

# LA TRANQUILIDAD MENTAL

Swami Paratparananda<sup>1</sup>

27-6-1972

Nos hemos referido aquí más de una vez a la tranquilidad mental; también hemos sugerido algunas prácticas para lograrla. Vamos hoy a discutir esta cuestión un poco más ampliamente.

Primero debemos tener un concepto claro de la constitución de la mente. El Vedanta dice que el ser humano está compuesto como de vainas. Menciona cinco de ellas, a saber: annamaiaikosha, el cuerpo denso, el que se sostiene por la alimentación; pránamaiaikosha, la vaina de los pránas u órganos de los sentidos: cinco órganos de acción y cinco órganos de percepción; manómaiaikosha, o la vaina de la mente que consiste de las tendencias inherentes; viyñámaiaikosha, la facultad del discernimiento; ánandamaiaikosha, la vaina de dicha. También los hindúes las clasifican en tres cuerpos, a saber: Sthula-sharira o cuerpo denso, o annamaiaikosha; sukshma-sharira, cuerpo sutil que consiste de las tres vainas siguientes, es decir, pránamaia, manómaia y viyñámaiaikoshas; y por último káranasharira, cuerpo causal que consiste en la última vaina. Vemos que la mente forma parte del cuerpo sutil, vale decir, está constituida de elementos sutiles o materia fina y es el repositorio de todas las tendencias del ser humano. Ningún hombre nace con *tabula rasa*, es decir, sin ninguna impresión anterior en su mente. Porque el hecho mismo del nacimiento representa el anhelo del sujeto por alguna satisfacción; son las tendencias, que hacen renacer una y otra vez al ser en este mundo. Vamos a examinar esta proposición. Tomemos un ejemplo de la vida cotidiana; el hombre trabaja. ¿Por qué? Hay algún propósito, mantener a la familia o a sí mismo, ganar riqueza, renombre, posición o fama. En algunos muy pocos casos ayudar a los demás. Hallamos aquí un estímulo. Sin algún estímulo o impulso nadie hace ninguna acción. De igual modo tiene que haber uno u otro motivo para que un ser nazca. Y cuando nace, estos motivos o deseos están latentes en su mente.

¿Qué son las tendencias? ¿Cómo pudieron establecerse en la mente? Para los hindúes que creen en la reencarnación y la teoría de Karma, es decir, la explicación de la vida actual como consecuencia de las acciones y pensamientos de las vidas pasadas, no es difícil comprenderlo. Son las teorías que explican mejor la situación actual del mundo; si no ¿cómo se puede comprender la vasta diferencia que encontramos en el mundo?

---

<sup>1</sup> Swami Paratparananda fue el líder espiritual del Ramakrishna Ashrama, Buenos Aires, Argentina y del Ramakrishna Vedanta Ashrama, São Paulo, Brasil (1973-1988).

Algunos gozan de todas sus bondades, riqueza, posición, belleza y cosas similares, mientras que otros carecen de todo. Esto sucede aun con los hijos de un mismo padre; algunos son inteligentes, fuertes física y mentalmente, mientras que otros son estúpidos, débiles y viciosos. Estas teorías nos dicen que el ser humano es producto de las acciones y pensamientos de sus vidas pasadas; que nadie es el responsable de su desgracia fuera de él mismo. Cualquier acción o pensamiento deja su impresión en la mente si tienen un motivo personal, y esas impresiones son las que más tarde se convierten en tendencias. Nadie puede evitar las consecuencias de sus acciones; tarde o temprano debe cosechar los resultados. Podemos ocultar al mundo observador algún acto vicioso, pero no podemos hacerlo a nosotros mismos. Además, esos actos no son únicos, quieren repetirse. Esa es la fuerza de las tendencias. Y éstas se manifiestan como deseos a su debido tiempo cuando el apropiado impulso o sugestión asalta a la mente. Y cada vez que el hombre satisface algún deseo, sin discernir ni pensar en las consecuencias, inconscientemente forja un eslabón más en la cadena de nacimientos y muertes. Porque los deseos tienen por índole el repetirse si no se discierne ni se los evalúa debidamente. Esas tendencias quedan sumergidas en la mente en forma latente, y vuelven a su superficie en cuanto llega un estímulo de lo externo. Generalmente uno no puede satisfacer todos los deseos en una sola vida, muchos de ellos permanecen insatisfechos, y por consiguiente, tiene que renacer repetidas veces para saciarlos. La situación es como la del hombre sediento que busca agua por todas partes para apagar su sed, o como la de una oruga que se ase a una nueva hoja antes de dejar la que ya comió hasta que satisface su enorme hambre. Es por eso que todos los sabios y todos los que han alcanzado la Meta, Dios, desde los tiempos antiguos insisten en que debemos aniquilarlos si ansiamos liberarnos, o salvarnos. Dicen los Upanishads: "El hombre de mente infantil que está engañado por el hechizo de la riqueza, y que siempre se equivoca, nunca ve el sendero para el Más Allá. Creyendo que este es el único mundo, y que no existe el más allá, una y otra vez se somete a la muerte". La palabra riqueza aquí representa simbólicamente todas las cosas mundanas, y el que deja engañarse por ellas creyendo que son reales, permanentes, nunca piensa en la Suprema Verdad o Dios, y como consecuencia renace repetidas veces para cumplir sus deseos. También dicen: "Cuando un mortal aniquila todos los deseos que moran en su corazón se vuelve inmortal, y alcanza a Brahman, la Suprema Verdad, aun aquí en este mundo".

Dice Sri Krishna en el Bhagavad Guita: "Aquellos cuya naturaleza se inclina hacia el goce mundano o celestial hablan de muchas actividades que conducen a los placeres y riqueza y, finalmente, a los repetidos nacimientos. Metidos así en el placer mundano, y estando su intelecto ofuscado, no pueden dirigirlo hacia la tranquilidad ni, mucho menos, establecerlo en ella." Buddha, por su propia experiencia espiritual quedó convencido de las cuatro nobles verdades, a saber, que existe sufrimiento,

que tiene causa, que se puede suprimirlo y que existe un camino para aniquilarlo. El origen del sufrimiento lo atribuye al demasiado anhelo por cosas placenteras y por la prosperidad, y la causa de deseos engañosos la imputa a la ignorancia, ignorancia acerca de lo que es real, permanente, y lo que es irreal, transitorio o fugaz. Y el método de aniquilar los deseos consiste en adquirir el conocimiento, o realizar el Nirvana.

Sri Ramakrishna también afirma que mientras uno tenga el menor vestigio de apego a los objetos mundanos no puede realizar a Dios, no puede tener la eterna paz, tranquilidad mental. Todos ustedes saben lo que dice Jesús acerca del afán y la ansiedad. Así pues, vemos que todos los hombres de Dios declaran a una voz que el deseo es la causa de toda la perturbación mental y de todo el sufrimiento, y que para alcanzar la tranquilidad debemos anonadarlos.

Es posible hallar o sentir la tranquilidad consiguiendo algún objeto, pero ésta es momentánea, luego, más deseos asaltan al hombre y por consiguiente la pierde: otra vez la mente se siente agitada. Viendo este fenómeno se puede preguntar: "En realidad, ¿existe tal tranquilidad? Porque vemos que todas las cosas en el mundo se encuentran en un estado de cambio. La semilla que se siembra brota en algunos días, se convierte en una planta, y ésta produce pimpollos, que luego florecen. Unas horas, y las flores se marchitan, dando lugar, en algunos casos, a los frutos. La luna gira alrededor de la tierra y ésta da vueltas sobre el sol. Todo el universo se encuentra en un vórtice de actividad; no puede descansar por miedo a ser aniquilado. Pero la eterna actividad es un concepto imposible. Siguiendo a la actividad deben haber períodos de descanso. Hallamos esto en todo lo manifiesto. Es posible que el periodo de actividad y el de reposo en algunos casos se pueda calcular en términos de horas, mientras en otros, como por ejemplo, el de la tierra, en millones de años. De todos modos, si la naturaleza está construida bajo un plan definido, si se puede llegar a una conclusión con relación al proceso cósmico, tomando en consideración la formación del microcosmo, se debe admitir que deben haber períodos de actividad alternando con los de descanso en todo el universo. Las Escrituras hindúes sostienen esta opinión. Hablan de la teoría de la manifestación cíclica cuando dicen: "El Señor proyectó el sol y la luna (y otras cosas) del mismo modo que lo hizo anteriormente". Los hindúes no creen que esta creación sea la única que estaba en el vientre del tiempo. Según ellos, la creación no tuvo un principio, todo esto sólo constituye un proceso de descanso y proyección.

Encontramos una maravillosa descripción del estado de lo Absoluto, previo a la creación, en los Vedas. Dice: "Entonces no había existencia ni inexistencia, no existía la tierra ni el cielo. ¿Qué cubría la niebla? ¿De quién era ese poder? ¿Qué había en la profundidad de la densa oscuridad? No existía la muerte ni la inmortalidad. No existía la noche separada del día. Sin embargo, lo Único Aquello solo vibraba sin

moción en su propia gloria, no existía nada más. Sólo existía la oscuridad envuelta en la oscuridad." Debemos recordar que los Vedas son datos de las experiencias de varios sabios. Aquí tenemos una idea vaga, una vislumbre de la tranquilidad, pero, quizá, es necesario explicar esa declaración. Sabemos bien que no podemos exponer nuestras ideas tan claramente cómo queremos, que las palabras, por más precisas que sean, carecen del vigor y la visión de las ideas. Esto es mucho más cierto en relación con el tema del espíritu, o lo Absoluto. Lo Absoluto no puede ser expresado en palabras, sin embargo todos los que Lo han alcanzado han hecho tentativas para comunicar sus experiencias a la posteridad. Por lo tanto, no es de asombrarse que esas declaraciones tuyas sean incomprensibles a la primera lectura. No obstante, a medida que uno vaya practicando las disciplinas espirituales y pensando en ellas, todo se aclarará poco a poco. Ahora bien, cuando uno se refiere a la existencia o a la inexistencia, enseguida el oyente piensa en las cosas manifiestas o la ausencia de ellas, ¿no es así? Tomando en consideración este concepto de la gente, el sabio declara: "Entonces no había la Existencia ni la inexistencia." Esto lo clarifica cuando dice: "no existía la tierra ni el cielo", también que no existía el tiempo, cuando dice "la noche no existía separada del día." Otra frase en esa declaración que deja a uno perplejo es "lo único Aquello vibraba sin moción"; vibración implica movimiento; entonces ¿cómo puede ser sin moción? El movimiento se puede explicar con relación a otras cosas, pero cuando no existía nada más que Aquello, cuando no existía ni el espacio, ¿en relación a qué se puede explicar el movimiento? Pasamos ahora a la frase "Oscuridad envuelta en oscuridad". Cuando uno oye la palabra oscuridad piensa en la oscuridad de la noche y no se siente nada feliz. Pero la oscuridad a que se refiere aquí el sabio no es de este universo; quiso decir que ese estado era impenetrable aún para él. Sin embargo, estaba lleno de dicha. En la India, la noche de la luna nueva es considerada auspiciosa para practicar disciplinas espirituales en un lugar apartado y temible, como un crematorio o un bosque, pues la gente común no se atreve a interrumpirle a uno, en sus prácticas en esos lugares, y se tiene toda la facilidad y tranquilidad para llevarlas a cabo.

Ahora bien, hay calmas y calmas. Tenemos la calma previa a la tormenta; también existe la calma de la noche sofocante, cuando parece que el viento cansado de soplar se ha ido a descansar a alguna cueva lejana. Pero ¡cuán vasta diferencia hay entre las dos clases de calma, la una, antes de la proyección del universo y las otras que acabamos de mencionar! En la una existe toda la seguridad de placidez, en las otras, todo el miedo a la calamidad venidera. En la una existe la frescura que consuela al alma, en las otras, la presencia de la incomodidad insoportable. En la una hay paz, en las otras, ansiedad.

Se puede encontrar esa tranquilidad consoladora del alma, en un sentido muy lejano, en la serenidad de las montañas, especialmente, la de

los Himalayas. El retiro en las montañas presenta un contraste enorme con el vórtice de loca actividad del mundo, atrapado en el cual, el pobre hombre pierde sus fuerzas y amarras. Lejos del tumulto de la gente, seguro en la contemplación de su propio ser, el hombre en la ermita no solamente se retira del mundo externo, sino también de los mundos que está creando dentro de sí mismo. Quizás un paralelo casi cercano a esta tranquilidad indescriptible se puede experimentar en el sueño profundo. Aquí, en el sueño profundo, conseguimos una idea, aunque muy vaga, de lo que es la ecuanimidad; la tranquilidad.

Toda creación se está apresurando en volver a esta tranquilidad, a esta ecuanimidad que fue perturbada, aunque inconscientemente. Los seres humanos también lo hacen; algunos, inconscientemente y otros, conscientemente. Sí, esa es la diferencia entre el hombre y las otras criaturas: el primero puede intentar conscientemente lograr esa ecuanimidad. Pues el ser humano es un fenómeno peculiar, quizás la más maravillosa creación de la naturaleza. Es él quien evidentemente se opone a ella; lucha con toda su fuerza. Aunque fue, creado con un cuerpo frágil ha sobrevivido a todos los asaltos de los animales más fuertes que él y de los microbios sutiles de las pestilencias. Ha domado las fuerzas de la naturaleza para que le sirvan; ha sondeado las profundidades de sus secretos y está tratando de conocerlos a fondo. Pero la lucha contra la naturaleza externa forma sólo una fracción de la total. Con toda su conquista de las fuerzas externas, el hombre todavía no se encuentra en una posición feliz. Sin duda, sus invenciones de todo tipo le dan placeres por un tiempo, más bien podemos decir que lo excitan, pero eso sólo aumenta la tensión nerviosa, aumenta la horrorosa corriente de inquietud. No se engendra la tranquilidad disfrutando de los placeres; en cambio, como reacción, pronto desarrolla en él un vacío enorme.

Sin embargo, esta búsqueda de placeres también se hace con miras de alcanzar esa dicha infinita, para olvidar todo, pero sólo que erróneamente, así como un hombre sediento en el desierto corre tras el espejismo tomándolo por un oasis. Una gran mayoría de la humanidad considera equivocadamente esos placeres como la meta de la vida. ¿Por qué sucede eso? ¿Cómo surge el error? Los Upanishads dicen que la felicidad que los seres viven constituye una fracción infinitesimal de la divina dicha. La equivocación se ha producido debido a que la humanidad ha tomado a esa pequeña e insignificante fracción de la dicha, como la infinita. Es por eso que se ha desviado, pues no se puede encontrar la divina dicha en las cosas finitas; sólo existe la plena bienaventuranza en lo Infinito, dice uno de los Upanishads. Es verdad que las Escrituras hindúes afirman que finalmente todos la alcanzarán, porque todo ha salido de Ella, vivo en Ella y al final retorna a Ella. Pero eso puede suceder después de millones de años, después de pasar por innumerables vidas. Los objetos inertes y seres no pensadores pueden esperar, pero un ser humano, teniendo la oportunidad en sus manos, debe esforzarse

conscientemente para recobrar ese "reino del cielo".

¿Por qué decimos que conseguir la ecuanimidad, la serenidad, es un paso hacia la Dicha, más aún, la Dicha misma? Porque Ella puede morar sólo en un lugar imperturbado. Sólo en la superficie plácida de un lago se reflejan los objetos. Además, no hay movimiento en esa Dicha Infinita, así como era antes de la creación. Es por eso que todos los maestros espirituales exigen que cultivemos esa virtud de ecuanimidad o tranquilidad. Por ejemplo, Sri Krishna habla del Sthita Prayña, el hombre de conocimiento o sabiduría firme. Noten las palabras "sabiduría firme"; no es un conocimiento que cambia a cada momento, tampoco significa lo que se entiende ordinariamente por el término. Podemos tener un concepto nebuloso de lo que es si [no] estudiamos la descripción del Sthita Prayña dada en el Guita. Sri Krishna define a esa persona: "Cuando uno aniquila todos los deseos que surgen en la mente, y está satisfecho en su ser, sólo entonces puede llamarse hombre de sabiduría firme." Cada palabra aquí es muy significativa. Debemos notar que los deseos han de ser aniquilados, no meramente subyugados, porque los subyugados pueden surgir de nuevo y causar estragos al sujeto debido a la subyugación que han sufrido. También la palabra "todos" es importante. No existe ninguna vía media; no hay concesión, no podemos transigir; debemos arrancar de raíz todos los deseos. Es posible que no expresemos nuestros anhelos pero que yazcan ocultos en la mente; eso es muy peligroso, deben ser borrados de ella. La definición no termina ahí; continúa: "satisfecho en su propio ser". ¿Qué quiere decir esto? Significa que para la satisfacción o el contentamiento de tal persona, no hace falta ningún agente u objeto externo, ni siquiera sueños o imaginación de placeres. Su mente en ese estado no conoce nada sino la presencia del Atman, el Ser, resplandeciente por sí solo e infinitamente dichoso. Cuando el hombre alcanza ese estado, sólo entonces se puede decir que es de "sabiduría firme". El samadhi, la cima de la vida espiritual, no está lejos de esa persona; y como dice Sri Ramakrishna, es como la aparición del alba que indica que el sol está por salir pronto.

Sri Krishna continúa: "Imperturbado en la calamidad, y desapegado de la felicidad, libre de apegos, miedo y enojo, ese hombre que se dedica a la contemplación de Dios, es llamado un hombre de sabiduría firme". Es otro bosquejo de tal persona que explica la descripción anterior. Los maestros espirituales del mundo no nos dejan en suspenso con relación a lo que ellos afirman, lo que es bueno para nosotros. Quieren expresar sus ideas tan explícitamente cómo es posible. Bajaron a nuestro nivel de entendimiento para hacerlo. Probablemente Sri Krishna sintió que las generaciones venideras podrían dar mal sentido a lo que Él había dicho y así extraviarse. No quería que esto sucediera, es por eso que amplió Su primera declaración.

Podemos aparentar intrepidez cuando estamos en peligro, pero al

mismo tiempo puede haber trepidación en nuestros corazones. Pero la intrepidez engendrada por la fuerza es algo distinto; cierta vez Swami Vivekananda, hablando de sus experiencias de los viajes como monje errante, dijo en una conferencia: "Un día yo estaba pasando por un bosque cuando de repente oí una voz repetir 'Shivoham' -soy lo Eterno y Auspicioso- y mirando hacia la dirección de dónde provenía el sonido, vi a los lejos que un tigre se llevaba arrastrando a un monje, pero aun así él no repetía otra cosa que 'Shivoham'". Esa es la ecuanimidad, eso es ser firme en la sabiduría, ser intrépido hasta en las puertas mismas de la muerte, estar unido con el Atman, el Ser, estar satisfecho en el Ser, y también estar libre de todo apego. Pues ¿qué más es tan precioso al hombre como su cuerpo? ¿No constituye toda la lucha del hombre común el mantener ileso ese cuerpo? Sin embargo en ese caso vemos a una persona que no pensaba en él sino como una ropa gastada. Eso es lo que proporciona al hombre la tranquilidad.

Podemos preguntarnos: cuando todo es cambiante y cambiabile, ¿cómo sólo ese estado puede ser permanente? Bueno, sabemos que las semillas brotan pero no así las cocidas, ni las tostadas. Del mismo modo, realizar a Dios, alcanzar el samadhi, constituye quemar todos los deseos y destruir así todas las semillas del futuro nacimiento. Sri Ramakrishna expresa esa idea muy hermosamente de otra manera. Dice, "Supongamos que hay dos imanes, uno grande y otro pequeño, ¿cuál de ellos atraerá el pedazo de hierro? Naturalmente, el grande. Dios es el imán grande. Comparado con Él las otras atracciones del mundo son insignificantes." Se puede preguntar, ¿entonces, por qué no son atraídos todos hacia Dios si Él es el imán más grande? Si el hierro está atrapado en el barro, entonces, por más fuerte que sea el imán no puede atraerlo ni tampoco lo puede hacer si el pedazo está muy lejos. Los que conocen esa teoría del magnetismo saben que hay un campo de atracción del imán y que el hierro que está fuera de ese campo no responde al imán, aunque su fuerza de ningún modo haya disminuido.

¿Qué significa estar fuera del campo de atracción de Dios? El que está feliz con los objetos mundanos, que no siente la necesidad de pensar en Dios, se encuentra lejos de Él. Uno de los Upanishads dice: "Aquello está lejos, también está cerca". Está cerca del que abre su corazón al pensamiento sobre Dios, mientras que el que no siente la necesidad de Su contemplación, se aleja de Él.

Hemos hablado hasta ahora de la constitución de la mente, del estado de la tranquilidad y su utilidad. Vamos ahora a estudiar los métodos para alcanzar ese estado. Primero, se necesita del discernimiento, discernir entre lo que es Real y lo que es irreal, transitorio. Hay un episodio en la vida de Yayñavalkia narrado en los Upanishads. El sabio, después de llevar una vida recta y moral, y percibiendo la vacuidad de las cosas mundanas, quiso retirarse al bosque, y con este propósito llamó a su esposa y le dijo: Querida, creo que ha llegado el momento para mí de

renunciar al mundo; ahora, dejo toda la propiedad en tus manos". La esposa, que era inteligente, le preguntó: "Querido, ¿podría ser yo inmortal si toda esta tierra llena de riquezas fuera mía?" Contestó el sabio: "No; no hay esperanza de inmortalidad mediante la riqueza". Maitreyi, la esposa, replicó: "Si es así, ¿de qué sirve para mí todo lo que no me proporcione la inmortalidad? Dime solamente lo que tú, sabes acerca de los métodos para lograr ese estado."

Ese debe ser el tipo de desapego nacido del discernimiento. Junto con ese discernimiento y desapego se necesita practicar las disciplinas espirituales. Hemos hablado de esto en nuestra charla anterior. Hoy vamos a sugerir algunas cosas muy importantes y provechosas para la vida espiritual.

El hombre hace todo por su propia cuenta pero cuando fracasa en su empresa quiere culpar a alguien. Ese es un defecto de la mayoría de la gente. Una vez una persona fue a pedir consejo a Sri Sárada Devi, la Divina Consorte de Sri Ramakrishna. Le dijo: "Madre, dígame cómo puedo tener tranquilidad mental". Ella contestó, "Hija mía, si quieres paz mental no andes buscando defectos en los demás, pues nadie en este mundo es un extraño." Parece un consejo simple y fácil de practicar, y muchos lo considerarán poca cosa, pero el que lo pone en práctica verá cuán difícil es. Las cosas simples no tienen embeleso para la mayoría; así también la verdad, así también Dios.

Pero una vez que uno saborea el fruto de esos consejos queda maravillado. Cambia para siempre el rumbo de su vida. Casi nadie es perfecto en este mundo; casi todos tienen defectos; entonces ¿de qué sirve andar buscando lagunas en los demás? Eso nos daña mucho más que beneficia. Pensando en las deficiencias de otros, las inculcamos en nosotros mismos. Hay una parábola de Sri Ramakrishna que expresa esto hecho en forma muy penetrante, Había un monje que tenía su albergue frente a una casa de mala fama. Cierta día mandó llamar a la prostituta y le dijo: "Mira, tú estás llevando una vida muy viciosa y te aconsejo que cambies desde ahora tu manera de vivir, si no, irás al infierno". La pobre mujer se despidió del monje, pero como no sabía otro modo de ganarse la vida continuó como antes aunque rogando a Dios que la salvara de sus aberraciones. Cuando el monje vio que ella no había cambiado, empezó a contar sus desviaciones amontonando una piedrita por cada extravío y después de un tiempo la mandó a llamar nuevamente y le dijo: "¿Ves ese montículo? Cada piedra representa tu aberración. Por lo menos, en adelante, no la repitas." Viendo el montón de guijarros la mujer se asustó y rogó con más fervor y sincero arrepentimiento a Dios para que la librara de esa vida despreciable. Su plegaria fue oída y aquel mismo día ella dejó de existir en este mundo. Por la extraña voluntad del Señor, el monje también murió el mismo día. Los mensajeros de Vishnú, Dios, bajaron del cielo y llevaron el cuerpo espiritual de la contrita mujer a las regiones celestiales; en cambio, los mensajeros de Yama, la Muerte, ataron el



cuerpo sutil del monje y lo llevaron a las regiones inferiores. Viendo la buena suerte de la prostituta, el monje gritó, "¿Es ésta la sutil justicia de Dios? Yo que pasé toda mi vida en ascetismo y pobreza, soy llevado al infierno mientras que la prostituta, que ha vivido constantemente en el pecado, está subiendo al cielo". Oyendo esto, los mensajeros de Vishnú le dijeron: "Los designios de Dios son siempre justos; lo que uno piensa eso es lo que cosecha. Tú llevaste una vida de ostentación y vanidad, tratando de conseguir honores y fama; y Dios te ha dado esas cosas. Tú nunca tuviste sincero anhelo por Dios, esta mujer en cambio oró fervientemente día y noche aunque su cuerno vivía en el error. Mira, el trato que están recibiendo tu cuerpo y el de ella, allí en la tierra. Como tú nunca pecaste con tu cuerpo, a tu cadáver lo han adornado con guirnaldas de flores y lo llevan en procesión y con música para darle sepultura en el sagrado río. En cambio, el cuerpo de esta prostituta es ahora despedazado por los buitres y chacales. Pero como ella fue pura de corazón, va ahora a las regiones de los puros. Tu corazón estuvo siempre ocupado en contemplar los pecados de la prostituta, y de ese modo se volvió impuro. Es por eso que tú vas a las regiones de los impuros."

Pero oyendo esta parábola no se debe concluir que uno puede ir al cielo, o ver a Dios, viviendo en el error toda la vida, engañándose que sinceramente anhela librarse de los apegos. Para la desgraciada mujer no había ningún otro modo de sostenerse siquiera modestamente; ya que la sociedad no la recibía en los hogares ni como sirvienta, tuvo que seguir viviendo como antes. Hoy en día el caso es distinto; los que anhelan reformarse tienen amplias oportunidades. Por consiguiente no hay excusas para llevar una vida equivocada. Lo importante es que uno debe ser sincero en acción, palabra y pensamiento, si no, la suya será la vida de un hipócrita. Este puede engañar a los demás o a sí mismo, pero no a Dios. Dios ve hasta el fondo de nuestro corazón; el pensamiento más íntimo del hombre es como un libro abierto para Él.

Estudiemos psicológicamente cómo pensando en los defectos de otros uno ensucia su propia mente. La mente es como un grabador, graba todo lo que el sujeto oye, percibe, actúa o piensa, y luego lo archiva. Y cada vez que percibe algo similar trae de vuelta esa sensación particular a la memoria, empieza a rumiar esas cosas tanto que no deja lugar para otros pensamientos. Si estos son buenos la mente se purifica, si son viciosos, se torna sucia.

La segunda parte del consejo ya citado dice: "Nadie en este mundo es un extraño". Si examinamos todas las riñas y competencias que existen en el mundo, observaremos que son causadas por la diferenciación en la consideración de las personas como propias y extractas.

Un buen padre no compite con su hijo en las empresas, más bien se siente feliz cuando ve que el hijo muestra capacidad y empeño en los negocios. Tampoco uno lucha consigo mismo. Por lo tanto, cuando

consideremos a todos como propios, no habrá más pelea; tendremos la tranquilidad.

Si tenemos necesidad de buscar lagunas debemos hacerlo en nosotros mismos para que podamos reformarnos. Dijo Jesús: "Y por qué miras la paja que está en el ojo de tu hermano, y no echas de ver la viga que está en tu propio ojo, ¡hipócrita! saca primero la viga de tu propio ojo, y entonces verás bien para sacar la paja del ojo de tu hermano", Recuerden también el episodio de la mujer sorprendida en adulterio que los escribas llevaron a Jesús y preguntaron Su opinión sobre la ley de apedrear a tales mujeres, y Su contestación: "El que de vosotros esté sin pecado sea el primero en arrojar la piedra contra ella". Ustedes recordaron lo que sucedió al oír esto; ellos, acusados por su conciencia, salieron uno a uno, comenzando desde los más viejos hasta los postreros y quedó sólo Jesús y la mujer que estaba en medio. Jesús, que hasta entonces había estado inclinado escribiendo en la tierra con el dedo, enderezándose y no viendo a nadie sino a la mujer, le dijo: "Mujer, ¿dónde están los que te acusaban? ¿Ninguno te condenó?" Ella dijo: "Ninguno, Señor." Entonces Jesús le dijo: "Ni yo te condeno; vete y no peques más." Así pues, vemos que todos los Maestros espirituales nos aconsejan no ver las faltas de otros si queremos tener o conseguir la paz, la tranquilidad mental.

Otra cosa muy importante, especialmente en la vida espiritual, la constituye la sinceridad. La hipocresía es peligrosa. Sri Krishna dice en el Bhagavad Gita: "El que controlando a los órganos de acción piensa en los objetos de goce, ese perverso es un hipócrita". La renunciación formal, sin el debido desapego mental a los objetos mundanos, no sirve para nada; esto hace más daño de lo que beneficia. También dice: "El que practica ayuno pierde gusto por los objetos, pero no sus tendencias internas de goce". Ellas desaparecen poco a poco cuando amanece la ansiedad por ver a Dios, cuando percibiendo lo fugaz que son las cosas del mundo uno arde de anhelo por deshacerse de ellas y lograr la liberación. El desapasionamiento puede surgir en uno debido a varias causas: fracaso en las empresas, disgusto familiar, y, por último, por el discernimiento verdadero. El causado por los dos primeros puede ser permanente o transitorio, pero el engendrado por el último permanece firme. Con el cambio de las circunstancias, el hombre que fuera acosado por el renunciamiento en los primeros dos casos, vuelve a meterse en el mundo. Éste es sólo momentáneo. También surge a veces la idea de renunciar cuando una persona querida muere; entonces el hombre piensa, "¡Ah! ¡Eso es todo! Ese es el fin de todo ser viviente." Pero cuando deja el crematorio o el cementerio, olvida todo. Retoma su vida diaria como antes. Pero en el que se despierta ese discernimiento y queda firme, cambia su modo de vivir, y busca la Suprema Verdad. Y sólo cuando La alcanza logra la tranquilidad eterna.