

## UN MENSAJE DE DHARMA

### 2012: Un año de retos

Sri Dharma Mittra

Todo el sufrimiento y el dolor experimentados en el plano material tienen el propósito de la purificación –la limpieza gradual de la mente, el corazón y el intelecto–, para que algún día, en esta encarnación o en la otra, podamos al fin tener una visión completa de la Realidad Suprema. A todos los profesores y estudiantes de yoga, ¡prepárense! El año por venir será un año de retos. Será un año que nos dará muchas oportunidades para estar realmente al servicio de los otros. También nos proveerá de la oportunidad de descubrir cuán fuertes y fieles somos realmente. De acuerdo con las condiciones presentes y pasadas, incluyendo las predicciones e incluso alguna evidencia directa, en algún momento de 2012, sobre todo al final, la Tierra puede atravesar severas condiciones atmosféricas y algunos fenómenos inusuales. Aquellos con mucho apego a las cosas y al confort pueden pasar por mucho dolor y sufrimiento, y esos, que además, son carentes de buena salud y conocimiento espiritual, sufrirán aún más.

En nuestro estudio del yoga, aprendemos sobre los Kleshas, las impurezas mentales, las causas raíz de todo dolor y sufrimiento. Todos los cinco están arraigados en el primero, Avidya, o ignorancia de tu propio Ser Verdadero, pero el apego, o Raga, otro de los Kleshas, causará muchos problemas durante este periodo de transición y cambio. Podemos combatir esto como yoguis, entregándonos a la Sadhana (práctica espiritual), y, mientras más aprendamos, más tendremos, entonces, que compartirlo con otros para ayudarlos a atravesar los días oscuros que potencialmente vendrán. Compromete cada pedazo de conocimiento que puedas a la memoria y el fortalecimiento del cuerpo físico, para que puedas ayudar a otros más débiles. Muchos yoguis se vuelven flexibles y fuertes a través de su dedicación al Asana, la práctica de posturas, pero no debes sacrificar la aptitud cardiovascular, pues la habilidad de correr, si hay peligro, es de gran valía para salvarte y ayudar a salvar a los demás. Haz algo, al menos durante cinco minutos diarios, para fortalecer y tonificar el sistema cardiovascular, incluso saltar. Persigue cada día el autoconocimiento con gran intensidad.

Para armarte completamente, dedica más tiempo a la contemplación y encuentra quién eres realmente hoy. Somos todos una porción del Todopoderoso: inmortal, omnisciente y sin forma. Es solo a través de este conocimiento como realmente permanecerás tranquilo, sin que te afecte un posible estado de turbulencia. Mantente sano y comparte tanto como te sea posible el conocimiento espiritual con otros, de manera que el dolor pueda reducirse. Actuar de esta manera es la más elevada forma de caridad. Recuerda, creer no es suficiente.

¡Qué poco sabio es dormirse (ir por la vida inconsciente de todo y sin aprender nada)! ¡Qué tonto es mantenerse desprotegido y lleno de dudas! Infringiendo constantemente la ley y corriendo riesgos estúpidos que siempre nos conducirán a la decepción, la vergüenza, el dolor y el sufrimiento. El hombre sabio está siempre despierto y totalmente preparado, sigue las reglas y protege su conocimiento. Es compasivo con todos, vive felizmente y es inmune a la falsa ilusión. El hombre sabio está siempre listo para enfrentar cualquier cantidad de dolor que se le pueda infligir en cualquier momento.

b e r e c e p t i v e

Pero aun el cuerpo y la mente del hombre santo están sujetos a los extremos del desasosiego, pues nadie es inmune a las fuerzas de la naturaleza. Aquellos todavía sin autoconocimiento y que se atienen a un estado de ignorancia de la Realidad Suprema, sin duda sufrirán más el año entrante. Debido a la condición presente, incluyendo la mental y espiritual, todo se está moviendo, actuando y cambiando y siendo afectado por patrones movedizos, de forma perfecta, para resultar en una nueva condición. Todo está siendo controlado por las Leyes Divinas de la Naturaleza, y todo está conectado con todo lo demás. Lo que sea que ocurre en cualquier área tiene un efecto en lo demás. Einstein vio esto desde la perspectiva de la Física: “Para cada acción, hay una reacción igual y una reacción opuesta”. En términos kármicos, quizás se expresa mejor de esta forma: “Para cada reacción, hay una reacción igual requerida”. O: “Todo lo que estamos viviendo en el presente es el resultado de las obras del pasado”. Si fuéramos capaces de mirar atrás y revisar cada acción de vidas pasadas, entenderíamos con claridad todo lo que estamos experimentando ahora, en cada momento.

Aquellos desprovistos de autoconocimiento se encuentran bajo el influjo de sus ambientes externos y en los estados de esos ambientes. Pero los hombres y mujeres sabios, dotados del conocimiento correcto, pueden controlar los efectos que estos cambios externos tienen en el ambiente interno y, crucialmente, en la mente. Por supuesto, nadie puede escapar de su destino completamente, pero, como el iluminado no se identifica más ni con el cuerpo ni con la mente, él o ella permanece intacto ante el mundo exterior.

Solo una vela encendida puede iluminar la mecha apagada de otra. Quienes pierdan todo sentirán que el mundo se ha acabado. Si tienes un poco de conocimiento y un poco de autocontrol, serás capaz de servir y ayudar a cualquiera y con quienes entres en contacto, ahora y después de que todo comience posiblemente a moverse y cambiar.

¡Que Brahman te conceda el tesoro del entendimiento de este conocimiento divino!

Om, Shanti, Shanti, Shantihi

Con mucho amor,  
Dharma Mittra

¡Recuerda: el objetivo es la autorrealización!