MAHATMA, 11.10.2020

Intro:

La sabiduría del maestro Zen Ta Hui:

La meditación hace 2 cosas:

1. Destruye lo irreal y
2. Crea armonía con lo verdadero

“Cuando no se crea ningún juicio dentro de ti, la luz del vacío brillará por sí mismo.”

Lo inevitable – con ello se encontrará el practicante

Lo inevitable es uno de los problemas más importantes para el practicante.

Con la meditación desaparece el 90% de tu mundo, por ser una proyección, – aquella parte, que fue creada por tus proyecciones y deseos. El 10% se queda y esto es la parte de tu mundo, que es real. Esto es lo inevitable con lo que el practicante debe establecer comprensión y armonía. El problema para cada practicante es: aceptar lo inevitable.

Existen conceptos que desaparecerán, cuando te profundizas en la meditación. Todo lo que es falso, se suprime. Todo lo que es ilusorio, no persistirá. Todo lo que has proyectado, lo que has esperado o soñado, no tendrá más realidad.

Pero algo quedará, que no es tu sueño, que no ha sido proyectado, que no es la creación de tu mente: A esto se le llama “lo inevitable”

**Con otras palabras: lo verdadero permanece – solamente lo falso desaparece.**

El practicante debe aprender 2 cosas:

1. Ser capaz y lo suficientemente fuerte para permitir a lo falso de desaparecer. Pero esto no es un gran problema. Piensa en el hecho que cada mañana, cuando despiertas, permites a tus sueños de desaparecer. No los añoras, aunque hayan sido “dulces”, ni siquiera piensas en ellos. En 5” comienzas a olvidarlos y después de pocos minutos parece que nunca existieron. No lloras, porque en tu sueño alguien haya muerto y tampoco te sientes triste si alguien en tu sueño ha ido a quiebra. No importa lo que haya pasado en tu sueño; en el momento que despiertas se vuelve insignificante. Si lo falso es reconocido como falso, ya no significa más un problema. Lo falso desaparece reconociéndolo, lo verdadero, lo puro sigue existiendo.
2. Ahora se crea otro problema, que es mucho más grande y fundamental: lo verdadero permanece. Hasta ahora estabas perdida en la ilusión y no eras consciente de lo verdadero. De repente aparece la consciencia de lo real. Ahora te tienes que organizar con lo real.

El mundo allí fuera queda como era – el mismo mundo, la misma gente. Pero tus proyecciones ya no existen más. Pensabas de alguien, que era increíblemente atractivo, que alguien era maravilloso y sabio, que alguien era una persona religiosa o iluminada, etc. Si esto se basaba en la transmisión de tus deseos, desaparecerá – pero la persona, de la que pensabas que era atractiva, religiosa o iluminada, queda. Ahora tendrás que gestionar la realidad. Y el único camino de gestionar la realidad es: crear armonía con la realidad. No puedes impedirla, es inevitable y no existe ninguna posibilidad de disolver la realidad. Permitir la fusión con lo verdadero

llegó el momento para permitir que se establezca armonía. No necesitas reflexionar lo que debes de hacer para esto. Tampoco necesitas reflexionar sobre lo falso, porque lo falso desaparecerá en la meditación. Pues lo puro será tan cristalino, tan seguro, tan tajante, que no existirá ninguna duda dentro de ti. No es necesario ir más allá. Es ahora el momento ideal para permitir la fusión.

**\*Tantra**

La meditación tántrica es una forma dinámica de meditación que despierta la consciencia con el propósito de liberar la energía Shakti. El término se deriva del Sanscrito TAN (expansión) y TRA (liberación – del sufrimiento). Este tipo de meditación es diferente a la mayoría de las meditaciones yóguicas como se practican en el occidente, donde el objetivo es la tranquilidad y la relajación.

La práctica y la meditación tántrica han sido asociadas a la sexualidad espiritual, especialmente en el occidente. En los muchos libros, páginas web y clases que apoyan esta definición del Tantra, la creencia es que el sexo puede elevar al yogui a un nivel espiritual más alto. Los tradicionalistas consideran esto como una falsa interpretación del Tantra y acusan a estas corrientes de beneficiarse y de engañar al público.

Las raíces del Tantra se encuentran tanto en el **budismo** como en el **hinduismo**. Sus orígenes remontan al 2º siglo d.C. La escritura completa se conoce desde el siglo 8 d.C.

Describe un sistema espiritual en el contexto de una enseñanza sagrada que **explica que todo está relacionado con todo**. La enseñanza del Tantra nos ayuda a **reconocer esto**. El fundamento del Tantra se compone de **la filosofía Shiva-Shakti**. Según esta, la vibración/frecuencia primordial (**Spandana**) que nace desde la unidad, ha sido la causa de la creación de la dualidad. Siendo **Shiva** el componente masculino y **Shakti** el femenino, en su origen como unidad, pero desde entonces están separados. El **objetivo** del Tantra es el **reencuentro** del componente masculino y femenino y con ello el **regreso a la unidad absoluta**.

**Los 3 caminos de la transformación**

La metáfora para estos 3 caminos es el ejemplo de una planta venenosa:

La persona común no puede utilizarla. Si la comes, morirás. Por lo tanto, tratas de evitarla o renunciar a ella; intentas desecharla. La apartas en algún lugar donde los niños no puedan tocarla, donde nadie pueda tocarla y ser dañado por ella. Este es el camino del Sutra, de **renunciación.**

Un doctor, sin embargo, es alguien con la habilidad y el conocimiento para transformar la planta venenosa. El doctor añade algunas otras plantas medicinales y transforma ese veneno en una medicina que cura la enfermedad. Este es el camino del Sutra de la **transformación**

El pavorreal, de hecho, se come el veneno. No necesita renunciar a él, ni trata de cambiarlo y transformarlo, el pavorreal se lo come tal como es. Y lo que el veneno le hace al pavorreal es que resalta la belleza y el color del pavorreal. Este es el camino de dzogchen, el camino del Sutra de la **liberación.**

Estos son los 3 métodos principales. Todos ellos son importantes.

La meditación tradicional tántrica expande la mente y activa la consciencia en conjunción con las prácticas de Kriya Yoga. A través de la meditación, el Yogui activa los Chakras, liberando Shakti para que fluya desde Muladhara (raíz), subiendo por la espina dorsal hasta Sahasrara (corona), que supone la conexión con la espiritualidad. Liberando esta energía con la meditación tántrica, el yogui despierta el cuerpo entero y la consciencia.

El Yogui entonces dirige la energía Shakti desde su cabeza para formar un cuerpo energético y luminoso delante de él. Es este el cuerpo energético hacia el que el Yogui puede dirigir Amor. Entonces puede conseguir que la energía vuelva por su cabeza, bajando a través de los Chakras a Muladhara.

El Tantra explica que la existencia No es dual. “No separes a nada; se indiviso. Solo entonces consigues la “perforación” (el éxito)”. Pero cómo se hace eso, ser indiviso...? Quédate en la pureza de la observación, sin juzgar. No digas: “esto es bueno y esto es malo.” Retira toda imaginación de pureza e impureza. Observa el mundo, pero no digas lo que es.

Se imparcial: no seas pedante. No pongas etiquetas a las cosas. Quédate quieto, sin juzgar, sin valorar. Si puedes callar la boca a lo que se refiere el mundo, el silencio se despertara poco a poco en tu interior. Y si en el exterior no separas a nada, la separación se retira de tu consciencia, porque ambos no pueden existir juntos.

Experimente. Camina por el mundo sin ninguna valoración, solo con la percepción de los hechos naturales. Poco a poco notarás crecer la sensación de unidad. Los polos opuestos se acercan uno al otro. Tu “mal” y tu “bien” se encuentran. Se fundirán en unidad y la unidad eres tú, donde nada se considera como “puro” o “impuro”.

La pureza de otras enseñanzas es la impureza para el Tantra. Lo que para otros es imprescindible, es veneno para el Tantra. Existen, por ejemplo, enseñanzas que se basan en la no-violencia. Dicen: “la violencia es mala, la no-violencia es buena.”

Tantra dice:

“la no-violencia es la no-violencia,

la violencia es la violencia;

nada es bueno y nada es malo.”

Tantra acepta las cosas, así como son. ¿Y por qué…? Pues para establecer la unidad. Esta unidad la nutres dentro de ti. Es una técnica para crear unión dentro de ti mismo, para crear una existencia en ti indivisa, sin fricciones, sin oposiciones. Solo entonces se alcanza el silencio. Alguien que quiera alcanzar la meta con resistencia, nunca podrá encontrar la paz. ¡Cómo podría hacerlo…! Cómo podría alguien que está diviso en sí mismo, que está luchando consigo mismo, jamás realizar sus intenciones. Más bien se quedará perplejo, porque malgasta su energía con luchas inútiles.