



Avatar

Revista digital de Maha Yoga



Nº 2 Julio 09

Difusión gratuita. Queda prohibido variar su contenido y su distribución con fines comerciales

EDITORIAL  MAHAVATAR

www.mahayoga.es

Correo: babaji@mahayoga.es

EDITORIAL

2

El tiempo que vivimos

INTERVIEW

3

Entrevista en las ondas por Antonio Quero

RELIGIÓN Y ARQUEOLOGÍA

9

Borobudur. El Mandala Cósmico

TRANSFORMACIÓN MENTAL

13

Japa Sadhana

REFLEXIONES ESPIRITUALES

17

La belleza

LA BIBLIOTECA

18

El Kybalión

PROXIMAS ACTIVIDADES

19

Un avance de los talleres de Maha Yoga

EL BAZAR

21

Novedades y artículos de la Editorial Mahavatar

WEB & LINKS

23

Arte en la red

NAMASTÉ

24

Seguiremos en la brecha



Editorial

El tiempo que vivimos.

Llega el verano. Y con él la lasitud que produce en nosotros el calor. Preparamos afanosamente las vacaciones, el destino, las maletas, y a veces, solo a veces, nos olvidamos de nuestra sadhana, de nuestra práctica.

Como tiempo de compartir, el verano nos priva muchas veces incluso de ese espacio de soledad física necesario para meditar y encontrarse a sí mismo. Pero es cuestión más de querer que de poder.

Podemos cantar mamtrams, acunados por el agradable sonido de las olas, tumbados en la hamaca o esterilla, realizar una meditación Om Babaji sentados en el coche, en esas interminables colas para entrar o salir de cualquier lugar, y cuando estemos extenuados, realizar la respiración circular. Y las siestas, esas interminables horas mecidos por monótono sonido del ventilador, están llenas de posibilidades para el que quiere alcanzar felicidad duradera.

Cualquier excusa es buena para practicar,... o para olvidar nuestros quehaceres espirituales. No tenemos por que abandonarlas, si no que hemos de adaptarnos a las nuevas circunstancias. Sería estúpido el haber entregado parte de nuestro tiempo y voluntad a las prácticas espirituales durante todo el año, teniendo que soportar además el peso de nuestras obligaciones, y que llegado el verano no aprovecháramos el tiempo extra que este puede proporcionarnos, para seguir en nuestro sendero.

Otra forma de aprovechar el verano, si lo pasamos en nuestra localidad, es el de encontrarnos con nuestros amigos, aquellos que poseen aspiraciones de la misma índole que nosotros, y disfrutar de las noches de tertulia al fresco de las terrazas de verano.

Sea como sea, disfrutar de esta estación y de cualquier otra, es saber darle una utilidad al tiempo, no desperdiciar la vida en una procesión de eventos insignificantes, en una cabalgata de excusas para nuestra felicidad futura y de aquí y ahora.



La Dirección



Interview

Entrevista en las ondas por Antonio Quero.

El miércoles veintisiete de Mayo, tuve el honor de asistir a Radio Studio 21 FM de Málaga, para ser entrevistado en el programa “El Tiempo Que Vivimos” por el locutor, poeta, escritor, pintor, y artista espiritual Antonio Quero, por mediación de la directora del Centro Sananda, Toñi Romero, ambos hermanos espirituales míos, a los que siento tan cercanos como mi propio ser, y a los que desde estas páginas quiero expresar mi más sincero agradecimiento, pues son dos seres completamente entregados, con un corazón sin mancha alguna, y sin deseo de beneficio personal, mas que el apoyar la evolución de toda la humanidad.

He transcrito, de manera casi literal, la totalidad de la entrevista, pensando que pudiera ser útil para aquellos que están iniciando el sendero del Maha Yoga, o para los curiosos con ganas de leer.

Antonio Quero: Rafael muy buenas tardes.

Rafael Peralto: Buenas tardes.

A: Rafael, eres pintor, ¿qué mas cosas eres, cuéntame?

R: Pues soy un aprendiz de la vida, básicamente, entonces siento una pasión por todo lo que sea expresar y aprender, al mismo tiempo.

A: ¿Y tu cuando empiezas a hacer tus primeros dibujos, tus primeras cosas, tus primeras historias, cuando te metes por primera vez en el tema de lo creativo?

R: Pues, prácticamente desde niño, tanto lo creativo como lo espiritual, que van al unísono en mi existencia, parten desde muy pequeño, sobre todo lo espiritual; lo creativo viene después.

A: No porque te venía marcado de familia, si no porque ya nacía de dentro de ti esa impresión.

R: De familia no recibo apoyo en ese sentido (risas).

A: Todo lo contrario, solo y para adelante.

R: Si, la verdad es que sí.

A: ¿Y como definirías tú, tu pintura?, ¿como la definirías?

R: Bueno pues mi pintura es una expresión de emociones sobre todo, yo trabajo mucho con la acuarela, entonces trato de expresar pureza en ella. Yo pienso que el arte es algo maravilloso, que nos distingue de los animales, y que actualmente se utiliza más, en el arte moderno, que es sobre todo lo que yo mas trabajo en los últimos años, como una catarsis. Está bien, porque la catarsis es necesaria, expresar y soltar la negatividad que llevamos dentro en vez de tragárnosla y que cree un cáncer, una enfermedad. Pero indudablemente el arte no acaba ahí, yo creo que puede haber un arte que exprese pureza, que exprese emociones positivas...

A: Y trascendentales.

R: Si.

A: En el camino del arte, uno encuentra muchas bifurcaciones, encuentra muchas ideas, muchas idas y venidas, pero tú te decantas en el arte y te decantas por lo espiritual al mismo tiempo, o sea, que esa espiritualidad se tiene que volcar en esa creatividad.

R: Claro.

A: Muchísimo, es un mensaje lo que vas lanzando continuamente con tus obras.

R: La verdad es que es un mensaje, porque la persona cuando mira a una obra, si siente una cierta simpatía con ella, se tiñe de esos colores, se tiñe de esas formas y se deja de algún modo arrastrar. Si esa pintura denota pureza, denota espiritualidad, la persona lo va

percibir y va a fomentar su propia espiritualidad, su propia pureza.

A: Te interesa como se llega a las personas, como se les habla, en que idioma se les está hablando, ¿no?, la claridad que tenga tu pintura. Pero tu también practicas un tipo de yoga, ¿Qué yoga es este?

R: Pues es el Maha Yoga. Es un yoga entregado por el Mahavatar Babaji, que tu conoces bien... (risas).

A: Me es muy familiar además y tengo un especial, entrañable, no sabría como decirlo, pero si cariño, amor, por Babaji.

¿Y tu como consigues, como llegas a conocer a Babaji, como te acercas no solo a su filosofía, si no a esa magia que emana en torno a este ser?, y primero vamos a decir quien es Babaji, de acuerdo, para que aquellos profanos que nos puedan escuchar. ¿Quién es?

R: Pues Babaji es un ser completamente desconocido, de hecho el no desea ser conocido, tiene esa particularidad. Nosotros generalmente queremos fama, respeto, poder, ser conocidos... y la humildad pues, actualmente no es un bien muypreciado, ¿no?, no se comercializa. Sin embargo, en el caso de Babaji, dentro de que es un Gran Avatar, un Mahavatar, o sea un gran mensajero, no desea ser conocido. Lo único que sabemos de el, es que fue un hombre de a pié, como nosotros, que alcanzó una gran estatura espiritual, en la zona de la India de Tamil Nadu, donde se crió, que siente una gran conexión con los Himalayas, y a nivel geográfico son pocos los datos también de sus movimientos, y a nivel de su vida, el mismo expresa su deseo de no ser conocido. Lo único que tenemos como anticipación a el, por que realmente lo que importa es la conexión de cada ser con este gran ser es el nombre. Mahavatar Babaji significa: Maha es grande, avatar significa en sánscrito es el descende, o sea, es un mensajero de los dioses, o es un dios encarnado. Y Babaji, baba significa padre y ji es un sufijo que denota respeto, o sea, que sería padrecito la palabra Babaji, es lo único que tenemos (risas).

A: ¿No podemos situarle en una época concreta, en una edad concreta en la India?.

R: No.

A: Se pierde, se sabe que nació allí pero se pierde en los orígenes del tiempo su nacimiento.

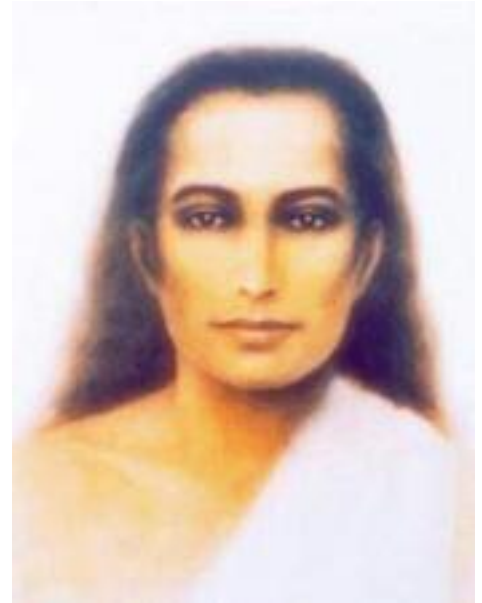
R: Por que no desea que tengamos en nuestra mente una conexión entre el cuerpo físico que tuvo, la vida que tuvo, y lo que hoy es, actualmente.

A: Tu llegas a entrar en contacto con el, ¿como?, ¿de que manera?

R: Pues dicen que el discípulo no elige al maestro, ¿no?, si no que el maestro elige al discípulo. En ese sentido yo percibo mi conexión con el como un acercamiento cíclico donde el va tirando de mí hacia el, y yo me voy rindiendo a esa cercanía que purifica y que transforma al ser humano, y tengo cuatro encuentros con el, físicamente, en cuatro viajes en tren (risas). Parece que le gusta viajar en AVE.

A: Bueno, es curioso, quizás no en AVE pero sí en ese tren que se mueve por la India que, es curioso ese tren, que va lleno hasta los topes, y no cabe nadie ¿no? Pero bueno, quizás si, quizás ese movimiento, esa energía sea para él muy vital, muy vital digo para conectarse contigo ¿no? O muy vital para ti, para conectarte con el, vamos a decirlo de alguna manera.

R: Esos cuatro encuentros propiciaron cuatro viajes muy interesantes, muy transformadores para mí, y yo no supe en ese momento que él era ese ser, pero hubo una serie de hechos notables que evidentemente denotaban que ese ser no era humano, ¿no?, que era más allá de lo humano.





A: Bueno, ello ya te predispone a ti de alguna manera a entrar en contacto con Babaji, como decimos, y también te lleva a la realización de este libro que se llama “Mahavatar Babaji y la práctica del Maha Yoga”. A través de estos contactos, el te enseña o te informa como aplicar esta técnica, ¿no?

R: Si. Hay que entender que antes de que él ya cree un lazo, o que yo cree, humildemente, un lazo con él hay una serie de encuentros, no solo esos cuatro encuentros físicos, si no que se producen muchísimos encuentros a nivel más vital. Yo tengo la particularidad, Dios sabrá por qué, desde los cinco años aproximadamente, pues que, o desde que tengo recuerdo de mi mismo, de que tengo unas grandes aspiraciones espirituales y también ciertas potencialidades, por ejemplo la capacidad de ver seres en otras esferas. No solo estamos nosotros, existen muchas otras esferas de la realidad y esas esferas están plagadas de seres, tanto más positivos como más negativos...

A: De todo hay.

R: De todo hay igual que aquí abajo (risas), pues hay allí arriba.

A: Esta claro.

R: Y llega un momento en el que yo tengo un contacto diario con Babaji, no ya físicamente, digamos vitalmente, y me ordena que me ponga a escribir y yo pues obedezco y escribo este libro.

A: Pero este libro, que además está en la Editorial Mahavatar,... ¿es tuya, es esa editorial tuya?

R: Es de mi esposa.

A: Es de tu esposa, bueno que ya todo queda en casa, incluso la editorial (risas). Está bien. En esta editorial pensáis editar también libros en esta línea de trabajo ¿no?

R: Si, libros CD'S.

A: Te pones a escribir el libro, donde relatas esta práctica o esta técnica. ¿Es difícil de practicarla, es difícil de realizarla?

R: Hay que entender una cosa, que lo que realmente Babaji me entrega, son técnicas, lo has expresado divinamente en ese sentido. Y estamos acostumbrados las personas que nos movemos dentro del orbe espiritual, a que se nos diga como vivir, como sentir, que hacer, como llevar nuestra vida, de algún modo nos sentimos niños pequeños que buscamos un gran papa o una gran mama que nos guíe. En este sentido simplemente son técnicas, técnicas que nos posibilitan a despertar.

A: Aperturas a otras consciencias o a otro grado de consciencia.

R: Si, y no hay gran dificultad en ellas. Evidentemente hace falta poner voluntad, hace falta dedicarle al menos pues media hora o una hora al día, pero no hay dificultad por que son progresivas. Hay tres niveles, digamos, de dificultad, dentro de lo que son los seminarios que se realizan, entonces el estudiante poco a poco, si lo considera de utilidad para el y...

A: Y le viene bien en su vida.

R: Y le viene bien claro está, pues va incorporando poco a poco esas técnicas.

A: Hablando de esos talleres que sueles dar, ahora tienes uno pendiente en el Centro Sananda, aquí en Maestro Lecuona, número nueve, que va a ser ¿cuando?

R: Va a ser este fin de semana. Primero voy a dar una conferencia, la conferencia es de entrada gratuita, sobre las ocho y media.

A: ¿Qué día va a ser la conferencia?

R: El viernes.

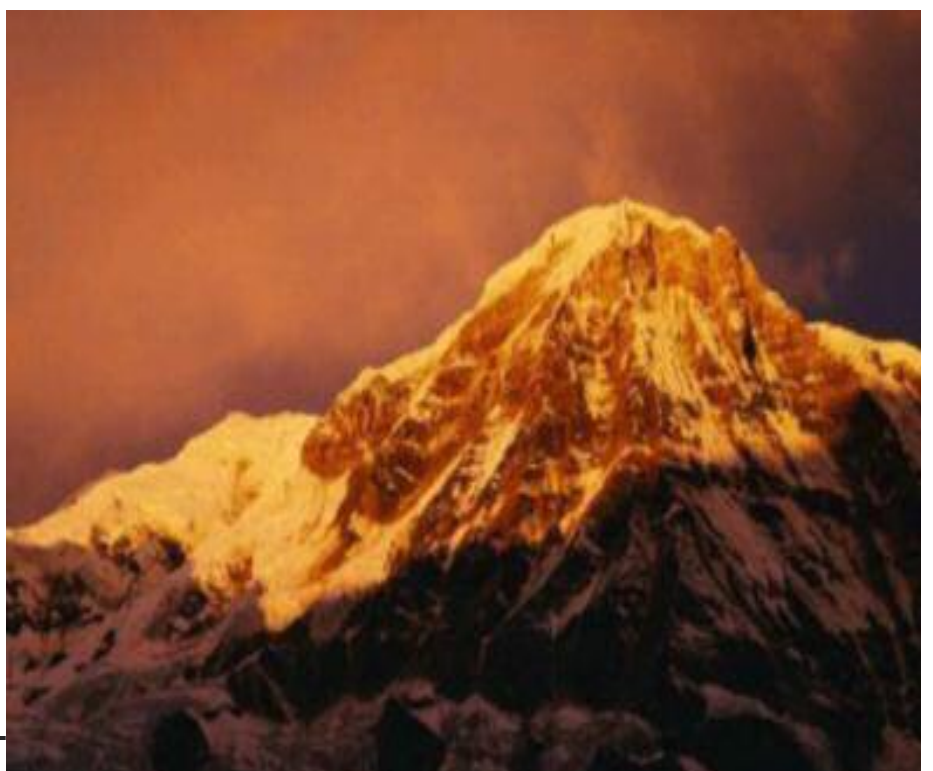
A: El viernes a las ocho y media va a tener lugar la conferencia. Donde se van a dar los preliminares de que es lo que se va a hacer y en que consiste también esta práctica, esta técnica.

R: Claro, lo que vamos a hacer este fin de semana es un taller de primer nivel. Ese taller está enfocado sobre todo a la purificación, por que nos prepara a las restantes técnicas que vamos a ir recibiendo. Entonces, pues explicar un poquito allí en que consisten las técnicas, quien es Babaji... Hay que entender también que Babaji lo que representa es nuestro ser interior. Igual que existe un Cristo Cósmico, un Cristo histórico y un Cristo Interior, visto así para nosotros es más fácil de entender por que tenemos esa herencia cultural cristiana, pues en el caso de Babaji es similar. Existe un Babaji histórico porque fue un hombre de a pié, que decidió emplear su existencia en mejorarse a sí mismo, ¿no?, y un Babaji interior por que al fin y al cabo representa nuestro ser interior.

A: Bueno pues el viernes, a las ocho y media de la tarde, totalmente gratuita, en el centro de Maestro Lecuona, numero nueve, centro Sananda, pero luego el fin de semana va a

tener lugar el taller, que por lo visto va a ser preliminar, va a ser la primera fase, luego tendrás en otros talleres, continuos, que serán al mes, ¿o como será eso?

R: No, generalmente hay que dar un lapsus de tiempo para que la persona integre esas prácticas. Lo primero, es que la persona vea si esas prácticas son de utilidad para ella. Con esto no estamos valorando en sí la práctica, cada uno tiene su camino, y existen muchísimas herramientas dentro del mundo espiritual, todas ellas positivas, siempre y cuando se respeten dos parámetros. Uno es la libertad y otro que no se haga prose-



litismo, no nos creamos mejores que otros, ni que nuestra escuela es la mejor que otra, en fin, eso es algo importante para nosotros. La libertad y el respeto mutuo, digamos, son los parámetros principales de nuestra actividad.

A: En este camino de búsqueda, todas las muletillas que podamos llevar son buenas, hasta cierto punto, y luego hay que andar por uno mismo que eso es lo mejor.

R: Claro está.

A: Evidentemente que sí.

Este tipo de taller, ¿lo estás llevando tu por otros lugares de España, te estás moviendo con ello?

R: Si lo realizo por otros lugares, Madrid, Córdoba, etc., etc.

A: Tu eres de Córdoba, allí es donde vivís, de allí venís, y allí tenéis que volver ya mismo. Bueno el viernes, de todas formas te tendremos aquí, como ya hemos dicho, en Maestro Lecuona número nueve, centro Sananda, con nuestra querida amiga Toñi, y nuestro estimado Rafael (esposo de Toñi), que está aquí también...

R: Maravillosas personas.

A: No suele estar nunca en la sombra, pero está en un rinconcito, le saludamos nosotros. Tu experiencia personal, Rafael, con el Maha Yoga, ¿que te ha servido a ti, que te ha proporcionado a ti, personalmente?

R: Pues me ha proporcionado, por ejemplo, una sanación muy grande a nivel físico, por que incorpora una serie de ejercicios, pranayamas muy potentes, que limpian nuestras células, tanto a nivel físico como a nivel vital, entonces, por ejemplo, yo tenía una osteoporosis muy fuerte, yo siempre he tenido enfermedades, soy un luchador por la vida en ese sentido, tenía una osteoporosis muy por debajo del nivel de ruptura, y trabajando con estas técnicas purificadoras he logrado tener una masa ósea normal. Después de eso estoy recuperando mis huesos a su forma original. Eso a nivel físico. A nivel emocional y mental, también ha habido un gran cambio en mí, en mi persona, por que realmente, lo que todos buscamos, sabemos que es la felicidad, lo busquemos como lo busquemos, y es una emoción. Entonces las emociones son muy importantes y la sanación y la purificación de ellas, pues, nos va a aportar una felicidad, si no perenne, si no permanente en los primeros estadios de nuestra evolución, pero si un gozo casi mantenido, eso es muy importante. La felicidad es al fin y al cabo lo que todos buscamos, ¿no? Entonces en el Maha Yoga y en este primer seminario se trabajan cuatro aspectos del ser humano lo físico/vital, lo emocional, lo mental y lo espiritual. Se entrega una práctica purificadora, que incluso esas prácticas tienen sub-prácticas, para cada uno de nuestros aspectos, de los aspectos de nuestro ser, y luego se entregan cuatro mamtrams, o fonemas místicos, que también tienen un gran poder, una gran potencia.

A: Para coayudar.

R: Si, digamos que existe una gran dificultad en la meditación hoy día, sabemos que la meditación es simplemente ser conscientes de nuestros procesos mentales, sin identificarnos con ellos, y el parloteo mental que hoy tenemos debido a tanta agresividad de tantos estímulos, que percibimos en las calles, hace que sea muy difícil meditar, y que muchas personas abandonen esa práctica, que los psicólogos, por ejemplo, aconsejan a sus pacientes, como medida, tanto preventiva como sanadora, por que no posee efectos secundarios, ¿no? Entonces los mamtrams, o sea, la repetición de fonemas místicos, el om por ejemplo, que es lo mas famoso, aunque en este caso no trabajamos con el directamente, pues son muy importantes para mantener nuestra mente fresca, calmada, centrada en nuestro ser, purificada. Básicamente eso es lo que vamos a trabajar, esos cuatro aspectos con cuatro herramientas y con cuatro mamtrams. Y una iniciación que nos va a aportar una conexión con nuestro ser interior, nos va a reforzar, nos va a poner las pilas, de algún modo.

A: Bueno y para aquellos que nos están escuchando, que dicen, bueno pues sí, esa técnica es muy bonita, o puede ser muy bonita, ¿que le aconsejas tu para que se presente allá el viernes para escuchar la conferencia, que va a ser gratuita?, ¿que le dirías?

R: Yo le diría no solo que vinieran a la conferencia, si no que se dejaran sentir, que permi-



tieran por esa hora o esas dos horas, relajarse y permitirse sentir, por que generalmente las personas que vienen a la conferencia no solo están recibiendo un apoyo a su intelecto, una serie de nociones mentales, si no que van a recibir una energía. Puede que su sensibilidad sea mucha y lo capten rápidamente, o puede que esa sensibilidad no esté muy desarrollada, pero si se relajan un poquito y disfrutan de la conferencia, lo más normal es que cuando termine perciban una tranquilidad, una paz, como si se hubieran dado una ducha y luego....

A: Como si se hubieran quitado un peso de encima.

R: Si, y luego ya si les es de interés, pues que participen en el seminario y que prueben las técnicas, porque las técnicas, para mí y para muchas personas pues realmente son muy fuertes, muy buenas, muy transformadoras, pero cada uno ha de decidir y de saber cual es su camino y si realmente esas técnicas le sirven o no le sirven, independientemente de que sean más buenas o más malas.

A: Claro, y ponerlas en práctica, que es el trabajo continuo lo que hace realmente el beneficio, y si no, diremos, hay que técnica más bonita, mira lo que hace y la tengo ahí como el que tiene un libro y lo tiene en la estantería, nunca lo...

R: Claro, estamos ahí.

A: Pues Rafael esperamos que vaya mucha gente el viernes a las ocho y media y además este libro, que también se presentará allí "Mahavatar Babaji y la práctica del Maha Yoga" y también a considerar escuchar esos preámbulos que también os van a servir para ese taller seminario del fin de semana.

Rafael, ha sido un auténtico placer hablar contigo.

R: Para mí también.

A: Habría para hablar, yo que sé, de montones de cosas, por que habría que tocar muchos temas a nivel espiritual y bueno, como está el mundo hoy, cuantas cosas podemos hacer, etc., etc., pero bueno, la conferencia está ahí, será el viernes a las ocho y media, y a partir de ahí el taller, y no será la última vez que hablemos aquí....

R: Espero que no.

A: En este programa que es el tiempo que vivimos y por supuesto de los temas tan maravillosos que tu llevas a cabo. Gracias Rafael.

R: Muchas gracias. Muchísimas gracias por invitarme a asistir.



Religión y arqueología

Borobudur. El Mandala Cósmico.



El conglomerado racial indonesio, se debió a sucesivas migraciones de pueblos como chinos, indios del sur, birmanos, vietnamitas y malayos. Los primeros habitantes de Indonesia eran animistas, creyendo que toda la naturaleza estaba habitada por fuerzas espirituales. Para ellos tenían gran importancia los chamanes o sacerdotes dotados de poderes mágicos y el culto a los difuntos.

Lo más probable es que la penetración del Hinduismo y el Budismo en Indonesia se produjera debido a los contactos comerciales con el Sur de la India. Es bastante factible que la aristocracia indonesia atraída por la cultura india jugase un papel importante en la asimilación de ésta por el pueblo. Así estos gobernantes traerían brahmanes procediendo a la hinduización de las islas. Más tarde el Budismo seguiría al Hinduismo. Las más antiguas inscripciones hindúes en sánscrito de Indonesia datan del comienzo del siglo quinto antes de nuestra era. En cuanto al arte, las esculturas de mayor antigüedad son del siglo tercero a.c.

La indianización de Indonesia produjo un extraordinario desarrollo cultural, rivalizando diversos reinos tanto hindúes como budistas en esplendor. Entre otros destacaron el reino hindú-budista Srivijaya de Sumatra y los reinos budista Shailendra e hindú Mataran. Los dos últimos, debido a su mayor densidad de población, nos legaron numerosos monumentos arqueológicos de gran envergadura entre los que podemos enumerar el conjunto monumental hindú de Prambanan y el mandala-estupa de Borobudur.

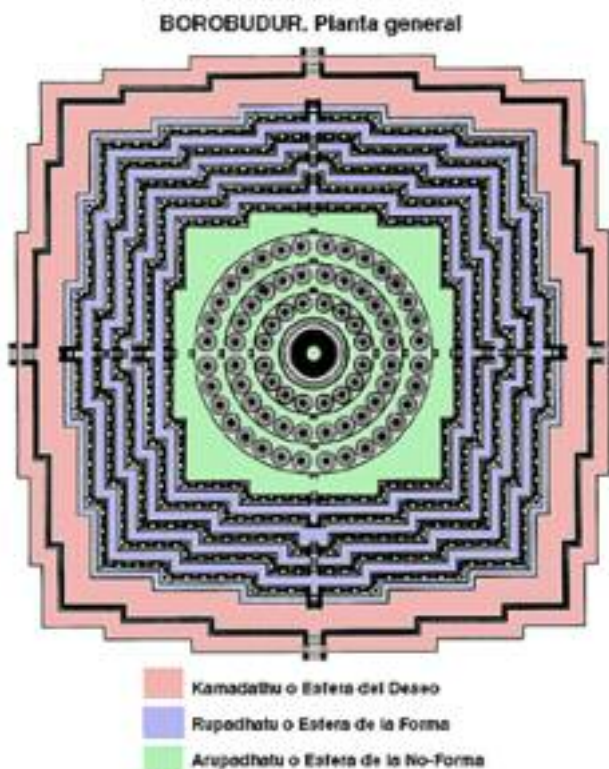
En principio la dinastía hinduista de los sanjayas, fundada en el 732, dominó la isla de Java. Más tarde, con la aparición de la dinastía budista de los shailendas en el 762, esta dominaría la mayor parte de Java central, mientras los hindúes sanjayas controlarían la costa norte y las áreas montañosas pero bajo la supremacía de los shailendas. El rey más destacado de la dinastía shailenda fue Samaraturga (792-824), el cual mantuvo excelentes relaciones con el mundo budista de la época, sobretodo con los reyes pala de Bihar y Bengala y con Sri Lanka.

Antes del siglo octavo, la mayor parte de la influencia india sobre el sureste asiático provenía de la India del Sur. Fue durante la dinastía budista de los shailendras que comenzaron a desarrollarse importantes relaciones con el norte de la India y Sri Lanka. Por tanto no es extraño destacar la presencia en Java de maestros budistas de Bengala que en el 782

bendicen la estatua de un bodhisattva, así como la extraordinaria influencia que la Universidad Budista de Nalanda ejerció sobre Borobudur, siguiendo los cánones del entonces imperante Budismo Mahayana.

Borobudur, edificado hacia el 850, ocupa una extensión de doscientos metros cuadrados siendo el mayor monumento budista del mundo. Construido sobre una colina, podemos definirlo como una gran estupa-mandala de 40 metros de altura que se va elevando de forma escalonada en nueve terrazas superpuestas, las seis inferiores cuadrangulares, con una base de 170 metros, y las tres más elevadas circulares. Una escalera atraviesa cada fachada conduciendo a la plataforma superior que tiene en su centro una gran estupa. Las tres terrazas superiores están coronadas por estupas menores situadas en forma circular y simétrica en relación a las cuatro escaleras que ascienden a la cúspide. La primera terraza circular contiene 32 estupas, la segunda 24 y la tercera 16 lo que hace un total de 72.

El monumento está construido enteramente de traquita, piedra volcánica muy abundante en Java central. Sobre las terrazas de Borobudur encontramos centenares de estatuas de Buda en las que se aprecia la influencia del Arte Gupta tardío del Norte de la India. Las estatuas hacen un total de 504, diferenciándose en seis tipos de acuerdo al “mudra” o gesto simbólico que realizan con sus manos. Los 72 budas de las tres terrazas superiores se en-



encuentran ubicados en el interior de pequeñas estupas en forma de campana con celosías que permiten verlos desde el exterior. Los muros de las sucesivas terrazas están decorados con más de dos mil bajorrelieves, con una longitud total de seis kilómetros, todos ellos de una exquisita belleza, armonía y claridad. Aunque en estos altorrelieves se aprecia la influencia del arte gupta, es de destacar el ingenio de los artistas locales que se aparta un tanto de los cánones de este estilo dando a las figuras una mayor sensibilidad y gracia y acusando las características raciales de los habitantes de Java, como por ejemplo el corte orientalizante de los ojos que a menudo son típicamente malayos.

Después de esta breve descripción del conjunto monumental de Borobudur, convendría que nos adentrásemos en su simbología que es altamente sugerente. Diversos autores han intentado definir el contenido de Borobudur de diferentes formas como, “Oración en Piedra”, “Mandala de Piedra”, “Camino Ascendente a la Verdad”, “Una Arquitectura del Universo”, etc. Todas estas definiciones tienen algo de verdad, aunque tal vez la frase más acertada para definirlo sería “Estupa-Mandala Cósmico”.

Borobudur combina en su armónica arquitectura dos elementos esenciales del Budismo Mahayana. El mandala cuadrangular símbolo de los diferentes planos del mundo material y la estupa circular alusiva a las dimensiones espirituales inmateriales. Esta disposición se corresponde a las ocho etapas o abstracciones mentales (jhana) en que divide la meditación la filosofía budista. Cuatro de ellas son materiales (rupa jhana) y cuatro inmateriales (arupa jhana). Después de pasar por ellas se logra la liberación del ciclo de renacimientos entrando en la paz del Nirvana.

Si observamos la disposición de Borobudur en nueve terrazas escalonadas coronadas con una gran estupa, claramente se nos desvela la analogía entre el microcosmos del devoto budista y el macrocosmos que representa esta Estupa-Mandala. Por tanto la peregrinación y subida a la cima de Borobudur representa alegóricamente, una auténtica “ascensión espiritual” en la que el meditador budista, estadio tras estadio va purificando su mente de obsesiones y negatividades hasta alcanzar la beatitud final de la Iluminación.

El peregrino que llega a Borobudur, antes de iniciar su ascenso debe enfrentar los altos relieves de la base del monumento extraídos del texto sánscrito Karmavibhanga. En estos paneles se describe la Ley del Karma o causalidad. Así se aprecian en ellos los efectos de las acciones de los seres humanos y sus reacciones en el mundo condicionado del Samsara, produciendo renacimientos dolorosos en los reinos inferiores como los infiernos, animales y espíritus ávidos.

El anhelo de salir del Samsara induce al peregrino entrar en el Mandala. Este dispone



de cuatro puertas orientadas hacia los cuatro puntos cardinales. Cada puerta está presidida por gran número de jinas o dhyani budas, situados en nichos en las balaustradas de las terrazas superiores, cada uno de ellos ostenta un mudra o gesto simbólico. De esta forma la puerta este, por donde debe iniciarse el viaje espiritual, está presidida por los jinas con la forma

de Aksobya que realiza el mudra de tomar la tierra por testigo (Bhumisparcamudra). La puerta norte la preside el Dhyani Buda Amogasidi con el mudra de la impavidez o de disipar el miedo (Abhayamudra). En la puerta oeste se sitúa Amitaba con el mudra de la meditación (Dhyanamudra) y en la puerta sur está Ratnasambhava con el mudra de la dadiva que confiere beneficio o gracia (Varamudra). Estos cuatro jinas son realmente cuatro emanaciones de energía-sabiduría que proviene del centro del Mandala, de la Pura Sabiduría Absoluta representada por Vairocana.

Ahora el peregrino en su ascenso a la Verdad Suprema, debe circunvalar el Mandala observando los ilustrativos paneles de altos relieves que se presentan a sus ojos. En la primera galería desfilan ante él, todos los paneles referentes a la vida de Buda Shakyamuni, desde su descenso a la tierra hasta su muerte según el Lalitavistara, y las narraciones de sus vidas anteriores donde encarnó en diferentes formas tanto animales como humanas para practicar la compasión de la vía del Bodhisatva según relatan los Jatakas. También encontramos en esta galería algunos paneles alusivos al sutra mahayana Avadana, compendio de narraciones de los hechos de los "arhats" o seres liberados del Budismo. En la segunda galería continua en la balaustrada la narración en piedra de los Jataka y Avadana, pero en la pared principal se describen los episodios de la peregrinación de Sudhana,

extraídos del sutra Gandavyaha.

La tercera y cuarta galerías son de vital importancia para comprender el significado espiritual del simbólico peregrino que es Sudhana en su viaje ascendente del Mandala. Estas dos galerías están enteramente dedicadas al Gandavyuha, es decir la historia de aquel que

busca la "Verdad Suprema". En la tercera galería Sudhana es guiado en su ascensión por el Buda Maitreya, futuro buda que descenderá a la tierra desde el Paraíso de Tusita 4000 años después de la desaparición de Buda Shakyamuni. En la cuarta y última galería el guía es Samantabhadra, el Buda de la "bondad inconmensurable", considerado de la misma importancia que el Maitreya.

Nuestro peregrino en realidad no es otro que el sin-

cero practicante budista, que busca la iluminación ascendiendo su propio "mandala interior" con la ayuda del "guru" o maestro espiritual, de gran importancia en el Budismo Mahayana.

Al fin, al salir de las cuatro terrazas cuadrangulares el viajero alcanza la primera de las tres terrazas circulares. Una sensación de ingravidez le invade. Un bosque de 72 estupas acampanadas situadas en círculos concéntricos se extiende ante él. Cada una de las estupas abiertas en celosía contiene un dhyani buda efectuando el mudra de girar la Rueda de la Ley o de la enseñanza del Dharma (Dharmachakramudra). Este Dhyani Buda es Vairocana, el Buda de la Pura Sabiduría Absoluta del que emanan los otros cuatro dhyanis budas mencionados.

Mediante la práctica del Dharma, la ascensión a las esferas espirituales más sutiles ha comenzado y nuestro peregrino se aproxima a la gran estupa central, a la Iluminación.

La Estupa Central, un enorme pabellón con cúpula de piedra, simboliza El Monte Meru, eje y centro del universo. En su interior contiene una figura de Buda inacabada. Este Buda, intencionalmente sin concluir, representa el Adi-Buda, el Principio Budico primordial sin principio ni fin, de donde todo procede o la Naturaleza Vacía de los fenómenos o Vacuidad, que es la dadora de la total Iluminación que ha de alcanzar el peregrino.

Eduardo Villegas



Transformación mental.

Japa Sadhana.

Se dice que en la presente era de la información y de la saturación mental, nada puede ayudar tanto al iniciado, como la repetición del nombre de Dios. Entendemos el nombre de Dios, como cualquier fonema que exprese una o varias de sus cualidades.

Nuestra mente nunca cesa, tampoco cuando meditamos. Muchas veces, aún poniendo toda nuestra voluntad en concentrarnos y disfrutar de una meditación que nos limpie y nos proporcione descanso mental, nuestra atención se nos escapa y terminamos siendo presa de la concatenación de nuestros pensamientos.

Para solventar este problema, en la ciencia del Maha Yoga utilizamos una progresión de prácticas, que posibilitan un centramiento y una mayor disposición de energía para realizar la meditación. Y por supuesto, dentro de la meditación, utilizamos dos poderosas herramientas, para poder alcanzar nuestra meta de una manera más fácil y rápida: la respiración y el japa mantram.

Tanto en el nivel primero como en los restantes, la repetición de determinados fonemas místicos, se hace imprescindible para lograr determinado centramiento mental, necesario para ir acostumbrando a nuestra mente a ser unidireccional. En el caso del primer nivel, y de la meditación Om Babaji, utilizamos el mamtram que lleva su nombre, Om en la inspiración y Babaji en la expiración, como si fueran el mágico sonido que produce nuestra respiración.

Además de este uso de los mamtrams, también realizamos, con los otros tres mamtrams, repeticiones utilizando un mala o collar de ciento ocho cuentas, o realizando el canto de cada mamtram (o de uno solo), durante un tiempo determinado. Podemos utilizar el CD "Temporizador de prácticas de Maha Yoga", o el CD "Mamtrams de Maha Yoga", a punto de ser publicado por la Editorial Mahavatar.

Son muchas las formas de utilizar los mamtrams. En el primer nivel, se le entregan al estudiante, como si de un elemento de experimentación se tratara. En el segundo nivel, se le entregan herramientas para aprender a sacarles partido, una de ellas es el japa mala, o repetición de mamtrams con un collar de ciento ocho cuentas. Ello es verdaderamente útil, ya que mantiene centrada la atención en el mamtram, y hace que otras partes de nuestro ser, como por ejemplo el cuerpo, se involucren en el juego de la consciencia. Es más fácil mantener la consciencia despierta y centrada en el mamtram, utilizando la ayuda de un mala, que simplemente adormeciéndonos con el contoneo de sus palabras, mientras la repetimos en silencio, pues esa inactividad física y relax mental, nos puede conducir al sueño y la inconsciencia.

El mala, es pues, un instrumento de consciencia más. No es necesario, pero es una gran ayuda para los estudiantes de todos los niveles.

Sabemos que el Maha Yoga busca la esencia de todas las cosas en el ámbito espiritual,



no se deja arrastrar por tradiciones, a no ser que posean una base tangible y experimentable. No deseamos ser niños pequeños que nos digan que las cosas son así "por que sí". Exigimos una explicación y el derecho de experimentar por si mismos los beneficios de las tradiciones y costumbres espirituales. Seremos, nosotros mismos, los encargados de valorar cada una de las tradiciones y de adaptarlas a nuestra práctica, o simplemente dejarlas atrás, siempre con el debido respeto.

Realicemos, pues, un paseo por la tradición, y por las definiciones, como una forma de culturizarnos espiritualmente. Ambas las he tomado de distintas escuelas tradicionales, ya que no soy un experto en el uso del sánscrito ni en las tradiciones orientales.

Comenzaremos con la forma tradicional de usar el mala. Cada mala posee ciento ocho cuentas. El ciento ocho posee gran cantidad de connotaciones espirituales, pero para el autor de este artículo, también tántricas, ya que el uno simboliza el pene, el cero el útero, y por la unión de este par de opuestos, se crea el universo, que es simbolizado por un ocho acostado. Trascendiendo la dualidad de la mente, también retornamos a la Fuente. Con la repetición de mamtrams, nos olvidamos de la dualidad Dios y yo, y nos fundimos en lo divino sin concepto alguno de separación. Amate y Amado, dos en uno, trascendiendo la dualidad de ego de tuyo y mío.

Los malas incorporan una bola central, general-



mente coronada con un penacho y las propias cuerdas atadas o trenzadas. Esa bola grande es llamada la bola del Gurú, o la bola del Monte Meru. Sea como sea, representa lo más divino del mala, su eje central desde donde el mala parte y retorna, o sea, lo Inmanifestado que genera toda la creación, representada por el mala.

La tradición cuenta que hemos de utilizar la mano derecha para sujetar el collar, aunque seamos zurdos (pobre mano izquierda, siempre discriminada en lo espiritual...), y que hemos de pasar las cuentas o bolitas, con el pulgar y el corazón, ya que el índice de la mano derecha representa el ego (la personalidad). Una vez llegamos al final del mala, o sea, a la bola que representa lo Inmanifestado, hemos de dar la vuelta, nunca pasar por encima. En caso de que esa bola represente el Gurú, dependiendo claro está de las tradiciones, simboliza que no hemos de pasar por encima de la gracia, del amor y de la voluntad

del Gurú. Es así de sencillo, mano derecha, pulgar y corazón, y darle la vuelta al mala, para no pasar por encima de la bola más gruesa.

Hasta ahora es sencillo. No vamos a entrar a contar con detalle los distintos modos de utilizar los mamtrams, pues eso es una enseñanza del seminario del segundo nivel. Para aquellos que no lo hayan realizado, simplemente tomen un mamtram, y repítanlo ciento ocho veces, una vez por bolita.

Esas bolitas o cuentas, suelen ser de semillas de rudraksha, o de madera de sándalo o de rosa, de árbol bodhi, etc. Según mi propia experiencia, y teniendo en cuenta que el japa mamtram es mi práctica preferida, lo de menos es el material, ya que lo importante, es la acción del cuerpo unido a la mente, que hace más fácil el estar consciente durante la repetición.

Otras de las afirmaciones clásicas, es que el mala retiene la vibración del mamtram o de los mamtrams utilizados con él. Ello es cierto

para mí, ya que la mano es un gran transmisor de energía, de ello poca duda puede haber, y esa energía estará indudablemente teñida por la cualidad del mamtram en cuestión. Cuando uno se encuentra mal física, mental o emocionalmente, puede colocarse el mala como si de un collar se tratase, y sentir esa energía divina. Si uno pone su consciencia en que el mala va a retener esas purísimas vibraciones, está claro que lo hará, de una forma aún más poderosa y certera. Así pues, el mala es una medicina, un comprimido de divinidad, que en contacto preferentemente con nuestra piel, transmite esas vibraciones, que pueden en un momento dado, sacarnos del estado depresivo o alterado que estemos sufriendo. Este es otro de los dones o regalos que ofrece la meditación japa mala.

Ahora, y para no hacer más extenso el artículo, pues este tipo de meditación se haría merecedor de un volumen entero, pasaré a relataros las diferentes maneras de utilización según la tradición y los nombres sánscritos de estas actividades.

Existen dos formas de utilizar los mamtrams:

***AJAPA-JAPA:** Recitación de los mamtrams en cualquier momento y sin utilizar un mala. Es, por ejemplo, cuando utilizamos el mamtram “Om Babaji” durante nuestras tareas cotidianas, como si fuese el sonido de nuestra respiración, o cuando empleamos cualquier otro mamtram de forma desordenada y sin seguir más orden que el de repetir incesantemente el mamtram para mantenernos conscientes en cualquier situación.

***JAPA MALA:** La repetición cíclica y ordenada de un mamtram, utilizando el collar denominado mala (no confundir con el rosario de las distintas tradiciones espirituales, que no contienen ciento ocho cuentas). Japa expresa repetición y mala significa collar.

Y dos tipos de meditación, con o sin forma de deidad:

***JAPA SAHITA DHYANA:** Cuando meditamos en la forma del señor (por ejemplo Shiva), visualizando sus atributos, a la vez que cantamos su mamtram. Es una técnica de tercer nivel de Maha Yoga.

***JAPA RAHITA DHYANA:** Cuando meditamos en la forma del señor, sin entonar su mamtram.



NAMA y RUPA: Nama, el nombre y Rupa, el objeto, son inseparables. Cuando en este mundo físico utilizamos, por ejemplo, la palabra o Nama “amor”, estamos atrayendo a Rupa, o la energía del amor en el mundo astral, y antes o después, se hará palpable en nuestras vidas. Nama y Rupa son también los elementos básicos de las afirmaciones positivas. Al decir Nama, irremediablemente Rupa termina manifestándose en nuestras vidas.

Según sea su entonación, se entiende que el japa mamtram puede ser:

***VAIKHARI JAPA:** Repetición verbal y sonora. Se utiliza el vientre para respirar de manera profunda, y cantar con él, como si de una caja de resonancia se tratase. Si no fuésemos capaces de cantar el mamtram en el hara, en el abdomen, lo haríamos centrados en el corazón, pues esa concentración facilitaría la apertura emocional necesaria para sentir el mamtram a “flor de piel”. Al fin y al cabo, cuando el iniciado canta un mamtram, el sentimiento es tan importante como la concentración, ya que de algún modo está realizando un yoga devocional.

***UPAMSHU JAPA:** Repetición sonora en forma de susurro. Ayuda a interiorizar, pero mantiene la concentración que produce el acto físico de cantar.

***MANASIKA JAPA:** Repetición mental. Es más profunda, aunque la distracción mental puede hacer mella en nosotros más fácilmente. También podemos comenzar con un canto sonoro, continuar con un susurro, y culminar con la repetición mental, de manera que vayamos poco a poco interiorizando el mamtram.

***LIKHITA JAPA:** Modalidad que no suele utilizarse en Maha Yoga, y que consiste en escribir el mamtram, mientras se guarda silencio.



Dejaremos para otra ocasión el comentario acerca de las deidades, devas, energías, y estructuras del mamtram, para no hacer más complicada la comprensión de la meditación japa mamtram. Me despido recordándoos que la práctica hace al maestro, y que el japa es la práctica que más rápidos resultados produce en aquellos que se inician en el sendero ya que su mente no se halla habituada a control de ningún tipo. El japa es para disfrutar, produce una sensación de centramiento, liviandad, paz interior y conexión con lo divino. ¿Qué más podría desear una mente y un corazón hastiados del ruido de lo mundano?

Rafael Peralto



Reflexiones espirituales

La belleza



A mí entender es inevitable unir el tema del placer al de la belleza pues el disfrute de la última es lo máximo a lo que el ser humano puede aspirar. El resto de los placeres de la vida, aun experimentados con moderación para no causarnos sufrimiento, no producen satisfacción plena al tener que repetirse una y otra vez, pareciendo que los pocos momentos de dicha que nos producen se nos escurrieren de las manos.

A través de los sentidos percibimos la belleza que el mundo natural nos manifiesta. Sin embargo esta belleza por estar sujeta al tiempo parece como si se nos escapase al

no ser permanente. Quién no se sintió tentado al pasear por un bello jardín a cortar una flor. Pero breve fue su disfrute al marchitarse a los pocos días. Igual ocurre con la belleza física del hombre, las manifestaciones artísticas, la naturaleza, etc. al estar sujeto el mundo material al devenir del tiempo y en consecuencia en permanente cambio. Por tanto el placer que nos produce el disfrute de la belleza parece deslizarse en una sucesión espacio-temporal imposible de aprehender.

¿Podemos acaso vislumbrar algún tipo de placer no sujeto al cambio?. A veces en algunas manifestaciones artísticas apreciamos destellos de esa belleza inmarcesible que aúna la creación artística como expresión temporal a la atemporal.

Pero para acceder a la belleza plena, que es el sumo placer, se ha de sintonizar con el Ser. Y para ello habríamos de profundizar en nuestro corazón. Por supuesto un corazón espiritual que sentimos como emoción en el lugar en que se ubica el corazón físico. Esta es por tanto la belleza del corazón. Después de esto puede devenir a veces la sintonía de la belleza de corazón a corazón. Ciertamente cuando esto sucede nace el auténtico Amor.

Por tanto la Belleza Eterna es la del Ser que se manifiesta como emoción en el corazón produciendo el Amor. El placer del Amor de esta forma nos parece como más estable y duradero que la transitoriedad de los placeres que el mundo material nos ofrece.

Este afecto puro de la belleza del corazón podemos manifestarlo hacia todos los seres que nos rodean abriendo así nuestra conciencia a la Luz del alma.

No obstante la forma más perfecta de amor se da cuando la sintonía de corazones va unida a la polaridad. Quiere esto decir que el amor entre hombre y mujer puede ser, si se elimina el apego, el más perfecto de la creación, al ser ambos complementarios pudiendo trascender con su integración completa la dualidad, elevándose a la unidad del éxtasis. Así se alcanza el Placer Absoluto de la Belleza del Amor que llena con sus ondas todo el universo.

Eduardo Villegas



La Biblioteca

El Kybalión



Pocos libros hablan tan claro, y de forma tan concisa, como el Kybalión. Entre sus páginas, encontramos el desglose de las leyes físicas y espirituales que gobiernan en el universo, según la filosofía hermética.

El texto es escrito por un grupo anónimo denominado “los tres iniciados”. Son muchas las escuelas esotéricas e iniciáticas que se pelean por su autoría. Pero sea quien sea el autor o autores, esa enseñanza parece proceder de Hermes Trismegisto. Este ser, que pudo haber vivido en la época de los faraones, alcanzó el grado de deidad tanto en Egipto como en Grecia, donde existían multitud de templos dedicados a él. En tiempos actuales, su filosofía aún impregna la realidad espiritual a través del hermetismo, y los principios herméticos siguen siendo tan válidos hoy como ayer. Esos principios, recogidos en el Kybalión, son los siguientes:

Mentalismo: Todo el universo es mente. Desde la energía más sutil a la más burda, es mental: El Todo es mente.

Correspondencia: Como es arriba es abajo; como es abajo es arriba. Todos los planos se influyen, y son similares en esencia.

Vibración: Nada está inmóvil; todo se mueve; todo vibra. Tanto la materia como la energía espiritual, con todos sus diversos estados, son similares, solo que vibran a una frecuencia distinta.

Polaridad: Todo es doble; todo tiene dos polos; todo, su par de opuestos: los semejantes y los antagónicos son lo mismo; los opuestos son idénticos en naturaleza pero diferentes en grado; los extremos se tocan; todas las verdades son semiverdades; todas las paradojas pueden reconciliarse. En resumen, el Universo es dual.

Ritmo: Todo el universo se encuentra en movimiento, jamás detiene su avance y su retroceso. La medida de su movimiento hacia la derecha es la misma que la de su movimiento hacia la izquierda. Todo se compensa.

Causa y efecto: Toda causa tiene su efecto; todo efecto tiene su causa; todo sucede de acuerdo a la ley; la suerte o azar no es más que el nombre que se le da a la ley no reconocida; hay muchos planos de causalidad, pero nada escapa a la Ley.

Generación: La generación existe por doquier; todo tiene su principio masculino y femenino; la generación se manifiesta en todos los planos. En el plano físico es la sexualidad. Incluso las almas poseen un aspecto más marcadamente masculino o femenino.

Rafael Peralto



Próximas actividades

Un avance de los talleres de Maha Yoga.



Grupos de Meditación:

Los grupos de meditación de Córdoba, Villarrubia y Posadas, volverán a reunirse después del verano.



Seminarios y Talleres:

MÁLAGA

Conferencia "Babají y la práctica del Maha Yoga".

Centro Sananda. C/. Maestro Lecuona, 9. Málaga.

Teléfono: 952 31 63 25

Conferencia: 11 de Septiembre a las 20, 30 h.

Seminario de Primer Nivel de Maha Yoga:

Sábado 12 de Septiembre de 10 a 14 y de 16 a 20 h.

Domíngo 13 de Septiembre de 10 a 14 h. (Opcional por la tarde)

Informa: Olga Martínez. Teléfono: 662 637 462



MADRID

Conferencia "Babají y la práctica del Maha Yoga".
Librería Bohindra. Calle de la Paz, 15. Madrid.
Conferencia: 2 de Octubre a las 18.30 h. (Se ruega puntualidad).
Seminario de Primer Nivel de Maha Yoga:
Sábado 3 de Octubre de 10,30 a 14 y de 16,30 a 20 h.
Domingo 4 de Octubre de 10,30 a 14 h.

MÁLAGA

Conferencia "Rebirthing (Renacimiento). La ciencia de la felicidad".
Centro Sananda. C/. Maestro Lecuona, 9. Málaga.
Teléfono: 952 31 63 25
Conferencia: 9 de Octubre a las 20, 30 h.
Taller de Rebirthing Nivel I:
Sábado 10 de Octubre de 10 a 14 y de 16 a 20 h.
Domingo 11 de Octubre de 10 a 14 y de 16 a 20 h.
Informa: Olga Martínez. Teléfono: 662 637 462

Información:

Por teléfono: Olga Martínez. Teléfono: 662 637 462

Por correo electrónico: babaji@mahayoga.es

**Por correo postal: Editorial Mahavatar
Apdo. Correos 4003
14005 - Córdoba (España)**

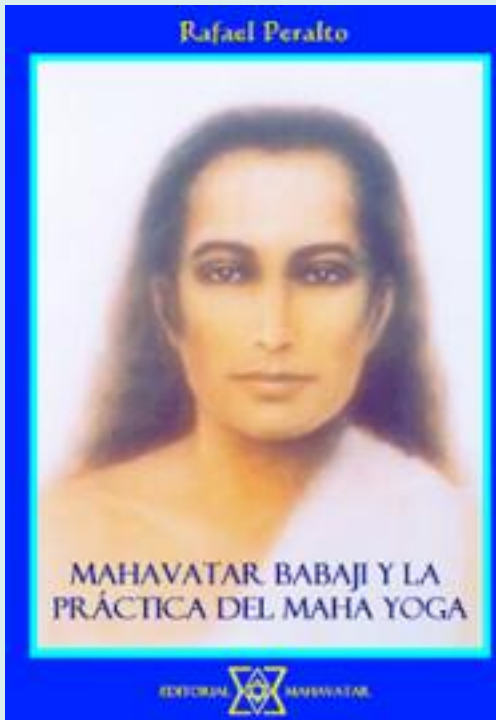
Tienes más información actualizada sobre Maha Yoga en:

www.mahayoga.es



El Bazar

Novedades y artículos de la Editorial Mahavatar



MAHAVATAR BABAJI Y LA PRÁCTICA DEL MAHA YOGA.

Autor: Rafael Peralto. Precio: 12 Euros IVA incluido.

SE COMPONE DE TEXTOS INSPIRADOS POR BABAJI Y SE ACOMPAÑA CON LA EXPLICACIÓN DE LAS PRINCIPALES TÉCNICAS DE MAHA YOGA. ES PUES, EL LIBRO DE TEXTO DEFINITIVO PARA COMPRENDER ESTA CIENCIA ANCESTRAL.

"A través de estas páginas, Babaji, el maestro inmortal de la India, recupera del olvido la antigua ciencia del Maha Yoga o gran yoga, cerrando con ello un círculo evolutivo donde el Alfa y el Omega, lo más antiguo y más nuevo de esta ciencia, puedan conectarse.

De esta manera se actualiza esta ancestral ciencia del yoga para hacerle entrega al ser humano de unas técnicas que posibiliten su despertar, respetando los eternos paradigmas del yoga, pero siendo consciente de las necesidades y circunstancias de un mundo que parece más que nunca estar necesitado de esta sabiduría eterna.

Estas prácticas han sido adaptadas a las necesidades y también a las dificultades que hoy en día surgen en la práctica de la mujer y el hombre occidentales, que buscan hacer del yoga su vía de unión con lo divino, y al mismo tiempo, con lo más profundo de su ser y con el planeta."



IMÁGENES DE BABAJI.

IMAGEN TAMAÑO GRANDE (21 x 15 cm. aprox.).

Precio: 3 Euros IVA incluido.

(Hemos bajado el precio al producirlo por imprenta).

Ideal para decorar el altar.

IMAGEN TAMAÑO PEQUEÑO (tamaño carnet).

Precio: 1 Euro dos fotografías.

Para llevar en la cartera o bolso.



Las imágenes son propiedad de Rafael Peralto.



CD TEMPORIZADOR. PARA PRÁCTICAS DE MAHA YOGA.

Precio: 4 Euros IVA incluido.

Posibilita, a través del sonido de crócalos tibetanos, saber cuando hemos de concluir cada una de las prácticas, tanto si empleamos una hora o media hora.



CD “MAMTRAMS DE MAHA YOGA”

Precio: 6 Euros IVA incluido.

Incluye tres pistas del mamtram Om Namaha Shivaya, dos pistas de Jai Annai Karunai y una de Om Mahavatar Babaji Namasté. Ideal para aprender los mamtrams, o utilizarlo como acompañamiento meditativo.

ENVÍANOS UN E-MAIL CON TU PEDIDO.

Has de añadir los gastos de envío.

Envío por correo certificado contra reembolso.

Menos de tres kilogramos, 6 Euros.

Mas de tres kilogramos, consultar precio.

Envía tu pedido a través de nuestro E-MAIL:

babaji@mahayoga.es



Web & Links

Arte en la red.

Hoy vamos a dar un paseo virtual por algunas páginas interesantes sobre arte, poesía, etc., pues no solo de espiritualidad vive el ser. El arte, cuando transmite pureza, cuando lo imbuimos con el carácter del espíritu, se convierte en un útil más, para conectar con las purísimas vibraciones de nuestro ser, y como alimento para nuestro corazón. La expresión artística muchas veces es bloqueada, por el hecho de no conocer técnicas y no creernos artistas. Tomar un buen soporte y unas ceras, pasteles, témperas, etc. y plasmar nuestros sentimientos, es una manera de suavizar las aristas que se van formando en nuestro corazón. Poco a poco, irán apareciendo colores luminosos, formas sutiles que terminen transportándonos desde esas primeras impresiones catárticas, hasta el más delicioso de los sentimientos artísticos.



ANTONIOQUERO.COM

Combinando la creación poética, la publicación de obras de corte filosófico, con dibujos y acrílicos, el artista Malagueño Antonio Quero es la expresión del artista completo, espiritual, sensible y comprometido con el tejido social que lo rodea. También es pieza fundamental en la publicación de la revista poética Utopía, que da soporte al sentir de los pueblos y la capital Malagueña.

DAVIDSANCHO.NET

Artista sensible al color, sus obras producen en el espectador una visión de la unidad, dentro de una multiplicidad de formas y tonos puros. Este artista y estudiante malagueño de Maha Yoga, construye mundos soñados, utilizando acrílicos, técnicas mixtas y dibujos, que nos permiten saborear lo cotidiano merced a un impulso de lo espiritual en nosotros.

MANDALASANABOTTO.COM:

Buscando en la red, me encontré con una artista de Córdoba... de la Argentina. A través de una experiencia extra-sensorial con dibujos geométricos, Ana comienza, sin experiencia artística alguna en su haber, a pintar unos deliciosos mandalas, que merece la pena ver. Sus colores brillantes, sus formas equilibradas y puras, modifican nuestra consciencia al depositar nuestros asombrados ojos en ellos. Un verdadero disfrute para el alma.

Rafael Peralto



Namasté

Seguiremos en la brecha.

Dicen que lo difícil no es llegar, es mantenerse, seguir a flote. Y nosotros seguiremos, pues no nos faltan ganas. Y por supuesto no solo queremos mantenernos, nuestra meta es crecer. Para ello necesitamos vuestras aportaciones. Que abráis vuestro corazón a la creación literaria, poética, o artística, y que tengáis un impulso de compartir con los demás, pues eso es Avatar, un espacio para disfrutar en común, para estar unidos por la red, ahora que las vacaciones comienzan a separarnos.



Pero esa separación sabemos que es fenoménica, que es ficticia, pues allí donde nuestro corazón y nuestros pensamientos se depositen, allí estará nuestro espíritu. Y sabemos que este amor y amistad que compartimos día a día, nos mantendrá cohesionados, pues siendo diferentes nuestras creencias, incluso nuestras metas espirituales, todos formamos parte de un proyecto en común, navegamos unidos en nuestro amor por Babají, siendo nuestras velas henchidas como un corazón puro, llenadas por el hálito divino que habita en cada ser.

¡Hasta el mes que viene! Namasté.

CREDITOS

www.mahayoga.es

Editor: Editorial Mahavatar.

Redactores: Eduardo Villegas y Rafael Peralto.

Diseño y maquetación: Rafael Peralto.

Distribución, suscripciones y logística: Elizabeth Maestre.

Logos: El logo de la Editorial Mahavatar, de la Revista Avatar y la imagen de Babaji son propiedad de Rafael Peralto.

Si deseas recibir una revista, envíanos un e-mail a: babaji@mahayoga.es