

Encuentro de Satsaṅga

26 de septiembre 2020

"Dharma, karma y libre albedrío"

Introducción

Como dijiste Natalia, es un montón, hay 17 preguntas, pero yo me voy a tomar unos minutos para discutir con ustedes los conceptos básicos, de karma, dharma y libre albedrío, después vamos a ir a cada una de las preguntas. Podes decir que hay 17 preguntas o 17 mil preguntas, pero de todas maneras este tema entra todo dentro de un marco y todas las preguntas entran dentro de la misma caja. Todas las preguntas, definitivamente van a estar relacionadas unas con otras. ¿Y esto porque es así? porque los tres términos están interrelacionados. Que estén interrelacionados significa que no son lo mismo, pero que están relacionados el uno con el otro.

Entonces lo primero que es importante es entender que es dharma, que es karma y que es libre albedrío. Para quien sea que sea de este mundo, el verdadero dharma es uno solo y es tomar conciencia, hacer realidad la verdadera naturaleza, que somos pura conciencia. Y este dharma se llama **svādhārma**, tu propia cualidad interior. Todo en esta vida tiene una cualidad innata, inherente.

Por Ejemplo:

¿Cuál es la cualidad del sol? dar luz

¿Cuál es la cualidad innata del árbol? Dar sombra

Todo tiene una cualidad innata. Y esa cualidad innata es el dharma de esa cosa en particular. Nosotros los humanos, somos muy especiales, y si somos especiales, nuestro dharma también es especial. Somos únicos, cada persona es única, no hay dos personas iguales, cualquier lugar del mundo al que vayas no vas a encontrar dos personas idénticas.

Y si todos somos distintos, la pregunta es ¿si todos somos distintos, que es lo que tenemos de similar en nosotros? ¿cuál es esa similitud, esa similaridad que tenemos todos? Es la pura conciencia. Podes darle el nombre que quieras, el Vedānta lo llama Ātman, otros lo llaman alma, puedes llamarlo también conciencia, solo cambia el nombre, esa es la verdadera esencia. Esa es nuestra verdadera identificación. Y conocer eso es el deber, el dharma o el **svādhārma** de cada individuo. En relación con lo que es conocer tu verdadera naturaleza, tu propia forma, tu Svarūpa, todo lo demás es un sostén para lograr esta realización, para conocer esto. El Problema es que confundimos todas esas cosas, creemos que son el propósito de nuestra vida, y todas esas cosas son solamente el sostén, lo que contribuye a alcanzar el propósito en esta vida.

Ej: Hoy sos un alumno de yoga y practicas asana, practicas prāṇāyāma, practicas meditación, cualquier práctica que estés haciendo. Entonces si vos practicás el asana correctamente, pensás que ese es tu propósito, lo tomas como un propósito, pero al practicarla correctamente descubrís que no es tu propósito, es el medio por el cual vas hacia tu propósito. Entonces hay una relación entre el fin y los medios y esa relación entre el fin y los medios debe ser adecuada. Entonces no importa que practica espiritual estés haciendo, que práctica religiosa o yóguica, o incluso que practica materialista estés haciendo, el propósito es uno solo y eso es realizar QUIÉN SOY YO. Y ese es el fin último del ser humano. El problema es que nosotros tenemos cinco partes, cuerpo, mente, ego, intelecto, y alma. Entonces sí, cinco partes, pero de estas, cuatro, cuerpo, mente, ego, intelecto, no son nuestra verdadera esencia. Nuestra verdadera esencia es el alma o la conciencia. Y una vez que logramos entender que no somos cuerpo, no somos mente, no somos ego, no somos intelecto, sino que somos puro alma se acaban los problemas en esta vida, pero ¿cuál es el problema con todos nosotros? Eso que somos, no lo sabemos y aquello que no somos, consideramos que somos, y ese es el problema. Entonces la necesidad del momento es que derrumbemos o erradiquemos avidyā, la ignorancia. Y para erradicar la ignorancia tenemos que ofrecer nuestras acciones, y esas acciones se llaman karma. Entonces para realizar nuestro dharma, tenemos que ofrecer nuestro karma. ¿Cuál es nuestro dharma? Hay un solo dharma, reconocer quien soy yo. Aquello que vos seas. Y sea lo que sea que seas, rico, pobre, rey, reina, primer ministro, mendigo, lo que fuera que seas, el propósito de tu vida es solo uno, reconocer quien sos, cuál es tu verdadera naturaleza, y eso se llama **svādhārma**. Debemos realizar, reconocer nuestra verdadera naturaleza, y fuera de eso no hay nada. Estoy seguro de que la gente va a preguntar, ¿cuál es mi dharma? ¿puedo cambiar mi dharma? El dharma no se puede cambiar, es reconocer nuestra verdadera naturaleza, que es interna y prevalece a todo, no puede ser cambiada.

12.59

Entonces, espero que hayan comprendido qué es dharma, y para llevar adelante nuestro dharma, tenemos que ofrecer nuestro karma. Y este mundo funciona por una ley, es la ley del karma. ¿Cuál es la ley del karma? Si plantas una semilla de mango, ¿podes decir que va a crecer un árbol de manzanas? ¿Es posible en este mundo? plantas una semilla de mango, ¿va a salir un árbol de manzanas? Definitivamente no, porque, así como vos plantas, vos cosechas, y este es el mecanismo en este mundo. Pero si vos querés manzano tenés que plantar semillas de manzana, no de mango. Y con la misma regla, si vos querés obtener amor de los otros, ¿qué semilla tenés que plantar? Si vos plantas la semilla de la ira, del odio o de los celos, ¿vos vas a obtener la semilla del amor? Si vos querés amor, tenés que plantar la semilla del amor y esta es la ley de este mundo. Quiere decir: si vos querés obtener beneficios en tu vida, tenés que sembrar actos benéficos en tu vida. Y si plantas actos dañinos, lo que vas a cosechar es daño, es una lógica muy simple. Y esto es aplicable, no solo a las acciones, sino a las palabras que emitimos y los pensamientos que pensamos. Y cuando hablamos de karma, hay muchos tipos de karma, pero básicamente hay dos que tenemos que entender. El karma es tan peligroso por un lado y tan hermoso por el otro, entonces es importante que

entendamos estos dos aspectos de karma. Hay dos tipos de Karma que tenemos que conocer, uno es **Prarapta Karma** y el otro es **sanchita karma**. Y les explico, si comprendemos estos dos karmas, vamos a entender cómo comportarnos en este mundo para alcanzar éxito.

Prarapta Karma significa que en vida pasada o vidas pasadas hemos hecho acciones y en esta vida presente tenemos que cosechar los frutos de esas acciones.

Las acciones del pasado que se manifiestan en esta vida con sufrimientos que tenemos que atravesar es **Prarapta**. Ahora eso mismo que sucedió en la vida anterior, cosechado en la vida anterior es **sanchita**.

Sanchita es colección. Por ejemplo; si algunos años dije algo incorrecto a otros o me comporté de manera incorrecta. No necesariamente voy a obtener el resultado de la acción en el momento de la acción, puedo cosechar en el presente, ahora me puede venir el resultado de aquella acción. Esto quiere decir que las acciones se almacenan en algún lugar y llegado el momento tenes que enfrentarte al fruto de esas acciones. Entonces si llevaste adelante acciones negativas, te vas a enfrentar en el presente con los resultados negativos de esas acciones negativas. Ahora, si llevaste adelante acciones buenas, positivas, en el presente vas a cosechar el fruto positivo, bueno de esas acciones del pasado. Entonces quiere decir que, si en el pasado la acción fue incorrecta, mala, el fruto en el presente va a ser incorrecto o malo. En cambio, si la acción en el pasado fue buena, en el presente vas a cosechar algo bueno. Pero en algún lugar hay un problema, y esto es lo que quiero compartir con ustedes acerca de karma. Sin karma no podemos quedarnos. Si vos decís “no estoy haciendo nada” quiere decir que estás haciendo nada. Entonces no podés decir que yo no estoy haciendo nada, siempre hay algo que estás haciendo. Entonces si siempre estoy impulsado a hacer algo, quiere decir que voy a obtener frutos siempre de eso que hice en mi vida. Entonces esto es como una cadena, un círculo en mi vida del cual no puedo salir. ¿Cuál es el círculo? Lleva adelante tu acción, debido a esa acción voy a obtener el fruto de ella, y cuando estoy disfrutando del fruto de mi acción estoy haciendo otra vez una acción, y debido a ese karma, otra vez estoy atrapado en el fruto. Entonces continuamente de la acción el fruto, del fruto la acción, de la acción el fruto y es un continuo caos en mi vida.

Y si estoy atrapado en ese círculo del karma, ¿cómo voy a obtener mi tiempo para descubrir quién soy yo y revelar mi dharma? El yoga lo dice muy claramente “**yoga citta vrtti nirodha**”

Todas las acciones, las impresiones producidas por las acciones están acumuladas en citta. Y hasta que esta citta no esté totalmente limpia y libre de todas estas impresiones no vamos a poder alcanzar el más alto fin que es el Samādhi. Y si este es el juego del karma, ¿cuál es entonces el rol del libre albedrio para mí? Yo tengo la capacidad de elegir, tengo elección acerca de los resultados que yo quiero. Si yo espero, quiero tener respeto de los otros, entonces tengo una elección, ofrecer respeto, y si yo ofrezco respeto, soy respetuoso, recibo respeto. Entonces hay algo muy hermoso que nos ofreció la divinidad y eso es nuestra capacidad de elegir nuestro libre albedrio. Si yo quiero obtener respeto de Natalia, entonces primero le tengo que ofrecer mi respeto y ahí voy a recibir de vuelta, de regreso respeto. Pero si yo le tengo

odio, y la estoy odiando, y digo ¿cómo puede ser que no me respeta? ¿Cómo puede ser que yo espere respeto si doy odio? ¿Entonces qué significa libre albedrío? Vos tenés la opción de elegir tu comportamiento, pero si tu conducta es negativa, es mala, no vas a poder cambiar el resultado. Antes de la acción tenés la posibilidad de elegir, evalúa tu libre albedrío antes de la acción. Una vez que emitiste o cometiste la acción, simplemente vas a tener que recoger el fruto de ella. Y si esto es tan simple, porque no usamos nuestro libre albedrío para obtener buenos beneficios.

Y el yoga dice “Hay tres enemigos que tenemos dentro”

-Una es la **mente**, que está siempre perturbada y por ello no somos capaces de seleccionar la acción adecuada

-El segundo es el **ego**, que no nos permite ver cuál es la realidad, cual es la situación realmente,

-El tercero es nuestro **intelecto dual**, y debido a los conflictos no somos capaces de identificar lo correcto de lo incorrecto, lo bueno de lo malo.

Y por ello muchas veces nuestro libre albedrío, no es compatible nuestra elección con el propósito de realizar nuestro dharma. Como nuestra elección es inadecuada, nuestra acción es inadecuada, el resultado es inadecuado y nos alejamos del propósito último de nuestra vida.

El yoga dice de una manera muy hermosa que es o que sucede realmente:

Donde se almacenan esos karmas y los frutos de esos karmas (**¿sino en su cuerpo?**)

Quiero mostrarles una sola diapositiva si me permiten, y ustedes van a entender dónde está el juego, que va a suceder en este juego. Que es lo que exactamente está pasando, les voy a explicar el **karmāsaya**. Adentro nuestro hay una parte que se llama citta, ya saben cómo Patañjali explica lo que sucede con citta, que es citta. Ya sabemos lo que es citta, la mente, el ego y el intelecto trabajando juntos constituyen citta. No hay un término en español para este citta. Entonces ¿qué es lo que pasa exactamente? voy a explicar a nivel práctico. Nuestros cinco sentidos, siempre están escapando hacia afuera, a buscar información del mundo externo, y le pasan esta información a citta, en citta hay una parte que se llama **karmāsaya** y hay dos términos en esta palabra, uno es karma y el otro es **āsaya**. Karma significa acción y **āsaya** significa la impresión dejada por la acción. Por ejemplo, hoy es la primera vez que Gabriela me conoce, entonces la próxima vez que nos encontremos ella me va a recordar, porque las impresiones de mi quedaron almacenadas en su **karmāsaya**. Enorme cantidad de impresiones, estamos continuamente almacenando de manera consciente o subconsciente. Por ejemplo, yo les estoy enseñando de manera directa y ustedes están aprendiendo de manera directa y entonces las impresiones se están almacenando de manera directa. Pero al mismo tiempo en nivel subconsciente vos estas recibiendo impresiones, la puerta está ahí, la ventana está ahí, la casa está ahí, todo el tiempo estamos recogiendo impresiones del entorno. Ahora, todo esto es almacenado en el **karmāsaya**, ahora, ¿qué sucede después de la muerte de una persona? A tu muerte el alma sale de tu cuerpo, pero no se lleva con vos tu dni, tu coche, tu título de propiedad, tu dinero, no se lleva esas cosas. Lo que se va con tu alma es el **karmāsaya**. Ahora, esta conciencia que está en tu cuerpo como alma, la misma está en el universo. Entonces hay dos aspectos del alma, el alma

encarnada y el alma universal. Entonces el alma individual, le dice al alma universal “por favor, mi tarea con este cuerpo ha terminado, por favor llévame y mézclame contigo” Entonces ella pide por favor llévame contigo, entonces el alma universal le pregunta al alma individual, yo soy muy pura, soy la forma más pura ¿qué pasa contigo? El alma dice bueno, yo tengo conmigo un montón de impresiones, ejemplo una es “me quiero tomar un helado” y dentro de este **karmāsaya** hay impresiones, pensamientos, ideas, deseos, todo eso forma parte del **karmāsaya**. Y el alma universal le dice, bueno si vos te liberás de todas las impresiones almacenadas en tu **karmāsaya** entonces podés venir y fusionarte conmigo. Entonces el alma encarnada le pregunta al alma universal ¿entonces que tengo que hacer? Y entonces el alma universal le dice, bueno anda, agarra un cuerpo, cumplí tus deseos y después volvé. Entonces este alma va, toma un cuerpo, cumple con su deseo de comer helado, pero el tema es que mientras cumple con ese deseo genera un montón de deseos más y entonces esa alma en ese cuerpo muere y vuelve a querer ir al alma universal y otra vez como está cargada de impresiones este círculo recomienza y recomienza. Muchísimas encarnaciones tenemos que atravesar, la tradición dice que son 84mil para llegar a este cuerpo humano. Recuerden el nacimiento como ser humano, es el único nacimiento donde ustedes pueden entender cuál es su dharma. Entonces elijan sus acciones de manera que les permita alcanzar lo antes posible cual es vuestro dharma. Entonces cómo sembrás, así cosechas, pero la divinidad nos dio el libre albedrio para poder distinguir entre el bien y el mal. Entonces recuerden, las acciones deben ser llevadas a cabo con una mente muy cauta. Entonces tenemos que entender cuáles acciones son correctas y cuales acciones son incorrectas. Y en ese sentido karma/ dharma y libre albedrio están interrelacionadas. Bueno ahora quiero empezar las preguntas, estoy seguro de que muchas de las respuestas ya las he dado con esta presentación.

Preguntas

En este mundo que suceden tantas cosas y cumplimos tantos roles cómo es posible saber cuál es nuestro real dharma, si hay uno solo que tenemos que cumplir y si puede cambiar a medida que crecemos o evolucionamos.

Manmath: Ya di respuesta a esto, pero lo voy a repetir. Hola Estela que lindo verte. Dhārma es uno solo “tomar conciencia de nuestra verdadera realidad, de nuestra verdadera naturaleza como conciencia pura”. Pero consideramos que los dharmas son diferentes para nosotros. Esos no son dharmas, son obligaciones o deberes, el dharma es uno solo, es descubrir quién soy. Y a medida que crecemos cambiamos la actitud, pero no cambiamos el dharma. Porque a medida que crecemos tratamos de desarrollar nuestra madurez y a medida que maduramos nos damos cuenta “oh 20 años atrás yo consideraba este asunto tan importante y hoy en día eso para mí no tiene significado. Y en este momento también hay cosas que ustedes están considerando muy importantes y de aquí a 15 años van a decir oh perdí mi tiempo. Por ejemplo, cuando tenían 4 años estaban muy felices con una muñeca y fueran donde

fueran llevaban la muñeca. Quizás la muñeca estaba rota, pero a esa edad, 4 o 5 era algo muy querido y muy cercano a ustedes. Pero hoy en día ustedes no quieren la muñeca, se dieron cuenta de que no les es útil. Entonces el dharma no cambia, lo que cambia es nuestra comprensión acerca del dharma. Entonces a través de prácticas espirituales como prácticas yóguicas nos vamos acercando a cuál es nuestro dharma. Porque el dharma no es externo, es interno, es nuestra verdadera naturaleza. Y a medida que practicamos más nuestras prácticas espirituales, yóguicas, vamos cada vez más hacia adentro. Cuando más vamos hacia adentro, mas no acercamos a la realización de nuestro svādhārma.

¿Porque se ha tomado el karma como algo negativo? ¿todo lo que sucede en la vida es a raíz del karma y por el libre albedrio? ¿el libre albedrio sería de cada una de las decisiones que se toman minuto a minuto?

Manmath: Bárbara es una hermosa pregunta. Tenemos que entender, el karma no es positivo ni siquiera negativo, el karma es karma. Si nuestra comprensión del karma es negativa, entonces el resultado va a ser negativo. El karma en sí mismo no es negativo. Según con que intención vos abordes el karma, según la intención vas a obtener el resultado, el resultado va a ser en medida de tu intención, si es positiva o negativa. Por ejemplo, si un terrorista mata a otro terrorista, no resulta lo mismo que si un hombre común mata a otro hombre común. La acción de matar es la misma, pero el resultado es diferente. Entonces recuerden algo en relación a Karma, la acción no es tan importante como la intención que está detrás de la acción. Según la intención con la cual realices tu acción, el fruto que vas a cosechar. Por eso antes de realizar una acción, el libre albedrio es lo que nos permite elegir. ¿qué acción voy a realizar? ¿es buena? ¿elijo no realizarla porque no es buena? Tu poder de decisión, tu libre albedrio es previo a la acción, una vez que cometiste o emitiste la acción no vas a poder evitar cosechar el fruto de la misma. Entonces minuto a minuto tenes tu libre albedrio para cada decisión, pero una vez que cometiste la acción ya no tenes más libre albedrio, tenes la cosecha, el resultado. Según la decisión que tomaste vas a recibir la bendición de los buenos resultados o por el contrario los malos resultados.

¿Es correcto hablar de un karma positivo y un karma negativo o desde la concepción india el karma es siempre negativo?

Manmath: Que bueno ver tu pregunta. Ya hemos dado respuesta a tu pregunta, pero voy a repetir un par de puntos, que es importante nos queden bien presentes.

No existe nada como karma positivo o negativo. La tradición india no dice que los karmas son negativos, ahora, si ofrecemos nuestras acciones con intenciones egoístas entonces quedamos atrapados en las acciones. La intención egoísta es muy peligrosa. ¿qué pasa en este mundo por ejemplo? Hacemos muy poquitito, pero queremos obtener crédito de un montón de

cosas. Y cuando estamos especulando para obtener créditos de las cosas quedamos atrapados en el círculo de la acción y sus frutos. ¿cómo salir de esta cadena? No podemos decir yo me voy a abstener de actuar, porque esto no es posible. Si yo digo, no estoy haciendo nada, solo estoy sentado, quedarme sentado también es una acción, ¿cómo puedo esquivar la acción? Una cosa es segura, no podemos evitar actuar. Esto es un poco tramposo. Entonces por un lado tenemos que ofrecer nuestras acciones y por el otro lado queremos evitar las acciones para no quedar atrapados en el fruto de la acción. Porque si hay un fruto, y nosotros disfrutamos de ese fruto, quedamos atrapados en ese fruto y nuevamente hay un karma, hay una nueva acción. Entonces toda la vida se me va en este juego de Karma- fruto- karma- fruto ¿y cuando tomo mi tiempo para reconocer quien soy yo? ¿qué hacer? Tienes que hacer la acción, pero no tomar el crédito por tu acción, decir es por voluntad divina, es porque me lo transmitieron mis padres, lo recibí de mis maestros, no tomen el crédito por la acción. Pero esto no es fácil, porque el ego no nos quiere dejar darle el crédito por las cosas a otros. El ego siempre quiere darse el crédito de todas las cosas. Entonces tenemos que saber cómo reducir el ego. ¿Qué hacer? ¿cómo reducir el ego? Y Patañjali lo dice con la palabra Entrega, Rendición, Rendirse. Entonces consideren que algo más elevado está ahí y no son ustedes los que están haciendo las acciones, sino que alguien los eligió para hacer la acción a través de ustedes. Entonces si nosotros somos capaces de darle el crédito a una tercera persona de las acciones, entonces vamos a ser felices, vamos a estar fuera del círculo vicioso del karma y sus frutos.

Manmath: Alguien escribió en el chat que esto que yo explique es la Bhagavād Gita, si señora Marina, esta 100% correcto.

Trabaja por la causa, no trabajes por el aplauso. Si tu trabajo es correcto, definitivamente vas a obtener resultados. Pero si vos trabajas para los resultados, vas a interferir en el resultado de la acción y todo se va a colapsar. Muchas gracias, Marina, muy bien.

¿Existe un plan divino para cada alma encarnada? ¿cómo se establece el plan divino de cada alma? ¿que se tiene en cuenta? ¿podemos modificar ese plan? ¿de qué forma?

Manmath: Camilo siempre se puede cambiar de planes, pero no podés cambiar el dharma. Vos querés tomar un vuelo en el aeropuerto de Colombia, por ejemplo, y una calle, una avenida está bloqueada, y vos querés ir al aeropuerto ¿qué vas a hacer? ¿vas a decir la ruta está cortada, voy a cambiar el programa? No, vas a cambiar de ruta, pero vas a seguir tomando el vuelo. Vos podés cambiar por tu libre albedrío la acción, pero no vas a poder cambiar el destino de la acción. Vos podés cambiar de plan infinitas veces, pero no podés cambiar de dharma. ¿Entonces como modificas tu plan? puedes empezar haciendo practicas espirituales, practicas yóguicas y eso te va a acercar a cuál es el camino directo para alcanzar tu destino. Entonces la respuesta es Si, puedes cambiar de plan muchas veces, lo podés cambiar es tu destino, tu propósito. Lo demás ya lo respondí con mis presentaciones anteriores.

¿El creador, nos da libertad para cambiar nuestras vidas? ¿Cuál es el propósito de esa libertad?

Manmath: El creador nos da innumerables planes, nos da libre albedrío, pero no te da permiso para cambiar de dharma. Por ejemplo, hoy el yoga no te resulta, no te viene bien, bueno, cambia, hace otra cosa, pero no vas a poder cambiar tu dharma, ese es tu destino final. Yo les sugiero, no cambien a cada rato de plan, elijan un plan, manténganse en el un tiempo y vean la diferencia. Prueba y error pueden estar ahí, pero no cambies tu dharma. Espero haber dado respuesta también con todo lo otro que conteste.

¿Podemos revertir nuestro karma a través de las acciones? ¿Qué tipos de acciones serían?

Manmath: Vos no podés cambiar el resultado de tus acciones. Pero antes de la acción vos podés elegir. ¿cometo, ejecuto esta acción o no? Vos querés un mango, entonces tomaste 5 días para pensar, donde voy a plantar la semilla, cual es la mejor tierra, cual es la mejor orientación, la atmosfera, tomaste 5 días. Pero si vos plantaste la semilla del mango y después te pasas tu vida rezando que querés manzanas, no va a ser posible. Porque, así como vos sembraste eso cosechas, es la regla. Hay algo que la divinidad nos ofrece y está ahí a pesar de haber ofrecido la acción, con tus practicas vos podés reducir y minimizar el impacto de las acciones, eso es posible. Por ejemplo, hay una lluvia muy fuerte, no podés parar la lluvia, pero podés usar un paraguas y con eso crear un menor impacto de las lluvias. Entonces si tomas conciencia de que realizaste acciones que el fruto no va a ser adecuado, ofrece más y más prácticas espirituales o yóguicas y eso va a reducir el impacto de tus acciones. Entonces, ¿se puede revertir el karma? No, pero se lo puede minimizar a través de prácticas espirituales o yóguicas.

¿Hay alguna pista para saber si estamos actuando según nuestro dharma? hay algún texto del Haṭha yoga que hable de esto?

Manmath: Es una pregunta muy interesante Luz, voy a tratar de hacer la pregunta inversa, de invertir la pregunta. Entonces en vez de ver si hay en los textos una pista para saber si actuó según mi dharma, voy a buscar en los textos que dice de cómo alcanzar mi dharma y que prácticas recomiendan. Y en vez de preguntar que texto, son todos los textos que hablan de lo mismo, como alcanzar el dharma. Todos dicen “La finalidad de tu vida es alcanzar el Samādhi” eso es dharma. Patañjali dice “realizar tu propia naturaleza, eso es dharma”. Ashtanga yoga es alcanzar el dharma que es Samādhi. Entonces no es solo los textos de Haṭha yoga, sino toda la literatura, todos los textos están ahí para mostrarte cómo llegar a cumplir tu dharma. Entonces Luz, este tema se toca en todos los textos del Haṭha yoga, pero tenemos que practicarlo en nuestra vida. Si tenés hambre tenés que comer, si tenés sed tener que beber, si querés alcanzar tu dharma tenés que hacer la práctica.

¿Es el libre albedrío una manera de aplicar el discernimiento? ¿Es a través del discernimiento que podemos apaciguar el karma?

Manmath: Tita tu pregunta es tu respuesta. De hecho, la divinidad nos da el libre albedrío para que podamos desarrollar viveka, la conciencia discriminativa. ¿qué es viveka? Saber que está bien y que está mal. Saber que es verdad y que es falsedad. Lo que es el Ser y el no ser, una vez que desarrollas viveka vas a saber cómo desarrollar tu libre albedrío en la acción. Y cuando las acciones son correctas, los resultados van a ser correctos. Y cuando los resultados son correctos, nadie va a poder detenerte en tu alcanzar el dharma. Y entonces viveka es discernimiento es la llave para alcanzar el dharma.

Manmath: Este tema es muy amplio, necesitaríamos un seminario entero para tratarlo.

¿El dharma ayuda a reducir el ego?

Manmath: Es así, no es que el dharma ayude a reducir el ego, sino que en cuanto vos comprendes que es el dharma, automáticamente tu ego queda reducido. ¿por qué? Porque el ego no está listo para inclinarse, para bajar la cabeza, Entonces cuando el ego reconoce que hay algo más elevado que sí mismo, el ego entonces tiene que bajar la cabeza. Y el dharma, o tu verdadera naturaleza, tu conciencia verdadera es siempre más elevado que este ego temporario. Marcela el problema con las personas es que no quieren entender lo impermanente, se quedan contentos con lo que es transitorio. Para el ego es un peso el comprender nuestra verdadera naturaleza. El ego erige como un muro que nos impide llegar a comprender nuestra verdadera naturaleza, el ego mismo es el obstáculo. Entonces la respuesta es, la comprensión del dharma es lo que reduce nuestro ego, porque el dharma es algo muy elevado y el ego es algo muy pequeño. Entonces si en vez de darnos créditos por las cosas, empezamos a darle el crédito por las cosas a los principios más elevados, automáticamente el ego empieza a reducirse. Entonces hoy podemos hacer una ecuación: A menos cantidad de ego, más cercanía con la conciencia y al revés, cuanto más lejos se está de la conciencia, más grande esta mi ego.

¿Qué tipo de Samādhi estás hablando? podemos tener una experiencia de Samādhi y olvidarla, que pasen los días y se aleje? ¿cómo hacemos para recordarla todo el tiempo?

Manmath: Samādhi es un proceso, recordalo, no es un estado. Y en todo proceso tenemos diferentes estados y diferentes experiencias. El estado último de Samādhi es lo que Patañjali llama Kaivalya, el aislamiento, los demás son estadios. Cuando hablo de Samādhi estoy hablando de estos distintos estadios en los cuales vos obténés diferentes experiencias. Pero esto es una ciencia experiencial, tenés que experimentarla, por eso es muy difícil hablar de samādhi..

¿De dónde viene el libre albedrío? puede ser influenciado o distorsionado? ¿por qué? ¿por quién?

Manmath: Gabriela, el libre albedrío viene de tu intelecto, pero si el intelecto trabaja asociado a la mente y al ego, entonces el intelecto está distorsionado. Pero si tu intelecto trabaja asociado a la conciencia, que es el principio más elevado, entonces tu intelecto va a estar del lado correcto cuando trabaje. Entonces, en palabras sencillas tenés que entender, el intelecto, buddhi tiene dos partes. Uno es el intelecto superior, otro es el intelecto inferior. La parte inferior está en relación con tu mente y a tu ego, pero el más elevado está en relación a tu conciencia. Cuando el intelecto elevado trabaja asociado a tu conciencia y eso se desarrolla en tu vida, entonces te instalas en el estado de discernimiento, empezás a trabajar con discernimiento. Pero cuando tu intelecto trabaja asociado a la mente y al ego, no hay estado discriminativo y trabajas desde el prejuicio. Y todas las practicas yóguicas son para desarrollar este sentido de discriminación a nivel del intelecto superior. Entonces si realizas practicas espirituales a yóguicas vas a desarrollar este intelecto superior, pero si no realizas ninguna práctica te va a faltar este sentido de discriminación. Ahora una ecuación para vos, con un alto intelecto superior, alta discriminación, la llegada al dharma. El intelecto en su aspecto inferior, no hay poder de discriminación, no se puede alcanzar el dharma.

Manmath: ¿Queres preguntar algo más? porque sos una especialista en esta área y tuviste muchas experiencias en tu vida. Por favor sentite libre de preguntar algo más.

Gabriela: Gracias, quise hacer esa pregunta, porque trabajando en estados expandidos de conciencia y trabajando acompañando a otras personas a recuerdos de vidas pasadas, muchas veces estos temas de las acciones, del dharma, del karma, de la interferencia en el libre albedrío, suelen aparecer durante los trabajos, por eso esta pregunta puntualmente.

Manmath El problema Gabriela es que las impresiones del pasado son más poderosas que el libre albedrío. Por ejemplo, hoy te pedí chocolate Gabriela, me dijiste no, chocolate no y se lo diste a otra persona, entonces yo recogí estas impresiones de que me negaste el chocolate. Y estas impresiones son tan poderosas, que cada vez que yo te vea nuevamente voy a recordar estas impresiones. Y entonces la próxima vez tal vez me vas a dar cientos de chocolates y yo te voy a decir “acordate, vos me negaste el chocolate” y aunque vos querés ayudarme con tu terapia y liberarme de mis problemas, yo no estoy dispuesto a abrirme y dejar que me limpies, el problema es que el libre albedrío tiene que estar libre y nosotros lo bloqueamos, ese es el problema.

Gabriela: Muchas gracias, una sola preguntita más.

¿El dharma es en todas la encarnaciones el mismo o a medida que uno va evolucionando el dharma va avanzando, evolucionando?

Manmath: Dharma siempre es el mismo, dharma significa conciencia, tomar conciencia de tu conciencia. Entonces te podés cambiar la ropa, el cuerpo es el mismo, del mismo modo podés cambiar tu cuerpo pero el alma es siempre la misma. Si vos tomás conciencia de tu alma, y vos le das tratamiento a tu alma, te va a ser fácil tratar el alma de otros. Esto es macrocosmos- microcosmos. Te sentas en tu casa y tratás a todo el mundo, esta es la belleza de este poder.

¿Que es Karma, Dharma y libre albedrio y como aplicarlo en nuestra vida?

Manmath: Gabriela esta pregunta ya se respondió.

¿Cuál es el significado de **dharma**? Tomar conciencia de tu verdadera conciencia.

Y **karma** es acciones que realizas para alcanzar este conocimiento de tu conciencia.

Y el **libre albedrio** es, si bien hay muchas opciones por ahí, elegí la opción que te acerque a través de la acción a realizar tu conciencia. Esta es la relación entre estos tres términos. Para ello serán todas estas prácticas, el yoga podés realizar tus prácticas y obtener este estado para la autorrealización.

¿Es suficiente para vos Valeria o querés hacer alguna otra pregunta?

Valeria: Me encanto la respuesta que dio hace un ratito del discernimiento, de viveka, la decisión más pura, ¿ese es el motivo por el cual muchos monjes se dedican a la contemplación, llega un momento en el que el mundo exterior cada vez va perdiendo importancia, entonces cada vez a uno le interesa más lo absoluto, ese es el motivo por el cual mucha gente o muchos maestros espirituales elevados se aíslan? Viste que le paso a Alicia Souto, Alicia se quería ir y Gharote padre le decía que no, que ella tenía que seguir enseñando y Alicia se quería dedicar a un retiro.

Manmath: Hay dos cosas que tenemos que entender hoy en este mundo materialista, no tenés que irte de este mundo material, pero no tenés que estar atado a este mundo material. Es como la flor de loto que flota en el barro, pero no toca el barro. Si vos podés mantenerte en este mundo material, sin estar atado, apegado a este mundo material, entonces vas a ser el master, el genio de tu área.

Entonces una persona dice “estoy totalmente perturbado por este mundo materialista, me quiero ir a los Himalayas, entonces se van a los Himalayas, pero arrastran dentro de ellos todos sus problemas, ¿para que ir a los Himalayas entonces? Entonces el desapego no es tanto material físico, sino a nivel mental, tenemos que entender a nivel mental que es el desapego. Los santos alcanzan este desapego a nivel mental, por eso se los admira y se los considera grandes personalidades.

En relación con la ley de polaridad, ¿dharma es el opuesto de karma?

Manmath: Yo ya dije cuál es la relación entre karma y dharma. Si el karma sostiene, colabora que realices tu dharma a eso se lo llama éxito, y si las acciones no son las adecuadas, entonces no es posible realizar el dharma. Pero no podemos decir así que son opuestos karma de dharma, porque son dos cosas diferentes. Cuando dos términos diferentes están ahí y no se relacionan, no podés establecer una relación de oposición entre ellos. En vez de hablar de opuestos tendríamos que decir si los karmas colaboran, sostienen al dharma o no, y la herramienta es el libre albedrio, con el libre albedrio vos podés seleccionar tus acciones para que contribuyan a tu dharma que es para realizar tu verdadera conciencia. Espero haber dado respuesta.

Corina: Más que opuestos yo los veía como la temperatura, el frío y el calor son medidas diferentes de una misma idea, la temperatura, y la idea un poco de ese balanceo o de esa ola en la que vivimos o ese pulsar en el que vivimos y el dharma y el karma pensaba.
Pero es muy claro esto de que, si el karma ayuda o contribuye a tu dharma, estas, digamos en el camino del éxito, yo lo pienso en el camino de la autorrealización o la luz. Pero me encanto porque no lo había pensado así a lo del karma.

No se tradujo pregunta

Manmath: Ambos aspectos son correctos. Algunos karmas que vos realizas vos misma tenés que pagar las consecuencias en otras vidas. Y algunas acciones que realizaste junto con otras personas en otros nacimientos, van a nacer como miembros de tu familia. Por ejemplo, Lili, los que son hoy tu esposo, tu madre, tu padre, tu hija, en otra vida compartieron con vos el nacimiento. Compartieron ciertas acciones, vos con ellos, ellos con vos y entonces están nuevamente aquí para compartir los frutos de esas acciones. Quizás en esta vida es tu hijo y en otra fue tu padre, u otra personalidad relacionada contigo, entonces vos sos responsable de tu karma, pero también sos responsable en relación con tu familia por las acciones que emitiste en otra vida. Y la filosofía dice que hasta que no paguemos por nuestros karmas no hay liberación. Tenemos que poder cortar este círculo de acción y resultado acción-resultado para poder dirigir nuestras acciones hacia el svādhārma que es conocer nuestra verdadera naturaleza y realizarla.

¿Quién decide cual es el karma o el dharma que tengo que experimentar en esta vida, soy yo mismo?

Manmath: Entonces definitivamente si sos vos y es tu dharma, y tu karma es el responsable. Pero no es solo el karma de esta vida lo que decide tu dharma, los otros karmas de vidas anteriores también están decidiendo. Entonces es un círculo enorme, porque no son solo los karmas de esta vida el que pagas, sino el de vidas anteriores. No podés cambiar los karmas que te vienen de vidas pasadas. Pero hoy tenés elección, porque tenés libre albedrio. Olvidate lo que paso en vidas anteriores incluso en esta vida, lo que tenés en las manos es tu futuro. A partir de ahora, 12.28 horario de Argentina podés decidir, es tu libre

albedrio. Si a partir de ahora pensás en tu libre albedrio vas a llegar a alcanzar tu conciencia. Solo necesitas 3 cosas. Determinación, Devoción y Dedicación, con esos tres elementos vas a alcanzar tu verdadera conciencia, los poderes te van a ayudar.

Usa tu discriminación, usa tu libre albedrio y nada va a poder detenerte en tu determinación de alcanzar tu conciencia. Sos vos misma la que puede desarrollar su yo, y sos vos misma la que puede destruir su yo. Hace tus prácticas, espirituales, yóguicas y verás los milagros en tu vida.

Naty: Walter te veo muy serio, pensante

Manmath: Walter no te preocupes, los karmas son muy hermosos, solo ofrece tus acciones con sinceridad y verás la diferencia. Los karmas no son un problema, son hermosos, solo tenés que usar tu conocimiento discriminador y vs a ver la diferencia. ¿querés decir algo Walter?

Walter: No, todo muy comprensible.

Manmath: Espero que las preguntas estén todas terminadas, el tiempo corre, se nos fue media hs más de lo esperado, les agradezco mucho la paciencia y que me hayan dado media hs más.

Ustedes son geniales, muchas gracias por esto, y si me permiten voy a cerrar con otro mantra.

Tomen una postura sentada, erguida y cómoda, cierren los ojos y presten atención a este hermoso mantra. Sientan este dharma dentro de ustedes, recuerden es dentro de ustedes.

Canto de Mantra

Muchas gracias, Natalia por la traducción, gracias Gabriela por estar presente hoy, gracias a todos ustedes miembros de mi familia por dedicar su tiempo a entender estos conceptos karma, dharma y libre albedrio. Este tema es muy amplio, pero pudimos discutir algunos aspectos con relación a esto. Les ofrezco mis humildes saludos a todos ustedes, y ¿porque a todos ustedes? Porque esa conciencia, ese dharma reside en cada uno de ustedes. Mis más humildes saludos a esa conciencia que reside dentro de ustedes.

Muchísimas gracias y espero verlos nuevamente. Y que la divinidad los bendiga con la capacidad de elegir a todos ustedes. Cuídense y manténganse a salvo.