

# *Amṛitabindu Upaniṣad*

## Verso segundo

Shloka:

Para los seres humanos, la mente es la causa tanto de la liberación como de la esclavitud. La mente que está apegada a los objetos materiales conduce a la esclavitud, mientras que la mente que está desapegada y libre de deseo conduce a la liberación.<sup>1</sup>

– *Amṛitabindu Upaniṣad*, verso segundo

Comentario:

Este verso de la *Amṛitabindu Upaniṣad* hace referencia a las enseñanzas de la charla del Mensaje de Gurumayi para 2019 sobre el inconmensurable poder de la mente humana. A través de los siglos, las antiguas escrituras de la India han proclamado una y otra vez que te conviertes en lo que piensas. Cuando nuestros pensamientos son optimistas, cuando elegimos enfocarnos en las virtudes tales como la dicha, el valor y el contentamiento, entonces nuestra experiencia del mundo también rebosa de esas cualidades.

En este verso, la palabra en sánscrito *kāraṇa* significa “ser la causa” o “el lugar de origen”. La mente es el origen de la felicidad y también de la desdicha en nuestras vidas. Es la causa de la esclavitud, *bandana*, y también la raíz de la liberación, *mokṣa*.

Este verso explica con detalle lo que da lugar a la esclavitud o a la liberación de la mente. Todo depende de aquello donde mora la mente.

En este verso, la palabra *nirviṣaya* representa un estado de la mente que no está involucrada con el mundo material, ni es afectado por los deseos y los miedos, es libre aun cuando vives en este mundo.

En el sendero de Siddha Yoga, el concepto de desapego no quiere decir abandonar tus responsabilidades de la vida o convertirte en alguien insensible y frío. Significa, más bien, seguir viviendo en este mundo, cumplir con tus obligaciones y, al mismo tiempo, asegurarte de que tu mente se mantiene centrada en el Ser, la fuente de todo conocimiento, amor y dicha de nuestro interior.

Cuando llevamos a cabo todas nuestras acciones con el reconocimiento de que la fuente de toda la dicha y amor que buscamos en el exterior está realmente dentro, entonces, de forma natural nos encontramos en compañía de un dulce desapego y de un profundo consuelo.

Una de las maneras fundamentales de experimentar este desapego sereno es desarrollando una relación sólida y regular con las prácticas espirituales eternas como la meditación, el estudio de las enseñanzas del Guru, y la repetición del mantra. Estas prácticas espirituales mantienen a la mente anclada a su fuente, el Ser supremo interior.

