

# समानुभूति

## *Samānubhūti*

24 de junio de 2022

*Comentario de Ami Bansal y Garima Borwankar*

### Parte VII

En la Parte VI nosotras, Ami y Garima, escribimos sobre la cualidad de la suavidad que va imbricada en *samānubhūti*, la virtud que dio Gurumayi el 24 de junio de 2022. Lo hicimos en el contexto del quinto aspecto de esta virtud que habíamos identificado en el comienzo:

***Samānubhūti* es responder a los demás con suavidad y sin juzgar.**

Hablamos de cómo la suavidad es una cualidad innata en todos nosotros, y que una vez que volvemos a familiarizarnos con nuestra propia suavidad y hacemos la práctica de conectarnos con ella regularmente, puede terminar por volverse otra vez nuestra segunda naturaleza. Fácilmente podemos acceder a ella y mostrarla en nuestras respuestas a los demás.

El no juzgar difiere de la suavidad en que a menudo requiere más esfuerzo de nuestra parte reflejarla en nuestras acciones. No juzgar no es instintivo en nosotros de la manera en que la suavidad lo puede ser. Implica estar conscientes de nuestros hábitos, opiniones y prejuicios y que apliquemos nuestra *buddhi*, nuestro intelecto, para cuestionar y evaluar si son realmente benéficos o no.

Hablamos sobre la cualidad de no juzgar y su relación con *samānubhūti* por primera vez en la Parte IV. En aquel momento, vimos el no juzgar específicamente en relación con la forma en que Gurumayi ha enseñado sobre la compasión — otro atributo de *samānubhūti*. Ahora, llevaremos más allá nuestra

exploración del no juzgar y abundaremos en nuestro conocimiento y comprensión sobre esto.

Muchas veces, para comprender lo que algo *es*, ayuda aprender lo que *no* es. Otras veces, para comprender lo que algo *no* es, resulta útil aprender lo que *es*.

Pero cuando se trata de esta cualidad —no juzgar— las cosas se ponen un poco más interesantes. Como término, *no juzgar* tiene dos palabras: “no” (que es una negativa y puede significar “sin” o “el reverso de”, dependiendo de la palabra con que se asocie) y el verbo “juzgar”. Pero cuando pones estas dos palabras juntas, la expresión resultante, *no juzgar*, significa y connota algo distinto de, simplemente, “la ausencia de juicio”.

Sin embargo, sigue siendo útil considerar cómo los dos términos —*juzgar* y *no juzgar*— se relacionan.

Comencemos refiriéndonos a los idiomas sánscrito y hindi, donde no hay escasez de palabras que tengan significados similares o relacionados con el juicio. Estas palabras incluyen *nirnaya* (“veredicto”, “decisión” o “acuerdo”), *viveka* (“discreción”, “prudencia”, “discernimiento”), *nishchaya* (“determinación”, “decisión”), *vivechana* (“crítica sensata”, “evaluación” y “examen”, a menudo a través de la discusión), *vichāran-shakti* (“la capacidad de reflexionar y razonar”), *prajñā* (“sabiduría”), *buddhi* (“intelecto”) y *samajh* (“entendimiento”).

Lo que es interesante observar, cuando consideramos estas distintas palabras para “juicio” en sánscrito y hindi, es que ninguna de ellas implica que el juicio sea inherentemente negativo. ¡De hecho, algunos de estos términos tienen asociaciones decididamente positivas! Aun en español, las denotaciones de “juicio” son bastante benignas en general. Se puede, por ejemplo, considerar que signifiquen cosas tales como evaluación, apreciación y discernimiento. Pero debido a que la palabra *juicio* no se suele utilizar con estos significados en mente, el consenso general ha llegado a ser que tiene una connotación negativa.

Si decimos que alguien nos está *juzgando*, usualmente no queremos decir que están pensando bien de nosotros o que nos están llenando de elogios.

Por sí misma, sin embargo, la palabra *juicio* se refiere simplemente a un proceso cognitivo por el que llegamos a una conclusión sobre alguien o algo, partiendo de nuestro conocimiento o entendimiento de estos. Lo que es más, este proceso cognitivo es uno en el que *todos* estamos involucrados *todo* el tiempo. Al transcurrir nuestra vida cotidiana, constantemente tenemos que discernir, evaluar, examinar, aplicar nuestro criterio. Podríamos decir, por ejemplo, “Decidí asistir al retiro de meditación en lugar de quejarme constantemente de que no soy un buen meditador”. O bien, “Elegí visitar a mis abuelos en vez de ir de vacaciones con mis amigos”. O, “Supe la importancia de transmitir a los demás el conocimiento que he obtenido, a fin de mejorar sus vidas”.

Como puedes ver, los juicios que hacemos pueden ser simples o complejos. Son una función natural de nuestra *buddhi* (que no por casualidad también tiene en “juicio” uno de sus muchos significados tanto en sánscrito como en hindi). En la Parte V de este comentario, explicamos cómo utilizamos la *buddhi* para comprender y navegar eficazmente en nuestro mundo. Usamos la *buddhi* para dar sentido a las cosas que llegan a nosotros, para analizar los pensamientos que cruzan por nuestra mente, y para determinar nuestra respuesta a ese ímpetu interno o externo.

Y no son solo los seres humanos los que se ocupan de esta clase de proceso analítico. Los animales y las plantas también despliegan capacidades cognitivas en diversos grados, especialmente al tomar decisiones que aseguran su supervivencia. Por ejemplo, un girasol girará hacia el sol en busca de luz. Las raíces de un árbol se extenderán hacia fuera y se hundirán más profundo en la tierra en busca de agua. Un camaleón cambiará de color para confundirse con su entorno de modo que pueda atrapar una presa u ocultarse de sus depredadores.

Algunos mamíferos despliegan habilidades cognitivas aún más evolucionadas. Los delfines usan distintos tipos de sonidos para comunicarse entre sí; algunos llamados, por ejemplo, funcionan como nombres y se usan para dirigirse a otros

delfines del grupo. Los cerdos son capaces de entender señales verbales y no verbales de los humanos. Y una extensa investigación ha mostrado que tanto los chimpancés como los elefantes poseen memorias poderosas e intelectos sofisticados.

Los seres humanos, como las criaturas más evolucionadas que habitan la tierra, han sido dotados de facultades increíblemente refinadas y poderosas para tomar decisiones. Es más, los científicos han descubierto que el cerebro humano tiene una enorme capacidad de aprender, cambiar y adaptarse constantemente. Tenemos la capacidad de adquirir y asimilar nuevos conocimientos, de tener y entender múltiples perspectivas sobre determinado tema o situación, de cambiar y expandir nuestros puntos de vista, y de tomar decisiones —grandes y pequeñas— que pueden causar una profunda transformación en nuestro comportamiento.

Ahora bien, si *hacemos* esto o no, es un asunto totalmente distinto. A medida que crecemos y vamos por la vida, nuestra visión del mundo —y de nosotros mismos— puede volverse fija, incluso rígida. Podemos comenzar a pensar que nuestras personalidades e incluso nuestro carácter son estáticos. Nos resignamos a nuestros defectos. “¿Qué hacer? —decimos— Así soy yo”. Y proyectamos ese mismo pensamiento al exterior. “Así son ellos”. “Así funciona el mundo”. Cuando pensamos de esta manera, implícitamente nos estamos rehusando a concebir cualquier otro tipo de ser y de mirar. Estamos rechazando la posibilidad de una realidad diferente o más expansiva. Y no estamos aprovechando la capacidad del cerebro para el cambio, el crecimiento y la evolución.

Esto nos da una pista de cómo el juicio, una función de la mente, por lo demás neutral —y sumamente valiosa—, ha llegado a adquirir su asociación más negativa.

Para saber más, ahondemos todavía en el concepto de *buddhi*. Tal vez recuerdes que hablamos por primera vez de *buddhi* en la Parte V, como un elemento del aparato mental mayor que es el *antahkarana chatushtaya*. Otro componente del

*antahkarana chatushtaya* es *chitta*, o la mente subconsciente, que almacena nuestros recuerdos e impresiones pasadas. Estas impresiones están formadas por factores tales como nuestra crianza, nuestra educación, nuestro sistema de creencias, las normas de nuestra sociedad o cultura, nuestros principios personales y las pautas morales que mantenemos, el cúmulo de nuestras experiencias de vida y las conclusiones que hayamos sacado de esas experiencias.

Están también las impresiones que hemos traído a esta vida presente. Ādi Shankarāchārya, uno de los más grandes expositores de la filosofía del Vedanta, explica este principio en su obra *Prabodha-sudhākara*, “El océano nectáreo de la iluminación”.

Shankarāchārya dice:

तत्कारणं स्मृतं यत्तस्यान्तर्वासनाजालम्।

*tatkāraṇaṁ smṛtaṁ yattasyāntarvāsanājālam |*

En el cuerpo causal se encuentra la espesa red de todas las impresiones mentales pasadas.<sup>1</sup>

El cuerpo causal es uno de los más sutiles cuerpos de conciencia de nuestro ser. Conserva las impresiones latentes de todas las acciones y experiencias pasadas con las cuales llegamos a este mundo. Estas impresiones dormidas pueden emerger a la superficie por medio de *chitta*, la mente subconsciente, que también guarda las memorias que hemos acumulado en *esta* vida, y que dan color a nuestra percepción del mundo en el presente.

Ahora bien, el *chitta* y la *buddhi* siempre funcionan juntos. La información almacenada en nuestro *chitta* es lo que nuestra *buddhi* descifra y utiliza para tomar decisiones. Por lo tanto, la cualidad de esa información —si es precisa o defectuosa— tiene una inmensa importancia. Las elecciones que hacemos a partir de ella configuran nuestra realidad.

El Vedanta da el ejemplo clásico de *rajju-sarpa-bhrānti*. *Rajju* significa “cuerda” y *sarpa* quiere decir “serpiente”. La palabra *bhrānti* tiene numerosos significados que incluyen “confusión”, “ilusión”, “engaño”, “falacia” y “percepción errónea”.

En su libro *El yoga de la disciplina*, Shri Gurumayi narra la historia de *rajju-sarpa-bhrānti*, que nos ilumina sobre este concepto vedántico. Permítenos compartir contigo la hermosa versión de Gurumayi.

Una noche, un hombre llamado Janghu salió a dar un paseo por un sendero en el campo. Iba pensando en esto y aquello, imaginándose qué haría en el futuro. De pronto, saltó asustado. A corta distancia del sendero apareció una enorme serpiente deslizándose. Se quedó inmóvil al ver a Janghu. En realidad, estaba claramente posada y al acecho, quieta, lista para abalanzarse sobre el pobre hombre y morderlo.

Janghu soltó un grito, y corrió hacia la aldea pidiendo ayuda y previniendo a todos de que no caminaran en esa dirección. Un par de aldeanos dijeron que tomarían sus linternas para ver si en verdad era venenosa.

Pero Janghu no quiso oírlos. Alegó que él sabía todo sobre serpientes y que si iban allá, morirían. Estaba seguro de que ésa era la temible serpiente de la que solía hablarle su abuela. Seguramente era la misma que había matado a tantos niños, envenenado a granjeros en sus campos, y atacado a inocentes viajeros. Su descripción se tornaba más y más monstruosa a cada minuto.

De pronto, a Janghu se le ocurrió otra idea. ¡Él sería el héroe! Salvaría la aldea de esa temible serpiente matándola él mismo. Ya se imaginaba asestándole un terrible golpe tras otro. Totalmente lleno de vigor por esta visión heroica de sí mismo, se adentró en la noche. En su camino, buscaba un palo grande para golpear a la serpiente. Vio la rama perfecta en un árbol y la agarró con firmeza para desprenderla. Entonces, soltó un grito y

cayó al suelo. La rama que había sujetado no era ninguna rama, sino una serpiente enorme que rápidamente asestó su fatal mordida al héroe en potencia.

Mientras tanto, los otros aldeanos con sus linternas se aproximaban más y más a la primera serpiente, intentando asustarla con sus gritos para que se volviera a los matorrales. Pero no se movía, la serpiente simplemente no se movía. Por fin, llegaron junto a ella y la golpearon con fuerza. Pero no hubo ninguna reacción, porque no había ninguna serpiente: era una cuerda gruesa que alguien tiró en el sendero y olvidó.

Janghu sólo *pensó* que había visto una serpiente.<sup>2</sup>

Como esta historia ilustra tan claramente, las impresiones almacenadas en nuestro *chitta* no purificado pueden tener un efecto desastroso en el tipo de juicios que hace nuestra *buddhi*. Adicionalmente, esas impresiones pueden ser tan fuertes, estar tan arraigadas que, de hecho, nublan nuestras facultades de percepción. Vemos lo que queremos ver, lo que esperamos ver, lo que ya hemos concluido que vamos a ver; no necesariamente lo que *es*. De esta manera, seguimos reforzando nuestra cosmovisión existente. Las acciones que llevamos a cabo en respuesta son, en el mejor de los casos, miopes, y en el peor, activamente nocivas para nosotros y los demás.

\*\*\*

Acabamos de ver extensamente lo que es el juicio, como una forma de señalar más precisamente lo que es el no juicio. Antes mencionamos que *no juzgar* no puede definirse simplemente como “la ausencia de juicio”. *No juzgar* significa algo diferente, algo con más matices.

Ahora consideremos cuáles son, específicamente, estos matices.

Antes que nada, no juzgar no se trata de suspender nuestras facultades evaluadoras y analíticas, que necesitamos para sobrevivir y movernos en el

mundo. Tampoco es cegarnos a las realidades de una situación, en un intento superficial de ser “amables” o de “aceptar” algo o a alguien.

¿Qué es, entonces, no juzgar? En el sendero de Siddha Yoga aprendemos que no juzgar es hacer el esfuerzo consciente de asegurar que nuestro análisis de este mundo y de las personas y cosas que lo habitan no se distorsione por las falsas impresiones almacenadas en el *chitta*. Y para esto, la *sāadhanā*, la práctica espiritual, es esencial.

Vemos el mundo como es —y no como lo interpretamos o esperamos que sea— cuando purificamos el *chitta*, cuando absorbemos nuestra mente en el conocimiento del Ser. Los Gurus de Siddha Yoga nos han dado muchos medios para hacer esto. Y uno de esos medios es la práctica de ser un testigo, *sāṅkshī*, de nuestros pensamientos, emociones, palabras y acciones.

Como testigos, permanecemos conscientes de nuestra propia percepción —nuestra visión del mundo y la gente y situaciones que hay en él. Como testigos, vemos el mundo objetivamente como *es* —libre de nuestros conceptos, inclinaciones y juicios. Como testigos, más que etiquetar de inmediato a cualquier persona o cosa que tenemos enfrente, retrocedemos un paso para observarnos a nosotros mismos en el proceso de formar un juicio. Cuando hacemos una pausa (que puede ser solo por un momento) para atestiguar lo que está ocurriendo en nuestra mente, podemos hacer preguntas sobre qué es lo que estamos observando. ¿Es una verdad objetiva, algo asentado en los hechos? ¿O es una percepción subjetiva que nosotros mismos nos hemos engañado a creer por cinismo, hastío, cierta pereza intelectual o una renuencia a concebir otras realidades y posibilidades? Mientras más conscientes nos volvemos del funcionamiento de nuestra mente, más podemos comprender cuánto de nuestra visión del mundo es una *elección*.

En el mismo capítulo de *El yoga de la disciplina* en el que Gurumayi narra la historia de la serpiente y la cuerda, habla acerca de la importancia de practicar la conciencia de Testigo.

Gurumayi dice:

A lo largo del día, observa tus ojos. Sé el Testigo. Dale reposo a tus ojos una y otra vez, meditando, haciendo *japa*, permitiendo que surjan en tu corazón los sentimientos más puros y hermosos. Al mirar a otra persona, dale tus bendiciones. Cuando veas algo, ofrécele tu apoyo, tu ayuda. La energía sale por tus ojos a gran velocidad, por eso sé el Testigo. Permite que los ojos otorguen las bendiciones más beneficiosas. Para lograrlo, mantén también tu corazón en el estado de Testigo.<sup>3</sup>

Los ojos de que habla Gurumayi aquí no son solo los ojos físicos; se refieren a nuestra perspectiva, nuestra visión, nuestro entendimiento de qué es lo que estamos percibiendo. Cuando practicamos ser un testigo de nosotros mismos y del mundo que nos rodea, purificamos nuestra visión y comenzamos a ver las cosas con claridad. Esto, a su vez, nos pone en contacto con lo último *sākshī* o Testigo: el Ser interior, aquel que observa nuestros pensamientos, nuestra habla, emociones y acciones. Y una vez que nos conectamos con el Ser interior, empezamos a ver el Ser en los demás. Por medio de esta práctica comenzamos a cultivar la conciencia de *sama*.

Cuando nuestras facultades de discernimiento se iluminan por la luz de *sama*, lo que ejercemos no es un juicio en el sentido peyorativo, sino un juicio que surge de ser el Testigo. Esta forma pura de juicio es *viveka*.

*Viveka* se describe en las escrituras de la India como el discernimiento que brota del conocimiento de la naturaleza inmutable y continua del Ser. *Viveka-buddhi*, un intelecto que se funda en *viveka*, toma en consideración los factores fluctuantes (por ejemplo, educación, antecedentes culturales, situación de vida presente o pasada, o simplemente nuestro estado mental), y los coloca en el contexto de la verdad fundamental, constante, de que hay un solo Ser en todo. *Viveka-buddhi* mantiene en equilibrio tanto lo que es efímero como lo que es permanente; ve tanto la diferencia como la unidad que impregna esa diferencia. Tiene como base la sabiduría profunda, la prudencia, el sentido práctico, el respeto por todos los seres, la humildad y la apertura hacia el aprendizaje. Y

partiendo de esta conciencia más holística, *viveka-buddhi* hace sus deducciones y decisiones.

*Viveka* es fundamental para el no juzgar, que cultivamos y fortalecemos cuando despejamos las impresiones acumuladas en el *chitta*.

En su texto *Viveka Chūdāmani*, Ādi Shankarāchārya dice:

नाहं जीवः परं ब्रह्मेत्यतद्व्यावृत्तिपूर्वकम् ।

वासनावेगतः प्राप्तस्वाध्यासापनयं कुरु ॥

*nāham jīvaḥ param brahmetyatadvyāvṛttipūrvakam ।*

*vāsanāvegataḥ prāptasvādhyāsāpanayam kuru ॥*

“No soy el *jīva*, el alma individual, soy el Brahman supremo, el Absoluto”. Descartando aquello que es “no Ser”, libérate de las superposiciones que ocurren debido al ímpetu de las impresiones pasadas.<sup>4</sup>

A medida que el *chitta* se vuelve más claro y refleja, como el cristal, *sphatika*, la luz del Ser; a medida que el juicio se suspende y el no juzgar toma su sitio, se crea toda una atmósfera de bondad y virtud.

Para acercarnos más a un sentido de todo lo que abarca el no juzgar, las escritoras buscamos algunos sinónimos de esta expresión. No juzgar, por ejemplo, es *no tener prejuicios, ser tolerantes, de mente abierta e imparciales*. Cuando reflexionamos sobre estas palabras, una de las cualidades que viene a nuestra mente es *respeto*. Para ser de mente abierta hacia alguien o algo, no tener prejuicios hacia ellos, ser imparciales en nuestra perspectiva de ellos, es necesario partir de una base de respeto. Y este respeto no es del tipo superficial, una sonrisa apretada o palabras lindas que le dices a alguien sin sentir realmente su significado. Este es un respeto enraizado en la conciencia de *sama*, en un reconocimiento del valor intrínseco de cualquier persona o cosa que esté frente a ti —ya sea que te guste o no lo que hacen, ya sea que apruebes o no sus elecciones.

Creemos poder decir con seguridad que el principio inherente al no juzgar está entretelado en la tela de la mayoría, si no es que de todas, las culturas del mundo. Para ilustrar esto, no podemos evitar volvernos al ejemplo de una madre (¡entre otras cosas porque nosotras mismas somos madres!). La madre arquetípica podrá ver que su hijo está haciendo algo inapropiado, quizá necesite decirle que no o confrontar de otra manera su mal comportamiento, y a medida que crece, ella podrá sondear suavemente cualquiera de sus elecciones y decisiones que le parezcan cuestionables. Pero nunca *juzga* a su hijo (en el sentido negativo de la palabra). Su fe en su hijo, su aceptación de su hijo, su confianza en la bondad, en la amabilidad y potencial de su hijo no pueden quebrantarse.

Esto nos lleva a otro rasgo del no juzgar —y, por extensión, de *samānubhūti*. Cuando te acercas a alguien con una actitud de no juzgar, de modo muy natural eso promueve confianza entre tú y la otra persona. Esa confianza, a su vez, hace surgir en *ella* un mayor sentido de seguridad y fe en sí misma.

¿A qué se debe esto? Bueno, cuando una persona percibe tu aceptación sincera, o tu disposición a que cuente contigo, o tu capacidad de escucharla sin otro propósito que darle tu apoyo, puede empezar a sentirse segura en tu compañía. Empieza a abrirse. Puede reunir el valor de ser honesta consigo misma y sobre sí misma. Y cuando siente que *tú* estás viendo su humanidad, que *tú* estás reconociendo su ser bueno, entonces le es más fácil reconocer ese ser bueno *en sí misma*. Esto despliega un mundo entero de posibilidades: esa persona adquiere la confianza para intentar nuevas cosas o desarrollar nuevas habilidades, es más capaz de identificar y corregir sus errores sin engancharse en una autorrecriminación interminable, y en general está más equipada para avanzar entre los altibajos de la vida.

En este punto queremos compartir una historia que nos parece que ilustra bellamente cómo una respuesta que no juzga puede inspirar en alguien la confianza y la seguridad en sí mismo. Esta es una historia de Garima, y ella la contará con su propia voz.

En el verano de 2004, yo estaba de visita en Shree Muktananda Ashram para ofrecer *sevā*. Iba acompañada de mi hija, Vanita, que en esa época tenía nueve años e iba en cuarto grado. Un día, en un *darshan* con Gurumayi, compartí un incidente que había tenido lugar entre Vanita y su maestra sustituta de escritura creativa, justo antes de nuestra visita al áshram.

Vanita había escrito un poema sobre la ira, para mandar a través de su escuela a una conocida publicación de antologías. La maestra leyó este poema e instó a Vanita a bajar el tono vívido de las imágenes, dándole sugerencias de cómo hacerlo. Incluso insistió en que Vanita reescribiera el poema basándose en su retroalimentación.

Las sugerencias no le parecieron bien a Vanita. Así que, a pesar de ver su confianza mermada, Vanita decidió mandar el poema como lo había escrito y no preocuparse de si sería o no seleccionado para la publicación.

Después de escuchar esta emotiva historia, Gurumayi me pidió que pusiera a Vanita en contacto con varios siddha yoguis que eran poetas y escritores consumados. Estos siddha yoguis habían estudiado ampliamente el arte de la poesía; escribían sus propios poemas y habían enseñado poesía y escritura a otros. Gurumayi sugirió que todos formaran un grupo y se encontraran regularmente para compartir entre sí sus trabajos creativos: un “Grupo de Poetas”.

Con inmensa gratitud en nuestro corazón por esta sugerencia de Gurumayi, Vanita y yo nos acercamos a estos siddha yoguis y compartimos con ellos esta sugerencia. Cada uno de ellos estuvo absolutamente encantado de participar. Y así fue: el Grupo de Poetas empezó a encontrarse de inmediato, mientras Vanita estaba todavía en el áshram, ¡y siguieron encontrándose a distancia después de que ella regresó a casa!

Estos escritores talentosos dieron generosamente su tiempo, su energía y su atención a Vanita. Aunque ella era todavía una niña muy pequeña, la recibieron plenamente como a un miembro igual y valorado del grupo, mostrando una increíble gentileza hacia ella y sin expresar jamás ningún juicio por su falta de experiencia. El grupo discutió, criticó y opinó sobre el trabajo de los demás, respetando lo que cada uno tenía que aportar.

Fue muy hermoso ver la confianza que se creó entre Vanita y los otros poetas; la autenticidad de su interés en el trabajo de ella era inequívoca. Observé maravillada cómo mi hija de nueve años obtuvo más confianza y seguridad en sí misma, y la fe en su propia voz creció exponencialmente con la calidez y el estímulo que le mostraron estos poetas mayores. Fue un tiempo de transformación para Vanita y su escritura.

En los años que han pasado, a menudo pienso en esta época. Vanita estaba en esa edad tan delicada en que era todavía una niña, y por tanto, muy impresionable, pero también estaba comenzando a afirmarse como escritora, poeta, artista y pensadora independiente y creativa. Cualquier aportación que recibiera —ya fuera positiva o negativa, que la apoyara o no— de aquellos que eran mayores y más sabios que ella, estaba destinada a tener un impacto. Debido a este Grupo de Poetas, a esta comunidad que fue creada por la intención y la visión de Gurumayi, Vanita no emprendió su camino pensando que el mundo entero estaba en contra de ella, ni que su escritura era mala, ni que sus instintos artísticos estaban equivocados. Ella podía decirse, “Esa fue solo la opinión de una persona”. No perdió su capacidad innata para expresarse a través de la poesía; no abandonó su interés y compromiso de articular su perspectiva única del mundo.

Epílogo de esta historia: Cuando regresamos a casa del Shree Muktananda Ashram después de nuestra visita en 2004, nos enteramos de que el poema de Vanita no solo había sido seleccionado para publicación, sino que iba a ser incluido en la sección de mayor calidad de la antología. Y hoy, Vanita trabaja profesionalmente como guionista en un renombrado estudio de Hollywood.

Cuando Garima compartió esta historia con Ami, tuvimos un diálogo sobre la confianza y el no juzgar, y el profundo impacto que pueden tener en una persona. Sentimos que esta historia era muy ilustrativa de cómo enseña Gurumayi, y cómo Gurumayi nos enseña a ser a todos. Practicar el no juzgar requiere esfuerzo, sí. Requiere disciplina. ¿Pero el fruto de ese esfuerzo y disciplina, de empeñarnos en ver el valor de lo que alguien es y lo que tiene que ofrecer? Bueno, es nada menos que un milagro. Puede incluso moldear la trayectoria de la vida de alguien.

*Continuará....*



© 2022 SYDA Foundation®. Derechos reservados.

---

<sup>1</sup> Ādi Shankarāchārya, *Prabodha-sudhākara*, estrofa 113; de la traducción al inglés de © 2022 SYDA Foundation.

<sup>2</sup> Swami Chidvilasananda, *El Yoga de la Disciplina* (Siddha Yoga Dham de México, A. C., 2007) pp. 72 – 73.

<sup>3</sup> *El Yoga de la Disciplina*, pp. 83–84.

<sup>4</sup> Ādi Shankarāchārya, *Viveka Chūdāmani*, estrofa 280; de la traducción al inglés de © 2022 SYDA Foundation.