

विचारशीलता

*Vichārshīlatā*

Virtud de Gurumayi Chidvilasananda  
para el 24 de junio de 2026

Comentario de Ben Williams

En el brillante firmamento de las virtudes que Gurumayi ha dado para que los siddha yoguis y los nuevos buscadores estudien a lo largo del mes de junio, Gurumayi nos ha revelado un astro nuevo. Para su cumpleaños, el 24 de junio, Gurumayi ha impartido la virtud de *vichārshīlatā*.

Vamos a explorar juntos esta virtud estelar, para que resplandezca brillante en el cielo nocturno de nuestra conciencia.

Todas las palabras tienen matices que son únicos en su lengua original. Así es con la palabra en hindi, *vichārshīlatā*, que es un compuesto de *vichār* y *shīlatā*. La palabra *shīlatā* significa “poseer cierta cualidad, disposición o carácter”. *Vichār* denota reflexión, consideración, prudencia, razonamiento y discernimiento. La palabra combinada *vichārshīlatā* describe a una persona que es profundamente reflexiva, que navega la vida con una inteligencia aguda y una conciencia vivificada, que tiene una intención detrás de sus pensamientos y acciones.

Me gusta ver una palabra desde muchos ángulos distintos para captar mejor su significado; sobre todo porque no siempre es una tarea sencilla encontrar un equivalente perfecto para una palabra cuando se traduce de

un idioma a otro. De hecho, este es el caso al traducir la palabra *vichārshīlatā*.

Dicho esto, la palabra “reflexión” es un acercamiento elegante a su significado. La reflexión es un potencial con el que nacen todos los seres, pero florece sólo a través de un cultivo consciente y del estudio.

Sin embargo, en el ámbito de nuestro mundo contemporáneo, la reflexión escasea cada vez más.

¿Lo has notado?

Esta situación se relaciona, en parte, con la rápida difusión de tecnologías y discursos que dividen y aíslan a la gente y las comunidades. El forjar relaciones mutuas y armoniosas con la tierra y nuestra propia humanidad — relaciones que se arraigan en la paciencia, la receptividad y la comprensión — siempre ha sido una empresa noble. Y es también una tarea que se está volviendo aún más oportuna.

Nuestras vidas tienen cada vez una mayor mediación de tecnologías que vuelven más estrecho nuestro enfoque y promueven una absorción en nosotros mismos: el concepto de “mí” o “yo” puede comenzar a adquirir precedencia sobre la cortesía y el cuidado que podríamos brindar a los demás. Cuando estamos navegando en una situación así, es muy fácil fatigarse. De hecho, en nuestra vida diaria, y dado todo lo que transpira en el mundo, quizá estemos más familiarizados con el opuesto de *vichārshīlatā*: la *irreflexión*.

En la tradición india del razonamiento filosófico, la exclusión es un método común para esclarecer un principio. A fin de identificar propiamente una vaca pastando en un prado, puede ser útil confirmar primero que *no es un caballo*. Para apreciar plenamente lo que es y lo que implica la reflexión, excluyamos primero su opuesto.

Una persona irreflexiva se forma impresiones al instante. Se apresura a sacar conclusiones, de manera automática. Mide a la gente, confiadamente. A esto sigue con frecuencia una serie de veredictos mentales: ver a los demás, principalmente, como un conjunto de patrones previsibles, y juzgarlos en consecuencia. Y si bien esa categorización inmediata de las personas podría parecer “eficiente” en la superficie, de hecho, agota nuestros preciados recursos de tiempo y energía. Esto se debe a que la irreflexión nos enreda en patrones de sufrimiento, a medida que luchamos con el mundo tal como aparece en la mente. Por fortuna, esto puede contrastarse con otra manera de ver que tenemos disponible: la reflexión, una consideración compasiva de cada persona como un ser humano en evolución, que es también una encarnación de la energía divina.

La reflexión, y todas las virtudes que estamos contemplando y poniendo en acción este mes, son parte integral de la meta del sendero de Siddha Yoga: *jīvanmukti*, la liberación en esta vida. Estas virtudes se vivifican en el sendero de Siddha Yoga porque nuestros esfuerzos por cultivarlas están en relación recíproca con la gracia del Guru, las bendiciones del linaje de los Siddhas, y el manantial de sabiduría y apoyo dentro del *sangham* de Siddha Yoga.

En mi experiencia, he encontrado que cuando trabajamos conscientemente con nosotros mismos —por medio de una *sādhana* consistente de

Siddha Yoga— ocurre una cosa extraordinaria. La mente se vuelve flexible. La respiración se vuelve fácil.

Los patrones de pensamiento que corren por nuestra mente y conforman nuestro paisaje mental, tienen una tendencia a osificarse. Pero hay un carácter distinto en una mente que está vibrando con el mantra, que está impregnada de las frecuencias más altas inherentes a sus sílabas. Hay un carácter distinto en una mente que está absorta en meditación, en el poder exquisito de la serenidad. Hay un carácter distinto en una mente que ha sido purificada por las enseñanzas del Guru, por esta increíble mina de oro de sabiduría y gracia. Una mente así se vuelve una fuente de energía siempre renovable.

Tal vez hayas escuchado este proverbio, que viene de una analogía que dio el poeta romano Ovidio: “La gota de agua ahueca la piedra, no por la fuerza, sino por persistencia”. Con una autoindagación y una práctica espiritual persistentes, tenemos una forma de cultivar una mente que brilla con *vichārshīlatā*, reflexión. Queremos restaurar la innata naturaleza prístina de la mente, y lo hacemos con alegría.

Queremos suscitar la apertura y receptividad de la mente, y lo hacemos escuchando con más profundidad. Queremos abrir paso al discernimiento y la curiosidad de la mente, y lo hacemos enamorándonos del momento presente. Por medio de este proceso quedamos libres de conceptos autolimitantes. Entonces podemos recoger una abundante cosecha. Podemos obtener lo máximo de nuestro potencial innato para esta radiante virtud.

Con el tiempo, y al ritmo del esfuerzo correcto, la reflexión se convierte en nuestra segunda naturaleza. Y siempre que notamos que su presencia en nuestra vida ha disminuido —cuando esta hermosa virtud ha estado largamente fuera de uso— podemos reactivarla. Podemos asegurarnos de que cada día y cada noche, elegimos constantemente la reflexión. Al llevar la invaluable virtud de *vichārshīlatā* dentro de nosotros, y al implementar esta virtud, ella misma nos lleva a una vida de profundidad y significado. La reflexión magnetiza la reflexión; a medida que brindamos entendimiento y buena voluntad, el mundo refleja estas cualidades de vuelta hacia nosotros.

Recibamos esta virtud, como regalo del cumpleaños de Gurumayi, con todo nuestro corazón. Descubramos y volvamos a descubrir el poder de *vichārshīlatā*, esta estrella resplandeciente dentro de nuestro propio firmamento de virtudes. Permitamos que su luz iridiscente se difunda con suavidad por los rincones oscuros de nuestro corazón, y a lo largo y lo ancho de nuestro mundo. Un paso a la vez, una virtud a la vez, podemos inundar este mundo de luz.

### **Afirmación para *Vichārshīlatā*:**

Me comprometo a mantener la llama de *vichārshīlatā*  
ardiendo radiante.

