



# VIDA DE SERVICIO

Reflexiones, recordatorios y directrices  
acerca de los estándares, el comportamiento y  
la etiqueta Vaiṣṇava



**Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh**

# VIDA DE SERVICIO

Reflexiones, recordatorios y directrices  
acerca de los estándares, el comportamiento y  
la etiqueta Vaiṣṇava

**Compilado por Śrīpad Devāśiṣ Prabhu**  
**Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh**



© Todos los derechos reservados por  
El Sevaite Presidente Āchārya del Śrī Chaitanya Sāraswat Math:  
Śrīla Bhakti Nirmal Āchārya Mahārāj

Compilado y editado (2010) originalmente en inglés por  
Śrīpad Devāśiṣ Prabhu,  
del Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh de Londres  
Diseño original de la cubierta: Rasa Mayi Pandita Devī Dāsī

Hecho en México  
Primera edición en español: 2015  
Por la Gracia de nuestros Divinos Maestros Espirituales  
y bajo el sagrado refugio de  
Śrīla Bhakti Kusum Ashram Mahārāj  
Presidente Āchārya de la  
**Iglesia del Señor Chaitanya,**  
**tal como ha sido presentada por Saraswatī Ṭhākur:**  
**Śrī Chaitanya Saraswatī Śrīdhar Govinda Sevāshram de México**

Editor en Español: Sriman Jaibalai Prabhu  
Agradecimientos:  
A Sumaṅgala Devī Dāsī, Sundari Devī Dāsī, Hari Sharan Prabhu,  
Bhagavān Prabhu y Rasa Moy Prabhu,  
Kṛṣṇa Priya Devī Dāsī, Ananga Mohinī Devī Dāsī,  
Ballavi Devī Dāsī y Gauri Devī Dāsī

# Contenido

Introducción	9
Śuddha-Bhakata	14

## PARTE 1: Los fundamentos

Los cuatro principios morales	17
El canto del Mahāmantra Hare Krisna	19
El estudio de los libros	27
El servicio devocional	28

## PARTE 2: El templo

1.	El ofrecimiento de reverencias	30
2.	La aplicación del tilak	32
3.	La śikhā	35
4.	El cordón sagrado	35
5.	El canto del Gāyatrī	36
6.	La kaṇṭhī-mālā	36
7.	La vestimenta	37
8.	La limpieza	37
9.	El comportamiento	38
10.	La asistencia al programa del templo	40
11.	El respeto a los artículos sagrados	40
12.	Honrar el Mahā-prasādam de las Deidades	41
13.	El kīrtan	43
14.	Honrar y servir el prasādam	44
15.	Oraciones para honrar el prasādam	50

### **PARTE 3: Otras observancias**

1.	Ekādaśī	51
2.	Los festivales Vaiṣṇavas	53
3.	Kārttik	54

### **PARTE 4: Textos con instrucciones importantes**

1.	Daśa-vidha Nāmāparādha	55
2.	Śrī Upadeśāmṛta	58
3.	Upadeśāvalī	62
4.	Śrī Daśa-mūla	66
5.	Śrī Śikṣāṣṭakam	73
6.	Las Diez Ofensas a evitar especialmente en el Santo Dhām	77





Su Divina Gracia  
**Śrīla Bhakti Kusum Ashram Mahārāj**  
Presidente Sevaite Āchārya del  
Śrī Chaitanya Saraswatī Śrīdhar Govinda Sevāshram de México





Su Divina Gracia  
**Śrīla Bhakti Nirmal Āchārya Mahārāj**  
Presidente Sevaite Āchārya  
Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh



Su Divina Gracia  
**Śrīla Bhakti Sundar Govinda Dev-Goswāmī Mahārāj**  
Presidente Sevaite Āchārya  
Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh y centros alrededor del mundo





Su Divina Gracia  
Śrīla Bhakti Rakṣak Śrīdhar Dev-Goswāmī Mahārāj  
Fundador Āchārya  
Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh

## *Introducción*

La primera vez que llegamos al Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh a principios de los ochentas, las instalaciones para alojar a los devotos eran ciertamente muy sencillas y austeras, comparadas con los estándares de hoy. Sin embargo, bajo el cuidado directo y la guía de Śrīla Śrīdhara Mahārāj, éramos bastante felices como para tolerar cualquier inconveniencia con el fin de tener la oportunidad de escuchar Hari-*kathā* de los labios de loto de su Divina Gracia.

En esos días, antes de que aceptara la posición de Sevaite Presidente Āchārya del Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh, Śrīla Govinda Mahārāj era el benefactor siempre presente de los devotos. El cuidar a los devotos fue su placer evidente; él se aseguraba de que fueran atendidas todas nuestras necesidades y cualquier atención médica, e incluso él mismo asistía a los devotos en sus enfermedades y problemas. En aquel tiempo no era posible comprar agua embotellada y las probabilidades de llegar a enfermarse eran muy altas, a menos que uno fuera un poco experimentado, que recibiera un buen consejo —y que estuviera dispuesto a seguirlo—. Pero más que nada, Śrīla Govinda Mahārāj siempre estaba ávido de llevar a los devotos hasta los pies de loto de Śrīla Śrīdhara Mahārāj. Aunque Śrīla Guru Mahārāj estuviera renuente a hablar con nosotros, Śrīla Govinda Mahārāj casi siempre intercedía, y, persuadido por su amado servidor y asociado, Śrīla Guru Mahārāj nos otorgaba mucha riqueza y gracia espiritual. Nos sentimos extremadamente bendecidos.

Durante nuestro tiempo bajo los pies de loto de Śrīla Guru Mahārāj fuimos muy afortunados de ser entrenados en el comportamiento apropiado y las prácticas de los verdaderos Vaiṣṇavas, ya sea por recibirlo

directamente de Su Divina Gracia o por ver el ejemplo de sus discípulos, los residentes del Śrī Chaitanya Śāraswat Maṭh, encabezados por Śrīla Govinda Mahārāj.

Śrīpad Bhakti Prasūn Araṇya Mahārāj quien en aquel entonces era Krisna Sharan Prabhu frecuentemente se encargaba de nosotros y se responsabilizaba de entrenarnos para que fuéramos educados y abandonáramos nuestros malos hábitos, los cuales en aquel tiempo ni siquiera notábamos que fueran ‘malos’, desfavorables para el cultivo de la devoción. Araṇya Mahārāj era un instructor estricto y nos corregía fuertemente si fallábamos en obtener el estándar requerido. Pero, en lugar de que sus correcciones nos causaran un desánimo, nosotros prosperábamos y estábamos dispuestos a esforzarnos seriamente con tal de conseguir su santa aprobación. Esto no quiere decir que nunca nos sentimos humillados, ni que tampoco nunca fallamos en lograr el estándar. Recuerdo que se me dio el honor de lavar las ollas en las que se cocinaba y de que, para mi total frustración y con una desesperación a punto del llanto, ¡esas ollas me fueron devueltas por seis veces debido a que no estaban lo suficientemente limpias! Finalmente uno de los *brahmachārīs* mayores sintió lástima de mí y me mostró cómo lavar las ollas usando un pedazo de ladrillo, estropajo, barro y cenizas [no había jabón líquido, ni fibras de nailon, ni siquiera agua caliente].

Hubo un intenso sentimiento de satisfacción interna cuando uno era esperado para tomar *Prasādam* con los *brahmachārīs* hindúes, y no con los ‘visitantes’, lo cual en esos días era muy poco común.

Ahora que Śrīla Govinda Mahārāj les ha provisto de muchas facilidades a los devotos en el Śrī Chaitanya Śāraswat Maṭh, y de que muchos devotos llegan provenientes de todas partes del mundo, la fortuna que nosotros tuvimos de ser entrenados en la cultura de la vida devocional quizás ya no está igualmente disponible para todos. La misión del Śrī Chaitanya Śāraswat Maṭh ha crecido tanto que ahora es nuestro turno para transmitir esas lecciones a las futuras generaciones de devotos.

Es éste el sentimiento que me inspiró para empezar una serie de

pláticas en el Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh de Londres, tituladas *Vida de servicio*, pláticas que fueron transmitidas por internet debido al entusiasmo de mi hermana espiritual, Śrīmatī Divyaśarī Devī Dāsī, la primera discípula occidental iniciada de Śrīla Śrīdhara Mahārāj. Habiendo recibido mucho ánimo e inspiración de parte de los devotos alrededor del mundo, compilé este pequeño folleto acerca de los estándares y el comportamiento devocional, los cuales fui muy afortunado de aprender por parte de Śrīla Guru Mahārāj, Śrīla Govinda Mahārāj, y sus discípulos.

Por supuesto, alguien puede argumentar que estos pequeños aspectos de la etiqueta y la cultura no son esenciales para la devoción y que estos constituyen más bien una “cultura bengalí” o una “adopción del hinduismo”, y que la Conciencia de Krisna está por encima de tales ideales provinciales. En respuesta a esto, yo diría que, aunque esto es cierto en un amplio sentido, resulta excesivamente fácil “tirar al bebé junto con el agua de baño”\*. Todo tiene su ‘forma’ y la vida devocional no es una excepción, especialmente para los *sādbakas* o los practicantes que aspiran a la devoción. De hecho, Śrīman Mahāprabhu, el Señor Chaitanya Mismo, ha dicho que la etiqueta Vaiṣṇava es el ornamento que hace hermoso al devoto ante los ojos del Señor Krisna (*C.c. Antya-līlā 4.130*). Śrīman Mahāprabhu consideró la etiqueta Vaiṣṇava tan esencial que Su devoto más avanzado, Śrīla Rūpa Goswāmī, escribió ampliamente acerca de ello en su famoso *Bhakti-rasāmṛta-sindhu*.

Todo lo que encontramos en este folleto se encuentra establecido en Escrituras del Vaiṣṇavismo Gauḍīya, tales como el *Bhakti-rasāmṛta-sindhu*, el *Hari-bhakti-vilāsa* y otras, o es algo que escuchamos directamente de los labios de loto de Śrīla Śrīdhara Mahārāj o Śrīla Govinda Mahārāj. En bien de los devotos quise presentar reunidos la mayoría de estos aspectos en un solo espacio para una fácil referencia.

---

**\* Nota del traductor:**

Esta es una expresión idiomática del inglés [throw out the baby with the bathwater], que significa que en el proceso de desechar o retirar algo indeseable, alguien elimina lo que es valioso.

Puesto que la misión del Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh continúa expandiéndose en todo el mundo, necesitamos un modelo al cual todos nuestros Centros y Templos deban aspirar. Aunque hay otras misiones predicando el Vaiṣṇavismo Gauḍīya alrededor del mundo, el Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh tiene sus propios sabor y dulzura únicos, y el modelo ideal para nuestra misión es el Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh de Nabadwīp, el cual fue concebido desde el corazón devocional de Śrīla Guru Mahārāj y manifestado por el servicio devocional de Śrīla Govinda Mahārāj. Es mi esperanza que los devotos acepten este pequeño folleto como una ayuda para ese propósito.

Tal vez la instrucción más importante dada por el Señor Śrī Chaitanyadev es Su famoso verso que se halla en el *Śikṣāṣṭakam*:

**tṛṇād api sunīchena  
taror iva sahiṣṇunā  
amāninā mānadena  
kīrttanīyaḥ sadā hariḥ**

«Aquel que es más humilde que una brizna de hierba, más tolerante que un árbol, que le ofrece respeto a los demás sin desearlo para sí mismo, está cualificado para cantar siempre el Santo Nombre de Krisna.»

Śrīla Śrīdhara Mahārāj frecuentemente ha llamado a esto “el oficio secreto de la devoción” y Śrīla Govinda Mahārāj dijo que este “es el único medio para tener éxito en la vida de servicio”.

Por encima de todo, si podemos practicar la humildad, la tolerancia y el ofrecer respeto a los demás, mientras hacemos a un lado cualquier deseo de conseguir honor y respeto de los demás, entonces todas las reglas y las regulaciones en la vida de servicio nos serán fáciles y gozosas. Por el contrario, si somos orgullosos, intolerantes e irrespetuosos con los demás, si nos consideramos como objetos apropiados para recibir el respeto y el honor de los demás, seguramente fracasaremos en



nuestro intento de obtener la devoción y seremos incompetentes en servir el Santo Nombre del Señor Krisna. No hay exageración en la necesidad de considerar esta instrucción del Señor Chaitanya y tratar con toda sinceridad de hacerla la práctica más importante de nuestra vida espiritual. Esta es nuestra religión.

Las directrices ilustradas en este folleto nos fueron dadas para ayudarnos a adoptar y alimentar esta conciencia de humildad, tolerancia y de ofrecer respeto en nuestra vida de práctica.

Les ruego a los gentiles devotos del Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh que no tomen en cuenta los inevitables errores y los defectos de este folleto, mientras lo ofrezco a las manos de loto de mi amado guía y Maestro Espiritual, Oṃ Viṣṇupad Śrī Śrīla Bhakti Sundar Govinda Dev-Goswāmī Mahārāj, con la esperanza de que tal vez algún día me vea competente para ofrecerme en el servicio de su Señor y Amo, Oṃ Viṣṇupad Śrī Śrīla Bhakti Rakṣak Śrīdhara Dev-Goswāmī Mahārāj.

Aspirando a ser el sirviente del sirviente de un Vaiṣṇava.

### **Devāśiṣ Dās**

Secretario del Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh de Londres

El día de la Aparición de Śrī Nityānanda Prabhu, 28 de Enero del 2010.





# Śuddha-bhakata

(El fundamento esencial en la vida de servicio)

por Śrīla Bhaktivinod Ṭhākura

- (1) **śuddha-bhakata-charaṇa-reṇu,**  
**bhajana-anukūla**  
**bhakata-sevā, parama-siddhi,**  
**prema-latikāra mūla**

El polvo de los pies de loto de los devotos puros conduce al servicio devocional, y el servicio a los Vaiṣṇavas es en sí mismo la perfección suprema y la raíz de la tierna enredadera del amor divino.

- (2) **mādhava-tithi, bhakti-jananī,**  
**jatane pālana kori**  
**krisna-basati, basati boli',**  
**parama-ādare bori**

Con gran atención observo los sagrados días de Ekādaśī y Janmāṣṭamī, pues ellos son la madre de la devoción, y, con la máxima reverencia y amor, escojo la morada trascendental de Śrī Krisna como mi lugar de residencia.

- (3) **gaura āmāra, je-saba sthāne,**  
**koralo bhramaṇa raṅge**  
**se-saba sthāna, heribo āmi,**  
**praṇayi-bhakata-saṅge**

En la compañía de los afectuosos devotos visitaré todos esos lugares en donde anduvo mi Señor Gaurasundar durante Sus Pasatiempos.

- (4) **mṛdaṅga-bāḍya, śunite mana,  
abasara sadā jāche  
gaura-bihita, kīrttana śuni’,  
ānande hridoya nāche**

Mi mente mendiga siempre la oportunidad de escuchar la música de las mridangas. Al escuchar el tipo de kīrtan prescrito por el Señor Gaurachandra, mi corazón danza con éxtasis.

- (5) **jugala-mūrṭti, dekhiyā mora,  
parama-ānanda hoyā  
prasāda-sevā korite hoyā,  
sakala prapañcha jayā**

Al contemplar Sus formas de Deidades de la Pareja Divina, Śrī Śrī Rādhā-Kṛisna, experimento el máximo júbilo. Al honrar el *prasādam* del Señor, derroto toda ilusión mundana.

- (6) **je-dina grihe, bhajana dekhi,  
grihete goloka bhāyā  
charaṇa-sīdhu, dekhiyā gaṅgā,  
sukha nā sīmā pāyā**

Cuandoquiera que en mi casa veo llevarse a cabo la adoración y el servicio al Señor Hari, allí se manifiesta Goloka Vrindavan. Mi felicidad no tiene límites cuando veo al Ganges, el cual es un río de néctar que emana de los pies de loto del Señor.

- (7) **tulasī dekhi’, juḍāyā prāṇa,  
mādhava-toṣaṇi jāni’  
gaura-priya, śāka-sevane,  
jīvana sārthaka māni**

El ver la sagrada planta de Tulasī apacigua mi alma, pues sé que ella le brinda placer al Señor Krisna. Considero que mi vida es útil, al honrar el śāk [una comida hecha a base de vegetales de hojas verdes], el cual le es muy favorito al Señor Chaitanya.

( 8 )    **bhaktivinod, kṛṣṇa-bhajane,  
anukūla pāya jāhā  
prati-divase, parama-sukhe,  
svīkāra koroye tāhā**

Todo lo que Bhaktivinod obtenga, que sea propicio para el servicio a Śrī Krisna, lo acepta cada día con la mayor felicidad.





## Parte 1

# Los fundamentos

## Los Cuatro Principios Morales (en realidad, ¡son cinco!)

Todos los devotos iniciados y aquellos que desean ser iniciados deben seguir las regulaciones morales que describe el *Śrīmad-Bhāgavatam*.

Śrīla Govinda Mahārāj ha dicho: «En todo lugar hay un procedimiento natural de reglas y regulaciones. Las cuatro regulaciones son el fundamento básico para todos. Estas regulaciones son como aprender el alfabeto. Sin aprender el alfabeto no es posible leer ningún libro».

El *Śrīmad-Bhāgavatam* nos informa que a Kali se le dan ciertos lugares para residir, los cuales se mencionan a continuación; por lo tanto, debemos evitar los siguientes vicios:

1. **Dyūtam.** No debemos apostar, ser deshonestos o engañar a otros. Esto incluye: participar en transacciones inmorales, la especulación financiera y el solicitar dinero a otros bajo falsas pretensiones, incluso en nombre del llamado ‘servicio devocional’. Uno debe ganarse el dinero por medios honestos. La veracidad es el principio más importante de la moralidad en Kali-yuga. Si no practicamos este principio, ¿cómo nos será posible presentarles la verdad a los demás?

2. **Pānam.** No debemos ingerir licor ni drogas. Los devotos deben evitar todo tipo de embriaguez, lo cual incluye el alcohol, el tabaco, las drogas, ‘yerbas estimulantes’, etc. De acuerdo a Śrīla Śrīdhara Mahārāj, pānam también incluye la adicción o la embriaguez por el disfrute material. Un devoto debe ser sobrio y austero. Sin un carácter dispuesto



al sacrificio será imposible practicar la disciplina espiritual. Śrīla Śrīdhara Mahārāj ha dicho claramente que la embriaguez que producen el licor y las drogas es la enemiga de nuestra fe.

3. **Striyam.** Tenemos que evitar la actividad sexual irrestricta. Si aspiramos al amor por el Señor Supremo, entonces debemos aprender a poner un freno a la egoísta lujuria mundana. El mejor camino es la práctica del celibato, pero si uno es incapaz de practicar el celibato, entonces se recomienda el matrimonio, es decir, uno debe vivir en paz con su pareja, practicar juntos la Conciencia de Krisna y trabajar en pos de una vida plena de dedicación al servicio devocional. Idealmente, incluso un matrimonio ha de tener relaciones sexuales sólo para el propósito de procrear. El impulso sexual es tan fuerte que puede desviarnos completamente de nuestra práctica espiritual, comprometiendo nuestra pureza física y mental. (Śrīla Śrīdhara Mahārāj determinó claramente que los devotos que se casen han de hacerlo de conformidad a las leyes de su país, de manera que su matrimonio sea reconocido como legal. De esta manera no acarreamos ningún descrédito o una acusación de inmoralidad a la Misión de nuestro Gurudev).

4. **Sūnā.** No debemos comer carne, lo que incluye carnes blancas, pescado y huevos. El principio de la no violencia es esencial para el aspirante espiritual. La práctica de la matanza de animales fomenta una mentalidad brutal y destruye la cualidad de la compasión, la cual es un prerrequisito para toda disciplina espiritual. Los devotos han de comer solamente, tanto como sea posible, el prasādam de Krisna, y han de evitar cocinar con cebolla, ajo y cualquier otro producto que estimule una energía inferior y que consecuentemente no sea propio para ofrecerse al Señor Krisna. Conforme al *Śrīmad-Bhāgavatam*, quien prepare, cocine, sirva, venda o esté de alguna manera involucrado en la matanza de animales, es igualmente responsable como aquel que directamente mata y se come a ese animal.

5. **Jāta-rūpam.** No debemos acumular dinero. Este quinto principio confirma el viejo dicho de que el ‘dinero es la raíz de todo mal’.

Debido a la búsqueda de riqueza todo el mundo se encuentra bajo la ilusión de que el dinero es igual a la libertad, la independencia y la felicidad. Los devotos han de rechazar esta falsa idea y aceptar sólo lo que sea necesario para su mantenimiento básico, usando cualquier excedente que tengan para ocuparlo en su servicio al Señor Krisna. La acumulación de dinero provee la facilidad para consentir toda actividad antidevocional y, por lo tanto, es desfavorable para el propósito de entregarnos a Krisna. La idea de que «me volveré rico y entonces usaré esa riqueza para el servicio de Krisna», aunque indudablemente sea noble en su intención, generalmente llega a ser algo que consume enorme tiempo y constituye una distracción, sin una garantía de éxito. Además, aunque uno sea exitoso en ganar riqueza, la realidad es que generalmente esa riqueza nos corrompe y nos crea un falso sentido de propiedad y de ser importantes. Por lo tanto, se nos recomienda usar lo que tenemos ahora para ofrecer nuestro servicio a Krisna y llevar una vida honesta y sencilla.

## El canto del Mahāmantra Hare Krisna

El canto de los Santos Nombres de Krisna en la forma de *japa* (cantar utilizando el rosario hecho con cuentas de Tulasī [Tulasī-mālā]) y *kīrtan* (el canto en la asociación de los devotos con el acompañamiento de la mridanga [tambor] y *karatālas* [címbalos]) es fundamental para el servicio devocional.

Normalmente, quienes son iniciados tienen que cantar un mínimo de dieciséis rondas al día, y nunca menos de cuatro rondas (en emergencias). Śrīla Śrīdhara Mahārāḥ dijo: «La *mālā* [el rosario de cuentas de Tulasī] no debe ayunar».

Śrīla Śrīdhara Mahārāḥ enfatizó la calidad sobre la cantidad, así que la calidad de nuestra *japa* [cantar con las cuentas de Tulasī] es muy importante. Esto significa que deberíamos fijar un tiempo al día para nuestra *japa* y no sólo tratar de ajustarla a cuando sea y donde sea que podamos —con el fin de “cumplir”—. Cantar mientras manejamos, ‘cha-

teamos' con otros, leemos el periódico, navegamos en el internet, vemos la televisión, miramos el mundo pasar, y cualquier tipo de canto incidental y desatento, tiene que ser evitado.

## Temprano en la mañana, el mejor momento

Uno puede cantar los Santos Nombres del Señor a cualquier hora y en cualquier lugar, pero las Escrituras nos dicen que temprano en la mañana, especial y aproximadamente una hora y media antes de la salida del sol (*Brahma-mubūrta*), es la mejor hora para la práctica espiritual (*sadbhāna*). Aquel que es serio acerca de la vida espiritual debe hacer un esfuerzo concertado para levantarse temprano en la mañana y usar este tiempo para cantar el Santo Nombre y adorar al Señor.

## El entorno apropiado

La práctica de la japa es mejor en un ambiente favorable, en un lugar tranquilo y limpio, libre de distracciones; cualquier cosa que demande nuestra atención ha de estar ausente en ese lugar, de manera que podamos entregarnos de manera exclusiva a nuestro canto.

## El canto con humildad y en un humor de ruego

Mientras cantamos, tenemos que reconocernos como seres humildes y caídos, y con este humor recordar los pies de loto de nuestro Gurudev, postrarnos ante el Señor Chaitanya y Sus asociados, quienes son los dadores del Santo Nombre, y cantar el Mahāmantra Pañcha-Tattva:

**śrī kṛṣṇa-chaitanya prabhu nityānanda**  
**śrī advaita gadādhara śrīvāsādi-gaura-bhakta-vṛnda**

Luego, podemos orar: «Oh, Harinām. Oh, Santo Nombre, por favor, revélate en mi corazón y baila en mi lengua. Por favor, hazme Tu humilde sirviente».

Entonces, sosteniendo la Tulasī-mālā [el rosario de cuentas de Tulasī] entre el dedo pulgar y el dedo de en medio (el dedo índice no debe tocar las cuentas mientras cantamos), empezando por las cuentas grandes que están junto a la cuenta principal que es la central y más grande (el Monte Sumeru), comenzamos a cantar el Mahāmantra:

**Hare Krisna Hare Krisna Krisna Krisna Hare Hare  
Hare Rāma Hare Rāma Rāma Rāma Hare Hare**

Frotamos suavemente la cuenta entre el dedo pulgar y el dedo de en medio y cantamos un Mahāmantra por cada cuenta, y luego pasamos a la siguiente cuenta, y luego a la siguiente, hasta que llegamos a las cuentas pequeñas del otro extremo de la mālā, junto a la cuenta Sumeru — esto será una ronda—. A continuación, regresamos cantando de la cuenta pequeña a la grande —esto será otra ronda—. No cruzamos o pasamos sobre la cuenta Sumeru.

## **El significado del Mahāmantra**

En la línea de Śrīla Rūpa Goswāmī Prabhupād que desciende de Śrīla Bhakti Siddhānta Saraswatī Ṭhākura a Śrīla Bhakti Rakṣak Śrīdhara Dev Goswāmī Mahārāj y luego a Śrīla Bhakti Sundar Govinda Dev Goswāmī Mahārāj, y ahora a Śrīla Bhakti Nirmal Āchārya Mahārāj y a todos nuestros actuales Āchāryas del Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh, es claramente entendido que el Mahāmantra tiene que ver exclusivamente con la adoración y el servicio a Śrī Śrī Rādhā-Krisna.

‘Hare’ es la forma vocativa de ‘Harā’, un nombre de Śrīmatī Rādhārānī, y ‘Krisna’ y ‘Rāma’ son ambos nombres del Señor Krisna, la original Suprema Personalidad de Dios. Debemos de entender que cuando cantamos ‘Hare Rāma’, este ‘Rāma’ no se refiere al Señor Rāmachandra, el hijo de Daśarath y héroe del Rāmāyana, ni tampoco al Señor Balarām, sino que más bien se refiere a Rādhā-Ramaṇa Rāma, el Señor Krisna Mismo. Por lo tanto, el Mahāmantra es una oración pura a Śrīmatī Rādhārānī, suplicándole: «Por favor, ocúpame en el ser-

vicio devocional». Al leer los libros de nuestro Maṭh obtendremos explicaciones más amplias y profundas acerca de esta concepción.

## ¿En qué debo pensar mientras canto?

Śrīla Govinda Mahārāj nos dijo que él directamente le hizo esta pregunta a Śrīla Śrīdhara Mahārāj, quien contestó que: «No debemos tratar de imaginar la forma de Kṛiṣṇa ni de pensar en otra cosa; simplemente debemos concentrarnos en escuchar el Santo Nombre».

Hay que pronunciar el Mahāmantra clara y cuidadosamente y escuchar lo que uno canta. La japa no es una ‘carrera’ y terminarla rápido no es la meta. Uno debe cantar con fe, entusiasmo y lleno de la convicción de que este Mahāmantra nos dará el beneficio más elevado en la vida.

## ¿Fuerte, suave o mentalmente?

Uno puede cantar suave o fuertemente, pero nuestro canto no debe ser tan fuerte que perturbe a otros y los irrite. Una vez un devoto estaba cantando fuerte en frente de Śrīla Govinda Mahārāj, y Mahārāj le dijo: «Es para ti, Prabhu; no para mí». En otras palabras: «Es necesario para ti escuchar tu canto, pero no para mí (u otros)».

También las Escrituras admiten el canto en la mente, pero esto requiere mucha más disciplina y práctica para que sea efectivo. Generalmente, es mejor poder escuchar el sonido del Mahāmantra y concentrarse en escucharlo.

## ¿Sentados, de pie o caminando?

Sentarse con las piernas cruzadas y la espalda recta es lo mejor para cantar la japa, sin embargo, es aceptable cualquier posición cómoda que no nos induzca a dormirnos sino que propicie el cantar bien. Si nos



sentimos somnolientos, entonces podemos levantarnos y cantar mientras caminamos; pero si lo hacemos de esta manera, tratemos de no distraernos con el ambiente diverso.

## Evitar las ofensas al Santo Nombre

Para que nuestro canto sea realmente efectivo debe estar libre de ofensas. El Padma Purāṇa enlista diez ofensas al Santo Nombre. Los devotos y las devotas deben aprender cuáles son estas ofensas y deben tratar de evitarlas en su vida.

Las diez ofensas al Santo Nombre son:

1. Insultar o criticar a las personas santas (los Vaiṣṇavas, quienes son los agentes del Señor Supremo, Krisna).
2. Pensar que los semidioses (incluyendo el Señor Shiva y el Señor Brahmā) son iguales o más grandiosos que el Señor Viṣṇu o Krisna; y pensar que el Señor es diferente de Su Nombre, Forma, Cualidades y Pasatiempos.
3. Pensar que el Guru es un ser humano ordinario. (Él es el agente por medio del cual Krisna viene a darse a nosotros para salvarnos).
4. Blasfemar o criticar a las Escrituras que describen las glorias del Santo Nombre y de Krisna y de Sus devotos.
5. Pensar que las glorias del Santo Nombre del Señor Krisna son simplemente una exageración.
6. Considerar que el Santo Nombre de Krisna es algo imaginario o mundano.
7. Pecar y cantar. (El pensar que: «Puedo cometer actividades pe-

caminosas ya que el Santo Nombre del Señor me purificará», es espiritualmente suicida).

8. Pensar que el canto del Santo Nombre es equivalente a las actividades materiales piadosas, tales como el ir a peregrinar, el realizar trabajos humanitarios, la meditación, el yoga u otras actividades religiosas ordinarias.
9. Predicar las glorias del Santo Nombre a aquellos que no tienen fe o darles el Santo Nombre a quienes no son sinceros.
10. Resistirse a la transformación de la conciencia que resulta de cantar el Santo Nombre y mantenerse adicto a las cosas materiales.

## Nāmābhāsa (El reflejo del Santo Nombre)

Para permitir que el Santo Nombre se manifieste también debemos evitar las cuatro formas de nāmābhāsa o la apariencia del Santo Nombre. Aunque nāmābhāsa no constituye un canto ofensivo, si está vinculado con un sukṛiti previo, puede llevarlo a uno a la plataforma de la liberación (*mukṛti*), sin embargo, no concede la entrada al plano del servicio divino donde se manifiesta el Nombre puro (*Śuddha-nāma*).

Las cuatro formas de nāmābhāsa son:

1. **Sāṅketyam**: El canto indirecto —pronunciar el nombre de una persona, el cual es el Nombre del Señor—. Por ejemplo, si el nombre de tu amigo es «Kṛiṣṇa Dās», cuando tú lo llamas por su nombre, como efecto eso puede ser nāmābhāsa.
2. **Pārihāsyam**: El canto como una broma —esto significa que tomamos el Nombre con una imitación burlona hacia los devotos o para dirigirnos a los devotos e insultarlos; por ejemplo: «¡Oigan, ustedes, Hare Kṛiṣṇas, deberían dejar de desperdiciar su tiempo y conseguirse un buen trabajo!».

3. **Stobhan:** Cantar el nombre usándolo como un código—usar el Nombre para una mnemotécnica o como un mecanismo pedagógico, tal como para señalar reglas gramaticales, aprender ritmos en la mridanga, etc.
  
4. **Helanam:** Cantar con negligencia —tal como decir: «Hari bol» o «Hare Krisna», a manera de saludo, en lugar de decir «Hola» o «Adiós», o pronunciar «Hare Krisna» para salir de la indolencia cuando despertamos.

## El cuidado de la *japa-mālā*

Debemos considerar a la *japa-mālā* [el rosario de cuentas de Tulasi] como nuestra Deidad y ofrecerle el respeto como tal. Siempre debemos mantener la *japa-mālā* en una bolsa blanca de algodón. Śrīla Śrīdhara Mahārāj dijo que la *japa-mālā* no tiene varṇa o ashram [no pertenece a alguna de las clases sociales o espirituales], de modo que debe usar solo una tela blanca —no azafrán (incluso si uno es un brahmachāri o un sannyaśī)—, tampoco debe teñirse para que combine con nuestra ropa, y ciertamente no debe haber impreso nada sobre la bolsa de las cuentas, ni debe llevar un bolsillo para guardar dinero u otras cosas.

Nuestras manos siempre deben estar limpias antes de tocar la *japa-mālā*, y cuando no la utilizemos debemos mantenerla en un lugar limpio y respetable.

A menos que viajemos, la *japa-mālā* no debe ser llevada por todas partes, colgada de nuestro cuello. Uno no debe tomar *prasādam* usando la bolsa con las cuentas, y no debe ser llevada al escusado u otro lugar que no esté limpio a menos que sea absolutamente inevitable (por ejemplo, cuando viajamos solos). Si uno trae la bolsa con las cuentas, esta debe ser puesta o colgada en un lugar respetable antes de ofrecer reverencias. La *japa-mālā* no debe tocar los pies, los zapatos, ni nada que sea considerado sucio.

## Unas últimas palabras sobre la japa-mālā

Algunas veces en el curso de la prédica las personas que se interesan en el canto de Hari-Nām nos piden una japa-mālā. En nuestro Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh ha sido firmemente establecido por Śrīla Śrīdhara Mahārāj y Śrīla Govinda Mahārāj que solo el Guru puede dar la japa-mālā. Śrīla Śrīdhara Mahārāj dijo: «Que alguien haga cualquier cosa, coma cualquier cosa y luego toque la Tulasī-mālā, eso es impensable para nosotros».

A aquellos que sean sinceros acerca de cantar Hari-Nām se les debe animar a recibir iniciación de Hari-Nām si pueden seguir los principios morales y tener una mentalidad apropiada de servicio. No debe alentarse la iniciación simplemente como una moda o como una cuestión de hacer números [de iniciados]. La iniciación es el compromiso más serio y la conexión con la vida eterna y no deber ser considerada de una manera trivial. Śrīla Śrīdhara Mahārāj consideró muy importante que los recién ingresados se asocien con los devotos y estudien los libros en su asociación para que lleguen a tener una concepción correcta y entiendan primero la necesidad de cantar el Santo Nombre.

Con todo, para no desanimar a aquellos que insisten en cantar con cuentas pero que no están listos para la iniciación, se les puede recomendar que hagan su propia *mālā* de cuentas de madera ordinaria (disponibles en tiendas para manualidades o de artesanías), en vez de usar las cuentas de Tulasī. No se les debe animar a que recurran a otros sitios para que compren una Tulasī-mālā. Tenemos que entender que Śrīla Śrīdhara Mahārāj consideró ese tipo de canto, sin recibir el Mantra de un Guru apropiado, como una mera imitación. Sin embargo, frecuentemente se dice que imitar algo bueno es también una cosa buena.

## Kīrtan

Tan frecuentemente como sea posible los devotos deben de reunirse para ejecutar kīrtan, el canto de los Santos Nombres en congregación.

Toda la misión espiritual del Señor Chaitanya es el *sañkīrtan* [el canto de los Santos Nombres y la glorificación del Señor Krisna, en congregación con los devotos].

Siempre es preferible que los devotos se reúnan para ejecutar *kīrtan*, en vez de sentarse a solas y separadamente llevar a cabo un *kīrtan* en sus hogares. Por supuesto, si tenemos una familia, entonces juntos podemos hacer diariamente un *kīrtan*, pero todavía mejor es el reunirse con otros devotos para realizar el *kīrtan*. Los templos y los centros de nuestro Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh de todo el mundo han sido establecidos sólo para facilitar este *sañkīrtan*. Śrīla Govinda Mahārāj recientemente dijo: «Quiero que mis discípulos se reúnan al menos una vez a la semana para Hari-*kīrtan*». Si vivimos lejos de un centro o templo, entonces invitemos a los devotos a nuestra casa y tengamos una *sañgha* [asociación] local, junto con *kīrtan*, con otros interesados en la Conciencia de Krisna.

En el templo, el *kīrtan* forma la parte sustantiva de la adoración a las Deidades y es integral a Su servicio. Sin Hari-Nām-*sañkīrtan* en el templo, la adoración a la Deidad es dudosamente formal e incompleta.

No desatendamos el *kīrtan* del Señor Krisna. Es el único método para adorar al Señor Krisna en esta era de Kali y es el método prescrito de realización espiritual.

## El estudio de los libros

Śrīla Govinda Mahārāj frecuentemente ha enfatizado que los devotos no solo deben leer los libros de nuestra Misión en una ocasión, sino una y otra vez. Las Escrituras Sagradas son una manifestación viviente de la Divinidad y recibiremos una luz cada vez más nueva de ellas si las abordamos de una manera apropiada. Que utilicemos un tiempo de cada día para estudiar los libros es esencial para nuestro progreso en la vida devocional.

Śrī Chaitanya Mahāprabhu nos ha aconsejado que escuchemos todos



los días el *Śrīmad-Bhāgavatam* en la asociación de los devotos. Si es posible, asistamos a las clases ofrecidas cada día en los Templos y Centros del Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh. Si es imposible hacerlo, tenemos que reservar un tiempo cada día para estudiar los libros de Śrīla Śrīdhara Mahārāj, Śrīla Govinda Mahārāj y los Āchāryas de nuestra línea. Las traducciones y comentarios del *Śrīmad Bhagavad-gītā*, *Śrīmad-Bhāgavatam*, *Śrī Chaitanya-charitāmṛta* y otros libros de Śrīla Bhaktivedānta Swāmī Mahārāj Prabhupād, son autorizados y muy apropiados para que nuestros devotos los estudien. La lectura de los libros más elevados los cuales tienen que ver con los Divinos y Amorosos Pasatiempos del Señor Krisna, tales como *Ujjvala-nīlamanī*, *Govinda-līlāmṛta*, *Gīta-govinda* y otros, no es para los devotos en general. Estas literaturas están reservadas para los muy elevados devotos *paramahansa* y debemos recordar el viejo dicho que dice: «Los tontos corren en donde los ángeles temen pisar». Transgredir esas áreas mientras todavía luchamos por controlar nuestros propios sentidos acarreará que caigamos de nuestra vida de servicio. Incluso el dominio perfecto de los sentidos no constituye en sí mismo una cualificación suficiente para entrar en esa región de la Divinidad.

Sólo por la directa instrucción de Śrī Guru podríamos alguna vez leer tales libros. De otro modo, como Śrīla Govinda Mahārāj lo ha expresado: «Fueron escritos para que los adoremos».

## El servicio devocional

El servicio práctico o *sevā* es la parte más esencial de nuestra práctica espiritual. El servir a los devotos, al Guru y a la Misión es la esencia de nuestra vida espiritual. El Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh es un foro para este servicio. La cuota de membresía y la suscripción vigente para este foro espiritual es el servicio. Los dividendos pagados a los miembros de este foro son el recibir más servicio. De esta manera, nuestra vida puede ser transformada de una vida de explotación a otros y de ser explotado por otros a una vida de servicio divino.

Los templos y ashramas son lugares donde aprendemos una vida de dar, y nuestro principio debe ser siempre dar más de lo que aceptamos.

De una manera u otra debemos mantener un vínculo de servicio. Y, después de todo, si deseamos ir al plano del servicio (Goloka Vrindavan, el mundo espiritual), entonces debemos practicar ese servicio en este plano para convertirnos en candidatos adecuados para ir allá. Por consiguiente, la práctica del servicio es indispensable en todas las etapas de la vida devocional.

El servicio puede ser de muchas clases, desde ofrecerle algo de nuestro ingreso al templo, cada semana o cada mes; barrer el piso del templo, cocinar para las Deidades del templo, invitar a los devotos a nuestra casa y alimentarlos, cantar en las calles en saṅkīrtan —y muchos más—. Si es posible, deberíamos tratar de encontrar un servicio que podamos hacer regular y responsablemente, y ese servicio debería de ser acordado y aceptado por Śrī Guru o su representante. El servicio devocional es un privilegio y nos debemos sentir bendecidos si podemos tener una responsabilidad en el servicio al Señor, el Guru y el Vaiṣṇava, y todavía más si podemos conservar ese servicio durante toda nuestra vida.



## Parte 2

# El Templo

Aquellos que viven y sirven en el Maṭh, como también aquellos que visitan el Maṭh, deben de observar y guardar cierto comportamiento y regulaciones. Esto tiene como propósito el fomentar una conciencia de humildad, tolerancia y respeto, colectiva e individualmente, lo cual proveerá la máxima armonía entre los servidores de la Misión.

### 1. El ofrecimiento de reverencias

Cuando se entra al salón del templo o *nāṭ-mandir* (literalmente, salón de baile) uno debe ofrecer reverencias a las Deidades del templo. Esto significa que uno se entrega al Señor y abandona la idea de que uno es independiente de Él.

Si es posible, uno debe colocarse en el lado izquierdo del salón del templo, con su flanco izquierdo hacia las Deidades y desde allí uno deber ofrecer reverencias completas postrando todo el cuerpo sobre el piso.

De acuerdo con el *Hari-bhakti-vilāsa*, uno debe ofrecer reverencias con ocho miembros del cuerpo (*saṣṭāṅga daṇḍavat praṇām*) —los pies, las rodillas, el pecho, las manos, la cabeza, la mirada, la mente y las palabras—. Los pies, las rodillas, el pecho, las manos y la cabeza deben de tocar el piso, el cuerpo debe estar estirado como una vara, las manos extendidas al frente.

Si el espacio es limitado, uno puede ofrecer reverencias con cinco miembros o *pañcāṅga praṇām* —los pies, las rodillas, los brazos, la cabeza y las palabras—. Las rodillas deben quedar abajo del estómago y el pecho no debe de tocar el piso. Las manos deben estar extendidas al frente.

No debemos ofrecer reverencias con una mano, ni mientras sostenemos algo en las manos.

Por modestia, las mujeres no deben ofrecer *saṣṭāṅga daṇḍavat* completas.

Mientras se ofrecen reverencias uno debe cantar el nombre de las Deidades del templo en el que uno se encuentra, por ejemplo (en Veracruz): «¡Jaya Śrī Śrī Guru Gaurāṅga Gāndharvā Govinda Nandanandanaj!»

Uno también debe ofrecer reverencias a los devotos por postrarse en el piso, como se describió antes (ya sea ofreciendo *saṣṭāṅga* o *pañcāṅga daṇḍavat*) y recitar:

**vāñchhā-kalpatarubhyaś cha kṛpā-sindhubhya eva cha  
patitānām pāvenebhyo vaiṣṇavebhyo namo namaḥ**

«Ofrezco mis humildes reverencias a todos los Vaiṣṇavas quienes son como árboles espirituales que complacen los deseos y quienes son muy misericordiosos con los caídos.»

**sakala vaiṣṇava-pade mora namaskāra  
ithe kichu aparādha nahuka āmāra  
hoiyachen hoiben prabhur jato bhakta jan  
vandanā kori' āmi sabāra charaṇa**

«Respetuosamente me postro a los pies de loto de todos los Vaiṣṇavas, orando para que no cometa una ofensa en mi intento de complacerlos. Ofrezco mis reverencias a los pies de loto de todos los que han sido y serán Vaiṣṇavas.»

Debemos ofrecer reverencias a un *sannyāsī* la primera vez que lo vemos. Si descuidamos hacer esto, las Escrituras prescriben ayunar en este caso, por el resto del día.

De acuerdo con el *Bṛhan-nāradya Purāṇa*, no debemos ofrecer físicamente reverencias a un Vaiṣṇava si está bañándose, colectando leña,

cortando flores, acarreando agua u honrando *prasādam*. Tampoco debemos ofrecerlas mientras nosotros nos encontramos calzados, bañándonos, comiendo, llevando un sombrero puesto o con la cabeza cubierta.

El principio importante es no incomodar a la persona a quien le estamos ofreciendo reverencias. Si nuestras reverencias van a incomodar, es mejor ofrecer reverencias mentalmente o solo con las manos juntas.

## 2. La aplicación de tilak

Los Vaiṣṇavas Gauḍīyas marcan sus cuerpos en doce lugares, como un templo del Señor, por aplicar barro amarillo (*gopī cbandan*) del río Yamunā. Cada una de esas marcas consiste de dos líneas verticales paralelas unidas en la base por la forma de una hoja (que representa una hoja de Tulasī). A estas líneas se les conoce como *ūrdhva-puṇḍra* y simbolizan los pies de loto del Señor Krisna colocadas sobre el cuerpo del devoto o la devota, e indican su entrega al Señor.

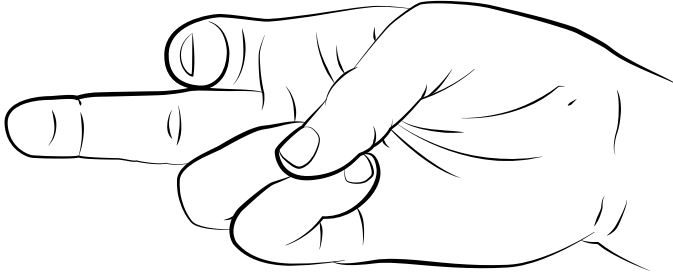
El *Brahmāṇḍa Purāṇa* afirma que el devoto que aplica a su cuerpo este *ūrdhva-puṇḍra*, con cuidado y atención, con la ayuda de un espejo u otro objeto que refleje (tal como un depósito de agua), ciertamente irá a la morada del Señor Supremo cuando deje este cuerpo mortal.

El *Hari-bhakti-vilāsa* establece que el *tilak* no debe estar disparejo, torcido, mal centrado, sucio y con mal olor.

Sobre la frente, el área de la parte central entre las dos líneas debe quedar limpia, desde el entrecejo hasta la línea donde empieza el cabello, y ambas líneas deben unirse en la base. La forma de una hoja de Tulasī debe unir la base de las líneas y extenderse no más de tres cuartos de la nariz hacia la punta. Las líneas deben ser dibujadas primero y después la hoja.

Se dice que el Señor Viṣṇu reside en el centro de la marca de tilak, el Señor Brahmā a la izquierda y el Señor Shiva a la derecha.

Antes de ponerse el *tilak* uno puede invocar a los ríos sagrados usando un recipiente (*pañchapātra*), poniendo allí agua y agregando una hoja de Tulasī. Uno enrolla el cordón sagrado [en el caso de que tenga segunda iniciación] en el dedo pulgar derecho y hace el *ankuśa-mudrā* (ver el diagrama).



*ankuśa-mudrā*

Haciendo movimientos circulares sobre el agua con el dedo de en medio, en la dirección de las manecillas del reloj (teniendo cuidado de no tocar el agua con la uña), y recordando al río Ganges y otros ríos sagrados, uno canta el siguiente mantra:

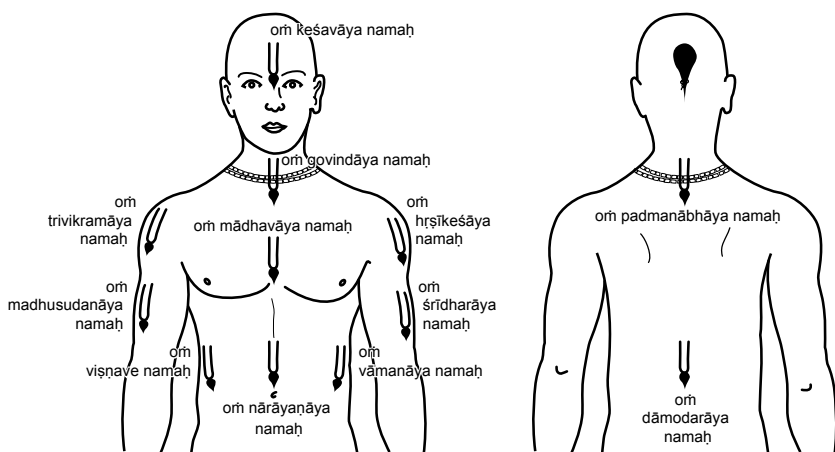
**gaṅge cha yamune chaiva  
godāvarī saraswatī  
narmade sindho kāverī  
jale'smin sannidhiṁ kuru**

«Oh, Gaṅgā; oh, Yamunā; oh, Godāvarī; oh, Saraswatī; oh, Narmadā; oh, Sindhu; oh, Kāverī, por favor, por su gracia háganse presentes en esta agua.»

Para hacer el *tilak*, uno debe poner unas gotas de esta agua del Ganges en la palma de la mano izquierda y hacer una pasta al frotar el barro amarillo del río Yamunā (*gopī-chandan*) con movimientos circulares en la palma de la mano, mientras se canta el siguiente mantra:

lalāṭe keśavam dhyāyen nārāyaṇam athodare  
 vakṣah-sthale mādhaveṇ tu govindaṃ kaṇṭha-kūpake  
 viṣṇuṃ cha dakṣiṇe kuṅṣau bāhau cha madhusūdanam  
 trivikramaṃ kandhare tu vāmanaṃ vāma-pārśvake  
 śrīdharaṃ vāma-bāhau tu hriṣīkeśaṃ tu kandhare  
 pṛṣṭhe tu padmanābhaṃ cha kaṭyām dāmodaraṃ nyaset  
 tat prakṣālana-toyaṃ tu vāsudevāya mūrdhani

## Marcando el cuerpo con tilak



Luego, el cuerpo es marcado en doce lugares cantando el nombre del Señor que corresponda a cada lugar del cuerpo.

- |                                   |                         |
|-----------------------------------|-------------------------|
| 1. Frente:                        | orṃ keśavāya namaḥ      |
| 2. Estómago (arriba del ombligo): | orṃ nārāyaṇāya namaḥ    |
| 3. Pecho:                         | orṃ mādhavāya namaḥ     |
| 4. Garganta:                      | orṃ govindāya namaḥ     |
| 5. Lado derecho del estómago:     | orṃ viṣṇave namaḥ       |
| 6. Brazo derecho:                 | orṃ madhusudanāya namaḥ |
| 7. Hombro derecho:                | orṃ trivikramāya namaḥ  |
| 8. Lado izquierdo del estómago:   | orṃ vāmanāya namaḥ      |
| 9. Brazo izquierdo:               | orṃ śrīdharāya namaḥ    |



- |                                   |                               |
|-----------------------------------|-------------------------------|
| 10. Hombro izquierdo:             | <b>om̐ hr̥ṣīkeśāya namaḥ</b>  |
| 11. Parte superior de la espalda: | <b>om̐ padmanābhāya namaḥ</b> |
| 12. Parte inferior de la espalda: | <b>om̐ dāmodarāya namaḥ</b>   |

La *śikhā* no se marca con tilak, pero después de lavar la mano derecha, cualquier remanente de agua debe ser secado sobre la *śikhā*, mientras uno canta: om̐ vāsudevāya namaḥ.

### 3. La śikhā

Los brahmachārīs y los *sannyāsīs* que viven y sirven en el templo deben rasurar regularmente su cabeza, y los *grhasthas* deben mantener su cabello corto y ordenado, si no pueden rasurar su cabeza debido a consideraciones prácticas. Los devotos iniciados deben mantener un pequeño mechón de cabello atrás de la cabeza. Este mechón de cabello es llamado śikhā. La *śikhā* no debe ser mayor a una pulgada y media en diámetro.

La *śikhā* debe estar recogida en un nudo suave y no debemos dejar suelto el cabello de la *śikhā* a menos que uno se bañe, duerma u observe los ritos de un funeral o se halle en un periodo de luto. Uno no debe trenzar o dejar despeinada la *śikhā*.

Después de bañarse, un devoto debe atar su *śikhā* mientras canta el mantra Brahma Gāyatrī (o el Mahāmantra Hare Krisna si no ha sido iniciado como brahmán).

### 4. El cordón sagrado

Si uno ha recibido el cordón sagrado, entonces este debe ser usado todo el tiempo. No debe ser removido a menos que sea por una situación de vida o muerte. Estrictamente hablando, si el cordón es removido y uno es tocado por alguien que no es brahmán, uno debe realizar otra vez un sacrificio de fuego para reinstalar su cordón sagrado. El cordón sagrado debe ser cambiado regularmente y uno no debe esperar

hasta que esté viejo, deshilachado o roto. Debe ser reemplazado por un cordón nuevo (atado por un brahmán Vaiṣṇava) colocando el cordón nuevo sobre el viejo, mientras se canta el Brahma Gāyatrī sobre ambos cordones, luego, desecharemos el cordón viejo, que pondremos en un río sagrado o en el océano. Normalmente, el cordón sagrado es cambiado ya sea en los días de la luna llena o en Ekādaśī.

Para evitar que se ensucie el cordón sagrado debe colgarse sobre la oreja derecha cuando se usa el escusado.

## 5. El canto del Gāyatrī

Las Escrituras ordenan que uno debe cantar el mantra Gāyatrī tres veces al día: al amanecer, al mediodía y al atardecer. Sin embargo, en nuestro mundo moderno puede ser que no siempre podamos cantar el Gāyatrī al mediodía, por lo que Śrīla Govinda Mahārāj dijo que uno debe cantar por lo menos en la mañana y en la tarde.

Después de bañarse, uno debe sentarse sobre un *asāna* en un lugar limpio y, después de ejecutar *āchamana*, enrollando el cordón sagrado en el dedo pulgar de la mano derecha, uno debe colocar la palma de la mano hacia arriba por encima del ombligo y cantar los mantras, contando con los dedos como nos fue enseñado por Śrī Guru.

Al amanecer y al mediodía uno debe sentarse de frente hacia el Oriente, y al atardecer debe sentarse de frente hacia el Norte. Si uno está frente a la Deidad entonces debe sentarse de frente a la Deidad mientras canta.

## 6. La kaṅṭhī-mālā (el collar de cuentas de Tulasī)

El Guru le da a los devotos el collar de cuentas de Tulasī en el momento de la iniciación. Todos los devotos iniciados deben usar todo el tiempo dos o tres sargas de las cuentas de Tulasī alrededor del cuello.

Se dice que la *kaṅṭhī-mālā* nos protege de malos sueños, accidentes, ataques con armas y de los Yamadutas (los sirvientes del señor de la muerte). Antes que nada los devotos usan la Tulasī-mālā porque Tulasī Devī le es muy querida al Señor Krisna.

## 7. La vestimenta en el Templo y cuando se representa a la Misión

El templo es un lugar destinado a la vida religiosa, por lo que uno debe vestir conforme a ello.

La vestimenta del devoto debe ser sencilla, limpia y modesta.

Los hombres deben usar *dhobi* y *kurta*, y las mujeres deben usar *sārī*.

Aquellos que den clases, dirijan el kīrtan (dentro y fuera del templo), sirvan el prasādam o cocinen o asistan en la cocina, deben usar la ropa apropiada.

En el templo uno no debe usar perfumes, loción para después de afeitarse, maquillaje excesivo o abundante joyería. Tampoco debe uno usar ropa provocativa o no modesta.

Uno siempre debe estar consciente de que su comportamiento en público, especialmente cuando usamos la ropa Vaiṣṇava, naturalmente reflejará a nuestro Gurudev y a la Misión, de modo que debemos estar conscientes de actuar apropiadamente en todo momento.

## 8. Limpieza

Uno debe bañarse completamente al menos una vez al día y siempre después de evacuar y antes de cantar el Gāyatrī.

Tanto como sea posible, uno siempre debe usar ropa limpia en el templo.

No se debe entrar al salón del Templo (*nāṭ-mandir*) sin haberse lavado las manos y los pies después de comer u orinar.

Uno siempre debe bañarse después de evacuar o dormir y debe ponerse ropa limpia antes de ocuparse en servir a la Deidad o para entrar a la cocina.

Uno no debe adorar a la Deidad o cocinar para la Deidad con ropas que uno usó mientras dormía o comía.

No se debe entrar al salón del Templo (*nāṭ-mandir*) después de visitar un crematorio o un cementerio o después de tocar un cuerpo muerto —primero uno debe bañarse y ponerse ropa limpia.

Uno no debe meterse los dedos en su boca, nariz u oídos, ni dejar de lavarse de inmediato después de hacerlo.

Uno no debe tocar ningún objeto sagrado si no ha lavado sus manos después de que se ha ensuciado.

Uno no debe eructar o pasar gases enfrente de las Deidades.

Generalmente no se debe cocinar ni llevar a cabo algún servicio directo a las Deidades en el periodo de menstruación. (Sin embargo, Śrīla Śrīdhara Mahārāj dijo que si una mujer tiene una Deidad del Señor en su hogar, ella no debe dejar de servirle durante su menstruación si no hay nadie más que haga el servicio —Krisna no debe ayunar).

## 9. Comportamiento

Debemos permanecer humildes, tolerantes y respetuosos todo el tiempo, pero especialmente en el entorno del Templo.

Debemos ver a todos los devotos como nuestros maestros y tratar de servirles conforme sea apropiado.

Debemos dirigirnos a los hombres como Prabhu (amo) y debemos dirigirnos a todas las mujeres (excepto a la esposa) como Didi (hermana honorable). Debemos dirigirnos a los sannyāsīs como Mahārāj o Su Santidad.

No debemos tocar con nuestros pies a los devotos u objetos sagrados, tampoco debemos pasar por encima de los devotos u objetos sagrados, ni por encima de nada que vaya a ser ofrecido a Hari, al Guru o al Vaiṣṇava (como, por ejemplo: guirnaldas, vegetales, etc).

Si accidentalmente tocamos a alguien con nuestros pies, de inmediato debemos tocar a esa persona con nuestra mano derecha y luego tocar nuestra frente también con la mano derecha o juntar las palmas de las manos, pidiendo ser disculpados.

Mientras estemos sentados en el Templo nuestros pies deben estar cubiertos tanto como sea posible. Es mejor sentarse cruzando las piernas y no tocarse los pies, los tobillos o las rodillas. No se deben estirar las piernas ni apuntar con los pies hacia la Deidad, el Guru, Tulasī u otros artículos sagrados o personas venerables.

De acuerdo con el *Bhakti-rasāmṛta-sindhu*, cuando uno esté enfrente de la Deidad, no debe hablarle en voz alta, no debe reñirle, castigarle (regañarle) o hablarle áspera o iracundamente a otros; tampoco uno debe alabar a otros, hablar groseramente, hablar mal de los Devatas [semidioses], mentir, hacer algún voto o participar en conversaciones mundanas.

Uno siempre debe ser respetuoso con personas del sexo opuesto. Tal vez seamos hermanos y hermanas espirituales, sin embargo, no es correcto familiarizar demasiado, coquetear o tener un contacto físico el uno con el otro. Toda relación devocional debe fomentar la dedicación y el servicio, no un humor de disfrute o de explotación. El Templo nunca debe ser un campo de ‘caza’ para buscar pareja con la perspectiva de matrimonio o de relaciones románticas casuales.

Los devotos siempre deben ser educados y corteses con todos y deben evitar confrontaciones, disputas y demostraciones de ira. Incluso si somos contrariados, debemos poner en práctica una gran tolerancia y refrenarnos ante los Vaiṣṇavas y pensar: «Todo lo que me sucede es el resultado de mi karma y, por consiguiente, debo tolerarlo».

## 10. La asistencia a los programas del Templo

A menos que uno esté comprometido en otro servicio, todos los devotos deben asistir a los programas del Templo (*āratis*, *kīrtanas* y clases). Esto es obligatorio para todos los residentes del Maṭh. El estándar en el Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh es que si uno no asiste al *maṅgal-ārati*, uno debe ayunar hasta el mediodía de ese día. Śrīla Govinda Mahārāj dijo que cualquiera que se quede en el Maṭh debe como mínimo asistir diariamente a dos *āratis* y ocuparse en algún *sevā* [servicio] del Templo.

Fallar en asistir al *ārati*, el *kīrtan* o la clase sin una razón apropiada es irrespetuoso, y tiene que cuestionarse el motivo de que alguien se quede en el templo si no va a asistir a estas funciones, las cuales nos son facilitadas por Śrī Guru para nuestro beneficio eterno.

## 11. El respeto a los objetos sagrados

Las Escrituras nos informan que todos los objetos usados expresamente en el servicio del Señor no son diferentes del Señor y que son una expansión directa del Señor Baladev (el Saṅkarṣaṇ original). Con esto en mente, debemos ser siempre conscientes de lo sagrado.

Los libros, la *japa-mālā*, los *karatālas*, etc., no deben ponerse en el piso o en un lugar sucio.

Cuando leemos un libro o una revista sagrada nunca debemos ensalivarnos los dedos para cambiar de página.

Los objetos sagrados nunca deben ser tocados con los pies. Si por accidente un objeto sagrado cae al piso o es tocado con los pies, entonces, respetuosamente pondremos ese objeto sobre nuestra frente y lo colocaremos en un lugar adecuado y respetable.

No debemos llevar objetos sagrados al baño.

Las fotos de Krisna y el Guru deben estar en un lugar respetable y apropiado. Todas las formas y los símbolos que representan a Krisna se les debe dar un trato respetuoso y reverencial y no deben ser dados a los niños como juguetes, ni debemos ponerlos en lugares inapropiados (por ejemplo, en zapateras, etc.), ni exponerlos a los elementos.

## 12. Honrar al mahā-prasādam de las Deidades (Nirmālya)

Los artículos que fueron ofrecidos a las Deidades del templo son conocidos como *Nirmālya Mahā-prasādam*. Estos incluyen: flores, guirnaldas, *chandan* (pulpa de sándalo), hojas de Tulasī, *mañjarīs*, lámpara de gui y *charaṇāmṛta* (remanentes del baño de las Deidades).

Estos artículos pueden ser ofrecidos a los devotos por el sacerdote (*pujari*) del templo y deben ser honrados en la forma apropiada.

### (i) Flores y guirnaldas

Las flores y las guirnaldas deben ser olidas, usadas, y tocadas con nuestra cabeza. Las guirnaldas que contienen Tulasī también deben ser olidas y tocadas con la cabeza, pero no usadas por los devotos. Las guirnaldas que contienen Tulasī solo pueden ser ofrecidas al Señor Krisna (o a las Deidades Viṣṇu-tattva).

Las flores y las guirnaldas prasādam deben ser desechadas en un río o en el mar y nunca deben ser tiradas a la basura (nunca ningún tipo de prasādam debe ser considerado basura).

## (ii) Hojas de Tulasī y mañjarīs

Las hojas de Tulasī y los *mañjarīs* que han sido ofrecidos al Señor deben ser aceptados con gran respeto y ser ‘comidos’ por los devotos. El prasādam de Tulasī no debe ser dado a los invitados u otros quienes, por ignorancia, tal vez lo tiren o lo escupan.

Los devotos no deben utilizar Tulasī con fines medicinales, en cosméticos o para otros propósitos, y los devotos generalmente deben evitar usar productos que contengan Tulasī, como pasta dental, té, etc., de la India, (con frecuencia, en la lista de ingredientes se refieren a Tulasī como ‘albahaca sagrada’). A menos que haya sido ofrecida al Señor, Tulasī no debe ser comida por los devotos u ofrecida a otros dioses o semidioses. Tulasī solamente se ofrece a las Deidades *Viṣṇu-tattva*.

## (iii) Charaṇāmṛta

El *Hari-bhakti-vilāsa* afirma que tomar el agua que ha bañado la forma sagrada del Señor puede destruir los efectos de un millón de pecados, incluyendo la matanza de otras entidades vivientes. De acuerdo con el *Padma Purāṇa* quienquiera que honre el *charaṇāmṛta* del Señor, incluso si nunca ha dado nada en caridad, nunca ha llevado a cabo un sacrificio religioso, nunca ha estudiado los Vedas y nunca ha adorado al Señor, llega a ser elegible para residir en Vaikuṅṭha (el mundo espiritual).

El *charaṇāmṛta* debe ser recibido del sacerdote del templo (o, en su ausencia, de parte de otro devoto), quien pondrá una cucharada en la palma de nuestra mano derecha. Después de beberlo, colocaremos sobre nuestra cabeza cualquier remanente que quede en la palma de la mano. La mano derecha debe ser sostenida por la izquierda para evitar que se derrame —ésta forma de sostener la mano es también la apropiada para recibir flores, Tulasī y otro *prasādam* ofrecido directamente a la mano.



#### (iv) La lámpara de gui

La lámpara de gui puede ser ofrecida a los devotos durante el *ārati*. La persona que ofrece la lámpara prasādam debe ofrecerla a los devotos mayores (empezando con los *sannyāsīs*). Sin embargo, los devotos que no hayan alcanzado a recibir ese prasādam, no deben de sentirse ofendidos.

Uno debe tocar brevemente la flama con ambas manos y luego tocar su propia frente con el entendimiento de que recibimos una bendición de luz (una iluminación interior) del Señor.

### 13. El kīrtan

El *kīrtan* debe ser dirigido por un devoto cualificado e iniciado, que sigue apropiadamente el sendero de la devoción. Normalmente, el Guru o su representante en el templo deben encomendar el kīrtan a los devotos cualificados como un servicio regular.

Similarmente, los devotos que tocan la mridanga (tambor) y los karatālas (címbalos) deben saber cómo tocar apropiadamente estos instrumentos, y como mantener el ritmo y seguir al líder del kīrtan. Los que tocan la mridanga deben estar especialmente atentos al líder del kīrtan y saber cuándo tocar con más rapidez, cambiar el ritmo, ir más despacio y finalizar el kīrtan.

Solamente los *kīrtanas* autorizados deben ser cantados, con la melodía y la métrica apropiados, según el periodo [mañana, mediodía y tarde] del día.

En el Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh sólo la mridanga y los karatālas son permitidos. Esta es una regla instituida por Śrīla Bhakti Siddhānta Saraswatī Ṭhākur y seguida por Śrīla Śrīdhara Mahārāj y Śrīla Govinda Mahārāj. Ningún otro instrumento, incluyendo el armonio, está permitido.

El kīrtan siempre debe ser dulce y melodioso y no sólo fuerte. Los instrumentos no deben ahogar el canto del líder del kīrtan.

Tanto como sea posible bailaremos en el kīrtan. Este baile no debe ser un exhibicionismo, sino para la satisfacción del Señor. Generalmente, uno se balancea de un lado a otro, colocando un pie enfrente que cruce el otro, y luego alterna el movimiento, usando el otro pie. En un humor de oración uno aplaudirá o bailará con las manos levantadas con las palmas juntas.

Cuando bailemos no debemos poner en peligro a los demás o incomodarlos. Debemos evitar las demostraciones de ‘éxtasis’, los desmayos, el llanto o los gemidos y los ‘trances’. Śrīla Govinda Mahārāj nos aconseja siempre controlar nuestra emoción si deseamos verdadera devoción.

Hombres y mujeres no deben bailar juntos.

## 14. Honrar y servir el Prasādam

### (i) Honrar el prasādam

Prasādam significa “la Misericordia del Señor”: siempre debemos de recordar esto. Los devotos no ‘comen’ en el sentido de consumir alimentos, sino mas bien los devotos “honran” el prasādam de Krisna.

Ese alimento que fue preparado con devoción y ofrecido al Señor, consideramos que fue transformado de ser un alimento mundano a uno especial, la misericordiosa manifestación del Señor (*prasādam*). Honrar apropiadamente el prasādam implica en mucho una práctica espiritual, tanto como lo son las otras. En verdad, todos los Āchāryas de nuestra línea espiritual concuerdan en que el prasādam es la solución a todo el problema de la vida mundana. Por vivir exclusivamente de los remanentes del Señor podemos sobrepasar el ambiente ilusorio.

Cuando honramos el prasādam, debemos estar limpios y habernos bañado antes de tomar alimentos. Si no es práctico bañarnos por completo, al menos debemos lavarnos las manos, la boca y, si es apropiado, los pies. La śikhā debe estar recogida con un nudo; la cabeza, descubierta, y los pies, descalzos.

Debemos tomar el *prasādam* puntualmente y cuando somos llamados. No debemos hacer esperar al prasādam —esto puede ser una ofensa, a menos que se tenga un deber en específico el cual nos impida honrarlo en el momento apropiado.

El prasādam debe ser honrado en un lugar limpio y conveniente.

Debemos sentarnos en el piso, con las piernas cruzadas (sobre un pequeño *asāna* [tapete]) o a la mesa. No debemos tener extendidas las piernas mientras honramos el prasādam, ni debemos tener el plato sobre las piernas.

Siempre, el prasādam se debe recibir de las manos de un devoto —esto nos ayuda a recordar que el prasādam es misericordia y no ‘comida’—. No debemos servirnos nosotros mismos, sino que le pediremos a un devoto que nos haga el favor de darnos el prasādam.

Antes de empezar a ‘comer’, uno debe ofrecerle respetos al prasādam por cantar oraciones apropiadas (ver la sección 15).

No debemos levantarnos mientras honramos el prasādam. Si uno necesita algo, debe pedirselo a los devotos que están sirviendo el prasādam.

Debemos honrar el prasādam utilizando solo la mano derecha. Con la práctica uno aprenderá a rasgar pedazos de chapatis o puris [tortillas cocidas en el comal o tortillas fritas, respectivamente], usando solo la mano derecha. No debemos rasgar pedazos de pan u otros alimentos con los dientes, ni usando la mano izquierda. Si al principio esto nos

parece antinatural, entonces debemos practicar por sentarnos sobre la mano izquierda durante el tiempo del prasādam, hasta que uno pierda el hábito de usarla para comer.

Se recomienda usar los dedos de la mano derecha para comer ya que esto estimula la digestión por medio de la sensación del tacto. Es aceptable el usar una cuchara si uno no puede comer usando los dedos (tal vez puede hacer sentirse extraños o torpes a aquellos que no están acostumbrados a esto, especialmente cuando se toman alimentos agudados).

Debemos aceptar únicamente la cantidad de prasādam que podamos honrar cómodamente. No debemos comer con exageración o desperdiciar el *prasādam*.

Si no deseamos una preparación en particular o comimos lo suficiente, entonces debemos de indicárselo a la persona que sirve por poner la mano derecha sobre el plato con la palma hacia abajo y los dedos abiertos para evitar que sirva más comida en nuestro plato.

No debemos hablar innecesariamente sobre tópicos mundanos mientras honramos el prasādam.

Después de terminar de comer, debemos permanecer sentados hasta que los devotos mayores se levanten. De otra manera, tenemos que pedirles permiso para retirarnos.

Después de terminar el prasādam, debemos lavarnos las manos y la boca.

Debemos limpiar con agua, convenientemente, el área donde se ha comido.

## **(ii) Servir el prasādam**

Servir el prasādam es un servicio importante y esencial para el co-

recto cultivo de la vida de servicio. Al igual que con todos los servicios, hay una manera correcta e incorrecta de servir el prasādam. Debemos aprender a servir el prasādam a los Vaiṣṇavas, con gran cuidado y atención.

Idealmente, el prasādam debe ser servido por devotos iniciados, pero durante los festivales se puede incluir a otras personas para hacer este servicio, en tanto que estén limpias y vestidas apropiadamente. Se debe usar dhotī o sārī según lo propio.

No debemos servir prasādam si estamos sucios, sintiendo un hambre excesiva, ansiosos de que no consigamos prasādam, enojados o de algún modo perturbados en la mente.

La práctica de servir primero los platos para los que van a servir es contraria a la devoción. Debemos servir a los Vaiṣṇavas a su completa satisfacción, y luego tomaremos felizmente cualquier remanente que quede. Debemos desarrollar la actitud de que: «Si todo es distribuido y no queda nada, puedo ayunar, si esa es la voluntad de Kṛiṣṇa». De lo contrario, uno debe sentarse felizmente, honrar el prasādam y permitir que otros sirvan.

El cocinero debe asegurarse de que se prepare suficiente prasādam para satisfacer a todos. Si el *prasādam* se acaba, entonces el cocinero debe cocinar felizmente otra vez como sea requerido.

Los devotos deben sentarse sobre *asānas* [tapetes] y se les debe servir el *prasādam*. A menos que no haya otra alternativa, se debe evitar la práctica de hacer que los devotos hagan una fila con su plato en la mano, como en una cafetería.

El *prasādam* no debe ser servido directamente de las ollas donde se cocinó, sino que debe ser transferido a contenedores para servir. (Las cubetas de acero inoxidable son ideales para esto).

Un devoto o una devota competentes tienen que tomar la responsabilidad de servir en las grandes reuniones, tales como las de los días de festivales. Él o ella tienen que supervisar a los que sirven.

Las preparaciones calientes deben servirse calientes y todas las preparaciones deben ser servidas en el momento oportuno y en el orden correcto.

Debemos ser cuidadosos de no tocar los platos o las manos de los devotos —con los utensilios o con los contenedores para servir— cuando ellos están honrando el prasādam.

Nosotros no debemos sostener los vasos o los platos cuando les servimos a los devotos; si el vaso o el plato tienen que ser sostenidos firmemente, el devoto al que se le está sirviendo debe hacerlo, pero tendremos un cuidado extra de no verter prasādam caliente sobre sus manos.

Si tocamos un plato o a una persona con los utensilios para servir, entonces tenemos que lavarnos de inmediato las manos y lavar los utensilios antes de continuar distribuyendo las preparaciones.

Hay que tener cuidado de poner el prasādam en un área libre del plato, cuidando de no mezclar las preparaciones saladas con las dulces.

No debemos distribuir el prasādam directamente a las manos de los devotos e invitados. (Esto no aplica cuando, en una situación aparte, se distribuyen pedazos de Mahā-prasādam).

Todos los devotos que sirven deben saber cuáles son las preparaciones que se distribuyen —saber, por ejemplo, si son picosas, saladas y condimentadas o dulces, si son apropiadas para niños, acerca de los ingredientes principales, etc.

El servicio de distribuir el prasādam tiene que ser dirigido por una persona competente quien distribuirá el arroz, y los demás servidores

lo seguirán. Esto es importante si existe más de un área donde tenemos que servir prasādam. Los que sirvan agua y cualquier pequeña preparación previa al arroz, tienen que ser instruidos sobre el orden en que serán servidas esas áreas y deben distribuirse de acuerdo a ello.

El prasādam debe servirse rápida, tranquila y eficientemente. Esta es una destreza que los devotos deben estar entusiastas por aprender.

El orden normal en que las preparaciones son servidas es el siguiente:

- **Agua**
- **Alguna comida amarga**, tal como *sukṛta* (para estimular el apetito al comienzo de los alimentos) o śāk, o alguna ensalada.
- **Arroz**
- **Dāl**
- **'Sabrosuras'**, tales como pakorās, samosās, *ālu bhājā*, etc.
- **Preparaciones con vegetales** (*subjīs*). Primero los que son húmedos y luego, los secos.
- **Chutneys** (que ayudan a la digestión), etc.
- **Puṣpāna** (que es un puente entre las preparaciones saladas y las dulces)
- **Dulces**

Las porciones no necesitan ser abundantes, pero debemos estar atentos para servir de nuevo a los devotos cualquier preparación una vez que la terminen. A ningún devoto se le debe dejar con el plato vacío excepto al final de la comida. Los devotos no tienen que esperar para que les sirvan la siguiente preparación una vez que empezó la distribución; por consiguiente, todos los servidores deben seguir al que encabeza la distribución.

No debemos servir demasiado, que los devotos no puedan acabárselo. Debemos ser generosos al servir, pero también inteligentes para asegurarnos de que todas las preparaciones sean sensiblemente distribuidas a todos. No debemos guardarnos nada con la finalidad de preservar para más tarde una preparación para nosotros mismos.

Los que sirven no deben sentarse a tomar prasādam hasta que los demás hayan sido servidos y estén satisfechos.

## 15. Oraciones para honrar el prasādam

**mahā -prasāde govinde  
nāma-brahmaṇi vaiṣṇave  
svalpa-puṇyavatām rājan  
viśvāso naiva jāyate** (*Skanda Purāṇa*)

«Aquellos que no han acumulado suficiente mérito piadoso, nunca podrán honrar al *Mahā prasādam*, al Señor Govinda, al Santo Nombre, a los brahmanes y a los Vaiṣṇavas.»

**¡bhāi-re!  
śarira avidyā-jāl, jodendriya tāhe kāl,  
jīve phele biṣaya-sāgore  
ta'ra madhye jīhvā ati, lobhamoy sudurmati,  
ta'ke jetā kaṭhina saṁsāre**

**kṛṣṇa bado doyāmoy, koribāre jīhvā jay,  
sva-prasād-anna dilo bhāi  
sei annāmṛta pāo, rādhā-kṛṣṇa-guṇa gāo,  
preme ḍāko chaitanya-nitāi**

«¡Mis amigos!, este cuerpo material es una red de ignorancia, y los sentidos son nuestros enemigos mortales, pues arrojan al alma al océano del disfrute material de los sentidos. De todos los sentidos, el de la lengua es el más voraz y realmente infame; es muy difícil controlar la lengua en este mundo.

¡Mis amigos!, el Señor Krisna es muy misericordioso; para conquistar la lengua, ¡nos ha dado los remanentes de Su propia comida! Ahora, por favor, coman los nectarinos granos mientras glorifican a Sus Señorías Śrī Śrī Rādhā-Krisna, y con afecto exclamen: “¡Chaitanya!, ¡Nitai!”».





## Parte 3

# Otras observancias

## 1. Ekādaśī

Ekādaśī es el onceavo día lunar después de la luna llena y de la luna nueva. Esta fecha tiene que ser calculada localmente por un astrólogo/astrónomo competente, y en otros países puede ser diferente de los días calculados para India.

El Señor Chaitanyadev ha instruido que solo debemos seguir el voto (*vrata*) de Ekādaśī cuando se trata de un Ekādaśī “puro” —es decir, cuando el día lunar comienza antes de la salida del sol en el día solar en que ocurre—. Si el día lunar comienza después de la salida del sol, entonces es considerado un Ekādaśī “impuro”, por lo tanto el vrata debe ser observado al siguiente día, Dvādaśī. En este caso, aunque el día de Ekādaśī en el país de uno tal vez ocurra el mismo día que se observa en India, puede ser que en India sea observado en Dvādaśī y, en el país de uno, en Ekādaśī o viceversa.

Durante Ekādaśī los devotos observarán un voto de ayuno. En este día, todos los devotos deben abstenerse de comer granos, frijoles y leguminosas. Aquellos que estén sanos y saludables y sean capaces de mantener su servicio completamente, pueden realizar un ayuno total, tomando sólo agua o ni siquiera agua. No debemos ayunar si al hacerlo tenemos un efecto adverso en la salud o nos incapacita para un servicio completo.

El estándar observado en el Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh es que en Ekādaśī solo se comen tubérculos [papas, camotes, etc.], frutas, nueces y leche. No se consumen vegetales rojos como las zanahorias, los betabeles o los tomates, tampoco los vegetales con hojas, como espina-

cas, lechuga o col. En cuanto a las especias, sólo se utilizan el jengibre, el comino y la pimienta negra.

El principio en Ekādaśī es minimizar nuestro espíritu de disfrute y simplificar nuestra comida. Por lo tanto, cualquier comida que incremente nuestro humor de disfrute es contrario a esto. Esto incluiría pasteles libres de granos, chocolates, pizza libre de granos y otros platillos gratificantes ideados para evadir las reglas de Ekādaśī.

Durante el ayuno debemos usar el tiempo para incrementar nuestro servicio y la práctica espiritual.

El día de Ekādaśī también debemos de abstenernos de rasurarnos, cortarnos las uñas y el cabello.

Normalmente el ayuno empieza después de tomar prasādam la noche anterior. El ayuno lo completamos y termina cuando tomamos granos después de que el sol sale (u ocasionalmente en otro momento especificado), al día siguiente del Ekādaśī y antes del tiempo (*pāraṇ*) especificado. También esto es localmente calculado.

En los templos y centros del Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh no se desayuna en Ekādaśī y los devotos comen hasta la hora del almuerzo.

Krisna no ayuna en Ekādaśī de hecho, Su apetito por disfrutar es incluso mayor en Ekādaśī, así que a las Deidades en el Templo se les ofrecen todas las preparaciones normales, incluyendo arroz, dal, chapatis, etc., y otras preparaciones extras si es posible. Este prasādam puede ser distribuido al día siguiente para que lo honren los devotos.

Ekādaśī es llamado *Mādhava-tithi* o el día del Señor, y está especialmente destinado para que nosotros dediquemos un tiempo extra en Su servicio y al cultivo de nuestra vida espiritual. En cada mes hay generalmente dos Ekādaśīs, dos días en que debemos tratar de usar nuestro tiempo apropiadamente con el fin de incrementar nuestra práctica de

vocional y cosechar un beneficio especial. Este es la misericordiosa disposición del Señor para redimir a las almas caídas.

## 2. Los festivales Vaiṣṇavas

Los días de Aparición y Desaparición de los grandes Vaiṣṇavas y del Señor en Sus diversas manifestaciones, son motivo de celebración para los devotos.

Generalmente, para honrar estos días especiales los devotos ayunarán hasta el medio día, excepto los días siguientes: Janmāṣṭamī (el día de la Aparición del Señor Kṛiṣṇa), Gaura Pūrṇimā (el día de la Aparición del Señor Chaitanya) y Nṛisimha Chaturdaśī (el día de la Manifestación del Señor Naraśimha, el Avatār del Señor mitad hombre, mitad león). En Janmāṣṭamī se observa un ayuno completo hasta la medianoche; en Gaura Pūrṇimā, se ayuna hasta la hora en que aparece la luna, y en Nṛisimha Chaturdaśī se ayuna hasta la hora en que se pone el sol. Después de esas horas, los devotos toman un prasādam sin granos (*anukalpa*) y al siguiente día rompen el ayuno por comer granos en el momento (*pāraṇ*) especificado.

Los devotos deben tratar de asistir a tantos de estos festivales como les sea posible, pero en especial han de asistir a las siguientes celebraciones:

Janmāṣṭamī y Nandotsava (el cual es también el día de la Aparición de Śrīla Bhaktivedānta Swāmī Mahārāj Prabhupād).

- Gaura Pūrṇimā y Jagannāth Mīśra Ānandotsava.
- Nṛisimha Chaturdaśī.
- Rādhāstāmī.
- Govardhan Pūjā (Annakūṭa Mahotsava).
- Aparición (Vyāsa Pūjā) de nuestro Āchārya (por ejemplo, en México: Śrīla Bhakti Kusum Ashram Mahārāj).
- Aparición (Vyāsa Pūjā) del actual Sucesor Sevaite Presidente Āchārya del Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh, Śrīla Bhakti Nirmal Āchārya Mahārāj.

- Aparición (Vyāsa Pūjā) de Śrīla B. S. Govinda Dev Goswāmī Mahārāj.
- Aparición (Vyāsa Pūjā) de Śrīla B. R. Śrīdhar Dev Goswāmī Mahārāj.
- Aparición de Śrīla Bhakti Siddhānta Saraswatī Ṭhākur.
- Aparición de Śrīla Bhaktivinod Ṭhākur.
- Desaparición de Śrīla Bhakti Sundar Govinda Dev Goswāmī Mahārāj.
- Desaparición de Śrīla Bhakti Rakṣak Śrīdhar Dev Goswāmī Mahārāj.
- Desaparición de Śrīla Bhaktivedānta Swāmī Mahārāj Prabhupād .
- Desaparición de Śrīla Bhakti Siddhānta Saraswatī Ṭhākur.
- Desaparición de Śrīla Bhaktivinod Ṭhākur.
- Nityānanda Trayodasi (Aparición de Śrī Nityānanda Prabhu).
- Baladev Pūrṇimā (Aparición del Señor Balarām).
- Desaparición de Śrīla Haridās Ṭhākur.

Todos los festivales son celebrados en nuestros templos y centros alrededor del mundo.

### 3. Kārttik

Este es el último mes del monzón en India. Tradicionalmente los *sādhus* permanecen en un sitio durante este tiempo y practican austeridades y penitencias para su avance espiritual.

Es frecuente la costumbre de los sannyāsīs y de los brahmachārīs del Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh de abstenerse de rasurarse o cortar su cabello durante el periodo de Chāturmāsya (los cuatro meses que dura el monzón).

Durante el mes de Kārttik (también conocido como el mes de Dāmodar) se incluyen canciones extras en el programa de la mañana y la tarde, que incluyen el *Dāmodāraṣṭakam* y *Rādhā-stuti*.

En el Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh, se observa el Kārttik *vrata* a partir de la luna llena del principio del mes hasta la siguiente luna llena.



## Parte 4

# *Instrucciones Importantes*



## Daśa-vidha Nāmāparādha

Las diez ofensas a evitar en el canto del Santo Nombre  
por Śrīla Bhakti Sundar Govinda Dev-Goswāmī Mahārāj

**hari-nāma mahāmantra sarvva-mantra-sāra  
jādera koraṇābale jagate prachāra  
sei nāma-parāyaṇ sādhu, mahājana  
tahādera nindā nā koribo kadāchana**

El Mahā-mantra Hare Krisna, el mejor de todos los mantras, es predicado a lo largo del mundo por la gracia de los santos. A semejantes santos entregados al Nombre, a tales grandes almas puras, nunca los ofendas o les muestres desprecio.

**vrajendranandana kṛṣṇa sarveśvareśvara  
maheśvara ādī tāra sevana-tatpara  
nāma chintāmaṇi kṛṣṇa-chaitanya-svarūpa  
bheda-jnāna nā koribe līlā-guṇa-rūpa**

El Señor Krisna, el hijo de Nanda, el Señor de todos los señores, es el líder de los grandes semidioses (incluso del gran Shiva), quienes le ofrecen servicio a Sus pies. El nombre de Krisna no es diferente de Krisna Mismo, y tampoco es distinto a Sus pasatiempos, naturaleza y forma.

**“guru kṛṣṇa-rūpa hana śāstrera pramāṇe  
guru-rūpe kṛṣṇa kṛpā kore bhāgyavāne”  
se gurute martya-buddhi avajñādi tyaji  
iṣṭa-lābha koro, nirantara nāma bhaji**

Las Escrituras confirman que el Guru es una forma de Krisna: en la forma del Guru, Krisna bendice al afortunado. Nunca ofendas a ese Guru por considerarlo una persona mortal. Así alcanzarás el objetivo más elevado de servir al Nombre por toda la eternidad.

**śruti, sruti-mātā-saha sātvata-purāṇa  
śrī-nāma-chraṇa-padma kore nīrājana  
sei śruti sāstra jebā koroye nindana  
se aparadhīra sanga loribe varjjana**

Los *Vedas*, junto con la madre Gāyatrī y el *Śrīmad-Bhāgavatam*, iluminan los pies de loto del Nombre de Śrī Hari. Nunca conserves la compañía de quien difame esas sagradas Escrituras védicas; reconócelo como un ofensor.

**nāmera mahimā sarvva-śāstrete vākhane  
atistuti, heno kabhu nā bhāviha mane  
agastya, ananta, brahmā, śivādi satata  
je nāma-mahimā-gāthā saṅkīrtana-rata  
se nāma-mahimā-sindhu ke pāibe pāra  
atistuti bole jei –sei durāchāra**

Nunca consideres que las Glorias del Nombre, alabadas en todas las Escrituras, son una exageración. Agastya, Ananta, Brahmā, Shiva y otros cantan por siempre las Glorias de ese Nombre con todo el fervor de sus corazones. ¿Quién puede cruzar el océano de las Glorias de ese Nombre? Quienquiera que diga «exageración» es culpable de pecado.

**kṛṣṇa-nāmaboli nitya golokera dhana  
kalpita, prākāta, bhāve –aparādhī-jana**

Quien considere que son imaginarios los Santos Nombres de Krisna, los cuales son la riqueza eterna de Goloka, es mundano y un ofensor.

**nāme sarvva-pāpa-ksaya sarvva-śāstre kaya**

**sārā-dina pāpa kori sei bharasāya-  
emata durbuddhi jāra sei aparādhi  
māyā-pravañchita, duḥkha bhuñje niravadhi**

Todas las Escrituras afirman que el Nombre puede destruir todo pecado. Pero aquellos que pasan todo su tiempo usando eso como una excusa para cometer pecado, esas personas con tal clase de mentalidad malvada, son ofensores que sufren perpetuamente en ilusión.

**atulya śrī-kr̥ṣṇa-nāma pūrṇa-rasa-nidhi  
tāra sama nā bhāvīha śubha-karma ādi**

Nunca te atrevas a comparar el incomparable Nombre de Krisna, tesoro del éxtasis, con la piedad auspiciosa.

**nāme śraddhā-hina-jana –vidhātā vāñchita  
tāre nāma dāne aparādha suniśchita**

Darles el Santo Nombre a aquellos que carecen de fe en Él y que están ilusionados, es una ofensa.

**śuniyāo kr̥ṣṇa-nāma-māhātmya apāra  
je priti-rahita, sei narādhama chāra  
ahamtā mamatā jāra antare bāhire  
śuddha kr̥ṣṇa-nāma tāra kabhu nāhi sphure**

Aquellos cuyos corazones no se derriten de amor a pesar de escuchar las glorias infinitas del Nombre de Krisna son sinvergüenzas de mala fama. Sus pensamientos y palabras solo producen orgullo y avaricia. El Nombre Puro de Krisna nunca le es revelado a ellos.

**ei daśa aparādha koriyā varjjana  
jena jana kore harināma sañkīrttana  
apūrvva śrī-kr̥ṣṇa-prema labhya tāre haya  
nāma-prabhu tāra hṛde nitya vilasaya**

Las almas puras cantan el Santo Nombre en asociación santa y abandonan estas diez ofensas sin excepción. Esas almas saborearán con seguridad el milagro del amor por Krisna, y el Divino Nombre Mismo brillará por siempre dentro de sus corazones.



## Śrī Upadeśāmṛta

por Śrīla Rūpa Goswāmī

- (1) **vācho vagam manasaḥ krodha-vegam  
jihvā-vegam udaropstha-vegam  
etān vegān yo viṣaheta dhīraḥ  
sarvvām apimām pṛthivīm sā śiṣyāt**

Aquel que puede controlar su habla, los dictados de la mente, la ira, la lengua, las demandas del estómago y el apetito carnal —esa persona de naturaleza estable está calificada para instruir al mundo entero.

- (2) **atyāhāraḥ prayāsaś cha  
prajalpo niyamāgrahaḥ  
jana-saṅgaś cha laulyaṁ cha  
ṣaḍbhir bhaktir vinaśyati**

Nuestra vida devocional se verá arruinada con las siguientes seis prácticas:

(1) Acumular más riqueza de la que uno requiere; (2) sobre esforzarse por objetivos mundanos; (3) ocuparse en conversaciones mundanas e innecesarias; (4) ignorar las reglas de las Escrituras o tener un apego fanático por seguir las; (5) buscar la compañía de materialistas; y (6) ser codicioso del disfrute o logros materiales.



- (3)                    utsāhān niśchayād dhairyāt  
tat-tat-karma-pravartanāt  
saṅga-tyāgāt sato vṛtṭeḥ  
ṣaḍbhir bhaktiḥ prasidhyati**

Uno llega a tener éxito en la vida devocional por seguir [cumplir] los siguientes seis principios: (1) entusiasmo; (2) firme convicción; (3) paciencia; (4) cultivar la devoción mediante el escuchar, cantar, recordar, servir y otras actividades prescritas en las Escrituras; (5) abandonar la compañía de no devotos, y (6) seguir los pasos de los Mahājanas.

- (4)                    dadāti pratigṛhṇāti  
guhyam ākhyāti pṛchchhati  
bhuṅkte bhojayate chaiva  
ṣaḍ-vidham pṛiti-lakṣaṇam**

Seis intercambios de amor entre los devotos son: (1) dar regalos y ofrecer respetos; (2) aceptar con agrado esas ofrendas; (3) revelar en confianza nuestra mente; (4) inquirir acerca del servicio confidencial al Señor; (5) alimentar a los devotos; y (6) honrar el prasādam que nos ofrecen los devotos.

- (5)                    kṛṣṇeti yasya giri taṁ manasādriyeta  
dikṣāsti chet praṇatibhiś cha bhajantam īsam  
śuśrūṣayā bhajana-vijñam ananyam anya-  
nindādi-sūnya-hṛdam īpsita-sanga-labdhyā**

Quiquiera que cante el Santo Nombre de Krisna ha de ser honrado en nuestra mente. Un devoto que ha sido apropiadamente iniciado y que se encuentra ocupado en el cultivo de la vida devocional, debemos honrarlo con humildes reverencias y considerarlo nuestro amigo querido. Y aquel devoto cuyo servicio es firme y cuyo corazón se encuentra libre de ofensas y es puro —a ese devoto debemos servirle con toda formalidad y seriedad.

- (6) **dr̥ṣṭaiḥ svabhāva-janitair vapuṣāś cha doṣair  
na prākṛtatvam iha bhakta-janasya paśyēt  
gaṅgāmbhasāṁ na khalu budbuda-phena-pañkair  
brahma-dravatvam apagachchhati nīra-dharmaiḥ**

Uno nunca debe considerar como mundano, ni defectuoso de ningún modo, el cuerpo de un devoto puro del Señor. El agua del río Ganges siempre es espiritualmente pura aunque lleve todo tipo de impurezas; del mismo modo uno debe ver al devoto del Señor.

- (7) **syāt kṛṣṇa-nāma-charitādi-sitāpy avidyā-  
pittopatapta-rasanasya na rochikā nu  
kintv ādarād anudinaṁ khalu saiva juṣṭā  
svādvī kramād bhavati tad-gada-mūla-hantrī**

El Santo Nombre, los Pasatiempos, la Forma y la Naturaleza del Señor Śrī Krisna son todos tan dulces como el azúcar candi, pero cuando nuestra lengua está enferma con la bilis de la ignorancia (*avidyā*) uno no puede probar su dulzura. Sin embargo, ¡que maravilloso!, simplemente por tomar una y otra vez la medicina de esos Santos Nombres, esa dulzura gradualmente aparece y nuestra enfermedad es destruída de raíz.

- (8) **tan-nāma-rūpa-charitādi-sukīrtanānu-  
smṛtyoḥ krameṇa rasanā-manasī niyojya  
tiṣṭhan vraje tad-anurāgi janānugāmī  
kālaṁ nayed akhilam ity upadeśa-sāram**

Debemos ocuparnos de manera continua en el maravilloso *sañkīrtan* de los Santos Nombres, la Forma, las Cualidades y los Pasatiempos del Señor. Absorbiendo nuestra lengua y mente de esa manera, debemos convertir nuestro corazón en la morada del Señor y servir bajo la dirección de los genuinos Vaiṣṇavas. Esta es la esencia de toda instrucción espiritual.

- (9) **vaikuṅṭhāj janito varā madhu-purī tatrāpi rāsotsavād  
vṛndāraṇyam udāra-pāṇi-ramaṇāt tatrāpi govardhanaḥ  
rādhā-kuṇḍam ihāpi gokula-pateḥ premāmṛtaplāvanāt  
kuryād asya virājato giri-taṭe sevām vivekī na kaḥ**

La sagrada ciudad de Mathurā se encuentra aun por encima de Vaikuṅṭha Dhām debido a que el Señor Krisna realizó allí Su divino advenimiento. Todavía más elevados son los bosques de Śrī Vrindavan, donde ese Mismo Señor Krisna reveló Sus pasatiempos de amor. Superior a Vrindavan es Śrī Govardhan, el Rey de las Montañas. Y supremo entre todos es ese lugar, conocido como el Śrī Rādhā Kuṇḍa, que rebosa con la ambrosía de la devoción amorosa por Śrī Krisna, el Señor de Gokula. Entonces, ¿quién entre los discernientes devotos no le ofrecerá servicio a ese muy sagrado estanque localizado al pie de la Colina de Govardhan?

- (10) **karmibhyaḥ parito hareḥ priyatayā vyaktim yayur jñāninas  
tebhyo jñāna-vimukta-bhakti-paramāḥ premaika-niṣṭhās tataḥ  
tebhyas tāḥ paśu-pāla-pankaja-dṛśas tābhyo'pi sā rādhikā  
preṣṭhā tadvad iyam tadīya-sarasī tām nāśrayet kaḥ kṛtī**

Las sagradas Escrituras declaran que, de todos aquellos que anhelan la elevación, ese que está situado en el conocimiento, es favorecido por el Señor Supremo, Hari. De aquellos que se hallan liberados mediante el conocimiento, ese que toma el sendero de la devoción es el mejor. Y entre los devotos, aquel que ha logrado un amor puro por Krisna (*premaika-niṣṭhāḥ*) es el mejor de todos. Excelsas, por encima de esos devotos puros, se encuentran las jóvenes vaqueras (Gopīs) de Vrindavan, quienes dependen completamente del trascendental joven vaquero, Śrī Krisna. De todas las Gopīs, una es única en Su súperexcelente devoción, y Ella es conocida como Śrī Rādhikā, la más amada para el Señor Krisna. Asimismo, Su sagrado lugar de baño, el Śrī Rādhā Kuṇḍa, es igualmente adorado por el Señor Krisna. Aquellos devotos que toman completo refugio en este Rādhā Kuṇḍa son las almas más afortunadas de toda la creación.

- (11) **kr̥ṣṇasyochchaiḥ praṇaya-vasatiḥ preyasībhyo’pi rādhā  
kuṇḍaṁ chāsya munibhir abhitas tādr̥g eva vyadhāyi  
yat preṣṭhair apy alam asulabhaṁ kiṁ punar bhakti-bhājāṁ  
tat premedaṁ sakṛd api saraḥ snātur āviṣkaroti**

De todos aquellos que le son amados a Krisna, Śrīmatī Rādhārānī es considerablemente el máspreciado objeto de Su amoroso corazón. Los más sabios están de acuerdo en que el Śrī Rādhā Kuṇḍa ocupa un lugar semejante en Su trascendental afecto. Incluso los más grandes devotos muy rara vez obtienen el servicio a ese sagrado Kuṇḍa, nada tenemos que decir de los *sādhakas*, aspirantes a la vida de servicio. Aquel que se baña en las aguas de este, el más sagrado de los lugares sagrados, por una sola vez, ciertamente desarrollará el pleno amor extático por Krisna (*Krisna-prema*).

(Nota del editor: Debe mencionarse aquí que Śrīla Śrīdhara Mahārāj nos ha informado en relación a esto que está estrictamente prohibido el acto físico de entrar en el Rādhā Kuṇḍa y tocarlo con nuestros pies. Con un humor de ruego y humildad, arrodillados en Su orilla, podemos tomar agua del Rādhā a Kuṇḍa con la palma de nuestra mano y derramarla sobre nuestra cabeza. Acercarse al Śrī Rādhā Kuṇḍa con esta prudencia y respeto, sin cometer una ofensa, y con una conciencia apropiada, constituye un baño completo en Sus aguas.)



## Upadeśāvali

por Śrīla Bhakti Siddhānta Sarasvatī Ṭhākura

( 1 )

*Param vijayate śrī kṛṣṇa-saṅkīrtanam* —Suprema victoria para la Iglesia universal del canto de los Santos Nombres del Señor Śrī Krisna, en congregación— único objeto de adoración de la Gauḍīya Maṭh.

( 2 )

Śrī Krisna, quien es el *viśāya-vigraha*, el objeto de amor para los devotos, es el único disfrutador y todos los demás existen para ser disfrutados por Él.

( 3 )

Aquellas personas ignorantes que no ejecutan Hari-*bhajan* son asesinos de sus propias almas.

( 4 )

La aceptación de Śrī Hari-*Nām* y la realización directa de Bhagavān son una y la misma cosa.

( 5 )

Nunca pueden servir a Bhagavān aquellos que consideran que los semidioses son iguales a Viṣṇu.

( 6 )

El establecer una imprenta para la publicación de literatura devocional y la prédica mediante la organización de programas de *Nāma-baṭṭa*, es verdadero servicio a Śrī Nabadwīp Dhām.

( 7 )

No somos los hacedores de actos buenos o malos; no somos eruditos ni analfabetos. Más bien, como iniciados en el mantra *kīrtanīya sadā hari*, somos los humildes portadores de las sandalias de los devotos de Śrī Hari.

( 8 )

La actividad de predicar, sin observar una conducta apropiada, no será devoción sino *karma* (una acción mundana). Sin buscarles defectos a los demás, tenemos que corregirnos cuidadosamente a nosotros mismos. Esta es mi instrucción personal para todos ustedes.

( 9 )

El objetivo de nuestra vida es servir a los Braja-*bāsīs*, quienes están sufriendo en el fuego de encontrarse separados de Krisna desde que Él dejó Vrindavan para residir en Mathurā.

( 10 )

Si deseamos una vida auspiciosa entonces nunca debemos escuchar las opiniones de las innumerables personas de este mundo, sino que solo debemos prestar atención a las instrucciones que provienen del plano trascendental.

( 11 )

Es mejor nacer como un animal, un pájaro, un insecto o en cualquier otra especie, que refugiarse en el engaño. Sólo la honestidad puede darle a una persona aquello que es verdaderamente propicio.

( 12 )

Vaiṣṇavismo significa tener un corazón sencillo. Para ser el sirviente de un paramahaṁsa Vaiṣṇava, uno tiene que practicar la sencillez y esto lo convertirá a uno en un brahmán superior.

( 13 )

Verdadera compasión es llevar a las almas condicionadas lejos de sus ataduras perversas con la naturaleza material. Si incluso una sola alma puede ser rescatada de la fortaleza de Mahāmāyā, entonces, eso es infinitamente más compasivo que construir incontables hospitales.

( 14 )

No venimos a este mundo para ser trabajadores de construcción; somos los portadores de las enseñanzas del Señor Śrī Kṛiṣṇa Chaitanya.

( 15 )

Nuestra vida en este cuerpo es muy breve, sin embargo, por ocuparnos pródigamente en Hari-kīrtan obtendremos la máxima recompensa del tesoro de la vida cuando abandonemos este tumulto mortal.

( 16 )

El objetivo deseado de nuestra meta en la vida es el polvo de los pies de loto de Śrī Rūpa, quien satisface el más íntimo deseo de Śrī Chaitanyadev.

( 17 )

Si dejo de predicar la Verdad Absoluta por temor a que algunas personas puedan sentirse disgustadas, entonces me habré desviado del sendero de la verdad védica y adoptaré el sendero falso: un ateo enemigo de los *Vedas*, que no tiene fe en Bhagavān (la personificación misma de la Verdad).

( 18 )

La visión genuina de Kṛiṣṇa (*darśan*) solo se consigue por medio del oído, por escuchar Hari-*kathā* del Vaiṣṇava puro. No hay otra manera.

( 19 )

Dondequiera que haya Hari-*kathā* [conversaciones acerca de Hari], automáticamente ese es un lugar sagrado.

( 20 )

El escuchar auténtico (*śravaṇam*) se logra por medio de Hari-*kīrtan* [la glorificación de Hari]. Esto, a su vez, nos da la oportunidad de una remembranza genuina (*smaraṇam*). Sólo mediante este proceso se torna posible el servicio interno a *aṣṭakālīya-līlā*, los Pasatiempos eternos de la Pareja Divina en las ocho partes del día.

( 21 )

Debemos entender que la fuerte invocación de los Santos Nombres del Señor Śrī Kṛiṣṇa es *bhakti*.

( 22 )

El Señor Supremo sólo acepta las ofrendas de aquellos quienes cantan Hari-*Nām* al menos unas cien mil veces diariamente.

( 23 )

Por esforzarnos sinceramente en una práctica constante de cantar sin ofensas el Hari-*Nām*, nuestras ofensas se desvanecerán y el Nombre puro se manifestará en nuestra lengua.

(24)

No debemos desanimarnos cuando surjan los pensamientos mundanos mientras cantamos Hari-*Nam*. Por continuar cantando, esos pensamientos inútiles gradualmente desaparecerán, de modo que no tenemos que preocuparnos. Dedicuen su mente, cuerpo y palabras para servir a Śrī Nām y continúen cantando con gran perseverancia. Pronto Śrī Nām Prabhu les concederá Su darśan. Simplemente continuar cantando hasta que sean removidos todos los anarthas (obstáculos), nos otorgará de manera automática una realización plena de Su Forma, Cualidades y Pasatiempos.



## Śrī Daśa-Mūla

(Los diez principios esenciales de la Conciencia de Krisna)  
por Śrīla Bhaktivinod Ṭhākura

- 1) **āmnāyaḥ prāha tattvaṁ harim iha  
paramaṁ sarva- śaktiṁ rasābdhiṁ  
tad bhinnāśaśś cha jīvaṁ prakṛti-kavalitāms  
tad vimuktāśś cha bhāvāt  
bhedābheda-prakāśam sakalam api hareḥ  
sādhanam śuddha bhaktiṁ  
sādhyam yat pṛtiṁ evety upadiśati janān  
gaura-chandraḥ svayam saḥ**

La sabiduría revelada por el Señor Śrī Gaurachandra es descrita brevemente, como sigue:

- (1) Las enseñanzas supremas son los *Vedas* y las Escrituras afines reveladas en la sucesión divina. Ellas establecen firmemente que:
- (2) Śrī Hari es la Suprema Verdad Absoluta;
- (3) Él es omnipotente;



- (4) Él es el océano de éxtasis divino;
- (5) Las entidades vivientes son partes y porciones de Śrī Hari;
- (6) Unas entidades vivientes están esclavizadas por la naturaleza material;
- (7) Unas entidades vivientes están liberadas de la naturaleza material;
- (8) Toda la creación es una inconcebible manifestación de simultánea unidad y diferencia con Śrī Hari;
- (9) La devoción impoluta es el único medio de liberación para las almas condicionadas; y
- (10) El amor por el Dios Supremo, el Señor Śrī Krisna, es el singular máximo objetivo.

De modo que, en este verso, los Diez Principios Esenciales son revelados por Śrī Krisna Chaitanya, quien personifica estas enseñanzas divinas.

**2) svataḥ siddho vedo hari-dayita-vedhaḥ-prabhṛtitaḥ  
pramānaṁ sat-prāptaṁ pramiti-viṣayāṁs tān nava-vidhān  
tathā pratyakṣādi-pramiti-sahitaṁ sādhayati no  
na yuktis tarkākhyā praviśati tathā śakti-rahitā**

Esas supremas enseñanzas sagradas son los perfectos *Vedas* recibidos en la línea del Señor Brahmā, el amado servidor y recipiente digno de la gracia del Señor Supremo, Hari. Esas supremas enseñanzas —con la asistencia de nuestra propia y favorable percepción, recepción aural y deducción—, establecen más allá de toda duda las nueve verdades (descritas antes, [2 al 10]). La lógica común nunca puede acercarse a lo inconcebible; el argumento no tiene entrada en esta línea de pensamiento.

## Explicación

A este respecto, el sabio consejo expuesto por Śrī Jīva Prabhu nos dice que:

A pesar del elevado intelecto y la pericia alcanzados, todos los hom-

bres son inherentemente deficientes debido a que están propensos a los cuatro tipos de ilusión (a saber: la tendencia a cometer errores, la tendencia a quedar confundidos, la tendencia a engañar y la limitación de los sentidos imperfectos), de manera que ellos son incapaces de comprender el conocimiento espiritual trascendental, el cual por naturaleza es inconcebible. Por esta razón, las diez proposiciones, percibidas por ellos, son también defectuosas e imperfectas. Es así que la inteligencia de las entidades vivientes es incapaz de averiguar la naturaleza inconcebible de la verdad trascendental, y, consecuentemente, mediante ese entendimiento no puede ser comprobado ningún aspecto de la sabiduría espiritual. Sin embargo, si estamos interesados en entender los inconcebibles y maravillosos aspectos de la verdad omnipresente y trascendental, debemos aceptar las autoritativas Escrituras védicas como la fuente de toda sabiduría material y espiritual perpetuada por la cadena eternamente continua de la sucesión discipular.

¿Por qué estamos tan interesados en la convicción de que los *Vedas* son auténticos? Respondiendo a esta pregunta, se ha declarado en el *Brahma-sūtra* (2.1.11) que la inteligencia humana nunca puede quedar satisfecha con argumentos, de manera que, por medio de argumentos no se puede lograr ninguna sabiduría acerca de la verdad espiritual trascendental. En el *Mahābharata* (*Bhīṣma-parva*, 5.22) se dice que los temas trascendentales nunca pueden ser considerados como perceptibles a través del argumento. Y también, el *Brahma-sūtra* (1.1.3) dice que las Escrituras son la única fuente para discernir algo relacionado con el conocimiento de Dios, y que la revelación (2.1.17) es el único medio para discernir los temas trascendentales. En el *Śrīmad-Bhāgavatam* (11.20.4) está dicho: «Mi querido Señor: a fin de entender esas cosas que están más allá de la experiencia directa, tales como la liberación espiritual o el logro del cielo u otro disfrute material más allá de nuestra presente capacidad —y en general, para entender las posibilidades y la finalidad de toda cosa—, los antepasados, los semidioses y los seres humanos deben consultar las literaturas védicas, las cuales son la ley establecida por Ti, pues ellas constituyen la suprema evidencia y revelación». Con estas palabras, el gran sabio Śrī Vyāsadev afirma que los escritos de las

Escrituras védicas reveladas son la instrucción divina, los cuales han sido aceptados como auténticos y autoritativos.

- 3) **haris tv ekaṁ tattvaṁ vidhi-śiva-sureśa-praṇamito  
yad evedaṁ brahma prakṛti-rahitaṁ tat tanu-mahaḥ  
parātmā tasyāṁśo jagad anugato viśva-janakaḥ  
sā vai rādhā-kānto nava-jalada-kāntiś chid udayaḥ**

Śrī Hari, a quien Brahmā, Shiva e Indra ofrecen sus postradas reverencias, es la única Verdad Suprema. El neutral no diferenciado Brahmán, es simplemente el brillo de la forma de Śrī Hari. La Superalma, Paramātmán, el Creador universal quien ha entrado al universo, es sólo una porción plenaria de Śrī Hari. Ese Śrī Hari, cuyo lustre corporal semeja una fresca nube de lluvia, es el divino amado de Śrī Rādhā.

- 4) **parākhyāyāḥ śakter apṛthag api sā sve mahimani  
sthito jīvākhyāṁ svām achid abhihitāṁ tām tripadikām  
svatantrechchhaḥ śaktiṁ sakala-viśaye preraṇa-paro  
vikārādyaiḥ śunyaḥ parama-puruṣo'yam vijayate**

Aunque Él es inseparable de Su inconcebible potencia divina, Él permanece independiente por Su dulce voluntad. Él activa permanentemente todo lo que existe por Su potencia divina en tres formas: (1) la potencia de las innumerables distintas partículas espirituales o almas; (2) Su potencia personal, y (3) la potencia ilusoria (*māyā*). No obstante que hace todo esto, Él personalmente resplandece eternamente en todos los aspectos como la inmutable Verdad Suprema, la Suprema Personalidad de Dios.

- 5) **sā vai hlādinyās cha praṇaya-vikṛter hlādana-ratas-  
tathā saṁvich-chhakti-prakaṭita-rahobhāva-rasitaḥ  
tayā śrī-sandhinyā kṛta-viśada-tad-dhāma-nichaye  
rasāmbhodhau magno vraja-rasa-vilāsī vijayate**

La potencia personal del Señor Supremo consta de tres potencias básicas: *blādini*, la extática; *samvit*, la perceptiva; y *sandbinī*, la existencial. El corazón de Śrī Kṛṣṇa siempre está absorto en la emoción amorosa de Su potencia extática, y Su naturaleza intrínseca es siempre hallarse nuevamente extático debido a Su emoción interna que se hace manifiesta mediante Su potencia de la percepción. En las sagradas moradas encabezadas por Śrī Vrindavan, las cuales se manifiestan mediante Su potencia existencial, Śrī Kṛṣṇa —ese caprichoso disfrutador de la dulzura de Sus Pasatiempos en Vraja—, misericordiosamente preside, sumergido en el eterno océano de la dicha.

**6) sphuliṅgā ṛddhāgner iva chid-aṅavo jīva-nichayā  
hareḥ sūryasyaivāpṛthag api tu tad-bheda-ṣiṣayāḥ  
vaśe māyā yasya prakṛti-patir evesvara iha  
sā jīvo mukto'pi prakṛti-vaśa-yogyah svaguṇatah**

Las ilimitadas almas, quienes son partículas atómicas de conciencia, son como rayos del original sol de conciencia, Śrī Hari —tal como las chispas que se encuentran situadas en la periferia de un brillante fuego—. A pesar de ser inseparables de Śrī Hari, esas ilimitadas almas están eternamente separadas. La eterna distinción entre el Señor y las almas es esta: El Señor es esa Persona quien por Su naturaleza específica es el amo de la naturaleza material, y la *jīva* es esa quien, incluso en su estado liberado, por naturaleza está propensa a quedar subyugada por la naturaleza ilusoria.

**7) svarūpārthair hīnān nija-sukha-parān kṛṣṇa -vimukhān  
harer māyā-daṇḍyān guṇa-nigada-jālaiḥ kalayati  
tathā sthūlair liṅgair dvidvidha-varaṇaiḥ kleśa-nikarair  
mahākarmālānair nayati patitān svarga-nirayau**

Por su naturaleza innata, el alma es el fiel sirviente de Kṛṣṇa. Las almas caídas han olvidado esa naturaleza innata y, empeñadas en satisfacer sus propios deseos egoístas, se han vuelto adversas a Śrī Kṛṣṇa.

Ellas merecen un castigo, y la potencia *māyā* del Señor las mantiene cautivas con las cadenas de las modalidades ilusorias de la iluminación, la activación y el embrutecimiento, y las lleva al cielo y al infierno por atarlas con la doble cobertura de los cuerpos burdo y sutil, afligiéndolas con múltiples tribulaciones mundanas mediante la fuerza del agobiante cautiverio (reaccionario) kármico.

**8) yadā bhrāmaṁ bhrāmaṁ hari-rasa-galad-vaiṣṇava-janaṁ  
kadāchit saṁpaśyaṁs tad-anugamane syād ruchi-yutaḥ  
tadā kṛṣṇāvr̥tṭyā tyajati śanakair māyika-daśāṁ  
svarūpaṁ vibhrāṇo vimala-rasa-bhogaṁ sā kurute**

Después de vagar por todas las especies de vida superiores e inferiores, cuando ella es bendecida por la santa mirada de un Vaiṣṇava cuyo corazón se derrite en el gozo de amor por el Supremo Señor Hari, nace para el alma condicionada la atracción por vivir ligada a la existencia del Vaiṣṇava. Cantando continuamente el Santo Nombre y las Glorias del Señor Krisna, su vida de existencia ilusoria se disipa de manera gradual. Ella obtiene rápidamente su propia forma intrínseca y llega a ser elegible para deleitarse con la alegría del servicio puro a Śrī Krisna.

**9) hareḥ śakteḥ sarvaṁ chid-achid-akhilaṁ syāt pariṇatir  
vivartaṁ no satyaṁ śruti-mata-viruddhaṁ kali-malam  
harer bhedābhedaḥ śruti-vihita-tattvaṁ suvimalaṁ  
tataḥ premaṇaḥ siddhir bhavati nitarāṁ nitya-viṣaye**

Toda la creación, consciente e inconsciente, es una transformación de la potencia de Śrī Krisna. *Vivartavād*, la teoría de la ilusión, es errónea —es una contaminación de la era de Kali, contradictoria a la sabiduría del *Veda*—. El principio perfectamente puro reconocido por el *Veda* es el principio de las inconcebibles diferencia y no diferencia simultáneas, conocido como *achintya-bhedābheda-tattva*. A partir de esta axiomática enseñanza, siempre es lograda la perfección del amor por la Verdad Suprema.

- 10) **śrutiḥ kṛṣṇākhyanaṁ smaraṇa-nati-pūjā-vidhi-gaṇās  
tathā dāsyam sakhyam paricharaṇam apy ātma-dadanam  
navāṅgāni śraddhā-pavita-hṛdayaḥ sādhayati vā  
vraje sevā-lubdho vimala-rasa-bhāvaṁ sā labhate**

Escuchar, cantar, recordar, orar, adorar, servir, desarrollar amistad, ofrecer servicio a los pies de loto del Señor y ofrecer nuestro propio ser —al cultivar estas nueve partes integrales de la devoción con un corazón santificado por la fe, el alma se llena de la profunda aspiración por el servicio divino en Śrī Vrindavan y alcanza el néctar del amor puro y divino por Krisna.

- 11) **svarūpāvasthāne madhura-rasa-bhāvodaya iha  
vraje rādhā-kṛṣṇa-svajana-jana bhāvam hṛdi vahan  
paranānde prītim jagad-atula-sampat-sukham aho  
vilāsākhye tattve parama-paricharyām sā labhate**

Cuando la práctica devocional del alma (*sādhana-bhakti*) madura completamente y cuando ella se establece en su forma intrínseca, surge en su corazón el amanecer del amor en la divina relación de consorte por virtud de la potencia extática, —en las regiones más íntimas de su corazón se despierta una profunda aspiración por seguir los pasos de los servidores asociados personales de Śrī Śrī Rādhā-Krisna en Vraja—. Gradualmente su corazón es capturado por el éxtasis divino personificado, y ella logra la dicha suprema, sin paralelo en todo el mundo —la cúspide del servicio personal al Único, conocido como el jugueteón dulce Absoluto—. No existe una realización mayor para la *jīva*.

- 12) **prabhu kaḥ ko jīvaḥ katham idam achid-viśvam iti vā  
vichāryaitān arthān hari-bhajana-kṛch-chhāstra-chaturāḥ  
abhedāṁśāṁ dharmān sakalam aparādhaṁ pariharan  
harer nāmānandaṁ pibati hari-dāso hari-janaiḥ**

«¿Quién es Krisna? Y, ¿quién soy yo, el alma? Y, ¿qué son los mundos inconsciente y consciente?»

Deliberando sobre estos temas, la persona que siempre es seria en su servicio al Señor Hari, y quien es un adepto a los significados de las Escrituras, abandona el deseo de unidad con el Absoluto, todos los ‘haz’ y ‘no hagas’ de este mundo, y toda clase de ofensa —y en su naturaleza innata de servidor de Hari siempre bebe el néctar del Santo Nombre en compañía de los santos.

**13) saṁsevyā daśa-mūlaṁ vai hitvā’ vidyāmayaṁ janaḥ  
bhāva-puṣṭiṁ tathā tuṣṭiṁ labhate sādhu-saṅgataḥ**

Adoptando estos diez principios fundamentales, el alma asesta el golpe mortal a la enfermedad de la nesciencia: su corazón devocional es nutrido y satisfecho en la santa asociación de los devotos.



## Śrī Śikṣāṣṭakam

(Ocho versos de instrucción)  
del Señor Śrī Kṛiṣṇa Chaitanya

( 1 )

**cheto-darpaṇa-marjanaṁ bhava-mahādāvāgni-nirvāpaṇaṁ  
śreyah-kairava-chandrikā-vitaraṇam vidyā-vadhū-jīvanam  
ānandāmbudhi-wardhanaṁ prati-padaṁ puṇāmṛtāsvādanaṁ  
sarvātma-snapanam paraṁ vijayate śrī-kṛṣṇa-saṅkīrtanam**

«Que el canto de los Santos Nombres de Kṛiṣṇa sea victorioso por todo el universo. Ese canto tiene los siete maravillosos efectos siguientes:

1. Limpia el espejo del corazón.
2. Extingue el fuego de la miseria en el bosque del nacimiento y la muerte.

3. Así como los lotos florecen al anochecer bajo los refrescantes rayos de la luna, el corazón empieza a florecer con el néctar del Nombre.
4. Y finalmente el alma despierta a su verdadero tesoro interno una vida de amor con Krisna.
5. El alma se sumerge y emerge, una y otra vez, en el siempre creciente océano de la dicha extática.
6. Otorga en plenitud el sabor del néctar puro en cada pronunciación del Santo Nombre.
7. Todas las fases del ser que podamos concebir se satisfacen y purifican completamente y, al fin, son conquistadas por la toda auspiciosa influencia del Santo Nombre de Krisna».

( 2 )

**nāmnām akāri bahudhā nija-sarva-śaktis  
tatrārpitā niyamitaḥ smarāṇe na kālaḥ  
etādṛṣī tava kṛpā bhagavān mamāpi  
durdaivam idr̥śam ihājani nānurāgaḥ**

«Oh, mi Señor, Tu Santo Nombre confiere lo propicio a todos. Y Tú tienes ilimitados nombres tales como Krisna y Govinda con los cuales Tú te revelas.

En Tus muchos Santos Nombres bondadosamente has investido toda Tu potencia trascendental. Y al cantar estos Nombres no existen reglas estrictas concernientes al tiempo y el lugar.

Por Tu misericordia sin causa descendiste en la forma de sonido divino, pero es mi gran infortunio no tener amor por Tu Santo Nombre».

( 3 )

**tṛṇād api sunīchena  
taror iva sahiṣṇunā  
amāninā mānadena  
kīrtanīyaḥ sadā hariḥ**

«Aquel que es más humilde que una brizna de hierba, más tolerante que un árbol, quien le ofrece el debido honor a otros sin desear honor



para sí mismo, está cualificado para cantar siempre el Santo Nombre de Krisna».

( 4 )

**na dhanam na janam na sundarim  
kavitam va jagadisa kamaye  
mama janmani janmanisvare  
bhavatad bhaktir ahaituki tvayi**

«Oh, Señor del universo, no tengo deseo alguno de acumular riqueza, seguidores, mujeres hermosas o salvación. Lo único que imploro es ocuparme con devoción e inmotivadamente en el servicio a Ti, nacimiento tras nacimiento».

( 5 )

**ayi nanda-tanuja kinikaram  
patitam mam visame bhavambudhau  
krpayam tava pada-pankaja-  
sthita-dhuli-sadrasam vichintaya**

«Oh, hijo de Mahārāj Nanda, yo soy Tu siervo eterno. Aun así, debido a mi propio karma, he caído en este terrible océano del nacimiento y la muerte. Acepta a esta alma caída y considérame una partícula de polvo a Tus sagrados pies de loto».

( 6 )

**nayanam galad-asru-dharayam  
vadanam gad-gada-ruddhayam giram  
pulakair nichitam vapuh kadam  
tava nama-grahane bhavisyati**

«Oh, Señor, ¿cuándo fluirán como olas las lágrimas de mis ojos? ¿Cuándo temblará en éxtasis mi voz? ¿Cuándo los vellos de mi cuerpo se erizarán al cantar Tu Santo Nombre?»

( 7 )

yugāyitaṁ nimeṣeṇa  
chakṣuṣā prāvṛṣāyitam  
śūnyāyitaṁ jagat sarvaṁ  
govinda-virahaṇa me

«¡Oh, Govinda! Sin Ti, el mundo está vacío. Las lágrimas inundan mis ojos cual lluvia, y un instante parece una eternidad».

( 8 )

āśliṣya vā pāda-ratāṁ pinaṣṭu māṁ  
adarśanān marma-hatāṁ karotu vā  
yathā tathā va vidadhātu lampaṭo  
mat-prāṇa-nāthas tu sā eva nāparaḥ

«Krisna puede abrazarme con amor o pisotearme bajo Sus pies. Puede romper mi corazón al esconderse de mí. Que ese libertino haga lo que quiera, pero siempre será el único Señor de mi vida».





## Las diez ofensas a evitar especialmente en el Santo Dhām\*

1. Despreciar o faltarle el respeto al Guru, quien revela el Santo Dhām.
2. Pensar que el Santo Dhām es temporal.
3. Ser violento con cualquiera de los residentes del Santo Dhām, o con alguno de los peregrinos que visitan el Santo Dhām, o pensar que ellos son personas ordinarias o mundanas.
4. Realizar actividades mundanas mientras vivimos en el Santo Dhām.
5. Buscar dinero o ganancia de la adoración a la Deidad o del canto del Santo Nombre de Krisna.
6. Pensar que el Santo Dhām pertenece a un país o provincia mundana tal como Bengala o pensar que el Dhām del Señor Supremo es igual a un lugar santo vinculado con un semidiós o intentar medir el área del Dhām.
7. Cometer actividades pecaminosas mientras uno se encuentra en el Dhām.
8. Considerar que Śrī Vrindavan y Śrī Nabadwīp son diferentes.
9. Blasfemar contra las Escrituras [*śāstras*] que glorifican al Santo Dhām.
10. Ser incrédulo y considerar que las glorias del Santo Dhām son imaginarias.

---

\*Dhām, significa: la morada del Señor Supremo.

# Śrī Chaitanya Sāraswat Maṭh

## Centros en México

<http://scsmathmexico.com.mx/>



### ☞ Ciudad de México

Fernando Villalpando 100, int. 103  
Col. Guadalupe Inn,  
Deleg. A. Obregón.  
México, D. F., C.P. 01020  
Tel: (55) 50 97 05 33

### ☞ Guadalajara

Reforma No. 864, Sector Hidalgo  
Guadalajara, Jalisco, C.P. 44280  
Tel: (33) 3826-9613

### ☞ Guanajuato

Centro en Villagrán, Gto  
Tel: (461) 220 1347

-----

Potasio 224  
Col. Zona de Oro 2  
Celaya, Gto. 38016  
Tel: (46) 16 14 90 01

### ☞ Monterrey

Diego de Montemayor 629  
Centro, entre Isaac García y J. Treviño  
Monterrey, N. L., C.P. 64000  
Tel: (81) 19-33-74-85

### ☞ Michoacán

Durango No. 25 Esq. con Jacona  
Col. Juarez, Morelia Michoacán.  
Tel: (443) 2752875

-----

Calle Luis de Herrera 166  
Fracc. Torremolinos,  
Morelia Michoacán.  
Tel: (443) 3085 970

### ☞ Tijuana

Avenida de las Rosas 9  
Fracc. del Prado  
Tijuana, B. C., C.P. 22440  
Tel: (664) 608-9154

### ☞ Veracruz

Juan de Dios Peza 157  
Col. Zaragoza  
Veracruz, Ver., C.P. 91700  
Tel: (229) 955-0941

### ☞ Yucatán

Carretera Ticul-Chapab, Km. 1.4  
Ticul, Yuc. C.P. 97860  
Tel: (997) 103 2199

कृष्णकार्णाग-सद्भक्ति-प्रपत्रत्वानुकूलके  
कृत्यत्व-निश्चयश्चानुकूल्यसङ्कल्प उच्यते

kr̥ṣṇa-kārṣṇaga-sad-bhakti-  
prapannatvā nukūlake  
kr̥tyatva-niśchayaś-chānu-  
kūlya-saṅkalpa uchyate

Se debe hacer todo aquello que favorece el servicio a Śrī Kṛṣṇa y Sus devotos, y se debe llevar a cabo todo lo que conduce al estado de la entrega exclusiva.

A esa firme convicción se le llama *ānukūlyasya-saṅkalpaḥ*: la aceptación de lo favorable.»

(Śrī Śrī Prapanna-jīvanāmṛtam)