

Encuentro de Satsaṅga Día Internacional del Yoga

21 de junio 2021

"Concepto Yóguico de Guna: la fuerza impulsora de nuestro comportamiento"

Es muy importante comprender este concepto de guna. ¿Qué es guna? Se van a sorprender, pero, detrás de todo comportamiento, detrás de toda acción y detrás de todo pensamiento, esto que constituye nuestra vida, detrás... Están los gunas. Básicamente hay 3 gunas. Que se llaman SATTVA, RAJAS y TAMAS. Podríamos decir que estas son 3 cualidades o atributos que tenemos. Y como son términos sanscritos es muy importante que entendamos cual es el significado de estos términos. A veces es difícil traducir un término sanscrito en inglés o español, pero vamos a tratar de dar el significado detrás del término.

El significado de TAMAS es INERCIA o PEREZA; RAJAS significa MOVIMIENTO; SATTVA significa EQUILIBRIO. Entonces, estas son 3 fuerzas prominentes que están detrás de toda conducta, acción o pensamiento. Entonces podríamos decir que detrás de todo lo que es, hay una fuerza impulsora que son los GUNAS. Y esas fuerzas se pueden entender a través de nuestras emociones o comportamientos.

Por ej. Si una persona tiene TAMAS su comportamiento va a ser de determinada manera, por ej: perezoso, depresivo, o se siente impotente, siempre tiene dudas, siempre está triste, siempre hay confusión en esa persona. Entonces cuando sentís ese tipo de emociones es que TAMAS está predominando en ti.

Por ej. ¿Qué es RAJAS? Por ejemplo, la ansiedad está ahí, o por cualquier cosa te pones irritable, estas preocupado o estresado. Entonces si tienes esas conductas o sentís esas emociones, lo que está presente es el GUNA RAJAS.

Ahora el tercer atributo es SATTVA. Comparado con RAJAS y TAMAS, SATTVA es más elevado. SATTVA es delicia, gozo, paz. Por ejemplo, libertad, amor, compasión, amistad, la capacidad de estar enfocado en cada acción. Entonces cada comportamiento, cada acción, cada pensamiento, sentimiento y emoción es por la razón de que detrás está la fuerza impulsora de los GUNAS. Pero si vos decís "SATTVA está bueno, yo solo quiero SATTVA, no quiero TAMAS", eso no es posible, porque nuestra vida es la combinación de estos tres GUNAS. Y como la fluctuación sucede constantemente entre los gunas, es que nuestro comportamiento es cambiante. Lo mismo podríamos decir de manera opuesta ¿Porque están nuestras emociones cambiando constantemente? Porque detrás de la emoción está la fuerza de los GUNAS. Podemos juzgar adecuadamente como nuestras emociones y gunas están fluctuando y cambiando constantemente. Siempre hay fluctuación en los GUNA. Por ejemplo, un niño pequeño está triste, está un poquito enojado. Eso significa que TAMAS está trabajando, luego le das dulce de

leche y está contento, eso significa que su emoción está cambiando porque está yendo de TAMAS hacia otro GUNA. Muchas veces la gente dice "no sabemos cómo controlar nuestras emociones", pero es muy fácil comprender como trabajan nuestras emociones, y para eso, tienes que comprender solamente 2 términos: ATENCION y INTENCION. Hay 2 cosas que debes de entender, cuando estas desarrollando una tarea o estas en una conducta hay una intención; Y donde está tu atención. Si podés responder a estas preguntas ¿Cuál es tu intención? y ¿Dónde está tu atención? Entonces vas a saber en qué GUNA estas, si estas en RAJAS, TAMAS o estas en SATTVA. Y cuando te expresas, expresas algo, se puede ver cuál es la emoción que está detrás de esa emoción y cuál es el GUNA que está detrás de esa emoción, por lo tanto, este tema de los GUNA es muy importante.

Entonces ¿Cuál va a ser nuestra prioridad en nuestras vidas? Así como hemos visto una jerarquía en los 3 gunas, el inferior es TAMAS; el intermedio es RAJAS; y el superior, el más elevado es SATTVA. Entonces la prioridad en nuestra vida es transformar el TAMAS, equilibrar el RAJAS, y desarrollar el SATTVA.

Ahora una pregunta sencilla: ¿Porque yoga? No es acrobacias físicas, no es ni siquiera una gimnasia intelectual, es una práctica sistemática a través de la cual podemos equilibrar el funcionamiento de los GUNA. Y cuando logramos trascender, ir más allá de los guna, nos encontramos con la meta, el propósito más elevado de la vida. Porque TAMAS es peligroso, RAJAS también es peligroso, pero la trampa de SATTVA también es peligrosa. Entonces el propósito es ir más allá de los 3 gunas, nos encontramos con el propósito de nuestra vida, cual es la meta de esta vida humana.

El propósito de esta vida es conocer "Quién soy yo". Queridos hermanos, hermanas este nacimiento en una vida humana, es algo muy precioso. No queremos nada menos que la autorrealización en este nacimiento quizás es difícil, pero no imposible. Y si este nacimiento en una forma humana es posible, entonces es posible alcanzar la meta más elevada de esta vida. Entonces esta filosofía de los GUNAS, esta explicada en la literatura yoga, en la antigua literatura del Yoga. Una cosa es segura, quizás la aceptas, quizás decís "yo no sé", pero la realidad es que la base de nuestra vida son los GUNAS. Entonces. Después de esta breve introducción, les pido a los participantes que me comuniquen sus preguntas:

¿Requiere la devoción hacia el actuar sin apego al resultado, esto es hacia el fruto de las acciones una mente de SATTVA? ¿O requiere de la presencia de las 3 cualidades en equilibrio? MINUTO 25

Esta pregunta es muy amplia, pero es muy hermosa. Hay dos preguntas que estás haciendo en esta única pregunta. Preguntas: Si la acción desinteresada, la acción con entrega del resultado ¿requiere una mente en estado de SATTVA?

Bien. Nosotros, siempre necesitamos a SATTVA para desarrollar las cualidades más elevadas. La respuesta es sí, el apego es un problema y el desapego es el remedio... Si estamos apegados florecen numerosos pensamientos y cuando florecen numerosos pensamientos, se nos escapa el control de los procesos de la mente. Entonces, como hay más pensamientos hay más fluctuaciones en la mente... Mas fluctuaciones, es más movimientos... Y esto significa más RAJAS. Y cuando esto aumenta estamos en peligro de caer en la negatividad... Y la negatividad es TAMAS. Por eso las emociones SATVICAS o el estado de la mente SATIVICO es muy, muy importante.

Pero es muy interesante entender cómo se crearon estos 3 GUNAS. Y la segunda parte de tu pregunta es: ¿Se requiere la presencia de los 3 GUNAS en equilibrio? Para esto debemos comprender cuál es el significado de equilibrio en relación a GUNA.

Entonces ahora voy a dar respuesta a ambas preguntas de manera conjunta. Hay una filosofía que se llama SAMKHYA. Y en esta filosofía hay 25 TATVAS o PRINCIPIOS de los cuales dos son: PURUSA (principio de conciencia) y PRAKRTI (principio de materia); ¿Y que es este Prakṛti? Es nada más que la combinación de los 3 GUNAS...

Entonces cuando sucede la creación, la manifestación del universo, antes de ello, estaba estos 3 GUNAS en estado de equilibrio. Cuando se produce la creación es porque RAJAS empieza a estimular a SATTVA; y también RAJAS empieza a estimular a TAMAS. Ese equilibrio se rompe y se manifiesta entonces la creación. Y la creación del universo se basa entonces en estos 3 GUNAS, por lo tanto, en todas partes tenemos esta fuerza impulsora de los 3 GUNAS. Detrás de cualquier cosa de este mundo la fuerza impulsora son los 3 GUNAS, por ejemplo: La conducta humana, la fuerza que impulsa es GUNA; Por ejemplo: La comida que ingerimos es GUNA.

¿Pero qué es lo que está por detrás de PRAKRTI? ¿Qué es lo que creo este universo? Todavía no estamos pensando en ese principio último. Este entorno es cambiante, esta todo el tiempo cambiando, por lo tanto, no es real, es irreal... ¿Qué es lo que es real? La realidad debe ser entendida, esta realidad que está detrás de los gunas y que dio lugar y que creo los GUNAS. Y en distintas filosofías, llaman a esta realidad con distintos nombres; Por ejemplo, en la filosofía SAMKHYA le dicen PURUSA, y en la filosofía VEDANTA dicen BRHAMAN. Entonces tenemos que entender quién es este señor BRAHAMAN porque este es la última realidad, ese principio de conciencia que es eterno, eso es lo que tenemos que entender.

Pero lamentablemente, estamos atrapados en el juego de los GUNAS y consideramos que lo irreal es real. Entonces debemos tener la capacidad para ver, para ir más allá de los GUNAS. El problema es que estamos por debajo de los GUNAS, estamos de este lado y la conciencia está del otro lado ¿Qué hacemos? ¿Hay alguna práctica por la cual podemos trascender los gunas y pasarnos del otro lado? Y esa práctica se llama: Practicas yóguicas. Porque está la perturbación de la mente, y debido a esta perturbación, no logramos ver que es lo que está más allá de la mente. Y es la necesidad del momento que desarrollemos un conocimiento discriminador. Y entonces aquí también 3 GUNAS están trabajando... Por ejemplo: Una personalidad SATVICA va a percibir el universo como un lugar positivo y va a experimentar gozo y alegría en su vida; Pero para una persona TAMASICA ese mismo mundo es un problema. Entonces es la necesidad de este momento que podamos transformar TAMAS en RAJAS y RAJAS en SATTVA. Pero recuerden: Si bien comparativamente SATTVA es mejor que RAJAS y que TAMAS, debemos ir más allá de SATTVA también.

¿Por qué SATTVA es mejor que RAJAS y TAMAS?

Porque por lo menos SATTVA significa pureza y armonía. Por ejemplo: detrás de todo comportamiento, detrás de todo objeto, detrás de todo sentimiento los GUNAS están

trabajando con fuerza impulsora; Tomemos como ejemplo la relación de discípulo y el maestro. ¿Quién sería un maestro SATVICO? y... ¿Quién sería un alumno SATVICO? El maestro SATVICO alcanza el estadio espiritual más elevado, ya que podrá considerar a todos con un abordaje positivo. Ve todo ser viviente como una estructura. Y no va a enseñar nada que no sea yóguico o que sea inútil. Se mantiene imperturbable ante los cumplidos o las críticas. Si él está afectado por los cumplidos y por las críticas es RAJASICO, ya que RAJASICO significa fluctuante.

¿Y cuál es el alumno SATVICO?

El alumno que es capaz de comprender lo que es real y lo que no es real, y puede juzgar el comportamiento SATVICO de todos, de hecho, la literatura antigua, habla de un programa de 7 pasos. Quizás la respuesta a su pregunta es muy larga, pero voy a cubrir muchas de sus preguntas en esta respuesta.

¿Cuál es el viaje que nos lleva de TAMASA a RAJASA y de RAJASA a SATTVA?

Por ejemplo: El primer paso sería "iccha" el deseo de entender cuál es la verdad. Si no tienes ese deseo, de entender, de comprender, cuál es la realidad, no vas a poder entender esa realidad.

Entonces primero tienes que cultivar ese deseo, luego de eso vas al segundo paso que es el "recto conocimiento" o "la búsqueda". La correcta información o el correcto aprendizaje, tienes que reflexionar y recoger toda la información de tu pasado, de donde venís, hacia dónde vas, que impresiones estás acumulando. Y sobre todo con una actitud neutra, no debes estar cegado. Y tienes que mantener tu foco en el principio único, ese principio único es la realidad. Este juego de los GUNAS es peligroso, y tienes que mantenerte más allá del juego de los GUNAS.

Entonces todas tus prácticas tienen que ir en esa dirección, entonces en este tercer estadio: Si sos completamente dedicado con tus prácticas en esa dirección pasas al cuarto nivel que es la "pureza". Pero si estás atrapado en el apego, es muy difícil alcanzar la pureza o la purificación, por eso les digo que SATTVA es muy importante para poder elevarse al nivel más alto. Y ahí vas a ir al quinto nivel, esta es la "victoria". Y en este estadio, nada te perturba, nada te afecta. Muchas cosas suceden en tu vida, y quizás no son las que te gustan, pero no estás perturbado, no estás alterado. Una vez que alcanzaste este estado "equilibrado" vas a pasar más allá a un sexto estadio, que es más allá de los GUNA.

¿Qué es más allá de los GUNA? La realidad; ¿Qué es más acá de los GUNA? "Maya" lo irreal, la ilusión. Maya significa ilusión, y la ilusión es lo peligroso en nuestra vida, la ilusión no puede mostrarnos la realidad y ese es nuestro mayor problema en nuestra vida. Y cuando vas más allá de la ilusión, cuando vas más allá de los GUNA (SATTVA, RAJA; TAMAS) ... Y como la pregunta fue sobre el "equilibrio", cuando se va más allá de los 3 gunas, cuando se pasa de nivel al otro lado, este es el estado de "equilibrio". Y entonces alcanzas el séptimo nivel que es tu verdadera naturaleza, tu realización. Y quizás en terminología yoguista esto lo llamamos: SAMADHI. Es un camino difícil, pero

no es imposible. Si te comprometes y te dedicas en plena conciencia, nada va a impedirte que alcances esa conciencia última.

Y para alcanzar la última respuesta a esta pregunta, necesitas 4 cualidades en vos: "viveka" el conocimiento discriminativo, quiere decir que puedas distinguir lo que es real de lo que es irreal en tu vida. Vos tenes algo en tu vida que hoy te hace muy feliz, pero mañana te hace muy infeliz... Estas son cosas irreales en tu vida. ¿Qué es real y que es irreal? Deberíamos entender esta definición. La forma la materia de algo puede cambiar, entonces esto es irreal. Entonces, si la forma y la materia de algo no puede cambiar se trata de algo real. Y si esta es la definición, vas a poder ver que todo en este mundo es irreal. Porque la trapa de este mundo es MAYA, y MAYA no es otra cosa que el juego de los 3 GUNAS. Entonces, preguntaste por el "apego", la respuesta es primero "viveka" (conocimiento discriminativo) y luego el "desapego".

Cuando vos alcances el "conocimiento discriminativo" (viveka), automáticamente "el desapego" (vairāgya) va a venir solo. Y después del desapego (vairāgya) viene el dominio sobre los 5 sentidos de percepción. Y finalmente el cuarto, lo que queda, es la liberación o el aislamiento (como quieras llamarlo).

Entonces, en relación con tu pregunta... Necesitamos SATTVA para las practicas más elevadas y cuando vamos más allá de los 3 gunas, a eso de lo llama: El verdadero equilibrio. (Como la pregunta fue muy profunda quise compartir una explicación completa este asunto. Espero que estés feliz con la respuesta a esta pregunta).

¿Es necesario o insensible pasar por RAJAS y TAMAS para una internalización SATVICA? ¿Solo los renunciates logran llegar a un estado SATVICO? ¿Qué hay de las "personas comunes"?

Otra vez 2 preguntas en una. En vez de decir que es mandatario pasar a través de RAJAS y TAMAS, yo les diría que es indispensable pasar por SATTVA. Porque ya estamos en TAMAS y RAJAS, si observamos nuestras acciones, estamos atrapados en TAMAS y RAJAS. Lo importante es ir a través de SATTVA, no a través de RAJAS y TAMAS que ya estamos ahí. Entonces hay un viaje a través de TAMAS, RAJAS y SATTVA.

RAJAS es pasión, fluctuación, es manipulación, es una pulsión para satisfacción y cumplir tus deseos. Así como les di el ejemplo de cómo era un alumno SATVICO, y como era un maestro SATVICO, vamos a tomar ahora como es un maestro RAJASICO y un alumno RAJASICO. El maestro RAJASICO quiere tener muchos seguidores y que la gente lo adore, esta más involucrado en gestos externos; ¿Y cuál es el alumno RAJASICO? Es aquel que no puede ver el significado de la enseñanza espiritual. Muchas veces le decís el propósito del yoga es alcanzar la liberación, pero le resulta muy difícil de comprender. ¿Y cuál es el TAMASICO? Siempre impuro, oscuro, perezoso, siempre involucrado en comidas TAMASICAS. Entonces esos gunas están trabajando constantemente (rajas, tamas), entonces en vez de decir que hay que atravesar rajas y tamas, yo voy a decir que hay que atravesar a SATTVA. Alejarse de RAJASA y TAMASA.

Con nuestras acciones es muy fácil deducir que GUNA está trabajando en nosotros, es muy sencillo. Hay una literatura muy hermosa, que se llama Upaniṣad, y en las

Upaniṣad hay muy bellas historias que nos abren los ojos, y hay una que me gustaría compartir con ustedes. Y ustedes me van a ayudar a me a ver cuál está teniendo RAJAS, cual TAMAS, y cual SATTVA.

En la historia había 3 amigos, eran muy pobres y vivían en un pequeño pueblo. Tenían su tierra, pero esta no era fértil, era árida... Y no había trabajo para ellos. Entonces dijeron "vamos a la gran ciudad y vamos a poder ganar dinero". Y como no tenían dinero iniciaron el proceso caminando, y era un tremendo verano, era muy difícil caminar. Era una larga caminata, no había agua, no había comida, era muy difícil para ellos. Entonces dijeron "vamos a hacer un pequeño recreo y luego vamos a continuar", y estaban descansado mientras un gran árbol y afortunadamente descubrieron que era un árbol de mangos y dijeron "bueno, vamos a cosechar algunos mangos", y mandaron a uno de los amigos, que comparativamente, era el más viejo. Ese hombre fue al árbol de mangos, y encontró que había varios mangos en el mismo, iba a agarrar varios mangos del árbol y allí se dio cuenta que había varios mangos sobre el suelo. Los mangos más maduros estaban en el suelo, y él pensó: Si varios mangos están aquí en el suelo ¿Para que ir a sacar mangos del árbol?, y se comió esos riquísimos mangos con gran gratitud hacia la divinidad. Y él dijo: Yo nunca hice nada, y la divinidad me está ofreciendo estos deliciosos mangos aunque yo no hice nada... ¿Cómo puedo pagar por este apetitoso bocado? ¿Y a quién? No siquiera se quien planto este gran árbol aquí. Entonces, ¿Qué hizo?... Cabo en el suelo y planto las semillas, los carozos de mango allí. Entonces dijo: Oh Dios, no se quien planto este árbol del cual yo comí el fruto, entonces con gratitud yo planto esta semilla para que alguien, no se quien, tome su fruto. Esta es la conducta del primer amigo, y volvió.

Fue el segundo amigo y visito el mismo árbol, vio muchos mangos otra vez... Entonces fue a recoger algunos mangos y tomar algo de madera, para luego venderla en el mercado y tengo 200% de beneficio para mí. Y después de comerse algunos de los mangos, rompió las ramas del árbol y pensó "Soy muy astuto, que gran idea que tuve"; Volvió y el tercer amigo fue hacia el árbol.

Este fue hacia allí, vio lo que quedaba del árbol, y aún era muy hermoso. Y estaba muy celoso, y pensaba "esto es injusto, toda mi vida plante semillas y espere que crezcan árboles y nunca lo logre. Y acá nadie planto y mira el árbol hermoso que hay, no es justo". Y por estos celos, estaba muy enojado, y pensó "voy a destruir el árbol". Y desafortunadamente destruyo el árbol porque estaba furioso.

Y aquí 3 distintos amigos con 3 conductas totalmente diferentes. ¿Pueden juzgar quien está teniendo que conducta? El primero fue SATTVA, el segundo RAJAS, y el tercero TAMAS. ¿Quiénes son esos 3 amigos? No son 3 amigos externos, son 3 conductas o actitudes internas que nosotros también tenemos. A veces nos comportamos tan bien en una conducta SATVICA, a veces nos conducimos con una conducta RAJASICA con fluctuación y a veces nuestras acciones son tan bajas, hay tanta caída en nuestras acciones, y eso es con TAMAS. Entonces en vez de decir si hay que ir a través de RAJAS y TAMAS, decimos: Hay que alejarse de RAJAS y TAMAS, para ir a través de SATTVA.

Entonces lo que preguntas acerca de las "personas comunes"... Sí, es posible para todos alejarnos de RAJAS y TAMAS e ir hacia una conducta SATVICA. Los sanyāsī o renunciates, eran como nosotros, pero se dedicaron a hacer ciertas prácticas y alcanzaron un estado SATVICO o más allá de un estado SATVICO. ¿Qué tipo de prácticas siguieron estos renunciates en sus vidas? Cubrí estos 2 puntos en las preguntas, pero los repito: ATENCION e INTENCION. Podes juzgar por pequeños incidentes, con estas 2 preguntas, que GUNA está actuando detrás de la acción. Por ejemplo, la comida que comes: ¿Es TAMASICA, RAJASICA o SATVICA?; Las películas que vez... ¿Son RAJASICAS, TAMASICAS o SATVICAS?; Esa música que es escuchas ¿Es RAJASICA, TAMASICA o SATVICA?; El tiempo que pasas con gente ¿Es RAJASICA, TAMASICA o SATVICA?; O la gente joven, las nuevas generaciones... Qué tipo de sitios web visitan: ¿RAJASICAS, TAMASICAS o SATVICAS?

Entonces recuerden: Si la acción es honesta y libre de apego, es SATVICO. Y las acciones que se relacionan con el egoísmo son las acciones RAJASICAS; Las acciones que se hacen por confusión, por ignorancia, y que hacen daño a otros, son TAMASICAS. Entonces los renunciates, los dedicados al camino espiritual, que antes eran personas como nosotros... Seguían estas reglas que menciono.

Entonces hay 2 preguntas más que tenes que hacerte: ¿Porque estoy haciendo esta acción? Y ¿Cómo estoy haciendo esta acción? Entonces 4 cosas tenes que entender, si quieres hacer tu camino de ser una persona común, a ser un renunciante, o persona dedicada a la vida espiritual. Y estas 4 son: La atención (donde está mi atención), la intención, porque hago esto y como hago esto. Y si vos seguís estos 4 elementos, también te van a considerar como un renunciante en esta vida materialista. Entonces, respondiendo la pregunta: Este camino no es solo para el renunciante, también es para el hombre común que puede alcanzar su más alto estado. Espero haber dado respuesta a tu pregunta.

La siguiente pregunta dice: ¿Cuál es la relación simbólica entre la trimurti (es decir las fuerzas de Brahma, Visnú y Shíva) y los GUNA?

Otra vez, es una pregunta muy hermosa. Tenesmos que entender como vino la trimurti. Hay 3 dioses en la filosofía hindú. Uno es el creador llamado Brahma, el otro es el sostenedor que llamamos Visnú, y el otro es el destructor que llamamos Shíva. Trimurti, tri significa 3; murti es las personalidades divinas.

Como tu pregunta fue acerca del símbolo, voy a darte la respuesta acerca del símbolo. Al comienzo les explique qué sucedió la evolución y se manifestó este entorno, del cual nosotros, somos parte. Y los textos antiguos sostienen que esta creación fue producto de este principio último llamado Brahman o Puruṣa, según en qué tradición se lo mencione; También lo pueden llamar principio de conciencia. Es muy difícil para nosotros comprender que es este "principio de conciencia" o de "realidad" porque está

más allá de los 5 sentidos, y nuestra manera de comprender... Es mediante estos 5 sentidos. Los textos antiguos dicen que este principio supremo se manifestó y su manifestación es OM. En este OM hay 5 elementos. Si recuerdan el OM hay 5 cosas. En la parte alta hay un "punto", debajo de ese punto hay un "semicírculo", y debajo de ese "semicírculo"... Están la A, la U, y la M; y cuando lo cantamos decimos OM. A la "A" la llamamos BRAHMA, a la "U" la llamamos VISNÚ, y a la "M" la llamamos SIVA. La A es BRAHMA y el trabajo que le es asignado es la CREACION; Y aquello que sea creado, para que sea CONSERVADO, para PRESERVARLO, el trabajo le es dado a VISNÚ, este dios es la "U". Y la "M" se le atribuye a SIVA, cuya tarea asignada es DESTRUIR lo que fue creado. Diciéndolo simplemente: Nacer, sostenerse y morir. Estas son las 3 acciones contenidas en el OM. La cualidad de la A, o BRHAMAN, es RAJASAS. La cualidad de la U, o VISHNU, es SATTVA. Y la cualidad de la M, es TAMAS o SIVA. Esos 3 dioses van juntos y se los llamas "Datta traya", y como estos 3 dioses están juntos en una forma junta, se los llama TRIMURTHI. Y así como trimurti es VISNÚ, BRAHMA y SIVA, de la misma manera es RAJAS, SATTVA y TAMAS. Esta es la relación simbólica de la TRIMURTI con los 3 DIOSES. Espero haber dado respuesta es tu pregunta.

¿Puede el mensaje esencial de la BG, acción sin apego al fruto o desapego al fruto, tener relación con el desapego, frente al hecho del alcanzar un estado de SATTVA?

Recuerden el "apego" es un problema, y el desapego es la respuesta. ¿Por qué digo que el apego es un problema? Porque si estamos apegados a todas las cosas materiales, nos olvidamos de cuál es el propósito de nuestras vidas. Apego es apago con TAMAS y RAJAS, y en general desapego es lo que está relacionado con SATTVA y las practicas más elevadas. Comparativamente podríamos decir que SATTVA también es un apego, pero si lo comparamos con RAJAS y TAMAS, es mejor SATTVA. Porque, así como RAJAS y TAMAS te ata, SATTVA también te ata. Y la realidad es que no tenemos únicamente SATTVA, o únicamente RAJAS, o únicamente TAMAS.

Nuestra realidad es la combinación de los 3 GUNAS. Y si bien los 3 gunas nos atan, comparativamente RAJAS es mejor que TAMAS, y SATTVA es mejor que RAJAS. Porque TAMAS nos ata con apego y confusión; RAJAS nos ata con fluctuación y egoísmo; Y del mismo modo SATTVA nos ata con felicidad. Y como esta existencia es dual... Cuando hay felicidad, después, seguramente... También va a haber tristeza. Por ejemplo, SATTVA, RAJAS, TAMAS es como una cadena... Entonces una cadena de hierro es una cadena TAMASICA, una cadena de plata es una cadena RAJASICA, y una cadena de oro es una cadena SATVICA.

Si yo te voy a atar con una cadena de hierro y vos me decís: "Me quiero ir a casa", entonces te digo: "bueno, está bien. Te voy a liberar"... entonces saco la cadena de hierro y te ato con la cadena de plata. Y me vas a decir "Manmath no importa si la cadena es de hierro o de plata, yo todavía estoy atado". Entonces te digo "Ok, ok. Te saco la cadena de plata, pero ahora te ato con una de oro". Y me luego me decís "¿Manmath sos tonto? Con cadena de hierro, plata u oro... ¡Estoy atado! ¡Quiero que me liberes!". Entonces recuerden: Mientras estemos en el yugo de los GUNA estamos atados a este mundo, a esta ilusión. Esta atadura, se llama en el Vedānta: "maya", ilusión. Pero si estamos en un nivel muy bajo, pero aspiramos al samādhi, la tarea es aumentar SATTVA y reducir SATTVA y TAMAS. Observen si tienen emociones tamásicas, traten de controlar sus comportamientos y traten de producir o accionar comportamientos del tipo SATIVO. Este es el viaje que va de TAMAS a SATTVA. Y cuando logren ir más allá de los 3 GUNA, ese es el verdadero logro al cual llamamos "samādhi". Este no es mi pensamiento, así lo explica la BG, como lo preguntaron. En el capítulo 4.20 Krishna explica muy hermosamente el juego de los GUNA. Dice en sanscrito, con un hermoso significado para este sūtra: Cuando uno se libera de los 4 GUNA que se originaron en este cuerpo nos liberamos de 4 cosas; Nos liberamos del nacimiento; Nos liberamos de la vejez; La enfermedad; Y la muerte. Se termina eso de "nacer morir, nacer morir... No hay vejes, no hay enfermedad". ¿Por qué hay sufrimiento en nuestras vidas? ¿Por qué dice esto la BG? Y la BG dice: Estamos atrapados en esas 4 cosas. Estamos llenos de deseos, de cosas materiales, siempre anhelando cumplir nuestros deseos. Entonces el primer peligro para nosotros es los "deseos materiales"; el segundo es las "enfermedades"; la "vejes"; y el cuarto es "la muerte". Pero en cuanto tomamos conciencia de que somos "chaytania", la conciencia, todos nuestros problemas desaparecen. Hacer realidad, darnos cuenta de que somos conciencia, esa es la meta de nuestra vida. Y todas las prácticas yóguicas son para que realicemos esa conciencia que reside en nuestro interior. Por eso este cuerpo es precioso, tenemos que usarlo como vehículo, como medio para conocer nuestra verdadera naturaleza, esa es la meta. No te preocupes si tienes TAMAS, es problema de la divinidad, porque es la divinidad quien te dio TAMAS, ofreció TAMAS. Si la divinidad te ofreció, no es tu error. Tú trata solamente de liberarte de tu GUNA inferior que es TAMAS, hasta ascender al superior que es SATTVA. Siempre piensa con una actitud SATVICA, siempre realiza tus acciones con una actitud SATVICA. Y esto es nada más y nada menos que los 2 primeros angas del Ashtāṅga yoga, del yoga de Patañjali, que son las reglas y las prohibiciones. Y seguramente la BG tuvo en cuenta los textos yóguicos, porque ambos, los textos yóguicos y la BG son como hermanos y van de la mano. Espero haberte dado una respuesta, porque el desapego es parte de SATTVA, pero vas a tener que ir más allá de SATTVA para entender tu verdadera naturaleza. Entonces a medida que aumentes tu desapego te vas a ir acercando SATTVA, y eso te va a permitir ir más allá, y así llegar a contactar con la razón de tu nacimiento en esta forma humana. Espero que estén contentos con las respuesta a la pregunta.