

Abrirse a la Gracia del Gurú

Durga Smallen

CONOCÍ a mi marido, Vidura, en 1972. Él era un entusiasta del footing. Pronto también yo comencé a sentir interés por hacer deporte. Solíamos correr durante al menos una hora por la mañana, por las pistas del instituto o por caminos más retirados.

Sentir el viento en la cara

Correr me daba energía, sensación de bienestar y buena opinión de mí misma. Me gustaba sentir el viento en la cara y el esfuerzo que tenía que hacer para completar diariamente los kilómetros que me había propuesto.

Tras trasladarnos a Ananda Village a mediados de los 70, Vidura y yo continuamos durante algunos años con nuestra costumbre de correr, pero mis rodillas comenzaron a debilitarse y tuve que dejarlo. En su lugar comencé a pasear. Pero seguía echando de menos la determinación y la perseverancia que exigía el correr.

Hace apenas un año decidimos apuntarnos al nuevo gimnasio de Ananda Village. Vidura comenzó a acudir con sus amigos tres veces por semana a las 7 de la mañana, y al poco tiempo me uní a ellos, pues por la mañana es cuando más me gusta hacer ejercicio.

Era un rato feliz y productivo para todos nosotros. La relación con los amigos era sencilla y tranquila. Los dos esperábamos con ilusión ese momento.

Dificultad para levantarme temprano

Pero una mañana, mientras meditaba, me di cuenta de que no deseaba dejar la meditación para hacer deporte. Al contrario que mi marido, me estaba costando levantarme lo suficientemente temprano como para completar mi sadhana normal.

Siempre me he levantado muy temprano. Nunca me ha costado levantarme a las 5 de la mañana o incluso antes.

Pero últimamente mi cuerpo no me estaba respondiendo del todo bien y se me hacía prácticamente imposible meditar nada más levantarme. A menudo tenía que esperar alre-



Durga y Vidura de Vacaciones

dedor de una hora para disponer de los recursos necesarios para meditar con concentración profunda.

Me di cuenta de que, para llegar al gimnasio a tiempo, tendría que dejar la parte más profunda de mi shadana antes de lo que deseaba o dejar de ir al gimnasio. En aquel momento pensé: "Bueno, es mejor hacer algo de ejercicio que quedarme aquí pensando en mis dolores".

No se trataba de que no pensara en Dios o en mi gurú, Paramhansa Yogananda, mientras hacía deporte en el gimnasio. Japa es una parte muy importante de mi vida espiritual.

Mi mantra casi constante cuando voy en coche, o camino hacia mi trabajo, o juego con los niños, o cuando me quedo tranquilamente en casa es "Om Guru". Pero a medida que iba experimentando una mayor comunión interior, japa ya no era suficiente.

El anhelo profundo del corazón

Entonces, una mañana, se me presentó el siguiente pensamiento, alto y claro: "¡Tengo que pasar las mañanas con mi Maestro (en mi habitación de meditación). Total y absolutamente. Sin pensar en horarios!". Era como si Yogananda me lo hubiera susurrado al oído y pudiera sentir Su presencia, tan dulce y llena de amor.

No había pedido ayuda ni a Dios ni a Yogananda para resolver el dilema. Pero el gurú responde a los anhelos profundos de

nuestro corazón (a nuestras aspiraciones no definidas pero sentidas con el corazón), cuando le hemos ofrecido nuestras vidas con entrega total. Como estaba deseando ver alguna alternativa, él pudo abrir mi corazón y mi mente para recibir su consejo.

Preciado Consejo: "Las pruebas se endurecen"

Ha habido otros momentos en los que sentí la guía de Yogananda, pero la experiencia más profunda de su gracia se produjo cuando menos lo esperaba.

En aquella época, había alguien que no dejaba pasar la oportunidad de criticar mis sinceros esfuerzos por llevar la comunidad a un mayor nivel de creatividad y expansión. Él parecía incapaz de encontrar la forma de solucionar nuestras desavenencias.

Durante más de diez años hice todo lo que estuvo en mi mano por solucionar estas diferencias, pero la cosa seguía igual. Al final comenté el asunto con Swami Kriyananda. Fue comprensivo y compasivo conmigo, pero me dijo: "Durga, las pruebas sólo se hacen más duras a medida que te haces más fuerte (hasta que te haces uno con Dios). ¿De qué otra forma evolucionamos sino siendo probados a la fría luz del día?".

Guardo este consejo de Swamiji como un tesoro, y me ha confortado muchas veces desde entonces. Lo que parecía una prueba personal tan grande ("¡Pobre de mí!"), ahora se convertía en el amor impersonal de Dios.

Al ganar en desapego, por fin fui capaz de dejar la situación en manos de Dios. Decidí que aunque la otra persona no cambiara, yo continuaría haciendo todo lo posible por resolver el conflicto. Pero el resultado dependería totalmente de Dios.

Durga Smallen y su marido, Vidura, sirven como directivos de la comunidad de Ananda Village. *Clarity*. Winter 2005, 16-18.

Una libertad repentina y duradera

Poco después de esto me retiré durante unos días y, estando en retiro, dejé a un lado la idea de un proyecto que era importante para mí, pero que se oponía a la opinión de esta otra alma. A la mañana siguiente sentí que la gracia del gurú descendía sobre mí como un cálido abrazo. Después de años de tormentos y frustraciones, la desavenencia desapareció. Y no ha reaparecido nunca más.

Y lo que quizá parezca más sorprendente, la otra persona también se curó. Se hizo mi amigo de un día para otro.

Fue el ejemplo más poderoso de la gracia del gurú que jamás haya experimentado, y tan profundamente curativo que sólo pudo venir de él. Desde mi experiencia, las simples ilusiones nunca habrían traído esta clase de libertad repentina y duradera.

Las lecciones importantes de la vida llegan en el momento en que Dios lo cree oportuno: ya no volví simplemente a creer que mi gurú me protegería y me guiaría; supe, por propia experiencia, que era así.

Alegría en mi corazón

Y volvió a suceder aquella mañana. Me sentí completamente feliz al oír, con tanta claridad, lo que ciertamente eran el pensamiento de mi gurú, y mi propio deseo más sincero: "¡HAY otras horas del día para hacer ejercicio!". Me reí y sentí alegría en mi corazón.

Ahora me resulta obvio dedicar las mejores horas de la mañana a la meditación. Así pues, cuando tenemos que hacer frente a desafíos de cualquier tipo, lo importante no es la solución, sino saber que las bendiciones del gurú están a mano de forma tan tangible.