

17. El camino de salida se encuentra en el camino hacia dentro, según el *Sanātana Dharma*

-Sadguru Sri Madhusudan Sai

Durante la pandemia recientemente experimentada, la normalidad fue trastornada en todo el mundo, y las personas se vieron confinadas en sus hogares o en instituciones de aislamiento. Con la pérdida de un ser querido, y tratando de asimilar la situación de no tenerlo cerca, para muchos la vida nunca volverá a ser la misma. Con la separación de las personas amadas, los ingresos y la seguridad en disminución, la incertidumbre acerca del futuro sumada al instinto de supervivencia, al temor y a las penurias generalizadas, el mundo entero cayó en el pánico y el pandemonio. Veamos ahora qué tiene que decir el *sanātana dharma* sobre la salida de allí.

El Señor de la Muerte, Yama, explica a Nachiketa, el joven buscador de la verdad, que todos los sentidos fueron creados de tal manera que siempre van hacia fuera, buscando placer y comodidad en las posesiones y relaciones del transitorio mundo material. El único que vuelve la mirada hacia dentro es aquella persona dotada de coraje espiritual y discernimiento, el *adhīrah*, que busca conocer la verdad eterna de nuestra propia divinidad, y por lo tanto ansía la dicha que brota de su propio interior. (2.1.1)

पराञ्चि खाञ्चि व्यतृणत्स्वयम्भूस्तस्मात्पराङ्पश्यञ्चत िान्तरात्म् ।
कञ्चिद्धीरः प्रत्यगात्मािमैक्षदावृत्तचक्षुरमृतत्वञ्चमच्छि ॥

parāñcikhānivyatrṇatsvayambhūstasmātparāṅpaśyatināntarātman |

kaściddhīrahpratyag-ātmānamaikṣadāvṛtta-cakṣuramṛtatvamicchān ||

"El que existe por Sí Mismo creó los sentidos con orientación hacia fuera. Por lo tanto, vemos hacia fuera, y no vemos el *ātman* en nuestro interior. El hombre inteligente, con los sentidos apartados de sus objetos, y deseoso de la inmortalidad, ve al *ātman* interior".

Este es el camino interior predicado por el *sanātana dharma*, la única salida de este caótico mundo. Esta vez, la causa de las penurias puede haber sido el problema de una pandemia, pero el mundo ha estado impregnado de la dualidad de placer y dolor desde tiempos inmemoriales. Por lo tanto, las penurias no son nuevas en el mundo. De hecho, Sri Krishna declara, en el *bhagavadgītā* (9.33):

अञ्चित्यमसुखं लोकञ्चममं प्राप्य भजस्व माम् ।

Anityam asukham lokam imam prāpya bhajasva mām.

"Habiendo venido a este transitorio mundo infeliz, medita en Mí y dedícate a Mí".

Aquí, cuando Sri Krishna aconseja al buscador que se dedique a Él, en realidad significa que el buscador debe dedicarse a la idea del Supremo Uno Mismo Divino, única fuente de felicidad perenne.

Todo el que haya nacido en la Tierra busca, a sabiendas o sin saberlo, las metas gemelas de *Dukhanivritti* y *sukhaprāpti* (liberarse del dolor y obtener la felicidad). Sin embargo, al no saber cómo lograr estas dos metas, procura siempre evitar lo doloroso, trátase de objetos, personas o situaciones, buscando, por el contrario, lo placentero, totalmente ajeno al hecho de que tanto el placer como el dolor germinan de la interacción con el mundo exterior a nosotros, y son solo temporarios. En este proceso de buscar el placer y evitar el dolor, oscilamos sin cesar entre dos extremos. En consecuencia, mientras sigamos buscando experiencias fuera de nosotros mismos, no hay manera de que podamos disfrutar de una serenidad continuada y duradera. Sin excepción alguna, esta interminable búsqueda de placer está puntuada con iguales instancias de dolor.

Habiendo conocido y comprendido esta naturaleza del mundo, los antiguos sugirieron al buscador de la felicidad que siguiera el camino hacia dentro, el camino interior que se retira a las más apartadas cavidades de la propia consciencia, donde todas las dualidades terminan y se alcanza el estado de paz que está por encima de las dualidades.

Muchos malinterpretan esto como retirarse físicamente de la sociedad, pero este no es el caso. No todos pueden, ni deben, abandonar su hogar en busca de paz interior. Muchos otros lo confunden con prácticas como *yoga*, *prāṇāyāma* y similares, las que emprenden tratando de hallar la paz. Sin embargo, estas son soluciones temporarias, que proporcionan alivio solo mientras se las ejecuta.

Pronto la mente tiende a regresar a las viejas costumbres y se sumerge en la vieja experiencia de la dualidad. Por lo tanto, dichas prácticas que apuntan a calmar y controlar la mente y las emociones pueden, en el mejor de los casos, brindar solo resultados temporarios.

Por su parte, el *sanātana dharma* nos enseña el camino a la paz permanente, y declara que lo único que puede conducirnos a salir del incesante vaivén de la dualidad es conocer nuestra verdadera naturaleza, la divinidad.

El *Puruṣa sūktam* del *Ṛgveda* dice:

*Vedaahametampurushammahāntam
ādityavarnamtamasahparastāt
tamevamvidvanamritaihabhavati
naanyahpanthāvidyateayanāya*

"He conocido al gran Purusha (Ser Supremo) que brilla como el sol y está por encima de toda oscuridad. Quien lo conoce se hace inmortal (aun) aquí. No hay otro camino hacia la liberación, aparte de este".

Este versículo describe al Ser Supremo como Aquel que resplandece con brillo propio y está más allá de la dualidad de oscuridad y luz, representando el dolor y el placer, y proclama que el único camino a la libertad y la vida eterna es conocer al Uno Mismo interior.

De este modo, sobre el trasfondo del mundo temporario, la idea del eterno Uno Mismo se presenta como el único camino a la liberación de las efímeras experiencias del mundo, que nos columpian hacia dentro y hacia fuera del dolor y el placer.

En cierta medida, la pandemia no nos dejó más alternativa que buscar la felicidad y la paz en nuestro interior, cuando todos los sistemas externos de apoyo comenzaron a colapsar. Lo único que podría ayudar a muchas personas a evitar problemas mentales como la depresión y el pánico es esta convicción de que nuestra verdadera naturaleza es la existencia eterna y siempre dichosa (*sat-chit-ananda*).

Esta convicción, que surge en el instante en que comenzamos a identificarnos con la Divinidad en lugar del cuerpo y la mente, proporciona una profunda confianza al corazón desfalleciente.

El gran sabio *Aṣṭāvakra* dice, en el *aṣṭāvakra-gītā*:

मय्यिन्तमहाम्भोधौ जगद्वीञ्चतः स्वभावतः ।
उदेतु वास्तमायातु ि मे वृद्धद्धिन च क्षञ्चतः ॥

*mayyanantamahāmbhodhau jagadvīcīḥsvabhāvataḥ|
udetuvāstamāyātunamevṛddhīrnacakṣatiḥ||*

"Que suban y se desvanezcan las olas, siguiendo su naturaleza, en el infinito océano de mí mismo. Por su causa no hay en mí aumento ni disminución".

Así como la superficie del mar experimenta la elevación y caída de las olas, pero no es afectada por ellas, las olas de las experiencias de placer y dolor suben y bajan en el océano de la consciencia, pero nosotros permanecemos inafectados, si hemos comprendido que nuestra naturaleza es la consciencia suprema.

Este camino interior permite a las personas aceptar lo inevitable que les ha tocado, y hacer las paces con ello en lugar de resistir el cambio que no se puede evitar, sufriendo por la incapacidad de hacer algo al respecto.

El *sanātana dharma* es el modo más práctico de enfrentar todas las situaciones de la vida, especialmente aquellas que no pueden ser controladas o evitadas, como la pandemia. La clave de la felicidad permanente reside en la constante contemplación y práctica del pensamiento de que somos divinos, y por lo tanto capaces de retirar la mente y los sentidos afligidos por las dualidades, así como la tortuga retira sus extremidades dentro del caparazón, poniéndose a salvo.

El *bhagavadgītā* dice (2.58):

यदा संहरते चायं कू मोऽङ्गािीव सवनशः।
इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेभ्यस्तस्य प्रज्ञा प्रञ्चतञ्चिता ॥

yadāsanharatechāyamkūrmon'gānīvasarvaśhaḥ
indriyāṇīndriyārthebhyastasyaprajñāpratiṣṭhitā

"Quien es capaz de retirar de sus objetos los sentidos, como la tortuga retira los miembros dentro del caparazón, está establecido en la sabiduría divina".

El "camino hacia dentro", retirarse de lo exterior hacia el Uno Mismo interior, es el único "camino de salida" de las dualidades de la vida y las consiguientes oscilaciones entre placeres y dolores temporarios, según indica el *sanātana dharma*.

* * *

(Artículo publicado en Vijayavani, importante diario de la India en idioma kannada, el 12 de octubre de 2021)