

LOS YUGAS

De acuerdo con la cosmología Hindú en un “Año Cósmico” el sol y sus planetas giran alrededor de un gran centro de poder creativo llamado “Vishnu Nabhi” (el asiento de Brahma) durante 24,000 años y está compuesto por 2 ciclos de 4 “Yugas” (eras o estaciones).

En el punto más cercano de dicho centro que sucede cuando el equinoccio de otoño se encuentra en el primer punto de Aries, el estado de “Dharma”, la virtud mental se encuentra tan desarrollada que el ser humano puede comprender todo, incluso los misterios del Espíritu. Este punto es el inicio de **Sat Yuga** “**Era de Oro**” que dura 4,000 años y sus transiciones anteriores y posteriores de 400 años cada una (4,800 años). En ella la humanidad apenas se ha separado de su estado original de inocencia y se encuentra completamente integrada a la divinidad. Comprende la vibración de la Energía Cósmica Creativa que produce Prakriti (la manifestación). Los humanos meditan entonces en el sonido "ONG", la vibración de lo Divino.

Posteriormente viene **Treta Yug**, “**Era de Plata**” que dura 3,000 años y sus transiciones anteriores y posteriores de 300 años cada una (3,600 años). En ella el poder de la verdad comienza a velarse dejándola manifestarse solamente en un 75%. El ser humano se vuelve más frágil y comienza a recitar el sonido “SO HANG”, que significa "yo soy Tú". Se siente separado pero reconoce y desea volver a su identidad con lo Divino.

Dyapar Yug, la “**Era de Cobre**” dura 2,000 años y sus transiciones anteriores y posteriores de 200 años cada una (2,400 años). En esta era la Verdad es reducida a la mitad, los seres humanos recitan: "ONG NAMO NARAYANA", alabando lo Divino bajo alguna forma.

En nuestra época, estamos atravesando por **Kali Yug**, “**Era de Hierro**” que dura 1,000 años y sus transiciones anteriores y posteriores de 100 años cada una (1,200). Esta es la “Era de la Máquina”, representada por el círculo de la creación movido con el poder de otro círculo. Vibraciones constantes, provenientes de esta rueda de energía cósmica, le dan poder de vida y movimiento. Estos dos círculos forman la figura de un número 8, que, de acuerdo con la Ciencia de la Numerología, representa la Infinitud, simbolizada por el 8 en posición horizontal. El espermatozoide da 8 vueltas alrededor del óvulo antes de que la unión tenga lugar. Hay 26 huesos que apoyan el pie, la base del hombre y son 26 las vértebras de tu espina dorsal: $2+6=8$.

Durante esta Era de la Máquina, la persona que medite y recite el mantra de 8 vibraciones, por ejemplo: “EK ONG KAR SAT NAM SIRI WHAHE GURU”, vencerá los obstáculos de la Ignorancia y de la oscuridad, alcanzará la liberación y se unirá con lo Divino.

Con el paso del tiempo, el Planeta Tierra sufrió así la influencia de una espiral descendente negativa y la calidad de vida de cada “Yuga” sucesiva se apartó del conocimiento de la verdad y de la ley natural

En el **Kali Yuga** la vibración se ha vuelto muy sombría y la humanidad está forcejeando contra pesados obstáculos. La rectitud ha descendido hasta un escaso cuarto de su fuerza original. A lo largo de nuestra historia actual, hemos creado y hemos sido acometidos por todos los males. No es de extrañar, entonces, que la raza humana esté pasando por tiempos difíciles. Pero el punto crítico ya ha llegado y el amanecer una vez más difunde su Luz sobre un confundido e ignorante Planeta.

El Vishnú Purana, uno de los textos sagrados más antiguos de la India, dice acerca del **Kali Yuga**: Los poderosos que reinan sobre la Tierra se mostrarán violentos y tomarán los bienes de sus súbditos... Los que tengan posesiones, abandonarán la agricultura y el comercio y vivirán como siervos, esto es, después de varias posesiones. Los dirigentes, con las excusas de la necesidad fiscal, robarán y despojarán a sus súbditos y arrebatarán la propiedad privada. Los valores morales y el imperio de la Ley se aflojarán día con día hasta que el mundo esté completamente pervertido y el agnosticismo prevalezca entre los hombres.

El Ashtanga Mantra para la Era de Acuario

Así es como el Maestro meditó y se convirtió en Uno con el Señor y dio el Mantra: EK ONG KAR SAT NAM SIRI WAHE GURU

Este mantra tiene ocho vibraciones y describe la Gloria de Dios. Así fue que dijo el Maestro: "En el período de dos y media horas antes de la salida del sol, cuando los canales están más limpios, si el mantra es cantado con dulce armonía, tu vas a ser uno con el Señor". Esto es para abrir el plexo solar, que a cambio cargará los centros solares. La persona va a estar conectada con la Energía Cósmica y por ello será liberada del ciclo del tiempo y el karma. Aquellos que meditan en este mantra en silencio, cargarán sus centros solares y serán uno con la Divinidad. Por eso es que les hablo a ustedes del por que debemos meditar y recitar este mantra.

Todos los mantras son buenos y están para despertar la Divinidad. Pero este mantra es efectivo y es el mantra para este tiempo. Entonces, mi querido alumno, por la voluntad del Maestro te enseñé la más grandiosa de las llaves Divinas. Tiene seis palancas y pueden abrir la cerradura del tiempo, que también está en la vibración de ocho. Por consiguiente, cuando este mantra es cantado con la Cerradura del Cuello, en el punto en donde *prana* y *apana* se encuentran con *sushmuna*, esta vibración abre la cerradura y es así que uno es transformado en Uno con la Divinidad.

EL CARÁCTER DE LA EDAD ACUARIANA Y LA REVOLUCIÓN INFORMACIONAL

La escala de los Yugas, está relacionada con el movimiento del eje de la tierra transitando a lo largo de los signos astrológicos. El eje de la tierra permanece en cada signo aproximadamente 2,000 años. En este momento, estamos en la transición de la Era de Piscis a la Era de Acuario. Según Yogui Bhajan el periodo de transición abarca desde el 1991 al 2012.

El planeta que rige la Era de Acuario es Urano que representa la velocidad, la verdad, la comprensión y el amor. Si durante este período la humanidad medita y atraviesa esta transición sintonizándose con vibraciones positivas, podrá disfrutar la belleza de la Era de Acuario.

La Edad de Piscis era dominada por máquinas. La nueva "Edad de Acuario" está regida por conciencia, información y energía. El poder más grande será tu palabra; tus palabras proyectadas conscientemente. Este cambio es radical, no se incrementa poco a poco. Es un cambio simultáneo en los mundos interiores y exteriores. La mente cambia su sensibilidad, su frecuencia básica y su funcionamiento. El mundo cambia su sentido del tiempo, del espacio y de inter - relación.

En la edad que estamos dejando atrás, era un quehacer central y hasta sagrado encontrar y tener acceso a la información correcta. En áreas remotas había lugares especiales para estudiar. El logro de la era

de piscis era “*ser o no ser*”, aprender y volverse algo, El conocimiento vasto acerca del potencial humano era guardado en secreto y se daba en niveles de iniciación.

En la Edad de Acuario no hay secretos. La información está disponible. Encontrarla ya no es el trabajo central. En esta era el lema es “*ser para ser*”. Tú ya eres algo por la Gracia del Creador. Acepta tu totalidad y tu conexión a una existencia creativa mayor y exprésala con cada acción comprometida. Deja que tus acciones muestren tu sabiduría. Estudiar sabiendo una verdad, no será importante. El valor real estará en una verdad incorporada con acciones prácticas, en el calibre interno con las cualidades de tu mente y tu corazón. Este será el perfil de un ser humano realizado.

La persona de la Era de Acuario exigirá la experiencia personal y la capacidad para actuar. El conocimiento está disponible para todos y ya existe en redes de información en todo el planeta. No necesitarás buscarlo. Será preciso practicarlo, experimentarlo y expresarlo.

Cuando la información sobre cualquier materia y persona está disponible para todos, tu valor no radicará en lo que adquieres o encuentras. Residirá en quien te has convertido a través de la experiencia, en tu capacidad y conciencia para manejar la información. Poseerá valor tu sabiduría y punto de vista único. Lo importante no será un pensamiento, idea o fragmento de información. Será una manera de crear patrones de información. Es información acerca de la información. No es solamente experiencia, es experiencia acerca de una experiencia. En un mundo saturado de información necesitamos una tecnología para desarrollar nuestro dominio de la información.

Kundalini Yoga desarrolla los estados cerebrales, los sentimientos y la alerta automática para que tomes conciencia de tus acciones y puedas guiarlas antes de realizarlas. Esto te proporciona una herramienta para actuar como un auto - conductor consciente.

En la era anterior, podías librarte sin castigo de muchos comportamientos. Simplemente podías ocultarlos. Ahora se está volviendo imposible. En el pasado, podías establecer una personalidad, una máscara que enseñabas al mundo, y eras conocido por ella. Actualmente cada persona está bajo auditoria. Cada intercambio de dinero, declaración y comportamiento dejan un rastro. Las viejas defensas y manipulaciones de escondernos o controlar el acceso a la información ya no servirán. Necesitaremos la capacidad de evaluar cada palabra y cada acción y sus consecuencias antes de decirlas y hacerlas, como si cada acción fuera conocida y se nos revelara. Nuestra palabra se volverá fundamental y ella es nuestro último regalo y poder. El uso del Shabd Guru (la ciencia de los mantras) es el refinamiento más alto de ese poder.

La Era de Acuario será una era de sabiduría, de paz y de conocimiento. Al mismo tiempo, muchas personas se volverán mucho más neuróticas, lo cual representará una tremenda responsabilidad para la humanidad. Precisamos aprender el arte de la meditación que permitirá mantener la conciencia bajo nuestro control.

Yogi Bhanjan explica: "Las personas estarán insatisfechas y negativas, y con una disposición a discutir todo el tiempo. Sentirán infelicidad en sus corazones a pesar de que muchas veces todo estará resuelto. Habrá una sensación de enorme soledad y un cansancio inexplicable. Ustedes estuvieron cantando durante muchos años "Dios soy yo, yo y Dios somos uno". Pues bien, ahora llegó el momento de entender que significa realmente esto. Para ser capaces de ayudar a las otras personas, lo que funcionará será vuestra pureza y vuestra piedad, no existirá otro milagro más que éste".

En la Era de Piscis prevalecía la actitud: "Quiero el conocimiento, llévenme adonde pueda encontrarlo". En la Era de Acuario es: "Tengo el conocimiento, quiero experimentarlo".

Si observamos bien, los niños de hoy son mucho más perceptivos y sensibles que los niños de las generaciones pasadas. En esta Era muchas personas estarán percibiéndose mutuamente sin poder canalizar adecuadamente dicha percepción, sin comprender claramente lo que sienten o por qué sienten ciertas emociones. Esto provocará mucho descontrol. Habrán grandes cambios en la sensibilidad humana y en la proyección mental y será de suma importancia estar atentos, creativos y equipados con métodos efectivos para canalizar la energía mental.

Dice Yogui Bhajan que experimentaremos lo que se denomina la "Brecha Azul": las generaciones actuales que se encontrarán en su madurez en 30 años, no podrán comprender a las nuevas generaciones, la brecha será muy grande.

Cada vez con mayor frecuencia sucederán cosas inexplicables; por ejemplo, las personas no podrán entender por qué el otro siente rabia, por qué no puede quererte, por qué no cumple con lo que dice, o por qué no te saluda, por qué te da dos o tres cachetazos en el rostro y te echa de casa... Las acciones imprevisibles de; ser humano serán el denominador común en las relaciones sociales y ocurrirán situaciones que ni siquiera podemos imaginar. La sensibilidad del ser humano aumentará y la proyección mental será activada, pero, por otro lado el procedimiento para proteger y canalizar dicha sensibilidad extrema será menos conocido. De ahí la importancia de conocer y compartir técnicas de meditación o herramientas que ayuden a canalizar las emociones y esta extrema sensibilidad. Las generaciones engendradas y educadas de manera adecuada, percibirán todo de claramente, calmada y silenciosamente. Y el potencia; desastre de la humanidad será evitado.

"MEDITACIÓN DE LA BRECHA AZUL" (Blue Gap Medítation) (Meditación para minimizar la brecha de comprensión entre las generaciones)

Parte 1: Siéntate en postura fácil con la columna recta. Coloca tus manos en Gían Mudra en modalidad receptiva (las puntas de los dedos índices tocan la punta de los pulgares y los otros tres dedos tocan la base de las palmas). Apoya las manos sobre tus rodillas manteniendo los brazos extendidos.

Cierra los ojos, aplica suavemente jalandhara bhand (cierre de cuello), esto te dará el poder de percibir tu respiración. Concéntrate en la coronilla de tu cabeza, en el área potencia; de la mollera (fontanela).

Mentalmente haz vibrar los sonidos: Saa Taa Naa Maa. Inspira profundamente en Saa, suspende la respiración en Taa, exhala en Naa y suspende en Maa. Continúa con un ritmo constante, moderado, bastante lento. Durante el sonido Saa concéntrate en la punta de la nariz (sin forzar mucho el nervio óptico), en el sonido Taa lleva la concentración a la coronilla de la cabeza, en Naa proyéctala desde el tope de tu cabeza y en Maa la proyectarás en forma total hacia el Infinito.

Continúa durante 11 a 31 minutos

Parte 2: Después de terminar esta meditación es necesario hacer una segunda meditación para crear un efecto vibratorio usando ocho sonidos, cantándolos continuamente en una cadencia rápida y rítmica.

Sat Nam, Sat Nam, Sat Nam, Sat Nam, Sat Nam, Sat Nam, Wahe Guru.

Continúa durante 3 a 11 minutos.

Efectos: "Con esta meditación podrás alterar la función de tu cerebro en cualquier momento que quieras. Esta experiencia la tendrás cuando hagas la primera meditación. Cuando cantes el mantra de ocho ritmos, la energía fluirá en dirección a tu cabeza y podrás sentir el flujo de la energía"