

PODCAST 226, EL ARTE DE LA FELICIDAD

Tomado de Sai-Chology, por Anil Kumar Kamaraju, pgs 40-44

Om Sri Sai Ram!

La Pobreza Interna

En el gran viaje de la vida, adquirimos muchas cosas: riqueza, conocimiento, poder e influencia. Siempre estamos ocupados obteniendo y logrando algo y a menudo conseguimos lo que aspiramos. Pero después viene un vacío y una especie de soledad. Después de todos estos logros y el cumplimiento de nuestros deseos, todavía no vivimos en paz. De hecho, también perdemos la paz que ya estaba dentro de nosotros. Es una paradoja de la vida que cuando obtenemos poder, nos volvemos débiles. Aquí, las enseñanzas de Bhagawan nos llevan a las conclusiones correctas.

Necesitamos reflexionar y meditar sobre la pregunta crítica de por qué queremos ser ricos y acumular riqueza y propiedad. La respuesta es que la pobreza interna es responsable de nuestro deseo de tener propiedad externa. La pobreza interna es responsable de nuestro deseo de tener propiedad externa. Porque el hombre es pobre por dentro, quiere ser rico por fuera. Si analizamos quién quiere ser rico y poderoso y quién ambiciona posición y reconocimiento, vemos que tales personas son débiles por dentro. ¿Quién anhela compañía? Aquel que está solo por dentro y se siente aislado quiere la compañía de otros.

La vida está llena de polaridades y opuestos. Fallamos en entender esto. Luchamos por justo lo contrario. La pobreza interna nos hace querer más y más porque estamos necesitados por dentro. Bhagawan da un ejemplo en el que dice que un hombre rico es aquel con satisfacción y el que quiere más y más es un mendigo incluso si es próspero. Debemos entender que el interior se refleja en el exterior al igual que lo contrario.

Es un principio establecido de la vida que todas las trampas de la riqueza y la fama que se desean y se obtienen, están destinadas a desaparecer. Después de un período de cinco años, un Miembro del Parlamento deja de ser Parlamentario. Nada es permanente. Pero lo que es nuestra verdadera naturaleza, lo que realmente somos, es eterno.

La Felicidad es Nuestra Verdadera Naturaleza

No podemos liberarnos de nuestra verdadera naturaleza, nuestro propio Ser. Esto se llama Dharma o Verdadera Naturaleza. Es la naturaleza del fuego quemar y no puede liberarse de eso. De manera similar, el hielo no puede liberarse de su naturaleza de ser frío. Es la naturaleza del viento soplar libremente. De manera similar, uno debe ser fiel a su naturaleza y ser consciente de ello, que es el secreto de la felicidad.

Desafortunadamente, no conocemos nuestra verdadera naturaleza y en su lugar perseguimos posesiones mundanas y nos volvemos infelices. Debemos recordar la ley fundamental: "Aquello que se adquiere algún día desaparecerá". Pero nuestra naturaleza propia permanece porque es la Verdad interior.

¿Cuál es nuestra verdadera naturaleza? La felicidad es nuestra verdadera disposición. La felicidad es Dios. Dios es felicidad. De hecho, somos felicidad y bienaventuranza somos nosotros. Desafortunadamente, ni nos damos cuenta de esto ni lo experimentamos. ¿Qué es el pecado? Hablando sinceramente, el pecado es una actitud de infelicidad. Si estamos infelices, hacemos infelices a los demás. Por lo tanto, nos convertimos en los peores pecadores. Así que, no cometamos ese pecado.

Cuando Bhagawan camina entre nosotros, nos volvemos felices. Cuando Bhagavan viene y se para frente a nosotros, nuestra felicidad crece en proporciones geométricas. La felicidad es infinita y es nuestro verdadero carácter. La verdadera virtud es sentir y experimentar la felicidad. Estar infeliz es un pecado, que es ajeno a nuestra naturaleza. El pecado es lo que no somos. En cambio, deberíamos sintonizar con nuestro atributo de felicidad.

¿Cuál es la experiencia de la felicidad? Una vez que se siente y se realiza, entonces se puede experimentar. Cuando estamos alegres, todo lo que hacemos se vuelve dichoso: nuestra conversación, nuestras acciones, nuestras miradas, gestos, de hecho, nuestra mera presencia imparte alegría. Todo lo que hacemos crea felicidad. Esta experiencia de bienaventuranza se siente en un estado de silencio cuando su sutileza se siente fuertemente. Es un vacío y una paz prístina. Es muy diferente de la sensación temporal y la euforia que se obtiene bebiendo licor o en cualquier otra actividad productora de sensaciones como el juego o las carreras. La felicidad es un subproducto de la actividad no sensorial y no excitante. La excitación es temporal, mientras que la felicidad es sostenida y duradera, en la quietud, en la paz y en el vacío.

Entonces, reiteremos que la fuente de éxtasis es nuestra naturaleza inherente, y nuestro derecho de nacimiento. Nacemos con felicidad, y no tenemos que pagar nada por ello.

La Felicidad Está Cubierta

¿Cómo experimentamos la felicidad? Según Bhagawan, en un vaso lleno de agua, si queremos llenarlo con leche, primero tenemos que tirar el agua y luego llenar el vaso con leche. De manera similar, la felicidad dentro solo se puede experimentar después de que eliminemos todas las negatividades. Es como excavar profundamente en la tierra en busca de oro. Obtenemos este oro después de quitar los guijarros, piedras y la tierra, y solo entonces recoger el metal precioso que yace debajo.

Como el oro, la felicidad está presente de manera similar debajo. Pero, está cubierto por todas las negatividades de la envidia, la ira, la avaricia, la comparación, la ambición, la preocupación, la ansiedad y los deseos. Toda esta suciedad y basura

ha cubierto el activo más valioso de la felicidad que está en lo más profundo de nuestros corazones.

Tenemos que desenterrar esta fuente que yace debajo al liberarnos de todas las debilidades y negatividades como el deseo sin sentido, la posesividad, la lujuria por el poder, etc.

Una vez que estas negatividades son eliminadas de la superficie, la felicidad divina es nuestra.

En este sentido, los niños son el mejor ejemplo. Si un niño está jugando y lo llamamos elogiándolo, el niño seguirá jugando sin importarle. Los elogios o las críticas no importan a los niños porque siempre están en alegre juego. De manera similar, deberíamos convertirnos en pequeños niños y permanecer alegres. Estamos cubiertos con capas de impresiones sucias y cosas no deseadas que ocultan nuestra felicidad.

No Soy Afectado

En esta situación, ¿cómo encuentra uno su rumbo? ¿Qué se debe hacer? Tenemos que comprender que todo lo que causa dolor y sufrimiento es solo una sombra. Todo lo que sucede a nuestro alrededor realmente no nos afecta en el verdadero sentido. Toda la agonía, angustia, miseria y tristeza son meras sombras. Hablando sinceramente, permanecemos sin vernos afectados por todo esto.

Bhagawan nos da el simple ejemplo de nuestra propia sombra que nos sigue. Mientras caminamos, nuestra sombra cae en las alcantarillas, aguas sucias, la hierba y en todas las cosas inútiles al lado del camino. Pero esto no nos afecta a través de ningún dolor, sufrimiento, culpa o infelicidad porque es solo una sombra y no es nuestra verdadera naturaleza. La infelicidad no es nuestra verdadera naturaleza, ni tampoco el dolor, la tristeza, el pesar y la miseria. Realmente, nuestra verdadera naturaleza es la felicidad.

Bhagawan da otro ejemplo. Si alguien está sonriendo, nadie preguntará por qué está sonriendo. Por otro lado, si alguien tiene una mirada seria, la gente preguntará el motivo, como, "¿Qué pasa?" ¿Por qué? Es porque la alegría es un rasgo inherente, mientras que la seriedad es anormal. Una sonrisa es natural, mientras que la miseria es antinatural.

Para reiterar, el hecho básico es que no somos solo una sombra y no somos afectados por nuestra sombra. Esta comprensión nos ayuda a sentir nuestra alegría inherente.

Esperamos que hayas disfrutado este podcast sobre el 'Arte de la Felicidad'. Planeamos continuar en líneas similares en el próximo podcast de la próxima semana. Únete a nosotros entonces.

Jai Sai Ram