente para mis adentros, hasta que de pronto, como si viniera de la intensidad de la conciencia de la individualidad, la individualidad parece disolverse y se desvanece en el ser sin límites; y esto no es un estado confuso sino el estado más claro de los claros, el más cierto de los ciertos y el más sabio entre los sabios, totalmente más allá de toda palabra, donde la muerte es una imposibilidad irrisoria, la pérdida de la personalidad (si así lo fuera), que al parecer es la única vida verdadera. Me avergüenza mi débil descripción, pero ya he dicho que este estado está absolutamente más allá de toda palabra.”*

Este despertar que tenía Tennyson al repetir su propio nombre dos o tres veces con toda lentitud, es, por así decir, *“sumergirse”* en su propio ser: el alma. Pero si nos sumergimos en nuestra fuente que es Dios, por medio de la remembranza constante (del Simran), perdiendo nuestro propio ser individual en el TODO, ¡cuánto mayores serán la conciencia y el despertar lleno de saturación divina que obtendremos! Bien podemos considerar todo esto.

Gracias por escucharme pacientemente.

Kirpal Singh

