

---

## INFORMACION GENERAL

### Participación en los Programas en India

Se presentan al respetado Sadh Sangat y a los amados que bajo la guía y con la gracia de Sant Sadhu Ram Ji participen en los Programas de Meditación en India la siguiente información acerca de las pautas generales, los preparativos para el viaje y detalles para su bienestar durante el programa.

1. El propósito del viaje a la India es la Meditación, el Satsang y el Darshan. Son bienvenidos al programa los amados iniciados o aspirantes a la iniciación, que estén dispuestos a venir a la India **con el único propósito de Meditar, recibir el Darshan del Maestro y asistir al Satsang**, después de haberse preparado en sus hogares haciendo al menos cuatro horas de meditación diaria. Sant Sadhu Ram Ji ha pedido a todos los amados que deseen participar en los Retiros de la India que antes de venir al programa dediquen al menos 4 horas diarias (en sus hogares) a la meditación y mantengan ese tiempo de ahí en adelante.
2. Por favor verifique con atención y cerciórese de enviar al coordinador de los viaje a India la información correcta de sus vuelos; fecha de llegada, hora, aerolínea, numero de vuelo etc. Sea cuidadoso al enviar su fecha de llegada a India ya que la misma puede ser uno o dos días después de la fecha en que ha comenzado su viaje. Dentro de lo posible, es preferible enviar una copia de su itinerario al coordinador para que el pueda hacer los arreglos necesarios para su recibimiento sin que por error esto implique para los sevadares largas horas de espera en vano.
3. Cuando estemos en los Programas, se nos aconseja **evitar completamente la tendencia a entretenernos con los demás, y preferir la soledad y el estado de recogimiento.** Se pide a los amados de Occidente no socializar ni mezclarse con los amados Satsangis de la India, vecinos, y/o Sevadares; así como tampoco intercambiar teléfonos o direcciones con otras personas. Somos nosotros mismos quienes nos beneficiaremos si mantenemos recogimiento y mantenemos nuestro corazón y nuestra mente inmersos en la remembranza del Señor y en el Simran del Gurú durante estos pocos días. Kirpal Maharaj Ji solía decir que el recogimiento equivale a media meditación. Sant Ji ha dicho que quienes transcurren su tiempo en recogimiento, recordando continuamente al Señor, ha transcurrido se tiempo con el Maestro.
4. Para sacar el mayor beneficio del Programa, los amados deben estar dispuestos y preparados para dejar atrás por unos cuantos días sus nexos y apegos del mundo. Durante nuestra estadía en India no debemos estar en contacto con las personas que dejamos atrás por medio de llamadas telefónicas a casa o al trabajo, mensajes de correo electrónico, etc. Se nos aconseja poner todo nuestro corazón y nuestra atención puesta en el Maestro durante estos pocos días, para que El pueda purificar y elevarnos en mente y alma, y teñirnos en el color del Naam.

*Sant Ji aconsejaba a los miembros de familia de un amado que iba al Programa, a sus amigos, socios de negocios y miembros del grupo de Satsang de su ciudad, que tuvieran compasión por ese amado y le permitieran asistir al breve Retiro de unos días con todo su corazón y atención en el Maestro. El aconsejaba que no le pidiéramos a ese amado regalos de la India, ni recordarnos o llamarnos mientras estaba allá, y que tampoco le preguntara al Maestro por problemas o cosas del mundo. Los amados que asisten a los*

*Programas merecen nuestro mayor respeto durante el tiempo valioso que pasan con el Maestro y durante esos pocos días no deberíamos recargar sus corazones con nada diferente a recibir el Darshan y hacer el Simran, para que ellos puedan concentrarse en la gracia y las bendiciones del Maestro, las cuales según Sus propias palabras nos llegan a través del Simran y la Meditación. Sant Ji nos decía que ésa era la mejor contribución, el mejor regalo, que podíamos hacer a quienes asistían a los Programas.*

5. Las instrucciones que el Maestro desea dar a conocer a los miembros de un grupo que asiste al Programa, serán impartidas personalmente por El, o por conducto de los organizadores del Programa autorizados por El.
6. Debemos inscribirnos con los coordinadores locales al menos dos meses antes del programa y completar con un mes de anticipación los trámites de tiquete, pasaporte y visados. Con esto estaremos contribuyendo a los arreglos que hacen los sevadares de la India respecto al recibimiento y alojamiento del numeroso grupo de extranjeros.
7. El viaje al Programa debe ser directamente desde nuestras casas hasta el Ashram en Delhi, sin combinarlo con visitas a parientes, amigos o asociados. Este viaje sagrado no debe combinarse con ningún otro propósito diferente al de la Meditación, el Satsang y el Darshan del Maestro. El viaje a India debe ser solventado con nuestros propios ingresos.
8. Si durante el programa llegamos a necesitar algo que hayamos olvidado, como por ejemplo, medicinas, una manta o pequeños objetos, como resultado de la pérdida del equipaje, podemos informarlo a los sevadares y ellos saldrán y nos traerán lo necesario. **Nadie debe salir por sí solo a conseguir estas cosas.** Debemos pedir la ayuda de los sevadares tan sólo para aquellas cosas que hemos olvidado o que sean una verdadera necesidad durante el programa. Quienes deseen que el Maestro les bendiga algo deben traer dichas cosas desde su país; en vez de tratar de comprar cosas en la India o de pedir que se les traigan cosas durante el programa.
9. Todos los amados deben amablemente entender y respetar la santidad del salón de meditación. El salón de meditación es solo para el Satsang y la meditación. No debemos hacer terapias de estiramiento, masajes o fisioterapias en el salón. De igual manera, el salón no debe utilizarse como zona para dormir. Todos los amados extranjeros tienen asignada una habitación con una cama cómoda para descansar. Nadie debe tratar de meditar durante toda la noche sin descansar al menos unas cuantas horas.
10. Todos los amados deben ser conscientes de que nuestros actos durante el Programa tienen un efecto directo sobre los demás amados, y que es deber nuestro utilizar este valioso tiempo para beneficio propio y tener el cuidado de no molestar a las demás personas que se esfuerzan en lograr lo mismo.