

# Cómo lograr VAIRAGYA

*Por*

**SRI SWAMI SIVANANDA**

**Una publicación de la Divine Life Society**

Tercera edición: 1983

(5.000 copias)

World Wide Web (WWW): 1998

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

*Esta reimpresión WWW es para libre distribución*

© The Divine Life Trust Society

*Publicado por*

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

---

## Contenido

- [Vairagya Dindima](#)
- [Recuerda al Señor](#)
- [También esto pasará](#)
- [Canción de Vairagya](#)
- [Canción de Jnana-Vairagya](#)
- [Cuatro gemas espirituales](#)
- [Cómo lograr Vairagya](#)
- [Nota del editor](#)
- [Prefacio](#)
- [Plegaria](#)

- [La felicidad está en el interior](#)
- [¿Qué es Vairagya?](#)
  - [Un estado mental interior](#)
  - [Defectos de los placeres sensuales](#)
  - [La gloria de Vairagya](#)
  - [Variedades de Vairagya](#)
  - [Etapas en Vairagya](#)
  - [Cómo desarrollar Vairagya](#)
  - [Corta el nudo del apego](#)
  - [Nivritti-Marga, o el sendero de la renuncia](#)
  - [Recuerda los dichos del Gita](#)
  - [Qué no es Vairagya](#)
  - [Qué es Vairagya](#)
  - [La mejor escuela de entrenamiento](#)
  - [Una nota de advertencia](#)
- [Misericordias de la existencia mundana](#)
  - [La ignorancia es la causa del sufrimiento](#)
  - [Nadie viene ni se va](#)
  - [El fuego de los deseos](#)
  - [Las tres fiebres](#)
  - [Incertidumbre de la vida](#)
  - [En general, la vida es sufrimiento](#)
  - [Cómo erradicar el anhelo de los deseos](#)
  - [Deseo de nombre y fama](#)
  - [Por qué este problema](#)
  - [Preocupación y ansiedad](#)
  - [Raga y Dvesha](#)
- [El Cuerpo](#)
- [La Mujer](#)
- [El Mundo](#)
- [La esencia de Vairagya-Satakam](#)
- [Historias inspiradoras](#)
  - [Historia del príncipe](#)
  - [Historia del Yogi Vemanna](#)
  - [Historia de un Sirviente](#)
  - [Historia del Señor Buda](#)
  - [Historia del Rey Bhartrihari](#)
  - [Historia de Yayati](#)
  - [Historia de Hemachuda](#)
- [Apéndice](#)
  - [PRASNOTTARI de Sri Sankaracharya](#)
  - [Consejo del Señor Buda](#)
  - [Selecciones del Viveka-Chudamani de Sri Sankaracharya](#)
  - [El misterioso palacio de Brahman](#)

**OM**

Bhoge rogabhayaṃ kule cyutibhayaṃ vitte nṛpālādbhayaṃ |  
māne dainyabhayaṃ bale ripubhayaṃ rūpe jarāyā bhayaṃ ||

śāstre vāḍibhayaṃ guṇe khalabhayaṃ kāye kṛtāntādbhayaṃ |  
sarvaṃ vastu bhayānviṭaṃ bhuvī nṛṇāṃ vairāgyamevābhayaṃ ||

En el goce hay miedo a la enfermedad; en el puesto social, miedo de caer; en la riqueza, miedo a los reyes hostiles; en el honor, miedo a la humillación; en el poder, miedo a los enemigos; en la belleza, miedo a la vejez; en la erudición de las escrituras, miedo a los adversarios; en la virtud, miedo a los calumniadores; en el cuerpo, miedo a la muerte. Todas las cosas de este mundo en relación con los seres humanos están acompañadas por el miedo; sólo la renuncia representa valor.

—*Vairagya Shakatam de Bhartrihari.*

Brahmādisthāvarānteṣu vairāgyaṃ viṣayeṣvanu |  
yathaiṃvā kākaviṣṭhāyāṃ vairāgyaṃ taddhi nirmalam ||

El immaculado desapego de los deseos representa una insatisfacción con respecto a todos los objetos, desde Brahma hasta las cosas inanimadas, semejante a la que se siente con respecto al excremento de un cuervo.

—*Acharya Sankara*

---

## Vairagya Dindima

(Una proclama de desapego)

Kāmaḥ krodhaśca lobhaśca dehe tiṣṭhanti taskaraḥ |  
jñānaratnāpahārāya tasmājjāgrata jāgrata ||

Hay ladrones al acecho en el cuerpo para robar la joya de tu sabiduría, ellos son la lujuria, la cólera y la codicia. ¡Por lo tanto, despierta!  
¡Despierta!!

Janma duḥkhaṃ jarā duḥkhaṃ jāyā duḥkhaṃ punaḥ |  
saṃsāramāgaraṃ duḥkhaṃ tasmājjāgrata jāgrata ||

El nacimiento está lleno de sufrimientos, la vejez está llena de miserias, la mujer es una y otra vez el origen de toda miseria y dolor. Este océano del Samsara está lleno de pesar. ¡Por lo tanto, despierta! ¡Despierta!!

Mātā nāsti pitā nāsti nāsti bandhuḥ sahodaraḥ |  
arthaṃ nāsti grhaṃ nāsti tasmājjāgrata jāgrata ||

No tienes madre, padre, pariente, hermano, riqueza ni casa (nada quedará por siempre, nada te seguirá tras la muerte). ¡Por lo tanto, despierta!  
¡Despierta!!

Āśayā badhyate loke karmaṇā bahucintayā |  
āyuhḥ kṣīṇaṃ na jānāti tasmājjāgrata jāgrata ||

Estás atado a este mundo por los deseos, las acciones y las múltiples preocupaciones. No te das cuenta de que la vida se está yendo lentamente y la estás malgastando. ¡Por lo tanto, despierta! ¡Despierta!!

---

!

## **Recuerda al Señor** (El mundo está lleno de vanidades)

Yāda haṇa karanā karānā hai phaṇata sādhuḥ kāma |  
khalaka ko rastā dikhānā hai phaṇata sadhu kā kāma ||

Es el único deber de los Sadhus recordar y hacer a otros recordar "Aquello" (el Absoluto) y ser guía del mundo entero.

Dina nīke bīte jāte hai |

Los días pasan velozmente.

Sumirana kara śrī rāma nāma taja viṣaya bhoga aura sarva kāma  
|  
tere saṅga cale nahi eka dāma jo hete hai so pāte hai ||  
dina nīke bīte jāte hai || 1 ||

Recuerda el santo Nombre de Sri Rama, es decir, recuerda a Dios.  
Abandona todos los disfrutes mundanos y sensuales, y todas las otras acciones también. Ni un dama (1/20 parte de un anna) irá contigo. Sólo obtiene quien da. Los días pasan velozmente.

Bhāi bandhu aura kuṭuma parivārā saba jāte jī ke nate haiṃ |  
kisake ho tuma kaina tumhārā kisake bala harināma visārā ||  
dina nīke bīte jāte hai || 2 ||

Hermanos, amigos, parientes y miembros de la familia, todos ellos están relacionados contigo mientras vives. De otro modo "¿quién es tuyo"?  
¡Querido! ¡Por confiar en ellos te has olvidado del santo Nombre de Hari!, el Todopoderoso. Los días pasan velozmente.

Lakha caurāsī bharama ke āye baḍe bhāga mānuṣa tana pāte |  
tisa para bhīrnāṃha karī kamāī kira pāche pachatāte haiṃ ||  
dina nīke bīte jāte hai || 3 ||

Ya has viajado por 84 lakhs (1 lack = cien mil) de Yonis o vientres del mundo animal. Eres muy afortunado al haber obtenido un cuerpo humano. Todavía no has hecho nada para el siguiente nacimiento. Y por lo tanto, tendrás que arrepentirse por eso. Los días pasan velozmente.

Jo tū lāge viṣaya vilāsā mūrakha kaṃse mr̥tyu kī pāsā |  
kyā dekhe śvāsā kī āsā gaye kera nahīṃ āte haiṃ ||  
dina nīke bīte jāte hai || 4 ||

Si te enredas en goces mundanos yendo tras los objetos, ¡oh tonto!, te enmarañas en las garras de la muerte. ¡Y por qué! ¿Crees que respirarás cuando estés muerto? Recuerda, lo que se terminó está perdido para siempre. Aquellos que murieron, nunca regresarán. Los días pasan velozmente.

---

## También esto pasará

Una vez en Persia reinaba un rey,  
que en un anillo de sello,  
esculpió una máxima extraña y sabia,  
cuando lo tenía ante sus ojos,  
se consolaba con sólo mirarlo,  
apropiadas para todo cambio y ocasión,  
estas eran esas palabras solemnes:

"TAMBIÉN ESTO PASARÁ."

Caravanas de camellos por la arena,  
le trajeron gemas de Samarcand,  
flotas de galeras sobre los mares,  
le trajeron perlas para rivalizar con aquellas,  
pero las estimó de poco beneficio,  
tesoros de minas o túneles,  
"¿Qué es la riqueza?" diría el rey,  
"TAMBIÉN ESTO PASARÁ".

En medio de los placeres de su corte,  
en el cenit de su diversión,  
cuando las palmas de todos sus invitados,  
ardían de aplaudir sus bromas,  
sentado en medio de los higos y el vino,  
el rey dijo, "Ah, amigos míos,

el placer viene pero no permanece,  
"TAMBIÉN ESTO PASARÁ".

La mujer más bella alguna vez vista,  
fue la novia a quien coronó como reina,  
con la cabeza en la almohada de su cama matrimonial,  
murmurando a su alma, dijo,  
"Aunque ningún monarca haya presionado  
tan hermoso seno contra su pecho,  
la carne mortal es solamente arcilla!  
"TAMBIÉN ESTO PASARÁ".

Luchando en el furioso campo de batalla,  
una jabalina perforó su armadura,  
los soldados dieron un fuerte lamento,  
él soportó sangrando su herida,  
"El dolor es duro de resistir", gritó.  
"Pero con paciencia, día a día,  
TAMBIÉN ESTO PASARÁ".

Levantado en una plaza pública,  
cuarenta codos en el aire,  
y el rey disfrazado, desconocido,  
miró fijamente su nombre esculpido.  
Y ponderó, "¿Qué es la fama?  
¡La fama es solamente una lenta decadencia!  
TAMBIÉN ESTO PASARÁ".

Aquejado de parálisis, dolorido y viejo,  
esperando a las puertas de oro,  
dijo con su último aliento,  
"La vida pasó, pero ¿qué es la Muerte?"  
Entonces, como respuesta al rey,  
cayó un rayo de sol sobre su anillo,  
exhibiendo con un destello celestial:  
"TAMBIÉN ESTO PASARÁ".

—Theodore Tilton

---

## Canción de Vairagya

Rama Rama Rama Rama Rama  
Rama Rama Rama Rama Rama:  
¿por qué buscas en vano  
el placer afuera?  
Ve a la fuente de origen,  
en el Atma subjetiva,

despierta, elévate, no te detengas,  
hasta que el objetivo sea logrado.

(Rama Rama.... ...)

¿Cuánto tiempo quieres permanecer  
esclavo de la pasión? Dime, por favor.  
Trata de buscar la paz interior,  
por medio del desapego y la práctica (Vairagya y Abhyasa)

(Rama Rama.... ...)

¿No estás harto,  
de objetos ilusorios?  
Disfruta la Felicidad del Atman;  
por medio de Manana, Nididhyasana,  
la reflexión, la meditación.

(Rama Rama.... ...)

---

## **Canción de Jnana - Vairagya**

Sunaja Sunaja Sunaja Krishna  
Tu Gitawala Jnana Sunaja Krishna.

Al principio hay una emoción tierna y un cálido cariño,  
luego se convierte en amor entusiasta, en ímpetu vehemente.

A través de Sravana y Satsanga viene la admiración,  
luego la atracción, el apego, el amor supremo.  
Quiero sólo a mi amado y querido Krishna,  
no quiero ni Mukti ni las bendiciones temporales.

El mundo es irreal, lleno de miserias,  
solamente Dios es verdadero, lleno de Ananda.

Tú estás corriendo detrás de una sombra irreal,  
has olvidado la sustancia real.

Viniste solo llorando, te irás solo llorando, nadie te seguirá,  
Canta Bhajans, canta Kirtan, esto te seguirá.

¿Por qué peleas en vano con tus hermanos? Pelea con la mente y los  
Indriyas.  
¿Por qué lloras en vano por la muerte de los parientes? Lloro por la  
separación del Señor.

El amor entre marido y esposa es amor egoísta,  
Hermanos y hermanas están unidos con fines egoístas.

La muerte está siempre esperando para devorarlos a todos ustedes,  
Ese "Mañana" nunca vendrá, abre tus ojos ahora, despiértate.

La vida es corta, el tiempo es fugaz, (hay muchos obstáculos para Japa y kirtan),  
dedícate diligentemente a la Sadhana Yóguica.

Este mundo es una *mela* por dos días,  
Esta vida es una obra dramática que dura dos segundos, (este cuerpo es una burbuja durante dos segundos).

Cuando uno está en unión con Dios, es Samadhi,  
el yogui consigue dicha infinita y conocimiento.

Bhakti Yoga es cruzar el río en bote,  
Jnana Yoga es cruzar el río nadando.

Un Jnani obtiene conocimiento por confianza en sí mismo,  
un Bhakta logra el Darshan por la entrega de sí mismo.

Cuando hay un Vritti es Savikalpa,  
cuando hay Triputi Laya, es Nirvikalpa.

Cuando uno está en el cuarto Bhumika, es Jivanmukti,  
cuando no hay conciencia del cuerpo, es Videhamukti.

Cuando uno está en el estado de Turiya, es Jivanmukti,  
cuando está en Turiyatita, es Videhamukti.

Cuando hay Svarupanas, es Jivanmukti.  
Cuando hay Arupanas, es Videhamukti.

Cuando Jagrat aparece como Svapna, es Jivanmukti,  
cuando Jagrat aparece como Sushupti, es Videhamukti.

---

## Cuatro joyas espirituales

**1. Recuerda los sufrimientos del Samsara**

**2. Recuerda la muerte**

**3. Recuerda a los Santos**

**4. Recuerda a Dios**



El 1º y el 2º le provocarán Vairagya, el 3º le dará inspiración y el 4º le permitirá lograr Conciencia de Dios.

---

## **Cómo lograr Vairagya**

(Recuerda estos siete puntos esenciales)

1. Hari Om, el placer sensual es momentáneo, engañoso, ilusorio e imaginario.
2. Un poco de placer semejante a una semilla de mostaza está mezclado con una montaña de dolor.
3. El goce no puede provocar la satisfacción de un deseo. Por el contrario, vuelve a la mente más intranquila después del goce mediante el intenso anhelo (Trishnas y Vasanas).
4. El placer sensual es un enemigo del Brahma-Jnana
5. El placer sensual es la causa del nacimiento y la muerte.
6. Este cuerpo no es nada más que un montón de carne, hueso, y toda clase de inmundicia.
7. Trae a la mente los frutos de la experiencia del Ser o la vida en el alma, Brahman o el Eterno, tales como Inmortalidad, Felicidad Eterna, Paz Suprema y Conocimiento Infinito. Si siempre recuerdas los siete puntos, la mente será destetada de los deseos de placeres sensuales. Surgirán Vairagya, Viveka y Mumukshutva (desapego, discernimiento entre lo real y lo irreal, e intenso anhelo de la liberación del nacimiento y la muerte). Debes investigar seriamente los defectos de la vida sensual (Dosha-Drishti) y la naturaleza irreal de la vida mundana (Mithya - Drishti).

*Lee esto una vez todos los días tan pronto como te levantes.*

---

## **Nota de los editores**

*Para la primera edición*

Mientras se acepta en todas partes que lo primero y más importante para un aspirante que recorre el sendero de la Antigua Sabiduría o el Yoga es el Vairagya proveniente de la discriminación pura, es extraño que en la actualidad, cuando innumerables libros sobre Yoga, Vedanta y otros súbditos aliados se exhiben en las vidrieras, ninguno de estos sabios tratados haya pensado alguna vez o haya considerado cubrir esta necesidad de los aspirantes espirituales. En tal momento, debería ser muy bien recibido un libro sobre "Cómo lograr VAIRAGYA" de nada menos que un sabio eminente, yogui y filósofo, Su Santidad Sri Swami Sivananda.

Es cierto que el tema de Vairagya ha sido tratado en los libros sagrados de India por antiguos sabios como Vasishtha, Vyasa, Yajnavalkya, Bhartrihari y otros; pero en ninguna parte el lector encontrará un conocimiento del tema claro, conciso y compacto, adecuado a su vez a las condiciones, los gustos y los requisitos modernos. Mientras los antiguos pusieron el énfasis en la renuncia rigurosa, tanto mental como física, como una condición previa a la experiencia del Ser, es muy reconfortante y alentador oír del yogui del Himalaya que "Vairagya es simplemente un estado mental", "no es sólo un show", y que "un hombre puede permanecer en el bullicioso mundo en medio de la suntuosidad, y aún así podría poseer un Vairagya perfecto, mientras que un Sadhu que vive en una cueva en las lejanas regiones de los Himalayas podría estar apegado a su Kamandalu (recipiente para el agua), su bastón o un trozo de tela".

Esperamos sinceramente que el objetivo con el que esta publicación ha sido emprendida se logre totalmente.

Los editores; 1ero de octubre de 1938.

---

## Prefacio

"La felicidad está en el interior", "¿Qué es Vairagya?", "Miserias de la existencia mundana", "El cuerpo", "La mujer", "El mundo", "La esencia de Vairagya - Satakam" e "Historias inspiradoras."

En "La felicidad está en el interior", he enfatizado que la felicidad, que es el motivo impulsor de todos los esfuerzos humanos, no está en los objetos perecederos del mundo, sino dentro del propio ser, y que incluso el mínimo placer momentáneo que uno obtiene de los disfrutes sensuales no es más que un reflejo de la Felicidad del Atman. La felicidad real y duradera puede ser obtenida solamente de Dios, o el Atman, que brilla en las cavidades de su corazón.

En el capítulo titulado "Qué es Vairagya", he dicho categóricamente que Vairagya no consiste en escapar de la casa, eludiendo los deberes y las responsabilidades de la vida sino que es simplemente un estado interno y que un hombre mientras vive en el mundo en medio de diversos lujos puede ser un alma perfectamente desapegada. El capítulo está dividido, para conveniencia y facilitación, en trece secciones, todas útiles e interesantes. La necesidad de renunciar al deseo como un medio para liberarse de la esclavitud, las variedades de Vairagya, sus distintas etapas, cómo desarrollarlo, el sendero de la renuncia, qué es y qué no es Vairagya, éstos y muchos otros temas relacionados han sido cuidadosamente desarrollados.

"Las miserias de la existencia mundana" es el título inspirador del tercer capítulo. Debería tenerse en cuenta que la ignorancia es la verdadera

causa de todo infortunio y por lo tanto, si estas miserias de la vida mundana tienen que terminar, deben ser eliminadas naturalmente con la obtención del Conocimiento del Ser. Uno puede renunciar fácilmente a la esposa, al hijo y a la propiedad, pero renunciar al nombre y la fama es una rara proeza de la espiritualidad más elevada. Para lograr el Conocimiento del Ser, es necesario tal grado de renuncia. He condenado la construcción de Ashrams y el hacer discípulos con una cláusula de reserva, porque esto me parece que es la principal causa de fracaso en el logro del objetivo de la práctica del Yoga en el caso de muchos buenos aspirantes en la actualidad.

El capítulo cuatro trata sobre "El cuerpo." El apego al cuerpo es la causa del sufrimiento y la esclavitud, y este apego es, por supuesto, atribuible a la ignorancia de la Realidad. Al apego por el propio cuerpo le sigue el deseo de goces sensuales, lujuria, cólera, codicia, preocupación, ansiedad y otras innumerables miserias. Si esto se corta de raíz anulando el cuerpo e identificándose con el Ser Supremo, entonces todas las desdichas y penas terminarán. De allí la condena del apego puramente carnal al cuerpo; no es amor puro y desinteresado. Por lo tanto la censura de tal amor está justificada.

"El Mundo" es el título del sexto capítulo. Debido a la ignorancia, el hombre cree que el mundo en el que vive es una realidad sólida y que no hay nada más allá de él. Por lo tanto, quiere permitirse toda clase de placeres sensuales con la idea de obtener felicidad de ellos. Si supiera que el mundo en el que vive es irreal y que hay algo que encarna a la Felicidad pura, y que si uno toma conciencia de ello, disfruta de la dicha suprema, no haría eso. Con miras a conseguir felicidad de los objetos, sufre un dolor intenso, torturas y tribulaciones, y aún así, no consigue la más mínima satisfacción. He tratado de convencer al lector que este mundo de nombres y formas es irreal, transitorio y fugaz, que solamente Dios, o el Atman, es verdadero y lleno de beatitud y que debe tratar de experimentar al Alma y obtener de ella la felicidad que quiere.

En el siguiente capítulo, titulado "La esencia de Vairagya-Satakam", he dado en pocas palabras la suma y sustancia de los cien versos de Bhartrihari, lo cual será muy útil para aquellos que no puedan permitirse adquirir todos y cada uno de los libros en relación con Yoga o Vedanta.

En el capítulo ocho, titulado "Historias inspiradoras", el lector obtiene media docena de narraciones emocionantes e inspiradoras de grandes santos y yoguis de la India antigua. Ellas tienen como intención producir un profundo Vairagya, y es mi firme creencia que un libro sobre Vairagya como este nunca antes ha sido presentado al público.

El Prasnotari de Sri Sankaracharya se agrega al final, lo que será una fuente de poderosa motivación para llevar en el mundo una vida de desapego.

Que todos los estudiantes de Yoga y Vedanta en oriente y occidente logren inspirarse para no escatimar esfuerzos mediante un estudio profundo de este volumen es la ferviente plegaria de:

SWAMI SIVANANDA

15 de Septiembre de 1938.

---

## Oración

¡Oh Adorable Señor! Tú eres sutil. Por lo tanto es muy difícil tener la experiencia de Tu Conciencia Divina. Eres el pasado, el presente y el futuro. No hay nada más que Tú. Tú eres el Océano Infinito de Gracia y Misericordia. Eres conocido sólo por Tu devoto. Tú eres sin atributos y sin formas y aún así posees atributos y formas. Es muy difícil comprender Tu gloria y grandeza. Tú eres mi padre, madre, Guru y único refugio. ¡Reverencias a Ti! Protégeme. Guíame. Sácame de esta terrible rueda de nacimientos y muertes.

¡Oh Señor! ¡Tú estás en todo, eres el Alma de todo! ¡Tú eres la matriz de todo! Eres el protector de todo; Tú eres el que otorga a todos el fruto del karma; Tú eres todo; Eres el morador en todo; Tú eres el origen de todo; Tú eres el que da Moksha a todos. ¡Postraciones ante Ti!

¡Oh Señor! Si Tú eres el sol, entonces yo soy el rayo; si Tú eres el océano, yo soy la ola; si Tú eres el Himalaya, yo soy el árbol; si Tú eres la Gangá, yo soy la gota; si Tú eres el jardín, yo soy la flor; si Tú eres la luz eléctrica, yo soy la bombilla; si Tú eres el paisaje, yo soy la hierba. Amándote, me he vuelto inmortal. El lazo de Yama es cortado en pedazos. ¡Reverencias a Ti!

¡Oh Señor auto-refulgente! Tú eres el Defensor, el Salvador, el Creador, el Regente interior, el Gobernador, el Amo, el Protector y el Libertador. Tú eres el que disipa la oscuridad de la ignorancia. Eres el que quita las miserias y los sufrimientos de Tus devotos. Tú eres el Destructor de las tres clases de sufrimientos (Tapas) o fiebres de los seres humanos. ¡Oh Señor Venerable! ¡Reverencias a Ti! Me refugio en Ti. Dame pureza y devoción. Que mi mente vagabunda y saltarina descansa siempre en Tus benditos pies de loto.

¡Oh Señor Soberano de todas las creaciones! No quiero riqueza, Moksha, poder o supremacía. Pero quiero que alguna vez los sufrimientos y problemas de todos los seres terminen. Tú eres océano de compasión. Tú eres omnipotente. Tú puedes hacer esto.

*En memoria del*  
*Señor Buda, el Rey Bhartrihari y El Rey Gopichand,*  
*Quienes eran encarnaciones de Vairagya,*  
*Que renunciaron a sus reinos,*  
*Tronos y todo para el*  
*Logro del Infinito*  
*o*  
*La bienaventuranza final de la vida*  
*O Kaivalya,*  
*La Suprema Morada de Inmortalidad*  
*y*  
*La Felicidad Eterna*  
*OM*

---

!

## **La felicidad está en el interior**

El hombre quiere felicidad. Rechaza el dolor. Mueve cielo y tierra para conseguir la felicidad que desea de los objetos sensuales, y he aquí que queda enredado en las redes enmarañadas de Maya. ¡Pobre hombre! No sabe que estos objetos son perecederos y evanescentes, finitos y condicionados por el tiempo, el espacio y la causalidad. Y encima, no obtiene de ellos la felicidad deseada.

Este mundo es imperfecto (Apurna) y la vida es incierta. Un abogado habla por teléfono, sube la escalera para comer y, ¡ay! mientras asciende se muere en la escalera. Tales ejemplos son bien conocidos por todos ustedes.

No hay ni un ápice de felicidad en los objetos, porque son insensibles (Jada). Incluso el placer sensual es solamente un reflejo de la felicidad del Atman. Así como un perro que chupa un hueso seco en la calle imagina tontamente que está saliendo sangre del hueso seco, cuando en verdad la sangre está saliendo de su propio paladar, también las personas

de mente mundana imaginan tontamente que la felicidad que disfrutan en la vida diaria proviene solamente de los objetos.

Tú puedes encontrar paz y felicidad eterna, inmensa y suprema solamente en tu Atma que brilla en las cavidades de Tu corazón con todo su esplendor y gloria. Es una encarnación de Beatitud (Ananda Swarupa).

Aún en los multimillonarios y los reyes hay inquietud mental, insatisfacción, descontento e intranquilidad. Siempre hay cierta pena, sufrimiento o dolor incluso cuando están en el máximo disfrute de los placeres mundanos. ¿Puedes mostrarme a un hombre que sea perfectamente feliz? Cuando se está celebrando el matrimonio de su segundo hijo, el recuerdo de la muerte de su primer hijo, que falleció sólo unos días atrás, tortura su mente.

La mente está constituida de tal modo que mantiene el ritmo de placer y dolor de la misma manera que el ritmo de sístole y diástole del corazón. Uno teme que la felicidad pase pronto, cuando está en un entorno alegre. Esto acrecienta el sufrimiento, cuando uno está en el disfrute de los placeres sensuales. Incluso si quita el dolor por algún medio, se manifiesta otra vez de alguna u otra forma como pérdida de propiedad, enfermedad, muerte, hostilidad o decepción.

No hay esperanza de inmortalidad por medio de la riqueza. Tal es, efectivamente, la declaración enfática e irrefutable de los Upanishads. *"Na karmana na prajayana dhanena tyagenaike amritatvamanasuh.* Uno no puede lograr inmortalidad mediante los rituales, ni por medio de la progenie, ni por la riqueza, sino solamente por la renuncia".

El solo dejar los objetos no constituirá una verdadera renuncia. Mis queridos amigos, recuerden bien este punto. Verdadero Tyaga o renuncia consiste en renunciar al egoísmo, el sentido del yo, el sentido de posesividad, el individualismo, los deseos y los anhelos de todo tipo.

Es en verdad difícil para todos los seres lograr un nacimiento humano, más aún con un cuerpo masculino. Se dice que hay tres cosas verdaderamente raras y que son atribuibles a la gracia de Dios, ellas son: un nacimiento humano, el deseo de liberación y la protección de un sabio perfecto. El hombre que a pesar de haber obtenido la oportunidad de un nacimiento humano con un cuerpo de varón y un buen intelecto (por algunas acciones virtuosas hechas en vidas anteriores) es tan tonto como para no esforzarse por el logro de la Conciencia del Ser, se suicida en verdad, porque se mata aferrándose a cosas irreales.

Ahora me harás la pertinente pregunta: "¿Por qué debo experimentar al Atman?" Respondo, porque la experiencia del Ser te libera de la rueda del Samsara, de nacimientos y muertes, con sus correspondientes males. Escucha la enfática declaración de los Upanishads: "Este Atman (el Ser) que está libre de falta, que no decae, inmortal, libre de pena, hambre y

sed, eso es lo que hay que buscar con verdadero anhelo y firme resolución y lo que uno debe querer experimentar; aquél que ha buscado a su Ser y Lo comprende, obtiene todos los mundos y satisface todos los deseos". (Chhandogya Upanishad).

Escucha una vez más la enérgica expresión del mismo Chhandogya Upanishad: "*Yo vai Bhuma tat sukham na alpe sukham asti, bhumaiva sukham bhuma tveva vijijnasitavyah*. El Infinito (el Magnánimo) es Beatitud. No hay satisfacción en lo que es pequeño (finito). El infinito solamente es la dicha. Pero uno debe desear comprender al Infinito".

Todo hombre en este mundo está intranquilo, descontento e insatisfecho. Siente que le está faltando algo cuya naturaleza no comprende realmente. Él busca el reposo y la paz que siente necesitar en el logro de proyectos ambiciosos. Pero descubre, para su gran pena y decepción, que cuando está asegurada, la grandeza mundana es una ilusión y una trampa. No encuentra felicidad en ella. Consigue grados codiciados, diplomas, títulos, honores, poder, puesto, nombre y fama; se casa; engendra a bebés hermosos; en pocas palabras, logra todo lo que él supone que le dará felicidad. Pero aún así, no encuentra verdadero descanso y paz.

Hombres piadosos, santos, sabios, Acharyas y profetas no se han cansado de decir que esta intranquilidad de todo hombre, ese estado de descontento, insatisfacción e incomodidad, de estar molesto consigo mismo y su entorno, es sólo debido a la pérdida de la compañía de su alma, que está brillando eternamente en las cavidades de su corazón, que está lista para abrazarlo con las manos extendidas, si realmente quiere verla y si está espiritualmente sediento y hambriento.

Un anna (décima parte de una rupia india) de placer se mezcla con quince annas de dolor. El placer que está mezclado con dolor, miedo y preocupación no es placer en absoluto. Si comienzas a analizar este anna de placer cuidadosamente, se reducirá a nada. Descubrirás que es una simple obra dramática de la mente. ¡Oh hombre! Despierta. Abre tus ojos. Desarrolla Viveka. No puedes obtener verdadera felicidad de objetivos finitos.

*Nitya, Nirupadhika, Niratisaya Ananda* (la Beatitud eterna, infinita) que es independiente de los objetos puede tenerse solamente en el Espíritu Inmortal, el Atma, el Alma o Brahman, el Habitante de tu corazón. Por lo tanto, rechaza todas las cosas externas implacablemente y corre a los Pies del Señor. Desarrolla Vairagya. Vairagya es el fundamento más profundo para el sendero espiritual.

¿Por qué corren los hombres tras los placeres sensuales? ¿Cuál es su concepto de la felicidad? Los Samskaras lo fuerzan a repetir los mismos actos sensuales una y otra vez. ¿Es el hombre solamente una criatura del ambiente o la circunstancia? ¿No puede destruir sus Samskaras por medios eficaces y apropiados?

Debido a la ignorancia, el hombre corre aquí y allá para buscar la felicidad en los objetos. Un poco de pan de jengibre y algunas frutas confitadas, un hijo y una esposa joven, posición y un poco de poder y algo de dinero en el banco llenarán su corazón de júbilo y calmarán sus nervios. Eso es todo lo que quiere. La dicha del Atma, el Ananda más allá de lo sensual, la paz del éxtasis espiritual y el conocimiento son desconocidos para él. No los quiere. Mejor dicho, le disgustan. Odia a las personas que hablan de cosas más elevadas y sublimes. Créeme, el hombre puede barrer sus Samskaras por Purushartha o esfuerzo correcto. No es una criatura del ambiente o la circunstancia. Es el amo de su destino.

En medio del ruido y el alboroto bullicioso de las actividades mundanas, vienen momentos de tranquilidad y paz, cuando la mente por un momento, por más breve que sea, se remonta por sobre las cosas mundanas groseras y reflexiona sobre los problemas más elevados de la vida, como el porqué y la causa de la vida, y el misterio del universo. El hombre comienza a preguntarse: "¿Quién soy?" El indagador sincero se pone serio y se vuelve absorto en sus reflexiones. Comienza a buscar y comprender la Verdad. El discernimiento surge en él. Busca Vairagya, concentración, meditación, y purificación del cuerpo y de la mente y al final obtiene el más alto Conocimiento del Ser. Pero el hombre cuya mente está saturada de *Vasanas* mundanas y del veneno materialista es muy desatento, es arrastrado irresistiblemente por las dos corrientes de *Raga* y *Dwesa*, y se sacude impotentemente aquí y allá en el torrente del tumultuoso Samsara de las preocupaciones mundanas.

¡Ah! ¡Qué incierta es la vida sensual en este mundo! Si piensas constantemente en la naturaleza temporal del placer sensual y sus males afines, los sufrimientos, las preocupaciones, los problemas, las tribulaciones, la ansiedad y la muerte prematura, entonces lentamente desarrollarás Vairagya. El Vairagya que viene momentáneamente es atribuible a la pérdida de la esposa, un pariente, amigo, hijo o propiedad; esto no lo ayudará mucho en el sendero espiritual. Lo que realmente se requiere es el Vairagya proveniente del discernimiento o Viveka.

En presencia del placer sensual, la beatitud espiritual no puede existir, así como la oscuridad no puede existir en presencia de la luz. Por lo tanto, demuestra extremo desprecio por los objetos mundanos. Destruye todos los deseos. Aparta la mente de los objetos sensuales. Desarrollarás Vairagya.

Tú mismo has vuelto tu vida complicada e intrincada. Te has enredado en este pantano del Samsara. Has multiplicado tus necesidades y deseos. Estás forjando todos los días un eslabón adicional a la cadena de esclavitud. La sencillez ha desaparecido. Se aceptan los hábitos y estilos de vida lujosos. No es extraño que haya desempleados en todas partes. Las personas están muriendo de hambre. Hay depresión en el comercio. Hay descontento por todos lados. Hay completa devastación por un sismo. Los tribunales de divorcios también se están multiplicando. Una



nación teme a otra nación. Una nación sospecha que las otras naciones se están preparando para una gran guerra. Por lo tanto, la vida se ha tornado una cuestión de incertidumbre. Se ha vuelto una masa de confusión, caos y perplejidad. Se ha vuelto tormentosa y agitada. Está llena de tendencias ocultas, corrientes cruzadas, subterráneas y mezcladas. ¿No hay ninguna manera de escapar de estos problemas y dificultades? Hay solamente una manera. Lleva una vida de desapego, autocontrol, pureza, servicio desinteresado y amor cósmico. Desarrolla el hábito de adoptar el punto de vista correcto, el pensamiento, el sentimiento y la acción apropiados, con una actitud mental o Bhav justa. Practica la devoción y la meditación.

¡Oh Mohan! No tienes un Vairagya verdadero y constante. Tu estado mental actual es atribuible a los apuros monetarios. Esto no te ayudará en el sendero espiritual. La mente estará esperando recuperar el objeto al que has renunciado, cuando tenga la primera oportunidad. No hay dudas de que eres un hombre de Samskaras espirituales. Pero tu Vairagya debe ser del tipo que proviene del puro Viveka, (*Nityanitya-vastu-Viveka*), la discriminación entre el real y el irreal. Esta es una cualidad poco frecuente, una virtud rara, aunque muchas personas fingen poseerla.

Miles de diplomados y doctores jóvenes vienen a mí con vasijas de barro en sus manos y ataviados con túnicas de color naranja buscando cuevas en Uttarakasi y Gangotri para la meditación profunda y la práctica del Pranayama. Y algunos jóvenes estudiantes de ciencia y algunos Rajkumars van al Punjab y a Cachemira en trajes de seda con cuellos rígidos y corbatas buscando jovencitas para casarse. ¿Hay placer o dolor en este mundo? Si hay placer, ¿por qué los hombres jóvenes y educados se retiran a los bosques? Si hay dolor, ¿por qué corren los jóvenes tras la riqueza, las mujeres y la posición? ¡Misteriosa es Maya! ¡Misteriosa es Moha!

Trata de comprender el misterio de la vida y del universo. Adquiere Viveka. Recurre a Satsanga. Investiga la naturaleza del Atman. Estudia el Yoga Vasishtha y los Upanishads. Entonces tendrás un entendimiento completo de los innumerables problemas de la vida. No hay un ápice de felicidad en este mundo. Busca la felicidad en tu interior.

¿No es un reino digno de ser poseído? ¿No es lindo vivir en un palacio de verano en Cachemira con un agradable jardín con flores de dulces perfumes y variados colores? ¿No es amena la compañía de Maharanis jóvenes con delicadas cinturas, ojos semejantes a lotos y deseadas como la vida misma? Aún así los hombres sabios y desapegados como Bhartrihari, Buda, Gopichand y otros se retiraron a los bosques pateando todas estas cosas tan inútiles como la paja, para tener la experiencia del Ser que es el único que puede otorgar la Beatitud Infinita, la Inmortalidad, y la Paz Eterna.

La tendencia espiritual viene y se va. Por lo tanto tendrás que ser siempre cuidadoso de nutrir y proteger tus Samskaras espirituales con ardiente

Vairagya, Sadhana intensa y constante, y un anhelo abrasador de liberación (Mumukshutva). Deberás incrementar tus buenos Samskaras. Tendrás que desarrollarlos. Tendrás que multiplicarlos.

Vairagya es un estado puramente mental e interno. Un hombre puede permanecer en el mundo, ocupado en medio de distintas suntuosidades, mujeres y riqueza, y a pesar de ello poseer un perfecto Vairagya; mientras que un Sadhu que vive en una cueva en las regiones lejanas de los Himalayas puede estar apegado enormemente a su Kamandalu, su bastón o trozo de tela.

---

## ¿Qué es Vairagya?

### Un estado mental interior

El Rey Janaka, aunque gobernaba un reino, era un hombre perfectamente desapegado. Así también era el Rey Bhagiratha. La reina Chudala poseía perfecto Vairagya aunque reinaba en su dominio, mientras que su piadoso marido, el Rey Sikhidhvaja, que se retiró al bosque para practicar penitencia y Yoga, estaba sumamente apegado a su cuerpo y a su Kamandalu (recipiente para el agua).

Uno no puede formar una opinión correcta con respecto al estado mental de Vairagya o a la condición mental de un Sadhu o Sannyasin, o incluso de un hombre de familia, con sólo tener una charla informal con él por algunas horas o pasar con él algunos días. Tendrá que vivir con él por un largo tiempo para estudiar su estado mental interno.

En general, la mayoría de las personas comete serios errores en estos temas. Ellas son engañadas por las simples apariencias. Confunden al principio a un Sadhu físicamente desnudo con un gran Mahatma. Después se ven obligados a cambiar de impresión tras un contacto más cercano. Desnudez física solamente no constituirá verdadero Vairagya. La mente del Sadhu físicamente desnudo podría estar llena de fantásticos deseos, ansias e inclinaciones. ¡Quién lo sabe! Lo que se requiere, por lo tanto, es desnudez mental, la erradicación completa de las Vasanas, el egoísmo, etc. No te engañes por las apariencias. ¡Ten cuidado! ¡Ten cuidado!! ¡Ten cuidado!!!

### Defectos de los placeres sensuales

Si no posees Viveka, si no intentas lo mejor de ti para el logro de la salvación, si dedicas toda tu vida a comer, beber, dormir, casarte y propagar tu raza, no eres mejor que un ser horizontal. Tendrás que sentarte a los pies de estos animales y aprender de ellos algunas lecciones. Hasta los animales poseen autocontrol en un grado asombroso. ¡Oh hombre!, ¿adónde se ha ido tu autocontrol?

El disfrute sensual es asistido por varios defectos. Está acompañado de distintas clases de faltas, sufrimientos, apegos, mentalidad esclava, voluntad débil, duro esfuerzo y lucha, malas costumbres, ansias, agravamiento de los deseos e intranquilidad mental. Por lo tanto, rechaza toda clase de disfrutes sensuales y descansa en paz.

El Narayana Upanishad dice: "En un principio se recorrían dos caminos, uno el del Karma y el otro el del Sannyasa. Este último consiste en la renuncia de las tres clases de deseos (hijo, riqueza, y fama). De ellos, es preferible el sendero del Sannyasa". El Taittiriya Upanishad también dice: "Se prefiere la renuncia (Tyaga) indudablemente".

El solo abandonar algo exteriormente no es nada. No es la verdadera renuncia. Verdadero Tyaga o Sannyasa es la absoluta renuncia de todas las Vasanas y la destrucción del nudo del corazón (la ignorancia), el *Chit-jada-Granthi*.

### **La gloria de Vairagya**

Debería renunciarse a ese Bhedabuddhi que dice: "Soy superior a ese hombre, he hecho aquello, he hecho esto, yo soy el cuerpo", y al Kartritwa abhimana que piensa: "yo soy el agente." No tiene sentido que renuncies a tu casa, esposa e hijos, si no puedes renunciar a aquellos también.

No puede considerarse en verdad que haya renunciado al mundo totalmente quien simplemente se ha desprendido de sus pertenencias mundanas. Pero en el caso de aquél, que aún viviendo en verdadero contacto con el mundo, descubre sus defectos (Doshas), que está libre de toda pasión y cuya alma no depende de nada, puede bien decirse que ha renunciado realmente al mundo. Lee la historia del Rey Sikhidhvaja en el Yoga Vasishtha. Comprenderás claramente este punto.

Renuncia a este mundo. Renuncia al deseo por Moksha. Renuncia a la renuncia misma. Entonces te convertirás en Aquello. Te volverás Eso Mismo.

¡Mi querido hermano! Si no tienes Vairagya constante y verdadero, no encontrarás mejora o progreso en la espiritualidad. Los votos, las austeridades, la energía y la meditación se filtrarán como el agua en una olla rajada. Ten cuidado.

En verdad no hay ninguna espada más fuerte que Vairagya para cortar toda clase de apego a este mundo. Sujeta esta espada en tu mano y sigue marchando por el sendero espiritual. Llegarás al objetivo sin peligro.

La sombra de las nubes, la amistad con un tonto, la belleza de la juventud y la riqueza duran muy poco tiempo. Son temporales. Recházalos a todos implacablemente.

Solamente un hombre sediento bebe. Solamente un hombre hambriento come. Así también, solamente un hombre que está espiritualmente hambriento y sediento beberá el néctar de la inmortalidad.

La vida de Vemanna es digna de ser leída. Era un Jnani de Andhra Desa. Estaba llevando una vida voluptuosa, de lo más abominable, en verdad. En cuanto Vairagya surgió en él, se volvió un hombre completamente diferente. No hizo Sadhana porque era un Yoga Bhrashta, alguien que ha caído de las prácticas yóguicas en su vida anterior, y se convirtió en un Jnani. Fue y es reverenciado por muchos devotos.

Esta búsqueda de Dios y de la experiencia de Dios es una cuestión de oferta y demanda. Si quieres a Dios realmente, si hay una demanda legítima de Dios en tu corazón, entonces Él vendrá.

Es realmente un Sannyasin quien está libre de pasión y egoísmo, y posee cualidades Sáttvicas.

Atma - Vichara (la investigación respecto a la naturaleza del Atman, o Ser) y las prácticas de Yoga hechas sin intenso Vairagya se vuelven infructuosas.

Para conseguir Vairagya uno debe ponderar seriamente sobre los distintos enredos y la esclavitud de la vida de casado.

Si obtienes Vairagya, puedes estar totalmente seguro de que esa es una señal de la purificación mental (Chitta - Suddhi).

Las cosas que antes solían proporcionarte deleite, ahora te desagradan. Esa es una señal de Vairagya.

El Vairagya que viene momentáneamente después de accidentes, tales como la pérdida de algún pariente muy querido o de riqueza, es conocido como Karana Vairagya. No te ayudará mucho en tu progreso espiritual. La mente sólo estará esperando una oportunidad para prenderse de objetos sensuales.

Por lo tanto, Vairagya proveniente de la discriminación o Viveka es el síntoma premonitorio del desarrollo espiritual. Eso ayudará al aspirante. Eso le dará una buena elevación espiritual.

### **Variedades de Vairagya**

Existen dos tipos de Vairagya, Karanavairagya (por algún sufrimiento) y Viveka-purvaka-Vairagya (por discernimiento entre lo Real y lo irreal).

La mente de un hombre que ha logrado el primer tipo de Vairagya sólo espera una oportunidad para conseguir las cosas que han sido dejadas o perdidas. Cuando la primera oportunidad aparece, el hombre tiene una caída y vuelve a su estado anterior. Vishaya (objeto sensual) hizo

estragos en él con furia y redobló la fuerza de la reacción. Pero el otro hombre que ha dejado los objetos mediante la investigación profunda y Viveka sobre la naturaleza ilusoria de los objetos, tendrá progreso espiritual y no tendrá ninguna caída.

*"Drishta-anursravika vishaya-vitrishnasya vasikarasamjna vairagyam-* ese estado especial que se manifiesta en quien no desea objetos vistos (de este mundo) o aquellos de los que se ha escuchado (del más allá) y en el que uno está consciente de haber controlado o dominado esos objetos es desapego". (Los Yoga Sutras de Patanjali: 1 - 15)

El conocimiento verdadero surge sólo cuando la mente está completamente libre de apego de todo tipo, y entonces sobreviene el Samadhi. Los poderes secretos, el logro del cielo, los estados de Videha y Prakritilaya, etc., son todas tentaciones. Uno debe estar perfectamente libre de toda clase de tentaciones. El Samadhi viene solo cuando el estudiante de Yoga está completamente establecido en un perfecto Vairagya. Para-Vairagya es el medio para Asamprajnata Samadhi.

### **Etapas en Vairagya**

Hay cuatro etapas en Vairagya:

- (1) Yatamana:- este es un intento de no permitirle a la mente correr por canales sensuales.
- (2) Vyatireka: - en esta etapa algunos objetos lo atraen y uno se esfuerza por cortar el apego y la atracción. Lentamente también se desarrolla Vairagya por estos objetos. Luego el Vairagya madura. Cuando algunos objetos tientan y engañan, uno debe evitarlos decididamente. Tendrá que desarrollar Vairagya por estos objetos tentadores y también debe madurar. En esta etapa uno es consciente de su grado de Vairagya hacia diferentes objetos.
- (3) Ekendriya:- los sentidos permanecen quietos y subyugados, pero la mente tiene Raga o Dvesha por los objetos. La mente es, en otras palabras, el único sentido que funciona por separado.
- (4) Vasirara: - en este estado más elevado de Vairagya, los objetos no tientan más. No causan ninguna atracción. Los sentidos están perfectamente tranquilos. La mente está también libre de atracción y aversión (Raga y Dvesha). Entonces uno consigue supremacía e independencia. Ahora está consciente de su supremacía. Sin Vairagya, no es posible ningún progreso espiritual.

Vairagya es de tres tipos, débil (*Manda*), intenso (*Tivra*) o muy intenso (*Tivratara*). El Vairagya débil no puede ayudarte mucho en el logro de tu objetivo.

Vairagya es lo opuesto de Raga o deseo. Es desapego o ausencia de pasión. Es la indiferencia hacia los objetos sensoriales aquí y en el más allá. Vairagya reduce la mente sensorial. Vuelve la mente hacia el interior (Antarmukh Vritti). Este es el requisito más importante para un aspirante. Es el único medio para entrar en Nirvikalpa Samadhi.

El Vairagya que proviene del discernimiento es duradero y firme. Si piensas seriamente en las distintas clases de sufrimientos de este Samsara, como el nacimiento, la muerte, las preocupaciones, la depresión, la pena, la enfermedad, la pérdida, la hostilidad, la decepción, el miedo, etc. Si comprendes con inteligencia los defectos de la vida sensorial (Dosha Drishti), y la naturaleza transitoria y perecedera de todos los objetos del mundo, Vairagya surgirá inmediatamente.

### **Cómo desarrollar Vairagya**

El estudio del Vairagya-Satakam de Bhartrihari y la compañía de Sadhus desapegados y Sannyasins también te ayudará a desarrollar Vairagya. El Vairagya temporal que uno desarrolla cuando asiste a un funeral o el Vairagya que logra una mujer embarazada con contracciones no puede ayudarlo a alcanzar el júbilo espiritual. La mente saltará sobre los objetos en cuanto tenga oportunidad.

Los aspirantes en general se quejan ante mí "Swamiji Maharaj, nosotros hemos estado meditando durante los últimos 12 años. Pero no sabemos por qué no hemos hecho ningún progreso espiritual sólido". Esto es atribuible solamente a la falta de intenso Vairagya. La mente pensará en objetos incluso durante la meditación. Sólo el intenso Vairagya puede ayudar al aspirante a experimentar la Conciencia del Ser.

"Tarparampurushakyateh gunavaitrisnyam: Para-Vairagya o supremo desapego es ese estado en el que incluso cesa el apego hacia las cualidades (Sattva, Rajas y Tamas), debido al conocimiento del Purusha" (Yoga Sutras de Patanjali: 1 - 16).

El Vairagya descrito anteriormente es Aparā-Vairagya (el inferior). Ahora viene el Vairagya supremo. En el estado anterior, hay preponderancia de Sattva. Sattva se mezcla con Rajas y Tamas. El yogui también obtiene Siddhis y se vuelve un Videha o Prakritilaya. Pero el yogui con Para-Vairagya rechaza los Siddhis y logra Sakshatkara, o Darsan del Purusha.

En el Vairagya inferior hay un vestigio de Vasanas y deseos. Pero en Para-Vairagya todas las Vasanas, los Samskaras y los deseos se vuelven infértiles como semillas que han sido fritas. En Para-Vairagya no habrá ningún deseo en absoluto. Un estado perfecto de ausencia de deseos es Para-Vairagya. En el Bhagavad Gita descubrirás: "Los objetos se apartan del hombre de abstinencia, dejando detrás el anhelo. Pero éste también cesa cuando ve al Supremo". (II-59).

Observa cómo Vairagya surge en la mente. La naturaleza temporal, evanescente y perecedera de todas las cosas crea cierta aversión en todas las mentes, y esta reacción para con el mundo trabaja con mayor o menor intensidad, en proporción a la profundidad y la sutileza de la naturaleza de cada persona en particular. Un presentimiento irresistible surge en nuestra mente, que lo finito nunca puede satisfacer al Infinito dentro de nosotros, que lo cambiante y perecedero no puede satisfacer nuestra naturaleza inmutable e inmortal.

Cuando no te impresiona la vida opulenta, el estilo de vida lujoso no puede atraerte. Cuando estás convencido de que carne y vino no son agradables en absoluto, ellos no pueden tentarte. Cuando tienes la impresión de que una mujer no es nada más que una bolsa de piel, pus, sangre, orina, huesos y carne, la mujer no puede tentarte. En tal caso, si no consigues carne, vino o mujer, o no tienes una vida suntuosa, tu mente no se angustiará en absoluto.

¿Por qué eres atraído hacia una mujer joven y hermosa? ¿Alguna vez has pensado seriamente en este problema de vida o muerte? La respuesta es: porque debido a tu ignorancia, piensas en vano que obtendrás placer de ella. Si tienes Vairagya y Viveka, inmediatamente te dirás que obtendrás de ella un dolor inmenso en vez de placer. Entonces tu mente retrocederá o se retirará del objeto, la mujer.

Solamente cuando la mente, desprovista de todos sus deseos, sea indiferente al placer y al dolor y no sea atraída por objeto alguno, se volverá pura y libre de las grampas de esta ilusión fenomenal como un ave liberada de su jaula, que vaga libremente en el Akasa (espacio).

Tan pronto como surge Vairagya en la mente, se abre la puerta de la Sabiduría Divina. Ninguna satisfacción verdadera y duradera proviene del disfrute de los placeres mundanos. Aún así, las personas corren precipitadamente hacia los objetos, incluso cuando saben perfectamente que los objetos de los que están tratando de apoderarse son irreales y que el mundo en el que viven está lleno de toda clase de sufrimientos. Esto es *Maya*. Cuando la mente descansa en el Atma, entonces viene el único *Nitya-Tripti*, o satisfacción eterna. Porque el Atman es Paripurna (completa). Todos los deseos son satisfechos por la comprensión del Atma o el Ser.

A veces la mente se disgusta con una clase de Sadhana. Quiere algún otro tipo. Se rebela contra la monotonía. El aspirante debe saber cómo persuadir a la mente en tales ocasiones y extraer provecho de ella mediante un poco de relajación mental. El cese de la Sadhana es un serio error. No hay que dejar las prácticas espirituales bajo ninguna circunstancia. Los malos pensamientos estarán esperando para entrar por las puertas de la fábrica de la mente. Si el estudiante de Yoga interrumpe su Sadhana, su mente se convertirá en el taller del diablo. No esperes nada. Sé sincero y regular en tu meditación diaria, rutina y Tapas. No te desvíes del sendero que has escogido. El fruto vendrá solo. Tus esfuerzos

seguramente serán coronados con un éxito enorme. Lleva mucho tiempo purificar a la mente y lograr concentración. Estate sereno, sé paciente mi niño.

### **Corta el nudo del apego**

El apego es el primer hijo de Maya. Todo el Lila (juego) del Señor se mantiene solamente por la fuerza del apego. Un hombre sobrio prueba sólo un sorbo de champán cuando está en mala compañía, y finalmente se vuelve un beodo empedernido. Un abstemio sólo toma una bocanada de Gold - Flake Cigarette y se convierte en un fumador terrible debido al apego. En la mente hay una sustancia gomosa que es como una mezcla de aceite de ricino, cola, goma arábica, mucílago de astrágalo, pasta de gluten, miel, glicerina, jugo de fruta de jack y otras sustancias pastosas de este mundo. La mente está pegada, por decirlo de alguna manera, a los objetos del mundo con esta mezcla. Por lo tanto el apego es muy fuerte.

Así que, ¡oh hombre!, nunca digas "Mi cuerpo, mi hijo, mi esposa, mi casa, mi propiedad, mi jardín, etc". El apego es la causa raíz de las innumerables miserias y problemas de este mundo. Disciplina tu mente poco a poco. Los viejos malos hábitos crecerán. Destruyelos de raíz. Lleva una vida de perfecto desapego. Esta es la llave maestra para abrir los reinos de la Beatitud de Brahma.

Trabaja incesantemente sin apego, sin identificación alguna. Sólo entonces puedes sentir que eres un ser diferente. El Karma Yoga eleva al hombre a las alturas sublimes y magnánimas, cuando es hecho en el espíritu correcto, con la actitud mental o Bhav correcta. Uno debe trabajar pacientemente. Eso es todo. Ninguna meditación o Samadhi es posible sin un previo entrenamiento en Nishkamya Karma-Yoga. El trabajo sin apego es indudablemente una tarea difícil. Es una obra ardua. Pero se vuelve un trabajo muy fácil y agradable para un hombre de paciencia y determinación. Tendrás que hacerlo a toda costa, si quieres la bienaventuranza final y la inmortalidad. Todos ustedes tendrán que hacerlo, si no es ahora, al menos después de quinientos nacimientos. No hay ninguna otra alternativa más que hacerlo. Pero la pregunta es: ¿Por qué no ahora? ¿Por qué no en este mismo nacimiento? ¿Por qué no cortar el ciclo de nacimientos y muertes y disfrutar la Beatitud del Ser ahora mismo, en este mismo segundo? Allí yace la verdadera sabiduría.

El trabajo no puede causar sufrimiento. Es el apego y la identificación con el trabajo lo que produce toda clase de desdicha y esclavitud. Comprende el secreto del trabajo, la técnica del Karma Yoga, y alcanza la Conciencia de Dios. Este Jnanagni o fuego de la sabiduría consumirá completamente todos los frutos de las acciones.

### **Nivritti-Marga, o el sendero de la renuncia**

Ten una determinación poderosa y una voluntad firme. Nunca pienses en regresar a casa después de haber tomado el Nivritti Marga. Mira antes de



saltar. Ten valor, fortaleza mental y un propósito definido en la vida. No vaciles. ¿Estás listo para dejar todas tus pertenencias, incluyendo el cuerpo y la vida? Sólo entonces ven a mí. Sólo entonces toma el Nivritti Marga y abraza el Sannyasa. Piensa dos veces antes de llegar a conclusiones definitivas. Esto no es un sendero de rosas como puedes imaginar. Está lleno de espinas. Está acosado por incontables dificultades y privaciones. Sé humilde, paciente y perseverante. Nunca te intereses por Siddhis o el despertar rápido de Kundalini. Te serviré. Te ayudaré. Te cuidaré. No te preocupes. No estés ansioso. Soy tu sirviente siempre. Sé noble. Una burbuja emotiva solamente no te ayudará mucho. Algunos jóvenes han regresado a sus casas. Los problemas son muchos en este sendero. Pero puedes volverte un rey de reyes, un emperador de emperadores.

Aquellos que quieren retirarse y entrar en el Nivritti-Marga deberían observar Mouna, no relacionarse con otros y disciplinar los Indriyas, la mente y el cuerpo mientras vivan en el mundo. Deberían entrenarse en una vida penosa de trabajo duro, una comida rústica, dormir en el suelo o un colchón duro sin almohadas, caminar descalzo sin paraguas. Sólo entonces podrán soportar las austeridades rigurosas de la vida de un asceta. Deben dejar la vergüenza y la timidez de pedir limosna.

Los aspirantes que toman el Nivritti Marga en general se vuelven perezosos en corto tiempo, cuando no saben cómo utilizar su energía mental, cuando no mantienen una rutina diaria, cuando no siguen las instrucciones de sus maestros. Logran Vairagya al principio, pero no tienen experiencia en la línea espiritual. Al final, no hacen ningún progreso. Se necesita una meditación intensa y continua para entrar en Samadhi.

¿Te has decidido completamente y con una voluntad de hierro a seguir esta línea a toda costa? ¿Estás realmente preparado para sacrificar este cuerpo y la vida en la causa de la Verdad? ¿Has comprendido la gloria del Sannyasa y la importancia del aislamiento? Si tu hija, tu hermano, tu madre o tu hijo vienen aquí y lloran, ¿has logrado la fuerza indispensable para resistir Moha? Después de venir, ¿puedes cortar toda clase de conexiones con tus parientes? ¿Puedes poner fin a toda correspondencia? No escondas nada. Sé completamente sincero. Sé franco y cándido. Dime la verdad ahora. Ábreme tu corazón.

Si quieres tener progreso espiritual rápido, necesitas una constante vigilancia. Nunca descanses contento con un logro o éxito pequeño en el sendero, como un poco de serenidad mental, un poco de concentración mental, algunas visiones de ángeles, o Siddhis, un poco de habilidad para leer el pensamiento, etc. Todavía hay cumbres más altas por subir, regiones más elevadas por escalar.

La atracción por los objetos y las ataduras de todo tipo confinan al hombre a este mundo. La renuncia de todas las atracciones y ruptura de todos los lazos constituye la verdadera renuncia. Ese Sannyasin o Yogui

que está libre de atracción y ataduras disfruta de la dicha infinita y del regocijo y la paz supremos. Fluctuación e imaginación son las dos semillas de la mente. La fluctuación es el combustible. La imaginación es el fuego. El incesante fuego de la imaginación es mantenido por el combustible de la fluctuación. Si se retira el combustible de la fluctuación, el fuego de la imaginación se extingue solo. La mente se tranquiliza. Se retrae a su origen, el Atma.

Viniste solo. Viniste desnudo. Viniste llorando. Te irás solo. Te irás desnudo. Te irás llorando. ¿Por qué entonces estás orgulloso de tus títulos, tu falsa riqueza y tus ilusorios conocimientos? Vuélvete humilde y sumiso. Conquistarás todo el mundo mediante la humildad. Purifícate en pensamiento, palabra y acto. Este es el secreto de la vida espiritual. Los Upanishads y el Gita insisten sobre esto una y otra vez.

Para un hombre apasionado hay mucho placer en este mundo. Corre tras el dinero y las mujeres. Su mente se embriaga, se pervierte y se nubla. Pobre hombre; no sabe en verdad qué está haciendo. Pero para un Yogui o un hombre de discernimiento, este mundo es una bola de fuego. Es una caldera inmensa en la que todos los seres son quemados. Las tres clases de calor, *Adhyatmika (el interior)*, *Adhidaivika (el celestial)* y *Adhibhautika (el externo)* lo están quemando.

¡Amigo! ¿Hay límite para el número de padres, madres y esposas que has tenido en los millones de encarnaciones anteriores? Aún no se ha ido esta relación persistente y falsa. El discernimiento no ha surgido.

¿No te avergüenzas de repetir el mismo viejo proceso de comer, beber y dormir día tras día? Estás orgulloso de tus títulos y conocimientos. ¿Has mejorado tu vida al menos un poco? ¿Qué has aprendido de los recientes sismos de Bihar y Quetta? ¿Estás intentando llegar a ese lugar imperecedero, donde todos los deseos y Trishnas son totalmente erradicados? ¿Te estás esforzando, por muy poco que sea, en lograr el objetivo supremo de la vida, la experiencia del Atman, que da inmortalidad, beatitud y paz? Pareces gatear como un niño siendo que has aprendido a ponerte de pie y caminar. Puedes pensar, inferir, juzgar, deducir y razonar. ¿No vas a utilizar esta preciosa vida y todas sus diversas facultades en la meditación y la experiencia del Ser? ¿Puedes darme tu palabra? Dime la verdad ahora. Ascende la escalera del Yoga. Bebe el Néctar de la Inmortalidad.

El Vairagya proveniente de Viveka es perdurable y eterno. No le fallará al aspirante en ningún momento, a diferencia del Vairagya que sobreviene a una mujer que da a luz a un niño o a un hombre que asiste a un funeral. La visión de que todo en el mundo es irreal también causa Vairagya o indiferencia por los goces de este mundo y los otros mundos en el cielo. Uno tiene que bajar desde el cielo a este Mrityu-loka cuando los frutos de las buenas acciones se han agotado.

Las mismas cinco clases de disfrute de los placeres sensuales prevalecen también en los mundos celestiales. Pero son más intensos y sutiles. Esto no puede dar la felicidad real y duradera a un Viveki. Él rechaza también los disfrutes del mundo celestial. Los repudia sin compasión. Es profundamente consciente de los placeres de los tres mundos y está convencido de que son solamente una mera gota en el océano de la felicidad de Brahma.

### **Recuerda los dichos del Gita**

La meditación en los siguientes Slokas del Bhagavad Gita producirá verdadero Vairagya: "Los encantos que son nacidos del contacto son, en verdad, la matriz del dolor, porque tienen un principio y un final, oh Kaunteya, el sabio no se regocijará con ellos". (Capítulo V - 22). "La indiferencia hacia los objetos de los sentidos, y también la ausencia de egoísmo, la comprensión con respecto al dolor y el mal del nacimiento y la muerte, la vejez y la enfermedad." (Capítulo XIII - 8). "Aquello que nace de la unión de los sentidos con sus objetos es al principio néctar, pero al final es veneno." (Capítulo XVIII - 38). "Tras obtener este mundo pasajero y sin alegría, adórame..."

### **Qué no es Vairagya**

Vairagya no implica abandonar los deberes sociales y las responsabilidades de la vida. No representa el desapego del mundo. No representa una vida en las cuevas apartadas de los Himalayas o en el crematorio. No implica vivir de hojas de Nim, orina y excremento. No representa llevar el cabello enmarañado y un Kamandalu hecho de calabaza o coco en la cintura. No representa raparse la cabeza y arrojar la ropa al río.

### **Qué es Vairagya**

Vairagya es el desapego mental de todas las conexiones con el mundo. Eso es todo. Un hombre puede vivir en el mundo y cumplir con los deberes de su orden y su etapa de la vida con perfecto desapego. Podría ser propietario. ¿Qué hay de malo en ello? Puede vivir con su familia y sus hijos. Pero al mismo tiempo podría tener un desapego mental perfecto. Puede hacer su Sadhana espiritual. Ese hombre que tiene desapego mental perfecto mientras permanece en el mundo es realmente un héroe. Es mucho mejor que una vida de Sadhu en las cuevas de los Himalayas, porque el primero tiene que enfrentar a cada momento las innumerables tentaciones de la vida.

Dondequiera que un hombre pueda irse, lleva consigo su mente inconstante e intranquila, sus Vasanas y Samskaras. Incluso si vive en soledad, todavía es el mismo hombre mundano, si está ocupado en construir castillos en el aire, y pensar en los objetos del mundo. En tal caso incluso la cueva se vuelve una gran ciudad para él. Pero si la mente permanece silenciosa, si está libre de apegos, uno puede ser un Vairagi

perfecto incluso viviendo en una mansión en la parte más poblada de una ciudad como Calcuta o Bombay. Él transformará esa mansión en una densa selva.

Un hombre desapegado tiene una mente totalmente diferente. Tiene una experiencia completamente distinta. Es un maestro en el arte o la ciencia de separarse de los objetos del mundo temporales y perecederos. No tiene ninguna atracción por ellos en absoluto. Mora constantemente en el Eterno o Absoluto. Se identifica en cada momento de su vida con la conciencia testigo que está presente en el placer y en el dolor, en el júbilo y en la pena, en la censura y en el elogio, en el honor y en el deshonor y en todas las etapas de la vida. Permanece firme como una montaña en medio de una tormenta turbulenta, como un espectador de esta estupenda manifestación del mundo. No es afectado en lo más mínimo por esas experiencias agradables o dolorosas. Aprende de ellas diversas lecciones valiosas. En otras palabras, no tiene atracción alguna por los objetos agradables, o repulsión por los dolorosos. Ni le teme al dolor. Sabe muy bien que el dolor ayuda mucho en su progreso espiritual y evolución en su largo viaje hacia el objetivo. Está convencido de que el dolor es el mejor profesor en el mundo entero.

Déjenme dar aquí una advertencia. ¡Mis queridos aspirantes! Si uno es descuidado y se relaciona indiscriminadamente con toda clase de personas de mente mundana, Vairagya también puede venir e irse. Por lo tanto, uno debe desarrollar Vairagya en grado máximo. La mente estará esperando las oportunidades de oro para recuperar las cosas a las que ha renunciado. Siempre que la mente eleve su caperuza (ya que la mente se asemeja, en verdad, a una serpiente), uno debe refugiarse en Viveka y en la fortaleza imperecedera de los Mahatmas sabios, desapegados. Hay diferentes grados de Vairagya. El desapego supremo viene cuando uno se establece en Brahman. Entonces el Vairagya se hace habitual.

Un hombre puede desarrollar desapego mental interior de placer y dolor mientras vive en el mundo. Debe cuidarse de no estar entusiasmado por las experiencias agradables del mundo. No debe aferrárseles. Sólo debe permanecer como un espectador silencioso. Si practica así por unos años, cada experiencia será un paso seguro en su ascenso por la escalera espiritual. Al final, será coronado con un feliz éxito. Entonces tendrá una mente imperturbable. También tendrá una mente equilibrada. El hombre desapegado es el hombre más feliz y más rico de los tres mundos. Es también el hombre más fuerte. ¿Cómo puede tentarlo *Maya* ahora?

### **La mejor escuela de entrenamiento**

Los médicos tienen un amplio campo para desarrollar Vairagya. Todos los días encuentran a pacientes con una enfermedad incurable. Todos los días ven cadáveres en la morgue. Por lo tanto, tienen innumerables oportunidades de ver a *Maya* en toda su manifestación. Ellos pueden convencerse sin la más mínima duda de la inestabilidad de la vida aquí, en este mundo del hombre.

El director de una cárcel y todos los oficiales que están allí también tienen oportunidades estupendas de desarrollar Vairagya, si son amantes de la Verdad y la Emancipación. La ejecución de un preso condenado a muerte abrirá sus ojos.

¡Oh Saumya! Tu estado intelectual es ciertamente loable. La vida de un Sannyasin es el mejor tipo de vida en el mundo. Un verdadero Sannyasin es el monarca de los tres mundos. Incluso un aspirante es un emperador del mundo entero. El Señor Krishna también dice: "El sólo inquirir sobre el Yoga, incluso el buscador del Yoga va más allá del mundo de Brahma."

Estoy sumamente contento de notar que has obtenido excepcionalmente buenos Samskaras espirituales que quieren expresarse en este nacimiento. Debes protegerlos y cuidarlos delicadamente para su mayor crecimiento y evolución. No te dejes llevar por las tentaciones del mundo. Ten cuidado. Sé sabio. El principiante en el sendero espiritual no debe permanecer en compañía de personas de mente mundana. Debe recurrir a Satsanga. La compañía de personas de mente mundana es un veneno mortal. Si evitas su compañía, no te convertirás en presa de la lujuria. Permanece retirado bajo la guía directa de un Guru que esté completamente establecido en Brahman hasta que logres un Vairagya perfecto y hasta que estés establecido en el sendero de Sannyasa.

### **Una nota de advertencia**

Muchos aspirantes vienen a mí con gran Vairagya y entusiasmo, al principio. Pero no mantienen el mismo espíritu por mucho tiempo o hasta el final de su Sadhana. En cuanto tropiezan con algunos obstáculos, vuelven sobre sus pasos. Es en realidad una gran pena. Mira antes de saltar. Ten una firme determinación. Adhiérete al sendero de Sannyasa hasta que llegues al objetivo y realices los frutos de la Sadhana.

Si careces de algunos de estos requisitos, espera tres años más. Practica Sadhana espiritual, Asanas, Pranayama, concentración y meditación en casa. Sumérgete profundamente en la meditación silenciosa. Dedícate también al servicio desinteresado. Esto es muy necesario para la purificación de la mente. Mantén tu Brahmacharya. Destruye todos los malos hábitos, si tienes alguno, como fumar, beber té, café, etc. Desarrolla todas las cualidades virtuosas. Presta atención al cambio en tu actitud mental. Luego ven a mí. Ven y prepárate para llevar una vida difícil y activa.

Algunos aspirantes vienen con prisa. Y debido a la falta de Vairagya, regresan. Esto no es bueno. De allí la advertencia.

Muchos aspirantes quieren hacer algún lindo trabajo como escritura, recolección de flores para Puja, organización de libros en la biblioteca, alguna supervisión o dirección. No les gustan los trabajos como el de acarrear agua, limpiar utensilios, lavar ropa de personas enfermas, barrer,

cuidar a un paciente, cocinar, limpiar las chatas, etc. Los consideran trabajos serviles. No han débil despertar espiritual en ti y un frágil Vairagya. Tendrás que desarrollar ambos. El Vairagya frágil es pura espuma, las emociones no te ayudarán mucho a aferrarte al sendero de la renuncia. Deja tu casa durante algún tiempo y permanece en un lugar aislado por una o dos semanas. Indaga. Reflexiona. Investiga. Haz un auto-análisis y descubre si tienes algún Moha, apego por los miembros de la familia. Averigua si tu mente corre tras los placeres sensuales. Asegúrate de poder dejar los objetos sensuales, los parientes y toda clase de comodidades y conveniencias. Si puedes desconectarte del mundo totalmente, sólo entonces ven a mí. Te convertiré en un yogui de yoguis en muy poco tiempo. Hay muchos que han avanzado en el sendero espiritual considerablemente en el curso de uno o dos años. Tú también puedes hacer eso. Una obediencia implícita y llevar a cabo las instrucciones del preceptor espiritual al pie de la letra es lo que se espera de ti; ese es el secreto del éxito en el sendero espiritual.

---

## **Misericordias de la existencia mundana**

### **La ignorancia es la causa del sufrimiento**

Estás repitiendo la misma acción de ayer que no hace más que producir un placer momentáneo. Las cosas vistas ayer están otra vez presentes hoy. Usas nuevamente los adornos gastados con el goce de ayer. Y con todo, hasta las personas inteligentes no se indignan por ello y no están avergonzadas de disfrutarlos una y otra vez.

De la misma manera que niños ignorantes degustan nuevamente frutas confitadas que despiden dulzor sólo por un momento, tú también estás afligido, ignorando el verdadero sendero. Días, noches, semanas, quincenas, meses, muchos años y Yugas se reciclan una y otra vez, y nada nuevo surge. La riqueza, que solamente hace que una hueste de pensamientos se agite en el cerebro, no te otorgará Beatitud. Esta riqueza, que la mente tanto codicia y que es tan efímera en su naturaleza, es completamente inútil, de la misma manera que un pimpollo en una enredadera que crece en un pozo rodeado por una serpiente.

### **Nadie viene ni se va**

¡El Prana! La vida que es como una gota de agua de lluvia escurriéndose en el extremo de una hoja, revolotea afuera del cuerpo en ocasiones impropias. Esta vida es efímera como las nubes de otoño, una lámpara a la que le falta *ghee*, o las olas del océano. Vida y muerte son solamente dos actos en el mismo drama. En realidad nadie viene ni se va.

Las vidas de aquellos que se han liberado del renacimiento son las más nobles. No hay nada tan vano como la vida que es perecedera en su naturaleza y fugaz en el otorgamiento de placer.

### **El fuego de los deseos**

El fuego de los deseos te ha quemado totalmente. En el estado actual incluso un baño completo en un estanque de ambrosia no te enfriará. Son estos deseos siempre crecientes los que causan el dolor de las reencarnaciones, el más pesado y el más horrible de todos los dolores. Este cuerpo que está compuesto de músculos, intestinos, orina y materia fecal, y que está sujeto a distintos cambios, a veces gordo y otras veces delgado, brilla en esta existencia mundana sólo para sufrir dolores. ¿Qué belleza hay para disfrutar en este cuerpo que está compuesto de carne, huesos y sangre, que tiene tendencia a pudrirse, que tiene la misma naturaleza en los ricos y en los pobres, y que está sujeto al crecimiento y a la decadencia?

### **Las tres fiebres**

Hay picaduras de escorpión por un lado. Las serpientes están del otro lado. Moscas, pulgas, chinches, mosquitos, espinas y otros insectos molestan al hombre en una esquina. El sol lo quema en verano. El frío lo estremece en invierno. Gripe, plagas, apendicitis, piorrea y viruela están todas listas para devorarlo. Así que hay tres fiebres, la Adhyatmika, la Adhidaivika y la Adhibhautika. El miedo, el engaño, el pesar, la pena y la desdicha lo matan a cada momento.

Los deseos, la cólera, el odio, los celos, la ansiedad, las preocupaciones y la inquietud lo atormentan a cada segundo. La muerte de las personas que quiso muchísimo lo conmociona sobremanera. Aún así uno no renuncia a los momentáneos placeres de los sentidos en esta existencia mundana irreal. Tal es la intensidad de los disfrutes sensuales. Dirá a causa de su egoísmo, "Oh, yo soy un hombre fuerte. Soy muy inteligente. Puedo hacer cualquier cosa. No hay Dios". Retorcerá su bigote y cuando un escorpión lo pique punzantemente, gritará: "Oh Narayana, Narayana, Narayana, ayúdame. Libérame de este dolor horrible".

Si el cabello se vuelve gris, uno inventa diversas tinturas para ennegrecerlo. Inventa un injerto de glándula de mono para rejuvenecer. Si los dientes se caen, se pone una dentadura postiza. Nunca dejará el "Vivir y disfrutar". ¡Qué ruina miserable es! ¡Penoso espécimen!

Piensa profundamente. Cavila. Reflexiona. Mantén constante Satsanga. Haz servicio desinteresado al país y a la humanidad. Desarrolla los cuatro medios de liberación. Estudia el Bhagavad Gita, el Yoga Vasishtha y el Viveka Chudamani de Sri Sankara. Borra tus dudas acercándote a Sannyasins eruditos. Recurre a Sravana, Manana y Nididhyasana. Retira el velo de ignorancia y descansa en tu propio Svarupa - el estado de Satchitananda. " *Atma va are drasktavayah*

*srotavyo, mantavyo, nididhyasitavyah* –Uno debe ver al Ser, escuchar sobre Él, pensar en Él y meditar profundamente en Él". (Brihadaranyaka Upanishad: IV.5).

Rechaza el honor, el respeto, la jerarquía, el nombre, la fama, el poder, la posición y los títulos. Son completamente inútiles. No te darán satisfacción eterna. Solamente intensificarán tu vanidad. Son todos intoxicantes para la mente. Te causarán sufrimiento y perturbación mental. Esa es la razón por la cual el Rey Bhartrihari, Rey Gopichand y el Señor Buda abandonaron sus reinos, riqueza, honores, etc. Los trataron como insignificancias.

### **Incertidumbre de la vida**

Solamente tus acciones buenas y malas te seguirán tras la muerte. Y Dios te juzgará de acuerdo con tus actos.

La atracción por objetos externos cesa, pero aún permanece el anhelo interno, el deseo o la sed que es llamada Trishna. Esa es la razón por la que el Gita dice: "Los objetos de los sentidos, pero no el anhelo por ellos, se alejan de quien vive sereno en el cuerpo, e incluso el deseo se aleja de él después de ver al Supremo".

¡Amigo! ¿Hay límite para el número de padres, madres y esposas que has tenido en incontables encarnaciones pasadas? Y a pesar de todo no has terminado con estas relaciones persistentes y falsas. El discernimiento aún no ha surgido.

¿No te avergüenzas de repetir los mismos actos de comer, beber y dormir día tras día? Estás orgulloso de tus títulos y honores. ¿Ha mejorado tu vida al menos un poco? ¿Qué lecciones has aprendido de los recientes sismos de Bihar y Quetta? ¿Estás intentando llegar al Lugar Imperecedero donde todos los deseos y Trishnas son completamente aniquilados? ¿Te estás esforzando por conseguir el fin más elevado de la vida, la experiencia de la Conciencia Divina que otorga inmortalidad, felicidad y paz?

En el reciente sismo de Bihar (esto fue escrito hace muchos años, cuando tuvo lugar ese sismo) un banquero rico tuvo que mendigar nueve rupias para evitar morir de hambre junto a su familia. Un erudito lentamente ganó veinticinco mil rupias vendiendo sus libros. Pero tuvo que gastar ese dinero en poco tiempo en el tratamiento de una afección pectoral crónica. Probó toda clase de medicinas, pero todo fue en vano. Tuvo que dejar la casa para llevar una vida de ermitaño.

La vida es muy incierta aquí. Diferentes enfermedades atacan al cuerpo. ¡Aún así el hombre se aferra ciegamente a esta vida efímera! Se olvida de la verdad. Oh hombre, busca la paz eterna y la dicha en el Atma o el alma dentro de ti purificando tu mente y practicando intensa meditación. Este es el verdadero camino correcto para liberarte de los sufrimientos



del Samsara. Sé presto en comenzar las prácticas espirituales. El cabello se está encaneciendo. Los dientes se están cayendo. Los Indriyas se están enfriando. Practica la meditación y el Japa mientras eres joven. No puedes hacer nada en la vejez, cuando te jubilas.

Es sumamente difícil tener una mente pura y en calma. Pero si quieres tener progreso en la meditación y el Yoga, debes tener tal mente.

El Señor Buda tenía Viveka desde su niñez. Él había sido muy impresionado desde su temprana juventud por la naturaleza pasajera y temporal de todas las condiciones de la existencia mundana, y por los sufrimientos y la desdicha en los que vio sumergidos a todos los seres. ¿No te convertirás en otro Señor Buda?

Has pasado ocho horas durmiendo y el resto del día en chismorrear, diciendo mentiras, engañando a otros, en actividades egoístas y acumulando riqueza. ¿Cómo puedes esperar el bien espiritual, cómo puedes esperar la inmortalidad y la paz, si no dedicas ni media hora en servir al Señor, en cantar Sus Nombres y en la contemplación divina?

### **En general, la vida es sufrimiento**

El Señor Buda dice: "En general, la vida es sufrimiento." Encontrarás una similitud de esta declaración en los Yoga Suttas de Patanjali, "*Sarvam dukham vivekinah* – todo, en verdad, es dolor para una persona de discernimiento". Ésta no es la filosofía de los pesimistas. Esto es un optimismo estupendo, ya que induce a un profundo Vairagya, desapega la mente de los placeres sensuales y la dirige hacia Dios, el Atman, para lograr la Beatitud Eterna e Infinita.

*"Mamsa-lubdho yatha matsyo lohasamkum na pasyati, Sukha-lubdhastatha debi yama-bandham na pasyati"*.

Así como un pez, en su deseo de comer carne, no ve el gancho que yace debajo, el hombre, en su deseo apasionado de conseguir placer sensual, tampoco ve el lazo de la muerte.

### **Cómo erradicar el anhelo de los deseos**

*Trishna* representa un anhelo intenso o un deseo de los sentidos. A través de la repetición continua del goce de un objeto, el ansia por el objeto se intensifica y agudiza. Esto es *Trishna*.

Es muy fácil convertirse en un gran erudito de investigación en las Universidades de Oxford o Cambridge y conseguir un master, una medalla o un título universitario. Pero es sumamente difícil erradicar estos *Trishnas*. Ésa es la razón por la que Sri Vasishtha dice a Sri Rama: "Puedes desarraigar los Himalayas. Puedes beber el agua del océano entero. Puedes incluso tragar bolas de fuego. Pero es difícil destruir los

Trishnas. Los anhelos causan incesantes problemas de muchos modos diferentes. Estos deseos son las semillas del Samsara" (*Yoga Vasishtha*).

Un hombre mundano está siempre ahogado en pena. Siempre está luchando por conseguir algo, un poco de dinero, poder, posición, etcétera. Está siempre preocupado respecto a si lo conseguirá o no. Incluso cuando está en verdadera posesión de las cosas que tan apasionadamente anheló, está muy ansioso de no perderlas. Hay dolor en ganar dinero. Hay más dolor en cuidar de él. Hay aún más dolor si el dinero se reduce. Y cuando se lo pierde, ¡sólo imagina la magnitud del momento y la intensidad del dolor que da al hombre! Por lo tanto, renuncia al dinero y descansa en paz en el Ser dichoso.

En presencia de la luz, no puedes tener oscuridad. En presencia de los placeres sensuales, la dicha de Atman no puede existir. Las personas mundanas quieren tanto placeres sensuales como Atma Ananda en la misma taza y al mismo tiempo. Ésta es una utopía total. No quieren renunciar a los placeres sensuales. No quieren desarrollar verdadero Vairagya en sus corazones. Sólo hablan mucho.

Aunque un hombre sabe que podría morirse en cualquier momento, piensa que vivirá para siempre. Estar enredado en las mallas de Maya hasta la muerte es sencillamente tonto. Él que está apegado a esposa, riqueza e hijos no obtendrá ni un ápice de beneficio en el sendero espiritual.

¡Un soltero que está lleno de pasión de pies a cabeza imagina que es desdichado porque no tiene esposa! Un hombre de familia que está cansado y agotado de la vida mundana piensa que esposa y niños son un obstáculo muy fuerte en su marcha espiritual.

### **Deseo de nombre y fama**

Uno puede renunciar a esposa, hijo, propiedad y todo lo demás, pero es muy difícil e infrecuente renunciar al nombre y la fama. *Pratishtha* es nombre establecido y fama. Esto es un gran obstáculo en la experiencia de Dios. Esto causa la caída al final. No permite que el aspirante avance en el sendero espiritual. Se hace un esclavo del respeto y el honor. Tan pronto como desarrolla algo de pureza y progreso ético, las personas ignorantes cuidan de él y comienzan a rendirle homenaje y reverencia. Entonces se hincha de orgullo.

Piensa que es un gran Mahatma. Finalmente se vuelve esclavo de sus admiradores. No puede notar su lenta caída. En el momento en que comienza a relacionarse libremente con hombres de familia, pierde lo poco que había adquirido durante los ocho o diez años de su intensa Sadhana. Ya no puede influir en el público. Sus admiradores también lo dejan porque no encuentran verdadero consuelo o influencia espiritual en su compañía.

Las personas imaginan que el Mahatma ha obtenido Siddhis y que pueden tener hijos a través de su gracia, llenarse de riqueza y de hierbas del Himalaya para erradicar las enfermedades y lograr cuerpos radiantes y sanos. Siempre se acercan a un Sadhu con algún u otro motivo egoísta y oculto. Debido a la mala compañía, el aspirante pierde su Vairagya y Viveka. Apego y deseo surgen en su mente. Por lo tanto debes ocultarte siempre. Nadie debe saber qué tipo de Sadhana estás haciendo. Nunca debes tratar de exhibir tus poderes psíquicos o Siddhis. Debes ser muy humilde. Tienes que pasar por un hombre corriente. No debes aceptar regalos lujosos de hombres de familia. Serás afectado por los malos pensamientos de aquellos que ofrecen esos regalos. Nunca debes pensar que eres superior a este hombre o a aquel otro. No debes tratar a otros con desprecio. Siempre debes tratarlos con gran respeto y profunda consideración. Sólo entonces el respeto vendrá solo. Tienes que tratar el respeto, el honor, el nombre y la fama como excremento y veneno, y considerar la falta de respeto y el deshonor como un collar de oro. Sólo entonces llegarás con seguridad al objetivo.

### **Por qué este problema**

La construcción de Ashrams y la búsqueda de discípulos provocan la caída de los aspirantes. Entonces, todos los impedimentos aparecen en el sendero de la Conciencia de Dios. El aspirante se convierte en otro tipo de hombre de familia. Desarrolla el egoísmo institucional. Se apega a su Ashram y a sus discípulos. Tiene ahora los mismos cuidados, ansiedades y preocupaciones para dirigir el Ashram y la revista mensual, y para alimentar a sus discípulos. Desarrolla una mentalidad esclava. Las ideas del Ashram giran en su mente cuando está moribundo.

Algunos Ashrams son bien dirigidos mientras viven los líderes espirituales de las respectivas instituciones. Cuando fallecen, los discípulos que son mezquinos pelean entre sí en tribunales con audiencias públicas. Puedes ver muchos de estos casos. El Ashram se convierte en un centro de discusiones. Los propietarios de Ashrams tienen que halagar a los donantes y solicitar fondos muy a menudo. ¿Cómo pueden mantener el pensamiento de Dios, cuando tienen su mente fija en la acumulación de riqueza y el desarrollo de su Ashram? Aquellos que han iniciado Ashrams ya pueden decir: "Hacemos bien a la gente de varias maneras. Tenemos clases religiosas diarias. Alimentamos a los pobres. Preparamos a estudiantes religiosos".

Es muy cierto que un Ashram operado por un yogui emprendedor y desinteresado, un alma realizada o un Jivanmukta es un centro dinámico de espiritualidad. Es la exaltación espiritual de miles de personas. Se necesitan tales centros en todo el mundo. Esos Ashrams pueden hacer un bien espiritual inmenso al país. Pero tales Ashrams ideales dirigidos por líderes espirituales ideales son sumamente infrecuentes en la actualidad. Se recolecta dinero de muchas maneras. Alguna parte se gasta en propósitos útiles. El resto se va en confort y comodidades de los fundadores del Ashram y sus amados discípulos.

Los fundadores del Ashram, con el tiempo, se vuelven inconscientemente esclavos de la adoración y la Puja. Maya trabaja de varias maneras. Están ávidos de que las personas beban su Charanamrita. ¿Cómo puede servir al público un hombre que tiene el Bhav de que debe ser venerado como un Avatara? Los trabajadores son mezquinos. Pelean entre sí incluso por cosas insignificantes y agitan la atmósfera tranquila del Ashram. ¿Dónde está entonces la paz del Ashram? ¿Cómo pueden disfrutar Shanti las personas que visitan el Ashram en busca de paz?

Los fundadores del Ashram deben vivir diariamente de Bhiksha proveniente de afuera. Deben llevar una vida ideal de absoluto auto-sacrificio, una vida de sencillez ideal como el difunto Baba Kalikambliwala de Rishikesh, que acarrió el agua para el Ashram sobre su cabeza y vivió de Bhiksha de afuera. Solamente tales personas pueden hacer verdadero bien a otros. Los fundadores de Ashrams nunca deben solicitar fondos. Eso trae gran descrédito a la misma orden de Sannyasa. Es otra manera "respetable" de mendigar. El hábito de mendigar destruye la naturaleza sutil y sensible del intelecto y aquellos que solicitan fondos frecuentemente no saben lo que están haciendo.

Es muy difícil conseguir buenos trabajadores para un Ashram. Entonces, ¿por qué preocuparte por construir Ashrams cuando no tienes dinero ni trabajadores ni una fuerza espiritual dinámica? Mantente tranquilo. Practica meditación y evoluciona calmadamente. Ocupate de lo tuyo. Refórmate a ti mismo primero. ¿Cómo puedes ayudar a otros cuando tú mismo andas a tientas en la oscuridad, cuando tú mismo estás ciego? ¿Cómo puede un ciego guiar a otro ciego? Ambos caerán en un profundo abismo y se romperán las piernas.

En general, un aspirante es muy entusiasta sobre su Sadhana al principio. Está lleno de fanatismo. Se interesa mucho. Espera conseguir pronto algunos buenos resultados. Cuando no consigue estos resultados dentro del tiempo esperado, se desalienta. Pierde interés y decae en sus esfuerzos. Deja su Sadhana completamente. Pierde la confianza en la eficacia de la misma Sadhana.

### **Preocupación y ansiedad**

El hombre siempre está sediento de posesión de objetos, esposa y ganado. Esto seguramente lo vuelve egoísta. El egoísmo causa apego. Siempre que hay apego, allí están "*Ahamta*" y "*Mamata*." Todo el sufrimiento comienza aquí. Todo el *Maya Chakra* empieza a girar a partir de ahora. El hombre se vuelve esclavo. Fuertes cadenas de hierro son ajustadas a sus manos, piernas y rodillas. Está enredado de la misma manera que la araña o el gusano de seda. Esta es su propia red, creada por él mismo para su destrucción.

Siéntate solo por un momento en una habitación silenciosa. Indaga. Reflexiona. Investiga. La felicidad es un estado mental. No depende del dinero o las pertenencias. Observa que las personas muy ricas son en

realidad muy desdichadas, mientras que un oficinista pobre es muy feliz, y sólo un Sadhu con una túnica de algodón baila en divino éxtasis.

El goce no puede causar la satisfacción del deseo. Por el contrario, agrava e intensifica los deseos y vuelve la mente más intranquila mediante el anhelo sensorio o Trishna, de la misma manera en que se aviva el fuego si se le echa ghee o aceite. Cuanto menos sean las necesidades, mayor será la felicidad. La leche da placer a algunos y dolor a otros. Cuarta taza de leche les produce arcadas o náusea. No da placer cuando hay fiebre. Por lo tanto, el placer no está en los objetos sino en la imaginación o la inclinación de la mente.

El mango no es dulce, sino que la imaginación lo es. La mujer no es hermosa, pero la imaginación lo es. Una mujer fea parece muy hermosa para su marido porque en su imaginación es hermosa. Hay una pizca de placer en los objetos, pero el dolor que viene mezclado con ella es del tamaño de una montaña.

El placer sensual es tentador. Hay fascinación mientras el hombre no posee los objetos. Se esfuerza mucho. Su mente está llena de preocupaciones. Se desalienta porque duda si conseguirá el objeto deseado. En cuanto está en posesión del objeto, el encanto desaparece. Descubre que está enredado. El soltero piensa en su matrimonio día y noche. Se siente encarcelado después de casarse. No puede satisfacer las necesidades lujosas de su esposa. Quiere escaparse de la casa para irse al bosque. El que es rico pero sin hijos, piensa que será más feliz teniendo un hijo, se preocupa día y noche por tener un hijo, va de peregrinación a Rameshvaram y Kasi y lleva a cabo las diversas ceremonias religiosas. Pero cuando tiene un hijo, se siente miserable. El niño sufre de ataques epilépticos y su dinero va a los doctores. No hay ninguna cura. Ésta es la magia de Maya. El mundo entero está lleno de tentaciones.

Cuando uno no puede conseguir los objetos, se siente miserable. El hombre que es adicto a tomar té, que está habituado a consumir frutas y leche después de las comidas, se siente muy desgraciado cuando no tiene té o frutas y leche en cierto lugar. Regaña a su esposa y criados sin razón debido a una total irritabilidad. Cuando la esposa muere, el marido está ahogado en pena, no debido a la pérdida de su adorada compañera en la vida, sino porque ahora no puede tener placer sexual. La causa del dolor es el placer. La causa de la muerte es el amor por la vida sensual. Deja todos los placeres sensuales, si no quieres el dolor. Deja la vida sensual, si no quieres la muerte.

Usar lentes a los diez años, usar reloj pulsera, comprar un auto pidiendo dinero prestado, usar trajes de moda, un sombrero Ellwood y botas, tener un corte de pelo francés, fumar cigarrillos Three-Castles or Navy-cut or cigarros de Manila, apretar el cuello con duros cuellos de camisa, caminar por la playa con su esposa tomados de la mano, tener el diario en el bolsillo, tener un bigote recortado tipo Kaiser al medio del labio superior, comer carne y beber coñac, jugar a las cartas, apostar dinero,

acudir a salones de baile, pedir dinero prestado para ir al cine y, para resumir, llevar una vida de libertinaje – ¡esta es la civilización moderna! ¡Moda y estilo han convertido al hombre en un mendigo de mendigos!

## **Raga y Dvesha**

Las dos corrientes de la mente, Raga y Dvesha (atracción y repulsión) constituyen en verdad el mundo o Samsara. La mente se apega intensamente a los objetos agradables mediante la atracción porque obtiene placer. Siempre que hay sensación de placer, la mente se pega, por así decir, al objeto que da placer. Esto es lo que se llama apego. Esta es la única causa de esclavitud y dolor. Cuando algún objeto es retirado o fallece, la mente sufre indescriptiblemente. La atracción es la causa raíz de los sufrimientos humanos. La mente huye de los objetos que dan dolor. El odio aparece en la mente. Por ejemplo, a nadie le gusta una cobra, un tigre o un escorpión. La atracción y el placer, la repulsión y el dolor coexisten. Un hombre mundano es un esclavo de estas dos corrientes que son muy fuertes y devastadoras. Es sacudido de aquí para allá de la misma manera que una ramita de paja. Sonríe cuando consigue placer, llora cuando obtiene dolor. Se aferra a los objetos agradables, escapa de los objetos que causan dolor.

El deseo de disfrute sensual está profundamente arraigado o incrustado en las mentes de todos. La mente Rajásica está conformada de tal modo que no puede permanecer ni un solo momento sin ideas de disfrute de alguna u otra clase. La gente inventa diversos tipos de disfrutes sutiles. La ciencia moderna ha hecho una maravillosa contribución para producir formas refinadas de disfrute. Civilización moderna es solamente otro nombre para el disfrute sensual. Hoteles, cines, aviones y radios intensifican los disfrutes sensuales.

El hombre inventa nuevos platos, nuevos jarabes y nuevas bebidas para satisfacer su paladar. La moda en vestimenta hace inmensos progresos año a año. Lo mismo pasa con las peluquerías. Incluso el hombre que recorre el sendero de la Verdad desea encontrar un disfrute sensual duradero e intenso por medio de sus prácticas yóguicas. Quiere desplazarse en carros celestiales. Quiere probar el néctar de la inmortalidad bajo el Kalpa-Vriksha junto con Indra y otros dioses. Quiere escuchar a las ninfas celestiales y a los Gandharvas cantar y bailar. Éstas son todas tentaciones sutiles. El aspirante sincero en lo sucesivo dará la espalda resueltamente a todos estos tipos de goces refinados, sutiles e intensos. Los tratará a todos como vómitos, como menudencias, como la orina de un burro o como veneno.

Este mundo está lleno de problemas y dificultades. Nadie salvo un Yogui, un Bhakta o un Jnani está libre de estas miserias y preocupaciones mundanas. Ve adonde quieras. Es todo lo mismo.

Kamala y Krishna no tenían ningún niño. Estaban construyendo castillos en el aire una noche, cuando estaban durmiendo en un catre. Kamala

preguntó a Krishna: "¿Si tengo un hijo, cómo le harás un lugar para que duerma?" Krishna respondió: "Le haré un lugar en este mismo catre de madera." Diciendo así, se alejó un poco de su esposa. Ella otra vez preguntó: "¿Qué harás, si tengo un segundo hijo?" Krishna contestó: "Le haré lugar también en este catre". Diciendo así, se movió un poco más hacia el borde del catre. Kamala otra vez preguntó: "Mi marido querido, ¿qué harás si engendro a un tercer hijo?" El marido dijo: "Le haré espacio en este mismo catre". Mientras se movía hacia el borde del catre, se desplomó y se quebró la pierna izquierda. El vecino de Krishna vino y le preguntó: "¿Qué le pasó a tus piernas?" Krishna dijo: "Me rompí la pierna por mis falsos hijos". Tal es el caso de las personas del mundo. Sufren por Mithya Abhimana (el falso egoísmo) y Mithya Sambandha (la falsa relación).

---

## El Cuerpo

La mujer es el origen de la contrariedad constante y la esclavitud más grande. La figura o la forma de una mujer no es nada más que una red de huesos cubierta con grasa y carne. Esta observación también es aplicable al hombre.

La mujer es el origen de toda miseria. Es una encarnación de la pasión. Chupa tu vitalidad. Llevas a cabo muchas malas acciones sólo para complacerla. Tienes que cosechar los frutos de estas acciones y sufrir. ¿Qué felicidad se obtiene de las meneadas marionetas de los cuerpos femeninos? ¿Dónde está la belleza en una mujer? Practica Vichara y analiza. ¿Pensará un Viveki acaso en esta figura ilusoria? La belleza que ves en la forma de la mujer es la emanación del Atman interior. ¡Mira la condición de los ojos, la cara y el cuerpo de una mujer después de sufrir una enfermedad de siete días! ¿Adónde se ha ido la belleza? Mira la cara arrugada de una anciana. Analiza las partes de una mujer, date cuenta de su naturaleza ilusoria y abandónalas totalmente. Si empiezas a analizar este cuerpo de carne, sangre, hueso, sudor, etc., la atracción hacia la mujer se desvanecerá en poco tiempo. Amor y apego destruyen a Buddhi, Mukti y las acciones virtuosas, y causan la contracción del corazón.

Si cesa la lujuria por la mujer, que es el origen de todos los goces, entonces toda esclavitud mundana que tenga su raíz o substrato en la mente cesará automáticamente. Incluso el veneno más virulento no es veneno en absoluto cuando se compara con los objetos sensuales. El primero arruina un cuerpo solamente, mientras que el último adultera muchos cuerpos en sucesivos nacimientos.

Este cuerpo indudablemente no es para la satisfacción de fines insignificantes. Es para la penitencia rigurosa ahora y la felicidad infinita después. Es un instrumento para conseguir el objetivo de la vida humana,

el logro de Brahma Jnana. Sirve como un bote para cruzar a la otra orilla de este océano del Samsara.

Este cuerpo es el origen de infinitas miserias. Está lleno de impurezas. Causa la falta de respeto, la censura, el dolor, etc. Fallece en un momento sin aviso previo. Está sujeto a enfermedad, decadencia y vejez. Por lo tanto, piensa en el Atma que es eterna, pura y que todo lo penetra.

El cuerpo físico aparece solamente ahora. Una cosa que no tiene pasado ni futuro debe ser considerada como inexistente también en el presente. Si piensas en este tema más profundamente con *Shuddha-Buddhi*, encontrarás *Atyanta-abhav* (la inexistencia completa) del mundo.

Este cuerpo que está lleno de impurezas, orina, materia fecal, pus, etc., es perecedero. Es como la espuma, las burbujas o el espejismo. Es despreciado por sus enemigos. Queda en el suelo como un inútil tronco de madera cuando Prana deja el cuerpo. Es la causa del dolor y el sufrimiento. Es tu verdadero enemigo. Debes tratar este cuerpo como bosta, con sumo desprecio. ¿Por qué debes apegarte a él (Abhinivesa) y venerarlo con perfumes, polvos, y flores? No seas tonto y necio en adornarlo con finas sedas y ornamentos. Eso es terrible Ajnana solamente.

"Nada en esta tierra me pertenece. Ni siquiera este cuerpo es mío". Ésta es la verdadera sabiduría. "Este es mi hijo. Esta es mi hija. Ella es mi esposa. Esa casa es mía. Soy rico. Soy un kshatriya. Soy Brahmana. Soy delgado. Soy gordo". Ésta es una insensatez de primer orden. Este cuerpo físico es propiedad legítima de peces, chacales y buitres. ¿Cómo puedes llamarlo tuyo?

Usar jabón para el cuerpo, aceite para el cabello, polvo para la cara, mirarse en el espejo mil y una veces por día, llevar anillos en los dedos y otras actitudes semejantes intensificarán tu apego al cuerpo. Por lo tanto, deja decididamente todas estas cosas.

Un forúnculo grande se lava con loción. Luego se aplica un ungüento bórico. Entonces se coloca una venda. Este cuerpo desagradable también es como un divieso muy grande. Se lo lava diariamente. Se le da comida. Éste es el ungüento. Se usa ropa. Ésta es el vendaje. Los Sadhus tratan a este cuerpo como un tumor muy grande o una herida que está manando. Pero las personas de mentes mundanas veneran al cuerpo debido a la ilusión y el empecinamiento.

Usar ropa no es para aumentar la belleza del cuerpo. Este cuerpo es una bolsa de cuero sucio llena de varias clases de impurezas. La vestimenta es un medio para cubrir este cuerpo impuro. Lleva ropa simple. Ten pensamientos sublimes. Una vida virtuosa en Dios o el Atman puede darte la verdadera belleza.



La "Belleza" de este cuerpo es solamente superficial (*apata - ramaniya*). La belleza de la piel es también superficial. Puedes tener una belleza inalterable e infinita sólo en Dios.

¡Oh hombre! ¿No te avergüenzas de llamar a este cuerpo sucio como "yo" y decir que "esto es mío; este es mi hijo", siendo que todo es perecedero? Incluso los chacales, buitres y peces dicen: "Estos cuerpos de los seres humanos son nuestros". Este mundo o Samsara es Asara o Virasa (sin esencia). Abandona la identificación con este cuerpo débil, perecedero e impuro compuesto de cinco elementos, donde los huesos son los pilares, que está encordado por los nervios, cubierto con carne y sangre, revestido por la piel, maloliente, lleno de orina y heces, que está siempre atormentado por cariño excesivo y miserias y que es el asiento de todos los infortunios. Esta identificación con el cuerpo es la morada del infierno Raurava. ¿Cuál es la diferencia entre los gusanos y los hombres que se regocijan en este cuerpo apestoso y enfermo?

*Maya*, el fenomenal mago, prepara un esqueleto, lo cubre con carne y esconde distintas impurezas bajo una piel brillante. ¡Oh hombre engañado! ¿Cuánto tiempo vas a llamar tuyo a este cuerpo? ¿Cuánto tiempo vas a aferrarte a este cuerpo perecedero? Deja esta identificación con el cuerpo e identifícate con tu verdadera naturaleza, *Satchitananda Swaroop*.

Cuando este cuerpo está libre de enfermedad y decrepitud, cuando la vejez todavía está lejos, cuando los poderes de los sentidos no están afectados y la vida no está decayendo, el hombre de discernimiento debe esforzarse por lograr la Conciencia de Dios. Es inútil cavar un pozo para sacar agua cuando la casa está ardiendo.

---

## La Mujer

El matrimonio es una maldición y una larga vida de encarcelamiento. Es la esclavitud más grande. Un soltero, que está lleno de pasión, imagina que es desdichado porque no tiene esposa. El soltero que alguna vez fue libre ahora está atado por el yugo de la familia y encadenado de pies y manos. Ésta es la experiencia de todas las personas casadas. Lloran después del matrimonio. Más mendigos son traídos a este mundo debido a la lujuria. El que ha comprendido la magnitud de los sufrimientos humanos no se atreverá a engendrar un hijo.

La mujer (siempre que aquí se representa a la mujer desde la perspectiva del hombre, a fines de inducir Vairagya en él, el lector debería recordar que implica una representación similar del hombre desde el punto de vista de la mujer) es el origen de constante disgusto y sufrimiento y es la esclavitud más grande. Uno no puede sacrificar un ideal de perfección noble y sublime, la búsqueda de la Conciencia del Ser, para complacer a una mujer encantadora.

La esposa es solamente un lujo. No es una necesidad imperiosa. Todo hombre de familia llora después del matrimonio. Dice: "Mi hijo está sufriendo de fiebre tifoidea. Tengo que casar a mi segunda hija. Tengo que saldar deudas. Mi esposa me está molestando para que le compre un collar de oro. El mayor de mis yernos se murió recientemente". En verdad, tales sufrimientos no son extraños para nadie.

La esposa es un cuchillo afilado para cortar la vida del marido, y viceversa. Anasuya y Savitri fueron únicas en verdad. Si no le trae el collar de oro y los saris de seda de Varanasi en el tiempo esperado, la esposa le frunce el ceño al marido. Si el marido no puede conseguir la comida a tiempo, la esposa se echa en la cama con el pretexto de un cólico abdominal agudo. Puedes ver por ti mismo este lamentable espectáculo en la experiencia diaria, en tu propia casa o en la casa de un amigo. En verdad, no hace falta que te diga mucho más. Por lo tanto, aférrate a Shanti y ten a Vairagya como hijo respetable y a Viveka como hija magnánima. Come el fruto delicioso de Atma Jnana que puede hacerte inmortal.

Cuando tu esposa es joven y hermosa, admiras su cabello rizado, sus mejillas rosadas, su nariz fina, su piel brillante y sus dientes plateados. Cuando pierde su belleza por algún mal incurable crónico, no sientes ninguna atracción por ella. Te casas con una segunda esposa. Si hubieras querido a tu primera esposa con Atma Bhav, con un completo entendimiento de que el Ser en ti y el Ser en tu esposa es el mismo, tu amor hacia ella habría sido puro, solidario, duradero e inalterable. Así como adoras más una golosina de azúcar vieja o el arroz viejo, también querrías a tu esposa más y más, incluso cuando envejece, si tuvieras Atma Bhav mediante Jnana. Sólo Jnana intensificará Prem y lo hará duradero.

El que está apegado a su esposa, niños y riqueza, no obtiene ni un ápice de beneficio en el sendero espiritual. Por apegarte indiscriminadamente a esposa, hijos, casa, riqueza y objetos, te has olvidado de tu naturaleza divina y esencial. Ni las viejas agujas sin ojos te seguirán cuando mueras. Solamente tus acciones, buenas y malas, te seguirán. Y Dios te juzgará de acuerdo con tus motivos y acciones.

Un soltero apasionado piensa: "¿Cuándo podré vivir con mi joven esposa?" Un hombre de familia desapegado, que ha tenido un despertar de Viveka, piensa: "¿Cuándo podré desembarazarme de la sujeción de mi esposa y retirarme a los bosques para la meditación en el Atma?" La mente es la única causa de esclavitud y liberación. Mata a esta mente y descansa en el Atman.

Te has convertido en un perro faldero y juguete según el capricho de la mujer. Te has vuelto un esclavo de incontables deseos, emociones y pasiones. ¿Cuándo vas a salir de este estado miserable? En el Yoga Vasishtha encontrarás: "Aquellas personas que, a pesar de saber que no hay felicidad en los nefastos objetos del mundo ni la hubo en el pasado,

se enredan en los objetos y se apegan a ellos, merecen la denominación de tontas, si no peor".

El amor humano es totalmente hueco. Es una simple atracción animal. Es pasión solamente. Es el amor carnal. Es el amor egoísta. Está siempre cambiando. Es todo hipocresía y pura apariencia. La esposa no cuida a su marido, si está desempleado. Al marido ya no le gusta su esposa, cuando pierde su belleza por alguna enfermedad crónica. Mi querido amigo, puedes encontrar el amor legítimo y duradero en Dios y solamente en Dios. Su Amor no conoce cambios.

El recuerdo o pensamiento de una mujer perturba la mente. La lujuria es muy fuerte. Lleva un arco de flores equipado con cinco suaves flechas, *Mohana, stambhana, unmadana, soshana y tapana* (fascinación, estupefacción, exasperación, demacración y apasionamiento). Viveka, Vichara, discernimiento y contemplación, erradicarán este mal grave. Si se conquista la lujuria, pierden poder la cólera, la codicia, etc., que son sus armas auxiliares. El arma principal del amor es la mujer. Si esto es destruido, sus seguidores o séquitos pueden ser conquistados muy fácilmente. Si se mata al comandante, entonces se vence fácilmente a los soldados. Conquista primero la pasión. Será fácil entonces dominar la cólera, que es solamente uno de sus seguidores.

Cuando un tigre ha probado sangre humana una vez, corre tras seres humanos siempre. Se vuelve devorador de hombres. Así también, cuando la mente ha experimentado el placer sexual una vez, corre tras ese placer siempre. Es mediante constante Vichara y Brahma-Bhavana que la mente puede despojarse de los pensamientos y las tendencias lujuriosas. Haz que la mente comprenda mediante autosugestión y martilleo repetido de que el placer sexual es falso, sin valor, ilusorio y lleno de sufrimientos. Muéstrale a la mente las ventajas de una vida en la beatitud, el poder y el conocimiento del Atman. Hazle comprender completamente que la vida elevada y eterna está en el Atma inmortal y no en los placeres sensuales sin lugar a dudas. Cuando escuche estas sugerencias constantemente, de a poco dejará sus viejos hábitos.

En el Bhagavad Gita encontrarás: "Humildad, ausencia de presunción, no violencia, perdón, rectitud, servicio al maestro, pureza, constancia, auto-control, indiferencia hacia los objetos de los sentidos así como ausencia de egoísmo, percepción del dolor y el sufrimiento que suponen el nacimiento, la muerte, la vejez y la enfermedad, desapego, no identificación con el hijo, la esposa o el hogar, y constante ecuanimidad ante eventos deseados o no deseados, devoción inquebrantable hacia Mí mediante el Yoga, sin otros objetivos, retiro a lugares solitarios, desagrado por el trato con personas de mente mundana, constancia en el conocimiento del Ser, percepción del fin del conocimiento verdadero: esto es declarado como Sabiduría; todo lo opuesto a esto, es ignorancia (Cap. XIII - 7 - 11).

"Los hombres malvados no conocen ni la energía correcta, ni la abstinencia correcta; ni tampoco tienen pureza, decoro o veracidad". Dicen "no hay verdad en todo el universo, éste no tiene base ni Dios; es generado por la unión mutua, y causado por la lujuria y nada más". Al mantener esta visión, estos seres arruinados, de pequeño entendimiento, de actos crueles, aparecen como enemigos para la destrucción del mundo entregándose a insaciables deseos, poseídos por la vanidad, la presunción y la arrogancia. Ellos sostienen ideas malvadas con las que mediante el engaño, se ocupan de acciones con propósitos impuros. Se entregan a pensamientos desmesurados cuyo final es la muerte, buscan la satisfacción de los deseos como lo más alto, están seguros de que eso es todo, se mantienen en la esclavitud por los cientos de lazos de sus expectativas, dedicados a la lujuria y la cólera, luchan por obtener tesoros escondidos por medios ilegales para sus disfrutes sensuales" (Cap. XVI - 7 - 12).

El Vishnupurana dice: "Si el tonto engañado adora el cuerpo, un simple compuesto de carne, sangre, pus, heces, orina, músculos, grasa y huesos, ¡adorará al mismo infierno en verdad! Para aquél que no se indigna ante el olor desagradable de su propio cuerpo, ¿qué otro argumento se puede aducir para el desapego?"

El sabio Vasishtha dice a Sri Rama "¿Qué hay de prometedor en la jaula autómatas de una mujer - una verdadera muñeca de carne, atada con nudos hechos de músculos y huesos? Escudriña sus ojos atentamente y observa, después de un análisis, si después de todo, hay algo encantadoramente hermoso acerca de los músculos de esas bolsas membranosas, esa sangre y esas lágrimas que los componen. ¿Por qué, entonces, estás prendado de ellos en vano? Su pecho, con los incontables movimientos, acá y allí, del collar de perlas, se parece en elegancia, a las aguas rápidas de la Ganga que bajan rodando por las cumbres del monte Meru, sin embargo ese mismo pecho de una joven es devorado por perros feroces cuando surge la ocasión en el campo crematorio en algún lugar apartado, de la misma manera que una pequeña bola de arroz. Con sus cabellos semejantes a hollín, por lo tanto, es mejor no tocarlas, aunque sean atractivas para el ojo, las mujeres, que son la mismísima llama del fuego del pecado, consumen a los hombres como un montón de paja. Son las mujeres que aunque aparezcan todas jugosas y verdes, son en verdad carentes de toda gracia y que con sus miradas atractivas atraen a los hombres para su destrucción y alimentan el feroz fuego del infierno en una región lejana. Son en verdad trampas tendidas por el cazador Cupido para capturar a sus aves, los hombres simplones. La mujer es el cebo traicionero, fijado a la línea de los impuros deseos latentes para atrapar a los hombres, los que son como peces en una laguna de nacimiento y muerte, sumidos en el fango de la mente. ¡Basta de mujer – cofre de tesoro, que contiene las joyas de los pecados más mortales y la cadena interminable de torturadora miseria! Esta forma femenina está compuesta de carne aquí, sangre allá y huesos en un tercer lugar. ¡Oh Brahman! Después de todo se desintegra en unos pocos días. Siente el deseo por relaciones sexuales, el que tiene una mujer sobre él. ¿Adónde

está el disfrute para los que no tienen mujer? Abandónala y abandona el mundo entero; abandonando el mundo entero, encontrarás la dicha máxima". \*

\* La lujuria es una fuerza potente, de la que es muy difícil liberarse. Por lo tanto, tengo que presentar esa imagen ante las mentes de la vasta mayoría de las personas. Realmente, las mujeres deben ser adoradas, como la Madre-Shakti. Es la que crea, genera y nutre el universo. Debe ser reverenciada. En India, la religión es mantenida solamente mediante la devoción de las mujeres. La devoción es una característica fundamental de las damas hindúes. Odie la lujuria, pero no a las mujeres.

*"Yatra naryastu pujoyante ramante tatra devatah, Yatraitastu ne pujoyante sarvastraphalah kriyah".*

"Donde las mujeres son honradas, allí los dioses están contentos; pero donde no son honradas, ningún rito sagrado es productivo". (Manusmriti)

---

## El Mundo

Este es un mundo extraño realmente. Es un museo muy grande. Un show estupendo. Las flores y el paisaje del Himalaya, las cascadas del Niágara, los mares azules, el cielo y el Taj Mahal son todos muy hermosos y encantadores. Pero los sismos, las erupciones volcánicas, los relámpagos, los ciclones, las epidemias de gripe y las plagas son terriblemente horribles y amenazadoras.

Una esposa hermosa es muy encantadora. Es muy amable, cuando es joven, cuando sonríe, cuando lleva puesto un hermoso vestido, cuando canta y toca el piano o el violín, cuando baila en el salón de bailes. Pero es horrible mirarla cuando pierde su paciencia, cuando discrepa con su marido por no tener saris de seda y collares de oro, cuando está sufriendo de un cólico abdominal agudo o alguna enfermedad semejante y cuando envejece.

La primavera es muy encantadora. Las copas de los árboles están adornadas con flores y frutas. La brisa apacible y fresca es muy estimulante, pero el verano es abrasador. El invierno es de un frío penetrante.

El hombre ríe cuando tiene un hijo, cuando se casa, cuando obtiene alguna fortuna inesperada o aumento de sueldo; pero llora cuando su esposa muere, cuando pierde su dinero, cuando queda sin empleo, o cuando sufre de alguna enfermedad aguda.

Ahora, ¡dime, amigo! ¿Qué es lo que encuentras realmente en este mundo ilusorio, felicidad o dolor, alegría o pena? ¿Has comprendido ahora la naturaleza ilusoria de la creación de Maya? Este mundo es una simple aparición. La mente y los sentidos te están engañando a cada momento. Has confundido dolor con placer. No hay ni un ápice de

felicidad en este universo sensorio. Abandona esas luchas egoístas y esos planes para acumular riqueza. Marcha directamente hacia el Titiritero que está moviendo estos juguetes de los cuerpos humanos hechos de carne, que está manteniendo esta gran función, que está detrás de este show. Solamente en Él encontrarás la felicidad duradera y el eterno placer. Fúndete en Él practicando la meditación diaria y el Japa.

Este mundo es tan irreal como la sombra, la burbuja o la espuma. ¿Por qué entonces corres tras los juguetes del nombre y la fama?

¡Qué incierta es la vida sensual en este mundo! ¡Qué fugaz y temporal es el placer sensual! ¡Mira cuántos miles de personas fueron arrasadas en los recientes sismos de Bihar y Quetta! (Hace referencia a los incidentes ocurridos mucho antes de que este libro fuera escrito.) ¡Cuántas mansiones grandes y palaciegas fueron destruidas! Éste es Adhidaivika Tapa. ¡Aún así las personas quieren construir bungalows en Simla y Mussoorie y conseguir la inmortalidad allí! ¡Qué tontas estas personas! ¡Pobres almas que se engañan a sí mismas! ¡Lamentable es su suerte! Son como gusanos solamente ya que se deleitan en la inmundicia. Rezo por ellos. ¡Que Dios les otorgue Viveka, Vairagya y Bhakti!

Ve adonde puedas, a Gulmarg o a Pahalgam en Cachemira, a Darjeeling o a Simla, a Viena o a los Alpes. Es todo lo mismo.

No encontrarás ningún descanso verdadero. El paisaje agradable puede aliviar la retina por un segundo. Pero *Raga*, *Dvesha*, los celos, la pasión y la codicia están en todas partes. Encontrarás la misma tierra, el mismo cielo, el mismo aire, y la misma agua. Y llevarás contigo la misma mente. No son pocos los que han sido engañados por la imaginación y el cambio de lugares. ¡Oh hombre! Mantente contento. Vive donde puedas. Pero disciplina la mente y los sentidos. Medita incesantemente en el Ser interior (Antar-Atma). Allí encontrarás la paz eterna. La mente dejará de engañarte.

Para mí el mundo entero se parece a una bola de fuego. Para mí el mundo entero se parece a una gran caldera donde todas las criaturas vivientes se calcinan.

¿Tu hijo, hija, amigo o pariente te ayudarán, cuando estés a punto de morir? ¿Has obtenido algún amigo sincero y solidario en todo este mundo? Todos son egoístas. No hay amor puro. Pero ese Señor, el verdadero Amigo de los amigos, el Padre de los padres, que vive en tu corazón, nunca te abandonará, aunque Lo olvides. Adóralo en el silencio, ese Dios de dioses, esa Divinidad de divinidades, más alto que lo más alto. ¡Que Él te bendiga con Su amor, sabiduría, poder y paz!

Dado que todo es irreal en este mundo, trata el amor y el respeto como veneno. Sé indiferente. Sé reservado y reticente. Deja de relacionarte con otros. Vive solo y disfruta la dicha del Atma en tu corazón. No quieras ninguna compañía, cuando puedes vivir en el Alma.

Debes tener total desprecio por los objetos mundanos. Trata todas las pertenencias terrenales y disfrutes sensuales como excremento, veneno, polvo o paja. Aparta la mente de ellos. Sólo entonces conseguirás Jnana.

Deja de aferrarte a esta vida ilusoria. Sé intrépido. Refúgiate en Vairagya. Todos los miedos se dispersarán. Aférrate a los Pies del Señor. Aférrate al Atman indivisible, invisible, desconocida e incognoscible, o el Brahman de los Upanishads.

Por apegarte sin discernimiento a esposa, hijos, casa, riqueza y objetos, has olvidado todo acerca de tu naturaleza divina, esencial. Te has vuelto ateo. Esposa, niños y dinero se han convertido en tus dioses, mientras que en realidad son tus enemigos.

Si desarrollas intenso Vairagya, si dominas a tus sentidos y rechazas todos los goces y placeres de este mundo inútil, mezclados como están con el dolor, el pecado, los miedos, el deseo, las miserias, la enfermedad, la vejez y la muerte, entonces nada en este mundo podrá tentarte realmente. Te volverás resistente a todas las tentaciones. Tendrás paz eterna y disfrute infinito. No tendrás ninguna atracción por las mujeres y otros objetos del mundo. La lujuria no podrá dominarte.

Si quieres a Dios y sólo a Dios, patea este mundo sin compasión. Suficiente, basta de tu té y café, suficiente de soda y limonada, basta de padre, madre, hijo, hija, hermano, hermana y parientes. Has tenido incontables padres y madres, esposas y niños en el pasado. Viniste solo. Te irás solo. Nada te seguirá salvo tus propias acciones. Toma conciencia de Dios. Todas las miserias terminarán.

El que se aferra irreflexivamente a la esposa, al hijo, a la hija y a los objetos del mundo no tiene ninguna otra alternativa que olvidarse de su naturaleza divina.

La compañía de personas de mente mundana es tan peligrosa para el aspirante como la compañía de una mujer, si no más.

Los hombres mundanos piensan que son muy felices porque consiguen algunas masitas de jengibre, un poco de dinero y una mujer. ¡Oh, si sólo probaran el néctar de la inmortalidad, qué felicidad tan intensa sentirían!

¡Mi querido amigo! El pasado parece un sueño ahora. ¿Entonces, por qué no crees que el presente también parecerá un sueño en un futuro próximo?

Todos los placeres mundanos parecen néctar al principio, pero se convierten en veneno virulento al final. Este mundo es una Mela (una reunión como la de entretenimientos o deportes) durante dos días, y este cuerpo es una simple aparición durante dos segundos. Incluso si te convirtieras en el único monarca del mundo entero, difícilmente tendrías el disfrute de la Beatitud y la Paz verdaderas.

La vida del hombre en la tierra no es más que una vida de tentaciones y tribulaciones. Aquéllos que tienen verdadero e intenso Vairagya y un sólido Viveka difícilmente puedan ser tentados por los objetos mundanos, por Mara y Satanás.

Estás cercado por todas partes y agitado por las diferentes condiciones de este mundo siempre fluctuante, estás siempre en el remolino de la ilusión y aquejado por dolores como el polvo de arena flotando sobre una gran piedra. Ahora, reflexionando sobre el Tiempo que es eterno por naturaleza, no puedes más que considerar como un momento los 100 años de tu vida. Siendo así, ¿cómo es que consideras tu vida tan preciada y caes en toda clase de desaliento por los insaciables deseos? ¿Quién está tan degradado en la vida como tú que estás arruinado por la mente grosera? ¡Avergüénzate de tu vida irregular, que no tiene importancia!

Comparando esta vida con los incontables universos, no puedes más que considerarla como un átomo. Es muy sorprendente que estimes tanto a este universo lleno de sufrimientos.

Incluso la persona más grande se volverá con el tiempo una de las más pequeñas. Todos los goces, los grandes hombres y sus parientes han desaparecido antes. Entonces, ¿por qué hay ahora certeza de la existencia de todos los objetos? Todas las innumerables tierras con sus incontables gobernantes y riquezas han perecido como arenas finas; todos los Devalokas (esferas celestes) con sus Indras y riquezas han desaparecido; no hay límite para la cantidad de universos, Brahmas y Jivas que han venido y se han ido. Entonces, ¿adónde están todos los objetos que han desaparecido de la vista? ¿Adónde está la permanencia de la vida terrenal? Es debido a la imposición de tus deseos sobre la ilusión del largo sueño del engaño del cuerpo, en la negra noche de la Maya irreal, que te has degradado a este estado de ignorancia.

¡Basta! ¡Suficiente con todas las muertes que tuviste antes! No existe un solo objeto benéfico en esta tierra, ni al principio, ni en el medio, ni al final. ¿No están acaso cubiertos con el barniz de la destrucción todos los objetos? Con tu cuerpo llevas a cabo actos muy malos en tu vida cotidiana, muy dolorosos y de vicios ilimitados.

En la juventud estás envuelto en la ignorancia, en la edad adulta estás enredado en las mallas de las mujeres; en la vejez gimes bajo el peso del *Samsara* y la debilidad. Al final mueres. Así estás siempre ocupado, ¿cuándo encontrará tiempo para dedicarte a los actos virtuosos? ¿Cómo vino esta *Maya* a jugar y danzar en este mundo? Este fantasma de tu mente baila en el teatro de este universo al son de los órganos. ¿Si en un abrir y cerrar de ojos se crean y destruyen muchos Brahmas, quién eres tú, un ser débil, ante ellos?

No puedes complacer al mundo, a tu esposa y a tus hijos. Recuerda la historia del anciano, su hijo y el burro. En los Sastras se dice que "El hombre puro es mirado como malvado, el inteligente como presuntuoso,



el tolerante como débil, el fuerte como cruel, el distraído como ladrón, y el apuesto como obscuro. ¿Quién puede complacer al mundo entonces? No se conoce medio que pueda satisfacer a todos. Uno debería tratar de obrar bien tanto como pueda. ¿Qué pueden hacer las innumerables lenguas del mundo?"

El Señor Bendito dijo: "Oh Pandava, el que no odia la luz, la actividad o el engaño cuando están presentes; ni los anhela cuando están ausentes; al que sentado como a quien no le conciernen, no le conmueven las cualidades (*gunas*); el que centrado en sí mismo dice "las cualidades actúan", y es el mismo en el placer y el dolor, seguro de sí; para quien un terrón de tierra, una piedra y el oro son lo mismo; para quien el querido y el no querido son iguales; el mismo en la censura y el elogio; el mismo en la honra y la deshonra; el mismo con el amigo y el enemigo, habiendo renunciado a todas las empresas, de él se dice que ha trascendido las cualidades. Y el que Me sirve exclusivamente mediante el Yoga de la Devoción, cruza más allá de las cualidades y está preparado para convertirse en el Eterno". (Gita: Capítulo XIV - 22 - 26).

Para lograr este estado elevado de espiritualidad, en primera instancia debes reconocer completamente la gloria de la vida en el Espíritu, o el Alma. Sólo entonces tendrás la fuerza indispensable para patear este mundo y rechazarlo sin compasión, y para tomar la vida de meditación en el Atman y el sendero de la renuncia. El recuerdo constante y la meditación en las siguientes estrofas del Bhagavad Gita te ayudarán mucho en el logro de tu objetivo.

"El que está desapegado de los contactos externos, descubre la felicidad en el Ser y, armonizado con el Eterno por medio del Yoga, disfruta de la Felicidad imperecedera". (Capítulo V - 21).

"Cuando él siente esa dicha infinita que la razón pura puede comprender y que trasciende los sentidos; cuando se encuentra establecido allí donde nunca se separa de la Realidad; y piensa que, habiéndolo conseguido, no hay otra ganancia superior; allí donde no le conmueve ni el dolor más intenso". (Capítulo VI - 21, 22).

"El yogui que está establecido en su ser, libre de falta, disfruta fácilmente de la felicidad infinita del contacto con lo Eterno". (Capítulo VI 28).

"Te voy a decir qué es lo que hay que conocer; aquello cuyo conocimiento confiere la inmortalidad para disfrutar del Eterno supremo y sin comienzo, al que no puede llamarse ni ser ni no ser". (Capítulo XIII - 12)

"Cuando el habitante del cuerpo ha trascendido las tres cualidades de las que proceden todos los cuerpos, se libera del nacimiento, la muerte, la vejez y la pena, y bebe el néctar de la inmortalidad". (Capítulo XIV - 20).

¡Querido amigo! No flaquees en tus esfuerzos. Mantén el fuego de la Llama Divina ardiendo constantemente. Te estás acercando al objetivo. Tu Luz ha venido. Hay aura de Brahma en tu rostro. Has cruzado muchos picos y cumbres insuperables en el sendero espiritual a fuerza de una Sadhana incansable y paciente. Es muy encomiable en verdad. Has hecho un progreso extraordinario. Estoy muy contento contigo, ¡Oh Yogindra! Pero todavía tendrás que subir un pico más y recorrer un sendero más angosto. Esto requiere esfuerzos aún más pacientes y un gran ímpetu. También tendrás que fundir tu egoísmo Sáttvico. El Brahmakara-Vritti también tiene que morir. Sólo entonces conseguirás el Bhuma, el objetivo más alto de la vida. Tú puedes hacer esto. Estoy seguro.

---

## La esencia de Vairagya-Satakam

El Vairagya-Satakam, o los cien versos sobre la renuncia de Bhartrihari (Para los detalles sobre la vida de Bhartrihari vea el Capítulo 8), son agrupados generalmente en diez divisiones, la condena del deseo, los intentos fútiles de abandonar los objetos de los sentidos, la condena de la pobreza de una actitud suplicante, la descripción de la evanescencia de los goces, la descripción del trabajo del Tiempo, la comparación de un rey con un asceta, el control de la mente estimulando la sabiduría interior, la discriminación entre la Realidad inmutable y lo cambiante, la adoración del Señor Shiva y las características de un asceta realizado.

Aunque recorras cielo y tierra para obtener riqueza en el sacrificio de la dignidad del nacimiento, el rango en la vida y el propio respeto, tus esfuerzos no serán acompañados con el éxito; y aún si tienes éxito, tus deseos nunca serán saciados. ¡Oh tú, hombre innoble! ¿Qué horribles faltas y crímenes no has cometido sólo para llenar tu estómago y cubrir tu cuerpo con un trozo de tela?

La esperanza es un río que fluye. Los deseos son su agua. Las ansias son sus olas. Los apegos a los objetos son los animales de presa que viven allí. Uno no puede cruzar este río debido a los incontables remolinos de la ignorancia que hay en sus aguas y a la naturaleza escarpada de sus bancos. Solamente los Yoguis de mente pura pueden cruzar este río y disfrutar la Bienaventuranza suprema.

Siendo que sabes bien que todos los objetos de disfrute en este mundo son perecederos y te dejarán algún día, ¿por qué no renuncias a ellos voluntariamente ahora mismo y disfrutas de la Felicidad eterna?

¡No se puede realizar un milagro más maravilloso que el que logra un hombre, poseedor del discernimiento surgido del conocimiento de Brahman, al descartar completamente la riqueza que le ha dado disfrutes!

La vida de los ascetas que moran en las cuevas de la montaña y meditan en la Luz Suprema es en verdad bendita; no la de aquellos que viven en mansiones dados a los placeres sensuales y la vana imaginación. La vida de los ascetas que viven de limosna, que duermen en el suelo desnudo, que son independientes, y que no tienen más que una manta gastada con cientos de parches, es realmente la más elevada y bendita, no la de aquellos que comen manjares, que duermen en camas lujosas y visten excelentes atuendos.

Mientras los insectos saltan al fuego abrasador y el pez dimensiona el cebo fijado al gancho con total ignorancia, el hombre, que se supone que tiene discernimiento y conocimiento de lo correcto y lo incorrecto, no abandona los placeres sensuales que están llenos de defectos ¡Qué inescrutable es el poder de la ilusión!

Son ignorantes aquellos que piensan que la verdadera felicidad consiste en poseer altos edificios, hijos eruditos, toneladas de oro, una mujer hermosa y joven como esposa, y una vigorosa salud; ellos son engañados al entrar a la prisión de la mundanalidad; mientras que son realmente benditos aquellos que renuncian al mundo con todos sus goces y placeres debido a su transitoriedad.

¿Es acaso que los valles del Himalaya y los bancos celestiales de la Ganga están todos en ruinas, como para que los hombres desvergonzados deseen la riqueza, las mujeres y el vino? ¿Es acaso que las raíces y las hierbas no están más disponibles en las cuevas de la montaña o que los árboles frutales están todos destruidos como para que estos hombres siempre quieran deleitarse en la basura de la mundanalidad?

Levántate, hombre ignorante, ven conmigo. Vayamos a las cuevas apartadas donde no se escucha ni el nombre de ese hombre rico e innoble. Vivamos de raíces, hierbas y frutas del bosque; bebamos el agua fresca y reconfortante de la Gangá sagrada y tendámonos en camas blandas de ramitas frágiles y enredaderas. Descanemos sobre lechos de piedra en cuevas de montaña, meditemos profundamente día y noche en el todo misericordioso Shiva, y vivamos contentos y en paz. Seamos felices, dejemos que el codicioso y avaro sea miserable. Incluso si me ofrecieran una cantidad de oro semejante en peso al Maha Meru, no lo aceptaría.

La vida mundana está siempre acompañada por el miedo, mientras que sólo la renuncia vuelve al hombre completamente intrépido.

El nacimiento es devorado por la muerte, la floreciente juventud por la vejez, la satisfacción por la codicia, la felicidad del autocontrol por las artimañas de las mujeres jóvenes, las virtudes por los hombres celosos, los reyes por los ministros perversos y el mismo poder por la transitoriedad. Dime ¿hay algo en la tierra que no sea devorado por otra cosa?

La salud de los hombres está sujeta a distintas dolencias físicas y mentales, la riqueza al peligro de los ladrones, y la muerte toma una y otra vez todo aquello que nace. Los goces son fugaces, la vida es corta y la felicidad de la juventud demasiado poca para saciar la propia sed. Este mundo es irreal. Sólo Dios es real. Renuncia a los deseos por goces mundanos y obtén el conocimiento del Ser.

¿Cómo puedes decir que hay felicidad en este mundo, cuando has salido de un útero impuro, cuando en la juventud eres contaminado por los placeres sensuales y la distracción mental, y en la vejez te conviertes en objeto de burla de las mujeres lujuriosas?

¡Qué sorprendente es que el hombre continúe llevando a cabo acciones malas y crueles como de costumbre sin considerar que sabe que la muerte lo está esperando como un buitre para devorarlo, que las enfermedades afligen su cuerpo y su mente de distintas formas, y que los días se van en ocupaciones inútiles!

¡Oh pequeño hombre de poca fe! Créeme, este mundo con todos sus disfrutes y placeres sensuales, es evanescente y fugaz. ¿Por qué buscas la felicidad en estos objetos mundanos y te rompes las piernas en vano? Si quieres la felicidad realmente, haz lo que te digo. Concéntrate. Medita. Experimenta la Conciencia Suprema. Entonces disfrutarás de la felicidad más elevada.

¿Adónde están esas ciudades encantadoras con sus poderosos reyes, sus vasallos, su gabinete de ministros perspicaces y sus hermosas mujeres de rostros semejantes a la luna? ¿Adónde están esos príncipes y hombres de la nobleza llenos de riqueza y de fama, esos cortesanos con sus canciones de alabanzas y halagos que prosperaron alguna vez?

¡Qué extraño es que el hombre quiera disfrutar los mismos placeres de los sentidos, comer los mismos platos deliciosos, beber el mismo vino, disfrutar las mismas mujeres, pasar el mismo día y la misma noche una y otra vez, y que la aversión hacia eso aún no haya aparecido en él!

El período de la vida del hombre es muy breve, solamente cien años. La mitad de la vida se pierde durmiendo; y del resto, la mitad se va en la infancia y la vejez. Después hay períodos de enfermedades, pérdidas, problemas y servicio a otros. ¿Qué felicidad puede haber para el hombre en este mundo?

¿Quién es más grande, un rey o un asceta? Si tú eres un rey de riquezas y tierras, yo también soy un rey de sabiduría suprema. Si tú eres un rey de gran reputación, mi popularidad resuena en los cuatro puntos cardinales y es envidiada enormemente por los hombres eruditos. Si tú eres frío e indiferente hacia mí, yo también soy perfectamente indiferente hacia ti y hacia tu riqueza. Si tú ejercitas tus poderes reales sobre la riqueza, yo hago lo mismo sobre las palabras. Si tú eres un fenomenal guerrero en el

campo de batalla, yo tengo la destreza y la facultad para doblegar al más orgulloso de los contrincantes.

Oh rey, si tú eres rico en majestuosas prendas de vestir, yo estoy perfectamente satisfecho vestido con corteza de árboles. Es en verdad pobre aquél cuyos deseos son ilimitados, mientras que es realmente rico el que está satisfecho con su suerte.

Mendiguemos la comida, dejemos que el cielo sea nuestra vestimenta, que la tierra sea nuestra cama. No tenemos nada que ver con la riqueza.

¡Qué gran tonto eres poniéndote finos adornos, tan difíciles de cuidar!  
Oh mente, no andes de aquí para allá. Descansa en paz. Deja que las cosas sucedan si tienen que suceder. No caviles sobre el pasado, ni planees el futuro.

Oh mente, estate en calma y nunca desees goces sensuales. Rechaza la ilusión y cultiva la devoción hacia el Señor Shiva, al Señor de señores, al Dios de dioses, al Yogui de yoguis. Decide vivir en los bancos de la Gangá, el río celestial.

Oh mente, nunca más pienses en la débil Diosa de la Fortuna. Sumérgete en la meditación intensa y profunda en el Atma.

¿Qué vida mejor puede desearse que aquella en la que hay devoción por el Señor Shiva y temor de la rueda de nacimientos y muertes, en la que no hay el más mínimo apego por la familia ni excitación por pasiones sexuales, en la soledad de los bosques donde el aire que respiran los hombres mundanos no existe?

Medita en el Brahman supremo, infinito, eterno, refulgente y perfecto, y obtiene el Conocimiento y la Beatitud Suprema.

Cuando este cuerpo está libre de enfermedades y de vejez, cuando los sentidos aún no han sido afectados y la vida es joven, las personas sabias deben mover cielo y tierra para lograr el bien supremo; porque no sirve de mucho cavar un pozo para sacar agua cuando la casa se está incendiando.

En nuestra búsqueda en cada rincón de los tres mundos desde el origen de la creación, nadie ha visto u oído sobre algún medio para controlar al elefante de su mente, cuando está enfurecido por la misteriosa y profundamente arraigada atracción por el elefante hembra de los objetos de los sentidos.

¿Cuándo lograremos ese estado extático caracterizado por copiosas lágrimas de júbilo, sentándonos en postura de meditación por las noches, cuando todos los sonidos se calman en el silencio de algún lugar en los bancos de la Gangá, temerosos de las miserias horribles de la rueda de nacimientos y muertes, llorando en voz alta, "Shiva, Shiva, Shiva"?

Si tiene un taparrabos gastado y rasgado cientos de veces, si está libre de todo pensamiento inquietante, si obtiene comida mendigando y duerme en el campo crematorio o en el bosque, si tiene perfecta libertad de andar solo sin impedimento u obstáculo, y si está firme en la dicha del Yoga, entonces, ¿quién más puede ser digno de la soberanía de los tres mundos?

---

## Historias inspiradoras

### Historia del príncipe

En una ocasión en que estaba de cacería, un joven príncipe vio a una princesa hermosa en los bancos de un río. La princesa tenía una posición filosófica ante la vida. Había dominado algunos textos de Vedanta. Estaba practicando meditación profunda en el Atman. El príncipe se acercó con la intención de que ella se casara con él. La joven se negó rotundamente. El príncipe le rogó una y otra vez de distintas maneras hasta que al final ella le dijo: "Por favor, ven a verme a mi residencia cuando hayan pasado diez días. Entonces me casaré contigo". El príncipe también era un estudiante de Vedanta pero no tenía Vairagya verdadero y constante. Pasó noches sin dormir y en la mañana del décimo día se dirigió ansiosamente al palacio de la princesa.

La joven princesa ya había ideado un medio para escaparse de las garras del matrimonio. Tomó un fuerte purgante de aceite de ricino durante diez días seguidos, guardó las deposiciones diarias en diez recipientes separados y bien ordenados por número en una habitación grande, y los cubrió con finas sedas. Había quedado piel y huesos. Sus ojos estaban hundidos y se echó en su cama.

El príncipe vino muy contento a su encuentro. Una doncella lo condujo a la habitación, donde la princesa estaba tendida. El joven no pudo reconocerla. Preguntó a la doncella: "¿Adónde está la dama joven y hermosa? ¡Esa no es la joven a quien conocí el otro día!" Entonces la princesa respondió: "Oh príncipe querido, yo soy la misma que conociste. He guardado mi belleza cuidadosamente en aquella habitación. Ten a bien venir conmigo y ver la belleza que guardé allí. Acompáñame ahora. Te la mostraré". Tras decir esto, lo condujo a la habitación, retiró la tela de seda, pidió al príncipe que mirara su belleza y dijo: "Ésta es la belleza de mi piel y de mi carne". El príncipe quedó pasmado. No le dijo una palabra. Se postró a sus pies y la trató como a una madre. Se quitó sus atuendos principescos y se retiró a los bosques. Su corazón se había llenado de intenso Vairagya. Pidió protección a un sabio, obtuvo sus enseñanzas, practicó meditación rigurosa y logró el conocimiento del Ser.

### Historia del Yogi Vemanna

Vemanna nació en el año 1820, en un pueblo pequeño, en el distrito de Godavari (Andhradesa). Tenía un hermano llamado Ramanna. Sus padres murieron cuando era muy joven. Pertenecía a una familia rica. Era un Reddy por casta.

Vemanna fue enviado a la escuela primaria. No era capaz de llevar adelante sus estudios. Cayó en mala compañía y se volvió un joven pendenciero. Pero era muy apuesto y activo. Ramanna y su esposa Jagadishvari querían mucho a Vemanna. A los quince años, Vemanna se volvió lujurioso. Gastó mucho dinero en mujeres. Aún así su hermano y hermana política lo querían mucho.

Ramanna y su esposa querían corregir la conducta de Vemanna. Dejaron de darle dinero. Entonces Vemanna una noche robó las joyas de su cuñada y se las dio a una prostituta. Cuando la cuñada se dio cuenta de la desaparición de las joyas, preguntó a Vemanna: "¿Adónde están mis joyas?" Vemanna respondió: "Lo que no me diste dinero, las tomé y se las di a mi amada". Ella no dijo una palabra. Ni siquiera le informó a su marido de la pérdida de las joyas. Quería mucho a Vemanna; así que guardó todas sus joyas bajo llave en la caja fuerte.

La prostituta instó a Vemanna a traerle más dinero y ornamentos. Así que otra vez al caer la noche Vemanna se levantó de su cama y trató de sacarle algunas de las joyas del cuello de su cuñada. Ella sólo tenía puesto el colgante sagrado que se coloca en el cuello en el momento del matrimonio. Vemanna quería retirar al menos este ornamento. Cuando estaba intentando retirarlo, ella se despertó, le tomó la mano y le preguntó por qué había ido a su dormitorio a mitad de la noche. Él respondió sin escrúpulos: "Mi amada me pidió que le llevara algunas joyas, así que vine a tomarlas". Ella le pidió a Vemanna que se fuera de la habitación inmediatamente. Entonces él lloró y cayó a sus pies. Jagadishvari rogó a Dios para que le diera a Vemanna buen Buddhi (intelecto) y que lo convirtiera en un alma pura y virtuosa. Vemanna prometió obedecerle. Le aseguró que lo haría.

Jagadishvari dijo: "Vemanna, pide a la joven que se pare desnuda delante de ti. Que deje su parte posterior hacia atrás. Entonces pídele que se agache y tome las joyas de tus manos pasando las tuyas entre sus piernas". Vemanna prometió hacerlo y llevó los ornamentos a la casa de la prostituta.

Le pidió que hiciera lo que su cuñada le había dicho. Mientras se estaba agachando, vio sus partes íntimas muy evidentemente. Inmediatamente Vairagya apareció en su mente. Regresó a su casa con los ornamentos en sus manos y relató todo lo que había ocurrido a su hermana política. Dijo: "Mi querida cuñada, muchas gracias por todo lo que has hecho por mí. Soy un hombre cambiado ahora. No hay felicidad verdadera en este mundo. Son todas ilusiones de Maya. Ahora voy a buscar la verdadera felicidad". Dejó la casa inmediatamente y fue a un templo de Kali cerca de su pueblo y se sentó cerca de la imagen de Kali.

Sucedió entonces que un hombre llamado Abhiramayya había estado rogando a Kali por su Darshan durante muchos años. Un día Ella apareció en su sueño y le dijo: "Ven mañana a medianoche. Te daré el Darshan". Pero el desafortunado devoto no pudo ir al día siguiente. Cuando Kali apareció, Vemanna estaba ahí. Pidió a Vemanna que le pidiera un don. Vemanna dijo: "¡Oh madre! Dame Brahma Jnana". Entonces la Madre Kali lo inició en los misterios del Jnana. Desde ese día, Vemanna se convirtió en un hombre virtuoso con gran devoción, poderes yóguicos y Jnana.

En su andar errante, Vemanna llegó a Cuddappah. Vivió en un bosque cercano. Plantó varios árboles frutales, melones, pepinos, etc. Los pepinos estaban llenos de oro. Vemanna construyó con ese oro un templo dorado en Sri Sailam. Hoy este templo dorado de Sri Sailam contiene el famoso Jyotirlinga de Mallikarjuna. Es un lugar famoso de peregrinación. Un día algunos ladrones fueron a robar los pepinos que contenían oro, pero cayeron sin sentido debido a los poderes yóguicos de Vemanna.

Una vez, Vemanna pasó la noche en la casa de campo de un Brahman pobre y durmió en su cama. Vemanna respondió a la llamada de la naturaleza en la misma cama. Esa parte de la cama que fue manchada por la deposición se convirtió en oro.

Vemanna dejó su cuerpo físico en 1865. Escribió algunos libros sobre Yoga en telugu, de los cuales los principales son Vemanna-Tattva-Jnanam y Vemanna - Jivamritam.

### **Historia de un Sirviente**

Narendra Singh Bahadur, el rey de Indrapur, tenía un sirviente llamado Hira Singh. Hira Singh resolvió abrir el tesoro del rey y robar los ornamentos y el oro. Entonces un día, al caer la noche, entró a los aposentos de Narendra Singh en su paso hacia el tesoro, cuando por casualidad escuchó una conversación entre el rey y la reina. Lalitakumari, la reina, preguntó al rey: "¿Cuándo vas a dar en matrimonio a nuestra hija Suratkumari? La niña ha crecido. No podemos posponer más el casamiento". El rey respondió: "He hecho todo lo posible durante los últimos dos años, pero no he podido conseguir el candidato apropiado". La reina no pensaba aceptar tal respuesta, así que presionó al rey una y otra vez para que cediera ante su deseo. Finalmente el rey dijo: "Lalita, mañana por la mañana daré a Surat en matrimonio junto con la mitad de mi propiedad al primer yogui que encuentre en el bosque que está cerca de aquí".

Hira Singh, que había estado todo el tiempo escuchando atentamente esta conversación, pensó para sí: "¿Por qué entonces llevar adelante este intento peligroso? Si me atrapan, seré duramente castigado. Mejor voy al bosque y me siento como un yogui. Obtendré a la joven y la mitad del reino muy fácilmente". Inmediatamente se vistió como un yogui, se



dirigió al bosque y se sentó en Padmasana con ojos cerrados como si estuviera en Samadhi. No movió el cuerpo lo más mínimo. A la mañana siguiente el Rey fue al bosque y llegó adonde este yogui estaba sentado. Esperó por mucho tiempo. El yogui no abrió los ojos. Daba la impresión de que estaba sumergido en Samadhi. Después de una hora, abrió los ojos. El Rey se postró a sus pies y le pidió de todo corazón que visitara el palacio. El yogui finalmente se dignó a hacerlo.

El Rey llevó al yogui al salón de Durbar, lo sentó en el gaddi, y lavó sus pies. El rey lo estaba abanicando. Luego imploró al yogui con las palmas juntas: "Oh poderoso yogui, Alma bendita, tenemos una niña hermosa. Acéptela bondadosamente en matrimonio junto con la mitad de mi propiedad". De repente el yogui experimentó verdadero discernimiento. Hira Singh, que sólo llevaba el disfraz de un santo, comenzó a pensar muy sentida y seriamente: "El rey y la reina me están honrando simplemente porque llevo la vestimenta de un yogui. ¿Si fuera un yogui y santo con virtudes divinas y con Conciencia de Dios, cuánto más estimado y honrado sería no sólo por este pequeño rey, sino por incontables reyes, emperadores y reinas, y cuántas princesas y reinos adquiriría?" Inmediatamente dejó el gaddi y el palacio con su mente cambiada. La gracia de Dios había descendido sobre él. Su corazón se estaba quemando con intenso Vairagya debido al discernimiento. Lágrimas de júbilo inundaron sus ojos. Sus vellos se pusieron de punta. Ningún objeto sensual del mundo podía tentarlo ahora. Se retiró a los densos bosques con un corazón lleno de justa aversión hacia el mundo, practicó meditación intensa y persistente, y logró la Conciencia del Ser.

### **Historia del Señor Buda**

Hace aproximadamente 2500 años vivía en el Norte de India un Rey llamado Suddhodhana. Tenía un hijo conocido como Gautama, un joven fino y apuesto. A los dieciséis años éste se había casado con la hermosa joven Yasodhara y tenía un pequeño hijo llamado Rahula. Vivía en un palacio encantador donde disfrutaba de todo el esplendor y los placeres que correspondían a un príncipe real.

Con excepción de que estuvo casado entre los dieciséis y los veintinueve años llevando una vida de hombre de familia, no puede decirse mucho más sobre la juventud de Gautama, quien estaba destinado a brillar como una estrella polar en el firmamento espiritual del mundo.

El príncipe Gautama, también llamado Siddhartha, había sido siempre un muchacho sabio y atento. Era apacible en su forma de hablar, bondadoso, y lleno de piedad hacia todos los seres vivos. Una hermosa mañana en que acompañó a su padre a dar un paseo a caballo, se sentía muy contento y feliz. Pero al momento siguiente vio a un campesino golpear a un pobre buey que tenía una llaga en el lomo hasta hacerlo caer con intenso dolor y agonía. Un poco más lejos, mientras seguían paseando, vio a un halcón hambriento comer a una paloma. Luego vio a otra paloma comer algunas moscas. Gautama volvió a casa lleno de pena.

Después de algunos días, Gautama tuvo un sueño. Vio a un hombre débil y viejo, incapaz de caminar, que apenas podía mantenerse en pie, gimiendo bajo el peso de la vejez. Y una voz le dijo: "¡Tú también te volverás viejo y débil como este anciano, Oh Gautama!"

Vio a un hombre sufrir de una grave enfermedad y llorar en voz alta, incapaz de soportar el dolor que lo torturaba. Y la voz le dijo: "Tú también enfermarás así y te llenarás de dolor, Oh Gautama". Entonces vio otro hombre muerto, tendido en el suelo. Y la voz una vez más dijo: "Tú también debes morir un día, Oh Gautama".

Un supremo Vairagya surgió entonces en Gautama. Se dio cuenta de la completa transitoriedad de la vida y dejó su residencia, esposa y niño junto con todos los goces y placeres de la vida, se retiró al bosque y se convirtió en un asceta. Durante siete años completos vivió en los bosques tratando de encontrar algún medio para poner fin al dolor, la maldad y el sufrimiento del mundo entero, para buscar algo superior y más noble que los objetos de los sentidos condicionados por el tiempo.

Así, nos enteramos de que la razón para la renuncia de Siddhartha fue su profunda convicción de que toda felicidad y placeres mundanos son fugaces, y su intenso anhelo por conseguir la paz y la calma a las que nada pudiera perturbar o ponerle fin. Por supuesto que al principio buscó esto sólo para sí, pero después pensó que lo que le había dado paz y calma a él sería igualmente beneficioso para otros.

Una noche cuando estaba meditando bajo el árbol Bodhi (el árbol de la condición de Buda), experimentó la Verdad. Se dio cuenta de que la vida del hombre está llena de sufrimiento, que el deseo es la razón del sufrimiento, que el sufrimiento puede ser eliminado poniendo fin a todos los deseos, y que el deseo puede ser extinguido mediante el pensamiento recto, la palabra recta y la acción recta. A partir de ese día memorable, llegó a ser conocido como Buda o el "Iluminado".

Buda fue uno de los hombres más nobles y más buenos que alguna vez haya vivido. Su religión es llamada Budismo. Enseñó al mundo a ser bueno y amable hacia todos los seres incluyendo animales y criaturas que se arrastran, y que era una maldad lastimar a alguien. Tuvo muchos seguidores. Incluso hoy el Budismo es considerado como una gran religión por todos los hombres de pensamiento correcto.

### **Historia del Rey Bhartrihari**

Una vez, cuando el Rey Bhartrihari estaba en su trono, un gran Tapasvin o Rishi llegó a su corte. Inmediatamente Bhartrihari se levantó, se prostró ante el Tapasvin y comenzó a servirlo de varias maneras. El sabio, sumamente complacido con el comportamiento del Rey, le dio una fruta que podía otorgar inmortalidad y paz a quien la comiera.

El Rey Bhartrihari tenía una reina muy hermosa a la que estaba muy apegado y que amaba profundamente. Pensó que la única persona que se merecía esta fruta era su joven reina y nadie más, y por lo tanto le llevó este regalo de Dios y se lo ofreció. Sin embargo, a pesar de que era muy querida por el rey, esta joven reina tenía un amante que era el cochero que la llevaba a todas partes. Entonces, le llevó esta fruta y se la dio. A su vez el cochero amaba a una prostituta, así que le dio la fruta a ella.

Pero la prostituta pensó que la única persona que se merecía esta fruta era el mismo Rey Bhartrihari; entonces tomó esta fruta en sus manos, fue al palacio del Rey y se la ofreció. El Rey Bhartrihari estaba perplejo. ¿Cómo había sido posible que esta prostituta obtuviera la fruta que era posesión legítima de su reina? Era incapaz de resolver este enigma.

Después de pensar y deliberar profundamente, pudo resolver el misterio él solo. Justo antes de este incidente, el hermano de Bhartrihari, que se había enterado del amor de la reina por el cochero, le había dicho que la reina era una mujer impura y que era una gran vergüenza para el nombre de la familia real tener como reina en el palacio a una mujer que amaba secretamente al cochero. Pero la joven reina se mostró imperturbable ante la situación, presentó pruebas para refutar la validez del cargo en su contra y llegó a influenciar al rey para que exiliara a su hermano. Después de una exhaustiva investigación con respecto a todo el tema, con toda la pericia de la que disponía, Bhartrihari llegó a la conclusión de que, después de todo, el cargo que había elevado su hermano contra su reina era cierto y que había sido engañado por una mujer, hasta llegar al extremo de exiliar a su propio hermano que lo quería tanto y que había protegido el buen nombre de la familia real cuidándolo afanosamente de toda sospecha y mancha.

Entonces, verdadero Vairagya surgió en el rey. Pensó que no había nada en el mundo que fuera muy querido para otro, ni siquiera la propia esposa, el hermano o el amigo. Se convenció de que, a decir verdad, éstos son los verdaderos enemigos de uno. Sintió extrema aversión hacia el mundo y sus placeres, inmediatamente dejó su reino, esposa y niños y se retiró a los bosques para llevar una vida de Sannyasin. Practicó meditación profunda por años y finalmente obtuvo el Conocimiento del Ser. Escribió un libro conocido generalmente como "Vairagya Satakam de Bhartrihari, o Las cien estrofas de la renuncia", un examen que causará la aversión inmediata hacia todas las cosas mundanas, hará que renuncie a todo y lleve una vida de solitario.

## **Historia de Yayati**

Había una vez un rey sabio llamado Yayati, que vivió durante 1.000 años, disfrutando de todos los placeres que un rey de su posición podía exigir. Cuando la vejez lo atacó, y todavía tenía gran deseo de disfrutar de los placeres reales durante algunos años más, pidió a sus hijos que asumieran esa vejez y a cambio le dieran su juventud, asegurándoles que después de otros 1.000 años les devolvería la juventud y recuperaría su

decrepitud. Ninguno de ellos estuvo dispuesto a aceptar la propuesta excepto su hijo más joven, Puru.

Puru dijo con toda humildad que estaba totalmente dispuesto a hacer lo que su padre deseaba, entonces le dio su juventud y tomó a cambio su vejez y su consecuente debilidad. Yayati, que estaba enormemente encantado con su nueva juventud, comenzó a disfrutar otra vez de los placeres sensuales. Se divirtió todo lo que pudo según sus deseos sin infringir los preceptos de la religión. Era muy feliz, pero solamente un pensamiento lo molestaba y ése era que los mil años terminarían pronto.

Cuando el tiempo fijado llegó a su fin, el Rey dijo a su hijo Puru: "Oh hijo, he disfrutado con tu juventud colmando mis deseos al límite de mi capacidad, y todo de acuerdo con las estaciones. Pero los deseos nunca mueren. Nunca se sacian mediante su satisfacción. Son avivados por la indulgencia como el fuego del sacrificio cuando se le echa ghee. Si uno se convirtiera en el señor único de toda la tierra con sus arrozales, cereales, gemas, animales y mujeres, aún así no lo consideraría suficiente. Por lo tanto, uno debe abandonar la sed por el disfrute. La sed por los goces, que es difícil de abandonar para el licencioso, que no se debilita incluso cuando la vida se debilita, es realmente una enfermedad fatal en el hombre. Liberarse de esta sed es la verdadera felicidad. Mi mente fue dada a los placeres de la vida durante mil años completos. Mi sed por ellos, sin embargo, no se ha reducido, se incrementa día a día. Por lo tanto, me liberaré de ella. Fijaré mi mente en Brahma, y pasaré el resto de mis días en el bosque en paz y desapegado junto con los inocentes ciervos". Habiendo dicho esto, instaló a Puru en el trono después de haberle devuelto su juventud y se retiró al bosque para llevar la vida de un asceta.

## **Historia de Hemachuda**

En tiempos remotos, había un rey llamado Muktachuda. Gobernaba el reino de Dasarna. Tenía dos hijos, Hemachuda y Manichuda. Eran muy hermosos y virtuosos. Tenían buen comportamiento y conducta. Eran también muy competentes en todas las artes. Los dos bien armados fueron de cacería a la montaña Sahya junto con sus asistentes. Les dispararon a muchos tigres y animales salvajes. De repente hubo una terrible tormenta de arena. Una oscuridad inmensa prevaleció. No se podía ver a otra persona.

Hemachuda se las arregló como pudo para llegar a la ermita de un sabio, llena de árboles frutales. Vio a una hermosa joven en el ashram. Estaba sorprendido de ver a esa muchacha intrépida en un bosque apartado. Le preguntó: "¿Quién eres? ¿Quién es tu padre? ¿Por qué estás aquí sola? ¿Cómo has desarrollado tanto valor?". La joven respondió amablemente: "Bienvenido, Oh príncipe. Toma asiento. Descansa un poco. Pareces estar muy cansado. Ten a bien comer estas frutas y nueces. Te relataré mi historia". El príncipe comió las frutas y las nueces, y descansó durante un tiempo.

La jovencita dijo entonces: "Oh príncipe, escucha mi historia con abstraída atención. Soy la hija divina del sabio Vyaghrapada, que es adorado por todos, que ha conquistado el mundo mediante sus severas austeridades, y que ha logrado la liberación. Mi nombre es Hemalekha. Vidyutprabha, una ninfa celestial de belleza incomparable y de esplendor indescriptible fue un día al río Vena para tomar un baño. Sushena, el rey de los Vengas, también había ido al río. La belleza encantadora de Vidyutprabha cautivó a Sushena. La ninfa celestial estaba también enamorada de la figura apuesta del rey. Sushena declaró su amor a Vidyutprabha. Ella respondió. El rey pasó un tiempo con ella. Después regresó a su capital.

Vidyutprabha pronto dio a luz a una niña. Dejó a la niña allí donde estaba, temerosa de su marido, y se fue a su morada. Yo fui esa niña. Vyaghrapada fue al río para sus abluciones diarias. Me vio y tuvo compasión de mí. Me crió de la misma manera que una madre. Lo miro como mi padre. Lo sirvo con reverencia. Mediante su gracia me he vuelto intrépida aquí. Mi padre regresará ahora. Por favor espera un poco. Ríndele tus respeto y obtén sus bendiciones". La niña inteligente comprendió el corazón del príncipe y dijo: "Oh príncipe, no te desalientes. Tu deseo puede ser satisfecho. Mi padre te concederá lo que desees".

Inmediatamente el sabio Vyaghrapada entró con flores para la adoración. El príncipe se levantó y se postró ante el sabio. El sabio comprendió que el príncipe estaba enamorado de la joven. Entonces le dio a Hemalekha en matrimonio. El príncipe regresó con ella a su ciudad. Su padre estaba encantado. Celebró su matrimonio con toda pompa y esplendor.

El príncipe adoraba a Hemalekha enormemente. Estaba muy apegado a ella. Pero notaba que ella era algo indiferente a los placeres sensuales. Un día le preguntó "¿Oh Hemalekha querida, ¿qué es lo que está mal contigo? Estoy muy apegado a ti. ¿Por qué no correspondes mi amor? Nada parece tener efecto en ti. Eres desapasionada. ¿Cómo puedo disfrutar cuando tienes tal actitud mental? Te sientas siempre con ojos cerrados como una estatua. No te ríes, juegas ni bromeas conmigo. Di lo que sientes. Sé franca".

Hemalekha respondió respetuosamente: "Oh príncipe, escúchame. ¿Qué es el amor? ¿Qué es la aversión? Debido a que esto no está claro para mí, estoy siempre reflexionando sobre ello. No he llegado a ninguna conclusión positiva. Por favor ilústreme en este punto. Te lo ruego".

Hemachuda respondió con una sonrisa: "Es cierto que las mujeres poseen una mente inocente. Hasta los animales comprenden lo que es amor y lo que es aversión. Vemos que les gustan las cosas amenas y no les gustan los objetos desagradables. La belleza nos da placer; la fealdad nos da dolor. ¿Por qué malgastas tu tiempo en esto todos los días?"

Hemalekha respondió: "Es cierto que las mujeres no tienen ningún poder independiente para pensar. ¿Así que no es tu deber aclarar mis dudas? Si arrojas luz sobre este pensamiento, lo dejaré y estaré siempre apegada a ti. Oh Príncipe, dijiste que atracción y aversión o amor y odio surgían de los objetos que nos dan placer y dolor. Pero el mismo objeto nos da placer y dolor según el momento, las circunstancias y el entorno. ¿Cuál es tu decisión entonces? Ten a bien darme tu precisa respuesta. El fuego es muy agradable en invierno pero en verano es terrible. Uno no puede acercarse al fuego. El mismo fuego da placer en países fríos y dolor en países calurosos. La cantidad de fuego nos da resultados diferentes. Un caso similar es el de la riqueza, la esposa, el hijo, la madre, el país, etc. Ellos producen seguros sufrimientos y miseria. ¿Por qué es que tu padre Muktachuda, a pesar de poseer una riqueza inmensa, hijos y esposa, está siempre afligido? Los demás son muy felices incluso sin esto. La felicidad mundana está mezclada con miseria, dolor, miedo y preocupación. Así que no puede ser llamada felicidad en absoluto. La miseria es personal e impersonal, o interna y externa. La externa es causada por el impacto de los elementos sobre el cuerpo. La interna nace del deseo. Tiene conexión con la mente. De estas dos, la interna es más temible. Es la semilla o la causa de todos los sufrimientos. El mundo entero está ahogado en tal miseria interna. El árbol llamado miseria tiene al deseo como la poderosa semilla que nunca falla. Incluso Indra y otros dioses son impelidos por el deseo. Siguen sus instrucciones día y noche. Si no hay ningún deseo, no puedes experimentar placer. Incluso los insectos, los gusanos y los perros disfrutaban tal mezcla de felicidad y miseria. ¿Piensas que la felicidad del hombre es superior a la de ellos? La felicidad de los insectos es superior a la del hombre. Porque el deseo no está mezclado en sus placeres es absoluto. Mientras que el hombre encuentra un poco de placer en medio de miles de deseos insatisfechos. Esto no puede ser llamado felicidad. El hombre se siente feliz abrazando a su esposa, pero presionando sus miembros demasiado se siente incómodo. Después de jugar, están exhaustos. ¿Qué felicidad tienes en estos perecederos objetos sensuales? Ten a bien explicármelo. ¡Oh príncipe! Este tipo de felicidad es disfrutada incluso por perros, burros y cerdos. Pero si dices que eres feliz mirando mi belleza física, esta felicidad es tan imaginaria e ilusoria como abrazar a una mujer en sueños.

"Cierta princesa apuesto tenía una esposa muy hermosa. Estaba muy apegado a ella. Sin embargo ella estaba enamorada del sirviente del príncipe. Engañaba al príncipe por medios horribles. El criado ponía algunas drogas intoxicantes en el vino del príncipe. Entonces mandaba a una fea doncella para que estuviera con el príncipe. Mientras tanto él se divertía con la princesa. El príncipe, bajo el efecto de la embriaguez, pensaba: "Soy muy afortunado. He conseguido la dama más hermosa en el mundo entero". Así pasaron muchos días. Un día el criado se olvidó de mezclar el narcótico con el vino. El príncipe tampoco bebió mucho ese día. Cuando cayó víctima de la pasión, se unió con la fea mujer. Descubrió entonces que era una criada y le preguntó adónde estaba su querida esposa.

"La mujer se mantuvo silenciosa al principio. Entonces el príncipe sacó la espada y la amenazó con matarla si no revelaba toda la verdad. Ella le dijo todo y lo llevó adonde su hermosa esposa estaba con el criado. El príncipe dijo "¡Qué tonto soy! Me he degradado bebiendo. Cualquiera que vuelque demasiado amor en una mujer, se vuelve despreciable. Así como un ave no se fija a ningún árbol, tampoco la mujer se apega a un hombre. Tiene una mente inconstante e inestable. Me he convertido en una bestia. He perdido mi poder de discernimiento. Consideraré a mi esposa más valiosa que mi propia vida. Un hombre que está apegado a una mujer y que se rinde ante ella es un verdadero burro. La belleza de la mujer es evanescente como el cielo otoñal. No conocía la naturaleza de la mujer hasta ahora. Ella se ha ido con ese sucio criado y me ha dejado, siendo que estoy siempre apegado a ella y que le soy fiel. Fingió mostrarme amor de la misma manera que una actriz dramática. Fui engañado. El sirviente es feo en todos sus miembros. ¿Qué belleza encuentra en él?" El príncipe sintió disgusto por todo. Dejó el reino y se retiró a un bosque".

Hemalekha continuó: "Por lo tanto, príncipe, la belleza es una creación mental solamente. La belleza nace de la mente. La belleza es el resultado de la concepción mental. Así como contemplas belleza en mí, otros encuentran el mayor encanto inclusive en una mujer fea. Al ver a una mujer, su reflejo es moldeado en el espejo de su mente; si un hombre piensa en esta belleza constantemente, el deseo es estimulado en esa parte del cuerpo que está sujeta a impulsos. Aquel hombre en el que el deseo es así estimulado disfruta del placer sensual, mientras que a aquél cuyo deseo no es estimulado no le importa siquiera ver a la mujer más hermosa. Esto se debe a que uno piensa continuamente en la belleza o la mujer, mientras que los niños y ascetas no piensan en ello. En consecuencia no tienen ningún deseo por los placeres sensuales. Aquellos que encuentran placer en compañía de una mujer en particular crean la belleza de acuerdo con sus ideas mentales, ya sea que se trate de una mujer fea o de la más hermosa. Proyectan en la mujer sus propias ideas de belleza. Si preguntas cómo puede encontrarse belleza en una mujer fea y cómo puede haber goce sin belleza, puedo decirte solamente que el hombre apasionado, en su capricho amoroso, está ciego. Cupido es pintado ciego. El hombre apasionado encuentra la belleza de Rambha en la mujer más fea. No puede haber ninguna belleza sin deseo. Si la belleza es natural de la misma manera que lo es la acidez, la dulzura o la amargura en las distintas sustancias, entonces ¿por qué no la ven los niños y los bebés? Por lo tanto, es sólo la mente la que crea la belleza.

"¡Las personas piensan que es hermoso este cuerpo físico compuesto de carne, lleno de sangre, construido con nervios, cubierto de piel, con una parrilla de huesos, invadido por vellos, lleno de bilis, flema, una caja de excreta y orina, hecho de sangre y semen, nacido a través de la vía urinaria! ¿Cómo pueden esas personas, que encuentran placer en esto, ser superiores a los gusanos nacidos en la inmundicia? Oh príncipe, tú encuentras bello mi cuerpo físico. Sólo analiza este cuerpo por partes y piensa en cada una de ellas. Piensa en cada parte de las cosas que

consideras dulces y deliciosas. Todas las cosas que comemos se transforman en excremento abdominal. Siendo así, ¿qué es lo adorable y encantador?"

Hemachuda escuchó con gran atención e interés las instrucciones de Hemalekha, semejantes al néctar. Desarrolló firme Vairagya y Viveka, meditó en el Atman pura e inmortal y se liberó. Manichuda también aprendió la Verdad de su hermano; Muktachuda de su hijo y su nuera. Los Ministros y los ciudadanos de ese pueblo se volvieron sabios. Incluso los loros repetían palabras de sabiduría en ese pueblo. El sabio Vamadeva y otros notaron que todos en ese pueblo, incluyendo animales y aves, eran eruditos y sabios, y llamaron a la ciudad "Vidyanagara", la ciudad de la sabiduría.

---

## Apéndice

### PRASNOTTARI de Sri Sankaracharya

P. 1. ¿Quién está realmente esclavizado?

R. Aquél que está apegado a los objetos de los sentidos.

P. 2. ¿Qué es la liberación?

R. Desapego de los objetos mundanos.

P. 3. ¿Cuál es el infierno más horrible?

R. Tu propio cuerpo.

P. 4. ¿Cuál es el sendero al cielo?

R. La aniquilación total de todos los deseos.

P. 5. ¿Cuál es la puerta del infierno?

R. La mujer.

P. 6. ¿Qué es lo que conduce al cielo?

R. La no violencia y la inocencia ante todas las criaturas.

P. 7. ¿Quiénes son los enemigos?

R. Nuestros propios Indriyas. Son nuestros amigos cuando son subyugados.

P. 8. ¿Quién es muy pobre?

R. El que tiene muchos deseos.

P. 9. ¿Quién es rico?

R. Él que tiene satisfacción.



- P. 10. ¿Qué es el néctar?  
R. El deleitable estado en el que no hay deseos.
- P. 11. ¿Cuál es la cadena que nos ata?  
R. El sentido egoísta de "lo mío" y "lo tuyo".
- P. 12. ¿Qué es lo que embriaga como si fuese vino?  
R. Una mujer.
- P. 13. ¿Quién es el más ciego?  
R. El que está estimulado por la lujuria.
- P. 14. ¿Cuál es el más mortal de todos los venenos?  
R. Todos los goces sensuales.
- P. 15. ¿Quién es siempre miserable?  
R. El que está apegado a los goces mundanos.
- P.16. ¿Qué es lo que está fuera del alcance de todo conocimiento?  
R. El corazón de una mujer y sus acciones.
- P. 17. ¿Quién es una bestia?  
R. El que no tiene conocimiento.
- P. 18. ¿Qué compañía debemos evitar?  
R. La compañía de los tontos, del mezquino, del malicioso y del malvado.
- P. 19. ¿Cuál es la raíz de la degradación?  
R. Pedir.
- P. 20. ¿Cuál es la raíz de la grandeza?  
R. No pedir nunca.
- P. 21. ¿Quién nace realmente?  
R. El que no renace otra vez.
- P. 22. ¿Quién está realmente muerto?  
R. El que no va a morir otra vez.
- P. 23. ¿Quiénes son los mayores enemigos?  
R. Kama (el deseo), la cólera, la falsedad, la codicia y el capricho.
- P. 24. ¿Qué es lo que nunca se sacia mediante el disfrute?  
R. El deseo (la lujuria).
- P. 25. ¿Cuál es la raíz de todas las miserias?  
R. El sentido de "lo mío" o del "yo".

P. 26. ¿Quiénes son los verdaderos ladrones?

R. Los deseos malvados.

P. 27. ¿Cuál es la mayor de las bestias?

R. El que no cumple con sus deberes y no tiene conocimiento del Ser.

P. 28. ¿Qué es más fugaz que un relámpago?

R. La riqueza, la juventud y la vida.

P. 29. ¿En qué debemos pensar constantemente?

R. En la naturaleza ilusoria del universo y la existencia de Brahman.

P. 30. ¿Cuál es la verdadera acción?

R. La que agrada al Señor Krishna.

---

### Consejo del Señor Buda

El Señor Buda describe el sufrimiento que los hombres soportan. "La trasmigración (Samsara) de los seres, oh mendicantes", dice, "tiene su comienzo en la eternidad. No se encuentra la apertura por la que aparecieron, para ser después descarriados por la ignorancia, esclavizados por la sed de la existencia, extraviados en su deambular. ¿Qué creen, oh mendicantes, que es mayor, el agua de los cuatro grandes océanos o las lágrimas que han salido a borbotones y han sido derramadas mientras vagaban por mal camino en esta larga trasmigración, y lloraron y lloraron, porque aquello que odiaban era su lote, y lo que amaban no lo era? La muerte de una madre, de un padre, de un hermano, de una hermana, de un hijo o de una hija, la pérdida de las relaciones, la pérdida de las propiedades, todo eso han experimentado durante largas edades. Y mientras ustedes experimentaban esto a lo largo de mucho tiempo, más lágrimas que toda el agua que está en los cuatro grandes océanos han salido a borbotones y han sido derramadas durante ese largo peregrinar, y lloraron y lloraron porque eso que odiaban era su lote y lo que adoraban no lo era".

"Un hombre sabio debe evitar la impureza como si fuera un infierno en llamas de brasas ardientes; el que no puede vivir en un estado de celibato, no debe cometer adulterio".

"Nunca te asocies con objetos amados o poco queridos;

No ver al amado y ver al no querido da sufrimiento.

Por lo tanto, no consideres a nadie querido, porque su pérdida es perjudicial;

Ninguna atadura tienen aquellos para los que nada es querido o no querido.

De lo que se ama nace el pesar, del amado nace el miedo;  
Para el hombre eximido de amar algo no hay pesar, mucho menos miedo.  
Del cariño nace el pesar, del cariño nace el miedo;  
Para el hombre liberado del cariño no hay pesar, mucho menos miedo.  
Del placer nace el pesar, del placer nace el miedo;  
Para el hombre liberado del placer no hay pesar, mucho menos miedo.  
Del deseo nace el pesar, del deseo nace el miedo;  
Para el hombre liberado del deseo no hay pesar, mucho menos miedo".  
"¿Qué risa, qué placer hay, si siempre se está quemando?  
¿Acaso no buscas una lámpara cuando te envuelve la oscuridad?  
Contempla la figura multicolor, la montaña de heridas.  
Cuando estás afligido y lleno de deseo, no hay firmeza ni estabilidad.  
Este cuerpo es decrepito, nido de enfermedades, decadente.  
El cuerpo podrido se está deteriorando, porque la vida termina con la muerte.  
Estos huesos grisáceos, que son calabazas arrojadas en otoño,  
Después de haberlos visto, ¿qué placer queda?  
La muerte lleva al hombre preocupado mientras recoge flores,  
como una fenomenal inundación lleva a un pueblo dormido.  
El dios de la muerte toma el poder del hombre preocupado mientras recoge flores,  
cuando está debilitado debido a la lujuria".

—*Dhammapada*

---

### **Selecciones del Viveka-Chudamani de Sri Sankaracharya**

1. El hombre que con mucha dificultad logra un nacimiento humano, con un cuerpo masculino y conocimiento de las escrituras, y después no se

esfuerza por alcanzar la liberación, debido a la ilusión, se suicida, porque se destruye apegándose a objetos irreales.

2. ¿Qué mayor tonto puede haber que el hombre que, después de haber obtenido un infrecuente nacimiento humano y también un cuerpo de varón, no se ocupa de conseguir el objetivo de su vida?

3. Vairagya es el deseo de abandonar todos los goces temporales desde el cuerpo físico hasta Brahma, el Creador, habiendo conocido sus defectos y fallas mediante la observación, escuchando, etc.

4. Esos tontos están atados a los objetos de los sentidos mediante los gruesos cordones del apego, muy difíciles de romper; así que son forzados por el mensajero, su propio Karma, a ir al cielo, la tierra o el infierno.

5. Los venados, el elefante, la polilla, los peces y la abeja negra, los cinco se encuentran con su muerte debido a que están atados a uno u otro de los cinco sentidos, debido al apego. ¡Qué se puede decir entonces del hombre que está atado por todos los sentidos juntos!

6. En cuestión de virulencia, los objetos de los sentidos son más fatales incluso que el veneno de la cobra. El veneno mata al que lo bebe, pero los objetos sensuales pueden matar al que tan sólo los mira.

7. Sólo es apto para la liberación aquél que está libre de la terrible esclavitud del anhelo por los objetos sensorios, tan difícil de dominar; nadie más es apto, aunque sea muy versado en los seis sistemas de filosofía.

8. Aquellos buscadores de la liberación que están dotados solamente con un desapego (Vairagya) aparente y se esfuerzan por cruzar el océano del Samsara o la existencia condicionada se vuelven presa del deseo intenso y son tomados por el cuello, arrastrados por la fuerza y ahogados.

9. Aquél que ha matado al deseo con la espada del desapego supremo y juicioso, cruza el océano del Samsara sin obstáculos.

10. Sabe que la muerte sorprende, rápidamente, al hombre tonto que sigue el fatal sendero del placer sensual; pero quienquiera recorra el sendero recto bajo la instrucción de un Guru que se ocupe de su bienestar espiritual, logra su fin mediante su propio razonamiento, esta es la verdad.

11. Si realmente tienes un gran deseo de liberación, aléjate de los objetos sensorios a una buena distancia como si fueran veneno y desarrolla cuidadosamente las virtudes que se asemejan al néctar; satisfacción, compasión, perdón, sinceridad, tranquilidad y auto-control.

12. Cualquiera que alimente con apego y disfrute su propio cuerpo, que es un objeto para chacales, peces y buitres, y hace caso omiso de aquello que siempre debería buscar, la liberación de la esclavitud de la ignorancia sin comienzo, comete suicidio.

13. El que quiere lograr conciencia del Ser nutriendo su cuerpo es como quien cruza un río tomándose de un cocodrilo, creyendo que es un tronco.

14. Para quien desea la liberación, el apego a cosas tales como el cuerpo es la muerte misma. Sólo el que está libre de tal apego está apto para la liberación.

15. Conquista el apego por objetos tales como el cuerpo, la esposa, los niños, etc. Los sabios que lo conquistan logran el estado supremo de Vishnu.

16. Este cuerpo grosero es condenable, porque está formado de piel, carne, sangre, arterias, venas, grasa, médula y huesos y está lleno de inmundicia.

17. El cuerpo físico tiene restricciones respecto a casta y orden de la vida. Está sujeto a distintas enfermedades. Algunas veces es venerado y honrado, otras es censurado e insultado.

---

## **El palacio misterioso de Brahman**

El albañil construye una casa de piedras, ladrillos pequeños, cal y cemento. Usa grandes trozos de piedra en la construcción de las paredes principales y pone ladrillos pequeños y guijarros para llenar las hendiduras, enyesa la pared con cal y finalmente extiende una capa de cemento. Saca lustre a la pared con los últimos toques y al final la pinta para atraer los ojos. Así también, el Arquitecto Divino, Dios, ha construido este cuerpo humano con la ayuda de Prakriti. Los huesos representan las piedras grandes; los músculos representan los guijarros; la grasa los ladrillos; la dermis o piel blanca la cal; la piel o la epidermis el cemento; el pigmento de la piel la pintura. Mira la destreza maravillosa del Ingeniero Divino, Ingeniero de todos los ingenieros. Los músculos están fijados a los huesos por medio de tendones. Las articulaciones son conservadas intactas por los ligamentos. La acumulación de grasa embellece y da buena forma a los miembros, el tronco y el abdomen. El pigmento en la piel atrae los ojos de los que lo miran y las personas son engañadas por la falsa belleza del cuerpo percedero. Se aferran a este cuerpo y debido a este apego están envueltas en la rueda de nacimientos y muertes.

El cuerpo es un palacio móvil misterioso. Su Divina Majestad, Brahman, vive allí. Brahman es el Alma inmortal o el Atma. Buddhi o intelecto es

Su Primer Ministro. La mente es el comandante. Los diez Indriyas son los soldados o los criados. Los ojos son las maravillosas ventanas del palacio. La boca es la salida. Los ojos y oídos son la entrada. Los Devatas que presiden los Indriyas, orejas, ojos, nariz, etc., son los custodios. Los nervios son los cables. El cerebro constituye los receptores, recibe todos los mensajes. También contiene un interruptor estupendo. Prana es la electricidad. Los huesos son las montañas. Las venas son los ríos. La vejiga es el océano. Los intestinos y la uretra son las alcantarillas. El corazón es la provisión de agua. Las arterias son los tubos. El corazón astral es el jardín de Vrindavan, Susbuma es el Kunjgalli de Vrindavan. Jiva es la dulce Radha que quiere unirse con el Señor Krishna, o Brahman, por medio del Samadhi de Yoga. Sahasrara, o la corona de la cabeza, es el lugar donde se unen Radha y Krishna, el alma individual y Brahman. Los diferentes Chakras son los lugares de descanso con el árbol de Kadamba.

El cuerpo está formado por cinco elementos. Los huesos no son nada más que tierra o arcilla. La sangre y la carne no son otra cosa que agua. El brillo en la piel y los ojos no es nada más que fuego. El Prana que se mueve en las fosas nasales y los pulmones es tan solo aire. Este aire se apoya en el éter. El éter es el soporte para todos los otros cuatro elementos. Aire, fuego, agua y tierra han emanado del éter. Cuando el cuerpo es enterrado, los huesos se convierten en tierra. Vuelven a su origen. Si mediante la práctica de Laya-Chintan fundes la tierra en el agua, el agua en el fuego, el fuego en el aire, y el aire en el éter, el cuerpo no existe realmente. Es reducido a nada. Mediante la magia de Maya percibes este cuerpo. En realidad, lo que existe es el alma imperecedera, que es el soporte para este cuerpo y para la mente.

El cuerpo es inerte e insensible. Se queda como un tronco tan pronto como Prana lo deja. Parece ser sensitivo debido al contacto con el Prana, la mente y la inteligencia reflejada, como una bola de hierro parece ser una bola de fuego por el contacto con el fuego. La inteligencia reflejada, o Chaitanya, impulsa primero al intelecto inerte, ya que es muy sutil, el intelecto está en contacto con ella, y a través del intelecto este cuerpo inerte también se activa. Así es que el cuerpo se mueve, siente y lleva a cabo varias clases de acciones. Después de todo la carne mortal es arcilla, los huesos son solamente una modificación de la tierra. Oh hombre, no te apegues a este cuerpo de carne, a esta red de huesos. Deja el apego por este cuerpo. Destruye la ignorancia. Experimenta al Ser Inmortal y sé libre.

El Señor se está escondiendo en las cavidades interiores de este palacio misterioso. Está jugando al "escondite" contigo. Encuéntralo. Búscalo. Búscalo en las cavidades de tu corazón retrayendo la mente y los Indriyas de los objetos externos y practicando concentración y meditación.

---

## GLOSARIO

- Ahamta:** sentido del "yo".
- Ajnana:** ignorancia.
- Arupanas:** sin forma.
- Asamprajnata Samadhi:** el más elevado estado de conciencia en el que la mente y el ego son totalmente aniquilados.
- Atma-jnana:** conocimiento del Alma.
- Avatara:** Encarnación Divina.
- Bhakti Yoga:** el yoga de la devoción.
- Bhav:** actitud que expresa principalmente una relación particular con Dios; actitud mental, sentimiento; estado subjetivo del ser.
- Bhiksha:** limosna.
- Bhumika:** escalón o estado; grado.
- Brama-jnana:** conocimiento de Brama.
- Buddhi:** intelecto; entendimiento; razón.
- Charanamrita:** agua santificada por los pies de una deidad o un santo.
- Darshan:** visión; manifestación.
- Jagrat:** estado de vigilia.
- Jivanmukti:** liberado en vida.
- Jnana Yoga:** el yoga del discernimiento.
- Kalpa-vriksha:** el árbol que satisface los deseos.
- Mamata:** sentido de lo "mío".
- Mara:** dios del amor.
- Maya:** el poder ilusorio de Brahman.
- Moha:** capricho; ilusión causada por un pensamiento erróneo; falsa identificación y apego engañoso.
- Mouna:** silencio.
- Mukti:** Liberación (Moksha).
- Nirvikalpa:** sin modificaciones mentales.
- Para-Vairagya:** desapego supremo.
- Prakrtilaya:** el que está sumergido en Prakriti.
- Prem:** amor.
- Puja:** adoración.
- Rishi:** vidente, el que ve; sabio.
- Sadhana:** práctica espiritual.
- Samsara:** la rueda de nacimientos y muertes.
- Savikalpa:** Samadhi con la tríada de conocedor, conocimiento y objeto conocido.
- Shanti:** paz.
- Shuddha-buddhi:** intelecto puro.
- Sushupti:** estado de sueño profundo.
- Svapna:** estado de sueño con ensueño.
- Svarupanas:** con forma.
- Tapasvin:** el practicante de "tapas", austeridad, sacrificio; asceta.
- Triputi Laya:** disolución de la tríada de conocedor, conocimiento y objeto conocido.
- Trishnas:** sed o anhelo de los objetos sensorios.
- Turiya:** estado súper-consciente; el cuarto estado.
- Turiyatita:** más allá del cuarto estado.

**Vasanas:** deseo sutil; tendencia creada por una persona mediante la acción o el goce. Induce a la persona a repetir la acción o a buscar una repetición del goce; impresión sutil en la mente capaz de manifestarse en acción; es la causa del nacimiento y la experiencia en general; la impresión de las acciones que permanece inconscientemente en la mente.

**Vichara:** investigación de la naturaleza del Ser, Brahman o la Verdad; reflexión continua sobre el cómo y el porqué de las cosas; indagación en el verdadero significado de los grandes dichos de los Upanishads; discernimiento entre lo Real y lo irreal.

**Videhamukti:** liberación sin cuerpo; liberación obtenida por el alma realizada después de dejar la envoltura física.

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

**Viveki:** un hombre con discernimiento.

**Vritti:** onda de pensamiento; modificación mental; remolino mental.

**Yama:** dios de la muerte.