

Sendero fácil hacia la Experiencia de Dios

Por

[Sri Swami Sivananda](#)

Las notas y el glosario fueron agregados por la traductora

UNA PUBLICACIÓN DE LA DIVINE LIFE SOCIETY

Tercera Edición: 2009

World Wide Web (WWW) Edición: 2011

WWW sitio: <http://www.dlshq.org/>

Esta publicación www es de libre distribución

© The Divine Life Trust Society

ES310

Publicado por

THE DIVINE LIFE SOCIETY
P.O. Shivanandanagar—249 192
Distt. Tehri-Garhwal, Uttar Pradesh,
Himalayas, India.

OM

DEDICADO A
TODOS LOS BUSCADORES
DEL VERDADERO FIN DE LA VIDA

OM

SHRI SWAMI SHIVANANDA

Nacido el 8 de septiembre de 1887, en la ilustre familia del Sabio Appayya Dikshitar y varios santos y sabios famosos, Shri Swami Shivananda tenía una aptitud natural para la vida dedicada al estudio y la práctica del Vedanta. Además, tenía un deseo innato de servir a todos y un sentimiento de unidad con toda la humanidad.

Su pasión por el servicio lo llevó a la carrera de medicina y pronto se inclinó hacia donde creyó que su servicio era más necesario. Malasya lo llamó. Anteriormente, había estado editando una revista de salud en la que escribía extensamente acerca de problemas de salud. Descubrió que lo que la gente más necesitaba era un conocimiento correcto. Por lo tanto, adoptó la difusión del conocimiento como su misión.

Fue justicia divina y una bendición de Dios para la humanidad el hecho de que el médico de cuerpo y mente abandonara su carrera y adoptara una vida de renuncia capacitándose para asistir al alma del hombre. Él se estableció en Rishikesh en 1924, practicó intensas penitencias y brilló como un gran Yogui, santo, sabio y Jivanmukta.

En 1932, Swami Shivananda fundó Shivanandashram. En 1936, nació la Divine Life Society. En 1948, se organizó la Yoga-Vedanta Forest Academy. Su finalidad fue la difusión del conocimiento espiritual y el entrenamiento de la gente en Yoga y Vedanta. En 1950, Swamiji emprendió una gira relámpago por India y Ceilán. En 1953, convocó a un 'Parlamento Mundial de Religiones'. Swamiji es el autor de más de 300 volúmenes y tiene discípulos en todo el mundo, pertenecientes a todas las nacionalidades, religiones y credos. Leer sus trabajos es beber de la Fuente de la Sabiduría Suprema. El 14 de julio de 1963, Swamiji entró en Mahasamadhi.

CONTENIDO

Capítulo I

DEDICADO AL HOMBRE MUNDANO

Naturaleza del mundo

Una historia 'real'

¿Hay placer o dolor en el mundo?

Reflexiona sobre estos hechos

Maya

Swami Versus Maharaja

Palabras de los sabios

Sendero hacia la Liberación

El pináculo de la gloria

Lo que se necesita es aspiración, no curiosidad

Capítulo II

LA META DE LA VIDA HUMANA

Brahman existe

Shiva y Shakti

Ser físico

No te preocupes por la crítica destructiva

Verdadero conocimiento

Capítulo III

SENDERO HACIA LA PAZ Y LA FELICIDAD

El Fin Supremo del hombre

Dios es Paz

¿Dónde hay felicidad?

Mente equilibrada: Una fortaleza invulnerable

Capítulo IV

EL BRAHMACHARYA Y LA NECESIDAD DEL MISMO

¿Qué es Brahmacharya?

Importancia del Brahmacharya

¿Quién es un Brahmachari?

Cómo mantener Brahmacharya

Capítulo V

LA VERDADERA EDUCACIÓN Y SU BENEFICIO

Verdadera educación

Salud y fuerza

[Instituciones religiosas](#)
[Estudio y entrenamiento](#)

Capítulo VI

CÓMO LLEVAR LA VIDA DE FAMILIA

[Varnashrama](#)
[Vida del hombre de familia](#)
[Consejo para las mujeres](#)
[Entrenamiento de los niños](#)
[Vida de Vanaprastha](#)

Capítulo VII

SANNYASA Y LIBERACIÓN

[El sendero de la renuncia](#)
[Verdadera renuncia](#)
[Necesidad de Vairagya](#)
[¿Qué es este mundo?](#)
[¿Qué es este cuerpo?](#)
[Abandona los placeres sensuales](#)
[El sendero del sabio](#)
[Maya](#)
[Un mundo para Virochanas](#)
[Tat Tvam Asi](#)
[¿Dónde hay verdadero amor?](#)
[Los cuatro medios](#)
[Cómo desarrollar Vairagya – I](#)
[Cómo desarrollar Vairagya – II](#)
[Difusión del conocimiento](#)
[El mejor discurso](#)
[Consejos sobre la vida de Sannyasa – I](#)
[Consejos sobre la vida de Sannyasa – II](#)

GLOSARIO

**Sendero fácil
hacia
la Experiencia de Dios**

Capítulo I

DEDICADO AL HOMBRE MUNDANO

Naturaleza del mundo

Este mundo es un juego de colores y sonidos. Este universo que percibimos es un juego de los nervios. Es un espectáculo mágico mantenido por Maya, la mente y los sentidos. Disfrutas de los placeres sensuales por un período de veinte años, cuando los sentidos están fuertes. ¿Qué es este corto y evanescente período de veinte años en la eternidad? ¿Qué es esta despreciable, discordante y monótona vida sensual en comparación con la vida eterna y pacífica en el Ser inmortal interior?

La vida mundana es caótica y fragmentaria. Está llena de ruido, problemas, inquietud, agitación y aflicciones. Un hombre mundano es una bancarrota espiritual aunque tenga posición, rango o estatus elevados en la sociedad. La riqueza espiritual es la riqueza verdadera e inagotable. El conocimiento espiritual es el verdadero conocimiento. La vida espiritual es la verdadera vida. Un Yogui desarrollado es en verdad el emperador del mundo entero.

Un hombre mundano corriente está hundido en el terrible abismo de la ignorancia. No sabe exactamente qué está haciendo. Está bajo la intoxicación de la lujuria y el oro. Pero piensa, “Yo soy un hombre muy sabio. Sé más que cualquiera”. Esto es una ilusión debida a la influencia de Avidya o Maya. Aquél que conoce su propio Ser es realmente un hombre sabio.

Cuando eres un bebé, estás indefenso. Cuando estás seriamente enfermo, estás indefenso. Cuando envejeces, también estás indefenso. ¿Por qué alardeas entonces de tu habilidad, capacidad, independencia y libertad? ¿Por qué eres orgulloso y egoísta? Trasciende el cuerpo y la mente, y realiza al Ser inmortal. Sólo entonces podrás ser verdaderamente fuerte, independiente y libre. Supera la ilusión mediante el discernimiento, el autoanálisis y la indagación sobre “¿Quién soy yo?”

El hombre está contento con el pasado. Siempre está disconforme con el presente. Tiene esperanzas acerca del futuro. Esta es la naturaleza humana. Esta es la vida en el plano terrestre. Un sabio que ha trascendido el tiempo está siempre feliz y descansa en su propio Ser eterno y beatífico, donde no hay pasado, presente ni futuro.

Una historia ‘real’

Una noche de luna, después de la cena, el niño Soni presionó a su madre Kamalaji para que le contara alguna historia interesante. Kamala acarició al niño Soni con afecto maternal y comenzó a narrarle la siguiente historia:

“Una vez, en la ciudad de Kalinga, había una imprenta famosa llamada No-hombre’s Press. El señor No-hombre era su único propietario. El capital invertido para comenzar la imprenta había sido de cero millones de rupias.”

“La imprenta estaba equipada con tipos de diferentes fuentes y tenía superficies muy hermosas hechas de arcilla líquida. Así, la sección de fundición de los tipos de la imprenta era incomparable por su producción. La tinta usada para imprimir era agua pura mezclada con lima. Había un número de máquinas bien instaladas con la última tecnología. Estaban todas fabricadas con fuertes cañas de bambú fundidas, bien reducidas a cenizas. Los compositores, correctores y demás empleados de la imprenta eran todos ciegos, sin excepción.”

“Equipada con tal maquinaria y personal moderno y bien organizado, la imprenta ganó buena voluntad y fama en los tres mundos, la Tierra, el cielo y el infierno. El propietario, el señor No-hombre, se volvió más rico que Kubera, el dios de la Riqueza. Hasta los dioses envidiaban su fortuna y prosperidad. Millones de libros con 000.000.000 páginas se imprimían en la imprenta diariamente. Cada hoja de los libros tenía sólo un lado. La imprenta tuvo su apogeo durante millones de siglos de la duración de un momento del mundo mental de No-hombre, sirviendo a la humanidad con sus valiosas publicaciones.”

El pequeño Soni quedó muy contento al escuchar la cautivante historia y creyó cada palabra de su madre.

Tal es la realidad del mundo de felicidad sensual y la suerte del Sr. No-hombre será compartida por aquellos que esperan obtener felicidad de los objetos sensuales del mundo.

¿Hay placer o dolor en el mundo?

En esta era científica de la llamada civilización moderna, la codicia, la pasión y el egoísmo crecen día a día, mejor dicho, hora a hora. Una nación quiere devorar a otra. El hombre se ha deshumanizado. Debido a la pasión, está bajo el firme control de la lujuria – el gobierno permisivo. El hijo lleva al padre a la corte para dividir la propiedad. La esposa se divorcia de su actual marido y se casa con otro que sea más rico, más hermoso o más joven. La castidad o Pativrata Dharma casi ha dejado de existir. El hermano menor envenena al mayor para apoderarse de su propiedad. Se ve crueldad, falta de honradez,

injusticia y atrocidad por todas partes. Nadie mantiene su promesa. El padre no confía en su hijo. La esposa no confía en su esposo y viceversa.

Jóvenes graduados y doctores vienen a Rishikesh con un recipiente de arcilla y túnica naranja buscando cuevas en Uttarakashi y Gangotri para practicar meditación profunda y Pranayama. Algunos jóvenes estudiantes de Ciencia y Rajkumars van al Punjab con traje de seda, cuello y corbata en busca de jovencitas para casarse. ¿Hay dolor o placer en este mundo? Si hay placer, ¿por qué los jóvenes graduados se retiran al bosque? Si hay dolor, ¿por qué los jóvenes corren tras riqueza, posición y mujeres? ¡Misteriosa es Maya! Trata de entender el enigma del Universo. Desarrolla Viveka. Ten Satsanga. Indaga acerca de la naturaleza del Atman. Estudia el Yogavasishta y los Upanishads. Entonces tendrás un entendimiento completo sobre los problemas de la vida.

Este es un mundo compuesto de tres Gunas. Hay tres tipos de hombres, Sattvicos, Rajásicos y Tamásicos. Este mundo contiene gente perteneciente a Tamo Guna en abundancia. Es esta gente Tamásica la que siempre crea problemas. Esa es su naturaleza. Seamos testigos silenciosos y gocemos de la Lila del Señor. Las personas Tamásicas gritarán, pero no podrán causarles ningún daño a las personas Sattvicas.

Reflexiona sobre estos hechos

En esta vorágine de placeres sensuales fugaces, te has olvidado del propósito y la meta de la vida. Vives más para el cuerpo que para el alma. En la búsqueda del espectáculo ilusorio de las vanidades mundanas, has aniquilado los instintos espirituales y los anhelos del alma. ¡Qué penoso estado! ¡Misteriosa es Maya! ¡Misteriosa es Moha! ¡Abre los ojos ahora! Despierta del largo sueño de ignorancia. Experimenta la Realidad Suprema y goza de beatitud eterna.

En Kali Yuga, la gente vende arroz hervido y negocia en nombre de la religión. Las mujeres llevan una vida impura. Hay disputas entre padre e hijo, y el hijo demanda al padre en la corte y maltrata a su madre. La esposa es adorada por el esposo. Algo más, pseudo-Sannyasins también causan todo tipo de perjuicios.

Reflexiona sobre los sufrimientos de la vida humana. Come poco. Retira los sentidos de sus atractivos objetos de placer. Siéntate en silencio en tu habitación. Mira hacia el interior. Medita. Pronto obtendrás la paz suprema del Eterno.

Despierta de la profunda inercia del sueño de ignorancia. Cultiva amor universal. Haz servicio desinteresado. Sé paciente. Practica la introspección. Desarrolla intenso Vairagya. Medita regularmente. Lograrás la inmortalidad. Recobra tu divinidad perdida.

No eres un esclavo de los sentidos y los deseos. Eres el poderoso Emperador de emperadores. La angustia es una nube pasajera. La pena es una sombra fugaz. El sufrimiento es falso, no puede vivir. La bienaventuranza es real, no puede morir. Trasciende los deseos. Renuncia al egoísmo. Despierta. Levántate. Vuélvete un Yogui dinámico. Goza de la beatitud eterna del alma. Eres el Atman inmortal y dichosa. Estás más allá del alcance del dolor, la pena, el sufrimiento, la decadencia y la muerte.

Piensa cuidadosamente. Decide correctamente. Actúa con fe. Habla con veracidad. Vive honestamente. Trabaja con diligencia. Habla suavemente. Comportate apropiadamente. Estás destinado a tener éxito en cualquier profesión. Tendrás paz mental. Tendrás una conciencia pura. Obtendrás riqueza espiritual de naturaleza inagotable.

Maya

En este mundo, algunos danzan de alegría, otros lloran; algunos cantan, otros gritan de dolor. Algunos dan conferencias, otros se van al bosque vestidos con harapos y llevando escudillas de coco en sus manos; unos van a hoteles de París vestidos de seda y con su ropa perfumada, otros cierran su boca y hacen voto de silencio. ¡Oh, Señor! Yo no sé que hay en este mundo, si Amrita (néctar) o veneno. El mundo es un misterio. El mundo es un Ashcharya (asombro). Es Anirvachaniya (indescriptible). No es Sat (real) ni Asat (irreal); ni Jada (insensible, inanimado) ni Chaitanya (Conciencia pura); no es Bhinna (separado) ni Abhinna (no separado). Es el producto del Chit-Shakti (poder de la Conciencia) de Brahman. Es el Karya (efecto) de Maya.

Cuando un hombre está agonizante, los médicos Ayurvédicos le dan Siddha Makaradhvaja para generar calor en el cuerpo y hacerlo hablar durante un corto tiempo. Si trataras de sacarle ante sus propios ojos la llave de la caja fuerte que lleva atada a su cordón sagrado, inmediatamente comenzaría a hablarte. El hombre ha desarrollado gran apego por el dinero.

Del mismo modo en que un terrateniente tiene dos perros a la puerta de su casa para evitar que la gente entre en ella, así también el Señor ha puesto a Su puerta a los dos perros de Maya, el dinero y la lujuria, para evitar que te Le aproximes. Si eres fiel al Señor, Él eliminará la ilusión de Maya. Los perros no ladrarán. Podrás entrar libremente en Sus aposentos. Dinero y lujuria no podrán engañarte.

Lo que se llama Maya es sólo dinero y lujuria. Estos son dos cocodrilos en el río que te impiden alcanzar al Señor que está en la otra orilla.

Maya hace estragos mediante la imaginación mental. La mujer no es hermosa, la imaginación es hermosa. El azúcar no es dulce, la imaginación es dulce. La comida no es sabrosa, la imaginación lo es. El hombre no es débil, su imaginación es débil. Entiende la naturaleza de Maya y de la mente, y vuélvete sabio. Frena la imaginación de la mente mediante Vichara, el pensamiento correcto, y descansa en Brahman, donde no hay imaginación, Sankalpa ni pensamiento.

No hay fin para el deseo (Trishna) en la vida de un hombre mundano. Esa es la razón por la que está siempre inquieto a pesar de su riqueza y bienestar. Siempre está insatisfecho, nunca contento. Antes de satisfacer un deseo, otro deseo está listo para ocupar su mente y producir agitación mental demandando constantemente su satisfacción. Él se esfuerza con la mente y los Karma-Indriyas para poseer los objetos y disfrutarlos. Olvida su verdadera naturaleza divina y se sumerge en el océano del Samsara (mundanalidad).

Dale una buena fregada a un cerdo con jabón Pears y un buen baño. Ponlo en un colchón suave y dale buenos platos para comer. No va a comer. Inmediatamente correrá a comer desperdicios. Así también, si pones a un hombre mundano en compañía de santos, Yoguis y Sannyasins en lugares solitarios de paisajes encantadores no podrá vivir en paz. Se sentirá como pez fuera del agua. Se sentirá como el cerdo puesto en el colchón.

Swami Versus Maharaja

“¡Oh, Venerable Swami! Soy el Jefe de Gobierno del Punjab. Todos los años, paso algunos meses en la región de los Alpes y los saltos europeos. Siempre me desplazo en un automóvil magnífico. Mi comida es fina. Me relaciono con condes y barones. Maharanis mayores y jóvenes me sirven. Ciertamente, soy más feliz que usted.”

“¡Oh, Rajan! Pero ¿puede usted sonreír como yo? Usted está lleno de preocupaciones, ansiedad y cuidados. No tiene verdadera libertad.”

“Sí, Swamiji, yo no puedo sonreír como usted, aunque tenga todo. Estoy atormentado internamente de una u otra forma. Eso es cierto.”

“Entonces, oh Jefe, ¿qué sentido tienen su dinero, sus viajes por Europa, las Maharanis, los autos y la comitiva?”

“Venerable señor, hágame sonreír como usted. ¿Cuál es el secreto?”

“Renuncia al egoísmo y a los deseos. Experimenta al Atman. Podrás sonreír siempre como yo.”

El temor que sientes en sueños cuando ves un tigre o una cobra desaparece sólo cuando despiertas. Así también, el dolor, la miseria, la pena, la angustia y demás de esta vida mundana sólo se desvanecen cuando obtienes Brahma Jñana.

¿No te avergüenzas de repetir todos los días el mismo proceso de comer, beber, hablar y dormir? Estás orgulloso de tus títulos. ¿Has mejorado tu vida un poco siquiera? ¿Qué lecciones has aprendido de los terremotos de Bihar y Quetta? ¿Estás intentando alcanzar la morada imperecedera donde todos los deseos y Trishnas son completamente erradicados? ¿Te estás esforzando por alcanzar el fin supremo de la vida – la realización del Atman – que da inmortalidad, beatitud eterna y paz infinita? No estás gateando ahora. Has aprendido a pararte y caminar. Puedes pensar, razonar, juzgar e inferir. ¿Utilizarás esta preciosa vida para la meditación en el Atman y la realización del Ser? ¿Me darás tu palabra de ello? Hermano, di la verdad, sube la escalera del Yoga y bebe el néctar de la inmortalidad. ¿Lo harás?

Palabras de los sabios

Los sabios comparan al hombre mundano con el perro callejero, el cerdo que come basura y el gusano que se deleita con inmundicias. ¡La comparación es en verdad muy acertada!

Del mismo modo en que un clavo no puede entrar en una piedra por más que uno trate de hundirlo con el martillo, las ideas religiosas y los discursos sobre Dios no pueden entrar en la mente de los hombres mundanos por más lúcidamente que puedas explicárselo mediante historias, analogías, comparaciones y parábolas. Tienen un corazón tan endurecido por la maldad que es muy difícil de penetrar. Sin embargo, los pensamientos lujuriosos pueden fluir a través de sus mentes como la corriente del río Kali.

Los objetos mundanos no pueden darte paz mental. Renuncia a los goces y penas mundanas, a sus placeres y tentaciones. Mientras permaneces en el mundo, busca algo superior y más noble que los objetos de los sentidos – la beatitud eterna del Ser.

Lo que sea que un sabio diga es remedio para las personas mundanas que necesitan medicación para su impiedad y mundanalidad. Por lo tanto, oh hombre, escucha absorto sus instrucciones y ponlas en práctica diariamente.

Debido a su experiencia del Ser, veedores de la Verdad, sabios y Rishis declaran resueltamente: “No corras tras los objetos. Obtén Viveka y Vairagya. Renuncia a los objetos mundanos. Ellos son causa de miseria. Realiza al Atman. Obtendrás beatitud eterna e infinita, e inmortalidad”.

Lleva una vida de austeridad y meditación. Este mundo es nada. Todos los objetos de este mundo carecen de valor, porque son transitorios, efímeros y percederos. Entiende la naturaleza del alma y su relación con Dios.

La facultad pensante está presente sólo en los seres humanos. Sólo el hombre puede razonar, reflexionar y formar juicios. Es sólo el hombre el que puede comparar y contrastar, quien puede pensar acerca de los pros y los contras, y quien puede sacar deducciones y conclusiones. Esta es la razón por la cual sólo él puede obtener conciencia de Dios. Ese hombre que simplemente come y bebe, y que no ejercita su facultad mental para realizar al Ser es sólo un bruto. ¡Vergüenza de ese miserable desdichado que está apegado a las cosas ilusorias del universo y que es un asesino del Atman! Él comete suicidio en verdad.

¡Oh, personas mundanas! Despierten del sueño de Ajñana. Abran los ojos. Levántense para adquirir conocimiento del Atman. Acérquense al Brahma-Nishta Guru. Logren el sueño profundo sin dormir (Samadhi). Sumérjanse en el Atman.

Un hombre mundano tiene dos valores en la vida, el estómago y el bolsillo. Trata de llenar su bolsillo con dinero como sea y llena su estómago diariamente con toda clase de cosas. Ese es su objetivo. Un aspirante espiritual también tiene dos valores en la vida, renuncia y meditación. Mantiene algunas pocas cosas solamente para la mínima preservación de su cuerpo y da el resto a otros. Pasa su tiempo en meditación. El primero vive en vano y desperdicia su vida, mientras que el otro lleva una vida gloriosa de divinidad y goza de la beatitud eterna del Alma.

Un hombre mundano se destruye a sí mismo apegándose a cosas irreales. Ese hombre que no lucha por obtener realización del Ser a pesar de tener conocimiento de las escrituras, un cuerpo humano, juventud, energía y otras conveniencias, en verdad, comete suicidio. Su futuro es muy lamentable. ¿Quién puede ser más tonto que aquél que descuida la búsqueda del fin de la vida? Aquél hombre al que no le importa indagar sobre “¿Quién soy? ¿Cuál es la meta? ¿Cómo puedo lograrla?” es en verdad un tonto aunque esté dotado de alto conocimiento secular.

Imagina por un momento que tu piel y tu carne están invertidas y expuestas. Tendrás que tener siempre un bastón fuerte para alejar a los buitres, los cuervos y los chacales. ¿Por qué tienes Moha (amor con apego) por este cuerpo sucio? ¿Por qué lo perfumas? ¿No eres un gran tonto? Obtén Jñana. Tú eres el Atman, siempre pura y resplandeciente.

En la Biblia, puedes encontrar: “No sólo de pan vive el hombre sino del Espíritu”. La vida en la materia es completa oscuridad. La vida en el Espíritu es

sol glorioso. No pienses en el cuerpo. Piensa poco en el pan. Entonces, podrás pensar más en el espíritu. Podrás tener una vida rica, expandida y sin decadencia.

Sendero hacia la Liberación

Hay esclavitud cuando estás apegado a tu esposa, hijo, propiedad o cuerpo, cuando tomas al cuerpo como el Ser puro. Hay liberación cuando no estás apegado a ningún objeto de este mundo, cuando te identificas con el Atman pura e inmortal.

Hacer el trabajo de una bestia, a pesar de haber nacido como hombre, es simplemente ridículo y lamentable.

Piensas en tu cuerpo, comida, esposa, hijo, amigo, etc., pero no haces introspección para averiguar qué hay en tu interior. Piensas que tu cuerpo – este montón de carne y huesos – es real y sobre esta base construyes toda la ciudadela de la ambición y la actividad de la vida. Has confundido la sombra con la sustancia. Estás contento con cosas superficiales. A pesar de estar dotado con el poder del pensamiento, no quieres utilizarlo en la búsqueda del Ser inmortal. Has abandonado la joya preciosa del Atman y te has aferrado a piezas de vidrio roto. ¿No es un acto tonto? Llorarás en tu vejez.

Este cuerpo es el primer lazo o atadura de Maya. La esposa es el segundo lazo alrededor del cuello. El hijo es el tercer lazo alrededor de la cintura. La hija es el cuarto alrededor de la rodilla. El nieto es el quinto alrededor del tobillo. Aquél que ha cortado estos lazos y que no tiene Moha es verdaderamente un hombre fuerte y poderoso (Dhira) – y no aquél que puede permitir que un automóvil pase sobre su pecho o que tiene poderes magistrales de primera clase o que tiene una escopeta de dos cañones o que es un miembro del Consulado o Parlamento.

¡Oh, hijo del Néctar! Basta de esta vida mundana. Suficiente de esta vida de pasión en el plano terrenal. Has gastado toda tu vida, energía y tiempo en obtener riqueza material, poder, nombre y fama. Todos tus esfuerzos han sido en vano. Toda tu riqueza es sólo una cáscara rota comparada con la inagotable riqueza suprema del Atman. Obtén esta riqueza espiritual inestimable. Abandona esta vana lucha egoísta. Demasiado tiempo has caminado por este universo con ojos apasionados. Abandona la mirada lujuriosa. Medita. Mira hacia el interior ahora. Contempla al maravilloso Ser y sé libre.

¡Oh, hombre! Desarrolla desapego y discernimiento. Cultiva virtudes. Muévete en compañía de sabios iluminados. Obtén de ellos instrucciones espirituales. Sírvelos. Medita en el Atman y logra la realización del Ser. Sólo entonces podrás

convertirte en un héroe espiritual entre héroes, en un líder espiritual del mundo, un Emperador de emperadores.

Si eres muy rico, puedes tener un barco de vapor, un tren o un avión propio para tu disfrute egoísta. Pero no puedes tener un Atman propia. El Atman es común a todos. No es propiedad registrada de un solo individuo. Un campesino, un peluquero, un descastado o Dalit también tiene Atman.

Un hombre bebe vino y cae en la cuneta. Si a la mañana siguiente le preguntas, "¿Por qué bebiste tanto anoche? Caíste en la cuneta", él responderá, "Estaba bajo la intoxicación del alcohol, no sabía nada". Del mismo modo, cuando un hombre está intoxicado con el orgullo de la riqueza o el vino de la mundanalidad, no sabe exactamente lo que está haciendo. Es como un ebrio que cae en la cuneta. El mejor remedio para eliminar esta intoxicación causada por la mundanalidad es Satsanga o asociación con el sabio.

El hombre es el esclavo de la riqueza, pero la riqueza no es su esclava. Si quieres obtener la riqueza espiritual, suprema e inagotable del Atman, no te vuelvas esclavo de la riqueza. Renuncia a ella y conviértete en maestro.

Si ganas dinero con el sudor de tu frente, nunca te puedes hacer rico. La riqueza no puede adquirirse sin cometer faltas. No te será útil cuando mueras. Artha (riqueza) es Anartha (maldad). Ganar dinero es penoso. Conservarlo es penoso. Perderlo es penoso. Si disminuye, es también penoso. La riqueza es causa de toda clase de pesares.

Asegura tu vida con Dios. Depende sólo de Él. Todas las otras compañías de seguro fracasarán pero esta Compañía Divina nunca fallará. No necesitas pagarle prima a esta compañía divina. Sólo tendrás que amar a Dios. Sólo tendrás que darle tu corazón.

¿Por qué dependes de estos falsos nervios y sentidos que en cualquier momento acaban con tu felicidad? Busca el goce permanente, la felicidad eterna y la beatitud perfecta en tu propio Ser interior mediante la meditación constante e ininterrumpida. Levántate. Ponte de pie. Despierta. Esfuérzate. Logra la meta ahora mismo.

Si no hubiera ignorancia, pobreza y enfermedad aquí, este mundo sería en verdad un paraíso.

Nadie en este mundo ha sido beneficiado por Maya. La gente llora al final. Pregunta a cualquier hombre de familia mayor si ha obtenido alguna pizca de felicidad en este mundo.

Este mundo está lleno de contradicciones. Aquello que avergüenza al bueno da placer para el malvado.

Las personas mundanas nunca recobran el juicio a pesar de recibir duros golpes, patadas y coscorrones desde diferentes rincones. El perro callejero no deja de visitar las casas aunque le tiren piedras todos los días.

Kali (Adharma o ausencia de virtud) reside en los lugares de juego, bebida y prostitución, en carnicerías, en el oro, en los mercados y campos de batalla, y en lugares donde cuatro personas se sientan juntas, entablan conversaciones inútiles y se ponen a criticar a otros.

Las decepciones repentinas y los éxitos de la vida no son el resultado del azar. Todo funciona en el mundo con leyes bien establecidas. La ley de causa y efecto opera en todas partes.

Diferentes personas se encuentran con distintos tipos de dificultades. Si alguien sufre de dolor de cabeza, el otro está llorando por un intenso dolor de oído. Si alguien está preocupado debido a la prematura muerte de su hijo, el otro está desanimado por una gran pérdida en su negocio.

El mundo es un gran maestro. Los cinco elementos son tus Gurus. Aprendiendo muchas lecciones amargas, te volverás más fuerte y sabio.

La ilusión y la pena afectan a los hombres ignorantes y mundanos, pero no a aquél que tiene Jñana, que ve la unidad en todas partes. Todo el árbol del Samsara con su semilla es desarraigado cuando uno obtiene Brahma Jñana, conocimiento del Ser.

Para el Viveki, el mundo entero aparece como una bola de fuego aunque haya escenarios encantadores producidos por la ilusión de Maya. Para él, el mundo entero se parece a un horno inmenso donde se asan todas las criaturas.

Aquellas personas que no son serias y dedicadas acerca de sus prácticas devocionales pierden este mundo en este final y a Dios en el otro. Están colgando en el aire con las cabezas hacia abajo como Trishanku. ¡Especímenes miserables! ¡Lamentable en verdad es su suerte!

¿Por qué lloras, amigo? Tú eres Rama. Tú eres Krishna. Tú eres Shiva. Tú eres el Atman. Tú eres Brahman. Tú eres la Verdad: "Tat Tvam Asi". ¡Tú eres Eso, mi querido amigo!

El pináculo de la gloria

¡Oh, Ram! En verdad, hay un reino donde no hay tristeza ni dolor, ni sólido ni líquido, ni materia ni energía, ni sueño ni vigilia, ni comida ni bebida, ni descanso ni trabajo, ni visión ni audición. Esta es la morada de la beatitud del Nirvana o la paz eterna. Alcanza esta morada purificando la mente y eliminando el velo de ignorancia mediante la meditación constante en el Ser.

Yo vivo para servirlos a todos ustedes. Vivo para hacerlos felices y sabios. Vivo para ayudarlos a desgarrar el velo de la ignorancia. Vivo para facilitarles y allanarles el camino.

En vez de llorar por la hambruna, el labrador debe estar siempre labrando. Repentinamente, vendrá una fuerte lluvia y tendrá abundante cosecha. Del mismo modo, tú siempre debes estar de pie y actuando. Todas las dificultades y circunstancias desfavorables pasarán como una nube pasajera de otoño. Tendrás una rica cosecha espiritual de paz eterna y goce duradero.

¡Ruge OM OM OM – Ram Ram Ram y sale de la jaula de carne, mi querido Sushil!

La búsqueda de la Verdad Suprema, un poco de meditación en el Ser a la mañana temprano, una vida bien regulada, el recuerdo de la naturaleza inmortal del alma y un intento por sentir que eres el Ser omnipresente en tu vida pública y privada te dará equilibrio y ritmo para tu vida, fuerza espiritual interior y valor.

La fuerte balsa del conocimiento del Ser te llevará seguro por las olas tormentosas de este gran océano del Samsara. No serás afectado ni por la peor clase de adversidad y pesar. Por lo tanto, esfuérgate duro por obtener este conocimiento. Difunde esta sabiduría de los Rishis y sé una prueba de ello en tu vida diaria.

“Elimina el egoísmo. Calma las pasiones. Purifica el corazón. Analiza tus pensamientos. Examina tus motivos. Limpia la escoria de la impureza. Realiza a Dios.” Este ha sido el único peso de la prédica de todos los profetas, videntes y sabios de todos los tiempos. Lee las enseñanzas de Buda, Jesús, Mahoma, Confucio, Shinto, Chaitanya, Shankara o cualquier otro profeta. Ésta, la esencia de la auto-purificación, es tu principal deber. Ese es el camino hacia Dios.

Así como el fruto está escondido en la semilla, la manteca en la leche, la virilidad en el niño, también las distintas Shaktis permanecen latentes en el hombre. Si purificas tu mente y practicas concentración y meditación, todos estos poderes se manifestarán.

Martillea la mente constantemente con esta idea: "Yo estoy libre de enfermedad, soy todo salud, el Atman inmortal – OM OM OM". Medita en la fórmula anterior durante 10 minutos de mañana y de noche. En este mundo, esto es lo mejor para todas las enfermedades. Esto será también tu meditación.

Este gran Ser auto-luminoso, inmortal, libre de temor, no nacido y sin decadencia es Brahman. Búscalo. Trata de entenderlo. Practica sabiduría. Realiza y sé libre.

El néctar de la inmortalidad está manando. Purifícate. Concéntrate. Sumérgete en las profundidades de las cavernas de tu corazón y bébelo hasta saciarte. Apagará el fuego del Samsara. Te hará inmortal.

Karma produce tus futuros nacimientos. Karma es la raíz de todas tus miserias. Karma es supremo. Karma gobierna tu destino. Pero hay medios por los cuales Karma puede volverse ineficaz. Los frutos potenciales del Karma pueden quemarse obteniendo conocimiento del Ser mediante la destrucción de los deseos y la aniquilación del pequeño 'yo' y de la mente.

Todas las criaturas salen de Dios. Vuelven sólo a Él durante la disolución. El mundo entero es el cuerpo del Señor. ¿Cómo puedes dañar o tener aversión hacia otro hombre o criatura sobre la superficie de la tierra siendo que has tomado a Dios como el objeto de adoración y amor? ¿Cómo puedes ser egoísta? ¿Puedes comer solo todos los mangos de tu jardín?

No consideras como propias las penas de otros. Por lo tanto, no tienes compasión ni misericordia. No tienes satisfacción (Mudita). Es por eso que no te alegras ante la virtud de otro. No tienes contentamiento. Hay ardor en tu corazón. No consideras la felicidad de otros como propia. Por lo tanto, estás inquieto. No tienes indiferencia por las acciones viciosas de la gente malvada. Es por eso que estás afligido. No hay nada más que tu propio Ser en este universo. Todos los cuerpos son tuyos. Todas las manos son tuyas. Este mundo entero es tu cuerpo. Todos los nombres y formas son tuyos. No te separes del mundo. Únete. Expándete. Relaciónate. Siente unidad y armonía. Tendrás felicidad y goce ilimitados.

Esfuézate. Deshazte del letargo y la pusilanimidad. Muestra entereza viril. No cedas ante la impotencia. Ten la naturaleza de un león. Tendrás éxito en todo intento. Prosperarás gloriosamente en los planos físico y espiritual.

El estado actual de las cosas no es favorable para los negocios. El precio de las cosas ha subido mucho, pero este es el mejor momento para hacer mejor negocio con Dios. Debido a que ahora estás más desocupado, puedes hacer más plegaria, meditación, Japa y estudio del Gita y los Upanishads. Esto es muy

provechoso ya que la riqueza espiritual es imperecedera e inagotable. Por lo tanto, no hay pérdida. Por el contrario, hay una ganancia inmensa. Los caminos de Dios son misteriosos.

Aspira incesantemente a vivir en lo Divino. Esfuérzate ininterrumpidamente por realizar la Verdad. Practica meditación regular en el Brahman. Trabaja incansablemente para el bien de otros. Piensa constantemente en el Ser inmortal y beatífico. Con toda seguridad, lograrás el fin rápidamente.

¿Por qué has asumido este cuerpo? ¿Cuál es el objetivo de tu vida? Indaga. Cumple tu misión. Revela la Divinidad que está escondida en las cavernas de tu corazón.

Si piensas “Me arrojaré al mar cuando bajen todas las olas”, eso es imposible. Las olas nunca bajarán y tú nunca te bañarás. Así también, si piensas, “Comenzaré la Sadhana espiritual o la meditación cuando cesen mis cuidados, preocupaciones e inquietudes, cuando todos mis hijos estén establecidos en la vida, cuando tenga mucho tiempo de ocio después de jubilarme”. Eso es imposible. Cuando envejecas, no serás capaz de sentarte ni por una hora. Durante la senilidad avanzada, no tendrás fuerza para hacer ningún Tapas riguroso. Debes comenzar las prácticas espirituales vigorosas cuando eres joven, cualquiera sea tu condición, circunstancia y entorno. Sólo entonces recogerás una rica cosecha espiritual cuando envejecas. Gozarás de paz perdurable en el Eterno.

¿No deberíamos tratar entonces de lograr algo más satisfactorio y que dure eternamente? ¿O deberíamos contentarnos con llevar una vida de esclavitud y cautiverio debida a los impulsos de nuestra naturaleza física? Esta pregunta surgirá finalmente en el corazón de todos. Nadie puede evadirla. Todos deben responder a ella. Es el punto de partida de todas las religiones.

El hombre pronto se cansa de los objetos sensuales debido a su naturaleza transitoria, ilusoria y perecedera. Encuentra monotonía en ellos. Se da cuenta de que son vacíos y mezclados con dolor, temor y maldad. Él vuelve sobre sus pasos hacia su dulce hogar original, la morada inmortal de Brahman. No deambula más de aquí para allá. Se sienta tranquilo en un lugar solitario y cierra las puertas de los sentidos, practica Pratyahara (abstracción de los sentidos). Desconecta la mente de los sentidos y los objetos. Detiene las olas de la mente mediante la práctica de Raja Yoga. Controla el movimiento del aliento mediante la práctica de Pranayama. Mata el egoísmo, las Vasanas, los pensamientos sobre lo que le gusta y lo que no. Reflexiona y medita en la verdadera naturaleza del Ser supremo, y al final alcanza el Param Dhama, la morada Bráhmica del Ser resplandeciente. Sólo ahora goza de suprema paz y

beatitud eterna, felicidad pura y deleite perenne. Obtiene inmortalidad. Nunca vuelve a este mundo de muerte, pena, dolor y pares de opuestos.

Según la filosofía Sankhya, el objetivo final del espíritu es la completa erradicación de las tres clases de sufrimientos. Los Vedánticos sostienen que la liberación consiste en la unión del alma individual con el Alma Suprema. Los Vaisheshikas afirman que la liberación consiste en el cese completo del dolor. Patañjali Maharshi sostiene que Kaivalya, liberación perfecta, consiste en la vuelta de las Gunas a su origen, la ausencia de motivo para actuar por parte del Purusha o el establecimiento del alma en su propia esencia.

Aquel hombre que no se esfuerza por obtener la realización del Ser sino que lucha egoístamente para la obtención de objetos perecederos es un hombre muerto en vida. Lamentable es su futuro. Tu vida actual está determinada por tus acciones de la vida pasada. El futuro está determinado por tus acciones en la vida presente.

Allí, en la cumbre de la colina de la felicidad eterna, puedes ver ahora al Jivanmukta o Yogui totalmente desarrollado. Él ha ascendido a alturas estupendas mediante su esfuerzo intenso y constante. Ha hecho una Sadhana espiritual rigurosa y estricta. Ha practicado profunda Nididhyasana (meditación). Ha pasado noches sin dormir. Ha mantenido largas vigilias durante días seguidos. Gradualmente, él ha subido los escalones uno a uno. Ha descansado en diversos paradores. Ha perseverado con paciencia y diligencia. Ha superado muchos obstáculos. Ha conquistado la desesperación, la tristeza y la depresión. Ahora es un faro para el mundo. Recuerda que él también estuvo hundido en el lodazal del Samsara como tú. Tú también puedes ascender a esa cumbre si quieres.

Donde hay voluntad, hay un camino. La realización del Ser es una cuestión de oferta y demanda. ¿Quieres en verdad a Dios? Si hay una demanda por Dios, la oferta vendrá. Has desperdiciado el día. ¿Vas a desperdiciar también la noche? El mundo es un parque de atracciones de dos días. La vida es un juego de dos minutos.

Lo que se necesita es aspiración, no curiosidad

Algunas personas tienen curiosidad por la vida espiritual. No tienen verdadera sed de liberación. Creen que obtendrán ciertos poderes o Siddhis si hacen ciertas prácticas yóguicas. Cuando no obtienen los poderes, se impacientan e interrumpen las prácticas, abandonan el sendero espiritual y rechazan con desdén a los Yoguis y al Yoga. La simple curiosidad no te ayudará a lograr ningún progreso espiritual. Esparcir rumores por curiosidad es más abominable

que hacerlo como travesura. Practica la introspección. Analiza tus pensamientos y descubre si realmente tienes hambre espiritual o sólo curiosidad. Mediante Satsanga constante, estudio de buenos libros religiosos, plegaria, Japa y meditación, transmuta el hábito de hablar por curiosidad en verdadera sed de liberación.

El Señor Buda tuvo Viveka (discernimiento) desde su niñez. Él fue profundamente impresionado desde su temprana edad por la naturaleza transitoria y efímera de todas las condiciones de la existencia mundana, y por los sufrimientos y desgracias en que él vio que estaban inmersos todos los seres.

Has aprendido muchas lecciones en este misterioso mundo. Ahora, tendrás que vivir sabiamente. Has desarrollado más sabiduría. Renunciando al apego, viviendo como la hoja de loto en el agua, abandonando las Vasanas y el egoísmo, tendrás que hacer bien tu papel en esta obra de teatro del mundo. Esta etapa, en la que han surgido el desapego y el discernimiento, es la mejor de la vida. Utilízala bien. Sé valiente. Sé alegre. Sé feliz. No hay cabida para el lamento o la desesperación. Vive sabia y felizmente. Permanece como un testigo de este gran show mantenido por Maya y goza del Ser interior.

Hermano, el valor es tu derecho de nacimiento, no el temor. La paz es tu herencia divina, no la inquietud. La inmortalidad es tu derecho de nacimiento, no la mortalidad; la fortaleza, no la debilidad; la salud, no la enfermedad; la felicidad, no la pena; el conocimiento, no la ignorancia.

¡Oh, querido Ram! Recuerda que aquí eres sólo un peregrino. Este mundo es sólo un hospedaje público. Tu morada permanente es el Atman o el Ser. Termina tu peregrinaje rápidamente mediante el Tapas riguroso y la meditación. Alcanza en este mismo nacimiento tu morada original de inmortalidad, beatitud eterna y paz.

¡Oh, peregrino cansado en este terrible bosque del horrible Samsara! Refúgiate en Ram. Él es el único refugio y sostén. No tienes verdaderos amigos en este mundo. No te dejes engañar por los falsos y brillantes objetos sensuales. No tienen ningún valor. Son perecederos. Despierta de tu profundo sueño de ignorancia. Comienza tu viaje. Date prisa. Sé rápido. Los días y las noches, los meses y los años pasan a la historia.

¡Oh, peregrino cansado que vas por el gran viaje de la vida! Sé cuidadoso y vigilante. No te desmayes y caigas en el polvo debido a la febril excitación de la vida mundana y la intoxicación de la riqueza y el poder. Avanza valientemente por el sendero recto de la verdad y la honestidad. Descansa bajo la sombra refrescante del contentamiento, el desapego, el discernimiento y la sabiduría eterna, y alcanza la ciudad de la inmortalidad, el campo de la vida eterna.

Capítulo II

LA META DE LA VIDA HUMANA

Brahman existe

Hay una Realidad permanente detrás del universo. Hay una Verdad viva detrás de estos nombres y formas, y detrás de todo fenómeno. Eso es Brahman. Eso es el Atman. Eso es el Ser. El objetivo de la vida humana es experimentar esa Realidad que está detrás del fenómeno cambiante. El bien supremo de la aspiración humana es obtener la realización del Ser. Sólo esto puede erradicar la ignorancia y los sufrimientos. Sólo la realización del Ser, puede cortar los lazos del Karma; puede hacer que te vuelvas totalmente libre e independiente.

No hay nada más que Brahman. Este mundo es tan irreal como un espejismo en el desierto. Brahman es diferente del mundo. Los conocedores de Brahman (Brahmavit) han cruzado el océano de nacimiento y muerte. Aquellos que están atrapados en la rueda de nacimiento y muerte están inmersos en preocupaciones mundanas. Conocer a Brahman es volverse Brahman (*Brahmavit Brahmaiva bhavati*). Los conocedores del Atman han cruzado el océano de Shoka, pena.

'Yo' y 'mío' son las causas de la nefasta experiencia mundana. Pero el 'yo' Sáttvico, puro, que no es diferente del Atman, es la meta de la vida humana.

Se sugiere que Brahman no existe por las siguientes razones: Todo lo que existe puede ser percibido mediante los sentidos por sus atributos peculiares como los de una vasija. Lo que no existe no es captado de esa forma, como sucede con los cuernos de una liebre, el loto en el cielo y cosas similares. Brahman no puede ser percibido y, lo que no puede ser captado por sus atributos peculiares, no existe. Este argumento es inadmisible e insostenible, porque Brahman es la causa del éter y demás elementos. No puede decirse que Brahman no exista, porque esos elementos, cuya causa es Brahman, son percibidos por los sentidos. Se observa en el mundo que aquello de lo cual algo procede existe, por ejemplo la arcilla y la semilla que son la causa material de la vasija y el árbol, respectivamente. Por lo tanto, Brahman existe, porque es la causa del éter y demás elementos. En el mundo, tampoco percibimos por medio de los sentidos algo nacido de la nada. Si nombre, forma, etc. fueran el producto de la nada, los sentidos no podrían percibirlos. Pero son percibidos como tales. Por lo tanto, Brahman existe. El Shruti también declara: "¿Cómo puede nacer la existencia de la inexistencia? ¿Cómo puede producirse algo de la nada?" También es lógico que algo no pueda ser producido de la nada. Por lo tanto, es lógico decir que Brahman existe.

No pelees ni discutas con la gente para probar la existencia o inexistencia de Dios. Es un desperdicio de energía y tiempo. Eres perfectamente consciente de que egoísmo, orgullo, lujuria, ira, codicia e hipocresía son rasgos malos e indeseables en el hombre. Primero, erradica estas cualidades negativas haciendo riguroso servicio desinteresado a la humanidad y el país, y desarrollando virtudes positivas. Luego ve lo que sucede. Tan pronto como se destruyen las cualidades negativas, la mente se vuelve absolutamente pura. Sentirás la presencia de Dios en tu corazón y en todos los objetos. Una vida sin lujuria, egoísmo, codicia, ira y orgullo es en sí misma una vida divina. Trata de llevar una vida de pureza con espíritu de sacrificio. Verás a Dios en todas partes. Te maravillarás y sorprenderás cuando mires a tu alrededor. Todos los debates, todas las discusiones, las dudas, las ilusiones y miserias se desvanecerán totalmente.

No desperdicies tu tiempo en debates y discusiones innecesarias acerca de si Dios existe o no. Si te sientas unos pocos minutos silenciosamente y piensas seriamente practicando la introspección, si abres tus ojos, ves y notas la gloria y el esplendor en cada pulgada de Su creación, tendrás firme convicción acerca de la existencia de Dios. El viaje espiritual es largo y fatigoso. Hay mucho por hacer mediante la Sadhana espiritual. La vida es corta. El tiempo es fugaz. Hay muchos obstáculos en el sendero. Aplícate diligentemente a las prácticas espirituales y a la disciplina de los Indriyas. Controla la mente. Ten una vida bien regulada. Concéntrate. Medita. Realiza y descansa en tu Sat-chit-ananda Svarupa. Conócete a ti mismo y sé libre.

Cuando sus piernas estén paralizadas, cuando no tenga nada para comer o cuando sufra una gran conmoción ante la muerte de su esposa o de su único hijo, el materialista absoluto, el ateo confirmado que una vez negó vehementemente a Dios, admitirá Su existencia y Le rogará fervientemente así: "Oh, Señor, Alma de mi alma, Prana de mi prana, yo soy un gran pecador. Por favor, perdóname. Muéstrame el camino hacia la salvación. Dame luz y pureza". ¡Pobre alma engañada! ¡Que Dios lo bendiga!

¿Tú existes o no? Esa es mi pregunta. Si dices 'no', yo te veo delante de mis ojos, una inmensa figura con brazos nervudos, una frente amplia y ojos grandes. Si dices 'sí', esto da la pista para probar la existencia de Dios. La misma pregunta de si Dios existe o no prueba claramente que Él existe.

El Principio Supremo, el Atman o Brahman, que es sin forma, sin color, sin temor, sin espacio, sin tiempo, sin límite, sin atributos, sin fin ni comienzo, brilla eternamente en todas partes más allá de estos nombres y formas. El Vedanta trata sobre esta Verdad Suprema o este Principio Supremo.

Mientras haya fe en la causalidad, el mundo será eternamente presente. Cuando esta fe se destruye, el mundo no está en ninguna parte.

En verdad, todos los objetos externos que conoces existen en el Ser Supremo. El mundo entero existe dentro de Brahman. Parece ser externo debido a la fuerza de Maya, del mismo modo en que tu cuerpo aparece en un espejo.

La Realidad Suprema es Brahman, el Ser Supremo, Uno sin segundo. Brahman es todo lo que existe. Es aquella forma desde la cual se origina el mundo, en la cual el mundo existe y en la cual se disuelve. Es infinito, eterno, inmutable, auto-luminoso y absoluto. Tiempo y espacio están dentro de Él. Es Esencia indivisible y homogénea.

Shiva y Shakti

Ishvara tiene a Maya bajo Su control, mientras que el Jiva es dominado por Avidya. Ishvara está libre de actuar, de no actuar o de actuar de otra manera (*Kartum, na-kartum, anyatha kartum*). Al igual que un rey, un imán o el sol, por Su sola presencia Él induce al mundo a actuar.

El Señor Shiva yace en el suelo como un cadáver y la Madre Kali está parada sobre su cuerpo. Puede que hayas visto esa imagen. ¿Qué significa eso? Significa que el Señor Shiva es Akarta (no-actor) y testigo silencioso, y la Madre Kali o Prakriti está haciendo todo y manteniendo este espectáculo del mundo. Significa también que el materialismo está ganando terreno, que la materia ha dominado al espíritu y que Maya es muy poderosa.

Poder es Shakti. Poder es energía. Poder es Prana. Poder es Dios en movimiento. Poder es el aspecto dinámico de Dios. La Conciencia o Brahman es estática (Achala). El poder es apariencia. La pura conciencia es Realidad. El deseo de poder es la causa para la actividad y la lucha egoísta.

El hombre tiene tremendos poderes y facultades latentes en su interior, de las cuales generalmente no tiene conciencia. Debe despertar esas facultades y esos poderes dormidos mediante la práctica de Yoga. Debe desarrollar su voluntad y controlar los sentidos y la mente. Debe purificarse y practicar concentración regularmente. Entonces se volverá un súper-hombre, un hombre divino.

Puedes aceptar cualquier cosa como cierta si es razonable, si coincide con tu experiencia y si está de acuerdo con las Escrituras, aún si sale de la boca de un niño o de un hombre ignorante; pero puedes rechazar algo como falso, aún si proviene de la boca del mismo Brahma o de Shuka Brahmarshi si no reúne las tres condiciones mencionadas.

La liberación es para el Jiva ignorante que está hundido en el fango del Samsara, que se identifica con el cuerpo, la esposa, el hijo y demás. Cuando el Jiva ha realizado mediante la meditación que es idéntico con el Brahman Supremo, entonces no hay necesidad de que continúe la lucha por la liberación. Mientras el alma individual no alcance ese estado de unidad, estará inmersa en la ignorancia.

Por la ignorancia y la lujuria, viene la muerte. Por medio del conocimiento, se alcanza el estado inmortal. Ambas, vida y muerte, moran en el cuerpo.

En este mundo, no se puede obtener seguridad perfecta y paz completa porque éste es un plano relativo. Todos los objetos están condicionados por tiempo, espacio y causalidad. Son perecederos. ¿Dónde entonces puedes buscar seguridad completa y paz perfecta? Puedes encontrar esto en el Ser Inmortal. Ese Ser es la personificación de la paz. Está más allá de tiempo, espacio y causalidad.

Los animales tienen Bhoga Yoni. Yoni significa matriz. Ellos sólo pueden tener placeres sensuales. Pero el hombre tiene Bhoga Yoni y Karma Yoni también. Puede tener placeres sensuales. Puede elevarse mediante acciones virtuosas y alcanzar a la Divinidad.

Ser físico

Prithvi (tierra) es el elemento dotado con la cualidad del olor. Es de dos clases, Nitya y Anitya (eterna y perecedera). Es Nitya o eterna en su Parama-anu Rupa (carácter atómico). Es perecedera cuando algunos productos o efectos se generan a partir de esos átomos (Anitya Karma Rupa). La tierra es de tres clases según las diferencias de cuerpo, Indriya (órgano) y Vishaya (objetos). El cuerpo es el nuestro, el de los hombres. Ghraha, el órgano del olfato, es el que percibe los olores y que está asentado en la parte delantera de la nariz. Los objetos son terrones, piedras, etc.

El cuerpo físico es comparado con una carroza. El Jivatma es el pasajero. El intelecto es el cochero. La mente representa las riendas. Los objetos sensuales son los caminos. Las energías vitales (Pranas) son las ruedas. Virtud y vicio son los radios de las ruedas. Lujuria, ira, codicia, orgullo, ilusión y celos son los enemigos que se cruzan en el camino. Si el pasajero mantiene sus sentidos y su cuerpo bajo perfecto control, y si mata a sus enemigos mediante Viveka y Vichara, tendrá un viaje seguro por el mundo y llegará con deleite y satisfacción a su destino – Paramananda Pada (la Morada Suprema de paz). No seas crédulo. No prestes atención a todo lo que se diga o sugiera, o a noticias y rumores. Sopésalos muy cuidadosamente. Reflexiona bien, cavila. Luego llega a

una conclusión definitiva. Si algo no coincide con el Shruti, el Yukti, el Anubhava, los Shastras, el razonamiento y tu propia experiencia, recházalo sin piedad aunque provenga de la boca de Brahma o algún gran sabio. Si coincide con lo anterior, acéptalo como verdad indiscutible aunque provenga de la boca de un niño.

Pasa las páginas del gran libro de la Naturaleza y estúdialas cuidadosamente. Encontrarás lenguas en los árboles, libros en las corrientes de los arroyos, sermones en las piedras, alabanzas en la brisa, Stotras en los mares, sonrisas en las flores y lo bueno en todas las cosas. La Naturaleza es tu mejor maestra. Sintonízate con la Naturaleza y su Señor.

No te preocupes por la crítica destructiva

El mundo en el que vivimos está lleno de diferentes tipos de hombres con distintos temperamentos. Las personas ignorantes se mofan de los hombres que recorren el sendero de la Verdad. Dirán: “No hay nada mejor que comer, dormir y tener disfrutes sensuales. Dios o Brahman es algo falso e imaginario”. Son como las personas ciegas de nacimiento que proclaman al mundo que no hay sol en absoluto. Nunca te preocupes por la crítica de tales personas. Tampoco tengas conexión alguna con ellas. Serás afectado por sus vibraciones ateas. Evita su compañía como si fuera veneno.

Esas personas sólo pueden obtener paz mediante la asociación con sabios, Yoguis, Sannyasins y Mahatmas. Sólo pueden obtener Shanti si ayudan a instituciones espirituales, las cuales pueden esparcir paz alrededor y a regiones lejanas. Ellos pueden obtener armonía interior sólo si sirven sin reservas a las instituciones espirituales.

Cuando encuentran que sus colegas se han vuelto religiosos y piadosos, algunos funcionarios dicen: “Este hombre era muy bueno antes. Ahora está extraviado. Trata de alcanzar a Dios. No sabemos qué obtendrá mediante tal experiencia de Dios. Él no sabe cómo disfrutar de la vida aquí”. Observa la notable sabiduría de estos funcionarios. Son ignorantes a pesar de tener educación universitaria. Esta clase de educación no los ayudará en el sendero espiritual. Andan a tientas en la oscuridad disuadiendo a otros que están llevando una vida espiritual. ¡Cuánto daño están haciendo! ¡Lamentable es su futuro! Están intoxicados. Sus intelectos están pervertidos. Su entendimiento está nublado. Oh, Señor, ten piedad de ellos. Dales entendimiento e intelecto puro.

Oh, tonto, aprende de los sabios y de los Upanishads, y razona sobre la naturaleza de tu propio Ser que es distinto del cuerpo, que es inmortal, omnipresente, auto-luminoso e indivisible.

Verdadero conocimiento

El hombre verdaderamente instruido es aquél que reflexiona sobre las preguntas - ¿Quién soy yo? ¿Qué es este universo? ¿Qué es el Atman o Brahman? ¿Cuál es la relación entre el alma individual y el Alma Suprema? ¿Cuál es la meta? ¿Cómo alcanzar ese objetivo de la vida? ¿De dónde he venido? ¿Adónde iré? Estas preguntas surgen naturalmente en la mente de todo hombre en alguna u otra etapa de su vida.

“Yo soy el Brahman indivisible que es el sostén de este universo. No soy el que actúa ni el que disfruta. Soy siempre el testigo silencioso. Soy desapegado. Sin atributos. Soy ese Brahman libre de enfermedad. No tengo ninguna clase de cambios.” Esto es lo que el sabio llama conocimiento.

“Yo no soy el cuerpo. Este cuerpo no es mío. Todo en verdad es Brahman. Nada existe. Nada me pertenece. Este mundo es irreal. Es pura apariencia como un espejismo en el desierto.” Esto es lo que el sabio llama conocimiento.

La ciencia se ocupa de la materia y la energía. La biología trata sobre la vida. La psicología se ocupa de la mente. Brahavidya trata sobre Brahman, el Ser Supremo, que es la base para la materia – energía, la vida y mente. Esta es la ciencia de las ciencias. Si uno logra Brahavidya, si realiza al Ser, todas las ciencias le serán reveladas, del mismo modo en que un hombre que tiene el conocimiento de la arcilla tendrá un total conocimiento acerca de todas las preparaciones hechas con ese material.

Tú eres Nitya, Shuddha, Buddha, Mukta Atman (el Ser eterno, puro, perfecto, sabio y libre). Oh, lector, siente esto. Reclama y afirma tu derecho de nacimiento. Reclama tu herencia. Puedes luchar con aquel anciano de los Upanishads*. Reclama este derecho de nacimiento entre tus multifacéticas actividades. Esto es mejor que vivir en una cueva. Este es el Yoga de Shiva, dinámico y completo. Este fue el Yoga de Shri Shankara y también del Señor Buda.

(*Nota: Probablemente el sabio Yajñavalkya).

Mediante la auto-realización, te conviertes en un Apta Kama. Todos tus deseos son satisfechos. Te vuelves sumamente feliz y alegre, y no quedará nada en este mundo que puedas anhelar. La riqueza de los tres mundos se vuelve sin valor cuando uno alcanza la realización del Ser. Todas las cosas agradables o

placenteras de este mundo se vuelven tan insignificantes como hojarasca, sin esencia y sin ningún gusto. Por lo tanto, amigo, ¿por qué no eliminas los deseos recorriendo el sendero espiritual? Enciende la llama de las prácticas espirituales. Mantén la llama siempre brillante y radiante mediante la Sadhana regular, la compañía del sabio, el estudio de textos religiosos y la meditación en el Tattva Supremo. Te convertirás en una personalidad dinámica. Desarrollarás amor cósmico y brillarás como un glorioso Jivanmukta.

Capítulo III

SENDERO HACIA LA PAZ Y LA FELICIDAD

El fin supremo del hombre

El hombre busca felicidad en los objetos del mundo. Piensa que obtendrá felicidad adquiriendo cierto objeto. Se esfuerza y lo posee, pero es engañado. Entonces se esfuerza y posee otro objeto, y es engañado otra vez. Intenta una y otra vez tener posesión de diferentes objetos y es engañado todas las veces. No logra felicidad real y duradera. Se inquieta. La felicidad real y perdurable sólo puede obtenerse realizando al Ser inmortal mediante la purificación y la meditación.

El hombre piensa que es imperfecto si no tiene una esposa. Después de casarse, piensa otra vez que es imperfecto si no tiene un hijo y una hija. Esto se debe a la ignorancia o a la presencia de Vasanas o Ishanas (deseos) en la mente desde Anadi Kaala (tiempo sin comienzo). Por más que un hombre pueda ganar materialmente, hay siempre algo que le falta para que su felicidad sea completa. Hay siempre cierto descontento y cierta insatisfacción. Esto es una experiencia universal. Sólo cuando se establece en el Atman, obtiene satisfacción eterna. Se vuelve Paripurna (pleno). El sentido de necesidad desaparece totalmente.

Oh, estudiante de Ciencias, no pierdas tu tiempo analizando sílice y arena, y en mezclar estos minerales para convertirlos en vidrio. No especules con abrir fábricas de vidrio. No tendrás paz allí. Analiza tu mente y los tres productos – Sattva, Rajas y Tamas. Construye una fábrica de oro en tu corazón para el Señor Krishna. Adóralo allí repitiendo Su Nombre y Su Mantra: *Om Namo Bhagavate Vasudevaya*. Todos tus sufrimientos terminarán inmediatamente.

¿Cuál es el fin supremo del hombre? Todos coinciden en que el único objetivo que el hombre tiene en todas sus acciones es obtener felicidad. El fin supremo del hombre debe ser, por lo tanto, obtener felicidad eterna. Ésta puede encontrarse en el Ser solamente. El placer que se obtiene por el contacto con objetos es ilusorio y momentáneo. Está mezclado con ansiedad, dolor, temor y maldad.

La gente rica posee una fortuna inmensa. Tienen toda clase de comodidades, buenas circunstancias y una vida relajada. Tienen buenos automóviles, hermosas casas, sirvientes, etc. Comen platos finos y exquisitos, y van a la montaña en verano. Y aún así, no tienen paz mental porque no hay armonía interior. Hay discordia en sus corazones debido a su codicia, egoísmo, lujuria, orgullo, odio, ira, temor, preocupación y demás. Armonía externa y tranquilidad no pueden darte verdadera paz mental. La paz mental es un estado interior. Puedes lograrla sin la ayuda de dinero y circunstancias externas favorables.

La gente rica es egoísta, orgullosa y miserable. Tienen un corazón estrecho. Sólo pueden amar a sus esposas, hijos y algunos pocos amigos que los ayudarán cuando estén en desgracia o problemas. Están bajo la fuerte garra del mal. Cuando están en apuros, lloran por paz.

Incluso si poseen una enorme riqueza, ellos no tienen paz mental. Cuando el Señor Yama los toma del cuello, cuando ellos expiran el último aliento, sus mentes están solamente en las llaves y la caja fuerte. ¡Gente miserable! ¡Su futuro es en verdad lamentable! Son sólo vigilantes del dinero. Ganan dinero sea como sea. No saben cómo utilizar el dinero de manera provechosa.

El hombre tiene hambre. Encuentra comida deliciosa y sacia su hambre. Siente sed. Tiene agua y otras bebidas dulces para saciarla. Es apasionado. Consigue una mujer para gratificarse. Siempre encuentra en este mundo alguna clase de objeto para satisfacer cierto tipo de deseo. Hay un deseo común en todo ser humano. El hombre quiere gozar de felicidad eterna, ininterrumpida y perpetua que no esté mezclada con dolor. También debe haber un Vastu (Algo) Supremo para satisfacer este deseo, aunque uno no sea capaz de reconocerlo con estos ojos físicos. Ese Vastu Supremo en el cual puedes encontrar beatitud eterna y pura es Dios o Brahman. Puedes conocerlo mediante el ojo interior de la sabiduría, por medio de la meditación.

Dios es paz

La paz es un atributo divino. Es una cualidad del alma. No puede permanecer en personas codiciosas. La paz llena el corazón puro. Abandona al lujurioso. Huye del egoísta. Es un ornamento del Paramahansa.

Puedes estar en circunstancias completamente adversas. Puedes permanecer en medio de calamidades, problemas, tribulaciones, dificultades y penas, y aún así gozar de armonía y paz interior si descansas en Dios retirando los sentidos, aquietando la mente y erradicando sus impurezas. El Señor Jesús fue perseguido de muchas formas. Fue crucificado y ¿qué dijo a pesar de ello? “Oh,

Señor, perdónalos, no saben lo que están haciendo". ¡Qué sereno estaba, aún cuando su vida estaba en juego! Gozaba de paz interior. Ninguna pena o calamidad podía tocarlo.

La paz profunda y verdadera es independiente de las condiciones externas. La paz estable y real es una calma estupenda del Alma Inmortal interior. Si puedes descansar en este océano de Paz, todos los ruidos usuales del mundo difícilmente puedan afectarte. Si entras en el silencio o la maravillosa calma de la paz divina aquietando la bulliciosa mente, restringiendo los pensamientos y retrayendo los extrovertidos sentidos, todos los ruidos perturbadores se apagarán. Puede que pasen autos por la calle, que los niños griten a más no poder, que los trenes pasen delante de tu casa, que varios molinos trabajen en tu vecindario y aún así ninguno de esos ruidos te perturbará en lo más mínimo.

Felicidad es ese estado interno de goce perenne, satisfacción perfecta y paz suprema donde no hay anhelo ni deseo, ni euforia ni pesar, ni dolor ni pena. La mente extrovertida descansa en el Alma siempre serena.

Hay sed, hambre y pasión en los hombres y animales. Aquí encuentras agua, bebidas, refrescos y jugos de frutas, comida de diversas clases y mujeres hermosas. Para satisfacer el deseo de la visión, tienes montañas, lagos, manantiales, ríos, océanos, flores, etc. Debe haber algo también que pueda dar Nitya Akhanda Sukha a los hombres, que pueda satisfacer el deseo común en los hombres. Ese algo invisible y oculto es Dios, la personificación de la Beatitud, la Paz, Prem (Amor) y Conocimiento.

La Inteligencia o el Poder invisible que yace oculto detrás de nombres y formas es Dios. Es ese Poder enorme el que gobierna nuestra vida diaria. Es este gran poder (el Antaryamin o Regente Interior) el que gobierna la mente y todos los órganos internos de la máquina humana. Los Shrutis declaran: "*Ayam Atma Shantah* - Este Atman es paz". La paz es un poder móvil. Es una fuerza viva. Es la única realidad. Realiza esta paz y sé libre.

La vida en este plano físico es sólo una preparación para la vida eterna de alegría y deleite duradero que viene cuando uno obtiene el conocimiento del Ser mediante la meditación intensa y constante después de purificar la mente. Esta vida inmortal de deleite supremo es descripta como el "Reino de los Cielos" en la Biblia, reino que está en tu interior, en tu propio corazón.

¿Dónde hay felicidad?

La vida es común a pájaros, perros, hormigas, hombres, etc. la existencia es común a paredes, piedras, mesas, pájaros, animales, hombres, etc. El deseo de gozar de Nitya Akhanda Sukha es común a todos.

Todos los actos tienen como fin el logro de felicidad. La virtud es la raíz de la felicidad. El Atman es Ananda Svarupa (beatitud en esencia).

Todos coinciden en que el único fin que tiene el hombre en todos sus actos es el de asegurarse felicidad. Por lo tanto, el fin superior del hombre debe ser el de obtener felicidad eterna, infinita, ininterrumpida y suprema. Sólo puede tenerse esta felicidad en el propio Ser o Atman. Por lo tanto, busca en tu interior para alcanzar esa beatitud eterna.

Todo hombre tiene el derecho de nacimiento a ser feliz. Todos nosotros queremos ser felices. Busca esta felicidad eterna en el Atman que brilla en tu corazón. Sumérgete profundamente en el Atman mediante la meditación silenciosa y profunda. Obtendrás beatitud perenne. No hay otra forma, mi querido Ram.

Todas las esperanzas de felicidad en este mundo terminan en dolor, desesperación y sufrimiento. Los placeres están mezclados con dolor. La belleza está mezclada con fealdad. La amabilidad, con ira y palabras duras. No hay ningún soporte real en este mundo en el cual apoyarse. La indulgencia sensual genera enfermedad, agotamiento, debilidad y pérdida de vigor. Los objetos sensuales son tan dañinos como el veneno. El sexo débil encapricha. El dinero y el poder llenan la mente de vanidad. La gloria y la belleza de la juventud son tan evanescentes y cambiantes como la sombra de un árbol. El hijo se convierte en enemigo del padre. Los hermanos pleitean en la corte. No hay verdaderos amigos aquí. El multimillonario mendiga en las calles cuando quiebra. La vida es incierta. Plagas, neumonía, cólera y gripe barren con la población de un país en corto tiempo. Los horrores de la guerra son terribles y espantosos. Los dictadores hacen lo que quieren. Hay luchas entre capitalistas y trabajadores. Hay guerra entre una nación y otra. No hay paz en la tierra. No confíes en tu cuerpo, tu mente y tus sentidos. Ten vida espiritual interior. Experimenta al Ser. Entonces, todos los sufrimientos terminarán.

Si se paraliza el nervio del gusto, el glossofaríngeo, no puedes disfrutar de las distintas clases de platos sabrosos. Si la retina o el nervio óptico se paralizan, no puedes gozar de las diversas formas hermosas. Si el nervio auditivo se paraliza, no puedes oír la música melodiosa. Si el nervio olfatorio se paraliza, no puedes gozar de las distintas clases de fragancias dulces. Si tu nervio sensorio del Indriya de la reproducción se paraliza, no puedes gozar de la felicidad conyugal. ¿No te resulta obvio que el mundo es un juego de los nervios? ¿No entiendes ahora que este universo de opuestos es ilusorio? Tendrás que depender de esos nervios y sentidos para tu felicidad. Si estos nervios dejan de funcionar, te vuelves miserable, aunque poseas una fortuna enorme y edificios palaciegos. ¿Puedes llamar felicidad verdadera y duradera a esos pequeños

placeres sensuales ilusorios que dependen del juego de los nervios? Es sólo una picazón de los nervios que encanta a las almas engañadas que han perdido el poder de discernimiento y entendimiento.

Si estás ganando cien rupias mensuales, no te compares con un hombre que gana quinientas rupias. Si lo haces, te volverás descontento. Eso perturbará tu paz mental. Compárate con el hombre que gana sólo veinticinco rupias por mes. Agradécele a Dios por tener tu estado actual. No hay fin para tus deseos. Sólo el contentamiento puede calmar a tu inquieta mente.

No hay riqueza mayor que el contentamiento. Las ambiciones mundanas son inútiles. Aspira a lo alto. Aspira a alcanzar a Brahman. Ten esta ambición espiritual suprema. Esto aniquilará todos los vanos deseos mundanos. Las ambiciones mundanas te llevarán al dolor, el sufrimiento y la decepción.

Amigo, puedo decirte cómo ser feliz. Di la verdad. No lastimes a nadie. Recuerda a Dios. Sirve. Ama. Da. Observa Brahmacharya. Contempla al Ser inmortal y feliz en todas partes.

Si quieres paz y vida eterna, practica lo siguiente: Sé franco y sincero. Habla desde el corazón. Controla los Indriyas. Controla la mente. No hieras los sentimientos de los demás. Sé amable con todos. Di la verdad. Lleva una vida de simplicidad y contento. Observa Brahmacharya. Ten Satsanga. Sirve a los santos, Sadhus, Sannyasins y a todos los seres. Haz mucha caridad. Desarrolla Kshama y controla la ira. Lee libros religiosos. Practica Japa y Kirtan. Medita. Sirve a tu Guru con intenso respeto y afecto. Aprende a discernir. Aprende a ver al Uno en los muchos. Renuncia al fruto de las acciones como Ishvararpana (ofrenda al Señor).

Abandona la mala compañía. Subyuga la lujuria, la ira y la avaricia mediante el esfuerzo constante. Gozarás de paz, alegría e inmortalidad.

Puedes gozar de mucha paz mental si no te entrometes en los asuntos de otros. Ocúpate de lo tuyo y descansa en paz.

La paz y la felicidad que buscas en los objetos externos no están allí. Tus ideas cambian a cada momento y, con ello, también cambia el objeto. Pierdes el gusto por un objeto particular que te ha dado algún disfrute hasta último momento. Esta es tu experiencia en el mundo. Ahora buscas un nuevo objeto. Anhelas aquello que pueda darte placer real y eterno. Te dejas engañar otra vez. Los sentidos y los objetos te engañan. La verdadera felicidad, la beatitud eterna, está en tu interior. La encontrarás en tu propio Ser. Sin saberlo, deseas los objetos externos. Ahora, sumérgete en el interior cerrando los ojos y eliminando todos

los pensamientos del mundo. Experimenta la felicidad eterna. Todas las miserias del mundo terminarán.

Mente equilibrada: Una fortaleza invulnerable

Aquél que tiene una mente equilibrada (Samahita Vrittis) es realmente un hombre feliz y fuerte. Uno debe disciplinar a la mente durante largo tiempo. Puede que caiga una y otra vez. Puede que cometa errores. Pero si es vigilante, paciente y perseverante, tendrá un feliz éxito. El equilibrio es Jñana. El Gita dice: “*Nirdosham hi samam Brahma* – el Eterno es inmaculado y equilibrado”. Cap. V-19. Mantén siempre la mente fría. No te alteres por pequeñas cosas. La irritabilidad es debilidad. El equilibrio es fortaleza.

Debes estar totalmente libre de toda clase de Vikaras (modificaciones nocivas de la mente) en todo momento (Sarvatha), poseyendo una mente equilibrada incluso bajo las peores provocaciones o en circunstancias o entornos adversos. Sólo entonces podrás entrar en meditación profunda y Samadhi.

Con sólo vivir en el bosque, no puedes alcanzar la emancipación final. Los ciervos, tigres y pájaros no pueden lograr la liberación a pesar de vivir en el bosque. Debes tener una mente calma y libre de deseos. Debes poseer desapego, discernimiento, fe, autocontrol y verdadera renuncia. Sólo entonces puedes llevar una vida de soledad o de ermitaño aún en el ajetreo de una ciudad.

Aún si te convirtieras en el emperador del mundo entero, no podrías disfrutar de verdadera paz y felicidad mientras tengas preocupaciones, inquietud, ansiedad, temor, lujuria, codicia y deseos. El ignorante es dominado a diario por miles de causas de sufrimiento y cientos de causas de temor. Sólo el conocimiento del Atman (Atma-Jñana) puede dar verdadera paz, felicidad e inmortalidad. Por lo tanto, vence a Maya. Experimenta al Atman mediante la meditación. Entonces te convertirás en el verdadero Emperador de emperadores.

La gente pide a gritos paz o Shanti. Pero ¿dónde obtenerla y por medio de quién? Pueden obtenerla en su corazón por medio del Maestro espiritual.

Si logras la realización del Ser, todas las dudas desaparecerán. El contento supremo morará siempre en tu corazón. Estarás limpio de Rajas y Tamas. Estarás siempre en paz y feliz. Por lo tanto, esfuérate duramente por lograr, en este mismo nacimiento, ese estado poco común de bienaventuranza suprema.

Déjame recordarte una vez más que la Paz que la mente anhela sólo puede obtenerse en el Ser interior mediante la Sadhana espiritual y los esfuerzos yóguicos.

Alcanza el lugar permanente, eterno e inmutable. Sólo entonces, serás feliz para siempre. Encontrarás tal lugar en el Atman o Brahman, solamente. Recorre el sendero de la sabiduría que está libre de temor. Refrena los sentidos. Sé abierto y simple. Abandona el deseo de mejorar tu posición mediante la adquisición de riqueza. Busca la compañía de los sabios. Elimina las faltas o impurezas de la mente. Medita regularmente en el Ser inmortal y resplandeciente. Obtendrás la morada eterna de felicidad.

Encuentra tu centro. Mora en el centro. El centro es el Atman, el Alma inmortal. Este centro es el Jardín del Edén. Es tu morada original. Es el Param Dhama. Ahora mismo puedes trascender las preocupaciones, la inquietud y los temores. ¡Qué dulce es este hogar donde hay alegría eterna y deleite perenne!

Aspira. Conoce al Ser. Recobra la divina gloria perdida. Ten la visión del futuro eterno. Adquiere el conocimiento de las realidades espirituales más profundas. Desarrolla el ojo de la sabiduría, el tercer ojo interior. Los ojos físicos dejarán de operar. Serán sólo órbitas. La meditación regular es lo único que puede abrir este ojo de la intuición. El deleite no conoce límites cuando se abre este ojo interior del conocimiento. La conciencia corporal desaparece. El temor, la pena, la duda y la ilusión se desvanecen.

Amigo, concentra tu atención por un momento y fija tu mente en el alma interior. Abandona todos los placeres mundanos. Toma el camino que han andado los justos. Vive de leche y frutas por una semana. Soporta el calor y el frío, el hambre y la sed. No lastimes a ninguna criatura en absoluto. Vive satisfecho. Considera de la misma manera la censura y el aplauso. Obtén felicidad en tu Alma.

Encuentra tu camino de regreso a Dios. Sal de este laberinto oscuro del Samsara con la ayuda de la antorcha del discernimiento. Busca el tesoro espiritual en el interior. Ruega humilde y fervientemente. Medita regularmente. Esto será un “ábrete, sésamo” o una llave maestra para abrir los reinos infinitos de la felicidad eterna y la alegría duradera. Será un bálsamo espiritual curativo para aliviar los corazones heridos y los nervios trastornados de la humanidad sufriente.

Encuentra tu verdadera naturaleza. Experimenta tu naturaleza esencial. Tú eres eternamente libre. No tienes comienzo ni fin. Eres infinito. ¡Eres una personificación de sabiduría y beatitud!

Capítulo IV

BRAHMACHARYA Y LA NECESIDAD DEL MISMO

¿Qué es Brahmacharya?

Brahmacharya significa literalmente Achara o conducta que lleva a la realización de Brahman, el propio Ser. Su significado técnico es autocontrol, particularmente maestría o control perfecto sobre el órgano sexual, o estar libre de lujuria en pensamiento, palabra y acto.

La práctica del Brahmacharya da fuerza espiritual interior y paz mental. Tonifica la mente y los nervios. Ayuda a conservar la energía física y mental. Aumenta la memoria, el poder de voluntad y el poder cerebral. Confiere una fuerza estupenda, vigor y vitalidad. Da poder para enfrentar las dificultades de la batalla diaria de la vida. Un Brahmachari perfecto puede mover el mundo, puede caminar sobre el océano como el Señor Jesús, puede derribar montañas, puede darle órdenes a la Naturaleza y a los cinco elementos como el santo Jñana Deva.

Un árbol extrae la esencia (Rasa) de la tierra. Esa savia circula por todo el árbol, por sus brotes, ramas, hojas, flores y frutos. Los colores brillantes de las hojas, las flores y demás se deben a esta Rasa. Similarmente el Virya, manufacturado por las células de los testículos a partir de la sangre, da color y vitalidad a este cuerpo y sus diferentes órganos.

De acuerdo al Ayurveda, el semen es el último Dhatu que se forma a partir de Majja, la médula. Del quilo surge la sangre (Rakta); de la sangre surge la carne; de ésta, la grasa; de la grasa, la médula y de ésta, el semen. Estos son los siete Dhatus. Hay tres divisiones en cada Dhatu. El semen nutre el cuerpo físico, el corazón y el intelecto. Sólo el hombre que usa su cuerpo físico, corazón e intelecto, puede tener perfecto Brahmacharya. Un Pahilwan o luchador que usa solamente su cuerpo, que mantiene el intelecto y el corazón sin desarrollar, no puede pretender tener completo Brahmacharya. Puede tener el Brahmacharya del cuerpo solamente, no el de la mente y el corazón. El semen que pertenece al corazón y la mente seguramente fluirá hacia afuera. Si un aspirante practica Japa y meditación, pero no desarrolla el corazón ni practica ejercicios físicos, tendrá solamente Brahmacharya mental. Esa porción del semen que nutre el corazón y el cuerpo fluirá hacia afuera. Pero un Yogui avanzado que hace meditación superior y profunda, tendrá total Brahmacharya aún si no hace ejercicios físicos.

La práctica del Brahmacharya es la calificación más importante para el aspirante espiritual ya sea en el sendero de Karma Yoga, Upasana, Raja Yoga, Hatha Yoga o Vedanta. Se requiere una disciplina de completa abstinencia en todos los aspirantes. Las personas del mundo que se han vuelto mayores ya han desperdiciado su preciosa energía en alto grado debido a su ignorancia, su falta

de discernimiento y de adecuado control de los sentidos. Ellos dicen no tener deseos pero son engañados por sus mentes. Son engañados por tales formas ingenuas de razonar. Esta es una forma de incumplimiento del voto de Brahmacharya. Tendrán una caída en su crecimiento espiritual y será muy difícil levantar sus mentes otra vez. Estate atento.

La práctica del celibato no contiene peligro, enfermedad o resultado indeseable alguno tal como los distintos tipos de 'complejos' que le atribuyen erróneamente los psicólogos de Occidente. No tienen conocimiento práctico del tema. Imaginan incorrectamente que la energía sexual no satisfecha asume las diversas formas de 'complejos' encubiertos tales como la fobia a tocar y demás. El 'complejo' es debido a otras causas. Es un estado mórbido de la mente que se debe al exceso de celos, odio, ira, preocupación y depresión generado por diferentes causas.

Por el contrario, incluso un poco de autocontrol o un poco de práctica de continencia es un reconstituyente ideal. Da fortaleza interior y paz mental. Tonifica la mente y los nervios. Ayuda a conservar la energía física y mental. Aumenta la memoria, la fuerza de voluntad y el poder cerebral. Confiere tremenda fuerza, vigor y vitalidad. Renueva el sistema de constitución y reconstrucción de células y tejidos, estimula la digestión y da poder para enfrentar las dificultades de la batalla diaria de la vida. No hay nada en los tres mundos que no pueda lograr el que hace esta práctica. Todos los Siddhis y Riddhis caen a sus pies.

Si mediante pensamientos puros se transmuta la energía sexual en Ojas, energía espiritual, en la psicología occidental lo llaman sublimación sexual. Del mismo modo en que un químico es destilado o purificado convirtiendo la sustancia en vapor mediante el calor, sustancia que después se solidifica otra vez, también la energía sexual es purificada y convertida en energía divina mediante la Sadhana, teniendo pensamientos sublimes y elevadores sobre el Ser o Atman. En Yoga, se llama Urdhvareta Yogui a aquél en quien la energía seminal ha fluido hacia arriba entrando en el cerebro como Ojas Shakti. No hay posibilidad para el semen de descender mediante la excitación sexual.

Este poder es muy difícil de obtener. Demanda una Sadhana constante y prolongada, y una disciplina perfecta. El Yogui que ha logrado una sublimación perfecta tiene completo control sobre la lujuria. No hay temor de que caiga. Está perfectamente seguro. (Puede abrazar a mujeres jóvenes y aún así estar libre de impureza.) Este estado es muy elevado. Muy pocos, una microscópica minoría ha alcanzado este estado sublime y elevado. Shri Shankara, Shri Dattatreya y Jñana Deva de Alandi lograron ese estado.

El Yogui que se ha disciplinado mediante una Sadhana ininterrumpida y prolongada, meditación continuada, práctica de Pranayama, Atma-Vichara, Shama, Dama, Yama y Niyama está también seguro, aunque no haya alcanzado el estado de perfecta sublimación sexual. No tendrá atracción por las mujeres. Habrá reducido su mente. Hace morir de hambre a la mente. No puede levantar su cabeza ni silbar como una serpiente.

El Yogui o Jñani que ha obtenido el supremo Nirvikalpa Samadhi, en quien las semillas de los Samskaras están totalmente fritas y no pueden germinar, puede decir que es un perfecto Urdhvareta, que tiene completa sublimación sexual.

El proceso de sublimación sexual es muy difícil y, aún así, es de lo más necesario para el aspirante en el sendero espiritual. Es la calificación más importante para el aspirante de cualquier sendero.

La sublimación sexual está a tu alcance si quieres lograrla. El sendero está completamente despejado, es recto y fácil si lo entiendes y si te aplicas con paciencia, perseverancia, determinación y fuerte voluntad, si practicas disciplina de los Indriyas, conducta noble, pensamiento bueno, acción recta, meditación regular, afirmación, auto-sugestión e indagación sobre '¿Quién soy?' El Atman es Nirvikara. Siente eso. ¿Puede haber el más mínimo rastro de lujuria o impureza en el Atman pura y eterna?

Lo que se requiere es eliminación (Sannyasa) de la lujuria, no supresión (Nigraha). Si la lujuria se suprime, se manifestará otra vez cuando la mente tenga alguna oportunidad favorable o condiciones apropiadas.

La represión o supresión del deseo sexual no te ayudará. Se manifestará otra vez con fuerza redoblada cuando surja la oportunidad adecuada, cuando estés débil, cuando Vairagya disminuya, cuando aflojes en la meditación o la Sadhana yóguica o cuando te debilites por el ataque de alguna enfermedad. La energía sexual debe ser transmutada en energía espiritual u Ojas Shakti mediante la práctica de Japa, plegarias, meditación, estudio de libros religiosos, Pranayama y Asanas. Debes desarrollar devoción y un deseo ardiente de liberación. Debes meditar constantemente en el Atman pura e inmortal, libre de sexo, cuerpo y deseos. Sólo entonces el deseo sexual será aniquilado.

Importancia del Brahmacharya

Los aspirantes sedientos que estén recorriendo el sendero de la realización del Ser, los hombres de familia de más de cuarenta años de edad, deberían abandonar el contacto con sus parejas. Deberían observar perfecto Brahmacharya físico si quieren tener un rápido progreso espiritual y alcanzar la

realización del Ser en este mismo nacimiento. No hay términos medios en el sendero espiritual.

Debes mantener el estado de Brahmacharya mental aún en medio de tentaciones y enfermedad. Sólo entonces estarás seguro. Los sentidos comienzan a revelarse en tiempos de enfermedad y también cuando estás en contacto con los objetos sensorios.

Un acto sexual da nueva vida a la mente. Primero debes controlar el cuerpo. El Brahmacharya físico es lo primero que debes que practicar. Sólo entonces podrás adquirir pureza mental y Brahmacharya mental.

Los hombres de familia que estén recorriendo el sendero de la Verdad y que estén haciendo Sadhana espiritual deberían observar celibato perfecto. Un contacto sexual revive todas las malas ideas y les da nueva vitalidad.

Aprende a limpiar tu mente con el agua de la pureza o el celibato, y con el jabón del amor divino. ¿Cómo esperas purificarte internamente con sólo lavar el cuerpo con agua y jabón? La pureza interna es más importante que la pureza externa.

Aún si hay un solo pensamiento impuro, sexual, en la mente, no puedes pretender tener Brahmacharya mental estricto. No puedes ser llamado Urdhvareta (aquél en quien la energía seminal fluye hacia arriba, hacia el cerebro, al ser almacenada como Ojas Shakti). El semen tiene la tendencia a fluir hacia abajo aún si hay un solo pensamiento impuro.

A los hombres de familia se les permite visitar a *sus esposas una vez al mes* en el momento apropiado, no con la idea de disfrute sexual sino *para tener descendencia*, para mantener el linaje. Esto es también Brahmacharya Vrata. Ellos son también Brahmacharins. Tan pronto como nace un hijo, la esposa se convierte en la madre, porque el padre mismo nace en la forma del hijo. Un hijo no es más que la energía del padre.

Es perfectamente posible para un hombre practicar celibato mientras permanece en el mundo, aunque haya diversas clases de tentaciones y distracciones. Muchos lo han logrado en la antigüedad. Aún hoy, hay muchos que lo logran. Una vida bien disciplinada, el estudio de escrituras religiosas, Satsanga, Japa, Dhyana, Pranayama, dieta Sattvica y moderada, práctica diaria de introspección y reflexión, Tapas físico, verbal y mental de acuerdo con las enseñanzas del capítulo decimoséptimo del Gita – todo esto preparará el camino para lograr la meta. La gente lleva una vida irregular, deshonesto, desenfrenada, irreligiosa e indisciplinada. De ahí que sufran y no puedan lograr

el fin de la vida. Así como un elefante se tira tierra en la cabeza, ellos atraen dificultades y problemas a sus cabezas debido a su necesidad.

La indulgencia sexual es un gran obstáculo en el sendero espiritual. Sin lugar a duda, obstruye las prácticas espirituales. El impulso sexual debe ser controlado manteniendo pensamientos sublimes y meditando con regularidad. Debe haber completa sublimación de la energía sexual. Sólo entonces el aspirante puede estar totalmente seguro. La completa aniquilación del deseo sexual es el ideal espiritual fundamental. El estudiante de Yoga debe ser puro en pensamiento, palabra y acto. Difícilmente pueda alcanzar la sublimación perfecta en uno o dos días. Demanda una lucha continuada con paciencia y perseverancia durante cierto tiempo. Los hombres de familia deberían tener presente este ideal y tratar de realizarlo gradualmente. Deben evitar excesos en este sentido. Si se alcanza el estado de sublimación perfecta, hay pureza de pensamiento, palabra y acto. Ningún pensamiento sexual entrará jamás en la mente.

Debes aumentar tu práctica de Japa y meditación. Sólo entonces morirá la Vasana sexual. Tu voluntad es muy débil. Si haces más Sadhana, ganarás fuerza espiritual. Tu poder de voluntad también se desarrollará. Si realmente quieres progreso espiritual, debes abandonar totalmente el deseo sexual. No puede haber verdadero Bhakti si hay un deseo sexual fuerte. La mente te está engañando. Has adquirido un fuerte hábito sexual. La ira se debe a la excesiva pérdida de Virya. Has desperdiciado mucho de ese fluido precioso. Considera el tema seriamente. Siéntelo. Decídetelo. Ten una firme determinación de observar celibato perfecto.

Dios pone algunas tentaciones ante el aspirante para probar su fuerza espiritual. También le da fuerza para vencerlas. La mayor tentación del mundo es la lujuria. Todos los santos pasaron por tentaciones. El Señor Buda tuvo que enfrentar a Mara. Las tentaciones son beneficiosas. La gente aprende y se fortalece.

Oh, Mohan, has cometido un crimen imperdonable al romper el voto de celibato. ¿Cómo puede haber religión o espiritualidad donde hay pasión? Eres un hombre mayor. ¿Por qué tienes que repetir desvergonzadamente ese viejo acto innoble bajo la excusa de que las viejas Vasanas son poderosas o de que las circunstancias son poderosas? Nadie escuchará tu respuesta. Deberás frenar tu pasión siempre que surja. Que el Señor Shiva te de fuerza para controlar este horrible enemigo y para continuar con la Sadhana espiritual.

La energía sexual no ha sido sublimada totalmente. El ser vital o Pranamaya Kosha no ha sido regenerado y purificado de forma perfecta. Esta es la razón por la cual los pensamientos impuros entran en tu mente. Practica más Japa y

meditación. Haz alguna forma de servicio desinteresado a la sociedad. Pronto lograrás pureza.

Hay pasión oculta en tu mente. Si se manifiestan en la mente pensamientos de naturaleza lujuriosa, esto se debe a la pasión oculta. La mente astuta y diplomática busca la gratificación silenciosa mirando a una mujer y hablando con ella. Tiene lugar el Maithuna mental, secreta o inconscientemente. La fuerza que te arrastra es la pasión oculta.

Continúa la vida de Brahmacharya. Allí yace tu progreso espiritual y tu realización. No le des nueva vida a este terrible enemigo, la lujuria, mediante la repetición del acto transgresor.

Puede que seas capaz de interrumpir la copulación durante meses y años, pero no debería haber ningún deseo o atracción sexual. Los malos pensamientos tampoco deberían surgir cuando mires a un miembro del sexo opuesto o cuando estés en su compañía. Si tienes éxito en este sentido, entonces estás establecido en un Brahmacharya perfecto. Has cruzado la zona peligrosa. No hay nada malo en mirar a otra persona, pero debes tener una mirada casta. Debes tener Atma Bhava. Cuando mires a una mujer, puedes pensar interiormente: "Postraciones ante Ti, oh Señora, oh Madre, manifestación de la Madre del mundo. Tú eres una imagen de la Madre Kali. No me tientes. No me atraigas. Ahora he entendido el secreto de Maya y su creación. ¿Quién ha creado estas formas? Hay un Creador omnipotente y compasivo detrás de estos nombres y formas. Esta es una belleza falsa y decadente. El Creador o Dios es la Belleza de bellezas. Él es una encarnación de la belleza que no decae. Él es la fuente de belleza. Que pueda realizar esta Belleza de bellezas mediante la meditación constante". Tendrás que cultivar sentimientos de devoción, admiración y fascinación cuando mires una forma hermosa recordando al Creador de esa forma. Entonces no serás tentado. Si eres un estudiante de Vedanta, piensa y siente, "Todo es el Ser solamente. Los nombres y formas son ilusorios. Son productos de Maya. No tienen existencia independiente del Ser".

Aquellos que practican Brahmacharya deben controlar el impulso de mirada sexual. Esta clase de impulso es una gran amenaza debido a que estimulará la curiosidad y el deseo sexual. No hay nada malo en mirar un objeto hermoso. Tendrás que desarrollar Bhava Divino. Deberás sentir que todo es una manifestación de Dios. Si hay impureza en la mirada, eso equivale a polución. Purifica tus pensamientos y sentimientos. La pureza es Brahman. Eres puro en esencia. ¡Oh, Ram! Eres una personificación de la pureza. Repite la fórmula mentalmente: "Shuddho'ham, Shuddho'ham – *yo soy Pureza, yo soy Pureza*" y logra ese estado de pureza prístina e inmaculada.

Alguien le preguntó al Rey Yudhishtira (Dharmaputra): “Oh, Yudhishtira, cuando miras a tu madre Kunti, ¿tu mirada es absolutamente casta?” Yudhishtira respondió: “No puedo decir que mi mirada sea totalmente pura”. Tal es la fuerza de la lujuria.

Puedes decir externamente: “La considero como mi madre. La considero como mi hermana”. Puede que no demuestres nada debido al temor religioso o Loka Lajja, pero aún así mentalmente no eres lo que deberías ser. La mente correrá en direcciones erróneas. Estará haciendo estragos silenciosamente. Diversas clases de malos pensamientos y deseos surgirán en tu mente. El deseo o pensamiento es superior al acto. Cuando seas probado silenciosamente, fallarás totalmente. Ni siquiera serás capaz de tener control físico.

No hay nada malo en mirar a una mujer hermosa. Puedes admirar su belleza y pensar que la belleza en su rostro es la belleza del Señor. La belleza es Dios. La mujer trae el mensaje de que Dios es la Belleza de bellezas. La mujer es el símbolo de belleza. No debe haber ninguna mirada lujuriosa (Dosha Drishti). Hay que cambiar el ángulo de visión como se indica anteriormente.

La belleza que percibes en el rostro de las mujeres es la belleza del Señor. Puedes tener admiración de esta forma. No hay nada malo en hacerlo así. Sólo sobrevienen la esclavitud y el sufrimiento cuando tienes pensamientos lujuriosos.

Puedes admirar la belleza de una joven del mismo modo en que admiras la belleza de una rosa, la belleza del mar, de las estrellas o cualquier otro escenario natural. Piensa que la belleza de tu esposa pertenece a la Naturaleza y al Señor de la Naturaleza, Ishvara. Siempre que veas a una mujer, pregúntate: “¿Quién es el Creador de esta forma hermosa?” Inmediatamente surgirá en tu mente un sentido de asombro, admiración y devoción. Sólo cometes una falta cuando miras a una mujer de forma lujuriosa e impura. Contaminas el corazón.

La mujer es un símbolo de belleza. Ella es símbolo de poder. Te habla en el lenguaje del silencio. “Yo soy una representante de Adi Shakti. Ve a Dios en mí. Ve a la madre Kali en mí. Realiza a Dios en y a través de mí. Adora a Dios como una encarnación de la belleza. Adóralo como una personificación de poder. Reconoce Su omnipotencia”.

Piensa una y otra vez que la belleza del rostro es la belleza del Señor. Sentimientos divinos surgirán en ti cuando mires a una mujer. Estudia una y otra vez el capítulo décimo del Gita – Vibhuti Yoga.

La pasión disminuirá mediante la práctica prolongada de Japa, meditación y Chintan o reflexión sobre el Atman. No trates de huir de las mujeres. Maya te

perseguirá terriblemente. Trata de ver al Ser en todas las formas y repite a menudo la siguiente fórmula: “*Om Ek Sat-chit-ananda Atman*”. Recuerda que el Atman es asexual. Esta repetición mental te dará fuerza.

Si no debes mirar a una mujer, ¿cómo es que los Rishis de la antigüedad impartieron Atma-Jñana a las mujeres? ¿Por qué mantuvieron su constante compañía para el servicio?

El dictamen: “No mires la pintura de una mujer” es para la gente apasionada que no tiene autocontrol. Yajñavalkya le enseñó Atma-Vidya a su esposa Maitreyi. Raikva tuvo a la hija del Rey Jñanashruti a su servicio. Él era un Naishtika Brahmachari (ref. Chandogya Upanishad).

Un hombre de familia, que ha entendido correctamente la magnitud de los sufrimientos del Samsara, trata de salir de esta vida mundana. Un hombre soltero, lleno de pasión, imagina que es muy miserable debido a que no tiene esposa e hijos, y trata de casarse. Eso es Maya. Ese es el truco mental. Ten cuidado.

Para un Jivanmukta o sabio liberado, este mundo es Brahmamayam (lleno de Brahman solamente). Para un hombre apasionado, este mundo es mujer-maya (lleno de mujer). Él se enamora de un poste de madera si está envuelto en un vestido de seda o alguna ropa hermosa con bordes atractivos y una enagua. La pasión es una maldición terrible. Cuando un hombre está bajo la influencia de la pasión ardiendo en su corazón y en todo el cuerpo, la excitación y el impulso sexual destruyen su entendimiento y su razón, lo abruman y lo dejan completamente indefenso. Si practicas Kirtan, Japa y meditación con regularidad, puedes aniquilar la pasión totalmente.

El placer sexual es una ilusión. Es Bhranti Sukha. No es verdadera felicidad en absoluto. Es sólo un cosquilleo de los nervios. Todos los placeres mundanos parecen ser néctar al comienzo. Se convierten en veneno al final. Reflexiona bien, oh Saumya, mi querido hijo. No te dejes arrastrar por los impulsos y la pasión. Nadie en este mundo se ha beneficiado por medio de Maya. La gente llora al final. Pregúntale a cualquier hombre de familia maduro si encuentra siquiera una pizca de felicidad en este mundo.

Lee la historia de crímenes, robos, violaciones, secuestros, asaltos, asesinatos y demás, la historia de aquellos que llegan a litigar en la Corte. El deseo es la raíz de todo eso. Puede ser deseo de dinero o de placeres carnales. La pelea comienza con unas pocas palabras subidas de tono y termina con golpes de Lathi (palo), apuñalamiento y asesinato. Cuando un hombre se enfurece, pierde la razón y el juicio. En verdad, no sabe lo que está haciendo. Cuando estaba cruzando la Ganga en bote, un Bengali usó la palabra “Saala” (cuñado,

hermano de la propia mujer) en su enojo contra un Sikh. Éste se enfureció, lo tomó del cuello y lo arrojó al agua. El Bengali murió. ¡Qué débil era mentalmente ese Sikh a pesar de ser muy fuerte físicamente! Un poco de ruido, una sola palabra perturbó su mente y lo hizo perder el equilibrio. Se volvió esclavo de la ira. De haber tenido Viveka, Vichara, no hubiera cometido ese acto impulsivo y brutal.

Un hombre apasionado es en verdad un hombre ciego cuando está bajo el dominio de la excitación sexual. Su intelecto no sirve cuando sufre de este tipo de ceguera. ¡Lamentable es su futuro! Satsanga, plegaria, Japa, indagación y meditación erradicarán esta enfermedad fatal y le darán el ojo de la sabiduría.

La ira no es más que una modificación de la pasión y la lujuria, como el yogurt lo es de la leche. Si no se satisface la pasión o si alguien se interpone en el camino de esa satisfacción, es seguro que el hombre apasionado se indigna y enfurece. El engaño o ilusión, la confusión de la memoria, la pérdida de la razón y demás siguen después y él perece. Cuando un hombre está furioso, nada en el mundo puede calmar su ira. Dirá y hará cualquier cosa. Se vuelve incontrolable.

A pesar de que el Rishi Vishvamitra había practicado severas penitencias, fue arrastrado por sus turbulentos sentidos cuando se cruzó con una ninfa celestial enviada por Indra para interrumpir su Tapas.

Si Vishvamitra y Parasara, que vivían de hojas, aire y agua, fueron víctimas de la lujuria, ¿cuál será el destino de las personas mundanas que viven de rica comida? Si ellos pueden controlar la pasión, entonces la montaña Vindya flotará en el océano y el fuego arderá hacia abajo.

Aquél que ha desperdiciado la energía vital se vuelve fácilmente irritable, pierde el equilibrio mental y se enfurece por cosas insignificantes. Cuando un hombre se enfurece, se comporta incorrectamente. Hace lo que quiere. Puede incluso insultar a sus padres, a su Guru y a personas respetables. Él no sabe exactamente lo que está haciendo debido a que pierde su poder de razonar y discernir. Por lo tanto, corresponde que un aspirante que trata de desarrollar buena conducta preserve su energía vital. La conservación de esa energía divina lleva al logro de fuerte poder de voluntad, buena conducta, exaltación espiritual y, finalmente, Shreya o Moksha.

En algunos, puede que la lujuria sea más poderosa que la ira, mientras que en otros, puede que la ira sea más poderosa que la lujuria. Debes tratar de aniquilar totalmente estos dos rasgos negativos, los enemigos fatales de la paz.

Pensando que es una flor, la polilla vuela hacia el fuego o la lámpara, y se quema. Así también, el hombre apasionado corre tras la falsa forma bella pensando que puede obtener verdadera felicidad y se quema en el fuego de la lujuria.

Observa cuidadosamente cómo Raja Bhartrihari lloró durante su etapa de Sadhana: “Mi Señor, dejé mi esposa y mi territorio. Vivo de hojas, frutas y raíces. La tierra es mi sofá. El cielo azul, mi techo. Los puntos cardinales, mi ropa. Pero a pesar de ello, la pasión no me ha abandonado”. Tal es el poder de la pasión.

No hay panacea más potente que Brahmacharya para erradicar el terrible mal – la lujuria – de las personas ignorantes y para hacer que el aspirante se establezca firmemente en Brahman (Brahma Sthiti).

No hay mucha diferencia en el sexo entre un niño y una niña cuando son muy jóvenes. Se produce un cambio drástico cuando alcanzan la pubertad. Los sentimientos, los gestos, el cuerpo, el andar, la forma de hablar, la mirada, los movimientos, la voz, las cualidades y actitudes cambian completamente. Las mujeres tienen mayor poder de resistencia. Son emocionales. Los hombres son más racionales. El verdadero culpable es el hombre solamente. Él es agresivo. Es él el que primero prueba la fruta prohibida. Esa fruta prohibida es, en verdad, el conocimiento de lo bueno y lo malo, lo correcto y lo erróneo.

Hay solteros y casados incluso entre los electrones. Los electrones casados se manifiestan de a pares. Los solteros existen individualmente. Son sólo los electrones solteros los que crean fuerza magnética. El poder de Brahmacharya puede apreciarse también en los electrones. Amigo, ¿vas a aprender alguna lección de esos electrones? ¿Practicarás Brahmacharya y desarrollarás poder y fuerza espiritual? La naturaleza es tu mejor maestra y guía espiritual.

La abstinencia o continencia es la piedra angular en la que se apoya el pedestal de Moksha. Si la base no es muy fuerte, la superestructura se derrumbará cuando haya una lluvia fuerte. Así también, si no estás establecido en Brahmacharya, si tu mente se agita con pensamientos, caerás. No podrás alcanzar la cima de la escalera del Yoga o el supremo Nirvikalpa Samadhi.

Así como el gusano de seda se enreda en el capullo que él mismo teje, tú también te enredas en las redes de tus propios deseos. Corta esas redes con el cuchillo del desapego y elévate alto en el reino de la paz eterna con las alas de la devoción y el conocimiento.

Un soltero apasionado está siempre pensando: “¿Cuándo podré vivir con mi joven esposa?” Un hombre de familia desapegado, en quien ha surgido Viveka,

está siempre pensando: “¿Cuándo podré deshacerme de las garras de mi esposa y retirarme al bosque para contemplar al Atman?” La mente es la causa de la esclavitud o la liberación. Mata a esta mente y descansa en el Atman.

¡Oh, niño de la Esencia Inmortal! Has andado mucho tiempo con ojos lujuriosos. Aplica el colirio del discernimiento y el pigmento de Vichara. Tendrás una nueva visión magnánima. El mundo entero aparecerá ante ti como una masa de beatitud cristalizada. No encontrarás maldad ni fealdad.

Mata al enemigo de la pasión y ondea la bandera de la paz. Sostén la antorcha de la fe y canta los nombres del Señor. Sopla la caracola del valor y entra en el reino del Atman. Prueba la esencia inmortal y bebe el néctar de la inmortalidad.

¿Quién es un Brahmachari?

El conocimiento de Brahman es el medio independiente para lograr Moksha. Un Brahmachari, alguien que está observando el voto de celibato, puede fácilmente obtener este conocimiento del Ser. Shuka no se casó. Él dejó su hogar y vagó por el mundo completamente desnudo. La separación fue muy dolorosa para su padre, Vyasa. Shri Vyasa salió en busca de su hijo. Cuando pasó cerca de un estanque, las Apsaras, que estaban jugando en el agua, se sintieron avergonzadas y se vistieron rápidamente. Vyasa dijo: “¡Qué extraño en verdad! Yo soy viejo y estoy vestido, pero cuando mi hijo pasó por aquí desnudo, ustedes permanecieron impasibles”. Las Apsaras respondieron: “Oh, venerable sabio, para tu hijo no hay varón ni mujer, pero tú conoces la diferencia”.

Al comienzo de tus prácticas, debes mantenerte alejado del sexo opuesto. Cuando ya estés perfectamente moldeado y bien establecido en Brahmacharya, debes probar tu fortaleza moviéndote con ellas por cierto tiempo, muy cuidadosamente. Si aún así tu mente se mantiene pura, si no hay agitación ni atracción mental, si no hay idea de sexo, si la mente deja de actuar mediante la práctica de Uparati, Shama y Dama, recuerda, has ganado verdadera fuerza espiritual y has hecho considerables progresos en tu Sadhana. Ahora estás totalmente seguro, pero no deberías interrumpir tu Sadhana pensando que eres un Jitendriya Yogui. Si lo haces, tendrás una malísima caída. Incluso si eres un Jivanmukta y un Yogui dinámico, deberías ser muy cuidadoso cuando te relacionas con personas mundanas.

Aún los aspirantes avanzados, que hayan hecho grandes progresos en Yoga, deberían ser muy cuidadosos. No deberían mezclarse con todos con mucha libertad. No deben imaginar tontamente haberse convertido en grandes adeptos de Yoga. Un gran santo famoso tuvo una caída. Él se mezcló libremente con todos. Debido a que la energía sexual no estaba completamente sublimada y

convertida en Ojas, y a que la lujuria estaba al acecho en forma sutil en su mente, cayó víctima de ella. Perdió su reputación. El deseo sexual estaba en él solamente reprimido y, cuando se dio la oportunidad apropiada, asumió otra vez una forma grave. No tuvo fuerza o poder de voluntad para resistir la tentación.

Otra gran alma, quien era considerada como un Avatara del Señor Krishna por sus discípulos, se convirtió en Yoga Brashta. Él también se mezcló libremente con todos y cometió faltas serias. Se convirtió en presa de la lujuria. ¡Qué desgracia lamentable! Los aspirantes ascienden por la escalera del Yoga con gran dificultad y se pierden para siempre, de forma irrecuperable, debido a su descuido y a su orgullo espiritual.

Si puedes permanecer como Akhanda Brahmachari (ininterrumpidamente célibe) por un período de doce años, realizarás a Dios inmediatamente sin ninguna otra Sadhana. Has alcanzado el fin de la vida. Ten en cuenta la palabra 'Akhanda'.

Un Viveki no nota ninguna diferencia entre un hombre y una mujer. Los mismos Tattvas, pasión, ira, codicia y Moha presentes en el hombre también se encuentran en la mujer. Es sólo el hombre lujurioso, lleno de pasión ardiente, el que encuentra diferencias imaginarias. Esas son todas creaciones mentales (Kalpita Bheda).

Querido Shyam, tú eres un Nishtika Brahmachari, alguien que ha hecho el voto de permanecer célibe en pensamiento, palabra y acto a lo largo de la vida. Ahora hasta el sol tiembla delante de ti, porque teme que lo atraveses con tu poder de Brahmacharya. Te has convertido en un hombre glorioso.

Ya no tendrás atracción por el sexo. No tendrás idea de sexo. Todas las personas te parecerán manifestaciones del Señor. Plata y oro te parecerán trozos de piedra. Tendrás un intenso amor por todas las criaturas. Estarás totalmente libre de lujuria, codicia, ira, celos, orgullo, ilusión y demás. Tendrás paz mental incluso cuando la gente te insulte, te golpee o te persiga. La razón por la que no serás perturbado es que obtienes inmensa fuerza espiritual del Habitante interior, el Señor. Dolor o placer, éxito o fracaso, honor o deshonor, respeto o falta de respeto, ganancia o pérdida serán iguales para ti.

No hay en los tres mundos hombre más feliz que el santo que ha erradicado la lujuria y la ira.

Gloria a aquellos Yoguis que han obtenido Urdhvareta, completa sublimación sexual, y que descansan en su Svarupa. Que todos nosotros practiquemos celibato perfecto mediante la práctica de Shama, Dama, discernimiento,

Vichara, Vairagya, Pranayama, Japa y Dhyana, y que alcancemos la meta de la vida. Que el habitante interior de nuestros corazones nos otorgue fuerza espiritual para controlar a los Indriyas y la mente. Que todos nosotros nos convirtamos en Urdhvareta Yoguis como Shri Shankara y Shri Jñana Deva de antaño. Que sus bendiciones estén con todos nosotros.

Cómo mantener Brahmacharya

Las pinturas obscenas, las palabras vulgares y las novelas que tratan de historias de amor excitan la pasión y producen en el corazón sentimientos innobles, bajos e indeseables. Mientras que la visión de una buena pintura del Señor Krishna, el Señor Rama o el Señor Jesús, y el escuchar canciones sublimes de Sura Das, Tulasi Das o Tyagaraja inducen sentimientos nobles y devoción sincera en el corazón, producen emoción divina y lágrimas de deleite y Prem, y elevan la mente instantáneamente a Bhava Samadhi. ¿Puedes ver claramente la diferencia ahora?

¿Cuál es tu estado mental cuando asistes a un baile o cuando lees los Misterios de la Corte de Londres? ¿Cuál es tu estado mental cuando asistes a la Satsanga de un Swami en Benares o Rishikesh a orillas de la Ganga, o cuando estudias los clásicos y elevadores Upanishads? Compara y contrasta los estados de tu mente. Recuerda, amigo, que no hay nada más calamitoso para el alma que la mala compañía. No se debería conversar siquiera acerca de historias de mujeres o de las formas lujosas en que viven las personas ricas, de comida suntuosa, vehículos, ropa de seda, flores, esencias, etc., ya que la mente se excita fácilmente. Los deseos crecerán en ella. El apego vendrá.

Cuando camines por la calle, no mires de aquí para allá como un mono. Mira la punta del dedo gordo del pie derecho y camina suavemente con una actitud Gambhir, o camina mirando el piso. Esta es una gran ayuda para mantener Brahmacharya.

No te mezcles con miembros del sexo opuesto. La Vasana sexual asumirá una forma agravada repentinamente, sin aviso previo. Te polucionarás y te arrepentirás. Tu carácter y tu fama se desvanecerán. El deshonor es peor que la muerte. No hay crimen más atroz que este. No hay Prayachchitta para eso. Estate atento. Sé cuidadoso. Recuerda las partes del cuerpo - carne, hueso, orina y materia fecal. Obtendrás Vairagya. Un deseo impuro equivale a polución. El deseo es más que el acto. Por lo tanto, mantén pensamientos puros y póstrate mentalmente ante la mujer: "Oh, Madre Kali, no me tientes. Postraciones ante Ti".

Si quieres practicar Brahmacharya, piensa y siente que tu esposa es tu hermana. Destruye la idea de esposo y esposa, y desarrolla la idea de hermano y hermana. Ambos desarrollarán un amor puro y fuerte al eliminar la impureza de la lujuria. Háblale siempre acerca de temas espirituales. Nárrale historias del Mahabharata y el Bhagavata. Siéntate con ella los días feriados y lee algunos libros religiosos. Gradualmente su mente cambiará. Ella se interesará y se deleitará con las prácticas espirituales. Pon esto en práctica si quieres liberarte de las miserias del Samsara y gozar de la beatitud eterna del Alma.

Los pensamientos impuros que surgen al ver a una mujer se desvanecerán gradualmente cuando crezcas en pureza mediante la práctica regular de Japa y meditación. Lleva algún tiempo destruir los viejos Samskaras viciosos y poner a punto la fábrica mental. Levanta en la mente, una y otra vez, pensamientos puros opuestos. Trae la imagen del Señor. Repetidamente, trata de sentir al Atman en las mujeres olvidando la idea de sexo y creando disgusto en tu mente mediante el análisis de las partes de las que está compuesto el cuerpo.

Para poder liberarte de la idea sexual, no sólo debes desarrollar disgusto en tu mente sino también temor. ¿No te sientes terriblemente temeroso cuando te enfrentas con una cobra? Ese debe ser el estado de tu mente cuando aparezcan en ella pensamientos lujuriosos. Sólo entonces la atracción sexual morirá gradualmente.

Llevar guirnaldas de flores, usar aceites perfumados en el cabello, cremas en la cara para que la piel esté suave y brillante, y usar anillos en los dedos son Deha Vasanas o Vasanas pertenecientes al cuerpo.

No leas novelas. Contaminarán tu mente. Las películas son las cadenas de la civilización occidental para capturar a las víctimas inconscientes con sus grilletes brillantes.

Meditación regular y Japa de un Mantra, dieta Sattvica, Satsanga, práctica de Pranayama, Shirshasana y Sarvangasana, estudio de libros religiosos, Vichara y reclusión por tres meses a orillas de algún río sagrado aniquilarán la lujuria, por más poderosos que sean los viejos Samskaras y Vasanas. Lo positivo siempre supera a lo negativo. No necesitas desalentarte en ningún caso. Súmete seriamente en la lucha. Brilla como un Yogui resplandeciente. Eres el Atman siempre pura. Siente esto, Oh, Vishvarañjan.

Controlar la lengua es una condición esencial si quieres controlar la lujuria. La lengua debe ser controlada primero. Luego será fácil controlar la pasión. La deliciosa comida Rajásica excita los órganos reproductivos. Puedes fallar ciento una veces en desarrollar el Bhava de que todas las mujeres son tus madres y hermanas. No importa. Adhiérete a tu práctica tenazmente. Finalmente, estás

destinado a tener éxito. Un estudiante me escribió: "La carne y la piel impuras me parecen muy puras y buenas. Soy muy lujurioso. Trato de desarrollar mentalmente el Bhava de madre en todas las mujeres. Me postro ante la mujer mentalmente pensando que ella es una imagen de la Diosa Kali y, aún así, mi mente es muy lujuriosa. ¿Qué puedo hacer? Deseo una y otra vez ver una mujer hermosa". Obviamente, Vairagya y discernimiento no se han desarrollado en su mente en lo más mínimo. Los viejos Samskaras y Vasanas viciosos son muy poderosos.

Mente, Prana y sentidos están bajo un Sambandha. Controlando la mente, puedes controlar el Prana y el semen. Controlando Prana, puedes controlar la mente y el semen. Controlando el semen, puedes controlar la mente y Prana.

Si se pierde el Virya, Prana se altera, se agita. El hombre se pone nervioso. Entonces, la mente tampoco puede trabajar bien. El hombre se vuelve mentalmente inestable. Hay debilidad mental.

Si se aquieta el Prana, la mente se aquieta. Si Virya está quieto, la mente también lo está. Si Drishti, la visión, está quieta, la mente también se aquieta. Por lo tanto, controla Prana, Virya y Drishti.

Cuando un hombre está excitado por la pasión, el Prana se pone en movimiento. Entonces, todo el cuerpo obedece los dictados de la mente, del mismo en que un soldado obedece las órdenes de su comandante. El aire vital o Prana mueve la savia interna o semen. El semen se pone en movimiento. Cae como las nubes se convierten en agua o como las frutas, las flores y las hojas de los árboles caen por la fuerza del viento.

Siempre que la mente corra hacia una forma hermosa con malos pensamientos, ten en tu mente una imagen definida de la composición del cuerpo, la imagen de la materia fecal, la carne, los huesos, la orina y la transpiración. Esto inducirá disgusto y Vairagya en tu mente. Nunca más cometerás la falta de tener una mirada impura hacia las mujeres.

La mirada lujuriosa, el pensamiento lujurioso y la polución nocturna son todas fallas o rupturas del Brahmacharya. Sé puro en tu mirada. Abandona Drishti Dosha (mirada lujuriosa). Ve a la Madre Kali en todas las mujeres. Cultiva pensamientos sublimes y divinos. Haz Japa y meditación con regularidad. Te establecerás en Brahmacharya.

Primero, hay que practicar Brahmacharya físico en forma estricta. Controla el cuerpo. La pureza mental o el Brahmacharya mental se manifestará gradualmente.

No hay sexo en los cinco elementos. Este cuerpo no es más que una combinación de los cinco elementos. La idea de sexo es ilusoria. Es pura creación mental. Identifícate con el Atman sin sexo y sin cuerpo.

Es muy necesario que seas puro mentalmente si quieres ser un Brahmachari. Si los pensamientos son impuros, el impulso sexual será muy fuerte. El Brahmacharya depende de regular todo el curso de la vida.

Si no puedes controlar los pensamientos lujuriosos, al menos controla el cuerpo físico. Cuando entren malos pensamientos en la mente, haz vigoroso Pranayama, enérgico Kirtan, Japa y plegaria. Llegará el momento en que estés absolutamente libre de pensamientos viciosos. Esta es una dura lucha para ti. Pero lo tendrás que hacer de cualquier manera, mi amigo, si quieres Paz eterna e infinita, y una vida inmortal de Felicidad.

Seguramente, controlar al menos los Karma Indriyas es mejor que permitirse placeres sexuales. Gradualmente, los pensamientos se purificarán si persistes en tu Japa y meditación. Finalmente, habrá también un control directo sobre la mente.

Las canciones inmorales producen una profunda mala impresión en la mente. Los aspirantes deberían huir de los lugares en que se cantan canciones viciosas.

Las Vasanas sexuales son más poderosas que todas las otras Vasanas. Por lo tanto, primero tendrás que dirigir todos tus esfuerzos hacia la subyugación de las Vasanas sexuales y el órgano de reproducción.

Subyuga los sentidos. Apacígalos. Practica veracidad y austeridad. Practica meditación abstracta. Conoce al Ser. Vuélvete inmortal.

Destruye la idea de que una mujer es un objeto de disfrute y sustitúyela con la idea de que ella es un objeto de adoración y una manifestación de la Madre Durga o Kali.

Sólo es posible liberarse de la pasión mediante la práctica de penitencias y meditación constante. Sólo pueden obtenerse el descanso eterno y la paz suprema mediante el conocimiento del Ser.

La polución nocturna tiene lugar generalmente en el último cuarto de la noche. Aquellos que tienen el hábito de levantarse entre las 3 y las 4 de la mañana, y practicar Japa y Dhyana, nunca pueden ser víctimas de poluciones nocturnas.

Si tienes polución nocturna, toma un baño de inmersión en la mañana. Haz veinte Pranayamas. Repite el Gayatri Mantra 108 veces. Ruega fervientemente por la erradicación de la lujuria.

Es difícil controlar los impulsos sexuales. Ellos se revelan cuando intentas controlarlos. Se necesita Japa y meditación constantes por un largo período para dirigir esta energía por el canal espiritual. Se necesita una completa sublimación de la energía sexual en Ojas Shakti. Sólo entonces, podrás estar totalmente seguro. Sólo entonces, te establecerás en Samadhi, ya que Rasasvada desaparecerá completamente. Se necesita gran paciencia, vigilancia constante, perseverancia y Sadhana vigorosa para erradicar los impulsos sexuales y obtener pureza perfecta en pensamiento, palabra y acto.

La realización del Ser sola puede destruir completamente o quemar el deseo sexual y los Samskaras en su totalidad. Las prácticas yóguicas, la meditación y demás atenuarán o debilitarán el deseo sexual en gran medida. “Los objetos de los sentidos se alejan del abstigente, pero no el deseo de goce; después de ver al Supremo, aún este deseo desaparece”. Gita, II 59. Los objetos de los sentidos se alejan del hombre abstigente dejando el anhelo por ellos, pero este deseo también se va después de alcanzar la realización del Ser.

Capítulo V

LA VERDADERA EDUCACIÓN Y SU BENEFICIO

Verdadera educación

Nuestras escuelas y colegios de la actualidad dan educación secular. No hay disciplina ética ni instrucción espiritual. Los alumnos no tienen nociones espirituales elevadas acerca de la vida. Ellos sólo aprenden algo para ganarse la vida. Estudian sólo para obtener altos salarios. Esto es muy triste en verdad. Esa es la razón por la cual carecen de espiritualidad después.

Debido a la influencia de fuerzas oscuras, antagónicas y materialistas, la mayoría de los estudiantes de hoy se vuelven irreligiosos. No hay cultura moral en ellos. No han entendido los principios del Brahmacharya y de la conducta correcta. De allí que sufran mucho cuando tienen que enfrentar la batalla de la vida.

Los estudiantes generalmente son puros antes de casarse. Pero tan pronto como se casan y tienen un hijo, toda la Maya los envuelve. Se vuelven egoístas, codiciosos y lujuriosos. Pierden todas sus cualidades virtuosas. El egoísmo se consolida. Hay avidez por dinero.

Esto puede evitarse si estudian buenos libros religiosos sobre Yoga, Bhakti, Filosofía y Vedanta. Los estudiantes son la esperanza y la gloria de India y del mundo entero. Son los baluartes del estado. Deberían ser moldeados apropiadamente cuando son jóvenes. Los maestros y profesores deberían emprender esta noble tarea con seriedad.

La cultura espiritual es un *sine qua non* y un gran desiderátum para la regeneración nacional. La meta de la vida es la realización del Ser. La cultura espiritual sola puede desarrollar el poder de voluntad (Atmabala) y hacer que la gente se vuelva desinteresada, sin temor, valiente y fuerte, y que elimine Moha por el cuerpo. Sólo aquellos que son desinteresados pueden en verdad servir al país, pueden trabajar en términos de unidad y tener verdadero amor cósmico por todos (Vishva Prema).

La educación debería enseñar a los alumnos a amar a Dios y al hombre. Debería instruirlos para ser veraces, morales, valientes, humildes y compasivos. Debería enseñarles a practicar la rectitud en su conducta, pensamiento, vida y acción, a sacrificarse y a obtener el conocimiento del Ser.

La educación tiene como objetivo cultivar buenas ideas y expresarlas de modo hermoso e inteligible después de aclararlas con precisión científica y matemática.

Ahara Sáttvica, la buena alimentación completa, rica en vitaminas o una dieta bien equilibrada, la práctica sistemática de Asanas y Pranayama, y la vida honesta y simple son los requisitos importantes para la preservación de la salud y la obtención de un alto estándar de vigor y vitalidad. Esto es la esencia en la que se basaron los Rishis y Yoguis de la antigüedad para tener longevidad y paz. Esos son los fundamentos en los que basaron el sistema de Yoga para adquirir perfección en la salud del cuerpo y de la mente. Esos son los requisitos indispensables a los que la nación hundida debe volver si desea recobrar su gloria y su divinidad perdidas.

El verdadero trabajo de todas las universidades debe ser el de unir a los hombres entre sí. El principal propósito de la educación debe ser el lograr que el hombre sea un verdadero hombre con todos sus atributos divinos.

La educación debe ser bien calculada para promover la vida simple y el pensamiento elevado. Cada alumno debe recibir la enseñanza de que su primer y principal deber es el de alcanzar la realización del Ser y cultivar la hermandad universal.

Educa tus ojos para ver a Dios en todos los rostros, contempla la unidad del Ser en todos los seres. Educa tus oídos para escuchar las enseñanzas de los

Upanishads y los dulces y melodiosos Kirtans del Señor Hari. Educa tu lengua para cantar la alabanza del Señor y pronunciar palabras agradables, cariñosas y veraces. Educa tus manos para hacer caridad y servir al pobre. Educa tu mente para estar siempre alegre y en calma, y para pensar en el Atman Inmortal. Esto es verdadera educación.

En las escuelas y los colegios, debería enseñarse el Gita, los Upanishads, el Ramayana, el Bhagavata, el Mahabharata, los Yoga Sutras de Patañjali, los Brahma Sutras, la religión comparada y la filosofía. Su estudio debería ser obligatorio. Debería impartirse a los estudiantes instrucciones prácticas sobre ética, Yoga, meditación y control de la mente. El estudio del sánscrito debería ser obligatorio. Sin el conocimiento del sánscrito, no se pueden comprender las profundidades de la filosofía.

Puede que alguien sea un juez muy capaz, que otro sea un cirujano, médico u oftalmólogo de fama mundial, puede que un tercero sea un científico de renombre y que un cuarto sea una figura mundial en el arte de la poesía. Puede que todas estas personas carezcan de conducta espiritual. La conducta en el terreno espiritual es diferente de la conducta mundana. La conducta mundana es artificial y está compuesta de actitudes y modales mundanos. Lo que se llama etiqueta o modales en el lenguaje mundano es pura pompa. Es cierto ejercicio físico. Consiste en movimientos de ciertas partes del cuerpo o de algunos gestos, sonrisas y risas artificiales sin ninguna disciplina mental o ética verdadera, sin cultura moral sobre la base espiritual, sin entendimiento alguno acerca de la existencia del Alma única y suprema en todos los seres. Está bien calculado para complacer al otro por un tiempo, de modo de lograr algún fin material. Es algo así como cierta astucia con un tinte de diplomacia para obtener fines egoístas. Cambia muy a menudo. Cuando falla en lograr su ganancia material, su conducta cambia inmediatamente. Se convierte en un hombre totalmente diferente. Separa y divide. Ve diferencias en todas partes. Mientras que la conducta de un verdadero aspirante u hombre espiritual no cambia y es notable por su nobleza, amor puro, humildad, tolerancia, paciencia, capacidad de perdonar, compasión, espíritu de servicio, sacrificio personal y desinterés. Él entiende y sabe que un único Ser Inmortal mora en todas las criaturas.

Difícilmente pueda aprenderse conducta espiritual o divina en las universidades o colegios. Es una disciplina moral poco frecuente que sólo puede aprender el aspirante sediento o hambriento sirviendo al verdadero Maestro espiritual con Bhakti o devoción durante varios años.

Querido Prem, estudia diligentemente. Sé tenaz. Comportate amablemente. Sé obediente. Ruega sin reservas. Canta melodiosamente. Habla dulcemente. Come lentamente. Camina suavemente. Afírmate resueltamente. Piensa

provechosamente. Avanza valientemente. Soporta imperturbablemente. Persevera pacientemente. Realiza rápidamente. Dios estará contigo. La paz estará contigo.

Los Devas, los Asuras y los hombres recibieron educación de Prajapati. Aprendieron la tríada del autocontrol, la liberalidad y la compasión. Eso es verdadera educación.

Indra permaneció como estudiante de Prajapati y aprendió que el alma es inmortal, auto-luminosa y diferente de los estados de vigilia, sueño con ensueño y sueño profundo, y que el alma individual es idéntica al Alma Suprema. Eso es verdadera educación.

Saunaka se acercó al maestro Rishi Angiras y aprendió que se puede realizar al Atman, el Ser, mediante la práctica continuada de la verdad, la penitencia, el conocimiento perfecto y la abstinencia. Esto es verdadera educación. Narada fue el discípulo de Sanatkumara y aprendió que el Infinito es felicidad, que no hay felicidad en nada finito y que uno debería desear entender al Infinito. Eso es verdadera educación.

Uddalaka le enseñó a Shvetaketu: "Aquello que es la esencia sutil, la raíz de todo lo que existe como su Ser; Eso es el Ser; Eso es la Verdad; Eso eres tú, oh Shvetaketu". Eso es verdadera educación.

En lugar de aprender muchas ciencias, trata de conocer la Ciencia Adhyátmica, la ciencia de las ciencias, la ciencia del Ser Supremo o Atman. Entonces, conocerás todo.

Brahman es Sat. Brahman es Existencia. Brahman es la raíz del mundo, del cuerpo y de la mente. El conocimiento directo de la raíz mediante la percepción intuitiva generará conocimiento de todo, conocimiento de todas las ciencias mundanas. "*Brahma vidyam sarva vidya pratishtam*" Mund. Up. I.i.1. El Shruti declara enfáticamente: "Al comienzo, sólo existía Sat, el Uno sin segundo. *Ekam sat vipra bahuda vadanti* – la existencia es una. Los sabios la llaman de diferentes maneras".

Aprende los principios de la vida divina y aplícalos a la conducta diaria en la vida. Conviértete en un hombre práctico en el sendero espiritual. Basta de conversaciones ociosas.

"Que oigamos con nuestros oídos y veamos con nuestros ojos sólo lo que sea puro, de modo que, con nuestros sentidos calmados, logremos una vida semejante a la de los dioses recordando a Dios, meditando en Él, cantando Su alabanza". Los Rishis de antaño cantaban esto con sus alumnos antes de

comenzar sus clases. ¿Qué encuentras ahora en las escuelas y los colegios? No necesito decirte mucho. ¿No es ese un estado deplorable? ¿Tomarán este asunto en serio los profesores y directores?

Los directores y profesores de colegios y escuelas superiores deberían ser guiados por Sannyasins y Yoguis eruditos y experimentados. Sólo entonces se podrá impartir verdadera educación a los alumnos. Si cada año egresan de las universidades de India estudiantes equipados con verdadera educación, tendremos una nueva India gloriosa y una nueva era de paz, plenitud y prosperidad.

Debe pedirse que haya un Sadhu o Sannyasin en cada residencia de estudiantes. Él debería darles lecciones diarias sobre cultura ética y espiritual, y un entrenamiento práctico en meditación y adoración. Debería enseñarles el Gita, el Bhagavata, el Ramayana y los Upanishads. Sólo entonces serán moldeados adecuadamente y poseerán buen carácter. En la actualidad, la condición de los muchachos es lamentable. Han perdido fe en Dios y en las Escrituras sagradas. Se han vuelto irreligiosos.

Que todos nosotros estemos dotados de verdadero conocimiento y verdadera educación. Que el mundo se llene de personas bien educadas. Que las universidades, las escuelas y los colegios se conviertan en centros de verdadera educación y cultura. Que todos ustedes entiendan el verdadero propósito de la educación y el fin de la vida. Que los directores de instituciones educativas posean entendimiento correcto y conocimiento divino para guiar a los alumnos por el sendero correcto. ¡Que todos ustedes gocen de la beatitud suprema del Eterno!

Salud y fuerza

Las preocupaciones, la intranquilidad, la ansiedad, el odio y el temor generan diferentes clases de enfermedades. Producen toxinas en la sangre. Hacen el papel del grano de arena que la ostra envuelve en la madreperla. Si sientes un poco de temor, la ansiedad y las preocupaciones se le suman. Son las compañeras del temor. Si te preocupas por la noche, tienes dispepsia, dolor de cabeza, debilidad y depresión a la mañana siguiente. La ansiedad y las preocupaciones son concomitantes del temor. Ellas coexisten con el temor. Tendrás que disciplinar la mente. Deberás desarrollar discernimiento, serenidad y una mente equilibrada. Yoga y Vedanta te enseñan cómo erradicar las preocupaciones y los temores, y desarrollar serenidad y discernimiento. ¿Qué pueden hacer en este sentido la riqueza y la realeza? Sólo pueden aumentar y multiplicar tus preocupaciones y temores. Hay inquietud en la cabeza que lleva la corona.

Uno de los alumnos de Dhanvantari se acercó a su maestro después de terminar su curso completo de Ayurveda y le preguntó: “Oh, Bhagavan, ten a bien decirme el secreto de la salud”. Dhanvantari respondió: “Este Virya (energía seminal) es en verdad el Atman. El secreto de la salud yace en la conservación de esta fuerza vital. Aquél que desperdicia esta energía no puede tener desarrollo físico, mental, moral y espiritual”.

Si pasas tu juventud de forma buena y virtuosa, serás feliz en la vejez.

“Nayamatma balahinena labhya – El débil no puede experimentar a este Atman (Ser). Debes tener fuerza física, mental, moral y espiritual. Mantén el cuerpo fuerte y saludable. Es el instrumento que te lleva a la meta.

¿Qué es aquello precioso que hace que valga la pena vivir? La salud. ¿Cantarás la siguiente canción? *“Shariramadyam khalu dharma sadhanam* – el cuerpo es en verdad lo más esencial para el logro de la meta de la existencia humana; en otras palabras, es en verdad el medio más importante para el logro del objetivo de la vida humana”. Charak Maharshi dice en su Samhita: *“Dharmartha kama mokshanam arogyam mulamuttamam: Rogastasya apahartaray shreyaso jivityacha* - la salud es la mejor causa de virtud, riqueza, deseo y emancipación, es la bendición de la vida. Las enfermedades son las destructoras de la salud”. Las leyes de mantenimiento de la salud son las leyes de la naturaleza. No deben ser violadas con impunidad. Aquellos que descuidan estas leyes caen víctima de enfermedades incurables y pasan una triste existencia.

Dios te ha provisto de fuerzas defensivas en el cuerpo para actuar contra los invasores, los gérmenes. Los leucocitos o células blancas de la sangre luchan con los gérmenes y los matan. Las glándulas linfáticas sirven como poderosas fortalezas. Incluso hay un antídoto que se forma en la sangre llamado pecteriolysin. Éste destruye los gérmenes. ¡Qué compasivo es el Señor! Te cuida de todas las formas posibles. Es sólo que tú Lo has olvidado. Te has vuelto desagradecido al no recordarlo. Entierra el pasado. A partir de ahora, trata de recordarlo y logra beatitud eterna e inmortalidad.

Todo el universo, desde el inmenso sol hasta el más pequeño átomo, es controlado por una ley suprema. Hay un orden perfecto en todas partes. El sol cumple con sus deberes regularmente. Se levanta en el momento apropiado y se oculta también en el momento apropiado. Las estrellas y los planetas giran de modo ordenado. Son gobernados por leyes. Hay leyes en el plano mental. Hay leyes de física, astronomía y matemática. Hay leyes de higiene y salud que gobiernan nuestra existencia. En el vasto universo, el hombre es el único que rompe las leyes y viola las reglas. Es el único ejemplo de desorden y discordia. Hace caso omiso, deliberadamente, de las leyes de la salud, lleva una vida de

disipación y luego se pregunta por qué sufre de enfermedades y carece de paz. Ignora a sabiendas las reglas de higiene y recto vivir, y luego llora cuando sufre de alguna terrible enfermedad incurable.

El mundo necesita madres saludables, niños y niñas saludables. ¿Qué es lo que encuentras en estos días en India? India, la tierra que dio nacimiento a Bhishma, Bhima, Arjuna, Drona, Ashvatthama, Kripa, Parashurama e innumerables guerreros virtuosos, el suelo que contuvo incontables gobernantes Rajput de valor impertérrito, caballerosidad sin igual y fuerza incomparable, abunda ahora en esmirriados afeminados e impotentes. Niños dan nacimiento a niños. Las leyes de la salud son ignoradas y descuidadas. La nación India está moribunda y sufriente.

Queremos innumerables soldados Adhyátmicos valientes y morales, que estén equipados con las cinco virtudes de Ahimsa, Satyam, Asteya, Brahmacharya y Aparigraha. El verdadero Svarajya es el Atma Svarajya, es estar libre de Avidya, deseos, nacimiento y muerte. La verdadera independencia es Kaivalya o vida libre en el Alma Eterna. Sólo aquellos que posean salud y fuerza, que estén dotados con las cinco virtudes mencionadas y que tengan conocimiento del Ser pueden asegurar verdadera libertad para India o cualquier otro país que esté en esclavitud. También se necesita independencia económica, libertad política, paz y plenitud. Sólo entonces, se podrán transmitir ideas espirituales. Sólo entonces, los profetas, Acharyas, Rishis y sabios podrán difundir libremente sus enseñanzas y preceptos. Sólo entonces, la gente tendrá avidez por asimilar las enseñanzas de los Mahatmas.

El mejor medicamento o la panacea para todas las enfermedades es la práctica constante de Kirtan, Japa y meditación. Las ondas eléctricas divinas regeneran, vivifican y energizan las células, los tejidos, los nervios y demás. Otro medicamento muy barato, pero realmente potente, es la alegría. Sonríe, ríe y sé alegre. Todas las enfermedades huirán.

Aún cuando el parte médico haya declarado un caso como absolutamente incurable, la plegaria viene al rescate y el paciente se cura milagrosamente. Existen muchos ejemplos de este tipo. Debes conocer esto. La cura mediante la plegaria es milagrosa y misteriosa.

El Señor Dhanvantari, el médico de los tres mundos – quien expuso la ciencia médica del Ayurveda – ha declarado: “Por medio del medicamento de la repetición de Achyuta, Ananta y Govinda, se curan todas las enfermedades; esta es una declaración segura y honesta”. En todos los tratamientos, el Señor Narayana es el verdadero médico. Notarás que aún los mejores doctores del mundo fallan en curar a un rey moribundo. Debes haber oído también de

muchos ejemplos en que pacientes que padecían de las peores enfermedades fueron curados milagrosamente cuando incluso los médicos más capaces lo habían desahuciado. Esto es en sí mismo una prueba de que está la Mano Divina detrás de todas las curas.

Puedes tomar el remedio de Nama Japa para curarte de cualquier enfermedad. Puedes administrarles este medicamento a otros pacientes también, en tu casa o en algún otro lugar. Siéntate junto al paciente y repite con sincera devoción y fe los Nombres del Señor tales como Hari Om, Shri Ram y Om Namah Shivaya, y canta Sus Nombres también "Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare; Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare". Ruega por Su compasión y gracia. Todas las enfermedades y agonías terminarán. Haz este tratamiento de Nama Japa al menos dos horas en la mañana y la noche. Notarás un efecto milagroso en corto tiempo. Paciente y médico deberían tener perfecta fe en el Nombre del Señor, en Su compasión y gracia. El verdadero Doctor es sólo el Señor Narayana.

*Mitam Bhuktva satam japtva
Gatva satapadai sanaihi;
Vama Bhage sayanasya
Bhishakbhi kim prayojanam.*

¿De qué sirven los medicamentos para el hombre que habiendo comido con moderación hace cien Japas, camina cien pasos lentamente y duerme del lado izquierdo?

Dales descanso al estómago y al intestino delgado recurriendo a ayunos parciales. Si puedes ayunar completamente por un día, mucho mejor. El ayuno elimina el veneno y pone todo el sistema a punto. Puedes tomar Sago y leche, agua de cebada y comer frutas como naranjas dulces, uvas, etc. Si tienes sed, puedes tomar jugo de limón con azúcar cande.

No tienes derecho a cuestionar la sabiduría de Dios. Consumes demasiado azúcar debido a tu avidez y necesidad, y después sufres de diabetes. Tu doctor te dice inmediatamente: "Abandona el azúcar en seguida". Ningún artículo es perjudicial para la salud cuando se lo consume con moderación.

Cuando duermas, mantén la cabeza hacia el Este o hacia el Sur, preferentemente hacia el Este.

Come con moderación. Respira profundamente. Habla amablemente. Trabaja con energía. Báñate bien. Tendrás una larga vida.

Instituciones religiosas

Las instituciones religiosas ideales son la necesidad del momento. Si hubiera al menos dos centros espirituales bien organizados en India, tendríamos una nueva India y un nuevo mundo. Las instituciones deberían ser como universidades espirituales. Deberían tener Brahmacharins, Grihasthis, Vanaprasthis y Sannyasins. Todos ellos deberían ser disciplinados y entrenados adecuadamente en meditación, Yoga, Vedanta, Bhakti y servicio. Cuando estén listos, deberían ser enviados a enseñar y establecer centros espirituales. Algunos de ellos deberían ser enviados a Europa y América. La Central debería estar en el Himalaya.

El público no mantiene adecuadamente a las instituciones religiosas. Todo el dinero va a los cines, cigarrillos, trajes y saris. ¿No es una condición deplorable?

Si usaran su dinero para mantener instituciones religiosas y sociales ideales, sus corazones se expandirían, sus mentes se purificarían y surgiría el conocimiento en sus corazones. Las instituciones religiosas harían un trabajo más sólido, elevarían a la gente y traerían paz al mundo entero.

Los sufrimientos de la gente en la actualidad se deben a la falta de cooperación entre las personas ricas y las instituciones religiosas. Se hace caridad indiscriminada y el dinero cae en manos de gente que no lo merece. Eso no es caridad.

Un Ashram que cuida de los jóvenes y los entrena en Yoga es un gran *desiderátum*. Lo he considerado así desde hace mucho tiempo.

Aquellos que practican meditación y Tapas, y que tienen fuerza de espíritu pueden dar discursos conmovedores. Los discursos de aquellos que aparecen en el estrado sin moral ni fuerza espiritual serán como balas vacías. No pueden producir ninguna impresión en los oyentes.

Estudio y entrenamiento

Estudia durante un año Laghu (gramática sánscrita) y Bhandarkar Parte I y II. Estudia dos años Kavyas sánscritos tales como Shishupala Vadam, Kiratharjuniya, Megadutha, Shakunthala, Raghuvamsha, Kumarasambhava y otros. Lee libros básicos sobre lógica, Bashapariccheda. Entonces serás capaz de estudiar los Upanishads y los Vedanta Sutras y entenderlos claramente. No desperdices tu energía mental estudiando Siddhanta y Nyaya durante 12 años. ¿De qué sirve convertirse en un Pandit seco sin realización del Ser? Un Pandit seco es como un burro que lleva una carga de sándalo en su lomo.

Aún si estudias sólo un poco, debes asimilarlo y absorberlo completamente. Debes meditar y reflexionar sobre ello otra vez. Tiene que convertirse en parte de tu vida.

Toma nota cuando estudies un libro sobre Yoga o filosofía. Esta es una práctica muy útil. Te ayudará a recordar los temas esenciales o fundamentales, y a dar discursos. Esto es una clase de Samadhi menor, ya que la mente está profundamente ocupada con ideas Sáttvicas. Esto fortalecerá los Samskaras espirituales y controlará las tendencias mentales extrovertidas. La mente se dirigirá hacia el Atman.

El neófito debería recordar diariamente, una y otra vez, algunas importantes máximas vedánticas. Sólo entonces, sus dudas se disiparán. Sólo entonces, estará establecido en el sendero. Estas máximas son: *“Sólo el Ser estaba al principio. El Uno, sin segundo”*. Ch. Up. VI-ii-1; *“Al comienzo, todo esto era solamente el Ser, el Uno”*, Ait. Ar. I-i-1; *“Este es el Brahman, sin causa ni efecto, sin nada adentro ni afuera”*; *Este Ser es Brahman percibiendo todo”*, Brih. Up. II-v-19; *“Aquel Brahman inmortal estaba antes”*, Mund. Up. II-ii-11.

El Yoga Vasishtha es una obra espléndida sobre Jñana Yoga. Debes estudiarlo una y otra vez. Avadhuta Gita, Ashtavakra Gita y Ribhu Gita son libros excelentes para los estudiantes de Jñana Yoga.

Laghu Vaasudeva Manana y Vedanta Sara son los dos libros que deben ponerse en las manos de los principiantes en el estudio de Vedanta. Hay traducciones al inglés disponibles de la Sociedad Teosófica, Adyar, Madrás.

A mí me gusta mucho el libro Viveka Chudamani (La Joya Suprema del Discernimiento) escrito por Shri Shankaracharya, el maestro exponente de la filosofía Advaita. Allí está la esencia del Vedanta. Es un tesoro del pensamiento y una fuente de inspiración. Este es un libro para el estudio constante. Es tu compañero constante en la vida diaria. El estilo es simple y fluido. Yo solía llevar siempre este libro conmigo. Me ha dado real solaz, elevación, paz y fuerza espiritual interior. Es un libro ideal para principiantes y un compañero ideal y recordatorio también para los estudiantes avanzados.

Estudia el Mandukya Upanishad. Sabrás todo acerca del Om y los cuatro estados. Es uno de los Upanishads clásicos del Atharva Veda. Tiene 12 Mantras. Shri Gaudapadacharya, el Parama Guru o el Maestro del Maestro de Shri Shankaracharya, escribió Karikas sobre este Upanishad que son muy iluminadores y sublimes. Sin la ayuda de este Karika, no puedes tener un entendimiento total de los Mantras, no puedes tener una visión clara del sistema de pensamiento o de la filosofía propuesta en este Upanishad único.

Este Upanishad no trata de rituales o Upasana. No contiene ninguna historia, parábola o diálogo. Trata sólo sobre filosofía pura, con discusión metafísica sobre la Realidad Suprema o Brahman, y el método para acercarse a la Verdad. El Muktikopanishad dice: “El medio único para alcanzar la emancipación final es el Mandukya Upanishad, éste es suficiente para la salvación de todos los aspirantes”.

Mediante el estudio y la clara comprensión de los tres estados, mediante el apropiado entendimiento de Om y su correcto significado, puedes encontrar la forma de acercarte a Brahman y experimentarlo.

Las personas ortodoxas, que conocen sánscrito, creen tontamente que sólo pueden lograr la realización del Ser aquellos que conozcan sánscrito. ¿Puede haber algo más tonto que esto? La historia provee una larga lista de Jivanmuktas que no conocían sánscrito. Ellos dicen que aquellos que conozcan inglés están excluidos en el logro del Conocimiento del Ser. ¡Condenan a los que hablan inglés y dan discursos en inglés totalmente separados del Om! Un maestro espiritual con conocimiento de inglés puede llevar a cabo más actividades de difusión. Puede hacer mayor bien a más cantidad de personas. Puede influenciar al mundo entero. Mientras que el trabajo de un hombre que conozca sánscrito estará confinado entre las cuatro paredes de su Ashram solamente o a la pequeña porción de un distrito. Sería bueno que el Hindi se convirtiera en la lengua franca de India. Pero ¿por qué tienen que condenar a los que hablan inglés? Debería morir la intolerancia de todo tipo. Sólo entonces el corazón se expandirá. Sólo entonces la Verdad brillará en el corazón. La intolerancia es una enfermedad terrible que estrecha el corazón y vuelve a la mente cruel. La intolerancia genera una dura cubierta mórbida sobre la verdad. Aquellos Pandits y Sannyasins que dan discursos en sánscrito deberían tratar de aprender inglés rápidamente y dar discursos en inglés. Sólo entonces, podrán hacer mucho bien a la gente.

El conocimiento del sánscrito es también necesario. Ayudará al estudiante a profundizar en los libros originales en sánscrito ya que las traducciones al inglés no dan el verdadero significado ni tienen la belleza y la fuerza de los textos originales. Aquél que conoce sánscrito e inglés puede hacer mucho bien a la humanidad y puede hacer más trabajo útil.

El mero estudio de libros filosóficos no puede darte paz mental. Gozarás de la Paz Suprema del Eterno sólo cuando hagas prácticas espirituales estrictas tales como Japa y meditación. Obtendrás inmortalidad sólo cuando realices al Ser. El control de la mente es difícil pero no imposible. Cuando aniquiles todos los Vrittis o modificaciones de la mente mediante la meditación, cuando te

identifiques con la Entidad Suprema o Brahman, habrás alcanzado el mayor bien de la existencia.

La vida espiritual no es pura palabrería ociosa. No es mera sensación sino verdadera vida en el Atman. Es una experiencia trascendental de beatitud pura. Es una vida de plenitud y perfección. Aquél que lleva una vida espiritual es centro de fuerza espiritual. Es una personalidad dinámica. Irradia gozo, paz y beatitud a su alrededor. Aquellos que entran en contacto con él son inspirados y elevados.

Los lenguajes son muchos, pero el lenguaje del corazón es uno y la imagen mental es una. Las vacas tienen diferentes colores, pero el color de la leche es uno. Los profetas son muchos, pero la esencia de sus enseñanzas es una y la misma. Las escuelas de filosofía son muchas, pero el fin es uno. Las opiniones y los métodos de adoración son muchos, pero Brahman o Dios es uno.

Conoce sólo la sílaba única. Obtendrás verdadero conocimiento. Cualquier otro conocimiento es inútil. Deberás tirarlos como mera cáscara solamente.

Mediante el estudio de libros vedánticos, sólo obtienes Paroksha Jñana (conocimiento indirecto). Deberías obtener Aparoksha Jñana (conocimiento directo) por medio de la meditación constante. Algunas personas ignorantes confunden el conocimiento indirecto con el directo y pasan por Jñanis. Ellos son Vachaka Jñanis, sabios sólo de nombre.

En este mundo, es muy raro encontrar a aquellos que realmente hayan transmutado su naturaleza inferior. Está lleno de eruditos.

Puede que alguien sepa de memoria todos los Upanishads, los Brahma Sutras, el Gita, el Shad Darshan, los Angas, los Smritis, la filosofía occidental y demás, pero sin realización de la propia identidad con Brahman mediante la meditación constante, tal erudito no puede lograr la salvación ni en millones de años.

Demasiado estudio de temas diversos es también una clase de Vasana impura. Es una variedad de Shastra Vasana. Una vez, Durvasa llegó a ver al Señor Shiva con un montón de libros religiosos. Narada le narró la parábola del burro. Del mismo modo en que el burro que lleva una carga de madera de sándalo es consciente sólo del peso pero no de la dulce fragancia del sándalo, el Pandit ratón de biblioteca lleva un montón de libros como una carga pero no conoce su verdadera esencia aunque haya estudiado todos los Shastras. Los ojos de Durvasa se abrieron, tiró todos los libros y luego el Señor Shiva lo inició en el misterio del Conocimiento del Ser. Durvasa practicó meditación profunda y obtuvo Brahma Jñana. Puedes encontrar en el Kathopanishad: "No puede

experimentarse al Atman por medio del estudio de muchos Shastras, de discusiones, inteligencia o mucho conocimiento”.

¿De qué sirve leer muchos libros, Chit Sukhi, Kandana Kadyam, etc.? Te intoxicarán y te apartarán del camino. En estos días, hay mucho chismorreo vedántico y no verdadero Vedanta práctico. La gente habla de Ekata (unidad) y Samata (igualdad), pero se pelea por cosas insignificantes. Están llenos de Irsha y Dvesha (celos y odio). Son muy mezquinos y estrechos.

En verdad, difícilmente se pueda encontrar al Atman o Dios en los libros. Algunas personas han desarrollado pasión por el estudio de libros religiosos. No recurren a la Sadhana espiritual práctica. Pasan su vida estudiando libros religiosos. Son ratones de biblioteca. Los Shastras son ilimitados. La vida es corta. Hay muchos obstáculos. Por lo tanto, toma la esencia y asimíla. Esa esencia es el Atman. Si realizas al Atman, los Vedas no serán de utilidad para ti. Bharadvaja estudió los Vedas en tres vidas sucesivas y continuó estudiándolos aún en su cuarta vida. Pero Narada fue en su rescate, le enseñó Brahma Vidya y lo inició en el misterioso Kaivalya. Bharadvaja dejó el estudio de libros, practicó vigorosa meditación y logró el conocimiento directo del Ser.

Una vez, un erudito Shad Shastri, un Pandit Brahmana, y un Chandala estaban cruzando el río Ravi en un bote, en Lahore. El bote volcó debido al fuerte viento. Ambos, el Pandit y el descastado, estaban a punto de ahogarse. Tragaban agua una y otra vez. El arrogante y audaz Pandit le dijo al Chandala: “No bebas la misma agua de la superficie del río que yo estoy bebiendo. Me vas a contaminar. Oh, Chandala, bebe sólo el agua del fondo del río”. ¡Mira la estrechez mental del Pandit erudito! Estaba a punto de morir, su vida estaba pendiente de un hilo y aún así veía diferencias y mantenía la idea de superioridad de la casta Brahmana. ¿Crees que el Pandit Brahmana llegará a sentir unidad con todos aún después de millones de nacimientos? ¿Qué uso posible tiene su conocimiento Shad Shastra? ¡Vergüenza de esos miserables y desdichados Pandits Brahmanas que son mezquinos y estrechos de miras! Mucha gente intelectual tiene corazón de piedra e insensible. No les creas.

Una cosa es leer libros vedánticos y otra es Vairagya y Abhyasa (práctica). El solo leer libros vedánticos no te ayudará. Sadhana más Vairagya te llevará a la realización del Ser.

Puedes saber los Vedas de memoria, pero es difícil controlar a la mente, subyugar la pasión y llevar el Prana al Sahasrara.

El mundo quiere desarrollo económico, racial, social, político, psicosocial, industrial y también espiritual. El aspecto espiritual no debe ser ignorado. Esa es la base. Es el ser y el fin de la existencia. En estos días, los líderes en el

terreno del Karma Yoga hacen hincapié sólo en la acción. Han ignorado totalmente el aspecto espiritual de la vida. Incluso los Sannyasins de diversas instituciones están haciendo sólo servicio social. Algunos Sannyasins tienen sólo erudición académica y demandan un poco de respeto por cierto tiempo. Ellos también han dejado de lado el aspecto meditativo de la vida. No son capaces de producir una impresión duradera en la mente del público, porque no han logrado la verdadera sustancia espiritual o la fuerza Átmica interior que los respalde.

No discutas. Esfuérzate incesantemente por lograr la realización del Ser. Discutir hará que tu mente se inquiete. La realización te dará conocimiento intuitivo directo y beatitud eterna. La discusión es un juego de palabras (Shabdha Jalam). Es tan vasta como inútil. Si discutes, perderás tu camino y sufrirás.

La realización del Ser se facilitará mucho si no estás condicionado por las ideas modernas superpuestas y si eres muy sincero y serio en tu esfuerzo.

La realización del Ser no proviene de discutir o estudiar muchos libros. Siéntate solo. Mira hacia el interior. Siéntate silenciosamente y contempla el interior. Obtendrás realización del Ser.

La razón es un instrumento frágil y finito. No puede resolver los problemas de la vida. El racionalismo no puede darte paz mental. El conocimiento del Ser mediante la intuición, el conocimiento directo, puede hacerte inmortal, libre y valiente. Obtenlo por medio de la indagación, la reflexión, el estudio de los Upanishads y constante Nididhyasana.

No razones demasiado. No lograrás nada. Ten reverencia y fe. El intelecto es un obstáculo. El Ser está más allá del intelecto y el razonamiento. La realización del Ser demanda esfuerzo vigoroso, meditación intensa, vigilancia constante, introspección, autoanálisis, disciplina espiritual y perfección ética. Adhiérete al sendero. Crece. Evolucionas. Si meditas con regularidad, estarás en el gran sendero y verás cada paso en él con mucha claridad, por medio de la percepción pura o el conocimiento directo, no mediante la guía externa.

Una onza de experiencia espiritual es mejor que toneladas de teoría y estudio de libros espirituales. Una sola vislumbre de Brahman, el Alma Inmortal, te otorgará iluminación y eliminará la intoxicación mundana del orgullo, la ilusión, el dolor y la pena. La visión espiritual o Atma Anubhava resaltarán como la luz de un faro para ti.

Un buitre planea muy alto en el firmamento pero su mente está siempre en la carroña. Así también, mucha gente habla de filosofía muy elevada, Advaita

Vedanta y demás. Ellos dan emotivos discursos en el estrado, pero sus mentes están llenas de objetos mundanos. Esas mentes están saturadas de lujuria y toda clase de Trishnas (deseos). Su futuro es lamentable. No obtendrán Brahma Jñana ni siquiera en crores de nacimientos. Son como vasijas vacías. Hacen mucho ruido en el aire. Aparentan mucho.

Debes sentir en verdad el dolor y el sufrimiento de otros. Sólo entonces, realizarás a Dios. Sólo entonces, podrás realizar la unidad de la vida o Conciencia Adváitica, Upanishádica. Debes compartir lo que tengas con otros. Hay ciertas personas que están retiradas del servicio al Gobierno, que estudian algunos libros de Vedanta y posan como Vedánticos, pero que son miserables de primera clase. Ellos hablan de alta filosofía y Samadhi, pero sus mentes están fijadas en sus hijos e hijas. Les envían toda su pensión a sus hijos y no gastan nada en caridad. Tales personas no pueden tener realización del Ser. Dios está muy pero muy lejos de los miserables. ¡Pobres almas engañadas! Lamentable es su destino. Ellos quieren dinero, hijos, hijas y también a Dios a la par, y un poco de hablar vedántico y compañía de Sannyasins por añadidura. En verdad, se están engañando a sí mismos.

En vez de querer convertirte en un Pandit vanidoso, pedante y deseoso de aplausos, trata de desarrollar una conciencia clara, un buen carácter moral y una vida virtuosa e inmaculada. Esto te dará Jñana y Moksha.

Aquél que no tenga Atma Jñana será sólo un tonto confirmado aunque sea un Pandit erudito con conocimiento de las seis escuelas de pensamiento, aunque sea un investigador de la Universidad de Oxford o Harvard con maestrías, doctorados y postgrados. Su corazón seguirá siendo duro y árido.

La lucha entre Bhaktas y Jñanis (dualistas y no-dualistas o Vedánticos), Dandis y Paramahansas, Vaishnavas y Shaivas, Católicos y Protestantes, Karma Yoguis y Sadhus del Nivritti Marga, Pandits ortodoxos eruditos en sánscrito y Sannyasins liberales ha tenido lugar desde siempre. Continuará eternamente. ¿Por qué tienes que devanarte los sesos en esas peleas sectarias? Es pura pérdida de tiempo y energía. No cuentes las hojas del árbol de mango. No puede haber ninguna lucha entre las almas realizadas de los diferentes cultos.

Los ideales y principios son siempre nobles. Pero la práctica necesita sinceridad, algo raro de encontrar entre los hombres. Muchos predicán el Budismo pero nadie abandona los deseos y la injuria. Muchos predicán el Cristianismo pero nadie practica amor y perdón. Muchos predicán el Islam pero nadie reconoce la hermandad de los hombres. De allí que el mundo sea malo; no por falta de verdades ni debido a las religiones sino debido a la falta de verdaderos seguidores de esas verdades o religiones. Si en vez de sugerir o difundir esas

viejas verdades, las practicasen, se podría hacer mucho beneficio al mundo. La práctica instala la verdad en el corazón de los hombres, mientras que la prédica entretiene sus oídos. La prédica se ha convertido en el modo de vivir de los hombres, mientras que la práctica se ha vuelto su objeto de desdén.

El Vedanta debe entrar en los huesos, los nervios, las células y las cavernas interiores del corazón. Las variadas formas de Moha, ya sea por el hijo, la esposa, la hija o los llamados íntimos amigos, colegas o camaradas, debe ser eliminada sin compasión. Lo que sea que tengas (posesiones físicas, mentales, morales y espirituales) debe ser compartido con todos. Esto es verdadero Vedanta. Yo no creo en la palabrería vedántica. Eso es pura hipocresía. Incluso un poco de Vedanta verdadera y práctica elevará al hombre rápidamente y lo hará inmortal (Amara) y libre de temor (Nirbhayata).

Conviértete en un Vedántico práctico. Hablar de Vedanta difícilmente pueda generar el fruto deseado. Practica mucho Nididhyasana (meditación). Fúndete en el Atman interior, la presencia que mora internamente y penetra el interior. Olvida las envolturas externas, los nombres y las formas. Extrae la esencia. Conviértete tú mismo en esa Esencia.

Capítulo VI **CÓMO LLEVAR LA VIDA DE FAMILIA**

Varnashrama

Hoy en día, el Varnashram (sistema de castas y etapas de la vida) está prácticamente extinguido. Todos son Vaishyas o Banias (comerciante) solamente, con avidez por acumular riqueza sea como sea. Casi todos los Brahmanas y Kshatriyas son Banias o Vaishyas solamente. No hay verdaderos Brahmanas o Kshatriyas en estos días. Quieren dinero de cualquier forma. Esta es la causa fundamental de la caída del hombre.

Abandona la idea de superioridad e inferioridad. No te preocupes mucho por casta, credo, Gotra, religión, Sampradaya y todas las otras diferencias inútiles que separan a los hombres.

Aquél que está dotado de Sattva Guna es un verdadero Brahmana. Un hombre Rajásico es un Kshatriya. Un hombre Tamásico es un Shudra. Aún en una misma familia, puede haber un Brahmana, un Kshatriya y un Shudra.

Si un hombre proveniente de una familia Shudra es devoto de Hari, es un verdadero Brahmana. Si un Brahmana no tiene devoción y si pasa su vida sólo comiendo, bebiendo y divirtiéndose, es en verdad un Shudra. Hermano, ¿por

qué le preguntas a un hombre acerca de su casta, rango, posición, estatus, etc.? Si es devoto del Señor, es muy querido para Él, es el mejor hombre en los tres mundos. Todos los Devas lo adoran.

Un hombre que es veraz, compasivo y liberal, que tiene Kshama y Shanti, que está libre de temor, ira y codicia, que es inocente y cariñoso es en verdad Dios o Brahmana. Él es un verdadero Brahmana. Aquellos que están desprovistos de esas virtudes son Shudras.

Mientras un hombre se identifique con alguna Varna o Ashrama, considerará a otros también como pertenecientes a alguna Varna o Ashrama. En consecuencia, hará distinciones entre un hombre y otro. Los Vedas prescriben deberes para el hombre que tiene la noción de diferencia o distinción. Cuando un hombre desarrolla una visión igualitaria, cuando mira de la misma manera a un Brahmana, una vaca y un descastado, cuando contempla al Atman única en todas partes y a todos los seres en el Ser y en su propio interior, se convierte en un Jivanmukta o sabio liberado. En verdad, los Vedas no establecen una regla para él. Él está más allá de reglas y restricciones. Mientras uno vea diferencias entre un hombre y otro, debe practicar los deberes correspondientes a Varna y Ashrama.

En temas de fe, las distinciones de casta, credo o color no tienen cabida alguna. Un verdadero devoto reconoce la igualdad de todos los hombres. Todos los sirvientes de Dios son hermanos ante sus ojos. Raidas, un zapatero; Nandan, un Harijan; Gora, un alfarero; Rakha, un alfarero, Chokmela, un Mahar; el más bajo de los bajos; Kabir, un tejedor – fueron todos muy grandes devotos. Eran queridos para el Señor. Cuando se abre el ojo interior de la sabiduría, cuando el aspirante se baña en el néctar divino de la inmortalidad, cuando contempla al Uno en todas partes, cuando reconoce a su Señor en cada átomo del universo, ¿dónde están las castas, credos y colores? Es el ojo físico e impuro del hombre mundano el que percibe estas distinciones ilusorias.

Si el mismo Ser mora en todos los seres vivos, ¿por qué odias a otros? ¿Por qué te burlas de ellos o les frunces el ceño? ¿Por qué te indignas con otros? ¿Por qué usas palabras duras? ¿Por qué tratas de controlar y dominar a los demás? ¿Por qué los explotas? ¿Por qué eres intolerante? ¿No es el colmo de tu necesidad? ¿No es eso ignorancia pura? Obtén sabiduría y descansa en paz.

Es imposible unir a musulmanes e hindúes. Kabir trató de unirlos pero falló. Mahatma Gandhiji intentó generar concordia entre ellos, pero todos sus esfuerzos fueron inútiles. El único lazo unificador es la realización del Ser. Mira el sentimiento Adváitico de un faquir sufí musulmán y su amor universal.

Vida del hombre de familia

El casamiento no es un mero contrato, sino un sacramento o una obligación solemne entre el novio y la novia, por medio del cual ellos llevan una vida virtuosa y alcanzan el fin de la existencia.

Un hombre de familia que vive con su esposa es un aspirante para Brahma Vidya de segunda clase. El que vive solo es un aspirante de primera clase (Uttama Adhikari).

El progreso económico, las aspiraciones en la vida material y los problemas familiares preocupan a los hombres de familia y retardan en forma práctica su rutina diaria y sus prácticas espirituales.

Un hombre religioso y una esposa mundana siempre se mueven en direcciones diametralmente opuestas. No pueden gozar de un hogar feliz. Él tira hacia arriba mientras ella lo arrastra hacia abajo. Habrá siempre entre ellos un juego de tira y afloja.

Algunas veces, cuando no hay unidad religiosa entre esposo y esposa, la casa se vuelve un infierno. Si el esposo es religioso, la esposa irreligiosa no le permite estudiar libros espirituales, sentarse en meditación, visitar lugares sagrados de peregrinaje, practicar Brahmacharya y tener Satsanga con grandes almas. Ella teme que su esposo se haga Sannyasin aunque él le haya hecho la promesa solemne de que no lo hará. Hay siempre peleas en el hogar entre marido y mujer. El esposo no tiene paz mental a pesar de ganar una suma aceptable y de tener todas las comodidades terrenales. La esposa lo amenaza diciendo: "Voy a quemar todos tus libros religiosos ya que el estudio de esos libros ha producido un cambio en ti y me estás descuidando, ya no tienes interés en las cuestiones de la casa. Voy a tirarle piedras en la cabeza al hombre que escribió esos libros y que te ha inspirado a recurrir a las prácticas yóguicas. Sólo los tontos practican Yoga".

¿Cómo puede un hombre vivir feliz con tal esposa ignorante e irreligiosa? Es el deber del esposo formar a su esposa en la línea espiritual. Ella debe practicar Japa y Kirtan. Debe estudiar libros sobre devoción tales como el Ramayana, el Bhagavata y el Mahabharata. Debe recurrir a ayunos ocasionales. Debe visitar lugares de peregrinaje y asistir a discursos y Kathas dados por Mahatmas. La esposa debe ayudar al esposo en sus prácticas espirituales y yóguicas. Sólo entonces, el hogar será un lugar bendito en el que valga la pena vivir.

Algunos han tomado Sannyasa debido a la mala conducta de sus esposas y a los obstáculos que tenían en la casa para hacer sus prácticas yóguicas. Si ellas les hubieran permitido a sus maridos continuar con sus prácticas y los hubieran

ayudado en su Sadhana, ellos habrían permanecido en el Grihastha Ashram. Es el deber de las jóvenes inteligentes el cooperar con sus esposos para llevar una vida religiosa en el hogar. Sólo entonces, ambos podrán llevar una vida de paz y felicidad. Las escrituras declaran: “Sin religión, una casa es un cementerio aunque sea un palacio”. Que haya unidad psicológica, espiritual y en temperamento entre marido y mujer. Que el esposo ayude a su esposa y viceversa en las prácticas espirituales y yóguicas. Que la consigna sea la realización de Dios. Que su máxima sea la pureza. ¡Que el Dharma sea su guía!

El esposo tampoco debería interferir con las prácticas espirituales de su esposa. Debería ayudarla de todas las formas posibles en su evolución espiritual y pureza de vida.

Es debido al velo de ignorancia que te has olvidado de la verdadera naturaleza esencial, el estado Sat-chit-ananda. No es necesario que renuncies al mundo y corras a alguna cueva en el Himalaya para recobrar tu divinidad perdida. Aquí tienes una Sadhana fácil por la cual puedes alcanzar la Conciencia de Dios aún mientras vives en el mundo, en medio de múltiples actividades. No es necesario que tengas una habitación separada para meditar o que fijes cierto tiempo para la meditación. Cierra los ojos durante uno o dos minutos una vez cada dos horas y piensa en Dios y Sus variadas cualidades Divinas – compasión, amor, gozo, conocimiento, pureza, perfección y demás – repitiendo mentalmente Hari Om, Shri Ram, Ram Ram, Krishna Krishna o cualquier otro Mantra que te guste. También deberías hacer esto durante la noche, cuando te levantes para ir al baño o por cualquier otra cosa. Aunque no tengas el hábito de interrumpir el sueño, deberías hacer esta práctica al menos ocasionalmente cuando cambies levemente la postura durante el sueño. Este tipo de hábito se desarrollará sólo mediante la práctica repetida.

Escribe Hari Om doce veces al comienzo de cada carta. Debido a que tú y tu esposa no han entendido la gloria del Brahmacharya y de la vida divina ideal mientras permanecen en el mundo como personas de familia, y debido a que tu intelecto se ha entorpecido por las ardientes pasiones, puedes vivir durante cierto tiempo como hombre de familia con el debido cuidado de preservar siempre Virya que es la vida misma.

Sería demasiado pronto para ti renunciar al mundo ahora. Todas las cuestiones deben ser adecuadamente establecidas. Debes tener nervios de acero para entrar en el Nivritti Marga. No tienes conocimiento ni experiencia de esta vida. Prepárate gradualmente y ahorra dinero. No debes arrepentirte después de tomar este camino. Encontrarás otras dificultades en él. Piénsalo dos veces. La experiencia de Dios es más fácil de obtener mientras uno permanece en el

mundo si lleva una vida bien regulada y disciplinada. Renuncia al egoísmo y a los deseos. Esto constituye la verdadera renuncia o Sannyasa.

Aquellos que quieran renunciar al mundo y tomar el puro Nivritti Marga deberían prepararse por uno o dos años mientras están en el mundo. Deberían disciplinar el cuerpo y los Indriyas, y llevar una vida simple de resistencia. Deberían observar las reglas del Sannyasa. Estudiar cuidadosamente el Narada-Parivrajaka Upanishad que trata sobre la vida de un Sannyasin les será de gran ayuda.

Mientras permanezcas en el mundo, ahorra tanto dinero como puedas. Aún los Sannyasins necesitan dinero en estos días. Los tiempos han cambiado totalmente. Aquellos que desean llevar una vida de Nivritti Marga deben tener su propio dinero. Deben tener independencia económica. Es difícil obtener Bhiksha en la actualidad.

Si eres viudo y no tienes otros lazos, todas las ataduras están rotas. ¿Volarás hacia Brahman ahora? Esfuérzate con tenacidad. Lucha duro. Renuncia al mundo. Haz Sadhana.

Debes pasar al menos algunos años de la última parte de tu vida en paz, Ananda y en meditación llevando la vida de Vanaprastha o Sannyasa. Enredarse en las redes de Maya hasta el último aliento es simplemente una necedad. Basta de esta vida terrena. ¿No estás harto, mi querido amigo Krishna, de esta existencia mundana miserable? Tú mismo has creado los sufrimientos. Trata de jubilarte lo antes posible. Sal del mundo y conviértete en un Vanaprastha. Mientras haya una nariz, habrá alguna que otra mucosidad. Si pasas una hora en meditación y quince horas en chismorreos mundanos, no la meditación no dará frutos. Debes estar siempre inmerso en la conciencia de Brahman. La vida es corta. El tiempo es fugaz. Despierta, levántate. Desarrolla el Vairagya de clase superior. Aumenta tu Japa y el período de meditación.

Consejo para las mujeres

Las mujeres pueden tener fácilmente el Darshan del Señor si se inclinan hacia el sendero espiritual, ya que el elemento de amor predomina en ellas. Sneha Vritti está más desarrollado en ellas.

Oh, Vidya, ¿no te gustaría convertirte en Mira? Mira fue expulsada del palacio por su esposo. Era muy joven. ¿No se ocupó de ella el Señor? Cuando estuvo a punto de arrojarla al río según las órdenes de su cruel esposo, el Señor la sostuvo en Su falda. ¿No hará lo mismo por ti? Confía totalmente en Él y quédate tranquila.

La devoción por el esposo es la mayor forma de adoración para las mujeres. Es la gran religión para ellas, ya sea que el esposo sea horrible o pobre, que esté enfermo o que haya envejecido. Aquellas mujeres que deseen alcanzar la beatitud eterna deberían servir a sus esposos con intensa fe y amor.

Una mujer puede atraer hasta a un sabio e inclinar su mente hacia la sensualidad. Ella es Shakti aunque sea considerada Abala (débil). En estos días tenemos mujeres abogadas, médicas graduadas en Inglaterra, miembros del Consejo o Asamblea, oradoras y profesoras.

La gracia, la modestia y la castidad (Pativrata Dharma) son las virtudes fundamentales de una mujer. Savitri y Anasuya fueron Grihasti Dharminis ideales. Las mujeres deberían seguir su ejemplo.

Es mejor copiar lo bueno de todos. Occidente tiene algo que aprender de Oriente y viceversa. Hay muchas virtudes en un inglés. Los jóvenes indios, en vez de absorber esas virtudes, han absorbido solamente muchos malos hábitos. Debido a la llamada civilización moderna, las mujeres hindúes se han vuelto asexuadas y más masculinas. Han perdido la gracia y la modestia del género femenino.

Aún un poco de entendimiento y práctica de Yoga hará que la vida sea más fácil de sobrellevar y la muerte más fácil de enfrentar. Yoga no es sólo para el erudito, es para todos. Las mujeres también pueden practicar Yoga. Ellas también pueden practicar Asanas y Pranayamas. La reina Chudala era una Yoguini. Las mujeres pueden tener éxito en Yoga rápidamente si se deciden con firmeza y desarrollan Vairagya.

Las impresiones se arraigan profundamente en el cerebro del feto que mora en el útero. Si la mujer embarazada hace Japa y Kirtan, si estudia libros religiosos y lleva una vida piadosa durante el embarazo, el feto es dotado de Samskaras o impresiones espirituales, y nace como un niño con tendencias o inclinaciones espirituales.

Las personas mundanas desean hijos. Esa es una Vasana poderosa. Los hijos son causa de toda clase de sufrimiento. Ten Viveka (discernimiento). Destruye ese Putra Ishana. Desea al Atman y sólo al Atman. Allí obtendrás todo. Sólo obtendrás satisfacción plena (Purna Tripti) en el Atman.

El hombre mundano ignorante tiene un intenso apego y amor por su esposa, sus hijos, amigos y parientes, por sus posesiones de casa, vacas, riqueza, jardines, inmuebles, ropa, oro y dinero. Un devoto tiene tremendo apego y amor por Dios y sólo por Dios. Vive para Él solamente, trabaja sólo para Él.

El aspecto Prakriti está más presente en las mujeres. De allí que sea más difícil para ellas tener Vairagya.

Visiten lugares de peregrinaje tales como Prayaga, Nasik, Benares, Haridwar, Rishikesh, Badrinarayan, Rameshvar, Brindavan y Ayodhya. Presenten sus respetos a los Sadhus, Mahatmas y Sannyasins. Acérquense con frutas en las manos. Nunca vayan con las manos vacías. Pronto obtendrán Bhakti.

El intenso anhelo del corazón por alcanzar a Dios es devoción o amor supremo. La santa Mira tenía ese amor. Las Gopis de Brindavan también tenían ese amor. Ellas se perdieron totalmente en el Señor Krishna. Se olvidaron de su hogar, de sus esposos e hijos. Eran inconscientes de sus cuerpos.

Algunas se fueron de la casa cuando estaban ordeñando las vacas. Otras cuando estaban sirviéndoles la comida a sus esposos. Algunas dejaron en el fuego el arroz que estaban cocinando. Otras no esperaron a que la leche hirviera. Algunas estaban sirviéndoles la comida a sus huéspedes. Todas dejaron su trabajo por la mitad. Sus atuendos, cabellos y adornos estaban desprolijos. Ellas corrieron para ver a Shri Krishna. El Señor Krishna era su mismo Prana y su alma. Ellas no podían soportar la separación de Él ni por un segundo.

Así como no tienes Kama (pasión) cuando miras a tu madre, el Señor Krishna también hizo la Rasa Lila con las Gopis en Brindavan sin pasión alguna. La enseñanza secreta de la Rasa Lila es que la gente puede obtener salvación mientras lleva a cabo las distintas actividades del mundo, mientras goza en el universo sensorio fijando la mente en los Pies de Loto del Señor y entregando, incondicionalmente, todos los frutos de sus acciones a Sus Pies de Loto.

Entrenamiento de los niños

Sólo los padres son responsables del carácter de sus hijos. Si los padres son irreligiosos, los hijos también lo serán. Es el gran deber de los padres darles a sus hijos instrucción religiosa desde la niñez. Ellos mismos deben llevar una vida divina. Cuando se instalan Samskaras espirituales en la niñez, echan raíces profundas, florecen y dan frutos cuando alcanzan la adultez.

Madalasa era una Jñani. Ella convirtió a todos sus hijos en Jñanis. Solía cantarles "*Shuddosi, buddhosi, nirañjanosi* – Oh, niño, tú eres puro, omnisciente e inmaculado". Cuando estaba acunando a sus hijos, éstos absorbieron las enseñanzas vedánticas junto con la leche de la madre y se volvieron sabios. Todas las mujeres deberían seguir el ejemplo de Madalasa e instruir a sus hijos en el sendero de la rectitud y la verdad.

Las impresiones formadas en los primeros años se arraigan profundamente en la propia naturaleza. Es el mayor deber de los padres crear impresiones de devoción en las mentes de sus hijos contándoles historias del Ramayana y el Bhagavata, haciendo que canten Kirtan y reciten plegarias. Deberían darles educación en sánscrito. Deberían hacerlos realizar el Sandhya regularmente en la mañana, el mediodía y la noche, estudiar el Gita, el Ramayana y otros textos, y practicar Japa diariamente. Si los padres descuidan el cumplimiento de este deber, sus hijos se vuelven irreligiosos y malvados.

El padre que le da malos consejos a su hijo no es digno de reverencia. No hay falta en desobedecer a los padres cuando ellos quieren arruinar a sus hijos dándoles malos consejos. Es una gran falta si el padre trata de perturbar la mente de su hijo religioso que quiere hacer Bhajan, que es desapegado y no tiene atracción por los objetos mundanos. Es un crimen si intenta tirarlo hacia abajo, hacia las tendencias sensuales, si no le permite elevarse en el plano espiritual.

Si un padre tiene cuatro hijos, debe permitir voluntariamente que uno de sus hijos se dedique por entero a la búsqueda espiritual y lleve la vida del Nivrutti Marga. Cuando haya hecho algún progreso en este sentido, este hijo será capaz de guiar a los miembros de la familia en el sendero de la espiritualidad. Estará con ellos e irradiará regocijo, paz y fortaleza, los elevará desde el cenagal del Samsara. Pero en estos días, el padre desea que todos sus hijos sean doctores, civiles y abogados. No le gusta que su hijo recorra el sendero de la Verdad. Cuando ve a su hijo estudiando el Gita, teme que se haga Sannyasin. Cuando el hijo tiene inclinación espiritual, el padre le pone muchos obstáculos para su crecimiento en este sentido y lo fuerza a casarse. Esa es la razón por la cual un padre mundano es siempre desgraciado a pesar de que sus hijos estén en buena posición. Un hijo espiritual es una valiosa ventaja para la familia.

“No descuides tus deberes hacia los dioses y antepasados. Que la madre sea tu Dios (*Matri devo bhava*). Que el padre sea tu Dios (*Pitri devo bhava*). Que el maestro sea tu Dios (*Acharya devo bhava*). Que el huésped sea tu Dios (*Atithi devo bhava*). Haz tales acciones que sean incuestionables, no otras. Debes realizar aquellos trabajos que sean buenos para nosotros, nada más.” Manu.

Adora al Atman en todo momento. Vive una vida regulada. Moldea tu carácter. Desarrolla una conducta noble y virtuosa. Sé honesto y trabaja para el bien de otros. Sé devoto de tu maestro. Vive bajo votos de toda la vida. Desarrolla compasión, amor puro, tolerancia, inocencia y poder de concentración. Sé generoso. Sé caritativo. Pronto obtendrás la realización del Ser.

Sirve y ama. Da y renuncia. Tolera y soporta. Refrénate y controlate. Olvida y perdona. Ajústate y adáptate. Persevera y avanza. Aspira y purifícate. Reflexiona y pregunta. Discierne y concéntrate. Medita y realiza. Que puedas lograr Kaivalya.

Esta es la esencia de las enseñanzas de los Vedas: “Sirve. Ama. Da. Controla (la mente y los sentidos). Sé puro. Sé bueno. Haz el bien. Sé amable”. No entres en discusiones acaloradas acerca de la existencia de Dios, el por qué, el cómo y los misterios de la vida y el universo. Practica sinceramente las enseñanzas mencionadas anteriormente. Pronto lograrás paz mental y liberación. Repite constantemente estos Mantras o fórmulas diariamente y observa hasta dónde eres capaz de ponerlos en práctica en la vida diaria.

Cumple tu deber hacia tu padre, tu madre, tu esposa, tu hijo, tus parientes, amigos y maestros espirituales, hacia la sociedad y el país. No te molestes por cuidados mundanos, preocupaciones, ansiedad, pena o desgracia. Esfuérzate por permanecer calmo y auto-controlado en medio de las vicisitudes de la vida. Disciplina la mente. Ten una mente equilibrada. Deberás trabajar duro para obtener este estado mental.

El servicio constante a los padres con Bhava divino puede liberar a un hombre de la rueda de nacimientos y muertes. Pundarika pasó toda su vida sirviendo a sus padres ancianos, día y noche. Cuando Pundarika estaba sirviendo a sus padres, el Señor Krishna apareció ante él. Pundarika no Le prestó demasiada atención. Arrojó algunos ladrillos para que el Señor se parara sobre ellos y continuó sirviendo a sus padres. Cuando completó su servicio, volvió a donde estaba el Señor Krishna y Lo adoró. Los Shrutis declaran: “*Matri devo Bhava. Pitri devo Bhava* – Que tu madre sea tu Dios. Que tu padre sea tu Dios”. Sadhan, el carnicero de Maharashtra también era muy devoto de sus padres.

Vida de Vanaprastha

Si has terminado el período de la vida de familia, si tus hijos están bien establecidos, debes prepararte para la siguiente etapa de la vida, la de Vanaprastha. ¿De qué sirve repetir una y otra vez el mismo proceso de comer, beber, hablar y vestirse? Debes lograr el mayor bien de la existencia. Debes lograr libertad, perfección. Es muy difícil obtener un nacimiento humano. Esta vida tiene por finalidad la realización del Ser. Si el hombre continúa la vida sensual hasta el fin de su vida, ¿cuál es la diferencia entre un hombre y una bestia? Dios le ha dado al hombre poder de discernimiento, de reflexión y Vichara Shakti. Éste debe utilizar esos poderes para lograr la conciencia de Dios.

Puedes llevar la vida de Vanaprastha con tu esposa. Si ella está demasiado apegada a sus hijos, puedes llevar tú solo la vida de Vanaprastha. Permanece en un lugar solitario de clima templado y dedica tu tiempo al estudio, el Japa y la meditación. Si tienes la tendencia de servir a la sociedad, puedes trabajar durante dos o tres horas con espíritu de Nishkamya Karma Yoga, sin la idea de que eres el que realiza la acción y sin esperar los frutos de la misma. Esto purificará tu corazón rápidamente y te preparará para el descenso de la Luz Divina.

Aquél que lleva la vida de Vanaprastha no debería volver a su lugar natal y vivir con su hijo. Pronto se desarrollará una forma sutil de Moha y apego. Los métodos de Maya son muy misteriosos. Es Moha lo que trae al hombre una y otra vez a este Mrityu Loka o mundo de muerte. Moha es un arma poderosa de Maya. La alegría y la pena de tus familiares perturbarán tu paz mental. Esta es la razón por la cual se dice en los Shastras que un Vanaprastha o Sannyasin no debería visitar su lugar, distrito o provincia natal durante un período de doce años.

Si encuentras difícil vivir en reclusión, permanece en una habitación solitaria en tu propia casa o construye una casita de paja en un rincón del terreno. No te relaciones mucho con tus familiares. Ten tu tiempo de entrevistas entre las 4 y las 5 de la tarde. Durante el mismo, habla sólo de temas espirituales. Conduce Kirtans y clases sobre el Gita o los Upanishads. Si puedes manejarlo convenientemente, vive en una casa separada y ten un cocinero, o pídele a tu gente que te envíe comidas a tu habitación.

Capítulo VII **SANNYASA Y LIBERACIÓN**

El sendero de la renuncia

Un hombre de familia tiene que enfrentar muchas dificultades para practicar devoción y meditación en el hogar. No puede mantener un silencio perfecto (Mauna) por algunos días. Hay muchos factores perturbadores. Difícilmente un hombre de familia pueda lograr Ananya Bhakti. En las etapas finales, tendrá que renunciar al mundo.

Nitya Sukha (Beatitud Eterna), Param Shanti (Paz Suprema), Nitya Tripti (Satisfacción Eterna), Felicidad Infinita, Akhanda Sukha (Gozo Ininterrumpido) pueden tenerse en Dios. Alcanza la Conciencia de Dios, la realización del Ser o el Darshan de Dios mediante Ananya Bhakti o Vichara. Este es el fin de la vida. Este es tu mayor deber. Todos los otros deberes son secundarios.

Para tener crecimiento espiritual y una evolución mayor, no deberías permanecer en el lugar en que viven tus parientes e hijos. La mente estará siempre inquieta.

Si el trabajo en la oficina consume toda tu energía, si tienes que trabajar horas extras, si no eres capaz de levantarte temprano en la mañana para la meditación, ahorra dinero, retírate antes del servicio y conviértete en un Sadhaka de tiempo completo. Levantarse incluso un poco tarde en Brahmamuhurta es bueno. Es mejor que estar roncando cuando sale el sol.

La meditación es más difícil que Japa y Smarana. Ésta puede ser practicada por aquellos que llevan la vida de Nivritti Marga o renuncia en cuevas o bosques, o que pueden dedicar todo su tiempo a propósitos espirituales después de retirarse del servicio.

Del mismo modo en que un dramaturgo ensaya permaneciendo solo en un lugar tranquilo, también el aspirante espiritual practica meditación en soledad. En el Gita, el Señor Krishna dice: “Que el Yogui se ocupe constantemente de Yoga, permaneciendo en un lugar secreto, doblgando sus pensamientos y practicando el autocontrol, libre de deseo y codicia”. (Cap. VI-10).

Un verdadero Sannyasin es un Rey de reyes aunque esté vestido con harapos o sólo con un Kowpin (taparrabo) – “*Kowpeena vantha khalu bhaghyavantah* – ese Sannyasin con un Kowpin es el hombre más afortunado”.

Los hombres jóvenes solteros son muy aptos para abrazar Sannyasa. Están llenos de espíritu, entusiasmo y energía. Tienen mentes puras e inmaculadas. Sus mentes son totalmente plásticas, elásticas y flexibles. Ellos pueden ser moldeados fácilmente. Tienen fortaleza para soportar las privaciones de una vida ascética rígida en bosques y lugares solitarios.

Es sólo para la gente apasionada que se prescribe el Grihastha Ashram (vida de familia), porque ellos no pueden controlar su lujuria. Si uno nace con suficientes Samskaras espirituales, con Viveka y Vairagya innatos como Shri Shankaracharya o Sadashiva Brahman, no entrará en la vida de Grihastha. Inmediatamente asumirá el voto de Naishtika Brahmacharya y luego abrazará Sannyasa. Los Shrutis también recomiendan esto: “Renuncia al mundo el mismo día en que logres Vairagya”.

Renuncia a los deseos mundanos. Renuncia a los placeres de los objetos sensuales. Acércate a un Guru. Esfuérate por lograr la liberación. Fija la mente en la Verdad. ¡Ten cuidado! Padre, madre, esposa, hijo, amigos, parientes, dinero y propiedad son todos tus enemigos. Cuídate de Maya. No confíes en los Indriyas. Este mundo es pura apariencia. El placer sensual es sólo dolor. Este

mundo está lleno de miseria, sufrimientos y tribulaciones. Más allá de la mente, hay un océano de beatitud, paz y conocimiento. Aquello es el Atman. Aquello es Brahman. Aquello es el Ser Supremo. Aquello es el Infinito, el Absoluto Brahman. Realiza Aquello. Sólo entonces serás libre.

Ten fuerte determinación y voluntad de hierro. Nunca pienses en regresar a casa después de haber tomado el Nivritti Marga. Piénsalo bien. Ten coraje, concentración mental y un propósito definido para la vida. No osciles. ¿Estás listo para dar todas tus posesiones incluyendo el cuerpo y la vida? Sólo entonces toma el Nivritti Marga y abraza Sannyasa. Piénsalo tres veces antes de llegar a una conclusión definitiva. Este no es un sendero de rosas como imaginas. Está lleno de espinas. Está plagado de innumerables dificultades. Sé humilde, paciente y perseverante. Nunca te preocupes por Siddhis o por un rápido despertar de Kundalini. Ten devoción por Dios. Ten perfecta confianza en Él. Ten el espíritu de servicio a la humanidad. Sólo entonces te beneficiarás emprendiendo este camino. Yo te serviré. No te preocupes. No estés ansioso. Seré siempre tu sirviente. Sé noble.

Verdadera Renuncia

Alguien le preguntó a Guru Nanak: "Oh, Santo, ¿por qué no te has rapado? Tú eres un Sannyasin". Guru Nanak respondió: "Mi querido amigo, he rapado mi mente. No hay necesidad de rapar mi cabeza*". En verdad, la mente debería ser claramente rapada. Rapar la mente es liberarse de toda clase de apegos, pasión y egoísmo. Esto es verdadero rapado. El rapado externo no tiene significado cuando hay ansia interior, Trishna.

*(*Cuando los Sannyasins toman el voto de renuncia, rapan su cabeza como símbolo externo de desapego. De allí la expresión 'rapar la mente' que implica una actitud de desapego mental.)*

La verdadera renuncia está en la mente. El verdadero Sannyasa es un estado mental. Puede que dejes esposa, riqueza, hijos y posición, y puede que aún así no seas un Sannyasin debido a que estás apegado a ellos en tu mente, en tu corazón de corazones (Asakti).

Abandona las apariencias hipócritas de una vida de renuncia. Sé sincero contigo mismo. Llevar el cabello en mata no constituye verdadera renuncia. La renuncia es un estado mental. No trates de pasar por un hombre piadoso y religioso. Hay gente inteligente que descubrirá tu verdadera naturaleza. Te atraparán después de un tiempo.

Este cuerpo físico es el producto de acciones de vidas anteriores. Comida, ropa y demás necesidades del cuerpo son dispuestas por Prakriti de antemano. No debes temer en modo alguno.

Todos nacen con sus propios Samskaras. Aún si estás encerrado en una cueva totalmente aislado, tu comida y tu ropa estarán a la entrada de tu cueva. Esta es la Ley Divina. ¿Qué lugar hay para el lamento y la desesperación, oh Chandra Mohan? Todo el mundo espiritual te respaldará.

Oh, aspirante, aléjate de la compañía de personas mundanas. Aquellos que hablan de cuestiones mundanas te corromperán rápidamente. Puede que tu mente se agite y comience a vagar. Tendrás una caída. Corre, corre, corre rápidamente a lugares solitarios como Uttarkashi. Vuela, vuela, vuela a lugares solitarios como Rishikesh. Estarás seguro. Estarás fuera de la zona de peligro. Recuerda las palabras del Señor Krishna: “*Vivikta sevi* – vivir en soledad” – Gita, Cap. XVIII-52. “*Rahasy sthita ekaki* – que el Yogui se ocupe constantemente de Yoga permaneciendo en un lugar secreto”. Cap. VI-10.

Oh, aspirantes, no mendiguen nada excepto pan, aún si mueren. Un mendigo no puede soñar con la liberación (Moksha).

Aquellos aspirantes que están bien calificados y bien equipados realmente se beneficiarán en el sendero de la renuncia. Muchos renuncian al mundo y toman Sannyasa por un entusiasmo pasajero. Ellos no hacen ningún progreso en el sendero espiritual, porque les falta la preparación y las cualidades sin las cuales la vida espiritual no es posible.

Cuanto más libres estés de actividades y preocupaciones mundanas, más te amarán y respetarán todos.

En la antigüedad, las mujeres llevaban vida de celibato, servían a los Rishis, meditaban en el Atman y obtenían Brahma-jñana.

Sin duda, es difícil para las mujeres, particularmente las jóvenes, tomar el sendero de la renuncia (Nivritti Marga). No tienen la misma libertad que los hombres. Los hombres pueden sentarse y trasladarse como quieran. ¡Es una pena que no haya Ashrams para mujeres Sannyasins!

Un hombre de familia le preguntó al Brahmachari Nirañjan: “Hermano, ¿por qué no te has casado?” Nirañjan respondió: “Nunca tuve tiempo de pensar en casamiento. Estoy ocupado con mi trabajo. Todos mis pensamientos están centrados en mi Amigo inmortal, el Habitante interior de mi corazón, el Alma de todos los seres, una personificación de beatitud”.

Necesidad de Vairagya

Encontré una hoja del "Hindustan Times" en la mesa de una librería. Había una escultura de un hombre apuesto con el cabello corto, corbata, etc. Me llamó la atención. Había algo impreso debajo del busto. Comencé a leer. El tema era "Sr. U. Rai Bahadur, ciudadano sobresaliente de tal lugar". Me sentí atraído al ver las palabras 'Bahadur' y 'ciudadano sobresaliente'. Luego encontré las palabras "cuya muerte tuvo lugar hace algunos días bajo misteriosas circunstancias". Mi corazón se conmovió. El párrafo terminaba con las palabras: "Su cadáver fue encontrado cerca de la Estación Ferroviaria de ese lugar". Me sentí profundamente afectado. Puede que un hombre tenga un buen estatus o una buena posición en la sociedad. Puede que nade en riqueza y que aún así sea arrebatado por las frías manos de la cruel muerte. El Sr. U. Rai Bahadur era un ciudadano notable. Se sentaba en almohadones aterciopelados. Se desplazaba en hermosos autos. Se aplicaba aceites esenciales y medicinales en el cuerpo. Se vestía con valiosa ropa de seda. Tenía muchos sirvientes, amigos y parientes, y aún así no hubo nadie que lo atendiera cuando expiró su último aliento y su cuerpo, al que cuidó tanto, fue encontrado en una condición miserable cerca de un tacho de basura. ¡Tal es la vida en este misterioso universo! Aún así, la gente se aferra a esta vida mundana y no intenta obtener el conocimiento del Ser, lo único que puede liberarlo de la rueda de nacimientos y muertes, y conferirle inmortalidad y beatitud eterna.

Este mundo de nombres y formas está constantemente cambiando. Los mares se secan y vastos desiertos arenosos aparecen en su lugar. Las cumbres se convierten en hondonadas y las hondonadas, en cumbres. La arena se vuelve piedra y la piedra, arena. Bloques de piedra se convierten en cal y ésta en polvo. Los bosques se convierten en ciudades modelos y las ciudades, en lugares desérticos. La hierba se convierte en sangre, la sangre en leche, la leche otra vez se convierte en sangre y la sangre, en carne. Un hombre joven se vuelve anciano y una hermosa joven se convierte en una mujer horrible. El hombre obeso adelgaza y la joven delgada se convierte en una mujer gorda. Un Zamindar se convierte en mendigo y un mendigo, en Zamindar. Detrás de esos objetos siempre cambiantes, hay un Brahman inmutable, eterno e inmortal, el Ser Supremo. Aquél que realiza a este Brahman obtiene inmortalidad, liberación y beatitud eterna.

La primavera es encantadora. Los árboles están adornados con flores y frutas. La suave brisa es estimulante. Pero el verano es abrasador y el invierno, penetrante. El hombre ríe cuando tiene un hijo, cuando se casa, cuando gana fortuna y cuando aumenta su salario, pero llora cuando muere la esposa, cuando pierde el dinero, cuando lo echan del empleo, cuando lo pica un escorpión y cuando sufre de alguna enfermedad aguda.

¿Qué es este mundo?

Este es un mundo extraño en verdad. Es un museo muy grande, un espectáculo maravilloso. Las flores y el paisaje del Himalaya, las Cataratas del Niágara, el mar y el cielo son hermosos y encantadores. Pero los terremotos, las erupciones volcánicas, los relámpagos, los truenos, los deslizamientos de tierra, los ciclones y las epidemias de gripe y las plagas son horribles y amenazadores. Una mujer hermosa es muy encantadora. Es muy dulce cuando es joven, cuando sonríe, cuando se pone hermosos vestidos, cuando canta, cuando toca el piano o el violín, cuando baila en el salón de fiestas. Pero se ve horrible cuando se enoja, cuando discute con su marido para tener ropa de seda y collar de oro, cuando sufre de alguna enfermedad crónica y cuando envejece.

Aquello que no es nada al comienzo ni al final, necesariamente no existe en el presente. Los objetos son como ilusiones corrientes aunque sean considerados como reales. Practica Vichara.

Este mundo es en verdad como un árbol para el descanso de los pájaros. Una tarde, los pájaros se encuentran en un árbol para pasar la noche y a la siguiente mañana se van, separándose, y siguen su camino. Del mismo modo, los hombres se encuentran por un tiempo como parientes, padres, hijos y amigos, y luego se dispersan. El nacimiento lleva a la muerte y la muerte al nacimiento. Así deambula el hombre constantemente, sin descanso.

Este misterioso mundo con su encantador escenario es muy hermoso de mirar, pero es muy sucio para mezclarse con él. Todos son engañados por los encantos de Maya. Pero el sabio, el devoto, el yogui y el Viveki no son afectados.

Este mundo tan grande es sólo una gota, un átomo cuando se lo compara con el Brahman Infinito. Del mismo modo en que una pajita flota en el océano, este mundo está flotando en un rincón de Brahman. La mente y los cristalinios de los ojos te están engañando. Te muestran una pintura amplificada como cuando un micrófono amplifica el sonido de una gota haciéndolo aparecer como un gran trueno. Esta es la magia de Maya que las personas que poseen desapego y discernimiento comprenden, pero no así las personas mundanas.

Los reyes y nobles morirán. Este mundo desaparecerá con todos sus ocupantes. El sol, la luna y las estrellas desaparecerán. Todos los gozos y penas pasarán. Esposa, hijos, riqueza y propiedad desaparecerán. Los cinco elementos desaparecerán. Días y noches, meses, años y centurias pasarán. En verdad, sólo el Akshara o el Sat-chit-ananda Brahman imperecedero, el Eterno perdurará para siempre. Realiza a este Brahman, tu Ser más profundo, mediante la meditación constante y profunda, y vuélvete inmortal.

La gloria de la vida mundana se desvanece rápidamente. Nombre y fama son vibraciones en el éter. ¿Cuántos médicos, abogados y jueces han venido y se han ido? Nadie habla de ellos ahora.

¡Ah, qué rápido se diluye la gloria del mundo! ¿Dónde están los poderosos potentados que alguna vez llevaron sus cetros con vanidosa pompa y gloria? ¿Dónde están aquellos eruditos abogados, jueces y médicos que alguna vez pasaron por grandes hombres en la sociedad? Dime dónde están los académicos, Pandits y multimillonarios que posaban tanto por su erudición y riqueza. ¿Habla la gente de ellos ahora? Nombre y fama son meras vibraciones en el éter.

Oh, pequeño y egoísta hombre de vanidades, te has vuelto muy viejo. Tu cuerpo ahora se dobla, caminas con un bastón y aún así, tu ira no ha desaparecido. Tu cuerpo está consumido. Tus miembros están atrofiados. Los sentidos están fríos y aún así tu egoísmo no se ha desvanecido. Tu bigote se ha vuelto gris, ¡pero tus deseos no te han abandonado!

¿Qué es este cuerpo?

No perezcas como una presa en el cepo de tus apetitos sensuales. No caigas como un hombre ciego en los pozos ocultos de este mundo. ¿Por qué arriesgas tu vida cayendo en esos pozos turbios?

Este cuerpo es una falsa bolsa de cuero llena de aire. Es una jaula hecha de carne, huesos y nervios. Es una vasija misteriosa hecha con los cinco elementos por el alfarero divino, Dios. Se romperá en cualquier momento. El tigre (la pasión), el oso (la ira), el leopardo (la codicia), el lobo (los celos) y el elefante (el orgullo) moran en este cuerpo. Estos animales salvajes atacan al Jiva y perturban su paz mental. Aquél que ha subyugado a estos animales puede lograr serenidad y perfección.

La vida es un relámpago del aliento. El tiempo no es más que el trueno de la muerte. Vive en el Atman. Obtendrás la inmortalidad. Trasciende el tiempo. Obtendrás la eternidad.

Mira este cuerpo. Es una casa con dos pilares. Las paredes están hechas de arroz, pan, legumbres y papas. Se derrumbará sin previo aviso. El Jivatma habita esta casa.

La belleza física no es belleza. Aquél que tiene conocimiento del Ser es el hombre más hermoso del mundo entero. Él es en verdad un hombre apuesto. A pesar de que Ashtavakra tenía ocho clases de deformidades, era el hombre más hermoso. Tenía el aura Bráhmica en su rostro. Los ojos brillaban con la luz del

alma. Con esta luz se impuso al Raja Janaka y lo hizo entrar en Samadhi en un abrir y cerrar de ojos.

Sin la piel, el vestido y los adornos, la mujer no es nada. Sólo imagina por un momento que le sacan la piel. Tendrás que estar al lado de ella con un palo para alejar a los cuervos y los buitres. La belleza física es superficial, ilusoria y evanescente. Es pura piel. No te dejes engañar por las apariencias externas. Es el juego de Maya. Ve a la fuente, el Atman, la belleza de bellezas, la belleza duradera.

Una rana que está en las fauces de una serpiente a punto de ser devorada, intenta capturar insectos para su placer. Así también, el hombre que está en las garras de las fauces de la serpiente del Tiempo trata en vano de obtener objetos de placeres sensuales, al igual que la rana, y se olvida así de su meta en la vida y de su naturaleza divina esencial. ¡Qué engañado está, qué tonto es!

El placer que obtienes de los objetos sensuales es temporario. Ese placer pasajero es seguido por una reacción dolorosa. Esta es la razón por la que los Vivekins, dotados de discernimiento entre lo real y lo irreal, no anhelan placeres sensuales. Los rechazan sin piedad mediante Dosha Drishti.

El placer que obtienes mediante los objetos sensuales equivale al tamaño de un grano de cebada, mientras que el dolor que experimentas en este mundo es del tamaño de una montaña.

Abandona los placeres sensuales

El escorpión tiene su veneno en la cola, la cobra en los dientes, el mosquito en la saliva y el difamador en la lengua. La mujer tiene flechas envenenadas en los ojos. Ella envía mensajes de pasión a los jóvenes lujuriosos y atraviesa sus corazones con las flechas envenenadas que dispara con sus miradas penetrantes. No puede causarle ningún daño a un Viveki que está siempre alerta y que ve las Doshas de una mujer (Asat, Jada, Duhkha e impurezas) y que conoce al Sat-chit-ananda, la naturaleza pura del Atman.

Shri Shankaracharya no se casó por miedo a amar y después sufrir la pérdida de los seres queridos. Nunca adquirió riqueza, por temor a que su alma se viera atraída hacia las posesiones transitorias y terrenales. Él poseyó la riqueza espiritual eterna, la invaluable perla del Atman. Gozó en su propio Ser. Tuvo la beatitud Átmica infinita e inalterable.

Sólo el hombre ignorante corre tras objetos sensuales y cae en las redes mortales tendidas a su alrededor. Vive en la oscuridad. Cae una y otra vez bajo el dominio de la muerte, Yama. El camino hacia Moksha no es claro para él. Es

engañado por los placeres sensuales de este mundo. Pero el hombre paciente y reflexivo, que posee discernimiento y desapego, no desea los placeres ilusorios de este mundo. Él medita en el Ser Supremo y obtiene beatitud eterna e inmortalidad.

El ciervo almizclero no conoce la fragancia del almizcle que emana de su ombligo. Va de aquí para allá buscando el origen de ese perfume. Así también, el Jiva engañado e ignorante es inconsciente de que la fuente de Beatitud está en su interior, en el Atman. Él corre tras objetos externos y perecederos para obtener felicidad.

Aquellos que están engañados y subyugados por las Vasanas realizan acciones impuras. Se vuelven egoístas, confiados en sí mismos y orgullosos. Las decisiones erróneas siempre dan vueltas en sus mentes. Ellos tienen a los disfrutes sensuales como el único estándar u objetivo de la vida. Tratan de obtener riqueza por medios sucios o injustos para sus disfrutes sensuales. Quedan atrapados en la red de incontables esperanzas y anticipaciones. Son aptos para hacer cualquier cosa con tal de obtener dinero. El dinero es su único Dios. Son codiciosos e irritables. Son propensos a la hipocresía, la ira, la falsedad y la deshonestidad.

Este Samsara o mundo generalmente es comparado con un bosque en llamas. Las tres clases de Taapas, las cinco clases de aflicciones, por cierto, queman al hombre. Él es cocinado en la olla como la mostaza. Sin embargo, el hombre mundano piensa tontamente que está obteniendo placer de los objetos sensuales. Tiene una mente grosera, que está intoxicada con el vino de la pasión. Por lo tanto, no es capaz de percibir las cosas como son en verdad.

Un niño pobre vio por primera vez al hijo de un hombre rico bebiendo una taza de leche. Él no sabía lo que era la leche. Entonces le preguntó, "Hermano, ¿qué estás tomando?" Él otro respondió: "Leche". El niño pidió a su madre: "Querida madre, hasta ahora no me has dado leche. Dame un poco de leche. Déjame probarla". La pobre madre no tenía dinero. Tomó un poco de harina de maíz, la puso en agua, le agregó un poco de azúcar y se la dio a su hijo. El niño bebió y dijo: "Madre, es muy rica. Dame leche todos los días". El niño tomó eso durante un mes. Un día, el hijo del hombre rico le dio una taza de leche. Éste la disfrutó hasta hartarse. A la mañana siguiente, su madre le dio su preparación como de costumbre. El niño no la tomó y le dijo: "Madre, esto no es leche en absoluto. Me has estado engañando hasta ahora. No quiero eso. En el futuro, tomaré leche verdadera del hijo de un hombre rico, mi compañero de clases". Del mismo modo en que el niño que probó la verdadera leche incluso una sola vez no corrió tras la leche artificial preparada por su madre, el hombre sabio que ha probado una vez la Beatitud de Brahma no correrá tras los placeres sensuales.

El sendero del sabio

¡Dime ahora, amigo! ¿Qué encuentras en verdad en este mundo ilusorio? ¿Felicidad o dolor? ¿Gozo o pena? ¿Has entendido la naturaleza ilusoria de la creación de Maya? Este mundo es pura apariencia. La mente y los sentidos te están engañando a cada momento. Has tomado al dolor por placer debido a la confusión del entendimiento. No hay ni una pizca de placer en este universo sensorio. Abandona estas luchas egoístas por amasar fortuna. Ve directamente hacia el titiritero que está moviendo estos muñecos de carne – cuerpos humanos, quien está manteniendo este gran espectáculo y está detrás del mismo. Sólo en Él encontrarás felicidad duradera y gozo perenne. Fúndete en Él practicando meditación diaria.

En medio de adversidades, problemas, dificultades extremas, enfermedades y demás, aparece un sentimiento de impotencia y de la presencia de un Poder misterioso e inmenso, un Gobernante oculto de este universo, pero tales momentos no duran mucho tiempo. Esos momentos son muy pocos. Maya es muy poderosa. Los objetos sensuales ilusorios invaden la mente y nublan el entendimiento. Sin embargo, un hombre de desapego y discernimiento está siempre atento. Maya teme acercarse a él.

Prana, el aliento de vida, es tan inestable como la gota de agua sobre la hoja del loto, a la que probablemente la más leve brisa haga caer. No es seguro que el hombre que vive hoy vaya a vivir mañana. La vida es evanescente como una burbuja. Por lo tanto, trata de lograr inmortalidad.

Hay una paz interior a la cual los sucesos externos no perturban. Esa es la paz suprema del alma o Atman. Aquél que descansa en esta paz enfrenta las dificultades y los problemas con entereza. Las adversidades, calamidades y circunstancias difíciles no lo afectan.

¿Quién es tu verdadero padre? Búscalo. ¿Quién es tu verdadera madre? Búscala. ¿Qué es la muerte? ¿Por qué estás apegado a la carne? Apégate al Atman imperecedera, el Habitante interior, tu Amigo inmortal que te desea todo lo mejor. Tuviste innumerables nacimientos. Tuviste incontables padres y madres.

Un cisne separa una mezcla de agua y leche, rechaza el agua y toma sólo la leche. Así también, un Paramahansa rechaza los objetos sensuales que dan dolor, abandona este mundo ilusorio de nombres y formas, se identifica con el Atman subyacente y bebe el néctar de la inmortalidad.

Mira Bai abandonó a su esposo, Raja Bhartrihari a su esposa, Vibhishana a su hermano Ravana, Bali a su Guru Shukracharya y Prahlada a su padre

Hiranyakashipu. Tú puedes abandonar a quienquiera se interponga en el camino de tu experiencia de Dios. Si tienes intensa sed espiritual por Dios y si tienes una esposa apasionada que te arrastra hacia abajo, ¿de qué sirve tener tal pareja desastrosa con disparidad intelectual y psicológica, y siempre en discordia? Si ella obstaculiza tu progreso espiritual, evítala sin reparos ni temor. Sé valiente. No puedes sacrificar tu noble ideal para complacer a una mujer que te encanta. ¿Puedes?

¿No vale la pena poseer un reino? ¿No es placentero vivir en una casa de veraneo o un jardín agradable con flores de dulce aroma? ¿No es muy placentera la compañía de jóvenes Maharanis con finas cinturas y ojos de loto, queridas como la vida misma? Aún así, los hombres sabios y desapasionados como Bhartrihari, Buda y Gopichand se retiraron a los bosques dejando todas esas cosas insignificantes como hojarasca para realizar al Ser que es lo único que puede conferir inmortalidad, beatitud infinita y paz eterna.

Maya

La vida del hombre es una vida de tentaciones y tribulaciones. Aquellos que tienen en verdad un Vairagya intenso y Viveka poderoso difícilmente puedan ser tentados por objetos mundanos que le presentan Mara y Satán.

Cuando tu cuerpo sea llevado al crematorio, tu esposa te seguirá sólo hasta el umbral de tu casa. Algunos amigos te seguirán hasta el campo crematorio. Lo que te acompaña al final son sólo tus acciones y tu Sadhana. Te sacarán el cordón de seda que llevas atado alrededor de tu cintura para que lo use tu nieto. No serás juzgado por lo que hayas leído sino por lo que hayas hecho, no por lo que hayas dicho sino por cuán virtuosamente hayas ganado nombre y fama, y por la pureza de tus pensamientos y motivos.

El hombre desea todas las pequeñas cosas que hay en esta tierra. Cuatro panes y dos cucharadas de legumbres saciarán su hambre. Dos pequeños trozos de tela eliminarán su desnudez y lo protegerán del frío invierno.

Este mundo es un juego de colores y sonidos. Este universo sensual es un juego de los nervios. Es un espectáculo falso mantenido por la magia de Maya, la mente y los nervios. Gozas de los placeres sensuales por un período de veinte años, cuando los sentidos están fuertes. ¿Qué es ese pequeño y evanescente período de veinte años en la eternidad? ¿Qué es esta despreciable, irritante y monótona vida sensual comparada con la vida eterna y en paz en el Ser inmortal interior? Si se paraliza el nervio del gusto, el glossofaríngeo, no puedes disfrutar de las distintas clases de platos sabrosos. Si la retina o el nervio óptico se paralizan, no puedes gozar de las diversas formas hermosas. Si el nervio

auditivo se paraliza, no puedes oír la música melodiosa. Si el nervio olfatorio se paraliza, no puedes gozar de las distintas clases de fragancias dulces. Si el nervio sensorio de las manos se paraliza, no puedes gozar de las diversas formas hermosas. Si el nervio erector se paraliza, no puedes gozar de la felicidad conyugal. ¿No ves claramente ahora que este mundo es un mero juego de nervios? ¿No entiendes ahora que este universo de opuestos es ilusorio? Tendrás que depender de esos nervios y sentidos para tu felicidad. Si estos nervios dejan de funcionar, te vuelves miserable aunque poseas una fortuna enorme y edificios palaciegos. ¿Puedes llamar felicidad verdadera y duradera a esos pequeños placeres sensuales ilusorios que dependen del juego de los nervios? Es sólo una picazón de los nervios que encanta a las almas engañadas que han perdido el poder de discernimiento y entendimiento.

El mundo está en completo caos en la actualidad. Hay gran pánico en todas partes. No hay seguridad. Hay inquietud. Muchos sufren de pobreza de ley moral y atributos espirituales. La necesidad principal del mundo es un nuevo entendimiento y un nuevo amor. Es el mensaje del Gita. Es el evangelio de Buda y de Cristo.

El abrazo de una mujer en sueños es falso, pero la descarga del fluido vital es verdadera. De Asat, ha provenido Sat. ¿No es un misterio? Maya puede hacer esto. Maya puede hacer cualquier cosa. Ella es la Shakti del Señor.

Maya es una sierra inmensa. Lujuria, ira, codicia, ilusión, orgullo, celos, odio y demás son los dientes de esta sierra enorme. Todas las personas mundanas son capturadas en sus dientes y trituradas. Aquellos que están dotados de pureza, humildad, amor, desapego, devoción y capacidad de investigación no son heridos. Ellos escapan mediante la Gracia Divina. Se deslizan suavemente debajo de la sierra y llegan al otro lado de la inmortalidad.

Maya hace estragos mediante la imaginación mental. La mujer no es hermosa, la imaginación es hermosa. El azúcar no es dulce, la imaginación es dulce. La comida no es sabrosa, la imaginación lo es. El hombre no es débil, su imaginación es débil. Entiende la naturaleza de Maya y de la mente, y vuélvete sabio. Frena la imaginación de la mente mediante Vichara, el pensamiento correcto, y descansa en Brahman, donde no hay imaginación, Sankalpa ni pensamiento.

Un mundo para Virochanas

¡Oh, seguidores de la filosofía de la carne! Dejen de aferrarse a este cuerpo, a esposa e hijos. Traten de conocer al Señor inmortal interior de la vida que mora en este cuerpo, que es el Regente Interior, por el cual ustedes viven, por el cual

los sentidos y el intelecto se iluminan. No confundan el cuerpo pasajero con el Atman inmortal, inmutable y auto-luminosa.

El sabio que ha realizado al Ser, que tiene conocimiento del Atman, el Habitante Interior, es el hombre más hermoso de este mundo. Aquél que tiene un corazón puro también es un hombre muy hermoso. El que trata de posar como hombre apuesto con el cabello corto, corbatas, moños, trajes de seda, cremas faciales, aros, etc. es el hombre más horrible de este mundo. Se asemeja a un cuervo con plumas de pavo real prestadas. La belleza física es piel profunda. Debajo de la piel, hay carne cruda maloliente.

Oh, hombre, ni siquiera las agujas rotas te seguirán cuando mueras. Sólo tus buenas y malas acciones te acompañarán. Entonces, ¿por qué desperdicias tu tiempo y energía en acumular riqueza? Abandona esa constante lucha egoísta.

Tu esposa acompañará tu cadáver hasta la esquina. Tus hijos te acompañarán sollozando y llorando hasta el campo crematorio. Ellos toman varias resoluciones debidas a su desapego pasajero. Tan pronto como vuelven a sus casas, su Vairagya se evapora como amoníaco.

Cuando una mujer sufre los dolores del parto, ella también desarrolla Vairagya momentáneo. Ni bien nace el hijo, su Vairagya se desvanece.

El Vairagya fugaz del tipo mencionado no ayuda al aspirante a alcanzar la meta. Sólo el Vairagya poderoso y sostenido, nacido del discernimiento profundo (Viveka Purvaka Vairagya) lo ayuda a lograr el bien supremo de la existencia.

Aún si el Vairagya es débil al comienzo, no importa. Puede ser intensificado y fortalecido por medio de constante Satsanga con Mahatmas, viviendo en compañía de Sannyasins desapasionados, estudiando libros que traten sobre Vairagya y observando siempre los defectos de la vida sensual. Raja Bhartrihari sólo tuvo Karana Vairagya en un comienzo, pero lo fortaleció después por medio de Satsanga.

El mundo es solamente un alojamiento temporario para ti. Es como una posada pública. Estás aquí para aprender algunas lecciones que pueden ayudarte en el progreso espiritual. Tu morada original es Paramdhama, el Atman inmortal. El hombre no es el cuerpo. Él es en esencia el alma eterna. Este cuerpo físico es su abrigo de carne temporario. Tendrá que tirarlo aquí. Tendrás que cuidar mucho al alma. Todo aquello que sea un impedimento en tu obtención de la realización del Ser o tu progreso espiritual es malo para ti, aunque por ahora pueda darte comodidades físicas. No mates al alma pensando siempre en el cuerpo y sus necesidades.

Tat Tvam Asi

Este mundo de nombres y formas es pura apariencia como la serpiente en la sogá o la plata en la madreperla. Los sentidos y la mente te engañan todo el tiempo. No confíes en ellos. El cuerpo, los sentidos y la mente son tus instrumentos y juguetes. Detrás de este espectáculo del mundo, detrás de este fenómeno, detrás de estos nombres y formas, detrás de los sentimientos, pensamientos, emociones y sentimientos, mora el Testigo silencioso, tu Amigo inmortal, el que verdaderamente te desea el bien, el Purusha o Maestro del mundo, el Regente o Maestro invisible, el Yogui desconocido, la Conciencia o el Poder invisible, el Sabio oculto. Se Lo llama Ser Supremo, Atman o Brahman, el Absoluto, el Infinito, el Eterno, el Ser. Conoce a este Ser y sé libre.

¿Por qué no te despiertas cuando sueñas con cosas placenteras? Sin embargo, te despiertas cuando ves un león, una cobra o cualquier visión atemorizadora. Así también, aunque todos los objetos de este mundo sean ilusorios, el aspirante sediento se despierta del sueño de ignorancia tan pronto como estudia los Upanishads y escucha el Mahavakya "Tat Tvam Asi" – el que habla sobre la identidad del alma individual y el Alma Suprema, reflexiona, medita y logra la meta de la vida, la realización del Ser.

El tiempo es fugaz. Los días, meses y años están pasando. El cabello se ha vuelto gris. Los dientes se han caído. Dime, amigo, ¿cuánto tiempo vas a ser esclavo de las cosas fugaces del mundo? ¿Hasta cuándo repetirás los mismos disfrutes sensuales? ¿Cuánto tiempo más vas a adorar al becerro de oro? Abre tus ojos ahora. Despierta del profundo sueño y de la inercia. Recobra la perdida gloria divina. Tú eres divino. Tú eres Verdad. Tú eres el Alma. Realiza esto y sé libre.

Hay un medio soberano que pone fin a la rueda de nacimientos y muertes, y destruye el temor del Samsara. Desarrolla los cuatro medios. Escucha los Shrutis. Reflexiona y medita en el Atman. Esto te llevará a la realización del Ser.

Este cuerpo es la verdadera prisión. Aquél que es esclavo de la pasión y la codicia es el prisionero. Sus grilletes externos son esposa, hijo, riqueza, etc. los grilletes internos son Avidya, Kama, Karma, Moha, egoísmo y Raga. Primero corta los grilletes externos con la espada del desapego. Luego corta los grilletes internos mediante Satsanga, Vichara y discernimiento.

El Alma Suprema que no está envuelta en las redes de Maya, que es pura, eterna, auto-luminosa, omnipresente e indivisible es el Brahman del Vedanta. Conócelo. Experimentalo mediante la intuición y sé libre.

La Gran Conflagración del fuego espiritual, el Atman auto-luminosa, está siempre ardiendo en tu corazón. ¿Quién se va a ocupar de contemplar esta pequeña llama de hojas de palmera, las pequeñas luces que arden en vasijas de barro con pabilos de algodón – en el festival de las luces o Karigai Dipam?

¿Dónde hay verdadero amor?

El deseo de obtener conocimiento del Ser surgirá sólo en la persona que esté libre de deseos, que tenga una mente pura y que esté totalmente disgustada con esta vida mundana. Sólo tal hombre es competente para escuchar, meditar y obtener Brahma Jñana, conocimiento de Brahman. Cuando el conocimiento del Ser surge, se erradica totalmente la ignorancia, que es la semilla de la esclavitud y la causa del Karma, y el aspirante obtiene inmortalidad y beatitud eterna.

No dependas de nadie. Confía en tu propio Ser. Concéntrate sólo en el Atman. La dulce esposa abandona al esposo cuando éste está desempleado y se casa con un hombre joven. El esposo rico se divorcia de su esposa cuando ella pierde su belleza debido a una prolongada enfermedad y se casa con otra mujer. Incluso el Señor Jesús y Buda fueron abandonados por todos sus amigos, seguidores y discípulos. ¡Este es un mundo extraño! ¡Misteriosa es Maya!

Sólo se encuentra verdadero afecto en Dios y en los sabios. El afecto mundano es sólo aparente, hipócrita, ilusorio y cambiante. Sólo observa si tus parientes, incluso tus amigos, tus hermanos y hermanas te muestran afecto cuando estás desempleado, cuando sufres de una enfermedad crónica e incurable sin ningún dinero en tus manos. Es para sus fines egoístas, para sacarte dinero, que los llamados parientes aparentan ser cariñosos contigo. Este es un mundo misterioso, lleno de egoísmo. Aún no has ganado suficiente experiencia. Entenderás esto con el paso del tiempo. ¡Ten cuidado, oh, Ram!

Refúgiate solamente en el Dios inmortal y desinteresado. Nunca dependas de hombre, amigo o pariente percedero, que te abandonará cuando estés sin un céntimo y cuando estés sufriendo de una enfermedad crónica y severa.

Santos y profetas que han realizado a Dios están diciendo a gritos que el Señor está morando en los corazones de los seres y aún así, nadie hace el intento serio de una búsqueda activa en su propio corazón. ¿No es lamentable? Dios está arriba, abajo, adentro, afuera y alrededor. Anhela Su Darshan. Mira hacia adentro. Practica introspección. Lleva tu mirada hacia el interior. Empéñate por obtener al Ser Inmortal. En Él, puedes encontrar paz. Entra a Su Reino ahora mismo, en este mismo segundo.

Permanece firme en la roca de la Verdad o Brahman. Aférrate a tu Realidad, el Atman o Alma auto-luminosa e inmortal. Contempla este universo como tu

propia forma plena. Sólo cuando el conocimiento del Ser surja en tu corazón, podrás liberarte de las reencarnaciones y volverte idéntico con el Ser Supremo. Equípate con los cuatro medios. Escucha los Shrutis, reflexiona, medita y realiza. ¡Que te vuelvas sabio!

Los cuatro medios

Vairagya es indudablemente un estado mental inducido al cortar todas las Vasanas, todas las clases de apegos y Moha con el sable de Viveka y Vichara (discernimiento e indagación sobre el Atman).

Los Shrutis declaran que aquél que practica renuncia escapa del nacimiento y la muerte, encuentra el gran camino y llega a Brahman.

Mediante Vichara, tú puedes llegar a una conclusión positiva de que el mundo es Anitya (transitorio e ilusorio). Las impresiones del mundo son lentamente borradas en aquellos que viven en soledad.

Sólo si tienes Viveka, obtendrás los otros tres medios, Vairagya, Shat Sampat y Mumukshutva. Esa es la razón por la cual Viveka viene primero. Viveka solo no es suficiente para la obtención de Jñana. Los otros medios son requisitos indispensables.

Si uno tiene intenso Vairagya, la práctica de Pratyahara resulta fácil. El desapego es un enemigo de los sentidos. Algunos estudiantes de Yoga practican Pratyahara durante dos o tres horas, y aún así no obtienen resultados tangibles. La razón es que no tienen Vairagya intenso y duradero. Han roto el voto de celibato. Han desperdiciado considerablemente su preciosa energía. La misma se está filtrando en ellos por medio de los canales de los sentidos. No han aniquilado los anhelos y deseos remanentes. Se apegan a los objetos sensuales. Tienen un poder de voluntad débil. Tampoco tienen la fuerte determinación de obtener éxito positivo en su práctica. No son regulares en las prácticas. Carecen de poder de discernimiento e investigación. El discernimiento ayuda mucho en el logro del éxito en la práctica de Pratyahara.

Vairagya y renuncia (Sannyasa) son sólo estados mentales. Permanecer en el mundo y al mismo tiempo estar fuera de él es la verdadera prueba de renuncia.

Uparati (abstinencia) implica abstenerse de todo trabajo perteneciente al mundo* después de desarrollar los cuatro medios de conocimiento del Ser y considerar a todos los tipos de disfrutes como veneno (Vishavat), como estiércol de cuervo (Kaka Vishtavat).

(*Nota: Esto es una indicación dada sólo para el Sannyasin o renunciante.)

El desapego externo no te ayuda en el sendero y el progreso espiritual. El desapego debe ser sólo mental. Sólo entonces es verdadero desapego. Corta el árbol del apego con el hacha del desapego y la espada del discernimiento.

Vairagya es puramente un estado mental. Un hombre puede permanecer en el mundo en medio de lujos, mujeres y riquezas, y aún así poseer perfecto Vairagya. Mientras que un Sadhu que permanece en una cueva en el Himalaya puede estar apegado a su Kamandal, a su báculo o a un trozo de tela. Raja Janaka era un hombre perfectamente desapegado a pesar de que gobernaba un reino. Así lo fue también Raja Bhagiratha. La Reina Chudala tuvo Vairagya perfecto aunque regía su dominio, mientras que su esposo que estaba retirado en el bosque estaba intensamente apegado a su cuerpo y su Kamandal. No te puedes formar una correcta opinión sobre el estado de Vairagya o condición mental de un Sannyasin u hombre de familia por una conversación casual con él durante algunas horas o pasando con él algunos días. Tendrás que vivir con él durante un largo tiempo y estudiar su actitud mental interna. Generalmente, la gente comete serios errores. Se engañan por las apariencias externas. Al comienzo, toman a un Sadhu desnudo por gran Mahatma. Más tarde, tienen que cambiar su impresión después de un contacto más cercano. La desnudez física sola no constituye Vairagya. Lo que se requiere es desnudez mental, es decir, completa erradicación de las Vasanas, el egoísmo, etc. No te dejes engañar por las apariencias externas. Ten cuidado.

Debes tener Vairagya intenso y sostenido, nacido del discernimiento entre lo real y lo irreal. Sólo entonces, te beneficiarás realmente en el sendero espiritual. Las puras emociones entusiastas no son suficientes.

Si no tienes verdadero Vairagya sostenido, no tendrás progresos en la Sadhana espiritual, los votos, las penitencias y la meditación. La energía se filtrará como el agua en una vasija agrietada.

No hay espada más poderosa que Vairagya para cortar toda clase de apegos a este mundo.

Cómo desarrollar Vairagya – I

Mediante la Gracia del Señor, todas las diferencias se desvanecerán como nubes pasajeras, como niebla ante el sol. Ten fe inquebrantable, firme e inalterable en Su Nombre, Gracia y Compasión, y en Sankirtan. Las miserias y tribulaciones infunden compasión en el corazón y desarrollan la voluntad. Es sólo el ignorante, el débil y el descreído que refunfuña y se queja bajo condiciones adversas.

¿Qué es la muerte? ¿Hay alguna muerte verdadera? El egoísmo crea uno o dos tíos solamente. Expande tu corazón. Sal de los estrechos surcos y agujeros, y contempla. Tienes innumerables tíos. ¡Qué estado expandido y magnánimo! Siente esto. Experimentalo. Regocíjate. No puedes tener amor duradero en las relaciones egoístas. Vuélvete sabio. Aprende a discernir y alégrate. No llores.

Pruebas, tribulaciones y adversidades instalan misericordia y Vairagya en tu corazón. Dirige tu mente cada vez más hacia Dios; desarrolla poder de voluntad y poder de resistencia. Todas esas dificultades son bendiciones encubiertas. Permanece firme. Sé valiente. Sé alegre.

Obtén conocimiento del Ser. Bebe el néctar de la inmortalidad, apaga las llamas del Samsara y atenúa sus torturas, miserias y penas.

Para un sabio liberado, no hay mundo. Para un hombre que discierne, este mundo es una ilusión, una irrealdad. Para un hombre apasionado e ignorante, este mundo es una sólida realidad. Él está inmerso en el Samsara. Este mundo es todo para él. No hay nada más allá del mundo. Que se diga que no hay mundo no quiere decir que los aspirantes jóvenes deban abandonar la práctica del Karma Yoga; las personas en quienes haya surgido un poco de desapego no deberían abandonar el mundo. Este mundo es el mejor maestro. Tendrás que aprender muchas lecciones de él. Permanece en el mundo pero no seas mundano. Observa al mundo como Brahman solamente. Cambia el ángulo de visión. Serás feliz y sabio. Si constantemente mantienes ante ti la idea de que el mundo es irreal, desarrollarás desapego y un intenso deseo de liberación.

Sólo los duros golpes inducen Vairagya en el hombre, hacen que se incline hacia Dios y lo llevan a dejar de aferrarse a esposa, hijos, propiedad, etc. El dolor es una gran bendición encubierta. El dolor es lo mejor en este mundo.

Amigo, ¿por qué te ríes en vano cuando en verdad tienes una causa justa para llorar? Has desperdiciado esta vida en tontas risas y placeres carnales. Has cometido muchas malas acciones. No has hecho nada para mejorar tu alma. No tienes conciencia clara. Tu corazón está lleno de todo tipo de impurezas. No tienes paz mental. Recuerda que todos los placeres carnales incidirán negativamente llevándote finalmente a la muerte. Puedes encontrar en el Gita: "Aquél placer nacido del contacto de los órganos sensorios con los objetos es como néctar al principio pero como veneno al final". Cap. XVIII-38. Abre tus ojos ahora. Lleva a cabo acciones virtuosas. Busca la compañía del sabio. Recuerda esto. Practica meditación. Tendrás una vida nueva y gloriosa.

La separación de los objetos queridos es muy dolorosa. La asociación con objetos que no amas también es dolorosa. Si no obtienes los objetos que deseas poseer y gozar, eso también es doloroso. El nacimiento es doloroso. La muerte

es dolorosa. La vejez es dolorosa. La enfermedad es dolorosa. El fracaso, la pérdida y el desencanto son dolorosos. ¿Por qué esperas, tontamente, obtener placer en este mundo? Trata de buscar la beatitud eterna del Atman interior mediante la renuncia y la meditación. No hay otra forma de escapar de las miserias y problemas del Samsara. Abandona inmediatamente el anhelo por placeres sensuales y por la existencia en este mundo.

Todos los deseos son fuente de dolor. Vairagya es la fuente de la felicidad. No trates de satisfacer los deseos. Desarrolla Vairagya.

El hombre mundano ignorante es feliz. El sabio que ha logrado la realización del Ser también es feliz. Es sólo el neófito, en quien hay un leve despertar de desapego y discernimiento, el que se siente miserable. Cuando avanza en meditación, sus problemas terminan.

El Homa (un tipo de pájaro) planea muy alto en el cielo y pone sus huevos en el aire mientras vuela. Los huevos caen. Antes de tocar el suelo, se rompen y los pichones salen volando por el aire. Así también, algunas personas excepcionales, virtuosas y afortunadas tienen Vairagya desde la misma niñez. Salen del mundo sin ser contaminadas en el fango del Samsara. Permanecen puras y vuelan hacia Brahman. Sanaka, Sanandana, Sanatsujata y Sanatkumara – los cuatro hijos mentales de Brahma – rechazaron casarse y adoptaron el sendero del Nivritti Marga. Ellos fueron los pioneros en el sendero de Sannyasa. Hay muchos otros ejemplos también.

Lee el Vairagya Shatakam de Bhartrihari. Vive algún tiempo entre Sadhus y Sannyasins. Haz Japa de cualquier Mantra. Encuentra los Doshas (defectos) en los objetos y en la vida mundana. Entiende la verdadera naturaleza de este mundo. Estas cuatro cosas inducirán Vairagya en ti rápidamente.

La figura o forma de una mujer no es más que una red de huesos cubierta de grasa y carne. Si recuerdas esto a menudo, desarrollarás Vairagya.

La energía se está filtrando. Cultiva Vairagya desarrollando Mithya Drishti y Dosha Drishti en los objetos sensuales.

Es difícil erradicar la idea de sexo. Trata de pensar qué sería una mujer si estuviera desprovista de piel y ropa. Piensa en el esqueleto y en el cuerpo muerto. Esto inducirá Vairagya en tu mente.

Sin la piel, el vestido y los adornos, la mujer no es nada. Sólo imagina por un momento que le sacan la piel. Tendrás que estar al lado de ella con un palo largo para ahuyentar a los cuervos y los buitres. La belleza física es superficial, ilusoria y evanescente. Es sólo piel profunda. No te dejes engañar por las

apariencias externas. Es el juego de Maya. Ve a la fuente, el Atman, la belleza de bellezas, la belleza eterna.

Si te das cuenta de cuán miserable es esta vida mundana, dejarás de desearla. Desarrollarás Vairagya constante. Recuerda los sufrimientos del Samsara, la muerte, la vejez, la enfermedad, el dolor, la miseria, la muerte de los parientes, la pérdida de la propiedad, etc. El fuego de la lujuria, el fuego de la ira, el fuego de la codicia y el fuego del amor con apego están ardiendo en ti. ¿Cómo puedes esperar siquiera tener una pizca de felicidad en este universo aún si eres el emperador del mundo entero?

Entiende la falsedad de todas las vanidades terrenas y el juego engañoso de Maya. Renuncia a todos los deseos mundanos. Los diferentes lazos del deseo te atan a la rueda de nacimientos y muertes. Mantén lo necesario para sostener el cuerpo y a la familia. Distribuye el resto entre los pobres y enfermos. Conoce la Verdad. Mediante la meditación constante, descansa en el Brahman siempre puro. Vuélvete un Jivanmukta.

Libérate de la ilusión del Samsara por medio de la espada del desapego. Escucha absorto los discursos espirituales que den los sabios. Libérate de las impurezas de tu mente mediante el servicio desinteresado y el Japa. Abandona las malas asociaciones por medio de la compañía de los santos. Medita en ese Brahman puro, el Absoluto, que por pura voluntad crea, sostiene y destruye el mundo, que es el testigo de los tres estados – vigilia, sueño con ensueño y sueño profundo.

Puedes cruzar el bullicioso océano del mundo por medio de la meditación. Ésta te salvará de todas las penas. Por lo tanto, sé regular en la meditación.

Cómo desarrollar Vairagya – II

¿Por qué Shri Shankara y Dattatreya condenaron sólo a las mujeres? Hay un propósito definido en esta crítica a las mujeres (Shri Ninda). A pesar de que la mujer es ocho veces más apasionada que el hombre, ella tiene cierto grado de autocontrol. Sólo tienta al hombre mediante sus miradas, sus sonrisas y sus dulces palabras, y se queda quieta. Ella nunca da un paso agresivo. El hombre es el único culpable en verdad. Fue para crear desapego o Vairagya en su mente que ellos han criticado a las mujeres.

El recuerdo del esqueleto y el cadáver de una mujer inducirán Vairagya en tu mente. El cuerpo ha surgido de una descarga asquerosa. Está lleno de impurezas. Al final, es reducido a cenizas. Si recuerdas esto, Vairagya se desarrollará en tu mente. La atracción por las mujeres se desvanecerá gradualmente. Si visualizas mentalmente la imagen de una mujer enferma o

envejecida, desarrollarás Vairagya. Recuerda los sufrimientos del Samsara, la irrealidad de los objetos y la esclavitud proveniente del apego a la esposa y los hijos. Intenta con cualquier método que te venga mejor.

La práctica de la devoción y el cultivo de Prem por el Señor generan simultáneamente Vairagya (desapego o indiferencia a los disfrutes sensuales) y conocimiento. Tal es el poder de Bhakti. Por lo tanto, desarrolla Prem por el Señor, el Habitante interior de tu corazón, mediante Satsanga, Kirtan, Japa, estudio del Ramayana o el Bhagavata, y servicio a los devotos.

Se desperdicia la noche en sueño y placeres. Se desperdicia el día en conversaciones ociosas, acumulación de fortuna y mantenimiento de la familia. Estás apegado a objetos perecederos mediante Moha. ¿Cuándo vas a encontrar tiempo para meditar en el Señor y llevar a cabo acciones virtuosas? Controla la mente y la respiración. Recuerda constantemente al Señor Hari (Dios). Aquellos que deseen obtener liberación e inmortalidad encontrarán que Él es lo apropiado sobre lo cual oír, del cual hablar y en el cual meditar.

Esta rueda de la vida está continuamente girando como la rueda de un auto. Este curso mundano de la vida es realmente una ilusión fugaz aunque se vea real y eterna. Se caracteriza por la aflicción del nacimiento, la muerte, la decrepitud, la enfermedad, el sufrimiento y el dolor. Vive en Dios. Experimenta al Señor mediante la adoración y la meditación. Todas las miserias terminarán. Obtendrás inmortalidad.

El cuerpo es un templo móvil del Señor. Demasiada limpieza física te hará pensar siempre en el cuerpo, intensificará la idea corporal y hará que te olvides completamente del Atman siempre pura y resplandeciente. Un poco de limpieza física es suficiente.

Abandona los pensamientos sobre este pequeño cuerpo. Elévate por sobre los pensamientos mundanos. Vive siempre en el Ser que es pura beatitud. Tú eres el sol, el fuego, el cielo, las estrellas, las montañas, los océanos y los ríos. El mundo entero es tu cuerpo. Toda la riqueza de este mundo es tuya. El mundo entero es tu Lila. Maya es tu Poder ilusorio. Ejercita tu poder de Sat-sankalpa. Ella está siempre lista para satisfacer tus deseos. Tú eres inmortal, sin comienzo ni fin. Muerte, enfermedad, pena, maldad y vejez no pueden tocarte. Siente la majestuosidad de tu verdadera naturaleza. Siente. Siente que eres el Atman omnipresente, imperecedera, libre de enfermedad y de temor. Descansa en ese estupendo océano de paz. Sé perfectamente feliz.

Recuerda que aquí eres sólo un peregrino. Este mundo es solamente un hospedaje público para los viajeros (Sarai). Tu morada permanente es el Atman o Brahman. Termina tu peregrinaje rápidamente y descansa en el Atman.

Vairagya es Hita-tara. 'Hita' significa 'verdadera felicidad'. 'Tara' significa 'más grande' (grado comparativo). 'Tama' significa 'lo supremo, lo más grande' (grado superlativo). Hita-tama es Moksha, la obtención de Brahma Jñana.

Vairagya por sí mismo no puede darte Moksha y destruir Mula Ajñana (ignorancia primaria). Es sólo el conocimiento del Atman lo que destruye Avidya y sus efectos. Los efectos de Avidya son la mente, los Indriyas, el Prana y el cuerpo físico.

Si logras Vairagya mental inmediatamente, debes utilizarlo para tu mayor ventaja. Es muy difícil obtener tal estado mental. Aún si no tienes discernimiento paralelamente, puedes desarrollarlo rápidamente mediante Satsanga.

El progreso espiritual no es como los exámenes pasajeros. Si deseas tener éxito en Yoga, tendrás que luchar duro durante largo tiempo. Es muy difícil obtener Vairagya. Aún más difícil es realizar Sadhana o práctica Yóguica. Debes tener paciencia, perseverancia y resistencia en alto grado.

Si alguien posee discernimiento, desapego y las seis virtudes, entonces el intenso deseo de liberación se manifiesta naturalmente. El desapego es el fruto del discernimiento. Los aspirantes que han renunciado al mundo no son capaces de lograr la meta debido a que no tienen un ardiente Vairagya y un intenso anhelo por la liberación.

Que una capa de nieve sea el almohadón aterciopelado de tu naturaleza. Que el cielo sea tu techo. Que la madre tierra sea tu colchón. Que las estrellas brillantes en la noche te traigan el Mensaje de Luz del Señor y paz para el Alma. Que las corrientes de los arroyos te canten la canción del Om, Pranava Nada. Que los árboles y las aves sean tus amables compañeros. Que los pájaros te canten la canción de Prem. Habla con el árbol. Sonríe con las flores. Danza con la brisa. Que la onda de serenidad y gozo llene tu corazón. Que te sumerjas en el océano de felicidad. Que flotes en el río de gozo divino. Que nades en el inmenso océano de paz ¡oh, mi dulce hermano!

Difusión del conocimiento

No hay Yoga superior al de la difusión del conocimiento espiritual. Incluso el regalo de la tierra entera es nada comparado con el de la transmisión del conocimiento espiritual, porque éste último erradica la ignorancia y la ilusión, la raíz de los sufrimientos humanos.

La propagación de Brahma Vidya (conocimiento espiritual) es la forma más elevada de Yajña. Esa es la forma superior de caridad (Dana). Es el Karma más

grande. Es la forma superior de Yoga. Aún si una sola alma sedienta se eleva y despierta, tu trabajo estará hecho. Has justificado tu existencia.

Adquiere el conocimiento del Ser y distribuye este Atma Vidya entre otros. Vidya Dana es la mayor ayuda que uno puede prestarle a otro. Releva en el trabajo es escarbar en lo social. No puedes eliminar totalmente el mal del mundo. Irrumpirá de una u otra forma como un forúnculo, como el reumatismo o las úlceras sifilíticas.

Reclusión, meditación – una vida de paz y esplendor espiritual es muy superior a una vida de actividades sociales. ¿Cuál es la causa del sufrimiento humano? Avidya o ignorancia. Si le das a un hombre comida, ropa, medicamentos y otras comodidades, no tendrá completa satisfacción. Las mismas ansias se manifestarán otra vez. Si uno puede ayudar a otro a eliminar la ignorancia, entonces todas sus miserias terminarán.

Vive inteligentemente. Estudia los Upanishads a fondo. Medita regularmente. Sal de la mazmorra de la ignorancia. Disfruta de la gloriosa luz solar del conocimiento de Brahman. Comparte este conocimiento con otros.

Obtener realización del Ser y ayudar a otros a lograrla también es el mayor servicio que puedes hacerle a la humanidad. Construir hospitales, Dharmashalas, alojamientos, templos, cisternas y jardines no es nada en comparación con la ayuda mencionada anteriormente. La gente hace ese tipo de caridad por egoísmo, para vanagloriarse.

Forma inmediatamente un Prem Shabha, Sociedad Yóguica o Hari Kirtan Mandal entre tus amigos, en tu propio lugar. Tengan una meditación grupal de media hora a la mañana y otra a la noche. Reúnanse y estudien regularmente algunos libros filosóficos, el Ramayana, el Bhagavatam, el Gita, los Upanishads, el Vivekachudamani, el Yoga Vasishtha, etc. Tengan debates filosóficos. Comiencen con Likhita Japa. Por la mañana, reúnanse y practiquen Asanas, Pranayama y ejercicios físicos. Por la noche, reúnanse y hagan Hari Nam Kirtan durante una hora.

Los miembros pueden preparar muy bien conferencias en inglés y el lenguaje local, y leerlas antes de la reunión pública del domingo. Cuando el hijo no quiere tomar el jarabe de quinina, la madre le da el remedio recubierto de azúcar. Así también, los sabios y santos dan instrucciones espirituales a la gente en la forma de canciones, historias y Drishtantas. La metafísica abstracta y la alta filosofía no les atraen. Las canciones filosóficas en inglés son apropiadas particularmente para la moderna sociedad inglesa educada.

¡Oh, dulce Ram! Puedes hacer tu Sadhana individual en casa, temprano en la mañana, entre las 4 y las 5, pero no debes ignorar la Sadhana colectiva, debes conducir meditaciones grupales y clases sobre el Gita con tus amigos y vecinos en un templo. Esto último es más importante. La Sadhana grupal también es para el propio crecimiento.

El mejor discurso

Cambia tú mismo antes de querer cambiar a otros. Refórmate tú mismo antes de tratar de reformar a otros.

Este mundo es siempre una mezcla de bien y mal. Es torcido como la cola de un perro. Muchos Avatares, muchos profetas nacieron para corregirlo, pero sigue torcido como antes. Nada curará al mundo. ¿Por qué te preocupas? Corrígete tú mismo primero. Trasciende el mundo.

Un disparo con balas vacías, no causa ningún efecto. Del mismo modo, un discurso o trabajo hecho por un hombre sin realización de Dios no produce ninguna impresión en la mente del público.

Si un hombre tímido da una conferencia sobre coraje, no producirá la más mínima influencia en la mente de los oyentes, pero si un hombre de coraje da un discurso sobre coraje, ciertamente producirá una tremenda influencia. Sólo puedes hablar de aquello que hayas practicado. Es fácil predicar. Un grano de práctica es mejor que toneladas de teoría.

Es mejor que observes Mauna por un tiempo en reclusión y trates de evolucionar. Después de la purificación, puedes hacer maravillas en corto tiempo. El Señor Jesús hizo su trabajo en 2 ½ años pero estuvo en reclusión por un período de doce años. Lleva un largo tiempo vencer a la naturaleza inferior y obtener purificación. No sirve de nada aparecer en un escenario o plataforma sin haber logrado algo sustancial. Puedes influenciar al público y producir una impresión duradera sólo si tienes realización del Ser o si posees al menos algún rayo espiritual o alguna corriente divina magnética. De otro modo, tus discursos serán como disparos al aire con balas vacías.

Es sólo el tonto el que usa su conocimiento de las escrituras para vanas discusiones y debates, el que usa su fuerza y poder para luchar con otros o su dinero para cosas inútiles. Un hombre sabio utiliza su conocimiento para lograr la realización del Ser e impartir instrucciones a otros, su fuerza para proteger al débil y oprimido, su riqueza para hacer caridad a personas que lo merezcan.

Tendrás que preparar discursos sistemáticos en reclusión. Tendrás que encender el fuego espiritual interior y desarrollar un ardiente espíritu de

servicio desinteresado. Deberás hacer Sadhana rigurosa y aparecer en el estrado después de algunos años. Sólo entonces podrás producir una impresión profunda y duradera en la mente de la gente. De otro modo, tus conferencias serán como disparos de balas vacías.

Durante las conferencias, hay sólo un leve despertar espiritual y un entusiasmo pasajero. Los efectos no son duraderos. Los nervios de los oyentes y sus emociones son estimulados momentáneamente. Ellos experimentan una leve elevación mental por algunas horas. Un maestro espiritual puede hacer mayor y mejor trabajo teniendo conversaciones personales con los verdaderos aspirantes sedientos. Pero tampoco deben ignorarse las conferencias. Las masas que tienen oportunidad de ver a Mahatmas se benefician mediante sus discursos y actividades de difusión.

Consejos sobre la vida de Sannyasa – I

El sendero espiritual no es un sendero de rosas como crees. Es espinoso y escarpado. Pero para el alma decidida, el fruto es la inmortalidad, la vida de Paz y Felicidad Eternas.

Asciende cuidadosamente por el sendero del Yoga. Elimina del camino las malezas, las espinas y las piedras afiladas. La lujuria sutil es la maleza. El apego a los discípulos, a las mujeres Chelas y al Ashram es la espina. Estas son formas de Maya. No permiten que el aspirante avance. Sirven de obstáculos. El aspirante desarrolla un falso Tushti, interrumpe su Sadhana, imagina tontamente que es un alma realizada y trata de elevar a otros. Es como un ciego guiando a otro ciego. Lentamente, la lujuria se desliza. El Vairagya original se desvanece gradualmente. Él pierde lo que había ganado y es inconsciente de su lenta caída. Ahora es el mismo hombre de familia o un digno hombre de familia aunque sea un Sannyasin. Oh, aspirante, ten cuidado. Te advierto seriamente. Nunca construyas Ashrams. Recuerda la triple consigna de Brahma Jñana: "Reclusión – Meditación – Devoción". Avanza directamente hacia la meta. Nunca abandones la Sadhana, el entusiasmo y Vairagya hasta no realizar al Bhuma, el Fin Supremo. 'Alpam' o realización inferior de Savikalpa Samadhi no puede liberarte. Recuerda bien este punto. No te enredes en el Chakra de nombre y forma, y en los Siddhis. Vive de Biksha. No guardes dinero. Abandona las comodidades. Practica siempre el autoanálisis. Refúgiate en Viveka-Vairagya. Un Ashram desarrolla la mendicidad y el egoísmo institucional.

El cuerpo es un templo para Dios. Mantenlo limpio internamente por medio del Brahmacharya y externamente mediante el baño diario. Es un hogar para el alma. Es un caballo para llevarte a la meta. Eso es todo. Nada más que eso. Dale

al caballo su comida. Mantenlo fuerte y saludable para el largo peregrinaje espiritual. No adores al cuerpo. Si lo haces, desarrollas Moha con esclavitud.

No arruines tu salud en nombre del Tapasya. Adopta el sendero medio como Buda. Demasiada penitencia arruinará tu cuerpo. Cuida bien al cuerpo ya que es el bote para cruzar este océano de Maya o Samsara. Mantenlo bien fuerte y saludable de cualquier manera. No tengas apego por él. Abandona Moha por el cuerpo. No tires las cosas. Vairagya es un estado mental. Cuando estás en el campo de la actividad, necesitas muchas cosas. Si quieres servir al mundo, puedes conservar la máquina de escribir, los elementos de escritura, los libros, etc. El secreto de la renuncia no es renunciar solamente a los objetos sino a las Vasanas, al egoísmo, Deha-adhyasa, Moha, Chit-jada-granthi, noción de dualidad, de lo 'mío' y de ser el que realiza la acción.

Si un Sannyasin vive en una ciudad donde hay un hospital, debería visitar a los pacientes diariamente y levantarles el ánimo. Debería ofrecer plegarias para su rápida recuperación y conducir oraciones, Kirtan y meditaciones grupales con ellos. Debería hablarles acerca de la naturaleza inmortal y libre de enfermedades que tiene el Alma que mora en el interior de sus cuerpos.

Un hombre de familia invita a un Sadhu a su casa, le lava los pies, le ofrece un asiento, lo enguirnalda, le da buena comida y masajea sus pies. Más tarde, lo difama diciendo: "Mira a este Sadhu. Quiere buena comida. Quiere flores, quiere que los hombres le masajeen los pies. ¿Qué clase de Sadhu es?" Esa es la característica del mundo. Por lo tanto, oh aspirante del Nivritti Marga, nunca entres a la casa de un hombre de familia. Nunca te sientas eufórico o conmovido por sus adulaciones o palabras floridas y dulces. Todo eso es su astucia, diplomacia y egoísmo.

Incluso si bebes leche al pie de una palmera, la gente pensará que estás tomando ponche solamente. Aún si los aspirantes jóvenes que son competentes en medicina tratan a pacientes en una casa de familia, aunque sean nobles, la gente sospechará de su carácter porque entran a una casa de familia frecuentemente y hablan con mujeres jóvenes. El deshonor sobrevive a la muerte. Por lo tanto, los aspirantes no deberían mezclarse con hombres de familia.

Cuando los Sannyasins se mueven con hombres de familia, deben mostrar una vida simple ejemplar. De otro modo, los hombres de familia perderán su fe en ellos. Si los Sannyasins también gustan de los lujos, entonces ¿cuál es la diferencia entre un hombre de familia y un Sannyasin? Un Sannyasin que gusta del lujo difícilmente pueda influenciar a los hombres de familia. Incluso si hay un poco de influencia, se desvanece pronto, como las impresiones de tinta en el

agua. El solo citar las escrituras no puede producir una impresión duradera. Es solamente la repetición de un loro o de un gramófono.

Aprende algunas lecciones de la vaca. Las vacas comen un poco en cada casa, comen las hojas que están tiradas afuera. Algunos Sannyasins también adoptan Gomukha Vritti cuando van por Biksha (limosna). Van a una casa y toman un poco de arroz y legumbres en sus manos, y después van a una o dos casas más como la vaca. No les exigen demasiado a los hombres de familia. Algunas personas hablan poco y sólo cuando es necesario. Eso también es Go-vritti en la palabra. Las vacas emiten algunos sonidos cuando quieren un poco de pasto o cuando sienten la separación de sus terneros. De lo contrario, mantienen silencio.

No puedes superar las tentaciones simplemente huyendo de ellas. Si actúas así, las tentaciones cobrarán más fuerza. Pasarás por muy malas situaciones. Si una tentación se va, vendrá otra. Desarrolla discernimiento, paciencia, fe en Dios y desapego. Lleva una vida virtuosa. Ruega. Medita. Ten la compañía de santos. Poco a poco ganarás fuerza para resistir las tentaciones y fortalecerás tu corazón. Corta esas tentaciones de raíz. La tarea será muy fácil entonces. Fácilmente puedes vencer al enemigo cuando él está parado a la puerta de tu casa. Si estás bien establecido en el discernimiento, el desapego y la meditación, ninguna tentación podrá influenciarte. Obtendrás la Gracia del Señor. Él te dará fuerza interior. No des lugar a las tentaciones.

Pero aquél que hace daño y quiere engañar a otros no puede ser llamado Sannyasin. Es un completo sinvergüenza. Del mismo modo en que el tigre aparece como una vaca cuando está cubierto con un cuero de vaca, también el truhán aparece como Sannyasin con la ropa Gerua. La tela de color Gerua sola no hace a uno Sannyasin.

Consejos sobre la vida de Sanyasa – II

La desnudez debe venir sola como en el caso de Shuka. Aquél Sannyasin o Sadhu que no tenga idea de mujer debería vestir un Koupin o taparrabo. ¿Qué encuentras en estos días? Algunos jóvenes Sannyasins comen nux-vomica, alcanfor o myrobalan* y aplastan el nervio sexual, aparentando ser Nagas o Avadhutas, moviéndose desnudos. ¿No es esto hipocresía? Tales prácticas deberían ser totalmente interrumpidas por quienes dirigen las instituciones espirituales. Esto ha creado una muy mala impresión en la mente del público y de los occidentales.

*(*Nota: Nux-vomica y myrobalan son semillas. Por este medio artificial inhiben la función sexual sin haber logrado verdadero control mental sobre la misma.)*

Si el pabito en el interior de la lámpara es muy pequeño, la luz también será pequeña. Si el pabito es muy grande, la luz también será poderosa. Similarmente, si el Jiva es puro, si practica meditación, la manifestación o expresión del Ser será poderosa. Él irradiará una gran luz. Si no se ha regenerado, si permanece impuro, será como carbón quemado. Cuanto más grande es el pabito, mayor es la luz. De la misma forma, cuanto más pura es el alma, mayor la expresión.

Algunos aspirantes dejan su Sadhana después de alcanzar el Avyaktam. Obtienen una falsa satisfacción. Imagina erróneamente haber alcanzado el fin supremo. Este es un triste error. Se funden en Avyaktam y se convierten en Prakriti-layas. Estos Prakriti-layas nacen con poderes en este mundo otra vez. Debes tratar de ir más allá de esta Avyaktam o Prakriti inmanifiesta. Sólo entonces alcanzarás al Bhuma, el Brahman incondicionado.

Los hombres espirituales, los Yoguis, Jñanis y Sannyasins deberían aparecer en el estrado como un cometa o como la luna del segundo día del mes de Karttika (noviembre) durante un corto tiempo, deberían poner toda su energía, hacer un inmenso trabajo y desaparecer del terreno. El trabajo de dar clases espirituales por largo tiempo e iniciar Ashrams pertenece a los jóvenes. No es apropiado para el temperamento de poderosos gigantes espirituales. Ellos inundarán la tierra con las aguas espirituales, con el néctar de la inmortalidad en corto tiempo, del mismo modo en que lo hace la Ganga durante cuatro meses al año.

Ningún Sannyasin u hombre de familia debería iniciar un Ashram con el fin de obtener una vida confortable. Muchos Sannyasins son puros al comienzo, cuando inician un Ashram y son pobres. Pero cuando se enriquecen, cuando han logrado suficientes admiradores y Bhaktas, el espíritu de servicio desinteresado disminuye o se degenera, y sus mentes se llenan de motivos egoístas. El objeto con el cual iniciaron el Ashram se frustra. Entonces se convierte en una institución para hacer dinero. La gente ya no siente atracción. Si la cabeza de la institución lleva una vida de Vairagya y absoluta renuncia, el Ashram se mantiene como un centro o núcleo de paz, beatitud y gozo eternos. Atrae a millones de personas. El mundo está siempre necesitado de tales Ashrams encabezados por esos gigantes espirituales.

Oh, Swamiji, no aspire a ser un Guru, a tener comodidades, nombre y fama cuando quieras fundar un Ashram. Generalmente, aquellos que inician un Ashram son humildes al principio y hacen algún servicio. Cuando se enriquecen y están bien establecidos, no se interesan más por el servicio público. Se vuelven arrogantes y autócratas. Cuídate de las tentaciones y trabaja siempre como un sumiso Svak al igual que Baba Kali Kambliwala de Rishikesh. A pesar de que tenía un Ashram y gran fama, acarreaba agua en su

cabeza para el Kshetra y vivía de Biksha afuera. Su gloria es transmitida para la posteridad.

Si un Ashram no se conduce adecuadamente, la cocina se convierte en un centro de batalla. Toda la Maya está en la cocina. Los aspirantes comienzan a pelear allí. Un aspirante dice: "A mí no me dieron ghi o vegetales hoy". Otro dice: "La sopa de legumbres estaba muy aguada. Visharañjan le agregó agua. Él no me aprecia". Un tercero dice: "Vimal sacó una gran cantidad de azúcar. Ahora no hay azúcar para la leche". Sin embargo, si hay un verdadero Karma Yogui desarrollado para entrenar a los jóvenes estudiantes, el verdadero Advaita Vedanta comienza en la cocina de un Ashram y termina en el Vyasa Guha del Himalaya. Una cocina es el mejor terreno, la mejor escuela de entrenamiento para desarrollar tolerancia, resistencia, paciencia, misericordia, simpatía, amor, adaptabilidad y espíritu de verdadero servicio para purificar el corazón y para realizar la unidad de la vida. Todo aspirante debería saber cocinar bien.

Cuando alguien crece espiritualmente, varias personas se ven atraídas hacia él naturalmente debido a su pureza y fuerza espiritual. Muchas mentes menores son atraídas hacia la mente mayor, como trozos de hierro hacia un imán. La fama viene sola, naturalmente. Nadie puede controlar esto. Paralelamente, surgen los enemigos. Personas mezquinas, celosas, cuyos corazones arden cuando ven la prosperidad del santo espiritual, tratan lo más que pueden de arrastrar a sus admiradores mediante historias inventadas, difamación y demás. En la historia del mundo, todos los santos han sido atacados por ese tipo de personas, la escoria de la sociedad. Nadie ha escapado de ello. Pero la persona espiritual obtiene fuerza espiritual de esos ataques. Desarrolla paciencia espiritual. Se vuelve indiferente. Aprende a permanecer imperturbable en medio de pruebas y persecuciones. Mantiene su mente siempre equilibrada.

Los llamados admiradores y seguidores que te rodean por curiosidad serán arrastrados y te calumniarán. Abandona el deseo de aplausos. Esta tentación, esta Maya, te ha envuelto con fuerza y por lo tanto no puedes intentar la reclusión, la meditación y la preparación para una mejor forma de servicio desinteresado y Vida Divina reformada. Oh, Ram, estate atento, los admiradores y seguidores te echarán a perder.

Oh, Swamiji, tus mismos admiradores y devotos que una vez te adornaron con guirnaldas y te recibieron con gran ovación y aplausos, que una vez bebieron tu Charanamrita, arrojarán sobre tu cabeza una lluvia de calumnias e insultos, difamarán tu nombre en los periódicos. Todos ellos te abandonarán debido a desavenencias y malentendidos. La gente mundana no puede entender tu corazón expandido y tu mirada más amplia de la vida. Le adjudicarán intereses

a tu trabajo. Aún si el mundo entero se opone a ti, debes permanecer firme. Tendrás que luchar con ellos con espíritu impertérrito y valor.

Maya hace estragos de diversas formas. No deja siquiera a los Sannyasins. El deseo es Maya. El deseo se manifiesta de diferentes formas. Aún si un Sannyasin vence a la lujuria y la codicia, puede que corra tras el nombre y la fama. Nombre y fama son otras formas de deseo. Si un Sannyasin vence Moha por los hijos, puede que desarrolle Moha por su Ashram y sus Chelas. Misteriosa es Maya. Oh, aspirante, ten cuidado.

Mantén en alto la antorcha del Dharma. Esfuérzate incesantemente por hacerles el bien a otros. Ten pensamientos de amor. Apaga la llama de la lujuria, la codicia y la ira. Vuélvete el médico del Alma. Siéntate inmóvil y en calma. Goza de la Paz del Eterno.

Renuncia al mundo. Renuncia al deseo de Moksha. Renuncia a la renuncia misma. Entonces te convertirás en Aquello. ¡Serás Eso mismo! Este es el sendero fácil hacia la experiencia de Dios. Este es el camino suave hacia la Beatitud eterna, el gozo imperecedero y la Shanti celestial.

¡Que todos ustedes recorran este sendero! ¡Que todos ustedes desarrollen el Supremo Conocimiento y alcancen el bien supremo de la existencia en este mismo nacimiento! ¡Que todos ustedes se liberen de la rueda de nacimientos y muertes, y gocen del estado Supremo de Satchidananda!

¡Om Shanti! ¡Om Shanti! ¡Om Shanti!

GLOSARIO

Abala: Débil.

Abhyasa: Repetición; práctica ininterrumpida.

Acharya: Maestro.

Achyuta: Indestructible; aquél que no tiene caídas; nombre del Señor Vishnu.

Adharma: Lo opuesto a la virtud; vicio, ausencia de rectitud, irreligiosidad.

Adhyátmico: Espiritual, relativo al alma.

Adi Shakti: Poder Primordial.

Advaita Vedanta: Filosofía no dualista.

Ahimsa: No violencia.

Ajñana: Ignorancia.

Akarta: No actor.

Akhanda Brahmachari: Aquél que mantiene celibato ininterrumpidamente

Akhanda Sukha: Gozo Ininterrumpido.

Akshara: Imperecedero.

Amara: Inmortal

Anadi Kaala: Tiempo sin comienzo.

Ananda: Beatitud, Felicidad.

Ananta: Rey de las serpientes. También representa al Infinito y es el lecho en el que reposa el Señor Vishnu.

Ananya Bhakti: Devoción exclusiva por el Señor.

Anga: Parte.

Anitya Karma Rupa: Característica perecedera del elemento tierra.

Anitya: Perecedero, no eterno.

Antaryamin: Regente interior; el Ser Supremo presente en toda la creación que guía a todas las criaturas.

Anubhava: Experiencia.

Aparigraha: No poseer, no codiciar.

Aparoksha Jñana: Conocimiento directo.

Apta Kama: Aquél cuyos deseos han sido satisfechos; un Jivanmukta; un sabio liberado.

Asakti: Desapegado de las pasiones mundanas.

Asat: Irreal, inexistente.

Ashram: Ermita, institución espiritual donde vive un Maestro con sus discípulos.

Ashramas: 4 etapas de la vida – Brahmachari o estudiante (hasta los 25 años de edad), Grihastha u hombre de familia (desde los 26 a los 50 años), Vanaprastha o habitante del bosque (desde los 51 a los 75 años), y Sannyasa o renunciante (desde los 76 a los 100 años).

Asteya: No robar.

Atma Anubhava: Visión espiritual.

Atma Bhava: Sentimiento de que todo es el Ser.

Atma Vidya: Ciencia del conocimiento del Alma.

Atmabala: Poder de voluntad.

Atma-Jñana: Conocimiento del Alma.

Atman: Alma o Ser.

Atma-Vichara: Indagación acerca del Alma.

Atma-Vidya: Ciencia del conocimiento del Alma.

Avadhuta: Asceta que ha renunciado al mundo; perteneciente a la sexta orden de Sannyasins, usualmente desnudos; el estado supremo de ascetismo o penitencia.

Avatara: Encarnación Divina.

Avidya: Ignorancia.

Avyaktam: Estado de no manifestación.

Bhagavan: Dios, Señor; término usado también para dirigirse a alguna persona venerable.

Bhajan: Canto devocional.

Bhakti: Devoción.

Bhava Samadhi: Estado de súper-conciencia alcanzado por los devotos mediante una intensa emoción divina.

Bhiksha: Limosna.

Bhoga Yoni: Matriz o fuente de placer sensual.

Bhranti Sukha: Placer ilusorio.

Bhuma: Brahman, el Infinito e Incondicionado.

Brahma Jñana: Conocimiento directo de Brahman.

Brahma Sthiti: Estado en el que se está firmemente establecido en Brahman.

Brahma: Creador, aspecto creador de Dios.

Brahmachari: Estudiante célibe.

Brahmacharya: Celibato, pureza.

Brahmamayam: Lleno de Brahman.

Brahmamuhurta: Período de cuatro horas y media antes del amanecer.

Brahman: El Ser Supremo, la Realidad Absoluta, la Conciencia Absoluta, Dios.

Brahmana: Perteneciente a la casta sacerdotal.

Brahma-Nishta Guru: Maestro espiritual cuya conciencia está establecida en Brahman.

Brahmavidya: Ciencia de Brahman; conocimiento o aprendizaje relativo a la Realidad Absoluta o Brahman.

Buddha: Iluminado; lleno de conocimiento.

Chandala: Descastado; hombre generalmente considerado 'intocable' debido a que realiza los trabajos más bajos y deshonrosos.

Chandra Mohan: Encantador como la luna.

Charanamrita: Agua santificada por los pies de una deidad o de un santo.

Chela: Discípulo.

Chintan: Reflexión sobre el Atman.

Chit-jada-granthi: Nudo de la ignorancia de la mente.

Crore: 10 millones.

Dama: Control de los sentidos externos.

Dana: Caridad.

Darshan: Visión de la Divinidad o de un santo.

Deha Vasana: Deseo relativo al cuerpo.

Deha-adhyasa: Falsa identificación con el cuerpo.

Deva: Ser celestial o semidiós.

Dhanvantari: Manifestación del Señor como el Médico fundador de la ciencia del Ayurveda.

Dharma: Deber, virtud, recto obrar.

Dhatu: Elemento; fuerza vital en el hombre que al ser conservada mediante la práctica del celibato se transforma en Ojas y Tejas.

Dhyana: Meditación.

Dosha Drishti: Mirada lujuriosa; visión que sólo ve defectos en los demás; en sentido positivo, es la visión que percibe los defectos del mundo transitorio y permite desarrollar el desapego.

Drishtanta: Ejemplo, ilustración.

Drishti: Visión.

Duhkha: Tristeza, pesar.

Dvesha: Odio, rechazo.

Ekata: Unidad.

Gambhir: Serio, reflexivo, profundo.

Gerua: Color naranja ocre que usan los Sannyasins o renunciantes.

Ghrana: Nariz.

Gita: Bhagavad Gita.

Gomukha Vritti: Actitud de la vaca.

Gopis: Mujeres que cuidan las vacas.

Gotra: Familia, linaje.

Govinda: Nombre del Señor Krishna.

Go-vritti: Actitud de la vaca.

Grihastha Ashram: Etapa de la vida de familia.

Grihasthi: Hombre de familia.

Gunas: Cualidades o componentes de la materia densa o sutil – Tamas o inercia, Rajas o acción, y Sattva o pureza, equilibrio.

Hari Nam Kirtan: Canto del Nombre del Señor.

Hari: Nombre del Señor Vishnu, Dios.

Harijan: Intocable.

Indriyas: Órganos; los cinco Karmendriyas, órganos de acción, físicos y externos, y los cinco Jñanendriyas, órganos de conocimiento, internos.

Irsha: Celos, envidia.

Ishanas: Deseos.

Ishvara: Dios o Brahman en relación con el mundo.

Ishvararpana: Ofrenda al Señor.

Jada: Carente de inteligencia, inconsciente.

Japa: Repetición del nombre de Dios o de un Mantra.

Jitendriya Yogui: Yogui que ha controlado los Indriyas.

Jiva: Alma individual.

Jivanmukta: Liberado en vida.

Jñana: Conocimiento sobre la Realidad o Brahman, el Absoluto.

Jñani: Sabio.

Kaivalya: Liberación.

Kali Yuga: Era negra que comenzó hace más de 5000 años y se caracteriza por la decadencia moral del ser humano.

Kali: Aspecto de la Madre Divina como una Diosa aterradora y negra que destruye al ego.

Kalpita Bheda: Creaciones mentales.

Kama: Pasión.

Kamandal: Recipiente hecho de calabaza o bronce que llevan los Sadhus o Sannyasins para transportar agua.

Karana Vairagya: Desapego causado por algún sufrimiento o alguna decepción en la vida.

Karika: Comentario sobre una escritura.

Karma Yoni: Matriz o fuente de acción.

Karma: Acción.

Katha: Historia; narración de historias tales como el Shrimad Bhagavatam que un orador experto hace durante siete días continuados.

Kavya: Oblación de alimento ofrecida a los ancestros fallecidos.

Kirtan: Canto de los nombres y glorias del Señor.

Krishna: Nombre del Señor en una de Sus más gloriosas encarnaciones.

Kshama: Perdón.

Kshatriya: Hombre perteneciente a la casta militar.

Kshetra: Región; lugar en el que se da de comer a los Sannyasins.

Likhita Japa: Práctica de escribir un Mantra.

Loka Lajja: Temor religioso.

Mahar: Miembro de una casta social que tiene tareas de servicios varios.

Maharani: Lit. Reina; mujer joven.

Mahatma: Gran alma.

Mahavakyas: Grandes dichos de los Upanishads

Maithuna: Rito tántrico que se realiza por medio de la unión de un hombre y una mujer.

Mara: Dios de la lujuria; pasión.

Mauna: Observancia de silencio.

Maya: Cósmica ilusión.

Mithya Drishti: Visión de que este mundo es irreal.

Moha: Capricho; ilusión causada por un pensamiento erróneo; falsa identificación y apego engañoso.

Mohan: Encantador.

Moksha: Liberación; término particular aplicado a la liberación de la esclavitud del Karma y la rueda de nacimiento y muerte; Experiencia del Absoluto.

Mrityu Loka: Mundo de muerte.

Mudita: Alegría.

Mukta Atman: Alma liberada.

Mula Ajñana: Ignorancia primaria.

Mumukshutva: Intenso deseo de Liberación.

Naga: Sadhu desnudo.

Naishtika Brahmachari: Aquél que ha tomado el voto de celibato de por vida.

Nama Japa: Repetición del Nombre del Señor.

Narayana: Nombre de Dios. *Nara + ayana*, aquél que penetra todas las cosas, el que duerme en las aguas. Narayana es representado como descansando sobre

un lecho de serpiente en el océano de la Conciencia Cósmica, también llamado océano de leche.

Nididhyasana: Meditación.

Nigraha: Control, restricción.

Nirbhayata: Libre de temor.

Nirvana: Estado de súper-conciencia.

Nirvikalpa Samadhi: Estado de súper-conciencia en el cual no hay mente ni idea alguna.

Nirvikara: Inalterable, inmodificable.

Nishkamya Karma Yoga: Yoga del servicio desinteresado.

Nishtika Brahmachari: Aquél que ha hecho el voto de permanecer célibe en pensamiento, palabra y acto a lo largo de su vida.

Nitya Akhanda Sukha: Beatitud Eterna e ininterrumpida.

Nitya Sukha: Beatitud Eterna.

Nitya Tripti: Satisfacción Eterna.

Nitya: Eterno.

Nivritti Marga: Sendero de la renuncia.

Niyama: Regla, prescripción.

Nyaya: Lógica; una de las cinco escuelas filosóficas de la India.

Ojas Shakti: Energía espiritual.

Om Ek Sat-chit-ananda Atman: Om, el Alma es Una, Existencia Absoluta, Conciencia Absoluta y Felicidad Absoluta.

Om Namó Bhagavate Vasudevaya: Om, reverencias al Ser Supremo Vasudeva.

Pandit: Erudito en las escrituras sagradas.

Param Dhama: Morada Suprema; Braman, Moksha.

Param Shanti: Paz Suprema.

Parama-anu Rupa: Carácter atómico.

Paramahansa: Pertenece a la clase superior de los Sannyasins o renunciantes.

Paramananda Pada: Morada Suprema de paz.

Paroksha Jñana: Conocimiento indirecto

Pativrata Dharma: Reglas de vida de una esposa casta y devota de su esposo.

Prakriti: Materia primordial.

Prakriti-laya: Aquél que se sumerge en Prakriti.

Prana: Energía vital.

Pranamaya Kosha: Envoltura de energía sutil o Prana.

Pranava Nada: Sonido del Mantra Om.

Pratyahara: Abstracción o retiro de los sentidos de sus respectivos objetos.

Prayachchitta: Expiación.

Prem: (Prema) Amor.

Prithvi: Tierra.

Purna Tripti: Satisfacción plena.

Purusha: Alma.

Putra Ishana: Deseo de descendencia.

Raga: Atracción, apego.

Rajan: Rey.

Rajas: Cualidad de pasión e inquietud.

Rakta: Sangre.

Ram: (Rama) Nombre del Señor; aquél que complace.

Rasa Lila: Pasatiempo del Deleite Supremo del Señor Krishna y Sus devotas.

Rasa: Esencia.

Rasavada: Experiencia o degustación de la esencia o la felicidad de Savikalpa Samadhi; esto es un obstáculo para la mayor realización Adváitica, ya que evita que el meditador intente los estados superiores de Nirvikalpa Samadhi o Asamprajñata Samadhi.

Riddhi: Gran deleite sensual; riqueza; nueve variedades de exaltación extraordinaria y grandeza que vienen al Yogui cuando avanza y progresa en el Yoga. Al igual que los poderes sobrenaturales o Siddhis, los Riddhis son grandes obstáculos en el sendero espiritual.

Rishi: Lit. Vidente, el que ve; sabio.

Sadhana: Práctica espiritual.

Sadhu: Hombre piadoso; Sannyasin.

Sahasrara: Chakra o vórtice energético ubicado en la parte superior de la cabeza.

Samadhi: Estado de súper-conciencia.

Samahita Vrittis: Pensamientos de una mente equilibrada.

Samata: Igualdad.

Sambandha: Relación, conexión.

Sampradaya: Costumbre; proceder convencional o curso de acción.

Samsara: Rueda de nacimiento, sufrimiento y muerte.

Samskara: Impresión de experiencias pasadas; recuerdo; tendencia.

Sandhya: Rito religioso realizado por los dos veces nacidos (iniciados de las tres castas superiores) a la mañana, al mediodía y al atardecer, que consiste en beber agua, recitar plegarias y mantras, especialmente el Gayatri Mantra.

Sankalpa: Decisión, voluntad, determinación.

Sannyasin: Monje que ha abrazado la vida de renuncia

Sarvangasana: Postura invertida conocida como la vela.

Sarvatha: Todo momento.

Sat: Real; existencia.

Sat-chit-ananda: Descripción del Ser Absoluto como Sat (Existencia), Cit (Conciencia) y Ananda (Felicidad).

Satsanga: Compañía del sabio o santo; compañía espiritual.

Sat-sankalpa: Voluntad perfecta, deseo puro.

Sattva: Pureza

Satyam: Verdad; veracidad.

Saumya: Dulce, bueno.

Savikalpa Samadhi: Estado de súper-conciencia en el que se mantiene la tríada de conocedor, conocimiento y objeto conocido.

Shabdha Jalam: Juego de palabras.

Shad Darshan: Seis escuelas filosóficas de la India.

Shad Shastri: Erudito en las seis Darshanas o escuelas filosóficas indias.

Shakti: Energía, poder.

Shama: tranquilidad, control de la mente; calma mental; la mente es mantenida en el corazón sin permitirle la exteriorización; según el Aparoksha-Anubhuti de Shankara, es la constante erradicación de las tendencias mentales.

Shanti: Paz.

Shastra Vasana: Deseo de erudición.

Shastras: Escrituras sagradas.

Shat Sampat: Seis virtudes – Shama (calma mental), Dama (control de los sentidos), Uparati (saciedad, ausencia de deseos de placeres sensuales), Titiksha (poder de soportar los pares de opuestos), Shraddha (fe inalterable en el propio Ser, en el Guru y en las Escrituras) y Samadhana (total equilibrio mental que permite fijar la mente en Brahman)

Shirshasana: Postura sobre la cabeza.

Shiva: Dios.

Shoka: Sufrimiento.

Shreya: Bueno; bendición; Moksha.

Shruti: Vedas, escrituras reveladas de los hindúes; aquello que ha sido oído.

Shuddha: Puro.

Shudra: perteneciente a la casta de los trabajadores que cumplen servicios para las otras tres castas superiores.

Shyam: Nombre del Señor Krishna; negro azulado como una nube cargada de agua.

Siddhanta: Creencia o doctrina establecida.

Siddhi: Poder sobrenatural.

Smarana: Recuerdo del Señor.

Smriti: Escrituras “recordadas” transmitidas por los sabios y que contienen leyes y códigos de conducta.

Sneha Vritti: Pensamiento o sentimiento de amor.

Stotra: Alabanza.

Sushil: Bueno, bien dispuesto, amable, de buen temperamento.

Svarajya: Independencia.

Svarupa: Esencia; naturaleza esencial; la naturaleza esencial de Brahman; Realidad; Satchidandana; Verdadera Naturaleza del Ser.

Taapas: Sufrimientos o aflicciones que son de tres clases – las causadas por el propio cuerpo o por uno mismo (Adhyatmikas); las causadas por otros seres que lo rodean (Adhibhautikas); las causadas por los Devas o seres celestiales (Adhidaivikas).

Tamas: Ignorancia, oscuridad, inercia.

Tamásico: que posee la cualidad de Tamas, inercia.

Tapas o Tapasya: Acción purificatoria, penitencia, sacrificio.

Tattva: Elemento, principio.

Trishanku: Rey que quiso subir al cielo con su cuerpo y fue enviado de vuelta, cabeza abajo, quedando suspendido entre el cielo y la tierra por el poder del Sabio Vishvamitra.

Trishna: Sed, deseo o anhelo de objetos sensuales.

Tushti: Contentamiento, satisfacción.

Uparati: Saciedad, ausencia de deseos de placeres sensuales.

Upasana: Lit. Sentarse cerca; adoración o contemplación de Dios; meditación devota.

Urdhvareta Yogui: Aquél en quien la energía seminal ha fluido hacia arriba entrando en el cerebro en la forma de Ojas Shakti o energía espiritual.

Uttama Adhikari: Aspirante de primera clase.

Vachaka Jñani: Sabio sólo de nombre.

Vairagya: Desapego.

Vaishya: Perteneciente a la tercera de las castas, principalmente dedicada a la agricultura.

Vanaprastha: Etapa de la vida en que el hombre se retira al bosque.

Vanaprasthi: Habitante del bosque.

Varna: Casta.

Varnashram: Sistema de castas y etapas de la vida.

Vasana: Deseo sutil; tendencia creada por una persona mediante la acción o el goce, y que la induce a repetir esa acción o a buscar una repetición de ese goce; impresión sutil.

Vastu: Objeto, sustancia, Brahman.

Vichara: Indagación en la naturaleza del Ser, Brahman o la Verdad; reflexión siempre presente acerca del cómo y porqué de las cosas; inquisición en el significado real del Mahavakya “Tat-tvam-asi”; discernimiento entre lo Real y lo irreal.

Vidya Dana: Caridad ejercida dando conocimiento.

Vikaras: Modificaciones nocivas de la mente.

Virya: Energía viril, semen.

Vishaya: Objetos de percepción o disfrute.

Vishva Prema: Amor cósmico por todos.

Vishvarañjan: Aquél que alegra o encanta al mundo.

Viveka: Discernimiento entre lo Real y lo irreal, entre el Ser y el no-Ser, entre lo permanente y lo transitorio; discernimiento intuitivo correcto.

Viveka Purvaka Vairagya: Desapego nacido del discernimiento profundo.

Viveki: Hombre de discernimiento.

Vrata: Voto.

Vrittis: Modificaciones de la mente.

Yajña: Sacrificio.

Yama: Reglas de conducta.

Yoga Brashta: Aquél que ha caído del sendero del Yoga; aquél que murió sin haber logrado el fin último del Yoga.

Yoni: Matriz.

Yukti: Unión.

Zamindar: Oficial recaudador de impuestos.