

## OM SAI RAM

### Bienvenido a Prasanthi Sandesh

#### PODCAST 243, "INDEPENDENCIA DEL SER"

30 de mayo de 2024

*El siguiente texto contiene extractos del libro del Prof. Anil Kumar  
"Sai-Chology," pág. 294-302*

#### **EL DÍA DE LA INDEPENDENCIA TIENE UN MENSAJE DIFERENTE**

Según Bhagawan, el Día de la Independencia tiene un mensaje bastante diferente de cómo lo entendemos. Para la mayoría de nosotros, la "independencia" es independencia política, libertad del dominio extranjero. Pero la definición de Swami es totalmente diferente. Después de nuestras reflexiones, deberíamos tener una perspectiva y un pensamiento más holísticos.

Swarajya es la verdadera traducción en la mayoría de los idiomas (incluyendo sánscrito) de la palabra "independencia". Bhagawan, en Su propio estilo divino e inimitable, ha explicado esta palabra, Swarajya. ¿Qué significa? El entendimiento general es que es "gobierno por el pueblo indígena". Es decir, libre de las cadenas del dominio extranjero.

#### **SWARAJYA – INDEPENDENCIA DEL SER**

Bhagawan lo pone de esta manera: Swa significa el Ser. Rajya significa Reino, el Reino del Ser. ¿Dónde está el Reino del Ser? El Reino del Ser está dentro. El reino político y geográfico está fuera. El dominio extranjero está fuera. Sí, estamos libres del dominio extranjero, que está fuera. Sin embargo, por dentro, estamos esclavizados. Somos libres por fuera, pero somos esclavos por dentro. ¿Qué queremos decir con eso?

Tenemos libertad externa. Pero, ¿somos libres por dentro? No es así. Somos esclavos y víctimas de nuestras propias caídas y debilidades. Nos sometemos a causas triviales y nos agitamos, perturbamos y preocupamos. ¿Estamos libres de negatividades como la ira, la lujuria, el apego, el odio, la avaricia y los celos? La respuesta es un definitivo NO. No estamos libres de estos enemigos internos. La ira, la lujuria, la avaricia, el ego y los celos dominan el reino interior. Están gobernando dentro, por lo que somos esclavos en su dominio interior.

¿Qué tipo de gobernantes son estos? Al menos en nuestra vida, nunca nos harán libres. Por el contrario, estos gobernantes nos traerán infamia, impopularidad y nos arruinarán por completo. El dominio extranjero exterior es mucho más fácil. Su influencia es solo política, geográfica y financiera. Pero los gobernantes que nos controlan por dentro son los enemigos internos: la avaricia, el odio, la envidia, la ira y la lujuria.

Durante varias vidas, la humanidad no ha podido liberarse de su dominio interior. Nacimiento tras nacimiento hemos luchado arduamente para liberarnos de su tiranía. Han pasado eras, pero aún no estamos libres de esta agresión. Este es el punto que Bhagawan enfatiza con Swarajya.

Es imperativo tener esta libertad interior. Una vez que hay libertad interior, la libertad exterior seguirá. Con libertad interior, podemos aventurarnos en el mundo exterior y aprovechar los beneficios en el verdadero sentido del término "independencia".

Bhagawan dice: "Swarajya significa el gobierno del Ser, por el Ser, para el Ser". No es "Gobierno del pueblo, por el pueblo, para el pueblo", que es la definición del término "democracia" según Abraham Lincoln, que es libertad exterior. La regla de la libertad interior es: Gobierno del Ser, por el Ser, para el Ser.

### **ESFUERZO PROPIO PARA LA LIBERTAD**

Entonces, las celebraciones del Día de la Independencia el 15 de agosto no se limitan solo a los indios, aunque ellos pueden regocijarse con diversión y alegría, con banquetes, iluminación, etc. Estas son expresiones de alegría y júbilo. Pero la independencia con respecto al mundo interior, el reino dentro, es una larga lucha. Esta lucha debe librarse en solitario y no es un movimiento de masas. No es seguir a un líder. Uno debe trabajar por su propia emancipación. Uno debe asegurarse de estar libre de enemigos internos.

¿Cómo podemos liberarnos del dominio de la ira? Nadie puede ayudarnos. Solo nosotros debemos encontrar un camino. Del mismo modo, ¿cómo podemos liberarnos del dominio de la envidia por dentro? Uno tiene que arar un surco solitario. Nadie ayudará. Para liberarse de la dominación interior de las debilidades humanas, uno debe trabajar por sí mismo.

### **DOS PUNTOS PARA LA LIBERTAD INTERIOR**

Para reiterar, en resumen, la celebración del Día de la Independencia para los buscadores espirituales implica la libertad de las negatividades internas como la envidia, el resentimiento, la avaricia, la intolerancia, la ira, el odio, etc. En segundo lugar, cada persona tiene que trabajar por sí misma para ser libre por dentro: uno mismo debe hacerlo. No es un movimiento de masas ni una lucha por la libertad bajo el liderazgo de alguien; uno es un líder para uno mismo. Cada uno es un emancipador y un libertador para sí mismo.

### **PUNTO UNO: LIBERTAD DEL APEGO AL CUERPO**

¿Qué es la libertad en el contexto espiritual? El gran sabio Ramana Maharishi y Bhagawan Baba definen enfáticamente y repetidamente la libertad espiritual. ¿Cuál es este punto importante?

Todos tenemos este apego al cuerpo. Nos identificamos con el cuerpo. Como dice Baba: Deha Abhimana. Deha es cuerpo; Abhimana es apego. Tenemos Deha Abhimana, apego al cuerpo. Debido a esto, siguen varias cosas. Es la razón principal, que nos ha hecho esclavos tanto en el pasado como en el presente. Si continuamos identificándonos con el cuerpo, continuaremos siendo esclavos.

Debido a nuestra identificación con el cuerpo, tenemos el sentimiento de Deha Buddhi, es decir, pensar en términos del cuerpo. Todo el proceso ha comenzado debido a pensar: “Soy el cuerpo”, lo que nos hace sufrir. Debemos deshacernos de esta obsesión con el cuerpo, lo que nos llevará a la verdadera libertad.

### **EL PRIMER MÉTODO – REALIZAR QUE EL CUERPO ES TEMPORAL**

Bhagawan sugiere un camino importante y fácil para los devotos de Sai. El cuerpo necesariamente lleva consigo un sentimiento de ego, el rasgo dominante en nosotros. Baba siempre dice: “Debemos tratar de liberarnos de la identificación con el cuerpo”. Esta es su cita repetida con frecuencia: “El cuerpo es una **burbuja de agua**”. Una vez que estemos convencidos de esta verdad, nunca sentiremos que el cuerpo es eterno e inmortal, y después de eso no estaremos desesperadamente apegados a él y a su mantenimiento. Sin embargo, no significa que el cuerpo deba ser descuidado; pero al mismo tiempo, no es el todo y el fin.

Bhagawan dice: “**El cuerpo es el templo de Dios**”. Pero no termina ahí. Ir al templo no es suficiente. Debemos ir adentro. Cuando consideramos nuestro cuerpo como un templo de Dios, debe mantenerse escrupulosamente, puro y limpio, porque Dios reside dentro. Dios, en el templo del cuerpo, es Conciencia, el Alma o el Espíritu – atma o chaitanya. Es el ser dentro de nosotros. Lo Divino reside en el cuerpo. Por lo tanto, debe hacerse una residencia adecuada para Dios.

Por lo tanto, debemos liberarnos del apego al cuerpo y no solo estar bajo dominio extranjero o dominación política. El verdadero Día de la Independencia requiere que nos liberemos de tal atracción física. Una vez que nos demos cuenta y creamos sinceramente en no permitirnos ser llevados por la imaginación o la fantasía, y una vez que nos demos cuenta del hecho de que el cuerpo es una burbuja de agua, nunca seremos arrogantes ni egoístas. Entonces nunca gastaremos todo nuestro tiempo, energía o recursos en mimar el cuerpo.

### **EL CUERPO ES SOLO UN MEDIO**

A pesar de un cuerpo sano y fuerte, muchas personas parecen miserables y serias. ¿Por qué? El cuerpo está bien, la personalidad es bastante atractiva, pero la mente está enferma. El cuerpo es la ciudad; sus conductos llevan desechos, basura. No es que no tengamos un cuerpo, pero es un gran error si pensamos que el cuerpo es el todo y el fin - por lo tanto, el verdadero Día de la Independencia hace un llamado para desvincular nuestros sentidos del cuerpo, Dehabhimana. Para repetir, el primer método es realizar que el cuerpo es temporal como una burbuja de agua.

Otra forma de ayudar a disipar la identificación con el cuerpo según Bhagawan es esta: “Este cuerpo es solo un vehículo, un canal o una tubería, o puedes compararlo con un cable eléctrico. La electricidad fluye a través del cable y el agua fluye a través de una tubería. El cuerpo es un medio, solo un vehículo y un medio de transporte para llegar al destino, o al objetivo, según sea el caso”.

Bhagawan da el ejemplo de tener un coche. Uno tiene un coche, no para mantenerlo en el garaje o para publicidad. Si permanece en el garaje, se oxida y pierde valor de reventa. Del mismo modo, este cuerpo no es para mantenerlo en el garaje, ni para el taller, para reparaciones debido a enfermedades frecuentes.

## **EL CUERPO Y LA MENTE SE AFECTAN ENTRE SÍ**

El cuerpo debe ser fuerte y, como un coche, debe estar en condiciones óptimas para funcionar. Debe ser competente para emprender la práctica espiritual y la penitencia, es decir, sadhana.

El cuerpo y la mente están interrelacionados a través de una relación psicosomática. Este es el vínculo que existe entre el cuerpo y la mente y cada uno afecta al otro. Por ejemplo, si estamos muy preocupados, mentalmente deprimidos y frustrados, entonces, aunque físicamente fuertes, nos vemos deprimidos. Estamos muy enfermos porque mentalmente estamos molestos - la mente afecta al cuerpo. Los médicos dicen hoy que la mayoría de las enfermedades tienen una causa psicológica, y reportan casos donde las personas han superado enfermedades por pura fuerza de voluntad. Incluso casos avanzados de cáncer han sido curados por una fuerte voluntad. Tales casos están registrados. En este canal bidireccional, el cuerpo y la mente se afectan entre sí. Por lo tanto, el cuerpo debe mantenerse puro y resistente.

## **EL SEGUNDO MÉTODO – SERVICIO**

Baba prescribe el servicio, karma yoga como un medio para superar la identificación con el cuerpo. Al prestar servicio, el camino de la acción, al menos no habrá una identificación con el cuerpo al cien por ciento. Karma yoga se prescribe para chittha suddhi (pureza de la mente). Karma es una acción realizada para purificar la mente. Es fácil mantener la limpieza del cuerpo a través de varios baños, pero eso no nos ayudará a lograr la pureza de la mente. Al emprender acciones a través del cuerpo, es decir, karma yoga, se asegura chittha suddhi, pureza de la mente. Debemos entender que este cuerpo está destinado a servir.

Bhagawan nos da muchos ejemplos: Uno - El árbol da frutos, no para consumir el fruto él mismo, sino para que la humanidad lo coma. Dos - El río fluye sin cesar. No bebe su propia agua; el agua es para la sociedad. Tres - la leche de la vaca es para todos. La vaca no bebe su propia leche. El árbol, el río, la vaca - todos nos dan hermosas lecciones de servicio.

## **EL TERCER MÉTODO ES REZAR A DIOS**

Para liberarse del apego al cuerpo, ¡piensa en Dios!

Bhagawan ha dicho: "El que busca recompensas, premios, reconocimiento, aplausos, fama, ganancia financiera y monetaria es solo un animal". Eso es todo.

Además, Él dice que, si tienes hierba verde en tu mano, la vaca se acercará a comer la hierba. Cuando se ofrece algo precioso, el hombre se apresura a tomarlo. Como Swami lo dice en Telugu, Iche Vaadu unte sache vaadu koda leche ustadayya annaru, lo que significa, "Si alguien está preparado para dar, incluso un cadáver se levantará para recibir".

El temperamento del cuerpo es siempre recibir y presumir, encantado por la atracción de la comida, el vestido, el refugio, las comodidades y los confortos. El cuerpo siempre quiere comodidades y conveniencias. Bhagawan quiere que entendamos que cuando hacemos servicio, cuando recitamos Su nombre, podemos liberarnos de la identificación con el cuerpo.

Esperamos más preciosas gemas de sabiduría en la próxima sesión.

¡Gracias por tu tiempo!

**OM SAI RAM**