Renueva tu paisaje interior y exterior

Enseñanzas de Gurumayi Chidvilasananda

Intentar, suponer, juzgar…

Hay muchas formas en que una persona piensa acerca de sí misma, de los demás y del mundo en general. Hay muchas formas en las que se ata a sus propias visiones limitadas.

Cuántas veces habrás dicho o escuchado a otros decir: "Yo tenía la *intención* de hacer esto. Pero luego *supuse* que fulano o fulana lo haría". Tus razones para hacer esta suposición pueden variar. Podrías, por ejemplo, pensar que alguien más va a ser mejor, más talentoso o más experimentado para hacer lo que fuera que tú te disponías a hacer. Eres rápido para juzgarte a ti mismo en relación con los demás, para permitir que tu confianza en ti mismo flaquee tan pronto como te encuentras con otra persona. Tus juicios pueden entonces convertirse fácilmente en una justificación para diferir la responsabilidad. Pueden descarrilarte de cumplir tus preciadas intenciones.

Por otra parte, hay narcisismo. De nuevo, te comparas con los demás, pero esta vez estás convencido de que tú eres superior, que tú y sólo tú puedes hacer el mejor trabajo. Inseguridad y narcisismo: son las orillas opuestas del mismo océano. Nunca pueden encontrarse; nunca pueden desembocar en algo diferente.

Cuando tus percepciones y juicios no se controlan día con día, ganan impulso. Se apoderan de un espacio descomunal en tu psique, volviéndose tan enormes que pronto tu ser entero está inundado con la fuerza de tus convicciones erróneas. Antes de que te des cuenta, te precipitas por un camino de degradación colosal. Es difícil entonces comprender lo que realmente sucedió.

Así que, ahora mismo, quiero que te preguntes: ¿cuándo empezó esta historia? Esta forma habitual de pensar —de intentar, suponer y juzgar— y luego actuar en

consecuencia, puede estar muy profundamente incrustada. De hecho, puede estar tan arraigada que cualquier indicación de que se necesita hacer un cambio se topa con una resistencia intratable.

Y este "cambio" puede ser cualquier cosa: no necesariamente tiene que ver con tu actitud, tu conducta, tu personalidad, tus preferencias. Podría ser algo tan benigno como que alguien te pida ocuparte de una tarea en forma diferente. Podría ser tan objetivo como que alguien te señale alguna imprecisión en una declaración que hayas hecho. Sin embargo, he visto una y otra vez que la gente interpreta esos comentarios como si se refirieran a su carácter; a su valor mismo como seres humanos. Es como si hubieran regresado a la escuela y cualquier observación o sugerencia que reciben fuera un tache de la pluma roja del maestro en el examen que han resuelto muy meticulosamente. Ignorancia. Los sinónimos de la palabra *ignorancia* son muy reveladores.

Los sabios de la India lo han explicado de manera simple: ignorancia es oscuridad. Por esta razón, en una de sus plegarias dicen:

> तमसो मा ज्योतिर्गमय ।
> *tamaso mā jyotirgamaya* ।
>
> De la oscuridad de la ignorancia
> llévame hacia la luz del conocimiento espiritual.

Hay una historia que oí contar a Baba Muktananda en cientos de *sátsangs*, sobre un leproso que vivía arriba de una mina de oro. El leproso pasó muchos años de su vida mendigando migajas… cuando todo el tiempo, sin que él lo supiera, estaba sentado sobre tesoros inimaginables. ¿No es lo mismo con nosotros? ¿No es sorprendente cómo una persona puede pasarse la vida entera sin estar consciente de la inmensamente valiosa mina de oro que lleva dentro de sí, y sin tener nunca la noción de compartir esa profunda bondad con su mundo? ¿Cómo es que nosotros, siendo una especie supuestamente inteligente, insistimos tanto en aferrarnos a lo que consideramos que es correcto? Muy a menudo, en vez de ser verdaderamente receptivos a lo que tiene que ofrecer el mundo y usar nuestro discernimiento para

determinar cómo proceder, elegimos no *reconocer* siquiera que existe otra perspectiva. Del mismo modo, nos rehusamos a volver la cabeza en dirección a la luz de Dios, y nos perdemos la oportunidad de maravillarnos ante lo que nos aguarda.

Una vez más, pregúntate: ¿cuándo empezó esta historia? ¿Y por qué es tan incómodo, desagradable y exasperante hacer pequeños cambios —modificaciones realmente diminutas— día tras día en nuestra manera de pensar?

Vale la pena considerar estas preguntas. Luego, haz el esfuerzo: lucha por salir de la oscuridad de la mente y entrar en la luz del corazón. Tu esfuerzo en este sentido es *bhakti-sádhana*, la *sádhana* de la devoción. Es *bhakti-yoga*, el yoga de la devoción, al cual el Señor Krishna dedica todo un capítulo de la *Bhagavad Gita* para explicarlo. Requiere de fe, constancia, enfoque absoluto y disciplina. Al mismo tiempo, hay una suavidad en este esfuerzo: una dulzura. Sí, la devoción es un dulce esfuerzo.

Las escrituras de la India cuentan una historia del Señor Krishna, que invita al sabio celestial Nárada a que toque la vina en su boda. Nárada es un músico consumado, y se considera a sí mismo como el sirviente más devoto del Señor. Acepta con alegría la invitación del Señor, aunque pronto se sorprende al darse cuenta de que la boda está teniendo lugar en una pequeña aldea, entre gente que parece muy sencilla.

Percibiendo que Nárada cree que su música está por encima de semejante audiencia, el Señor le pide a uno de los aldeanos que toque. Nárada está escéptico; juzga con rapidez cómo el hombre toca el instrumento. Pero la ejecución y el canto del hombre contienen tal devoción que todos están embelesados. De hecho, la canción de ese hombre ¡derrite hasta la roca en la que está sentado! Más tarde, cuando Nárada trata de cantar, es incapaz de lograr el mismo efecto. Al final, Nárada tiene que reconocer que otros pueden tener mayor devoción que él, y que él aún tiene que esforzarse en perfeccionar su propia devoción.

Como el sabio Nárada, tú también puedes volverte más dispuesto a pensar y actuar diferente. Al hacerlo, encontrarás que tu ser entero se enciende con una nueva y

hermosa energía. Vas a experimentar un tú flamante. De manera natural, exclamarás:

> "Estoy en casa. Estoy renovado. Estoy listo para dar la bienvenida al amanecer en mi vida. Soy lo que soy porque el conocimiento del Ser está despertando dentro de mí. Ahora todos mis esfuerzos por hacer mi *sádhana* van a resplandecer sin esfuerzo porque sé que la gracia es mi compañera".

~ Gurumayi Chidvilasananda

© 2024 SYDA Foundation®. Derechos reservados.

- *Para leer las historias a las que se hace referencia en esta enseñanza, pulsa en el enlace que está a continuación en la enseñanza en inglés.*
- *Para leer las palabras de Gurumayi acerca del esfuerzo sin esfuerzo, pulsa el enlace que aparece a continuación en esta enseñanza en inglés.*