

Mensaje de Año Nuevo (2024) de Swami Tadatmananda (*)

Bienvenidos a esta celebración de año nuevo. Cada año tenemos la oportunidad de comenzar con una nueva actitud, que no es una nueva resolución, no creo en eso; sobre todo, cuando tras unos días fracasas y te hace sentir culpable. No sé cómo eso puede ayudar.

Estoy hablando de desarrollar una nueva actitud, inculcando una más saludable forma de vernos a nosotros mismos. Una actitud particular transmitida por las enseñanzas del vedanta advaita, que pueden ser más efectivas que una resolución de año nuevo, porque puede conducirte a una transformación interna. *Sarvatma bhava*. *Bhava* es estado, el estado de ser el atma de todo, el ser de todo.

Esta declaración. *sarvatma bhava*, puede ser entendida a distintos niveles; el más profundo es a nivel vedántico.

Significa que la consciencia que está presente en tu experiencia ahora mismo no es diferente de la así llamada consciencia universal, la consciencia que impregna el universo. *Jivatma* y *paramatma* es uno y lo mismo. Y no es algo que tenga que ser creído, sino descubierto.

La creencia no es suficiente. Es un buen punto de partida, pero no suficiente. Como las enseñanzas del vedanta, que no son una creencia, sino un cambio de comprensión que te conduce a una transformación interna de cómo nos vemos a nosotros mismos en el contexto de este mundo.

Generalmente nos vemos a nosotros mismos como yo frente a los demás. A un nivel más profundo este *sarvatma bhava* significa el reconocimiento de la unicidad de la consciencia que es tu naturaleza esencial.

La comprensión general en la tradición hindú es que la divinidad interna que habita dentro de nosotros es el mismo Dios, la misma divinidad que habita dentro de todos nosotros.

Ninguno de vosotros podéis pensar por un momento que sólo Lord Shiva habita dentro de cualquier devoto suyo, y ninguna deidad más. Lo que señalo aquí es que es una y la misma divinidad la que habita dentro de todos nosotros. Es una expresión de *sarvatma bhava*,

Es nuestro tema de hoy. Una y la misma divinidad que habita dentro de todos nosotros. Y hay una forma más de comprender este *sarvatma bhava*.

La palabra *atma* simplemente significa ser, pero tiene diferentes referencias. A veces se refiere al cuerpo, a veces se refiere a la mente. Lo vamos a utilizar hoy para referirnos al corazón de uno. Cuando hablo de corazón no es el órgano físico, sino el asiento de las emociones.

Sarvatma bhava significa un sentimiento de que tu corazón es *sarva*, todo, el sentimiento de que tu corazón es vasto, que tu corazón es ilimitado; puede ser entendido en esa manera también. Dejadme explicarlo.

Comenzamos la vida con pequeños corazones. ¿Qué ama un niño de dos años? Podemos decir que a su padre y a su madre, pero incluso no entiende lo que es el amor. Necesita a su padre y su madre, pero no confundir esa necesidad inicial con el amor. ¿Qué ama un niño de dos años? Yo. Los niños están centrados en ellos mismos y su corazón tiene que crecer.

Luego, ya como un adulto, mientras el niño se va haciendo más grande, va desarrollando un amor hacia sus padres, hacia sus hermanos... ¿Un niño de dos años tiene amor por sus hermanos? No, ni por sus padres, ¡yo me amo a mí!

Podemos pensar que es como un corazón que se va expandiendo. Primero está sólo el niño en el punto de mira del amor y luego se va expandiendo hacia sus padres y hermanos. ¿Qué ocurre con primos, tíos...? Quizás no en ese momento, pero surge, ciertamente ya de adulto. Tu alcance se va ampliando, el rango de grandeza de tu corazón ciertamente incluirá tu extensa familia también.

Es un ejemplo de cómo la familia crece. Pero decidme, ¿por qué esa amplitud de corazón debería finalizar con tu extensa familia? Éste es el problema de nosotros contra ellos una vez más. ¿Por qué debería pararse en nuestra extensa familia? Es completamente arbitrario, y todos vosotros lo habéis descubierto de alguna manera por vosotros mismos.

Hay algunos amigos a los que queréis más que a miembros de vuestras familias. Está bien y es normal, y muestra cómo es de arbitrario establecer una línea divisoria en algún punto. Pero, por qué parar ahí. Estamos hablando de personas que conoces, de personas que juegan un papel en tu vida.

¿Qué ocurre con las personas que no conoces? Vas a comprar, y la cajera comete un error. Solemos irritarnos en esas situaciones, pero, decidme, ¿por qué esa cajera tiene que quedar fuera de ese alcance de la grandeza de tu corazón, ¿no pertenece ella también al grupo de dentro, en vez de darle una patada, por decirlo así? Ella merece ser incluida en ese corazón que está creciendo.

¿Qué podría impedir que tu corazón creciera lo suficiente? Si tu corazón deja de crecer... se dice que cuando dejas de crecer, empiezas a morir... crecer o morir, esas son las opciones en la vida.

Y hablamos del corazón como el centro de las emociones. Es deseable que tu corazón siga creciendo y creciendo cada nuevo año. ¿Por qué debería parar? Puedes decir, pero yo no la conozco, vale, ¿qué diferencia hay?

Desde la perspectiva del vedanta, la misma consciencia que está presente en ella, está presente en tu experiencia. Desde la perspectiva hindú, la misma divinidad está presente en ella y en ti. De hecho, igualmente presente en ambos. Entonces, ¿por qué ella debería ser excluida de ser incluida en tu creciente corazón?

Pero ¿qué ocurre con las personas con las que no conoces? Con personas con las que nunca te encontrarás. ¿Qué ocurre con todos esos niños que son bombardeados en Gaza, en Ucrania, en Sudán? Nunca conocerás a esos niños, pero ¿por qué deberían ser excluidos de este proceso de crecimiento?

Son igualmente manifestaciones de una única divinidad, lo que significa que son... quizás no a tus ojos, pero sí a los ojos de Ishvara, son tan especiales y tan importantes como lo eres tú y tu familia.

Para Ishvara todas las personas son iguales, todos son de la familia. El mundo entero es una familia... La mayoría de la gente no piensa eso en absoluto. Ésa es la perspectiva de Ishvara.

Ishvara es quien tiene el corazón más amplio, para quien todo el mundo es parte de la misma y única familia. Ése es el objetivo, tener un corazón tan grande que incluya a todo el mundo, sin excepción. Incluyendo a personas que no conoces y, un punto importante, incluyendo a personas que no te gustan.

Tú dices, no me gusta esta persona por esto y lo otro. Dime, esto y lo otro, ¿no son rasgos humanos? La gente normal tiene problemas, la gente normal está enfadada, la gente normal puede herirte. Eso no los hace menos divinos, quizás los hace más humanos. Entonces ¿por qué excluirlos? Ellos son igualmente divinos, también son parte de la misma y única familia de Ishvara.

Puede ser un poco difícil de contar. Si yo dije, “¡oh!, debería ser como Ishvara”, ¿Qué significa eso? ¿ser como Dios?

Voy a poner un ejemplo más concreto. Para mí, mi mejor ejemplo es el de mi gurú, Pujya Swami Dayananda. Nunca he encontrado en toda mi vida una persona con un corazón más grande. Viví con él tres años como estudiante, colaboré con su *ashram* como gerente durante muchos más, y estuve con él mucho tiempo, personalmente.

Y puedo decirte que su corazón era tan grande que no podías pedir algo que él ya no te hubiera dado. Si le pedías dinero, te daba dinero. Si le pedías consejo, te daba consejo. Si le pedías confort, te daba confort, cualquier cosa que quisieras, cualquier cosa que necesitaras, él estaba preparado para dártelo. ¿por qué? su corazón era tan grande. Y cuando digo grande es sin límite. Éste es un buen ejemplo,

¿Cuántos grandes swamis responden a su propio teléfono? Piensa en ello por un momento. Llamas al presidente Biden, ¿crees que él va a coger el teléfono? Veis mi perspectiva. Él cogía el teléfono... para la mayoría está el círculo cercano, nosotros, y todos los demás. No con él.

Creo que él no hacía esa división. Solía verlo en el *sat-sang*, si alguien llegaba por primera vez al *ashram*, le daba a esa persona toda su atención... dejadme daros lo que considero el ejemplo más poderoso del gran corazón de mi gurú.

Mientras fui el gerente del *ashram*, había una persona en el *ashram* que era problemática, en el sentido de que era agresivo, se enfrentaba a los demás, enfadado y ocasionalmente fumando marihuana dentro. Y otras personas le pedían que lo echara del *ashram*, algo que parecía razonable y que hubiera ocurrido en otros *ashrams* con otros gurús. Obviamente no era una persona apropiada para un *ashram*,

Pero Pujya Swami rechazó expulsarle, y éste es realmente el mensaje para todos nosotros: estar en un *ashram*, como vosotros mismos ahora, es una oportunidad para *sadhana*, práctica espiritual, y una de las muchas prácticas espirituales es cultivar un valor llamado *titiksha* templanza.

Y lo que Pujya Swami nos decía es que era una buena oportunidad para nosotros, para aprender a estar cómodos incluso con esta persona difícil. Y nos enseñó cómo estar más cómodos con la situación.

Eso era típico de él; era la persona menos autoritaria, no te decía qué debías hacer. Es un principio general de la vida, como ocurre con los niños. La cuestión no depende de

decirles qué tienen y qué no tienen que hacer, sino de enseñarles. Enseñarles las consecuencias de hacer cosas malas y los beneficios de hacer cosas buenas, De esta manera les enseñas el valor y eso es lo que Pujya Swami hacía con nosotros.

Nos enseñó el valor de estar cómodos en esas circunstancias, y el valor era que vivimos en una sociedad llena de personas con dificultades, con situaciones difíciles, y si no sabemos acomodarnos a ellas, vamos a sufrir infinitamente.

Permitidme incidir un poco más en ello. Imaginad que hay una persona que no te gusta, que te incomoda y no quieres saber nada de ella, por lo que pones una barrera mental, o mejor, una barrera emocional, no quieres saber nada de ella.

Decidme ¿quién es el más afectado por esa actitud? Cuando pones una barrera emocional, a la otra persona no le importa nada. Te afecta a ti, que te sientes incómodo en su presencia. Te conviertes en la víctima de tu falta de acomodo. Se trata de ti, de cultivar un estado de estar cómodo, no importa las circunstancias.

Eso es *sadhana*, práctica espiritual. Es lo que hacemos aquí también. La *sadhana* podemos decir que es doble; los dos aspectos que estamos comentando hoy.

Uno es el reconocimiento del valor de saber acomodarse, el valor de los valores. Cuando descubres que ser más acomodaticio es por tu bien, que el beneficio es tuyo.

Pero hay otro aspecto, que tiene que ver con la visión espiritual de que todos somos, igualmente, manifestaciones de lo divino. La persona que te molesta tanto es una manifestación de Ishvara. ¡qué forma de verlo! Ishvara te está molestando en la forma de esa odiosa persona.

Desde el punto de vista hindú, todo es una manifestación de Ishvara. *sarva kalvidam brahman* (Chandogya Upanishad). Y lo podemos parafrasear, como “todas las cosas, de hecho, son una forma de Ishvara. Lo que significa, que esa horrible persona, que te irrita, es igualmente una manifestación de Ishvara, como la gente que amas.

Nunca lo había dicho con palabras, pero Ishvara te está irritando... en muchas maneras, cuando tienes un dolor de cabeza... lo voy a expresar más profundamente: es *prasada* de Ishvara.

Llamamos *prasada buddhi* a una actitud de que todo lo que recibes santificado en un altar es *prasada*. Normalmente es comida distribuida después de puja, y aquí *prasada* significa un regalo de Ishvara. Así, si todo viene de Ishvara, entonces todo es *prasada* de Ishvara.

Y date cuenta de que, desde el punto de vista de mi maestro, tomaba al residente difícil del *ashram* como una oportunidad para nuestra *sadhana*.

¿Cuál es la implicación? La persona que te molesta es alguien que puede ayudarte mucho, puede ayudarte a desarrollar el valor de conformarte. Imagínate a alguien que crece en un ambiente en que todo es perfecto, no hay nada que le entristezca y lo pones en medio de una vida normal. Todo le molestaría, porque no ha tenido la suerte de desarrollar el valor de acomodarse.

Con la comprensión de que la divinidad que mora en ti es la misma que mora en todos los demás seres, tu relación con los otros se transformará.

Permitidme daros algunos ejemplos de acomodamiento. Por ejemplo, con ideas diferentes en política, ¿por qué no acomodarte a ellas? ¿Qué pierdes?

Los otros poseen la misma divinidad que tú posees o, dicho desde otra perspectiva, si fracasas en acomodarte a otras personas de distinto signo político, les estás dando poder para molestarte. Los conviertes en enemigos, que te amenazan, que te pueden hacer sentir mal. ¿qué pierdes en acomodarte a ellos, a sus ideas?

Si hablan de sus ideas, ok. Si lo rechazas, si te enfrentas a ellos, lo conviertes en un asunto más serio, lo que se puede evitar. Aceptándolo, te acomodas a lo que no es igual que tú.

O podéis usar la estrategia de mi gurú, aunque el contexto es diferente, cuando alguien quiere convencerte de sus ideas religiosas. Decía que en vez de discutir con ellos tenías que darles de comer y beber (mientras comen no pueden seguir hablando), es una buena estrategia, ciertamente mejor que discutir.

Otro ejemplo puede ser el de aquellos cuya sexualidad es diferente de la vuestra, homosexuales, transgéneros, lesbianas. ¿qué pierdes con acomodarte a ellos? ¿por qué enfrentarte? Siento hacer un tema de esta cuestión, pero en muchos estados, se han dictado leyes, específicamente, para quitar derechos a esas personas. ¿Qué sentido tiene eso? ¿Por qué luchar? ¿Por qué discriminar? ¿Qué beneficio se consigue?

He aquí una perspectiva para ayudar a eliminar esa división, para superar esa falta de acomodo, esa resistencia, esa división entre nosotros y ellos.

Desde el punto de vista religioso, es una y la misma divinidad en todos nosotros. Vamos a verlo desde un punto de vista social.

Desde un punto de vista social es un hecho que todos estamos en esto juntos. ¿Tienes otra elección? Si vas en un autobús o en un avión, ¿tienes alguna elección sobre quién monta contigo? Hemos nacido en este planeta, en este tiempo, y hay mucha gente alrededor que puede que no te guste, pero el hecho es que no tienes ninguna elección.

Estamos juntos en esto y, si estamos en esto juntos, ¿no sería mejor ser más colaborativos? Es sentido común. Desde el punto de vista social tiene sentido ser más cooperativos, ser más acomodaticios los unos con los otros.

Desde el punto de vista religioso todos nosotros somos manifestaciones del mismo Ishvara, incluyendo la persona que te molesta.

Y, desde el punto de vista del vedanta, tu verdadera naturaleza es consciencia, no separada de la consciencia que ilumina la mente de cada persona. Y ésta es la amplitud de miras de los antiguos *rishis*.

Tener esta perspectiva, en la que tú comprendes profundamente, en la que te das cuenta completamente de la unicidad de todos nosotros a este nivel fundamental. Esta comprensión de que tú no estás separado del todo, que *jivatma* y *paramatma* son idénticos. Esta comprensión conduce finalmente a este *sarvatma bhava*, un corazón que no tiene límites.

Y es mi esperanza y mi plegaria que, en el año que entra, nuestra *sadhana* nos conduzca a un nivel de ser más acomodaticios y, a un nivel espiritual, a estar cada vez más cerca de este reconocimiento último de que todos somos esta única y misma *paramatma*, la misma única consciencia,

(*) *La traducción se ha realizado intentando respetar en su integridad el mensaje original, si bien, no es una traducción “palabra por palabra” ya que se ha adaptado el lenguaje oral al lenguaje escrito, prescindiendo de alguna frase o reescribiéndola, en otros términos.*

El mensaje original se encuentra en: <https://www.youtube.com/watch?v=OIhtVfu4dmY>