

Preguntas frecuentes

sobre el Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga

con Swami Shantananda

- ¿Qué es *Shaktipat-diksha*?
- ¿Qué es el Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga?
- Después de recibir la iniciación de *shaktipat*, ¿continúa uno participando en Intensivos de Shaktipat?
- ¿Cómo puedo prepararme para participar en el Intensivo de Shaktipat?
- ¿Qué le aconsejarías a alguien que está tomando su primer Intensivo de Shaktipat?
- ¿Qué experimentan los participantes durante un Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga?
- ¿Qué ocurre después del Intensivo de Shaktipat?

¿Qué es *shaktipat-diksha*?

La experiencia de amor por Dios y el anhelo de volverse uno con Dios es innato en todas las almas. En lo más profundo, todo ser humano sabe que la grandeza y la alegría lo aguardan—si solo pudiera descubrir cómo encontrarlas. *Shaktipat diksha*, la iniciación por la gracia del Guru, es la llave que devela la grandeza interior.

En sánscrito, *shaktipat* significa literalmente el “descenso del poder” y *diksha* es iniciación. En el sendero de Siddha Yoga, *shaktipat-diksha* es un acto de gracia. Es la iniciación mediante la cual la Guru de Siddha Yoga, Gurumayi Chidvilasananda, transmite la energía divina a un aspirante y despierta su Kundalini Shakti, la energía espiritual interior. La iniciación de *shaktipat* marca el principio de la *sádhana* de Siddha Yoga, un viaje

interior que culmina en la liberación: la libertad de las energías limitantes y el reconocimiento de la divinidad como el propio Ser.

¿Qué es el Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga?

El Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga es un evento que sirve como el vehículo principal a través del cual Gurumayi Chidvilasananda otorga *shaktipat-diksha*.

El Intensivo de Shaktipat se realiza de modo semejante a una antigua ceremonia iniciática que proporciona una atmósfera propicia para que los participantes reciban, con reverencia, la transmisión de la gracia del Guru. Un aspecto importante de esta iniciación es comprender el valor de la Kundalini Shakti despierta y la necesidad de nutrir la expansión de este poder divino mediante el compromiso diario con las enseñanzas y prácticas de Siddha Yoga. En el Intensivo de Shaktipat, los participantes reciben el mantra de iniciación de Siddha Yoga y se les enseña cómo usar el mantra para practicar la meditación Siddha Yoga. Ellos también practican el canto del Nombre divino y reciben guía sobre cómo aplicar las enseñanzas de Siddha Yoga para su desarrollo espiritual.

Baba Muktananda creó el Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga. En 1973, durante una serie de retiros de meditación en la India, Baba desarrolló lo que se volvió el formato del Intensivo. Cuando llegó a los Estados Unidos en 1974, Baba delineó en profundidad este formato y le dio un nombre. El primer Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga tuvo lugar en Aspen, Colorado, del 27 al 30 de agosto de 1974. Desde entonces Baba y Gurumayi han ofrecido cientos de Intensivos de dos días y de un solo día en todo el mundo.

En 2006, Gurumayi hizo el Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga ofrecido en octubre un evento anual en honor del Mahasamadhi de Baba Muktananda, el aniversario cuando Baba —el Guru de Gurumayi— dejó su

cuerpo, alcanzando la unión final con la Conciencia suprema. En la tradición de los Siddhas, este evento único y extraordinario se conoce como *mahasamadhi*, “la gran fusión”. Después de *mahasamadhi*, la *shakti* de un ser iluminado sigue siendo omnisciente y omnipresente, enalteciendo el mundo e iluminando la vida de los devotos. El Mahasamadhi de Baba es una época favorable para dedicarse a las prácticas espirituales tales como participar en el Intensivo de Shaktipat, ya que una ocasión sagrada como esta intensifica el poder de nuestras prácticas.

Después de recibir la iniciación de *shaktipat*, ¿continúa uno participando en Intensivos de Shaktipat?

El Intensivo de Shaktipat es tanto una iniciación sagrada como una preciosa oportunidad para sumergirte en la práctica espiritual en una atmósfera llena de gracia. Mediante el *sankalpa* de Gurumayi, mediante su intención, el Intensivo es un vehículo para la *anúgraha-shakti*, el poder otorgador de gracia que impregna cada momento y cada práctica del Intensivo de Shaktipat. Ya sea que estemos recién llegados en el sendero de Siddha Yoga o hayamos estado practicando durante algún tiempo, en el Intensivo la gracia nos sostiene. A medida que nos dedicamos a las prácticas espirituales durante el Intensivo, las prácticas comienzan a revelar el amor, la belleza y la grandeza de la Verdad que es nuestro propio Ser.

Cada Intensivo que tomas le da ímpetu al impulso original iniciado por *shaktipat*. Aun cuando el esplendido poder de la gracia en el corazón del Intensivo de Shaktipat puede ser antiguo, este poder es siempre fresco y renovador. Esta ha sido la experiencia de muchos participantes en cada uno de los Intensivos que han tomado —cada uno mantiene el mismo poder e incluso cada uno es único. Con cada Intensivo de Shaktipat, la *sádhana* se fortalece y nuestra conciencia del Ser divino se expande.

¿Cómo puedo prepararme para participar en el Intensivo de Shaktipat?

Una manera es participar en la preparación para el Intensivo de Shaktipat. De este modo, seguimos la antigua práctica en la que los buscadores preparan su cuerpo y mente para recibir la gracia del Guru. Durante este evento, tanto los nuevos buscadores como los siddha yoguis experimentados participan en lo que Baba Muktananda llamó las cuatro ruedas del Intensivo: meditación, postura, respiración y mantra. Esta preparación es importante para crear una disposición de receptividad, enfoque y reverencia hacia la *anúgraha-shakti* del Guru y las enseñanzas de Siddha Yoga.

Lo que me gustaría enfatizar es que cada elemento del Intensivo de Shaktipat y de la Preparación para el Intensivo de Shaktipat está energizado por la *shakti* del Guru y sirve para apoyar el propósito del Intensivo: experimentar el propio Ser.

¿Qué le aconsejarías a alguien que está tomando su primer Intensivo de Shaktipat?

Organízate para participar en el Intensivo de Shaktipat, creando espacio en las semanas que anteceden al Intensivo para prepararte para este evento sagrado. Participa en la Preparación para el Intensivo de Shaktipat.

La experiencia de la gracia puede ocurrir en cualquier momento durante el Intensivo de Shaktipat. Así que te sugiero estar abierto y no tener expectativas sobre la forma que tomará la gracia. De hecho, no puedo hacer el énfasis suficiente. Y le daría el mismo consejo a cualquiera que esté tomando el Intensivo otra vez. Nuestro papel es estar presentes para que la gracia fluya dentro de nuestro ser. Así que en el Intensivo de

Shaktipat, entrégate al momento. Enfócate en cada elemento del Intensivo: cuando llegue el tiempo para meditar, medita; cuando sea el momento de cantar, entonces canta; cuando se dé una charla, escúchala atentamente. Todas las prácticas del Intensivo te ayudarán a sumergirte en la gracia nutricia que revela la Verdad.

¿Qué experimentan los participantes durante un Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga?

Tanto tangibles como misteriosos, los efectos de la gracia recibida en el Intensivo de Shaktipat no siempre pueden ser medidos o predecibles. Puede ser que entres en meditación profunda, o que surjan revelaciones desde el interior, o que una enseñanza hable directamente a tu corazón. En momentos puedes experimentar la dulzura del amor incondicional, tu mente puede encontrar paz genuina, o puedes descubrir una nueva manera de realizar las prácticas espirituales. En ocasiones la gente pasa por un descubrimiento extraordinario que cambia su comportamiento de allí en adelante.

Sea tu experiencia sutil o conmovedora, o incluso si piensas que no tuviste ninguna experiencia, quiero que sepas que el efecto de la gracia se observa con el tiempo y que esto es verdad para todos.

¿Qué ocurre después del Intensivo de Shaktipat?

Lo que experimentas en un Intensivo de Shaktipat se traslada a tu vida diaria. Después puedes darte cuenta de que tu práctica de meditación diaria ha progresado a un nivel más profundo. Refinas tu capacidad para atraer las virtudes nobles —como la valentía, la bondad, la fortaleza y la compasión— por medio de tus palabras, pensamientos y acciones. Puedes desarrollar un respeto y amor más grandes por ti mismo, y puedes sentir una mayor consideración por los demás. O puede ser que tu amor por Dios

se manifieste naturalmente como amor por tus semejantes. Esta transformación interna permite que el poder de la gracia traiga consigo revelaciones y descubrimientos siempre nuevos.

Para que esta transformación se vuelva realidad, tienes que llevar e integrar el poder y las enseñanzas del Intensivo de Shaktipat en tu vida diaria. Y el medio para hacerlo es dedicarte con firmeza a las enseñanzas y prácticas de Siddha Yoga. Entonces el poder despierto de la gracia revela el esplendor de tu propio Ser.