

Por Swami Dayananda Saraswati.

Traducido por Gloria Alcaide. Revisión Oscar Montero.

Fragmento del libro “Intelligent Living” basado en una conferencia de Swami Dayanada, Chennai, 2006.

Ser objetivo es lo que yo llamo vivir de manera inteligente. Necesito ser objetivo en muchas áreas. Y no basta que entienda esto en general, de forma vaga. Debo investigar profundamente ciertas áreas que necesitan ser comprendidas, ventiladas, con el fin de vivir una vida de objetividad. Hay un mundo disponible para la apreciación pública, pero vivo en mi propio mundo de miedos, ansiedades y proyecciones. Todos están viviendo en una burbuja. Tenemos que pinchar esta burbuja y respirar aire fresco. Entendamos primero la razón de esta subjetividad; Entonces podremos investigar qué se requiere para ser objetivo.

La ignorancia puede ser un factor implicado en la subjetividad. Generalmente, este es el factor al que nos referimos cuando enseñamos Vedanta. Enseñamos el “*qué es*” para que obtengas un conocimiento claro en relación con ciertas realidades. Este es un tema. Hay otro factor, que es psicológico y no puede ser desechado. Aquella persona que no desee abordar sus temas psicológicos porque son dolorosos, desecha el factor psicológico como meramente psicológico. Por tanto, vamos a referirnos a ellos.

Abordar el factor psicológico.

Cuando se nace, se está totalmente indefenso. Un niño humano no es tan simple como un ternero. Un ternero nace, forcejea y se pone de pie sobre sus cuatro patas. Un bebé humano, quizás estaba muy seguro y a salvo sólo antes de nacer. El cuerpo del bebé, conectado con su madre, teniendo su propio corazón, moviéndose y flotando felizmente dentro, estaba totalmente seguro, quizás durante el único periodo de tiempo en toda su vida. Nace para comenzar una vida independiente. ¡Qué principio para una vida independiente! Para vivir independientemente se debe tener todo lo que es

necesario. Al menos se debe ser capaz de pedir. El bebé recién nacido no puede ni pedir, pero está comenzando una vida independiente. El bebé estaba a salvo un minuto antes de nacer. Una vez que nace, desde que han cortado el cordón, está inseguro, totalmente indefenso. Esto hace que comience su viaje, un viaje independiente. No conoce nada. Los ojos están todavía cerrados, aún no se abren. Comienza su vida con absoluta confianza en la persona cuyas manos le cogen. Esto es cien por cien de confianza. El bebé, todavía prenatal, puede haber oído vagamente la voz de la madre. Ahora oye la misma voz. Quizás siente una pequeña molestia interna si la voz suena diferente a la de su madre si el bebé es entregado a otra persona. Sólo una pequeña molestia, puesto que no puede preguntarse qué persona le alimenta. Tiene que entregarse completamente a esa persona porque no tiene los recursos para sobrevivir. Como organismo está programado para sobrevivir; tiene ese instinto. Este es el único objetivo al principio. No hay otra meta. Si preguntaras al bebé: “¿Cuál es la meta de la vida?”. Si pudiera contestarte, te diría: “*Quiero sobrevivir*”. No hay otra meta. No va a decirte, “*Quiero ser el presidente de este país*”. La supervivencia es la historia no contada del organismo. Es la historia de todos los organismos.

La confianza total del niño.

El bebé está indefenso. No puede ni darse la vuelta, mucho menos tener recursos para sobrevivir. Se entrega a lo que yo llamo confianza. ¿Sabes qué tipo de confianza? Es confianza total. Puedes tener confianza total sólo en alguien que sea conecedor de todo. No puedes confiar absolutamente en una persona falible, sujeta al tiempo, sujeta a la edad, a la enfermedad y la muerte. No puedes confiar totalmente en esa persona que puede crear, pero sólo cosas pequeñas, y que también dice que no puede hacer nada más; Mucho menos puedes confiar en una persona que puede crear pero no puede mantener lo que ha creado. Quizás una persona puede crear algo, puede hacerlo funcionar, pero no puede destruirlo o pararlo, como algunas personas que no saben cuándo parar de hablar. Así, en esa persona no puedes confiar. No puedes confiar al cien por cien en esa persona. Sólo puedes confiar en una persona que no tenga ninguna limitación, en términos de conocimiento y en términos de *śakti*, poder.

Sea como sea que mires a esa persona, tiene que tener total capacidad; sólo en esa persona podrías confiar totalmente.

Sin embargo, la inocencia por parte del niño hace que la confianza total sea posible. La confianza total es necesaria para el bebé. No puede permitirse no confiar; tiene que confiar, y hacerlo totalmente. La confianza total significa confianza en que la persona en la que se confía te alimentará, te cuidará. Esta persona se convertirá en Ísvara, Dios, para el niño y en el regazo de esta persona, se relajará; se dormirá. A la voz de la persona que mece la cuna, o le balancea en el regazo, el niño se dormirá porque está a salvo. En su consciencia hay seguridad porque hay confianza total. La seguridad proviene de la confianza.

Erosión gradual de la confianza total del niño.

Una madre es digna de confianza hasta que suena su móvil. Una vez llamaron a la puerta. Una vez sonó el teléfono. Todo esto “*sucedio una vez*”. Ahora el móvil suena y tú estás alejada del niño. El niño se siente descuidado porque hay inconsistencia. No estás alrededor todo el tiempo. Quiero que entiendas esto minuciosamente. No podemos permitirnos ser ignorantes de algunas cosas. Necesitamos saber.

La inconsistencia causa malestar en el niño. En su consciencia, la madre tiene que estar alrededor. A medida que el bebé crece, empieza a reconocer otras voces familiares de diferentes frecuencias de las que oía cuando estaba en el seno materno, algunas veces por la mañana o por la tarde. Algunas veces se escuchan después de diez días. Incluso esto es una experiencia tranquilizadora y le da un sentido de seguridad. Bien, esta consistencia por parte de la madre hace que el niño se sienta seguro. La madre puede que no sea una madre trabajadora. Esta “*madre trabajadora*” es una nueva expresión. Como si las otras madres no trabajaran. Trabajan en la cocina, van al mercado; Trabajan en el hogar. En tanto que la madre no se aleja de la consciencia del niño, éste se siente seguro. En tanto que la madre no caiga enferma, el niño está seguro. En tanto que la madre no comparta su atención con otro bebé, el niño está seguro. En

tanto que la madre no levante su voz, el niño está seguro. En tanto que la madre no discuta con la “voz-frecuencia”¹ de la otra persona, el niño está seguro.

Podrás entender ahora que a medida que el niño crece, también crece la inseguridad. Comienza a ver la defectibilidad, la inconsistencia ¿Dónde está la confianza total? La confianza total es violada, se erosiona todo el tiempo.

En una familia unida el bebé siempre tendrá un regazo, un regazo vacío donde acudir. Se sienta en el regazo vacío de la abuela o de una tía. Ahora no hay regazos vacíos; Incluso si el regazo está vacío, hay un portátil en él. ¿Dónde hay un regazo vacío? No hay regazos vacíos disponibles, por lo que el bebé crece inseguro, y se mantiene inseguro, constantemente buscando la misma seguridad, la misma seguridad que ha experimentado antes de su nacimiento.

Esta experiencia particular del niño, que se mantiene el resto de su vida, es lo que llamamos inconsciente. Todo adulto tiene la responsabilidad de procesar esta inseguridad con la que uno no puede vivir. Para vivir inteligentemente, para vivir objetivamente, uno tiene que entender este inconsciente muy cuidadosamente. El inconsciente interpreta todo. Vicia cualquier experiencia. Distorsiona todo. No se ve nada tal como es. Necesitamos poner consciencia en la inconsciencia. Lo haremos.

Tenemos una palabra en sánscrito, *kaṣāya*, equivalente al término inconsciencia. *Kaṣāya* controla la propia vida; Uno no tiene control sobre ello. La naturaleza de *kaṣāya*, el inconsciente, es tal que no tienes nada que decir sobre él, en la medida de que es algo sobre lo que no tienes consciencia. Hablando con propiedad, nuestro comportamiento mecánico realmente proviene del inconsciente. Las escrituras, como la *Bhagavad Gita* y las *Upaniṣads*, también abordan los problemas causados por el inconsciente. La palabra “*ātmavan*” de las escrituras, quiere decir uno que tiene *ātma*². Todos tienen *ātma*. *Ātma* aquí es la totalidad del *karya-karana-saṅghata*, nuestro compuesto *cuerpo-mente-sentidos*. *Ātmavan* es aquel el que tiene poder de decisión sobre los hábitos de la mente. Esto revela el reconocimiento de nuestro *śāstra* (los

¹ N.D.E. Swamiji parece hacer una broma llamando al padre una “voz-frecuencia”.

² *Ātma es el ser, uno mismo.*

textos védicos) sobre la necesidad de abordar el propio *kaṣāya*. En realidad toda la cultura hindú sánscrita reconoce esto como un tema que necesita ser tratado.

Entendamos este *kaṣāya*, el inconsciente. El niño humano, el superviviente, quiere tener siempre sus dioses de su lado. Obviamente no quiere perderlos ni perder su gracia. El niño espera que los padres estén totalmente libres de cualquier forma de limitación. ¿Dónde está la posibilidad? Desde el punto de vista del conocimiento, del poder, de la salud, de la longevidad, de la consistencia, la madre tiene que estar libre de las limitaciones, pero la realidad es que la madre tiene limitaciones. Así también el padre, que tiene muchas más, no menos. Por tanto, a medida que el niño crece, la confianza total que el niño disfrutaba comienza a ser mancillada. La indefensión del niño continúa. A los dos años de edad está indefenso. Ha descubierto su propio ego, pero comienza a descubrir más y más limitaciones en los padres sin verbalizarlas. El reconocimiento no verbal de las limitaciones que violan la confianza es letal. Este es el dolor que forma el inconsciente. El niño no puede afrontar este dolor. Morirá de dolor. Por tanto, en la naturaleza, —llamémosle “naturaleza” por el momento— hay una provisión de dolor que el niño tiene que esconder, esconder debajo de la mente consciente. Este es el anverso del ego, la parte oscura de cada uno, al que llamamos inconsciente.

El impacto de la guardería sobre el niño.

En estos días de competitividad, mandamos a los niños al colegio incluso antes de los dos años de edad. Una vez pude ver en una guardería, en Bhavnagar (Gujarat), un niño de sólo dieciocho meses. Pregunté por su madre, pero no estaba allí. La persona que dirige la escuela —y a quien le tocó ser mi anfitriona— estaba muy feliz, jubilosa, de que hubiera en su escuela un niño de año y medio. Me dijo: “*Sabes, Swamiji, este niño tiene sólo 18 meses*”. Aquello era una completa y capital violación de la confianza del niño. Era flagrante. Todavía hay violaciones que los padres no pueden evitar. La madre tiene que ir de aquí para allá; entre medias, hay algunas riñas, hay algunos dolores de cabeza, algunos gritos y así sucesivamente. Esto es un lote letal que causa bastantes problemas al niño. Estos son los problemas normales de la gente. Esta es la

causa de las neurosis cuando a alguien de año y medio, de dos años o de tres años se le envía a la escuela, separándole de su madre,

En la consciencia del niño no hay presencia de la madre. En realidad, el niño se siente abandonado cuando se le envía a la escuela; La madre ha desaparecido de su consciencia. El niño siente a su omnisciente y todopoderosa madre, en la que confía, y ella no puede cometer un error. Por tanto, concluye: *“Algo está mal en mí; esto es por lo que me envían lejos”*. Las personas dicen que esta neurosis es una contribución de la sociedad. Los sociólogos hablan de ello. Todo esto es ignorancia, nada más que pura ignorancia. Esta contribución está hecha sólo por los padres. Ellos han abandonado al niño en el colegio.

La pregunta que se hacen los padres es: *“¿Cómo les vamos a enseñar las convenciones y las habilidades sociales?”*. ¿Qué habilidades sociales? ¿No tenemos habilidades sociales? Todo el mundo tiene habilidades sociales. Puedes enseñar todo sobre habilidades sociales en sólo dos días; No requiere más tiempo. Lo que necesitamos son personas estables. Los padres también argumentan: *“¿Cómo competirá mi hijo más tarde en este mundo competitivo si no va a una escuela infantil? Además, los colegios de enseñanza primaria no te admiten si no tienes un certificado de escuela infantil”*. Este es otro problema. Tenemos que cambiarlo.

Estas escuelas infantiles (guarderías) destruyen la estabilidad, la sensatez de la generación futura. La generación actual es una manifestación de este problema. Más tarde, empujamos a estos niños a obtener resultados en la escuela del noventa y siete por ciento, noventa y ocho por ciento, noventa y nueve por ciento, y así. La puntuación del padre fué sólo del setenta por ciento; La madre setenta y dos por ciento. Si nos atenemos a la media genética, el niño debe puntuar sólo el setenta y uno por ciento. ¿Cómo va a obtener un noventa y nueve? Genéticamente es ilógico. Por tanto, presionamos constantemente a los niños hasta que se derrumban. Si no se derrumban, no sabrás lo que harán más tarde.

No enviéis a los niños a las guarderías. Enviad a los niños al colegio cuando el niño tenga cinco años. Esta es la forma correcta de actuar.

Una necesidad de volver a revisar las guarderías.

Si una persona envía al niño a la escuela infantil, entonces alguien debe acompañar al niño desde casa. Por tanto, dejemos que haya guarderías donde la madre también asista y esté presente.

“Swamiji, todas las madres no pueden venir”.

“Entonces, ¿por qué se convierten en madre?”.

“Swamiji, ella quiere ser madre”.

“Pues entonces permitidle ser madre”.

“No, ella es madre por la mañana, madre por la tarde”.

“¿Qué es entre medias?”.

“Es una mujer trabajadora”.

Incluso en el lugar de trabajo el sentimiento de ser una madre está siempre ahí. No puedes ser madre por la mañana, madre por la tarde, y apagar a la madre entre medias. Esto es imposible. Eres madre siempre, incluso sin el niño. Sin embargo, si el niño está sin la madre, esto no es correcto.

Hemos iniciado dos colegios ahora en Chennai donde las madres acompañan a sus hijos. En realidad, debemos empezar este tipo de colegios en todas las localidades. Pedid a los niños que vengan con sus madres y comenzad un colegio. Haced lo mismo con todas las guarderías una vez por todas. Es importante que lo hagan porque nadie tiene derecho a destruir una vida. Todas las evidencias dicen que no es bueno para el niño, para toda la sociedad, para nuestra cultura, para nuestro país. Cuando alguien va en contra de las evidencias, esa persona no ha entendido realmente.

Ahora voy a referirme a la sensatez, al juicio de las personas. Necesitamos ser muy dulces con nuestros niños, sensibles a sus necesidades y nunca ser responsables de separar al niño de su madre, de sus dioses. Nunca entrometerse entre un niño y sus

dioses en nombre de la escolarización. En nuestra cultura, no puedes entrometerte entre un marido y su esposa. No puedes incluso andar entre ellos cuando están hablándose el uno al otro. No puedes entrometerte entre una madre y su hijo. No puedes entrometerte entre un profesor y su estudiante. No debes nunca entrometerte entre el niño y sus dioses. Esto es muy importante.

El Sistema védico de educación.

En los tiempos antiguos, no teníamos este tipo de situación. Cuando leemos la *Chandogya Upanisad* encontramos que *Uddalaka*, el padre de *Svetaketu*, envió a *Svetaketu* a un *gurukulam*³ cuando tenía doce años. Tenemos que aprender del Veda; El niño es enviado a un *gurukulam* sólo después de que tenga doce años. Hasta entonces el niño tiene que aprender en casa. Esto significa que en los años de la adolescencia está en el *gurukulam*. Es un maravilloso acuerdo para los padres porque se liberan de los problemas de los hijos adolescentes⁴. Los profesores en el *gurukulam* manejarán estos problemas de la adolescencia. Hasta que el niño/a tenga doce años, tiene que quedarse con sus padres y estudiar. Es un acuerdo muy sensato.

Después de todo, el sistema de Madam Montessori se introdujo hace pocos años. Podemos cambiarlo otra vez en pocos tiempo. Ms. Montessori fue una buena mujer. Ella pensaba que estaba contribuyendo algo en el crecimiento del niño. Nunca supo que estaba causando neurosis. Esta neurosis hace que el niño tenga un pensamiento del tipo: “*No soy bueno, por esto es por lo que mi madre me aleja*”. Lo peor de todo es la madre diciéndome: “*Swamiji, mi hijo es diferente; Ama la escuela. Vuelve a casa y me cuenta todo sobre el colegio y cómo lo disfruta*”. Cuanto más ame el niño la escuela, mayor es el dolor subyacente. El niño parece estar feliz porque quiere volver a ganarse a su madre. Cuanto más exprese el niño su gran admiración por sus padres, más grande es el dolor subyacente. El inconsciente va cargándose día a día. A la edad de cuatro años y medio el desarrollo del inconsciente se completa, y entonces el consciente va creciendo.

³ La residencia del maestro donde imparte conocimiento y se estudia.

⁴ N.D.E. Swamiji hace una broma. En la edad más problemática los padres se libran de los adolescentes y éstos viven en el *gurukulam*

El desarrollo del consciente confirma el inconsciente, en cualquier caso. Por tanto, durante toda la vida hay este sentimiento de “*no le gusto a nadie, nadie me quiere*” y una sensación de soledad. En este abarrotado *jagat (el mundo)*, hay soledad. Considéralo detenidamente. Cuando miras hacia arriba, hay estrellas. Cuando miras alrededor, hay personas y más personas. Si no hubiera personas, por lo menos, hay bastantes insectos. No estás falto de compañía en ningún momento. ¿Cómo puede alguien sentirse sólo? Es sólo una sensación.

A parte de este asunto, el niño también tiene un sentido intrínseco de su propia valía, su propia bondad. Por lo tanto el niño también siente que no se le entiende. Piensa: “*No he hecho nada malo. ¿Por qué debo ser alejado? ¿Por qué debo ser abandonado, castigado de esta manera? No es mi error*”. Y aun así, y puesto que los padres siguen siendo dioses, el niño piensa: “*Puede ser que haya un error por el que soy abandonado. Mis padres no pueden equivocarse, pero al mismo tiempo, no he hecho nada malo*”. Por ello, el inocente niño está realmente confundido. La confusión permanece durante toda la vida de la persona; Esto le hace reaccionar ante toda situación subjetivamente en vez de objetivamente.

Uno proyecta cosas que no están ahí. Cosas simples se convierten en problemas. Por ejemplo, alguien que es muy querido por ti estaba tratando de estornudar, y en el momento exacto que tu le preguntaste: “*¿Todavía te gusto?*”. La persona estaba tratando de estornudar e hizo un tipo de contorsión en su cara que parecía como si tuviera el ceño fruncido. Como su cara estaba con “el ceño fruncido”, lo tomaste como respuesta, una respuesta negativa. Incluso el lenguaje corporal también se convierte en un problema muy grande.

Necesidad de comunicación en casa.

Cuando no hay comunicación en casa, las personas andan en su propio mundo subjetivo, como si estuvieran encerrados en un cascarón privado. Los padres me dicen: “*Swamiji, nunca discutimos en presencia de nuestros hijos*”. ¿Verdaderamente creen que sus hijos no saben que discuten? Los niños siempre perciben que algo ha sucedido.

Cuando los padres vuelven a reír más tarde, el niño ve algo malo en esa risa extra y se mete en su cascarón privado. En occidente, este tipo de hogar se denomina disfuncional. Puedes entender lo que es un hogar disfuncional. Entre los padres no hay entendimiento, ni amistad y no hay alegría; Por tanto, el niño está siempre en nervioso, ansioso. Antes de que el niño tenga cuatro años y medio e incluso después la ansiedad continúa.

La sociedad estructurada era una bendición.

Hace mucho tiempo, la mente india era considerada sólida y segura porque la gente vivía en una sociedad altamente estructurada y predecible. Si el padre era sacerdote, entonces el hijo también sería sacerdote. Así, no había problemas sobre lo que uno haría en la vida. El hijo sería sacerdote. Podía ser mejor sacerdote, un sacerdote más informado, más educado y escolarizado. En todas las verdaderas profesiones la excelencia podía lograrse. Puesto que la sociedad era segura y estructurada, existía cierta sensatez. No estoy diciendo que quiera que este tipo de sistema social vuelva a la actualidad. No me preocupo por ello, pero me importa la sensatez, el juicio, y estos factores no podemos cambiarlos por nada. ¿Por qué estamos sacrificando la estabilidad emocional?

La felicidad es aceptarse totalmente como persona.

Una parte de la sociedad india está representada por aquella persona que es feliz simplemente por sentarse bajo un árbol. No tiene nada. Esto es algo para contar al mundo entero. Una persona con un mero calzoncillo * es bendecida cuando está feliz y contenta, *kauppinavantah khalu bhagyavantah*. No es que todas las personas vestidas con calzoncillos sean bendecidas, pero hay personas que son felices siendo lo que son, incluso si no tienen nada. Después de todo, ¿qué es lo que queremos lograr? Necesitas aceptarte como una persona completa. Si tienes total aceptación dentro y fuera, lo habrás conseguido. Hasta entonces, buscas la aprobación de los otros, la aprobación de la sociedad. Quieres probarte ser alguien. Es una lucha constante.

Estabilidad en una sociedad y hogar estructurados.

Decimos que esta es una sociedad progresista. Hablando honestamente, la India tuvo una sensatez que todo el mundo admiró. Incluso hoy, hay una realidad que más nos vale reconocer. No digo que sea mérito nuestro. ¿Cuál es esta realidad? Todos los países de posguerra independientes (los países que se han de los países colonizadores) han sufrido golpes de estado. Incluso en nuestro país vecino, que fue parte de este país, un país escindido de nuestro país, ha sufrido golpes de estado, uno detrás de otro. Entonces, ¿Cómo no ha habido ni un golpe de estado en la India? ¿Hay algo mal en nosotros? ¿No ha habido situaciones en la India que hubieran requerido una revolución? ¿No ha habido ocasiones para golpes de estado? Hubo ocasiones, pero no se produjo jamás un golpe de estado. Es nuestra cultura; Hay sensatez y hay estabilidad. No quiero pensar que son los restos de nuestra cultura pasada. No ha desaparecido completamente; Todavía está viva.

En una sociedad estructurada hay estabilidad. En un hogar estructurado hay estabilidad. Cuando el hogar no está estructurado, cuando lo que ocurre hoy y lo que sucederá mañana no está muy claro, el hogar se vuelve disfuncional. Los hijos están siempre ansiosos.

El inconsciente controla la propia vida.

Todo el mundo tiene un inconsciente. Esto es por lo que nos pasan un montón de cosas, como *krodha* (la ira). No es que nos estemos enfadando conscientemente. La ira se considera que es un *mahapañma*, el mayor enemigo, situado dentro de nosotros. La ira nace del inconsciente.

Con referencia al deseo, hay un cierto grado de elección. Con la ira, se renuncia a la elección. Esta es la razón por la que uno no puede decidir estar enfadado. No puedes conscientemente estar enfadado incluso si yo te lo suplico. Puedo pedirte que aplaudas, “*Por favor, aplaude*”. Puedes aplaudir o no porque la libertad está literalmente en tus manos. Cuanto te digo: “*Aplauda, venga, aplaude*”, algunos aplaudisteis, otros no. Los que no aplaudisteis quizás pensasteis como los típicos indios:

“Otros aplaudirán, ¿por qué debo aplaudir?”. En este acto de aplaudir, hay completa libertad. Está determinado por tu deseo. Puedes hacerlo o no necesitar hacerlo. Pero cuando te digo, “Enfádate durante medio minuto”, entonces, es diferente. No estar enfadado es una cosa, pero ser incapaz de estar enfadado es algo distinto. No hacer *adharmā*⁵ es una cosa, pero ser incapaz de hacer *adharmā*⁶ es algo distinto. Es un nivel completamente diferente en el crecimiento personal. ¿Eres incapaz de estar enfadado durante medio minuto? Bien, uno puede enfadarse pero no conscientemente, lo que permite decir que uno se enfada inconscientemente.

—“Swamiji, no es que inconscientemente me enfade. Hay siempre alguien que me hace enfadar”—. No, es el inconsciente. Si alguien puede hacerte enfadar, es debido al inconsciente. Nadie es capaz de hacerte enfadar. Has permitido a alguien que te haga enfadar; Este es el inconsciente. Significa que vives en un mundo de tu propia proyección. No hay personas ni nada en el mundo que pueda hacerte enfadar. La ira es un síntoma. Es una respuesta y una expresión del dolor que hay en el inconsciente. Por tanto, el inconsciente en un niño congelado en el tiempo.

Todos tienen un niño en sí mismo. El niño tiene algo bello; Tiene inocencia, tiene frescura. Da esas curiosas perspectivas, pregunta cuestiones curiosas, el qué, el por qué, cómo y esas cosas. Tienen siempre la misma frescura tanto si vienen del niño exterior, del niño interior o del adulto.

Si el ego del adulto y el niño son uno y el mismo, integrados, entonces uno siempre mira las cosas con frescura, siempre cuestiona, siempre quiere saber. Necesitamos a ese niño, su frescura. Incluso ahora la tienes. Pero, cuando la ira nos puede, cuando los celos se hacen cargo de la situación, el odio toma el relevo y uno se siente poseído.

⁵ La virtud, lo correcto, la ley, lo apropiado, el orden ético.

⁶ Lo incorrecto, lo inapropiado.

Procesando el inconsciente.

Arjuna⁷ preguntó la cuestión, “¿Por qué uno hace cosas incluso cuando no quiere hacerlas?” Es una cuestión antigua, nada nuevo. Te he contado que la razón de esto es el inconsciente, el niño interior. La vida de uno es controlada por el inconsciente, por tanto, el inconsciente tiene que ser ventilado, puesto de relieve, ser expresado. De cualquier forma, en la propia vida, el inconsciente ya se expresa por sí mismo, sin tu conocimiento. Si no tienes una perspectiva, un entendimiento, sobre este asunto, continuará expresándose durante tu vida. Si tienes el conocimiento, puedes procesar todo el asunto. Puedes dar la bienvenida a tus miedos; Puedes dar la bienvenida a tus ansiedades. Desde que tienes el conocimiento de lo que está ocurriendo, puedes entender; Tienes el espacio provisto por este conocimiento. El conocimiento es la única gracia salvadora.

Respuesta en uno y dos pasos.

El espacio interior está provisto mediante cierta claridad y entendimiento de todo lo que me ha sucedido. Me proporciona una bella aptitud mental para tratar conmigo mismo, y también, con otros. No sólo me han sucedido cosas a mí, las cosas también le han pasado a otros. Una persona se comporta de una manera particular debido a sus antecedentes. Reconozco los antecedentes de una persona en su comportamiento. Este reconocimiento me proporciona espacio, por tanto, no reaccionaré inmediatamente hacia esa persona. Esto es lo que llamo una respuesta al mundo en dos pasos. La respuesta en un paso es: “¿Cómo puedes decir eso?” ¿Cómo osas a decir eso?” Es la respuesta mecánica.

Con la respuesta en dos pasos, dices: “Oh, hay unos antecedentes detrás del comentario de esa persona”. Tienes el espacio dentro para ello. Reconoces que hay unos antecedentes para su declaración; Sino ese comentario sería inaceptable. Es

⁷ El príncipe guerrero, héroe de la familia Pāṇḍava y estudiante de Kṛṣṇa en la Bhagavad Gītā.

impropio por parte de la persona. Entiendes que hay algo detrás del comportamiento de la persona, y respondes a la persona, no al comportamiento. Así, respondes en dos pasos.

La respuesta en dos pasos te proporciona un espacio de ocio interior, un espacio interior para tratar con personas de muy diferentes perfiles sin sentirte alterado, sin dejarte arrastrar. Sólo tienes que retroceder y mirarlos amablemente. Aquí es donde surgen la amabilidad, la compasión y la comprensión. Si todos tuvieran esta respuesta en dos pasos entonces todos serían santos. Toda esta santidad está a un paso de distancia. Todos tienen esta santidad a un paso de distancia. Para responder al mundo conscientemente, primero necesitas dar respuesta a tus propios asuntos. Necesitas tener un espacio para dar la bienvenida a tu ira, tus miedos.

Manejando la ira.

—“Swamiji, esto parece ser algo diferente. Siempre estamos hablando de controlar nuestra ira”—. Si controlas tu ira, unos pocos días después, tendrás un tsunami. No controlamos la ira; Controlamos la expresión de la ira. Por favor entiende la diferencia. Mediante la no expresión de la ira no victimizas a tus hijos; no victimizas a tu esposa. El matrimonio no significa tener un compañero de discusiones. No victimizas a nadie. “Controlar tu ira” es una declaración muy floja. No puedes controlar la ira, porque la ira no busca tu permiso cuando aparece. No pregunta, “¿Puedo aparecer? He estado esperando algún tiempo, ¿Puedo aparecer ahora?”.

Hay tantísima ignorancia sobre la ira que se ha vuelto un asunto para hacer dinero. En algunos talleres que nombra con títulos parecidos a “Cómo controlar la ira”, dicen: “Cuando estás enfadado, piensa en esto o aquello. Desvíate o apártate de la ira”. ¡Si te desvías de tu ira desarrollarás desvirticulitis! ¿Dónde irá la ira? Sólo puedes controlar la expresión de tu ira. Puedes usar tu fuerza de voluntad para ello, también con la ayuda de las personas. Vivir inteligentemente es buscar ayuda cuando necesitas ayuda. Por tanto, si puedes usar tu voluntad con alguna ayuda, podrás evitar victimizar a nadie. Esto se llama *dama*; *Dama* significa *bahyendriya-nigraha*, control de los órganos

externos. No victimizas a nadie, pero como la ira está dentro de ti, saldrá humo de tus orejas.

Para evitar esto, pon por escrito tu ira. Escribir y poner por escrito la ira significa deshacerse de ella. Manejas tu propio inconsciente inteligentemente; Te conduces a ti mismo inteligentemente. No puedes permanecer ignorante sobre esto.

Cuando comienza el Año Nuevo, haces una promesa, “*Voy a escribir un diario*”: Recientemente, quizás has hecho uno. Por favor, repasa el diario ahora; Repasa todo los diarios desde 1999 en adelante, por lo menos. Puedes haber hecho anotaciones en las tres primeras páginas. El resto estará en blanco y puedes haberlo usado como álbum de recortes. Esta es su suerte. Por tanto, no hagas estas promesas poco inteligentes. ¿Por qué las haces? Sé inteligente. Sabes que no vas a escribir un diario, entonces, ¿por qué las haces? En el mismo sentido, nunca digas, “*De ahora en adelante, no voy a enfadarme más*”. Es un error. Puedes decir: “*Doy la bienvenida a la ira pero no voy a victimizar a nadie. No victimizaré a mis propios hijos. No voy a victimizar a mi esposa. No voy a victimizar a mis suegros, a cualquiera; No voy a victimizarme a mí mismo tampoco*”. No es correcto victimizarse uno mismo tampoco. Necesitamos ser inteligentes. Necesitamos manejar esto inteligentemente.

Bienvenida la ira.

Das la bienvenida a la ira. Cuando la ira se presente no victimizas a nadie, pero tampoco la rechazas. Es más fácil con alguna ayuda. Puedes ayudarte a ti mismo y puedes pedir ayuda a tu propia familia, y por tanto convertir un hogar disfuncional en uno funcional. Hazlo funcional diciéndole a todo el mundo, “*En esta casa, de aquí en adelante, nadie va a victimizar a nadie a causa de su propia ira*”. Esto significa que cuando estás enfadado, dices: “*Estoy enfadado ahora, hablaré contigo más tarde*”. Dile a los demás también: “*Cuando estés enfadado, di que hablarás más tarde*”. Capacítalos diciendo: “*Siempre que esté enfadado, por favor recordadme que lo estoy, de manera que no victimice a otros*”. Diles esto a tus hijos; Ellos te lo recordarán antes de que te acerques a la ira. Ellos saben. “*Papá, estás en algún punto cerca del enfado*”. Ellos lo

saben; Pueden recordártelo. Tampoco ellos pueden victimizar a nadie. Haz tu hogar funcional. No puedes dejar una mejor herencia a tus hijos que un hogar honesto, un hogar limpio donde hay comprensión. El crecimiento, el propio crecimiento se está en el hogar. ¿Qué clase de hogar es aquel en el cual el ser está lisiado? ¿Qué clase de hogar es el que los niños corren hacia sus habitaciones o a cualquier lugar donde puedan esconderse porque su padre viene?” La frase: “*Papá está llegando*” es como una alarma, como un tigre que viene. Excepto el perro, todo el mundo corre dentro. Hay algunas personas de las que hasta el perro huye. No es correcto. Esto no es una vida inteligente. Necesitamos ser inteligentes. Repito, necesitamos ser inteligentes.

El reconocimiento del inconsciente es un paso adelante. Por tanto no te culpes. Ningún niño es responsable de todo lo que ha sucedido. Es absolutamente inocente. No significa, sin embargo, que haya que culpar a los padres. Ellos tienen sus propios inconscientes con los que tratar. No hay necesidad de culpar a nadie; Si ellos hubieran tenido un poco más de cuidado, lo hubieran hecho mucho mejor, pero no lo sabían. El resultado es que tienes dolor y la ira es el resultado. Con este entendimiento, puedes crear un hogar, un hogar funcional, sin vestigios de antiguos problemas. Hay un diálogo; Hay imparcialidad. Incluso una pequeña cabaña se vuelve el cielo cuando hay diálogo, cuando hay comprensión. Puedes ser honesto sólo cuando no hay vergüenza. No necesitas estar avergonzado por tu ira porque entiendes que no es equivocado; Es la expresión del inconsciente. Así es como cambias.