

CÓMO LLEVAR ALEGRÍA AL TRABAJO

Por Nayaswamis Jyotish y Devi

Verano de 2012

Mucha gente está profundamente preocupada por el uso excesivo de los recursos naturales, incrementando el calentamiento global y la muy desigual distribución de la riqueza. Las causas son la codicia y la competencia, actitudes que no cambiarán hasta que haya una expansión de la conciencia. Paramhansa Yogananda, vino, en parte, para ayudar a corregir estas actitudes, haciendo hincapié en el pensamiento elevado, la vida sencilla y la búsqueda de Dios.

Afortunadamente, el tiempo está de nuestro lado, a medida que avanzamos más plenamente hacia Dwapara Yuga, la era de la energía, podemos vislumbrar los primeros rayos de un cambio global de la competencia hacia la cooperación. Como devotos, a Dios gracias, no tenemos que esperar a que el mundo cambie. Preocupándonos y cooperando con los demás, podemos encontrar la felicidad que estamos buscando en este momento.



Una nueva conciencia de unidad

Un distintivo de la oscura era de Kali Yuga era que la vida parecía ser nada más que una lucha brutal para sobrevivir. Esta percepción se prolongó hasta la Revolución Industrial, viniendo como venía al final de Kali Yuga. El comercio fue impulsado por la idea de que el éxito venía por la competencia despiadada. La Teoría de Darwin de la supervivencia del más adaptado dio un fundamento científico a esta forma competitiva de ver el mundo.

Pero este viejo paradigma está rompiéndose lentamente. Con la llegada de Dwapara Yuga, la gente está empezando a darse cuenta de que toda la vida está conectada y que la supervivencia del más adaptado es una confusión. El conocimiento elevado pone de manifiesto que este mundo no es nada más que un sueño de Dios. ¿Cómo Dios puede estar tratando de dejar fuera de la competencia a Él Mismo? ¿Cómo puede Dios sobrevivir estando más adaptado que Dios? Incluso pensar en estos términos bloquea la mente.

Como devotos nuestro papel es convertirnos en agentes del cambio hacia una mayor cooperación global, especialmente en el trabajo, donde todavía la competencia está altamente recompensada. Un primer paso en esta dirección es comenzar a ser más conscientes de la cantidad de conexiones inadvertidas que existen.

Una amplia red de conexiones y cooperación

Imagina que tú estás en el supermercado comprando una caja de cereales. Este producto representa el esfuerzo cooperativo de millones de personas –granjeros, camioneros, constructores, trabajadores en cadena, fletadores, gente de negocios y trabajadores del gobierno. Una vasta red invisible de conexiones subyace prácticamente en todos los productos que usamos.

En nuestro propio cuerpo también podemos encontrar una intrincada red de actividad cooperativa. Hay billones de células en el cuerpo –formando la sangre, el hígado, el corazón, los músculos, los huesos y el cerebro- Todas trabajando para mantener la vida.

Nuestros cuerpos también están formados por un número de bacterias extrañas no inferior a diez veces el número de las células del cuerpo. Nuestras propias vidas dependen de la conexión y cooperación entre estos billones de células diferentes.

Recientemente Yo (Nayaswami Jyotish) trabajé en el Permaculture Garden de Ananda Village. Encontré la experiencia tremendamente esclarecedora ante todo porque el jardín está basado en un plan consciente que permite a diferentes especies cooperar y ayudarse entre sí.

Hay cientos de plantas en el jardín. Algunas profundizan más en el suelo para buscar minerales, de este modo producen hojas ricas en nutrientes que los jardineros recolectan para abonar otras plantas. Hay unas pocas especies con flor que atraen a las abejas, las cuales cumple una doble misión, la de polinizar y darnos miel. Algunas plantas tienen otros propósitos: proveer de nutriente al suelo, dar sombra a otras plantas, producir frutos y bayas e incluso medicinas “para sus cuidadores humanos”.

Lo que se observa en un jardín permaculture es un precioso ejemplo de la red de conexiones y cooperación que enlaza a diferentes especies. Potenciando nuestra conciencia de la unidad que subyace a todo, nos ayudará a traer más cooperación a nuestras vidas. Desde un punto de vista práctico hay una serie de cosas que podemos hacer para llevar a cabo esto:

Aprender a ver a Dios a través de los otros.

El sentido más profundo de la conexión viene de aprender a ver a Dios o al Guru no solo en todo sino a través de todo. Hay una historia muy conmovedora de un joven discípulo de Satya Sai Baba que bellamente ilustra este estado de conciencia.

Un fin de semana el muchacho se fue desde el ashram a casa para visitar a su familia. Cuando regresó al ashram, Satya Sai Baba le preguntó, “¿Viste a tu familia?” El chico respondió, “Oh Baba, todo lo que vi fue a ti”, “Bueno, ¿no viste a tu madre y a tu padre?” El chico contestó “Oh Baba, todo lo que vi fue a ti” Entonces Satya Sai Baba le preguntó “¿Qué hay de tus hermanos y hermanas” “No jugaste con ellos?” De nuevo el muchacho le dijo, “Oh Baba todo lo que vi fue a ti”.

Insistiendo el gurú le preguntó, “No viste a ninguno de tus amigos con los que te lo pasas bien?”. “Oh, Baba no te burles más de mí. Todo lo que vi fue a ti”

Si vemos a Dios o a nuestro Gurú en los rostros de los otros, sentiremos naturalmente una profunda sensación de unión con todo el mundo. Incluso tener una pequeña parte de esta conciencia cambia la naturaleza de nuestras relaciones. Deberíamos ver a Dios actuando a través de otras personas. De este modo podemos mantener la conciencia de que Dios está en cualquier parte, la vida así se volvería muy dulce.

Crear una corriente ascendente de energía magnética.

Otro principio importante es el de crear una corriente de energía positiva desde la columna vertebral hacia el ojo espiritual. Este flujo de energía ascendente a través de los chakras crea un campo magnético que nos conecta con los demás. Una corriente descendente, sin embargo aumenta nuestra separación y desunión.

Si nos encontramos cayendo en una actitud negativa o de queja, deberíamos trabajar primeramente en controlar el flujo de energía antes que intentar convencer a la mente de que sea más positiva. Cuando la energía fluye hacia abajo, nuestros pensamientos automáticamente van en la dirección de la energía y nos dan buenas razones para ser negativos y criticar a los otros. Primeramente siente la energía en el corazón y transfórmala en positiva. Un pequeño momento de apreciación hace maravillas! Después dirige los sentimientos del corazón hacia el ojo espiritual. Nos daremos cuenta de que nuestros pensamientos se vuelven positivos tan pronto como la corriente vital comienza a ascender.

Esta corriente de energía dirigida hacia arriba también nos convertirá en magnéticos. En principio las personas son atraídas o repelidas dependiendo del magnetismo que generen. El magnetismo positivo atraerá a gente positiva. Las personas con negatividad, con un “espíritu de queja” (crítico) atraerán a gente que quiere escuchar cosas negativas.

Swami Kriyananda hablaba recientemente de como los colores del aura que reflejan la energía de las personas son radiantes. Algunas personas irradian colores puros muy bonitos. Otras irradian colores que son oscuros y turbios. Pero todo el mundo siempre irradia colores. Una energía direccionada hacia arriba purificará los colores y expandirá el aura.

Convertirse en canales de amistad divina.

Una vez que puedas conseguir una corriente positiva, conscientemente deja que fluya hacia afuera a aquellos que te rodean. Conviértete en una fuente de bondad y apoyo. Una de nuestras principales pautas en Ananda es que “Las personas son más importantes que las cosas”. Cuando hacemos del bienestar de las personas nuestra mayor prioridad, generamos un magnetismo positivo que hace que las cosas salgan bien y del mejor modo posible.

Cuando Ananda adquirió East-West librería en Menlo Park, California los primeros directivos no tenían experiencia en vender libros y se cuestionaban su habilidad para

llevar el negocio. Swami Kriyananda les dijo que adquirirían el conocimiento necesario a su tiempo, pero que lo más importante era que trataran a sus clientes como amigos y que les sirvieran y les amaran en Dios. Por esa actitud de amistad divina, East-West librería continúa con éxito actualmente.

En 1970 Swami Kriyananda nombró la primera orden monástica en Ananda Village como “Amigos de Dios”. Con ese nombre él quería, no solo ser amigos con Dios, sino también ser canales de amistad en Dios hacia cualquier persona en el mundo. Él quería decir que deberíamos ver a cualquier persona aunque fuera un extraño como a un amigo. Si podemos aprender a utilizar la amistad como la primera vía de relación con todo el mundo. Amigos y extraños serían lo mismo. Nos convertiríamos en precursores de Dwapara Yuga y ayudaríamos al mundo a moverse hacia una visión más unificada de la vida.

Un flujo hermoso y armónico.

El profundo sentido de conexión con Dios y con otras personas que conseguimos con la meditación es una gran parte de lo que produce una actitud de unidad. Es muy importante llevar esta paz elevada y armonía a nuestro trabajo y a nuestro servicio. Yogananda decía que la meditación debería ser servicio activo y que el servicio debería ser meditación activa.

Si podemos acercarnos a nuestro trabajo con una profunda conciencia interior, nuestra vida externa e interna comenzaran a unirse en un hermoso y armónico flujo. El campo en el que trabajemos no es realmente tan importante como la calidad de la conciencia con la que trabajemos. Hazlo divertido, alegre, cooperativo y sagrado.

Extraído de una charla en Ananda Village el 20-10.2011.

Carmen Polo 30-6-2014