

Respetables madres y hermanos:

Tengo una gran alegría de estar en esta casa por segunda vez. Todos tenemos inquietud, todos tenemos problemas y queremos llegar a la paz y la tranquilidad. Hemos buscado mucho, pero hemos logrado muy poco. Yo no puedo hablar mucho sobre ustedes, pero puedo hablar sobre mí mismo: llegar a la paz y la tranquilidad no es fácil, porque para lograrlo se tiene que luchar contra uno mismo. Luchar contra otros es fácil, pero luchar contra nosotros mismos no. Existe un gran demonio en nosotros: nuestro ego. Debemos luchar con fuerza contra él, porque su poder es terrible. En todas las religiones existe alguna representación de este demonio que se manifiesta en formas infinitas: a veces como orgullo y a veces como humildad. Ustedes podrían preguntar: ¿es posible que el demonio del ego pueda aparecer en forma de humildad? Sí lo es, porque a veces, cuando sentimos que somos muy humildes, más que otros, solamente estamos cayendo en una forma más del egoísmo.

Hay una gran guerra en nosotros mismos. Existen muchos hombres valientes capaces conquistar al mundo, pero hay muy poca gente dispuesta a conquistar su mundo interior. Todos somos sinceros, pero el problema es que no estamos convencidos de que nuestro ego nos engaña y es un gran obstáculo en el campo de la liberación. Necesitamos una gran paciencia. No podemos decir que en este momento vamos a decidir conquistar al ego y mañana por la mañana ya lo habremos logrado. Tenemos que conquistarlo poco a poco. Lo primero que debemos hacer es preguntarnos qué es el ego. El ego toma la forma de nuestra propia existencia y trata de identificarse con el propio ser, y es por eso que no sabemos diferenciar entre el ego y el ser. Por ejemplo, yo puedo decir muy fácilmente que soy el Hijo de Dios, o que soy Atman-Brahman, el Ser Universal, porque pronunciar las palabras no cuesta nada, y además esas afirmaciones están en las Escrituras, pero el sentido de mis palabras y el de las Escrituras es diferente. Cuando la palabra *yo* está relacionada con la palabra *mío*, se trata del ego, y cuando la palabra *yo* está libre de lo *mío*, es la fuente de la sabiduría verdadera. No se puede afirmar simultáneamente que no existe nada más que yo y que el mundo es *mío*, porque si no existiera nada más que yo ¿cómo podría haber algo *mío*? Cuando digo “este vaso es *mío*” estoy indicando que el vaso es diferente de mi existencia: *yo* y *mi vaso*. Y cuando uno tiene esa idea sobre su existencia, no debe afirmar que todo es *yo*. En este caso tengo problemas con el lenguaje, porque gramaticalmente yo tendría que decir todo *soy yo*, pero filosóficamente necesito decir todo es *yo*. Por eso tenemos que diferenciar entre un *yo* relacionado con lo *mío* y otro *Yo* libre de lo *mío*. Cuando tengo el sentido del *Yo* libre de lo *mío*, todo es nada más que *Yo*. Pero cuando tengo el sentido del *yo* junto con el sentido de lo *mío*, entonces debo aceptar la existencia de Dios, para que el mundo deje de ser *mío* y se haga *Suyo*. Cuando existe solamente el sentido del *Yo*, *yo*, el mundo y todo se disuelve en una conciencia. El sentido de *sólo-yo* es la base de la sabiduría, y el sentido de *yo* y *lo* *mío* es la base de la devoción. Pero la devoción y la sabiduría están relacionadas: una misma persona puede aceptar ambas en diferentes niveles sin ninguna dificultad. Hay un himno en el que un gran devoto dice:

¡Oh Señor! Cuando tengo el sentido del cuerpo, soy tu sirviente. Cuando siento que soy un ser-individuo, soy una parte de Ti. Y cuando no tengo ninguna idea, cuando estoy libre de todas las ideas, cuando soy la Conciencia pura, no hay ninguna diferencia entre Tú y yo.

Voy a dar un ejemplo. Varios niños tienen una vasija con agua, y como el sol se está reflejando, todos piensan que en su vasija hay un sol separado de los otros. Esta confusión va a continuar mientras existan las vasijas, o su concepto. Únicamente hay dos métodos de suprimir la idea del sol individual: el primero es quebrar la vasija y el segundo es suprimir la ignorancia. Así, en nuestra mente siempre se está reflejando el sol del Ser Supremo, el sol de la Existencia Irrelativa, y pensamos que es de nuestra propiedad exclusiva. Este sentido de propiedad exclusiva es el ego. Tenemos que liberarnos del sentido de la exclusividad, y para hacerlo, o bien tenemos que quebrar la vasija de la mente, o bien tenemos que conseguir la verdadera sabiduría. No hay un tercer método. Es muy difícil quebrar la vasija de la mente... Cuando uno se sienta con la decisión de no pensar, inmediatamente surgen muchos pensamientos, porque la idea de no querer tener ideas también es una idea. Aquel que tiene la decisión de dormir, tiene un pensamiento en su mente que perturba su sueño. Ustedes pueden experimentarlo: acuéstense en una cama muy cómoda y empiecen a pensar: “tengo que dormir”, y mientras más repitan la frase, habrá más agitación en su mente. Para dormir, uno tiene que olvidarse de todas las palabras, de todos los pensamientos. Así, aquel que

quiera conquistar su mente tiene que olvidar la idea de que quiere conquistar la mente. ¿Cuál es el problema con la meditación? La gente piensa: “tengo que meditar, tengo que concentrarme”, y esas ideas se convierten en un obstáculo. Cualquier tipo de inquietud es inquietud. Por eso siempre les digo a los practicantes: “No deben pensar en nada, simplemente deben sentarse y la meditación llegará automáticamente. Si ustedes se esfuerzan demasiado por meditar, no van a meditar. Deben sentarse calmados con esta decisión: ‘No voy a levantarme de aquí hasta que mi mente se calme’”. Probablemente van a sentir intranquilidad durante los primeros minutos, pero después de media hora o una hora, su mente va a calmarse sin su conciencia. Es una cosa muy extraña. Por eso muchos sabios dicen que la meditación profunda no es un resultado del esfuerzo personal, sino de la gracia divina. Yo podría explicar esta afirmación en otros términos, pero en este momento sólo me interesa indicar que la decisión de no levantarse hasta que la mente se calme va a ayudarnos mucho. Un día tal vez podremos calmar nuestra mente en cinco horas, otro día en cinco minutos y otro en cinco segundos, porque la naturaleza de la mente es difícil de comprender. Alguien puede pensar: “¿Qué voy a conseguir meditando? Mejor escribo un libro”. Estos pensamientos indican que el hombre no ha comprendido el valor de la tranquilidad mental, debido a que todavía no la ha realizado en su vida, por eso le da mucha importancia a las cosas secundarias. Aquel que no puede lograr hacerse santo, puede hacerse un gran orador, pero la oratoria no es alternativa de la santidad. La santidad es una cosa y la oratoria es otra, porque mediante la oratoria uno tiene que influenciar a otras personas y en la santidad uno tiene que influenciarse a sí mismo. Influenciarse a sí mismo es más difícil que influenciar a otros. Vivir una vida con convicción es más difícil que dar sermones. En la India yo conozco a muchos sabios que al principio daban charlas, como yo, y ahora están muy calmados. Una vez le dije a mi maestro: “Maharaja ji, ¿Por qué no habla con la gente?” Él se rió y me dijo: “Hijo mío, estoy muy ocupado hablando conmigo mismo. ¿Para qué tengo que hablar con otros?” Aquel que no tiene apego, ni miedo, ni incertidumbre ¿para qué tiene que tener inquietud?

Estas cosas nos resultan difíciles de entender porque estamos muy interesados en el mundo. Yo estoy en México y cuando un periodista me pregunta a qué he venido, le contesto muy a la ligera: “a ayudar a la gente”. Pero toda ayuda tiene un límite. Nadie puede ayudar a nadie sin ayudarse a sí mismo. Voy a dar un ejemplo: unas personas formaron la Asociación para la Paz y se reunieron a meditar. Por unos segundos el ambiente permaneció perfectamente tranquilo, hasta que un niño empezó a llorar, y una persona le gritó a su madre: “¿Por qué no callas a tu hijo?” El padre del niño contestó: “Un niño es un niño, pero tú, que eres adulto, ¿por qué alteras la paz?” Y en unos minutos la Asociación para la Paz se transformó en la Asociación del Grito. Todos exigían la paz en las otras personas, pero no en ellos mismos. Yo simplemente les pido que traten de interesarse en su propia paz. Si alguien está intranquilo, es problema suyo, no mío. Yo no soy responsable por el mundo, sólo soy responsable de mí mismo. Si el mundo se mejora o no, es problema de él. Pero a veces yo no estoy interesado en mejorarme, estoy interesado en mejorar a otros, y por eso el mundo nunca se mejora. Una vez Paul Brunton le preguntó a Ramana Maharshi: “¿Cómo podemos mejorar al mundo?” Él contestó: “Cuando usted se mejore, todo el mundo se va a mejorar”. No podemos decir que un conjunto de personas imperfectas es perfecto. Así, cuando queremos formar una sociedad buena, todos sus elementos deben ser buenos. Por eso, la espiritualidad insiste en esta verdad: cada persona tiene que mejorarse por sí misma, por su esfuerzo. No podemos decir que solamente Cristo, Buda y Krishna tuvieron que hacerse buenos y nosotros no. Todos tenemos que mejorarnos y eso necesita de un gran esfuerzo.

En este sentido, tengo que decir algo más. Cuando nuestra mente siempre vive en el pasado, tenemos mucha depresión. El recuerdo del pasado nos pesa tanto que no nos permite superarnos. Olvídense del pasado. El pasado no existe, existe el presente y en él deben construir el edificio de su grandeza. Ustedes siempre son virtuosos y su conciencia siempre es limpia, pero el recuerdo del pasado es tan fuerte, que los angustia innecesariamente. Mucha gente me confiesa: “Swami, yo hice esto y aquello...” Deben dejar lo que hicieron en el pasado, ustedes viven en el presente. Hagan lo que es necesario ahora. Nadie puede tomar una decisión en el pasado, uno tiene que tomar las decisiones en el presente. Hay un dicho maravilloso: “todo santo tiene su pasado y todo pecador tiene su futuro”. No podemos afirmar que un santo nace santo. Nosotros hemos escuchado que los santos nacen santos, pero yo hablo por mi experiencia y digo que nadie nace santo, uno tiene que hacerse santo por su esfuerzo. Podemos estudiar la biografía de cualquier santo. Por ejemplo, Cristo, después de bautizarse, fue tentado por el demonio. ¿Quién es el demonio? La debilidad que está en la conciencia del hombre y le impide mejorarse. La grandeza de Cristo es que pudo vencer esta debilidad. No podemos decir que Cristo era impotente. Si hubiera querido, hubiera podido tener una mujer. La lujuria existía en su mente, pero pudo conquistarla por su voluntad. Y cuando ayunó por cuarenta días no es porque careciera de hambre. Si no hubiera tenido hambre no hubiera tenido necesidad de ayunar. Tenía hambre, pero pudo conquistarla. Es la grandeza de Cristo.

Así también con Buda. Cuando empezó a meditar debajo del baniano, Mara, que es la personificación de la lujuria, trató de perturbarlo, pero Él, por su conciencia, por su voluntad, pudo conquistarla y convertirse en *budha*, es decir, sabio. Aquel que no puede conquistar la lujuria es un lujurioso, no un *budha*. Por eso, todas las personas tienen sus debilidades, pero los grandes seres tienen el poder de conquistarlas. Estoy diciendo estas palabras para indicar que ustedes también pueden vencer sus debilidades. De otra manera, nosotros solamente adoramos a los seres perfectos, pero no queremos hacernos perfectos. Cuando yo hablo sobre la grandeza de Cristo, la gente dice: “Swami, ¡Él era tan grande y nosotros somos tan pequeños que no podemos llegar a Su nivel!” Yo digo: Todos tenemos algo maravilloso en nosotros mismos y el camino mostrado por Cristo, por Buda o por Krishna nos indica que el ser humano puede llegar a ese lugar. Nosotros tenemos que hacer un gran esfuerzo para llegar allí. Yo no estoy en contra de la oración y la adoración, pero digo que deben conducirnos a la realización, porque sin la realización, la oración y la adoración son incompletas. Ustedes no tienen que contentarse con leer en los periódicos que un swami vino de la India a pie. Ustedes también pueden hacerlo. ¿No tienen pies? Tienen pies, tienen poder y energía, simplemente les falta decisión. Ustedes pueden decidirse a caminar. Por eso, traten de buscar el poder que pueda manifestar su grandeza. Yo estoy interesado en su grandeza, no en la mía. No estoy aquí para buscar una medalla de grandeza, estoy aquí para hacerles darse cuenta de que la grandeza que ustedes ven en cualquier persona, incluso en mí, está presente en ustedes y ustedes pueden alcanzarla, solamente falta la decisión y el esfuerzo. La realización espiritual no es propiedad de ninguna persona, es propiedad de toda la gente. Esta es la diferencia entre el *vedanta* y otro tipo de filosofía. El *vedanta* dice: “Lo que es, es, y lo que es, está en ti”. No podemos decir que lo que es, está solamente en un lugar y no en otro. Traten de buscar su grandeza. Olvídense de Swami Tilak. Si Swami Tilak existe o no ¿cuál es el beneficio para ustedes? Lo que es verdaderamente importante es que ustedes existen. ¿En qué les beneficia la grandeza de otra persona? Uno tiene que buscar su propia grandeza. Háganlo por favor. La grandeza no está relacionada con el cuerpo. La espiritualidad no acepta las diferencias de género, color o complejión. Todos tienen derecho de avanzar en el campo espiritual. Es un derecho espiritual, no es un derecho político. Háganlo, por favor. Un ser realizado puede cambiar al mundo entero. Cristo hizo un gran cambio en el mundo. Él dijo: “Aquel que no toma su cruz y me sigue, no es digno de Mí”. Eso significa que cada persona tiene que llevar su cruz. Aquel que lleva su cruz, es Cristo. En realidad, lo que está diciendo Cristo es que todos tienen que hacerse Cristo. Buda dice lo mismo. Y si un Cristo o un Buda trajeron tanta luz al mundo ¿cuánta luz podrían traer millones de Cristos y Budas? Traten de hacerlo por favor.

Con estas palabras, yo les agradezco por su presencia y paciencia.

Asistente:

Swami, ¿qué es el servicio? Si primero tenemos que mejorarnos ¿con eso basta para hacer servicio a los demás?

Swami Tilak:

En realidad, aquel que se ha mejorado, automáticamente sirve a la gente. No tiene que servir, la gente automáticamente obtiene servicio de él. Una lámpara encendida no tiene que dar luz, la gente recibe su luz automáticamente. En cambio, una lámpara sin encender no puede dar luz, aunque lo intente.

Asistente:

Usted dijo algo que quisiera entender mejor. ¿Puede uno llegar a tener la experiencia de Aquello que es por medio del entendimiento puro?

Swami Tilak:

Sí.

Asistente:

Si yo uso mi mente y creo que lo hago claramente ¿por qué no tengo esa experiencia de una manera constante?

Swami Tilak:

En un principio, el entendimiento viene como una chispa, pero para mantenerlo encendido, uno tiene que repetir la experiencia más y más. Por ejemplo, si usted trata de memorizar una poesía, a veces piensa que ya lo logró, pero otras ocasiones se da cuenta de que la ha olvidado. ¿Qué tiene que hacer entonces? Recordarla frecuentemente. Así, nosotros tenemos interés en muchas cosas, nuestra mente divaga y nos olvidamos de lo que es importante. Por eso, uno tiene que cambiar su interés. Cuando uno tiene al intelecto como principal interés, no va a pensar en otras cosas. La espiritualidad verdadera es el cambio de interés y con el cambio del interés cambia la naturaleza del hombre. Por ejemplo, aquellos que beben, siempre están ebrios, porque cuando no han bebido también están pensando en el alcohol y me parece que aquel que está ebrio no es tan intranquilo como el que no ha bebido, pero desea beber. La intoxicación mental es peor que la intoxicación corporal. Por eso el Señor Krishna dice en el *Bhagavad Gita* que aquel que trata de controlar sus sentidos exteriormente, pero piensa en los objetos de los sentidos, es un hipócrita.¹

Por eso, nosotros tenemos que cambiar nuestro interés. El interés en las cosas espirituales tiene que aumentar. Pero el entendimiento espiritual no es un logro de un día. La gente piensa, especialmente en el mundo occidental, que uno tiene que disciplinar su vida por unos años y después tiene *licencia* para hacer lo que quiera, pero no es cierto. Shankaracharya dice que uno no debe confiar en sus sentidos mientras viva, porque no sabemos en qué momento pueden rebelarse y la *sadhana*² de muchos años se echa a perder. Uno puede escalar el Himalaya, pero si cae, su vida termina en un momento. Así, en la espiritualidad, un renunciante puede observar el autocontrol por toda la vida, pero si en sus últimos minutos cambia su mente, muere como ignorante. Por eso, el camino de la *sadhana*, de la disciplina, es muy rígido. Uno tiene que hacer un gran esfuerzo todo el tiempo. En el *Mahabharata* se describe la personalidad de Bishma Pithama, que observó el celibato toda su vida. Se dice que todo el tiempo estaba tan consciente, tan alerta, como una persona que tiene una serpiente enfrente y no puede relajarse ni por un momento, ni siquiera para dormir. Así, aquel que quiere convertirse en Cristo, Buda o Krishna, tiene que estar alerta, porque los sentidos son como una serpiente que en cualquier momento puede atacarnos. Nadie debe pensar que, porque es un santo, puede hacer lo que quiera. En los Estados Unidos he escuchado decir que se puede practicar la espiritualidad con una mujer en una mano y una botella de whisky en la otra, pero eso no es espiritualidad, es una gran confusión. Aquel que tiene interés en la mujer y el whisky ¿cómo puede pensar en Dios? No es posible. Uno tiene que transformar toda su actitud sobre la vida. Al principio uno tiene que captar mentalmente esta idea y después cambiar poco a poco.

Quiero decir una cosa más. Todos tenemos debilidades, tanto los que buscan los placeres sensuales como los que siguen el camino espiritual. ¿Cuál es entonces el beneficio de seguir el camino espiritual? La diferencia es que los santos buscan conquistar sus debilidades, mientras que las personas mundanas tratan de justificarlas. Tenemos que decidirnos a conquistar nuestras debilidades. Todos somos puros y tenemos que pensar en nuestra naturaleza elevada, y no justificar nuestra debilidad con el argumento de que es natural. Tenemos que conquistar nuestras debilidades por nuestra voluntad. Si no hoy, mañana, si no mañana, pasado mañana. De cualquier manera, yo voy a continuar mi esfuerzo hasta que conquiste mi debilidad.

¹ *Bhagavad Gita*, 3:6.

² Práctica espiritual.