

# Aumenta el Amor

Jyotish y Devi Novak

Un amigo nos envió una bella historia de Navidad que nos gustaría compartir con vosotros:

## “Aceptaré cualquier cosa”

Un chico fue a ver al niño Jesús y comprobó que los Reyes Magos le habían llevado regalos maravillosos. El niño Jesús lanzó mentalmente esta pregunta al chico, “¿Qué me has traído tú?”

El pequeño dijo, “¡Oh!, yo soy muy pobre. No tengo nada que darte”. El niño Jesús preguntó, “¿Y esa obra de arte que pintaste el otro día?”

El chico dijo, “¡Ah!, no le gustaba a nadie, así que la rompí en pedazos y la tiré”. El niño Jesús dijo, “Encuéntrala y dámela. Y ¿qué tal una canción? ¿Querrás cantarme una canción?”

El chico respondió, “No canto bien. A nadie le gusta oírme cantar”. Y el niño Jesús dijo, “Yo quiero oírte cantar. Cántame una canción”.

Después de cantar el chico, el niño Jesús dijo, “¿Y el plato en el que comes? Tráemelo”. El chico dijo, “El plato se me cayó y se rompió”. Se detuvo, bajó la cabeza un momento, después dijo, “Bueno, no es cierto. Estaba muy enfadado con mi madre, así que tiré el plato al suelo y se rompió”.

El niño Jesús dijo, “Tráemelo. Recuerda esto: conmigo no necesitas disculparte jamás. No necesitas mentir jamás. Aceptaré cuanto tengas. Tráemelo”.

Así sucede con los grandes. No ven una gran diferencia entre quienes tienen poder y riqueza y quienes son pobres; entre quienes viven lo que suele considerarse una “buena” vida y quienes se debaten en el error.

Nos aceptan tal como somos, deseando únicamente nuestra mayor felicidad. Nos ven a cada uno de nosotros como extensiones del Dios único que está *en* todo y *es* todo.



*Jyotish and Devi Novak, Ananda Village,  
July 2006.*

## El nacimiento de la conciencia divina

Resulta muy interesante que tanto Krishna como Jesús, dos grandes maestros de Oriente y Occidente, nacieran en circunstancias sumamente adversas. Krishna nació en una prisión y Jesús en un pesebre. Poco después de que ellos nacieran, los gobernantes del país intentaron matarlos y ellos, lógicamente, sobrevivieron.

Los nacimientos de estas grandes almas no son sólo históricos sino también simbólicos. Son el símbolo del nacimiento de la conciencia divina que reside en nuestro interior, que llega silenciosa y humildemente. Y que llega odiada por el poder material, odiada por quien gobierna el reino de nuestra mente, el ego.

El primer impulso del ego amenazado es intentar exterminar al pequeño niño de la conciencia divina. La divinidad interior no puede ser asesinada, pero quizá el ego pueda forzarla al exilio manteniéndola lejos de nuestra mente, en el olvido.

Desde el comienzo hay una batalla en nuestro interior. Durante un tiempo, junto al impulso de hacer desaparecer la conciencia divina, tenemos también el impulso de

protegerla y nutrirla, tal como un nudoso anciano pastor tuvo el impulso de nutrir y proteger al niño Jesús.

### **El problema esencial: el olvido**

En cierto momento del largo viaje del alma, comenzamos a dar la bienvenida cada vez más profundamente a la conciencia divina interior. Una de las principales formas de hacerlo es abriendo nuestro corazón a estos grandes salvadores del mundo, en nuestro caso, especialmente a Paramhansa Yogananda. Cuando abrimos nuestro corazón a su influencia, recibimos su magnetismo, que nos transforma desde dentro. La pregunta más importante que podemos hacer a Yogananda es: ¿Cómo puedo sintonizar mi conciencia contigo? Gran parte de la tarea queda cumplida tan pronto como hacemos esta pregunta, porque la esencia del problema es el olvido.

Olvidamos contactar con la conciencia divina interior. Pero tan pronto como recordamos hacerlo, por ese simple acto, abrimos un canal al flujo de la gracia y las bendiciones.

### **Activar su presencia**

Podemos hacer muchas cosas para adquirir el hábito de recibir profundamente a Yogananda en nuestra conciencia. Por ejemplo, deberíamos desarrollar la costumbre de preguntar, “Maestro, ¿cómo actuarías en esta situación?” o “¿Cómo te gustaría que yo actuara en esta situación?” Al hacerlo, él llegará a estar mucho más dinámicamente presente en nuestra mente y nuestra vida.

Él ya está con nosotros, pero tenemos que llegar a ser conscientes de su presencia. Él dijo, “De quienes me sientan cerca, estaré cerca”. Sólo tenemos que pensar en él y él ya está aquí. Cuanto más clara y frecuentemente lo hagamos, más dinámica será su presencia.

Por lo demás, él nos espera en el reino de las buenas intenciones y de la devoción a medias. Es como un huésped que está siempre a la puerta pero que no entrará si no se le invita. Él no nos juzga ni condena. Sólo espera.

Pero tan pronto como le invitamos con amor, viene y nos da su amor. Tan pronto como reímos con él, ríe con nosotros. Tan pronto como nos abrimos a él, refleja en nosotros la vibración más alta de las cualidades que expresamos.

### **Todo depende del amor**

En último término, todo depende del amor. Yogananda dijo que él fue un Prem-avatar, un avatar del amor. Vino al mundo para amarnos y enseñarnos cómo amarle y cómo vivir en ese amor. El amor es la luz que nos guía fuera de la oscuridad en las relaciones con los demás. Es el antídoto de la negatividad, los celos o la actitud de juzgar a los demás.

Si tienes algún problema con otra persona, es porque el amor entre vosotros ha disminuido. Para solucionar el problema, aumenta el amor. No puedes controlar cómo responderá la otra persona, pero puedes controlar tu corazón y tu mente.

### **Las bases de nuestra sintonía**

Podemos expresar amor por medio de la amistad, el servicio y de muchas formas distintas. Pero el amor es la base de nuestra sintonía con Yogananda.

Así pues, si quieres sintonizarte con Yogananda, lo primero que necesitas es centrarte en un amor expansivo. No podemos sentir su presencia sin la cualidad del amor. En caso contrario, la oscuridad es demasiado fuerte y le cerramos la puerta.

Como dijo Sri Yukteswar, “Sin el amor natural del corazón, no puedes dar un solo paso en el sendero espiritual”. Profundizaremos nuestra relación con Yogananda fundamentalmente gracias a la cualidad del amor. Tenemos que ofrecerle nuestro amor en meditación y durante el día. Debemos mirar sus ojos en una fotografía y también visualizar sus ojos.

También debemos establecer la costumbre de incluir a Yogananda como un amigo silencioso en cuanto planeemos o hagamos, así estaremos haciendo siempre planes o actuando con él, no separados de él. Dile

siempre; “Ven aquí como mi amigo, mi guía. Ayúdame a sentir cómo hacer esto”.

Podemos llevar esto incluso al nivel de rebanar pan. Pues tal como vimos en la historia del niño Jesús y el muchacho, los grandes aceptarán todo cuanto les ofrezcamos.

### **La alegría aumenta**

A medida que aumentamos nuestro amor, también la alegría aumenta. Yogananda dijo que incrementando no sólo el amor sino también la alegría, comenzamos a debilitar el dominio del ego.

*Jyotish y Devi Novak son Acharyas (directores espirituales) de Ananda Sangha. Jyotish es también Acharya de la Orden Ananda Sevaka a nivel mundial.*

*Clarity, Winter 2006, 20-22*

Así pues, durante la meditación y a lo largo del día, intenta sentir y expresar cada vez más amor y alegría y gracias a esto, siente una sintonía más profunda con Yogananda.

Yogananda es una condensación de amor y alegría que vino al mundo para despertar en nosotros esas cualidades, a través de sus enseñanzas, sí, pero especialmente a través del magnetismo de su ser. Cuando esas cualidades se despierten en nosotros, entonces y sólo entonces, seremos verdaderos discípulos.