

SRI RAMAKRISHNA VEDANTA

verdades eternas

que espiritualizan la vida diaria

Publicación Bimestral Nº 3
Distribución Libre y Gratuita
Diciembre 2011

Nacimiento de Jesus

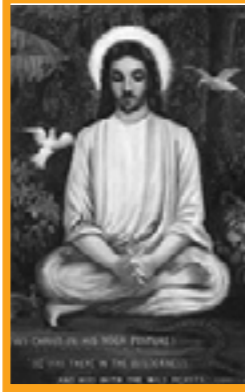


Madre Sri Sarada Devi
1853-1920

*¡Eres Tú nuestra Reina del corazón,
MA Argentina!*
¡Gloria a Ti, oh querida eterna!
Te amamos Madre Argentina.
El cóndor vuela en la alta cordillera;
flamea la celeste y blanca;
nuestra tierra, mar, montaña,
beneméritos ínsulas.
¡Eres Tú nuestra Reina del corazón,
MA Argentina!
Nuestro gaucho, kolla, inmigrante,
mapuche, indígena,
de tantas religiones, tantas personas,
orgullosos, todos somos
hermanos y hermanas.
¡Eres Tú nuestra Reina del corazón,
MA Argentina!

Publicación Bimestral Nº 3 Distribución Libre y Gratuita

Blog: verdadeseternas.vedanta.org.ar
Edición y producción: Brahmachari Chidanandachaitanya, Pablo A. Medina, Martín Astigueta (periodista), Angelica Landreani, Marta Arruda, Franco Bonetti, Laura Miranda, Sandra Invernizzi, Graciela Vitángeli, Sra Rada, Marina Sanchez, Eva Schneider.
Impreso en: Mar del Plata. Pcia. Buenos Aires.



EL VEDANTA EN LA ARGENTINA

* **CENTRO RAMAKRISHNA VIVEKANANDA - BELLA VISTA - BS. AS. - ARGENTINA**

Dirección: Gaspar Campos 1149. (B1661CML)
* **SEDE:** Estados Unidos 2453. CIUDAD AUTÓNOMA DE BUENOS AIRES - ARGENTINA
Informes: 10:00 hs. a 18:00 hs: Sr. Ricardo Hardoy - Cel.: 15-5699-2379
Correo Electrónico: ramakrishna@ramakrishna.org.ar
www.ramakrishna.org.ar
Transmisión de programas por es.justin.tv/vivekananda

* **CENTRO RAMAKRISHNA VIVEKANANDA MAR DEL PLATA - BS. AS. - ARGENTINA**

ILUSIONES LIBROS. La Rioja 2379 – Mar del Plata.
Tel: (0223) 493-6324 / 475-9424
Correo Electrónico: omramakrishna.mdp@gmail.com
ramakrishna-mdp.vedanta.org.ar

* **GRUPO DE ESTUDIO - MENDOZA - ARGENTINA**
Correo electrónico: vedanta.mza@gmail.com

* **CENTRO RAMAKRISHNA VIVEKANANDA PEHUAJO - BS. AS. - ARGENTINA**

Zuviria 365 – Tel: (02396) 404984 - 475031 - 475906
Correo electrónico: vedantapehuajo@gmail.com
pehuajo.vedanta.org.ar

* **MAIPU – BS. AS. - ARGENTINA**
Contacto (02268) 15633425

* **GRUPO DE ESTUDIO - RAMAKRISHNA VEDANTA ROCHA – URUGUAY**

Sitio: sites.google.com/site/ramakrishnavedantarocha/
Correo Electronico: anandamaianali@hotmail.com

* **GRUPO DE ESTUDIO - SANTIAGO - CHILE**
Correo electrónico: joaquin.carracedo@inppa.cl

AGRADECIMIENTOS

* A Radio Mágica en Pehuajó por permitirnos participar con el programa radial "Reconociéndonos", los días Domingos a las 8 Hs, con la conducción de Nancy Dolores.
En Pehuajó esta publicación y libros se pueden encontrar:
* Librería "Los tres patitos" * Librería "Pinocho" * Distribuidora de diarios y revistas Novello.
En Mar del Plata: Esta publicación se puede encontrar en Ilusiones Libros. Calle La Rioja 2379

Palabras del Editor

Desde lo más profundo del corazón, como si surgiera desde lo más profundo de la tierra brota la inquietud de recordar a la Madre. La Madre en todo, en sus múltiples aspectos; adorando a Dios como Madre, viendo su especial poder en la mujer y sintiendo su maternidad en la tierra.

Swami Vivekananda escribió: "Jehová, Jesús y la Trinidad son secundarios: la adoración es para ella, la Madre con el niño en sus brazos. El emperador grita "Madre", el mariscal de campo grita "Madre", el soldado con la bandera en la mano grita "Madre", el marinero al timón grita "Madre", el pescador en sus harapos grita "Madre"...En todas partes está el grito de "Ave María", día y noche, "Ave María", "Ave María".

En la manifestación de Sri Sarada Devi, encontramos todas las cualidades del ideal de mujer. Ella demostró que es posible manifestar la Divinidad en la vida diaria. Su amor, su conocimiento, infinita compasión y simpatía para todos, la convierten en una imagen viviente de la Divina Maternidad. Ella, Sri Sarada Devi, es nuestra Madre. Sólo una eterna, incuestionable entrega a la Madre puede darnos paz. Sólo descansando en la Madre estaremos a salvo.

También en esta oportunidad queremos conmemorar el nacimiento del Señor Jesús, recordando que Sri Ramakrishna, fue agraciado con una visión de Jesús mientras meditaba sobre la Virgen y el Niño en 1874. Poco después de la muerte de Ramakrishna en 1886, doce de sus seguidores se reunieron en la víspera de Navidad para hablar de Jesús, su vida de renuncia, y su realización de la conciencia de Dios. Su líder, Swami Vivekananda, habló de la vida de Jesús, la muerte y resurrección. Él describió cómo el apóstol Pablo lo había hecho siglos atrás, seguir las enseñanzas y el ejemplo de entrega de este gran ser que fue Jesús.

Hatha Yoga
Pranayama • Meditación
Clases grupales, individuales y a domicilio
celular: 15.4975.9676
raquelandradayoga

30 Sabores y secretos de la India
Casa de Alimentos Naturales - Orgánicos Diabéticos - Cellacos - Hierbas y Especies Productos Ayurvédicos y orientales
Cursos y Seminarios de Alimentación Ayurvédica
4783-3424 Ciudad de la Paz 1739 - Capital Federal
www.saboresdelaindia.com.ar

Graciela Mabel Vitangeli

Lic. en kinesiología y Fisiatría MN: 4065 / Osteópata DO MROA: 04-010
Reeducadora Postural Global (RPG). F. Shuchard

Atiende: Ciudad Autónoma de Buenos Aires (Centro y Belgrano) Turnos: Te: (011) 15-6441-8317 / 4-784-5151
Pehuajó. Pcia. de Buenos Aires: Turnos: (02396) 15-521274 /40-4984

Por Martín Astigueta

Simbología

El niño Dios

El símbolo del niño Dios es común a diferentes tradiciones religiosas tanto en oriente como en occidente. Se lo puede encontrar en el cristianismo, en la imagen de Jesús recién nacido en el pesebre y también en el hinduismo como Gopal, el pequeño Krishna de Vrindavan. Según el Bhakti Yoga, considerar a Dios como hijo, es una de las cinco actitudes que puede adoptar el devoto para con lo divino, siendo la de amigo, progenitor, maestro y bienamado las otras cuatro restantes. En el evangelio de Sri Ramakrishna se cuenta una anécdota asociada con esta actitud.

Un día, una mujer se acercó a él y le dijo "Oh maestro, yo no amo a Dios, no entiendo nada que se refiera a él. No puedo decir que amo a Dios". A lo que Ramakrishna le pregunto, "¿No hay nadie a quien ames?". "Sí", respondió ella, "amo a mi pequeño sobrino". Thakur entonces le dijo: "Pues ahí lo tienes. Al estar al servicio de tu sobrino, estás al servicio de la deidad". En el cristianismo la imagen del nacimiento de Jesús es el símbolo de la navidad. El culto al niño Dios está muy extendido en algunas partes de España, Latinoamérica y Europa Central. Según sus seguidores es él quién el día de navidad trae los regalos y no Papá Noel, ni los Reyes Magos. La teología cristiana enfatiza que el significado profundo de la navidad implica que el pequeño niño Jesús nazca dentro del propio corazón. La tarea y único anhelo del devoto es la de cuidar y

ayudarlo a crecer. En la India la figura del niño Krishna es muy venerada. Existe toda una serie de historias en torno al episodio de la niñez del Dios. Lo llaman el "ladrón de manteca", es el niño travieso al que todos aman. Un día una amiga le dice a Yashoda, su madre adoptiva: "El pequeño Krishna ha estado comiendo barro". Ella lo busca, le da una bofetada y abre su boca para sacarle el barro y limpiarla. Entonces él le hace un truco. Mientras su madre observa su boca, en un instante le revela todo el universo, la visión la deja pasmada por lo que a continuación Gopal le borra el recuerdo para hacerla volver en sí. La simbología del Dios niño es muy rica y sus significados son variados. Según afirma Sri Ramakrishna en su evangelio, "Después de realizar a Dios el hombre se vuelve como un niño. Uno adquiere la naturaleza del objeto en el cual medita. La naturaleza de Dios es como la de un niño. Así como un niño construye una casa de juguete y luego la destruye, así Dios actúa mientras crea, preserva y destruye el universo".



La Orden Ramakrishna y su relación con Jesús

- Dice Swami Prabhavananda en la introducción al texto El "Sermón del Monte según La Vedanta": La Vedanta que evolucionó de los Vedas, la más antigua de las escrituras hindúes, enseña que todas las religiones son verdaderas en la medida en que conduzcan a una misma meta: la realización de Dios.

Por lo tanto, mi religión acepta y reverencia a todos los grandes profetas, maestros espirituales y aspectos de la Deidad adorados en diferentes féis, considerándolas manifestaciones de la única verdad subyacente. Hasta el día de hoy en todos los monasterios de la Orden Ramakrishna es costumbre celebrar la navidad ofreciendo un culto especial a Cristo. En estas ocasiones, ofrendase frutas, pan, pastel, flores, incienso. A menudo hay, una disertación sobre Cristo o se lee el relato de la natividad o el Sermón del Monte.

Así, desde los primeros días de nuestra orden, Cristo ha sido honrado y reverenciado por nuestros swamis, como uno de los más grandes maestros iluminados.

- Swami Ranganathananda, en su obra "El Cristo que adoramos", se refiere al nacimiento de Jesús con estas palabras. Pensamos que al nacer las personalidades divinas hay una gozosa cooperación del hombre y la naturaleza para darles la bienvenida: por ser un acontecimiento que anuncia júbilo universal. En palabras de uno de nuestros libros sagrados: "Los antepasados se regocijan, los dioses danzan en júbilo, y este mundo gana un Salvador".

- Swami Vijayananda en el prefacio del libro "Así habló Jesucristo", recuerda: " Mi madre, que era una gran devota hindú, que practicaba con verdadera dedicación su religión, me enseñó desde muy niño a respetar a todas las Encarnaciones, y en nuestro hogar eran igualmente venerados. En la capilla de la familia, entre las figuras y estampas de las Encarnaciones Divinas y otras Deidades, había una estampa de colores de Jesucristo".

Sri Sarada Devi

Sri Ramakrishna (1836-1886), el Dios-Hombre del siglo XIX, estuvo acompañado durante su vida por una figura luminosa, Sri Sarada Devi, desde el punto de vista de la tradición hindú, su divina Shakti, o fuerza manifestada en forma femenina. La Santa Madre, nombre por el que generalmente es llamada por sus devotos, era una verdadera dínamo de espiritualidad, una fuerza infinita de compasión y una inagotable fuente de ejemplo e inspiración.

“El cariño de Sri Ramakrishna y Su respeto religioso para con ella, -dice Romain Rolland-, depurados de los deseos y perturbaciones por los sentidos, reconocieron bajo su velo a la Deidad”.



Nacimiento y niñez

Jairambati, una retirada aldea del distrito de Bankura en Bengala occidental fue la cuna de Sri Sarada Devi. Nacida el 22 de diciembre de 1853 en una humilde y piadosa familia bramín.

Desde muy niña rogaba a Dios que diera a su carácter la pureza y la fragancia de un nardo blanco. Mirando la luna llena, solía decir: “Oh, Dios, hasta en la luna hay manchas oscuras; pero haz que mi carácter sea immaculado”.

Ésta fue la niña elegida (a la edad de cinco años) para novia de Sri Ramakrishna. La ceremonia del casamiento se celebró debidamente. En la India, un casamiento a tan temprana edad tiene el carácter de un compromiso; el matrimonio se consuma cuando la muchacha alcanza la madurez. Pero en este caso quedó sin cumplirse por siempre.



Primer contacto con Sri Ramakrishna

A la edad de 14 años visita a Sri Ramakrishna en Kamarpukur. Su espiritualidad se hallaba desarrollada mucho más de lo que correspondía a su edad.

Era capaz de comprender de inmediato el estado mental de su esposo. Le surgió un gran deseo de aprender sus enseñanzas acerca de Dios y de vivir con él, sirviéndole.

Sri Ramakrishna muy contento, la aceptó a la vez como su discípula y su compañera espiritual.

Su vida junto al Maestro

En 1872, Sri Sarada Devi acompañada por su padre llega a Dakshineswar a visitar a su marido. Ahora tenía 18 años.

Sri Ramakrishna asumió el deber de instruir a su joven esposa, lo que comprendía todo, desde el manejo de los asuntos domésticos hasta el conocimiento de Brahman. Le enseñó a despabilar una lámpara, a comportarse frente a la gente según sus diferentes temperamentos y a adoptar la actitud apropiada en presencia de visitas.

La instruyó en los misterios de la vida espiritual (oración, meditación, yapam, contemplación profunda y samadhi).

Sri Ramakrishna y su esposa convivían en Dakshineswar, pero su mente volaba siempre alto por encima del plano mundanal.

Por la relación espiritual tan excepcional, se demostró que marido y mujer pueden convivir como compañeros espirituales. La relación entre ambos seres fue de estricta castidad. Ramakrishna era para ella la reencarnación de Dios en forma humana.

Su vida espiritual

Uno de los hechos más relevantes en su vida fue el momento en que Sri Ramakrishna la adora como a la Divina Madre misma, despertando en ella un sentimiento de maternidad por todas las criaturas.

La vida de la Santa Madre, estando el Maestro en vida, transcurre entre el servicio, la oración y las constantes austeridades. Llevaba una vida muy simple, sencilla, sin ostentaciones de ninguna especie; a la vez ¡cuánta paz y armonía! Su naturaleza inmaculada, ecuanimidad mental e imperturbabilidad, su desapego, el no criticar a nadie, su simpatía y amor hacia todos y, sobre todo, la firmeza en el momento adecuado y su dedicación absoluta a Dios son rasgos extraordinariamente prominentes en ella.

Tras la desaparición de Sri Ramakrishna en 1886, la Madre misma se convierte en una fuente de consuelo para miles de personas que se acercan a ella en busca de luz espiritual y como símbolo para los monjes del recién nacido Ramakrishna Math.

Siempre atormentada por los problemas de sus familiares y por la enfermedad, Sri Sarada Devi fue el consuelo de miles de personas, dejando un mensaje de compasión y de espiritualidad forjado con el ejemplo de su propia vida.

Madre espiritual de la orden, monja y maestra formadora de innumerables monjes, incansable guía y dadora de luz para todos aquellos que se consideren sus hijos. Es y seguirá siendo junto a Sri Ramakrishna el ejemplo de una vida de entrega a Dios. Ella demostró que es posible manifestar la Divinidad en y a través de la vida diaria. Su amor, su conocimiento, infinita compasión y simpatía para todos, la convierten en una imagen viviente de la Divina Maternidad. Ella, Sri Sarada Devi, es nuestra Madre.

La vida pura, fuerte, suave, inegoísta y dedicada que llevó, como una verdadera y cariñosa madre, durante su existencia terrena, alentó a millares de hombres y mujeres de distintas religiones.

La Santa Madre la Madre Universal, es atemporal, está más allá de su cultura y de sus circunstancias. Atravesó el tiempo y ahora se muestra día a día como nuestra propia madre.

Hablando sobre ella dice Swami Vivekananda en una carta

“Hermano, tú no has comprendido aún el significado maravilloso de la vida de la Santa Madre; ninguno de vosotros lo ha comprendido. Pero, poco a poco, lo comprenderéis. Sin la Shakti (fuerza Divina) no hay posibilidad de renovación espiritual para el mundo. ¿Por qué nuestro país es el más pobre y más atrasado de todos los países? Porque la Shakti es tenida en menos aquí.

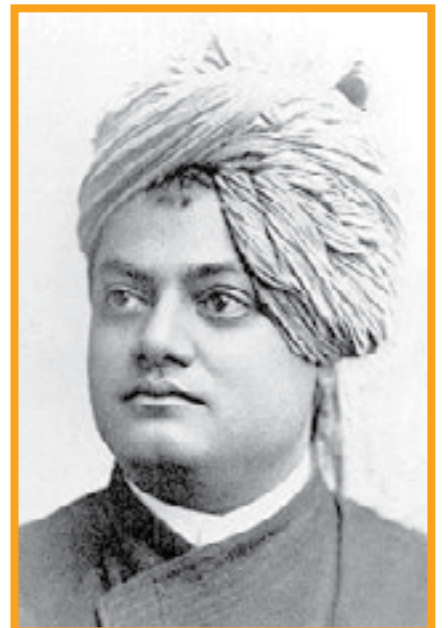
La Madre ha nacido para revivir esta maravillosa Shakti en la India; y formando ella el núcleo, nuevamente nacerán en el mundo mujeres como Gargui y Maitrei (las cuales se mencionan en los Upanishads como realizadoras de lo Supremo).

Sin la gracia de la Shakti nada puede llevarse a cabo.

¿Qué encontré yo en América y Europa?

Adoración a la Shakti, adoración al poder. Pero allí, su adoración es hecha ignorántemente, buscando la gratificación de los sentidos.

Imagínate, entonces, ¡cuán grande bien lograrán los que la adoren con toda pureza, considerándola como su propia madre!. Cada día voy comprendiendo las cosas con mayor claridad, voy percibiendo más y más la naturaleza íntima de todo”.



Sobre el poder de las mujeres por Swami Vivekananda

“Si ustedes no elevan a las mujeres - vívidas personificaciones de la Divina Madre - no piensen que hay otro camino para vuestra propia elevación”.

“Todas las naciones han alcanzado grandeza gracias al debido respeto que mostraron hacia las mujeres. Los países o naciones que no respetan a las mujeres, jamás podrán volverse grandes ni lo lograrán en el futuro... No hay esperanza de prosperidad para la familia o país donde no hay estima para las mujeres, donde ellas viven en constante tristeza y melancolía. Por esta razón lo primero que hay que hacer es elevarlas a su propio nivel...”

“En la actualidad, Dios debería ser adorado como “Madre”, la Energía infinita. Esto conducirá a la pureza y llegará aquí, a América, una tremenda energía... Las mujeres han sufrido durante una eternidad y eso les ha dado infinita paciencia y perseverancia infinita. Se aferran a una idea. Es esto lo que las hace ser, en todos los países, el sustento de hasta las supersticiones religiosas y de los sacerdotes, y es esto lo que las liberará. Tenemos que volvernos vedantistas y vivir este gran pensamiento; las masas deben captarlo, y esto sólo puede hacerse en la libre América. En la India, esas ideas fueron expuestas por individuos como Buddha, Sankara y otros, pero las masas no pudieron retenerlas. El nuevo ciclo debe ver a las masas viviendo el vedanta y esto tendrá que ocurrir mediante la mujer.

“Yo no me opongo a la adoración de las mujeres que son la vívida personificación de la Divina Madre, cuyas manifestaciones externas atraen y enloquecen a los hombres, pero cuyas manifestaciones internas tales como conocimiento y desapego hace al hombre omnisciente, de firme determinación y un concedor de Brahman...”

Del libro: “La Bienaventuranza de ser Mujer” según Sri Ramakrishna

Nuestra propia tierra, nuestra Madre

Las antiguas enseñanzas de numerosas culturas ven en la tierra a la Madre.

La Madre nos nutre, nos recibe, protege, es soporte de las fuerzas de la Vida Una y Única.

Swami Vivekananda nos recuerda: “Si van bajo la superficie, encontrarán esa Unidad entre hombre y hombre, entre razas y razas, alto y bajo, rico y pobre, dioses y hombres, hombres y animales. Si van lo suficientemente hondo, todo será visto sólo como variaciones del Uno, y aquel que ha alcanzado este concepto de Unidad no tiene más ilusiones. ¿Qué puede engañarlo? Conoce la realidad de todo, el secreto de todo.”

Amar nuestra propia cuna, lugar de nacimiento, debe ser natural y espontáneo. Necesitamos identificarnos e integrarnos.

Con la sincera actitud de servir al país se desarrolla admiración y adoración por el espíritu o alma del país. Como resultado, se consiguen manifestar las cualidades elevadas y divinas, ampliando los conceptos propios del nacionalismo y de Dios.

“El amor por nuestra propia tierra se convierte en una práctica espiritual.”

Alabanza a la Argentina

¡Amo a la Ma Argentina
y a los Argentinos;
el cielo brilla aquí con cuanta luz
con los indomables espíritus
divinos!

¡Sí, en esta Argentina de los
Argentinos!

¡En los corazones aunados de los
Argentinos,
surgen cuantas ideas positivas,
los pensamientos positivos;
alborean hoy en este país
negando a los negativos!

¡Sí, en esta Argentina de los
Argentinos!

Emitido por Centro Ramakrishna
Vivekananda Argentina

La maternidad de Dios

El concepto de adorar a la Suprema Realidad como la Divina Madre es muy antiguo. En un mantra, el rishi del Mahanarayana Upanishad (II.2) saluda: “¡Oh, Tú, Diosa! Diestra en salvar, Tú nos cruzas por las dificultades en excelente manera. ¡Nuestras saluciones a Ti!”.

Es posible que los rishis se dirigieran al fuego del sacrificio considerándolo como Diosa. Ella es la Diosa que quita todas las miserias y problemas, y concede la más elevada dicha. En un período posterior, en la época de los Puranas, el concepto de considerar a la Diosa como la Divina Madre del universo alcanzó su máximo desarrollo. El culto de distintas diosas en diferentes partes, gradualmente se sumergió también en el concepto de adoración a una única Diosa, la misma Madre Divina con diferentes nombres como Uma, Maheshvari, Gauri, Chandi, Párvati, Mahakali, Ma, Sri, Minakshi, etc.

En el Chandi se narra la historia del rey Surat y del mercader Samadhi. Ambos habían recibido un muy mal trato de sus familiares y amigos, pero a pesar de todo, se sentían muy apegados a ellos.

El rey le preguntó al rishi Medha la razón del extraño comportamiento de sus mentes. Entonces el rishi les contó acerca de la Divina Madre y Su poder ilusionante: “Ciertamente Ella, Bhagavati, Mahamaya, arrastrando a la fuerza aún la mente de los sabios, los arroja en la ilusión. Ella crea este universo entero, móvil e inmóvil. Es Ella quien, cuando es propicia, se transforma en la dadora de dones a los seres humanos para su liberación final” (Chandi I,55-56).

Manifestación especial en el cuerpo femenino

Esta Madre del universo tiene ciertamente una especial manifestación en el cuerpo femenino. En el Chandi vemos que Indra y otros dioses rogaron a la Diosa: “¡Oh, Diosa!, todos los aprendizajes son tus aspectos; así lo son todas las mujeres del mundo con sus variadas cualidades” (XI,6).

En el Rig Veda (X.10.125), la hija del rishi Ambhrina, sintiéndose completamente identificada con esta Madre del universo, dice: “Soy Yo quien se mueve en la forma de los Rudras, los Vasus, los Adityas y todos los demás dioses... A quien Yo elijo lo hago grande: al creador, al vidente y al genio”.

Hoy en día la Santa Madre Sri Sarada Devi es respetada como la personificación viviente de esta Madre Divina. En ocasiones, Ella misma reveló su divinidad a algunos devotos bienaventurados. Ella dijo: “El Maestro (Sri Ramakrishna) consideraba a todas las criaturas como manifestaciones de la Divina Madre. El me dejó para dar expresión a esa Maternidad”.

Sri Ramakrishna veía a la Divina Madre en todas las mujeres. La maternidad Divina también se manifestó muy marcadamente en su vida.

Swami Vivekananda escribió (C.W.: VI.335): “...la maternidad de Dios es prominente en esta Encarnación. Él (Sri Ramakrishna) solía vestirse como una mujer. Él fue, por así decirlo, nuestra madre, y nosotros debemos del mismo modo, mirar a todas las mujeres como reflejos de la Madre.”

El concepto de adorar a lo Divino como Madre es también bastante antiguo en la tradición cristiana. Luego de observar este gran amor por la Divina Madre entre muchos cristianos Swamiyí escribió (C.W. V.506): “Jehová, Jesús y la Trinidad son secundarios: la adoración es para Ella, la Madre con el niño en sus brazos. El emperador grita “Madre”, el mariscal de campo grita “Madre”, el soldado con la bandera en la mano grita “Madre”, el marinero al timón grita “Madre”, el pescador en sus harapos grita “Madre”... En todas partes está el grito de “Ave María”, día y noche, “Ave María”, “Ave María”.

La Madre es la Madre. En definitiva, ninguna formalidad es esencial para amarla. Sólo es necesario un sincero y genuino amor por Ella. Todos son sus hijos. Ella es la Madre de todos. Ella está siempre. Debe haber una sumisión y entrega total a la Madre.

Ramakrishna Vivekananda Vedanta (Primera edición. Pág. 129)

Para aliviar el estrés

“Hija mía, si quieres la paz mental no mires las faltas de los demás. Mira tus propias faltas. Aprende a hacer de este mundo algo muy tuyo. Nadie es un extraño, hija mía; el mundo entero es muy tuyo”.

—Santa Madre Sarada Devi

“Los hombres discuten en nombre de la religión, escriben sobre ella, pelean por ella, mueren por ella, todo menos vivir por ella”.

—Charles Colton (1780-1832)

Comenzamos a aliviar el estrés cuando reconocemos que todos los problemas son creados por los pensamientos y las acciones y comienzan en la mente. Nuestra reacción ante los mismos nos llevan al estrés. El estrés y la duda existen subjetivamente en la mente; no tienen existencia objetiva válida. Vivimos para satisfacer deseos sin fin que no nos producen felicidad ni paz permanente. Una vida sin sentido nunca ha sido útil para la raza humana. Si queremos evitar preocupaciones y estrés innecesario debemos tener convicción en un significado superior de

la vida. En su autobiografía, Tolstoy hizo esta observación conmovedora: “Busca entre estas personas a un hombre, pobre o rico, para quien, lo que gana asegure lo que él considera necesario de acuerdo a lo que el mundo enseña, y verás que hay uno entre mil. Todos luchan con toda su fuerza para obtener lo que no necesitan y se les demanda de acuerdo a lo que el mundo enseña, y ante cuya ausencia, por lo tanto, se sienten infelices. Y tan pronto como obtienen lo que les es requerido, otra cosa, y nuevamente otra, se les exige, y

así, este trabajo de Sísifo continúa sin fin, arruinando la vida del hombre... Todos ellos tienen que cargar más y más sobre su vida ya recargada con trabajo, y así consagran su existencia y alma enteramente al servicio de lo que el mundo enseña... Pero ¿será feliz la vida del hombre que hace todo esto?”
—León Tolstoy, *A Confession and What I Believe* [London, 1927], pp. 305-6

Del libro *Alivio de la Tensión, Depresión y Ansiedad Mediante la Vida Espiritual* - Swami Tathagatnanda

Lectura y Reflexión

Entrega a Dios

El monito se agarra a su madre y va a todas partes colgado de ella.

En cambio, el gatito no hace lo mismo, sino que maúlla lastimeramente y la madre lo toma con los dientes por la nuca. Si el monito suelta a su madre, cae y se lastima. Eso sucede porque confía en su propia fuerza. Pero el gatito no corre el mismo riesgo, ya que es la madre la que lo lleva a todas partes. Tal es la diferencia que hay entre confiar en sí mismo y la entrega total a la voluntad de Dios.



Tamara Di Tella
PILATES®

Del Valle 450 - Pehuajó - Bs.As.
Cel. 2396 - 15585663
Tel. 470646



BellaVista
centro de día

“Espacio destinado a jóvenes y adultos, mayores de 17 años, con discapacidad intelectual y discapacidad motora asociada”.
Talleres: teatro, computación, radio, fotografía.
Equipo interdisciplinario: médico clínico, terapeuta ocupacional, trabajadora social, psicóloga, orientadores de grupo, nutricionista, fonoaudióloga, musicoterapeuta, psicomotricista, prof. De educación física, profesor de computación, enfermero.

Av. Gaspar Campos 1143, Bella Vista. - Tel.: 4666-6457
administracion@centrodediabella.com / www.centrodediabella.com