

## LA VIDA ESPIRITUAL Y LA ECUANIMIDAD

Swami Paratparananda<sup>1</sup>

(1977)

Todas las cosas en el universo están en un estado de inestabilidad, pues cambian a cada momento. Por ejemplo, la semilla que se siembra brota en algunos días, se convierte en una planta, la cual luego produce pimpollos y éstos se abren como flores. Algunas horas después las flores se marchitan, dando lugar en algunos casos al fruto. La luna da vuelta alrededor de la tierra y ésta a su vez en derredor del sol, sin parar. Todo el universo se encuentra en un vórtice de actividad. No puede parar ni descansar por miedo a ser aniquilado. Sin embargo, la actividad eterna es un concepto imposible. Debe haber períodos de reposo seguidos por los de actividad. Vemos esto en todo lo manifiesto en la creación; puede ser que el período de actividad y de descanso en ciertos casos sea corto, unos momentos, unas horas, mientras que en otros casos, como por ejemplo en el de la tierra, sea de millones de años. No obstante, si la naturaleza obedece a un esquema definitivo, y si se puede llegar a una conclusión acerca del proceso cósmico observando la construcción del microcosmo, entonces tenemos que admitir que debe haber períodos de reposo alternando con los de actividad en el universo entero. Las escrituras hindúes apoyan este punto de vista. Hablan de la teoría cíclica de la manifestación. Al respecto, citamos un verso del Rig Veda: “El Señor proyectó al sol y la luna y otras cosas, como en ocasiones anteriores.” Aquí está dicho claramente que ésta no fue la única vez que se manifestó un universo, que ya ha habido universos como éste varias veces y los habrá en el futuro también. La creación es sin principio, pero es alternadamente proyección y reposo. Después de la disolución del universo, hay un período en que no hay manifestación de ninguna clase. Luego, el Señor, vuelve a proyectar el universo de sí mismo. Así el proceso sigue sucesivamente, dicen los sabios hindúes.

Puede surgir una duda aquí a los que estudian los Upanishads, pues en una parte, el Chandógua Upanishad dice: “En el principio, hijo mío, este universo era únicamente Existencia Pura, no había ninguna otra cosa.” Es decir, el universo estaba disuelto en la Existencia, no tenía individualidad como universo. Sri Shankaracharia comentó este dicho del Upanishad dice que ‘el principio’ aquí se refiere al momento antes de

---

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

la manifestación, no a un principio de la creación. Hay un concepto hermoso en el Rig Veda que describe este momento así: “En este entonces no había inexistencia, ni Existencia, no había ni la tierra ni el lejano cielo. ¿Qué cubría esa niebla? ¿Quién moraba allí? ¿Dónde estaban esas aguas profundas? Entonces no existía la muerte ni la inmortalidad, ni el día ni la noche. Sin embargo, Aquello sólo vibraba sin movimiento en Su prístina gloria. No había ninguna otra cosa. Al principio la oscuridad yacía envuelta en la oscuridad indistinguible como una masa de agua.” Esa es la verdadera descripción de lo Indescriptible; solamente puede sentirlo íntimamente en el corazón aquél que ha logrado calmar todos los deseos de su mente. La gente puede proponer teorías maravillosas acerca de la creación que se ve por todas partes, pero lo que está más allá de los sentidos y pensamiento no puede ser descrito con palabras. Las personas que viven en aldeas, lejos de las ciudades, donde todavía la electricidad no ha llegado, puede tener una idea, aunque no bien clara, acerca de “las tinieblas envueltas en tinieblas”. Pueden haber observado la calma de la noche oscura de una luna nueva, la calma que inspira temor reverente a un viajero. ¡Imagínense cuánta más calma debería haber existido en aquella “oscuridad envuelta en la oscuridad”! A muchos esta descripción puede parecerles una fantasía poética. Opinarán que, en realidad, nadie puede saber lo que había antes de la manifestación del universo. Sí, eso es cierto en los casos de personas que nunca han tratado de ir más allá de los objetos sensorios, pero los que llegan a realizar a su propio Ser, al Atman como lo llaman en sánscrito, o Dios, pueden sentir algo de esa descripción. Por ejemplo, Sri Ramakrishna solía decir: “Quiero describirles mi experiencia en el estado de samadhi, pero no puedo; siento como si algo apretara mi lengua.” En otra ocasión dijo: “Tengo que bajar como dos o tres peldaños del samadhi antes de pronunciar el Om.” A pesar de ello, los sabios han tratado de dar una indicación de lo Absoluto por medio de los conceptos más próximos posibles a sus experiencias.

Ahora bien, hay varias clases de calma: hay la calma antes de la tormenta, y también la calma de la noche pesada en que el viento, como si por estar agotado debido a mucho soplar sin cesar, se hubiera ido a descansar a una lejana cueva de la montaña. Pero, ¡qué enorme es la diferencia entre la calma antes de la proyección del universo y las otras mencionadas aquí! En la primera hay la certeza de la placidez, en las otras mucho temor ante la calamidad inminente. En la primera, existe la frescura que tranquiliza el alma, en las otras se siente la presencia de una ansiedad insoportable; en una hay paz, en las otras preocupaciones. La primera es nuestra verdadera morada; y sólo llegando allí tendremos la paz que sobrepasa toda descripción, no antes.

Se puede experimentar una tranquilidad algo parecida a la que

brinda paz al alma, en las montañas de los Himalayas. La ermita en las montañas presenta un contraste directo con la impetuosa y loca actividad del mundo, atrapado en la cual el hombre se pierde en el mar de este mundo. Lejos de la muchedumbre, sumergida en su actividad desmesurada, el hombre en su ermita, establecido en la contemplación de su propio Ser, o Dios, no tan solo se retira del mundo exterior, sino que también se abstiene de crear mundos de deseos en su interior. Uno puede retirarse a un lugar solitario o a una montaña, pero si lleva deseos adentro no va a beneficiarse en nada de la soledad. Allí también creará otro mundo. Cierta vez un rey fue a un bosque y allí encontró a un rishi, sabio espiritual; complacido por el comportamiento del rey, el sabio le dijo: "Estoy complacido contigo; tienes buenas tendencias espirituales; quédate aquí. Esto te hará bien." El rey le contestó: "Venerado señor, todavía tengo muchos deseos. Si me quedo, crearé un reino aquí mismo." Así, pues lo que se necesita es calmar la mente, llegar a lograr la ecuanimidad. Luego se puede vivir en cualquier lugar. Ahora bien, una cosa parecida a esa calma de la cual hablamos, puede sentirse también en el sueño profundo, en que no existe nada, no se oye nada, no se presencia nada; todo lo que se siente es dicha inmensurable. Mucho más tranquilo debe ser el estado de unión con Dios, en que todos los deseos, agitadores de nuestro ánimo, descansan para siempre.

Swami Vivekananda dice que toda la creación se está apurando aunque sea inconscientemente para lograr esta ecuanimidad, este equilibrio perturbado. Los seres humanos también lo hacen, algunos consciente y otros inconscientemente. Esta es la distinción entre el ser humano y otros seres creados; el hombre puede luchar, teniendo plena conciencia de su objetivo, por lograr esa ecuanimidad. Porque el ser humano es un fenómeno maravilloso en toda la creación, pues es sólo él que puede rebelarse contra la naturaleza y combatir contra ella. Aunque fue creado con un físico frágil, ha sobrevivido a los ataques de los animales más poderosos, a las enfermedades y a pestes desastrosas. Ha domado hasta cierto punto las fuerzas de la naturaleza, zambulléndose en sus secretos. Pero la lucha contra la naturaleza externa forma sólo una fracción del combate. A pesar de todo el éxito que el hombre tuvo en su búsqueda en el mundo exterior y el dominio que logró en sus tentativas, no se encuentra en una situación feliz. Las innovaciones e invenciones pueden darle, sin duda, algo de placer por algún tiempo, pero eso sólo aumenta su tensión nerviosa, un torrente terrible de angustia por llegar a tener más y más goces. La tranquilidad no se logra mediante los placeres de los sentidos; por el contrario, estos producen en el hombre un gran vacío, un abismo que le asusta.

Sin embargo, esta carrera detrás de los placeres de los sentidos también se hace con el fin de alcanzar aquella Dicha Infinita, y olvidar

toda otra cosa, aunque se lo haga equivocadamente, así como el hombre sediento en un desierto toma el espejismo por un oasis y corre detrás de él. La gran mayoría de la humanidad toma los placeres del mundo como el único objetivo de su vida. ¿Por qué? Porque las cosas en el mundo son tan tangibles y el gozo que el hombre siente con ellas también al principio es tan agradable, que piensa que no hay otra cosa más deseable. Uno de los Upanishads, el Taittiría, afirma que el placer que un hombre siente en los objetos del mundo forma sólo una fracción infinitesimal de la Dicha de Brahman. El ser humano común no conociendo nada mejor, considera a esta pequeña porción como el todo y la persigue con avidez. Engañado así repetidas veces, al final se da cuenta de su error y trata de averiguar cómo puede salir de la red de tentaciones que estos objetos lanzan sobre él. Y aunque no existe nada que sea de Dios, uno que discierne no va a aceptar lo que le hace olvidar al Señor, pues sabe que lo que le aleja de Dios no es permanente, sólo tiene una existencia de dos días, por consiguiente se apartará de esos objetos. Porque ellos no pueden darle la felicidad eterna. Las escrituras hindúes también aseveran que no existe dicha en lo pequeño, sino que en lo Magno, únicamente. Por supuesto nadie está perdido para siempre, dicen los Upanishads. Un día todos van a volver a Aquello de dónde han sido proyectados, pero esto puede ser que tarde millones de años, o millones de vidas. Las cosas inanimadas y los animales que no piensan pueden esperarlo, pero un ser humano, teniendo la facultad de discernir, debe conscientemente hacer esfuerzos para reconquistar 'el reino de los cielos', antes de partir de esta tierra.

¿Por qué decimos que lograr la ecuanimidad, la serenidad, es un paso hacia la Dicha eterna, más aún, la Dicha misma? Como ya hemos visto, el universo es el resultado de la perturbación en el equilibrio de la Naturaleza, Prakriti, como la llaman los Samkhias, en sánscrito. ¿Qué vemos en este universo? Todo girando y revolteando sin rumbo, unos alrededor de otros, compitiendo duramente para conseguir algunas migajas que ni satisfacen el gusto. ¿Cómo se puede esperar que haya tranquilidad bajo estas circunstancias? ¿Cómo podemos aspirar a que el calderón de los deseos cese de hervir mientras el fuego de las pasiones esté vivo y ardiendo? ¿Cómo puede reinar la paz y la dicha en una mente que esté constantemente agitada y perturbada? Hasta que no lleguemos a ver a Dios o alcanzar lo Absoluto, que es la morada de la Dicha, no podemos pensar que ésta sea nuestra. Y a menos que tengamos nuestra mente plácida y en un estado ecuánime, Dios no se va a revelar allí. No es que el Señor sea cruel o no nos quiera, sino que a nosotros nos han gustado otras cosas, los juguetes coloridos y nos sentimos felices con ellos, aunque de vez en cuando estos nos dejan en medio de un torbellino. Es razonable suponer que donde existe agitación no puede haber tranquilidad, o serenidad, por consiguiente tampoco puede haber la

dicha que no cambia. Es por eso que todos los maestros espirituales exigen que cultivemos esta virtud de la ecuanimidad. Sri Krishna, por ejemplo, habla del sthitapragña, u hombre de conocimiento estable, o sabiduría inmóvil. Debemos notar el adjetivo, 'estable' o 'inmóvil', utilizado por Sri Krishna. No es un conocimiento que cambia a cada momento, ni tampoco significa un conocimiento común de las cosas de este mundo. Podemos tener el significado correcto, de estas palabras si estudiamos la descripción del hombre de 'conocimiento estable' dada en el Bhagavad Guita. Dice Krishna: "El que aniquila todos los deseos que se encuentran en su corazón, que se siente contento con el pensamiento de su propio Ser, o Atman, a él se le llama un hombre de conocimiento estable." Cada palabra está llena de significado. Debemos notar que uno tiene que aniquilar los deseos, no solamente subyugarlos, pues los subyugados pueden surgir de nuevo y producir daños inmensos por haber sufrido antes la humillación. También tenemos que prestar atención a la palabra 'todos' cuando menciona a los deseos. No es suficiente dominar algunos de ellos. Hasta tanto tengamos un solo deseo mundano no podremos tener la visión de Dios, ni la ecuanimidad. En otra parte del mismo capítulo Sri Krishna dice: "Los objetos de los sentidos dejan de ejercer su tentación a un hombre que está apartado de ellos, o practica ayunos, sin embargo todavía persiste en él, el deseo de gozar. Este último también desaparece cuando uno realiza a lo Supremo." Por eso es necesario eliminar todos los deseos de nuestra mente antes de adquirir este conocimiento. La definición no termina ahí sino que sigue: 'contento en el pensamiento de su Atman, o Ser'. ¿Qué significa esto? Quiere decir que para el contentamiento de esa persona, no se requiere nada del exterior, ni sueños, ni imaginaciones acerca del placer. Cuando llega a tener este estado, su mente no conoce nada sino la presencia del Atman, o Ser o Dios, que es auto-luminoso y lleno de dicha. Sólo una persona que logra ese estado puede ser llamado sthitapragña. El samadhi, la cima de la vida espiritual, no está lejos de esa persona. "Es como el alborear, - dice Sri Ramakrishna, - que muestra que pronto el sol va a salir."

El Bhagavad Guita continúa: "El que no es perturbado en la calamidad, desapegado de la felicidad, libre de apego, miedo e ira y al mismo tiempo inclinado habitualmente a la introversión es llamado un hombre de conocimiento estable." Aquí vemos que Sri Krishna no deja ninguna duda acerca de la verdadera naturaleza del que tiene ese conocimiento, para que podamos juzgarnos bien y no equivocarnos creyendo haber llegado a la cima de la vida espiritual. Los maestros espirituales tratan de ser lo más explícitos posibles, tan claros como el vehículo del lenguaje les permita dar expresión a sus ideas. Y para eso bajan a nuestro nivel de entendimiento. Quizá, Sri Krishna sintió que la

posteridad podría entender mal lo que Él había dicho y seguir un sendero equivocado. Para evitar esto, explica en extenso su idea, antes mencionada, en el verso ya citado. Porque uno puede hacerse ver como una persona de mucho coraje en una situación difícil, pero al mismo tiempo sentir trepidación dentro de su corazón. Por el contrario, el coraje engendrado por la verdadera fuerza es una cosa muy distinta. Vamos a dar un ejemplo. Cierta vez, en sus primeros días como monje errante, se apoderó de Swami Vivekananda un estado de ánimo fuerte de practicar intensa austeridad y una insatisfacción espiritual terrible, como ocurre con los grandes místicos. Por consiguiente decidió internarse en un denso bosque y como un rishi, sabio espiritual, de antaño, dejar caer el cuerpo simplemente por el agotamiento y el hambre. Acto seguido puso la decisión en la práctica. Caminó todo el día sin probar un bocado de comida, hasta que llegó la noche. Estaba tan débil que no pudo seguir más, sino que se sentó bajo un árbol, fijando su mente en el Señor. Después de un rato vio a un tigre acercársele más y más. Cuando había ya poca distancia entre ellos, el tigre se sentó. El Swami pensó: “! Ah! Esto está bien, ambos estamos hambrientos. Después de todo, este cuerpo no ha sido el vehículo para la realización absoluta, y ya que posiblemente el mundo no sea beneficiado por él, es bueno y deseable que pueda servir por lo menos a este animal hambriento.” Pensando así yacía allí donde se encontraba, tranquilo y sin moverse, esperando que el tigre se lanzara sobre él. Pero por uno u otro motivo la fiera se fue en otra dirección. El Swami lo esperó creyendo que podría volver, pero el animal no volvió. Swami Vivekananda pasó toda la noche en el bosque bajo el árbol, sumergido en la comunión con su propio Ser. ¡Cuál fue la experiencia que tuvo, la cual le inundó luego con una gran fuerza, sólo él lo supo! Esa es la serenidad a que Krishna se refiere en estos versos. Es engendrada por la realización de la Verdad Suprema.

En una ocasión hablando sobre la intrepidez Swami Vivekananda cito el ejemplo de un monje, que solía repetir “Shivoham” - “Soy Shiva, la Eterna Bienaventuranza”. “Cierta día un tigre atacó a este monje y lo llevó arrastrando y lo mató; pero mientras estaba vivo, lo que se escuchaba eran las palabras: “!Shivoham, Shivoham!” concluye Swami Vivekananda. Esta es la ecuanimidad, esto es lo que se llama estar establecido en el conocimiento, ser intrépido hasta en las garras de la muerte, estar unido con el Ser, estar satisfecho en el Ser y también estar libre de todo apego. Porque, ¿qué otra cosa es tan preciosa y tan querida por el hombre como su cuerpo? ¿No es toda la lucha del hombre común el mantener el cuerpo sano y salvo? Lo es. No obstante, aquí vemos a una persona que no pensó en su cuerpo como si fuera algo más valioso que los harapos que llevaba.

Sri Krishna sigue con la descripción de ese gran yogui: “El que bajo

cualquier circunstancia no se aferra a ninguna cosa, pero al mismo tiempo acepta lo que viene ya sea agradable o desagradable, sin alegrarse por la primera ni deprimirse por la segunda, tiene el conocimiento estable.” Agrega que esa persona habiendo dominado los sentidos dirige su mente hacia el Señor. Luego dice: “Sólo llega a tener la paz (la ecuanimidad) eterna, aquél en quien todos los deseos entran sin perturbarlo en lo más mínimo, así como el océano que se mantiene igual e inmóvil aunque las aguas entren en él por doquier, y no el que desea placeres del mundo.”

En otra parte del Bhagavad Gita este mismo estado de ecuanimidad está descrito como el de *gunatita*, es decir, el estado de una persona que ha ido más allá de los tres *gunas*. Como se sabe, la Naturaleza o Prakriti tiene tres componentes que se llaman *gunas*; son: *sattva*, *rayas* y *tamas*. Todo el universo está hecho de estos tres *gunas*. No existe cosa alguna que no los tenga. Todos estos atan al hombre al mundo de distintas maneras, pero entre ellos el *sattva* es el que ayuda más al hombre a salir de la red de ilusión, pero no lo lleva hasta Dios. Por lo tanto, el que quiere llegar a la Suprema Verdad tiene que trascender estos tres componentes de Prakriti. Sólo entonces puede tener la ecuanimidad.

Los que están dispuestos a luchar para conseguir las cualidades ya mencionadas, pueden tener esperanzas de lograr la visión de Dios, no los demás; pues bien dicen los Upanishads: “Este Atman no es alcanzable por los débiles, ni por medio de caminos equivocados, tampoco sin las austeridades y renunciación.” Shri Shankaracharia comentando este dicho observa: “Las prácticas que ayudan a lograr al Atman son la fuerza engendrada por la dedicación a Él, austeridad y renunciación y no caer en la ilusión. Caer en la ilusión significa buscar la felicidad en los placeres, teniendo hijos, ganado y riquezas.” El Upanishad agrega que sólo siguiendo esas prácticas se puede entrar en la morada de Brahman, es decir, unirse con Dios, quien es la Existencia, Conciencia y Dicha Absoluta.

En otro Upanishad, el Brihadáraniaka, encontramos un diálogo entre un sabio espiritual y su esposa, Yágnavalkia y Maitreyi, que explica con claridad lo inútil que son los objetos y riquezas del mundo para conseguir la gracia de Dios. Yágnavalkia deseando retirarse a un bosque abandonando al mundo, con el fin de dedicarse totalmente a Dios, comunicó su decisión a sus dos esposas. También les dijo que dividiría los bienes entre ellas. Maitreyi, que era la más inteligente, le preguntó: “Señor, ¿puedo yo lograr la Inmortalidad si llego a poseer toda la riqueza que está en la tierra?” Yágnavalkia replicó: “No, no hay esperanza de llegar a la Inmortalidad por medio de la riqueza, pero puedes vivir confortablemente en el mundo” Contestó la esposa: “¿De qué me sirven las cosas que no me ayudan a lograr la Inmortalidad? Por favor, enséñame acerca de lo que me va a brindar aquel estado dichoso.” Ese es

el desapego verdadero, nacido del discernimiento. Este desapego, el estar libre de deseos, del cual el Bhagavad Guita habla, no es pasajero, sino que es de duración permanente. Uno, a veces, logra una clase de ecuanimidad, después de alcanzar el objetivo mundano o el cumplimiento de algunos deseos; pero al momento siguiente se desvanece. Entran en su mente otras ambiciones, otros deseos y perturban la serenidad que había logrado. Pero es distinta la ecuanimidad de la persona que llega a establecerse en el conocimiento incambiable.

Puede surgir una duda aquí: "Cuando todo en el universo cambia y es variable, ¿cómo puede ser estable y permanente sólo este estado?" Sí, pero hay cosas que no pueden cambiar, por ejemplo, las semillas tostadas. Aunque se las siembre y riegue no van a germinar; del mismo modo, cuando todos los deseos, que son como semillas de nuestro enredo en este mundo, estén quemados en el fuego del conocimiento, o estén dirigidos en su totalidad hacia Dios, no pueden germinar, dar lugar a nuevos nacimientos y muertes, tampoco pueden tentar al hombre a que caiga en la trampa de la ilusión. Sri Ramakrishna da la analogía de dos imanes; dice: "Supongamos que hay dos imanes, uno grande, otro pequeño. ¿Cuál de ellos atraerá el hierro? Por supuesto que el grande. Dios es el imán grande. Comparado con Él las cosas del mundo son el pequeño imán." Si esto es así, entonces ¿por qué Él no atrae a todos? Porque Él no quiere que el juego del universo se termine tan pronto, pero acaba para aquellos que se sienten cansados del juego y no se deleitan más con ello. Dios, como una bondadosa madre, no perturba a los niños que están entretenidos con los juguetes coloridos, que son las cosas del mundo. Pero llega corriendo hacia aquellos que lloran y se impacientan por Él y no quieren ninguna otra cosa. Entretenerse con los objetos sensorios es como estar fuera del campo de atracción del gran imán, y así como cuando el hierro está fuera del campo de atracción del imán, no es atraído por éste, del mismo modo, cuando las personas se sienten felices con los objetos del mundo, su corazón no responde a la atracción de Dios.

Ahora bien, nos referimos, al principio de esta charla, al estado en que se encontraba la Existencia antes de la proyección de este universo. ¿Cómo pudieron saber esto, los rishis que lo describen? Por medio de su realización llegaron a saber que lo que existía antes de la creación debe ser también lo que habrá después de la disolución, y en el samadhi disuelve todo, lo que queda no puede ser descripto. La mente de la persona en samadhi está en la condición del barco que entra en las 'aguas oscuras del mar'. El barco no vuelve y por consiguiente no puede dar noticias acerca de la región; de la misma manera, la mente de la persona que se une con lo Absoluto no vuelve para contarnos lo que ve o percibe allá. Y hasta los que bajan de este estado de samadhi no pueden describir

lo que experimentan en él. Sin embargo, no es un estado del cual uno deba asustarse; todo lo contrario, es un estado logrando el cual uno puede deshacerse de todas las dudas, todos los nudos del corazón y todo resultado de las acciones, tanto de esta vida como de las anteriores.

¿Qué ocurre si una persona llega a tener esa clase de conocimiento? Sri Krishna dice que esta persona queda establecida en Brahman; como consecuencia, percibe con ecuanimidad a un brahmín dotado de sabiduría y humildad, a una vaca, a un elefante, a un perro y hasta a uno que vive comiendo carne de perro. Para esa persona todos son iguales ya que ve a lo Absoluto, o a su propio Ser, manifiesto en todos ellos. De esa persona desaparecen el apego y el odio, la ira, la codicia y otras pasiones. Ella siempre se siente contenta con lo que le viene, sea bueno o malo, sin ser agitada por los cambios y trastornos de la vida.

Ahora viene la pregunta: ¿Cómo podemos lograr ese estado? Por la práctica, como ocurre en cualquier carrera, profesión o arte. Swami Vivekananda cierta vez observo: “Uds. pueden escucharme durante horas, pero si no lo practican, no van a avanzar ni un paso.” Este es un hecho que todos conocen por su propia experiencia. No solamente debemos practicar lo que nos lleva hacia la meta, sino también debemos prestar atención a los medios empleados para lograrla. Estos deben ser tan puros como la meta. “No puedes lograr lo que es Infinito por medio de las cosas finitas,” dice el Kathopanishad. De la misma manera, uno no puede lograr un estado noble siguiendo senderos dudosos. La ecuanimidad es un estado muy elevado. Por consiguiente, todas las cualidades que se manifiestan espontáneamente en una persona que ha logrado ese estado, deben ser cultivadas con diligencia como medios para alcanzar la ecuanimidad. Uno puede lograr este estado también por el sendero de la devoción, pues encontramos en el Bhagavad Guita la descripción idéntica de un devoto que ama a Dios con todo corazón y la de un ser establecido en el conocimiento. En pocas palabras el método consiste en someter el ego a la voluntad del Señor y amar a Dios con exclusión de todas las otras cosas del mundo, haciéndolo el único objetivo de la vida. O los que quieren hollar el sendero del conocimiento tienen que discernir entre lo Real y lo irreal, y aferrarse a lo Real con toda su fuerza, sin mirar ni fijarse en lo que sucede con los objetos que son irreales o transitorios. Si podemos tener tenacidad y perseverancia entonces, un día, este estado de ecuanimidad que nos otorgará la paz eterna y la unión con Dios, será nuestro.

¡Que el Señor nos guíe y nos conduzca hacia la meta, y nos dé la fuerza necesaria para llegar a alcanzarla!

