

Enseñanzas de Merry Life
Maestro KPK
Sábado 12 de Septiembre, 2020
Charla 7

(Esta transcripción es solo para uso personal. Puede contener errores.)



YouTube:

<https://www.youtube.com/watch?v=f-4asxrnKtw&list=PLSH2l6BIGH3b4sFdfDUvdUAlqVV8-JaSS&index=4>

Saludos fraternales de corazón y mis mejores deseos a todos los hermanos y hermanas que se han reunido en varias partes del globo. Puede ser de noche, puede ser de mañana, puede ser de tarde, por lo tanto Buenos días y saludos a todos.

Les he estado hablando sobre el trabajo del segundo Manu, el Manu Svarocisha, llamado también Manu Priyavrata. El propósito de este Manu es asegurar que la humanidad viva con mucha intencionalidad y con mucho gusto, para adquirir mucha esencia de la vida y de este modo realizarse. En este tiempo él ha originado diez llamas en la constitución humana. En la medida en que estas diez llamas estén activas en nosotros, el hombre será un ser realizado y completo, un ser que alcanzaría substancialmente su realización al haber estado en la forma humana.

Manu es el principio solar a través de quien ha llegado la humanidad, y durante su manvantara predominan las características de ese Manu. El nombre del segundo Manu es Priyavrata o Svarocisha. Priyavrata significa que le gustaría vivir el día con mucha intención y con mucha alegría. Ese es su ritual. Desde que se despierta hasta que se duerme vive con gran intensidad y le gustaría hacer el mejor uso posible de la vida en todas sus dimensiones, y en ese contexto él ha encendido diez llamas en el ser humano, tres de las cuales se explicaron en la clase anterior, en primer lugar la llama del habla. No quiero volver a explicar lo que ya se ha dicho.

La primera es la llama del habla y cada uno tiene que trabajar para asegurarse de que cuando habla es como si saliera fuego, lo que significa que produce el calor necesario, la radiación necesaria, el magnetismo necesario y la iluminación necesaria con cada expresión de la palabra. Cuando un Sabio vidente habla, el entorno se ilumina. Esa clase de habla está en toda teología, representando las lenguas de fuego, los medios del fuego, el fuego que graba / genera todas las cualidades del fuego. Y el hombre está dotado del habla y tiene que ser usada adecuadamente.

La **segunda llama** de la que hablé es la **intención** en toda forma de acción. En cada faceta de la vida tiene que haber una intención absoluta, no debemos tener una asistencia indiferente, negligente, porque cuanto más intención pones en los actos que realizas -tanto grandes como pequeños- obtienes el placer de realizarlos, sean grandes o pequeños. Se habló mucho de ello en la clase pasada.

Y la **tercera llama** de la que hablé es la **llama del pensamiento** – de que tenemos que asegurarnos de no recoger del entorno ciertos pensamientos mediocres y responder continuamente a ellos. En su lugar, desarrollemos un vórtice desde el cual recibimos pensamientos de los círculos superiores y tratemos de manifestarlos en el plano mundano. Eso es lo que llamamos “hacer que descienda la Luz sobre la Tierra” o “magia blanca”, o también “traer el Reino de Dios a la Tierra”. La idea es que el ser humano puede ser un gran recurso a través del cual se puede manifestar mucho de lo sutil y divino a nivel planetario, siempre que sus pensamientos estén en un estado cada vez más elevado, y no sean pensamientos que se relacionen solamente con las cosas mundanas cotidianas que rodean completamente a su mente. De modo que para mantener encendida la llama de la mente tenemos que contemplar, tenemos que idear, tenemos que pensar y luego actuar...y también relacionarnos con todos esos grandes actos que fueron realizados por los anteriores gigantes de la humanidad.

En todas las razas ha habido gigantes que contribuyeron al desarrollo de la humanidad, y nosotros tenemos que pensar en términos de esos pensamientos y no en los pensamientos mundanos rutinarios, porque esos pensamientos solo nos dejarán con una mente sin ninguna llama. Esa clase de mente sólo se convertirá en un albergue de demonios y fantasmas, que también traen mucha depresión a las personas. Hoy en día muchas personas, las mentes modernas están llenas de depresión porque han perdido la capacidad de introducir en ellas pensamientos desde los sub-planos superiores de la mente. La mente tiene siete sub-planos y la mayoría de los seres humanos está entre el tercero y el cuarto sub-plano de la mente, mientras que todavía hay pensamientos más finos que pueden ser recibidos desde el quinto, el sexto y el séptimo sub-planos, donde los pensamientos son mucho más magnéticos, radiantes y pueden producir un cambio en nuestra propia vida, así como también en el entorno. Incluso en el plano mental nosotros no estamos completamente realizados, en el sentido de que no estamos usando como debíamos a la cámara de la mente con sus siete niveles.

El **fuego del pensamiento** es lo que ha sido introducido en esta humanidad de acuerdo con las enseñanzas de Madame Blavatsky, durante la segunda mitad de la tercera raza raíz, llamada la raza lemuriana. En la raza lemuriana los Hijos de la Voluntad, los Hijos del Fuego, los Hijos de la Luz, los Hijos del Yoga, todos ellos han descendido a la Tierra, así es como se dice. Eso significa que ellos vinieron aquí para traer los pensamientos más sublimes y asegurarse de que esta humanidad disfrute lo que tiene que ser disfrutado en el planeta y que también siga avanzando hasta los estados superiores de la materia, para lo cual tenemos que asegurarnos de que esta llama se mantenga siempre encendida al relacionarnos con las enseñanzas de los Maestros, o las enseñanzas de los Sabios videntes, o las enseñanzas de las más antiguas escrituras que están disponibles en todo el globo, o por contemplación, o por meditación. Tiene que haber tiempo para ello, tenemos que encontrar tiempo todos los días para asegurarnos de que nuestra mente esté disponible para la recepción de los pensamientos superiores, como los que decimos en cuanto a una “Mente limpia, vida pura,” todo eso de lo que habla la Escalera de Oro. Tenemos que pensar en esos términos.

Estas son las tres llamas de las que hemos hablado la clase pasada y de las cuales volví a hablar en otros nueve minutos de tiempo.

La **cuarta llama** que me gustaría mencionar es la llama que se genera **a través de las manos**. Las manos pueden generar llamas, lo que significa que pueden generar vida, pueden generar energías, pueden transmitir energías. Pueden transmitir una variedad de energías. Podemos transmitir energías de curación, también podemos transmitir energías que eleven a los demás. Si se fijan en los grandes ángeles, ellos dan una bendición con su mano o tienen también otra postura por medio de la que nos transmiten muchos recursos. Esta es también una actividad de las manos. Este es el punto más elevado, pero comenzando con nosotros, nosotros deberíamos, comenzar a trabajar con las manos de una manera que ayude al entorno. Todos nosotros sabemos muy bien que las manos que ayudan a los demás son mucho mejores que la boca que predica todo el tiempo. Hay muchos predicadores como yo en el planeta, ¿saben? Ellos predicán todo el tiempo, pero lo que tenemos que ver es cuánto trabajan. Un hombre es conocido por las obras que ha hecho, no por las palabras que ha dicho. El hombre es medido por las acciones que ha hecho, no por las palabras que ha dicho. Una boca que habla es inferior a una mano que trabaja, según el entendimiento de la sabiduría.

De modo que tenemos que ocuparnos de recibir pensamientos sublimes en nosotros y trasladarlos a la acción para dar plenitud al entorno, elevar a los semejantes, proteger a los animales, alimentar a las plantas y cuidarlas y que todos estén en la abundancia, en el sentido del bienestar en virtud de que tú te encuentres allí. No se trata de que vivas como un árbol alto sin dar sombra, sin una fruta y sin una flor. Hay muchos árboles que crecen muy alto, pero no dan sombra ni frutos ni flores. ¿Para qué sirve un árbol así? Sólo es bueno para leña. Pero hay árboles que dan mucha sombra a las personas, dan residencia a los pájaros y también a los Sabios videntes. Hay muchos árboles sobre los cuales descansan los Sabios videntes, y que originan muchas hojas y tallos que pueden ser usados médicamente. También dan flores, dan frutas. Esos árboles tienen una buena vida, no han vivido en vano.

Lo mismo ocurre con el hombre que vive sólo para sí mismo, él es como un árbol alto sin ramas, que no puede dar sombra, ni frutas, ni flores. No puede dar nada, excepto estar allí muy alto. Lo que es importante es que la mente pensante siempre esté asociada con la mano que trabaja, y ese trabajo tiene que ser un trabajo de producción, de construcción, un trabajo que eleve al entorno.

Por eso, en tiempos antiguos se consideraba que entre todos los trabajos el cultivo era muy noble porque genera el alimento que será de ayuda para muchas especies. El alimento es una producción importante que genera la mano del hombre. Sin alimento, el hombre no estaría sobre el planeta. Por eso se considera que producir alimento es un acto sublime. Aparte de la curación, aparte de la enseñanza, lo siguiente es la producción de bienes y artículos, de granos para la alimentación y la producción de todo lo que es útil para la humanidad. Hoy en día se producen muchas cosas inútiles que se vierten sobre la humanidad y el hombre está bombardeado con tanto marketing que se lo lleva a creer que necesita tantas cosas, mientras que nuestros ancestros vivían mucho mejor sin todos esos requerimientos que tenemos hoy. Se nos hace creer que necesitamos muchas, muchas cosas que realmente no son necesarias, pero de alguna manera estamos en eso y seguimos produciendo cosas y artículos que realmente no son útiles y que ni siquiera pueden ser absorbidos nuevamente por la naturaleza. Ellos no pueden ser absorbidos fácilmente por la naturaleza, como el plástico que producimos.

Siempre que pensemos en producir algo, tenemos que pensar cuál es la utilidad para el entorno de los productos que causamos con nuestras manos. ¿Ayuda al medio ambiente? Es como dar a luz a un hijo. Con nuestro pensamiento y nuestra acción estamos entregando un hijo al mundo. ¿Será una amenaza para el mundo? ¿Será un servidor de este mundo? De la misma manera, los actos que hacemos son comparables con los hijos que producimos sobre una base diaria. ¿Qué actos hemos hecho hoy para el bien del entorno?

Y las manos que no trabajan no merecen estar allí. El trabajo con las manos y la coordinación entre la cabeza y la mano se considera sumamente importante. Anteriormente escribíamos mucho, y hoy en día todos usan las dos manos sobre la laptop para asegurarse de enviar mensajes a todas partes ¿no es así? ¿Cuál es el propósito de esos mensajes? ¿Es sólo hacer circular cosas que ya están en circulación? Recibimos y reenviamos estos mensajes todo el tiempo, y hoy es una actividad de por lo menos una hora al día. Si se fijan en su teléfono

móvil la gente envía mensajes, mensajes, mensajes. ¿Qué hacen esos mensajes? ¿Qué hace toda esa charlatanería? ¿Está hecha la mano para esas cosas? ¿No producimos pensamientos que eleven a las personas?

Nosotros también podemos transmitir pensamientos que eleven a las personas. También podemos transmitir lo que nos inspire, pero transmitir otras cosas no tiene sentido. Transmitir sabiduría, sí. Pero tenemos que ser responsables de practicar la sabiduría que transmitimos, y luego transmitirla. La transmisión que hace una persona que practica la sabiduría tiene un impacto diferente sobre los demás. Si transmites algo que no practicas no tendrá ningún impacto, porque la belleza del ser humano es que la alquimia se produce cuando habla de lo que ha vivido. Cuando no lo ha vivido y transmite simplemente a los demás la información que le llega, no inspira a los demás. Esa es la razón de que las Escrituras continúen inspirando hasta hoy en día. Las enseñanzas de los Grandes Maestros continúan inspirando incluso hoy en día. ¿Por qué? Porque ellos vivieron la sabiduría y luego la transmitieron.

Me están mostrando a los traductores en el Zoom para hacerme entender que tengo que hablar más despacio. Gracias por la cooperación de su parte. Trataré de hablar más despacio. Si hablo despacio todo el tiempo, no terminaré las diez llamas ni en la clase que viene, pero de todos modos lo que es importante es que ustedes escuchen bien, reciban bien, tomen nota y que también veamos cuánto practicamos, y cuanto más podemos practicarlas a cada una de ellas.

Siempre hay posibilidad de mejorar mucho en términos del habla, de la llama de la palabra y de la llama del pensamiento y del propósito de la vida. La intención de vivir tiene que ser mejorada porque la mayoría de los estudiantes ocultistas no tienen mucha intención de vivir, desafortunadamente. Siempre están perdidos, siempre tienen una mirada perdida en sus caras como si hubieran perdido todo y miran al cielo abierto y no muestran en su cara ese intento virulento de vivir que es una llama por sí mismo. Si la tienes, todo tu ser estará muy activo y lleno de alegría – esa es la segunda llama. La tercera llama es la llama del pensamiento, la cuarta llama es la llama que expresas a través de tu trabajo

Cuando decimos “llama de las manos” es una expresión del trabajo. Cuando decimos “llama del pensamiento” es la calidad de pensamientos que tenemos. El pensamiento que tenemos es lo que exteriorizamos en nuestro trabajo. De modo que nuestro trabajo será tan magnético y radiante como nuestro pensamiento. Si el pensamiento no es inspirador, nuestro trabajo tampoco lo será. Por lo tanto, la cuarta llama es la llama de la acción.

Luego viene la **quinta llama**. Es una llama muy importante que ha sido dada por el segundo Manu, Priyavrata o Svarocisha. Repito continuamente estos nombres para que penetren profundamente en sus consciencias, porque ellos tienen la verdadera esencia del carácter del Manu. De la quinta llama, de Svarocisha or Priyavrata, el 2° Manu, es de la que voy a hablar ahora. La quinta llama es llamada nuevamente la llama que crea la energía adecuada en el sistema. “La llama que crea la energía adecuada en el sistema” significa que todos los tejidos de tu cuerpo están contruidos adecuadamente y se mantienen bien a través del tiempo. Es una llama, y eso ocurre solamente a través de la ingestión del alimento correcto.

En la era moderna nosotros no le prestamos realmente mucha atención a la comida. Creemos en comer apresuradamente, creemos en comer en cualquier parte y en todas partes, y comemos mientras hablamos. No tenemos la intención de relacionarnos con la comida y luego comer, y no comemos un alimento integral, lo que significa que nuestra alimentación no es completa. Está desequilibrada. No comemos todos los sabores que la naturaleza pretende que comamos. Las Escrituras hablan esencialmente de seis sabores. Las seis categorías del gusto se relacionan con los seis centros de nuestro cuerpo, desde Ajna hasta Muladhara. Hay seis centros y seis sabores, y luego hay siete tejidos que pueden ser preparados con un alimento que contenga las seis categorías de sabores. Esto es de por sí un conocimiento. Se requiere que el hombre ingiera los seis sabores, y no lo que le gusta o no le gusta. Es cuestión de inculcarle el sabor a la lengua. Permítanme que les dé en primer lugar los seis sabores que se mencionan en las Escrituras.

Por supuesto, el primero es el sabor **dulce**. El dulce es un sabor que debe entrar diariamente en el sistema, y tiene que ser dulce naturalmente, o dulces preparados con ingredientes naturales. Lo segundo que tenemos que considerar es el alimento **ácido**. Si tomamos diariamente algo como tamarindo o limón, es muy útil para el cuerpo. Lo tercero es lo **salado**. La sal es muy esencial en el alimento, y cuando falta la sal en la comida – recientemente he experimentado que cuando descienden tus niveles de sodio puedes llegar incluso a la demencia. Así que nunca descuiden la sal y no consuman demasiada sal. Si ingieren demasiada, tendrán hipertensión. Si ingieren muy poca, tendrán demencia. De la misma manera, todo sabor tiene que estar en su medida óptima.

Volviendo a las variedades del sabor, lo primero es el azúcar, lo segundo es lo agrio, lo tercero es la sal, lo cuarto es lo **picante**, el **chili**. El cuerpo lo necesita. El cuerpo necesita lo picante, por lo menos tenemos que usar pimienta. Sin lo picante no se genera el calor adecuado en el cuerpo.

Y luego tenemos otro sabor, llamado **amargo**. Algo amargo tiene que ingresar en el cuerpo para ayudar al páncreas. Y luego, lo último es lo **astringente**. Cuando comemos comida astringente, nuestra boca queda seca.

En el libro Mithila he mencionado a estos seis alimentos y los tejidos correspondientes que desarrollan y la ayuda que les dan a los plexos del cuerpo. Los plexos son importantes porque son como las conexiones o los centros desde donde el sistema energético fluye por todo el cuerpo así como la sangre, y los seis plexos están bien nutridos cuando se ingieren los seis sabores. Por eso en los tiempos antiguos se le daba mucha importancia a la ingestión de muchos cereales y legumbres y luego verduras, leche, productos lácteos como el yogur, la Manteca y el ghee y también aceites sin cocción. Los aceites cocinados no se consideran muy saludables, pero mezclando aceite recibimos mucha lubricación en las articulaciones del sistema, y ayuda bastante a los huesos.

Esta no es una sesión sobre alimentos, pero menciono solamente que si algo tiene que ingresar en nuestro sistema tienen que haber productos lácteos, cereales, legumbres y verduras en una buena cantidad, y no dejen de lado a ninguna de estas cosas, haciendo de nuestra dieta una dieta desequilibrada. Tiene que ser una dieta completa. No es que cada cosa que comemos a lo largo del día tenga que ser una dieta completa, pero todo junto tiene que constituir una dieta para el día completamente balanceada. Una dieta diaria completamente balanceada permite que los tejidos se formen correctamente. Hay un propósito para la formación de todos estos tejidos, y luego, tenemos que comer con una mente tranquila y con orientación hacia la comida.

No podemos comer mientras parloteamos toda clase de cosas inútiles. Tenemos que comer con orientación. Tenemos que sentir que la comida nos alimentará, que alimentará a los devas de nuestro cuerpo, que desarrollará los tejidos necesarios en el cuerpo y que ayudará a los seis centros a producir los fluidos endocrinos necesarios para el cuerpo. Esta clase de actitud debe estar presente, porque la comida ayuda mucho al sistema humano y nosotros no estamos muy orientados cuando comemos. Especialmente la mente moderna está mayormente ocupada y comen con la mente ausente.

Y luego se debe comer en un lugar casto, así como cuando hacemos meditación. Tiene que ser en un lugar especialmente destinado para ello. Se debe comer en el lugar destinado a ello, y debe mantenerse limpio. Y luego, tenemos que hacer una pequeña plegaria para que esta comida alimente a los devas en mí y a su vez los devas me ayuden, una especie de plegaria. Y esa plegaria ha sido muy bien concebida en el Veda. El Veda dice: "*Annam Brahme divya janam*" lo que significa "La comida es el propio Brahman" y al comer este alimento yo me vuelvo apto, me vuelvo capaz de llegar a Brahman. La comida puede ayudar a alcanzar a Brahman y generalmente no se recomienda el ayuno, excepto para algunas situaciones especiales. El cuerpo tiene que ser alimentado regularmente. Alimentar al cuerpo significa alimentar a los ángeles que mantienen tu cuerpo. No podemos permitir que se mueran de hambre. Por eso se le da tanta importancia a la comida. También se dice "*Annanba apoorvitha*" que significa: "si es posible, por favor multiplica el alimento". Por favor, sigue multiplicando y distribuyendo alimento. Entre todas las distribuciones y donaciones, se considera que dar alimento es la actividad más importante. Consumir alimento es una cosa, y asegurar alimento al entorno es

otra cosa. Podemos dar alimento a los humanos, también podemos ofrecer alimento a los animales, podemos dar agua y alguna clase de fertilizantes naturales a las plantas. También podemos contribuir con los niveles de pH de la tierra con el pastoreo de los animales en los campos donde tiene lugar el cultivo. Especialmente cuando se dejan vacas y ovejas, durante tres días y tres noches en un campo determinado, las excretas que dejan esos animales en la tierra equilibran completamente los niveles de pH. De todos modos, esa es una dimensión. Por lo tanto, hay muchas dimensiones relacionadas con el alimento.

Tal vez después de esta clase sobre las diez llamas provenientes del segundo Manu les narraré las cinco dimensiones del alimento que se dan en el Veda, y cuánto nos ayudan a ir hacia Brahman. Por lo tanto, este alimento tiene que ser tomado de la manera adecuada. La actitud tiene que ser la adecuada, la sustancia alimenticia tiene que ser equilibrada y luego el lugar tiene que mantenerse limpio. No podemos desayunar a las corridas. La gente corre todo el tiempo detrás de un autobús mientras come un pedazo de pan, corren sobre las calles – lo que se ve sobre todo en las películas para mostrar lo ocupado que está el hombre para nada. Está muy ocupado en vano. No tiene tiempo para sentarse tranquilamente y comer tres veces o dos veces al día. Tiene que asegurarse de desarrollar esta llama de tal manera que se haga mucho bien internamente cuando se ingiere la comida adecuada. Esto es en sí mismo una llama. Cuando se presta la adecuada atención a esta llama, los siete tejidos del cuerpo se forman correctamente.

Entre estos siete tejidos, el más importante es el espermatozoide en el hombre y el óvulo en la mujer.

Si los hábitos alimenticios y sexuales de la mujer son regulares, los períodos serán normales. Si los períodos de la mujer son normales, su salud se rejuvenece cada mes y no se desajustará por nada. Por lo tanto, el mantenimiento de períodos regulares es el parámetro para ver si la mujer está funcionando adecuadamente en relación con sus hábitos alimenticios saludables y los demás hábitos de la rutina diaria. Tenemos que las mujeres recuperen los ritmos de sus períodos hasta que lleguen a la menopausia. Mediante ello, habrán asegurado su salud. Y en esas mujeres los óvulos se producen abundantemente.

Y en el hombre, el esperma tiene que ser producido regularmente por medio del alimento que ingiere. El esperma es muy importante, porque es el tejido más sutil. El tejido más sutil del cuerpo humano es el esperma en el caso del hombre y el óvulo en el caso de la mujer. Ellos tienen que ser producidos y contienen la esencia misma de la energía de la persona, que puede ser usada de dos maneras. Una manera es usarla para la reproducción. El propósito del sexo, de acuerdo con el entendimiento antiguo es proferir cuerpos a los seres humanos. Debido a que se nos han dado cuerpos, tenemos la deuda de dar cuerpos para las almas que encarnan. Ese propósito puede ser cumplido si el esperma y el óvulo, en el hombre y la mujer, son suficientemente fuertes y son capaces de contribuir para la procreación. Ese es un propósito. Y mucho más importante es el propósito de asegurar que este tejido, llamado el séptimo tejido, el esperma, cuando es utilizado a través del pranayama y la meditación, asciende y se transforma en el octavo tejido, llamado Ojas.

Ojas quiere decir que es una especie de energía ascendente. Esto significa que tu energía asciende cuando tienes espermatozoides y óvulos abundantes y fuertes en tu cuerpo, y con suficiente energía. Cuando hacemos estas prácticas relacionadas con el pranayama o la meditación, nuestras energías se acumulan y ascienden. Esto nos llevará hasta el centro del entrecejo, donde después de Ojas, que es el octavo tejido, formamos al noveno tejido llamado Tejas. Tejas es el noveno tejido en nosotros, que se expresa a través de nuestra frente como luz. A través de la frente se transmite mucha luz a los alrededores. Eso significa que estás en ese estado en el que el tercer ojo puede abrirse y mostrar cosas que no puedes ver de otra manera. Lo que tus ojos muestran es una cosa, pero una vez que se abre el tercer ojo, puedes ver puedes ver mucho, mucho, mucho más y muy, muy, muy distante. Así que cuando se forma el noveno tejido, se puede obtener esa luz en la frente que es capaz de guiar los alrededores.

Esa clase de luz en la frente es lo que se llama "el faro". Eso significa que en tu casa, en tu cabeza, hay suficiente luz y esa luz te ayuda a ver mejor, a comprender mejor y a guiar a los seres que te rodean. No todas las personas pueden guiar a los demás, pueden confundirlos o desviarlos y luego recibir las críticas por haberlos

confundido o desviado. Por eso, nunca se apresuren a guiar. Lo que es importante es que a través del alimento desarrollemos en primer lugar suficiente fertilidad en nosotros, para comenzar. Usen esa fertilidad para tener hijos hasta, digamos, durante siete años. Si desean tener tres o cuatro hijos es cuestión de seis o siete años. Pero tienen un gran margen de vida. En el resto de la vida pueden usar al séptimo tejido para desarrollarlo o transformarlo en el octavo tejido. El octavo tejido es Ojas. El noveno tejido es Tejas, lo que significa que ya hay un brillo en la cara. El décimo tejido es Rajas, es decir, que se expresa como llamas, como la luz de las llamas. Se expresa en el entorno y tiene un buen impacto. Ojas, Tejas, Rajas, son los otros tres tejidos que desarrollamos a partir del séptimo tejido, que nos establece en el plano que llamamos Devachan o el plano divino, o el plano de los Devas. Si deseas unirme al plano de los Devas tiene que tener lugar suficiente transmutación en ti. Este cuerpo tiene que ser transmutado para llegar a las esferas superiores. En las diferentes esferas, el espacio tiene diferentes propiedades. Nosotros estamos sobre todo en el plano físico, emocional y mental, y tenemos que ascender al plano búdico pasando por el quinto, sexto y séptimo sub-planos del plano mental. Por lo tanto tenemos que desarrollar estos tres tejidos adicionales con la ayuda del séptimo tejido, cuyo brillo aparece en nuestros ojos. La luz del séptimo tejido aparece en tus ojos. Dependiendo del brillo de sus ojos, podemos ver si un hombre tiene suficiente luz del séptimo tejido, y cuando los tejidos se siguen transformando - en el octavo, el noveno y el décimo- los ojos se vuelven mucho más atractivos. Los ojos transmiten mucha luz. Los ojos tienen magnetismo. Los ojos pueden otorgar tales bendiciones y bienaventuranza al entorno siempre que los demás tejidos se hayan desarrollado. Pero para desarrollar los tejidos lo que es importante es el Pranayama, Pratyahara y Dharana. Estos son los tres pasos. Pranayama, Pratyahara y Dharana son los tres pasos a través de los cuales se pueden desarrollar estos tres tejidos. Cuando estos tejidos se desarrollan, tienes la capacidad de entrar en el Devachan. La gente habla del Devachan, hablan del quinto plano que es el plano de los devas. Eso es posible. Ese es nuestro deseo, ¿no? Todo aspirante, todo discípulo quisiera encontrar su morada en el plano de lo divino. Hay muchas gradaciones en el plano divino, pero al unirnos al plano divino se hace más fácil funcionar, porque tenemos un punto de referencia. No volvemos a caer en el plano mundano, aunque podemos entrar en el plano mundano, conducir la actividad y regresar al plano de los devas. Esta es la facilidad que logramos siempre y cuando seamos capaces de hacer contemplación y meditación en términos del cuarto, quinto y sexto paso del Yoga de Patanjali, es decir, Pranayama, Pratyahara y Dharana. Y para esto, ¿qué es lo importante? La base es el combustible que le suministras al cuerpo.

El combustible es el alimento que ingieres y ese combustible tiene que ser capaz de producir suficiente esperma en los hombres y óvulos en la mujer. Esto tiene que ocurrir, de lo contrario no será un terreno fértil para cultivar nada. Vean, si un río fluye hasta el borde de sus orillas, cuando construimos una represa en ese río seremos capaces de desviar las aguas y cultivar todos los campos. ¿Para qué sirve construir una represa sobre un río seco? -Porque no tiene agua. No hay manera de desviar esas aguas. Lo mismo ocurre en nosotros. Cuando eres joven, hasta los 49, 56 o 63 años existe la posibilidad de producir muchos de esos tejidos en nosotros a través del alimento. En primer lugar, tenemos que comer alimento balanceado, lo que producirá el séptimo tejido. A los otros seis tejidos todos los conocen ¿no? el hueso, el músculo, la piel, y luego la sangre y el plasma. Estos son los seis tejidos. El séptimo tejido tiene que ser preparado abundantemente en nosotros, y trataremos de elevarlo con la ayuda de estos tres pasos del Yoga llamados Pranayama, Pratyahara y Dharana. Cuando tiene lugar Dharana, somos capaces de retener nuestra conciencia en la frente y mantenernos mirando sin perturbaciones y mantenernos estables allí durante mucho tiempo. Eres capaz de permanecer allí durante mucho tiempo y eres capaz de recibir el plan de luz y luego descender para conducir la actividad diaria. Es debe ser el propósito. Para eso se hace la meditación. Es un proceso donde te relacionas con el área de luz desde donde recibes tu plan de trabajo, y conduces ese plan a lo largo del día y luego te unes a la contemplación por la noche. Las meditaciones de la mañana y de la tarde son para recibir el plan y luego cumplirlo a lo largo del día. Ese debe ser el propósito. Para hacerlo, ¿cuál es la base? La base es la comida balanceada.

Esa comida balanceada tendrá que ser ingerida con mucho conocimiento y mucha intención, sin entrar en excentricidades de regulaciones alimenticias, ayunos y toda clase de cosas que circulan a través de WhatsApp en estos días en todo el planeta. Ahora hay una especie de ansia de comida saludable y en el nombre de la comida saludable las personas se están alejando del alimento balanceado.

La comida balanceada es diferente de lo que la gente promociona como comida saludable, y los que anhelan comida saludable continúan siendo poco saludables. Cuanto más y más anhelan la salud, se alejan más de la salud. Eso no debe ocurrir. Deberíamos tener un enfoque equilibrado hacia todo. Así que la comida equilibrada es muy importante porque sirve para dos propósitos. Un propósito es cumplir el plan de los Sabios videntes al ofrecer cuerpos a las almas que encarnan. Es un requerimiento, una obligación. Habiendo recibido un cuerpo humano, nosotros también tenemos que dar uno, o dos, o más cuerpos a las almas que encarnan. Con ello habremos saldado la deuda. Si no lo hacemos en esta vida, tendremos que saldarla en la vida que viene. O si ya lo hemos saldado en la vida pasada, no tendremos que cumplir esa función en esta vida.

A menos que los fuegos se usen bien, no tendremos éxito en nuestro esfuerzo. Mediante el acto sexual la Naturaleza nos permitió tener el gozo correspondiente. También hay alegría en el acto de la reproducción, y eso puede tener lugar durante una década. De allí en adelante el resto de la vida tendremos que usarla para elevarnos. Así es como la llama llamada la llama de la fertilidad –la llamo la llama de la fertilidad- causa fertilidad a todo tu cuerpo y permite que la fertilidad produzca la procreación. La fertilidad te permite elevarte. Eso significa que mantienes tus niveles de pH en su óptimo. Así es como tiene que ser trabajada, y cuando esto ocurre se manifiesta la séptima llama.

La séptima llama se relaciona con la formación de grasa. La formación de grasa en el cuerpo es muy importante. Una persona huesuda no puede desempeñarse bien, y una persona obesa no puede desempeñarse bien. La gente presta atención a los que son extremadamente delgados y los que son extremadamente obesos. Ellos muestran cierto desorden en su salud. Lo que es importante es tener una adecuada distribución de grasa en todo el cuerpo. La grasa en los lugares incorrectos tendrá que ser eliminada. La grasa tiene que acumularse en los hombros y en los omóplatos y en la espalda para no tener problemas de espalda. La mayoría de la humanidad moderna sufre de problemas de espalda porque no tiene suficiente músculo en su espalda. No tienen suficiente músculo en la espalda, no tienen suficiente fuerza en la columna, no se pueden sentar erguidos y no nos podemos sentar sin recostar la espalda, ¿no es así? Pero un hombre con buenos músculos, con buena distribución de grasa en la espalda, con buena grasa distribuida especialmente en la parte de atrás y no en la parte del frente... Se debe evitar la grasa en la parte frontal, es decir en la barriga. La grasa en el pecho, la grasa en los hombros, la grasa en los omóplatos, la grasa detrás de los omóplatos y una espalda en forma de V con un columna vertebral muy fuerte, y luego la grasa acumulada entre las vértebras evita que los discos se deslicen. De modo que tiene que haber una distribución adecuada de la grasa, lo que ocurre solamente a través del alimento, y el alimento debe contener suficientes carbohidratos. Es una maldición que hoy en día las personas eviten los carbohidratos. Ellas tienen que ingerir carbohidratos, pero cuando se come el alimento también hay otra función esencial, y es que tendrán que pensar en hacer ejercicio corporal por lo menos durante veinte minutos. Allí es donde entra el Ayurveda. El Ayurveda dice: “asegúrate de que los miembros de tu cuerpo se mantengan adecuadamente flexibles”. Cada miembro de tu cuerpo, cada articulación de tu cuerpo debe ser tan flexible como la de un niño de siete años. Consideremos con qué facilidad puede doblarse hacia adelante, hacia atrás, hacia los costados, puede sentarse sobre las rodillas, puede agacharse, puede doblar cada articulación con mucha facilidad. Esa facilidad puede continuar si seguimos haciendo los ejercicios de flexión que han sido dados como asanas.

Cuando se realizan estas asanas todos los días durante unos veinte minutos por la mañana, nuestro cuerpo continúa estando en buen estado durante 84 años. Por eso el Ayurveda enfatiza la importancia de llevar a cabo las asanas. No es por la figura. Las personas se preocupan por la figura y los contornos, pero los antiguos se preocupaban por la salud.

Si se fijan en nuestro Primer Ministro de India, Mr Narendra Modi, él hace yoga todos los días y la manera en que puede doblarse ha sorprendido al presidente de Rusia y también al presidente americano. En todo el mundo Narendra Modi no sólo es conocido como un líder con voluntad, sino también como un hombre del Yoga, y él ha introducido el día planetario del Yoga en el solsticio de verano. Ese es un asunto secundario. Lo principal es que él puede caminar cualquier distancia. Ahora tiene 70 años de edad. Puede subir al avión y bajar del avión sin sujetarse de las barandillas, puede correr hacia arriba y hacia abajo y puede caminar largas distancias sin cansarse. Todo este se debe a que desde una edad temprana se ha dedicado a las asanas de Yoga. Y también tiene buenos músculos. Si se fijan en sus manos, es muy fuerte. Si se fijan en sus hombros, es muy fuerte y se considera que la medida de su pecho es la óptima. Es sólo para darles un ejemplo de que hay personas que hacen yoga y permanecen robustos hasta los 84 años.

Por lo tanto, desarrollar la grasa de una manera adecuada permite que nuestro cuerpo se mantenga y funcione adecuadamente en todo el tiempo por venir. Es como tener una máquina bien engrasada. Una máquina bien engrasada funciona más tiempo. Por lo tanto, hay una llama que es la llama relacionada con la vitalidad. La **sexta llama** es la llama de la vitalidad. La llama de la vitalidad nos mantiene alejados de todas las enfermedades. Hay personas que funcionan a un ritmo de 18 horas al día y no se enferman. Nuevamente les daré el ejemplo del Primer Ministro de India. Narendra Modi es una sorpresa incluso para sus colegas políticos de India, ya que ha estado trabajando durante los últimos treinta años a un ritmo de 18 horas por día y no se toma vacaciones. Trabaja también los domingos. Él no cree en las vacaciones. Él dice: “duermo unas 5 horas en la noche y trabajo todo el tiempo para el beneficio de los demás.”. Y él es soltero, no tiene familia y no tiene intereses personales, no tiene una cuenta bancaria personal, no tiene propiedades personales, sólo trabaja para el país. Y es capaz de hacerlo porque su vitalidad es muy fuerte. Su cuerpo es tan vital que nunca se enferma. Esta es de por sí una llama. Es una gran facilidad no caer enfermo con mucha frecuencia. Enfermarse de vez en cuando, está bien, pero si estamos enfermos generalmente no podemos realizar nada en lavida. La llama de la vitalidad y la llama de la fertilidad son dos llamas que he podido cubrir en unos 57 minutos, y les presentaré otra llama que se denomina la llama de la pronunciación. La **séptima llama** es la llama de la pronunciación. El habla es una cosa, la pronunciación es otra cosa. Todos tienen la facilidad de hablar, y tienen que asegurarse de que su discurso sea de calidad. Pero la pronunciación es en sí misma una ciencia que tiene que ver con nuestras cuerdas vocales. Nuestras cuerdas vocales son el lugar donde se puede producir el jugo de la inmortalidad. También es un centro que puede producir veneno. La laringe es el lugar donde se puede producir veneno o se puede producir el néctar o la bebida de la inmortalidad, dependiendo de cómo se utilicen las cuerdas vocales. Hay una llama en la laringe. El hombre está lleno de estas llamas. La llama de la laringe tendrá que ser utilizada adecuadamente. Las cuerdas vocales tendrán que ser mantenidas tan bien, que todo lo que hablemos sea inteligible para los demás y el volumen de la voz sea lo suficientemente bueno y profundo como para entrar en los oídos de los que escuchan. Si la voz es magnética, las personas la escuchan, así como las cobras escuchan la música de la flauta. No todas las voces son magnéticas. La voz tiene que adquirir su profundidad y entre las cuerdas vocales se produce fuego, y ese fuego puede ser muy cualitativo y no un fuego destructivo. Esencialmente, las cuerdas vocales producen tres tipos de tonos: el tono bajo, el tono normal y el tono alto. Normalmente tenemos que funcionar con el tono normal. Cuando hablamos con alguien que está a nuestro lado, podemos usar el tono bajo. Si tenemos que llamar a alguien o dar un discurso podemos usar nuestro tono alto. Estos son los tres tonos fundamentales relacionados con las cuerdas vocales. Y para los músicos se recomiendan siete tonos. Incluso entre los siete tonos, se considera que el cuarto tono es el más importante. Incluso si tienen un instrumento musical como un violín o una lira, la cuerda del medio, que es la cuarta, es la que más se usa y las otras que están de cada lado se utilizan para generar diferentes tonos y producir música.

El tono del hombre del cuarto nivel se considera que es el mejor para propósitos auditivos. No estás llamando en voz alta, fuerte, y no estás hablando de manera que nadie pueda entender lo que hablamos. Este nivel de tono es importante. Tiene que cultivarse desde la niñez la pronunciación de la palabra sagrada Oooooommmmm. Cuando comenzamos la práctica del Om, tenemos que hacerlo lo más fuerte posible. En India

los maestros solían llevar a los niños al río o canal cercano, asegurarse de que estén sobre la arena con el agua hasta el cuello y luego les ordenaban decir Oooooommmmm.

Nuestra laringe es un centro que puede hacer que asciendan tus energías del plexo solar, el sacro y el Muladhara. Muladhara, sacro y luego Manipuraka. Estos 3 centros están conectados con el centro laríngeo. El centro laríngeo es el fulcro. Es el centro del medio entre los tres centros superiores y los tres centros inferiores. Los tres centros superiores son Sahasrara, Ajna y luego Anahata. Los tres centros inferiores son el plexo solar, el sacro y el centro de la base. De modo que estos tres centros inferiores y los tres centros superiores se pueden conectar bien con la ayuda del centro laríngeo, cuya función principal es la pronunciación, no el habla.

El habla es la facultad de la lengua. La pronunciación es la facultad de la laringe. Esa pronunciación tiene que ser magnética. Hay sabios videntes y también hay demonios que podían pronunciar de tal manera que lo divino tenía que descender. Lo divino tiene que descender cuando hay un encantamiento adecuado. Cuando haces un encantamiento adecuado, las energías tienen que descender desde los círculos superiores, no hay otra manera, porque las energías de los círculos superiores son todas impersonales. Cuando alguien adopta el procedimiento correcto, ellas tienen que responder. Por eso, así como los sabios, también los hombres de la magia negra podían hacer estas pronunciaciones y luego hacer descender las energías y por supuesto usarlas para propósitos maléficos. Mientras que los sabios las usaban para propósitos benéficos, los malignos y demonios las usaban para fines maléficos, pero la facilidad de invocar las energías superiores está sobre todo en el centro laríngeo. Es por eso que cuando alguien llega a un ashram para practicar la sabiduría, el maestro le dice “déjame que oiga cómo pronuncias el OM”. Él puede percibir qué clase de vibración tiene, cuán fuerte es su vibración. Es desde allí que tiene que entrenar al estudiante para que logre la vibración correcta de la pronunciación.

Entre las seis claves del Veda, una de ellas es la pronunciación. Hay una clave llamada Siksha, es decir, pronunciación. Si sabes cómo pronunciar adecuadamente, estarás capacitado para hacer descender las energías. Si no puedes pronunciar, no puedes hacer descender energías. Sólo porque haces algunos himnos de alabanza, no puedes descender energías. Sólo porque dices OM, ello no descende energías. Tendrá que ser tan vibrante que produzca un embudo más allá de tu techo y llegue al cielo desde donde descenderán las energías. Cada vez que dices Oooooooooooooooooommmmmmm y luego haces una pausa (un vacío), las energías descenderán necesariamente. Por eso en oriente los Sabios comienzan todo buen trabajo con la pronunciación del OM. La idea es hacer que descendan las energías de los círculos superiores y comiences a expresarlas en el entorno. Esa debe ser la finalidad. La pronunciación tiene gran importancia y las cuerdas vocales tienen que ser resguardadas. Tienes que preservar a tus cuerdas vocales para poder hacer un buen encantamiento. Por eso sin esta palabra OM – esta palabra OM se llama la palabra sagrada- no podrás pronunciar todos los mantras, pero si puedes pronunciar OM, es tan bueno como pronunciar todos los mantras.

Por eso, cuando haces una inhalación larga y luego una exhalación muy efectiva del OM por lo menos 21 veces al día, proporcionas mucho alimento a tus cuerdas vocales. En tiempos antiguos, en las escuelas orientales de sabiduría, todos los días había una práctica de pronunciación de los sonidos desde la garganta durante tres horas. ¡Imaginen! Ellos tenían tiempo para practicar tres horas de pronunciación. Si se fijan en el libro Astrología Espiritual escrito por el Maestro EK, en el capítulo de Leo el Maestro EK habla de las escuelas de los Maestros donde a los estudiantes se les daba la disciplina de pronunciar durante tres horas al día. Pronuncias tres horas al día y entonces se limpia todo tu sistema. Todo lo que está en tu cuerpo se limpia con esas pronunciaciones. Y entonces se produce suficiente fuego. Se produce mucho fuego cuando ingieres suficiente cantidad de alimento. Suficiente significa en este caso, grandes cantidades de alimento.

El estudiante de Pranayama y el estudiante del OM comen mucho más alimento que los otros – mucho más alimento en el sentido de alimento mucho más balanceado, y entonces alimentan a su cuerpo. La laringe limpia al plexo solar, limpia al sacro, limpia al centro de base, y luego nos conecta con los centros superiores. Es importante saber esto, que te conecta con los centros superiores. En el hombre común la laringe está conectada con los tres centros inferiores, pero no está conectada con los tres centros superiores. Si tienes un

instrumento musical con cuatro cuerdas, no te dará la totalidad de la música. Si tienes un instrumento musical con siete cuerdas te da una música completa. Cuando las siete cuerdas están dispuestas adecuadamente, se pueden producir siete tonos musicales – sea de una vina en oriente, o una lira o un violín en occidente, los siete tonos son importantes. El hombre funciona completamente cuando los tres planos superiores y los tres planos inferiores están entrelazados, y eso puede ser trabajado solamente con la ayuda del centro laríngeo, que es también el cuarto centro desde el punto de vista del Yoga. Así es como es.

En la clase que viene les hablaré del propósito superior de permitir que funcione la laringe y completaré el resto de las llamas. Ya me he tomado nueve minutos más de tiempo de lo debido, pero finalizaremos por hoy. Repito: hemos cubierto la llama del habla, la llama del gusto por la vida, la llama del pensamiento, la llama de los pensamientos que siempre eleven, luego la llama de la acción, la llama de la fertilidad, la llama de la vitalidad y la llama de la pronunciación. Estas son siete. En la clase que viene les daré la octava, novena y décima, y entonces trataré de finalizar si es posible las diez llamas la próxima clase, agradeciéndoles a todos y cada uno el haber disfrutado de verlos a todos ustedes. A través del Zoom se muestran diferentes imágenes en diferentes momentos, por lo que pude sentir a muchos, lo que me da suficiente estímulo, además de todos aquellos que veo ante mí en la sala de meditación de Radhamadavam. Gracias a todos y cada uno, les deseo lo mejor, y nos reuniremos la semana que viene y espero haber reducido la velocidad de mi discurso. Gracias y Namaskaram.