

Enfrentando nuestro propio horizonte



DAAJI

Mensaje con motivo de la celebración del Jubileo de Oro del

YOGASHRAM SHAHJAHANPUR

Grupo 4: del 24 al 26 de febrero de 2026

Enfrentando nuestro propio horizonte

Queridos amigos:

He aquí un resumen de lo que hemos aprendido hasta ahora:

- En *El corazón dividido*, vimos un corazón dividido en dos direcciones, hacia el deseo y hacia la aspiración.
- En *El despertar del propósito*, conocimos un corazón que había dejado de latir, no por falta de energía, sino por falta de propósito.
- En *Construyendo una base sólida*, nos encontramos con un corazón que no podía confiar en su propio terreno, dudando de la transformación que había experimentado.
- En *Alcanzando el cielo*, vimos un corazón que había confundido su recinto cerrado con el cielo, el ego cristalizándose en torno a sus propios logros hasta que el crecimiento mismo quedó bloqueado.

Ahora nos encontramos con un corazón con una herida diferente. Este corazón no está dividido, ni sin vida, ni dudando, ni encerrado; está sangrando. Y lo extraño es que la herida no le pertenece.

Dos talentos únicos

Dos músicos estudiaron con el mismo maestro. Uno tenía una voz tan hermosa que podía hacer llorar a una piedra. El otro poseía una precisión técnica que dejaba al público asombrado. Cada uno era extraordinario. Y cada uno gastaba su energía no en celebrar su propio don, sino en lamentar el del otro.

El cantante envidiaba la disciplina y la técnica del músico. El músico envidiaba la gracia natural del cantante. Entre los dos lo tenían todo, pero cada uno sentía que le faltaba algo.

Esta es la peculiar aritmética de **los celos**: resta lo que tienes y suma lo que no tienes. El libro de cuentas siempre muestra un déficit, independientemente de lo llena que esté realmente la tesorería.

Si hubieran afrontado sus propios horizontes y explorado las posibilidades de sus talentos únicos, tal vez algún día se hubieran encontrado en un cielo sin límites más allá de la gravedad de su singularidad. Pero eso requiere un trabajo interior.

Mirar de reojo

En *El despertar del propósito*, establecimos una distinción entre dos motores del movimiento. Uno es impulsado por el amor y tiene un destino. La energía fluye hacia algo luminoso y el cuerpo la sigue porque el corazón ya ha llegado. El otro es impulsado por el dolor y no tiene destino, solo escapar. Los celos están totalmente impulsados por el dolor. Pero empujan en una dirección que aún no hemos analizado.

- El deseo empuja hacia adelante, hacia lo que uno quiere.
- La pereza le deja quieto, sin motivos para moverse.
- La duda le empuja hacia atrás, alejándole de lo que ya ha encontrado.
- El ego le comprime en un recinto cerrado.
- Los celos le hacen mirar de reojo. Le hacen fijar su mirada en el horizonte de otra persona.

En *El corazón dividido*, exploramos la antigua distinción entre. Preya (प्रेय) y Shreya (श्रेय), lo agradable y lo bueno. El deseo es una batalla entre ambos: “¿debo elegir lo que me satisface ahora o lo que me ayudará a crecer?”. Pero los celos abandonan por completo la pregunta de qué es bueno para uno mismo y la sustituyen por otra diferente: “¿por qué ellos tienen lo que yo no tengo?”. No se trata de insatisfacción con nuestra propia vida, que puede empujarnos a crecer. Es una insatisfacción nacida de la comparación, y la comparación no enciende la llama. En cambio, nos consume lentamente.

La verdadera aspiración mira al horizonte y dice: “Más allá”.
La envidia mira de reojo y dice: “Es injusto”.



Si hubieran afrontado sus propios horizontes y explorado las posibilidades de sus talentos únicos, tal vez algún día se hubieran encontrado en un cielo sin límites más allá de la gravedad de su singularidad. Pero esto requiere un trabajo interior.

La persona perezosa en *El despertar del propósito* necesita mirar hacia arriba. La persona envidiosa necesita dejar de mirar de reojo y mirar hacia su propio horizonte. La dirección de la mirada determina la dirección de la vida.

El mecanismo de la inquietud

La paz no es la ausencia de dificultades, sino la presencia del orden interior. Cuando la conciencia está en calma, cuando cada elemento de la vida interior ocupa el lugar que le corresponde, se produce una quietud que las circunstancias externas no pueden perturbar. Los celos atacan precisamente este orden interior.

El término sánscrito *matsarya* (मात्सर्य) describe no solo el desear lo que otro tiene, sino el sufrimiento que se siente porque otro lo tiene. La distinción es importante. La aspiración mira los logros de otro y dice: “Eso es posible. Voy a trabajar para conseguirlo”. La envidia mira los mismos logros y dice: “Eso debería haber sido mío. El universo ha sido injusto”.

Esta noción de injusticia cósmica envenena la fuente de la paz al situar el centro de la felicidad fuera de uno mismo. Cuando mi satisfacción depende de tener más que otro, o al menos no menos,



La paz no es la ausencia de dificultades, sino la presencia del orden interior. Cuando la conciencia está en calma, cuando cada elemento de la vida interior ocupa el lugar que le corresponde, se produce una quietud que las circunstancias externas no pueden perturbar. Los celos atacan precisamente este orden interior.

le he entregado la llave de mi santuario interior a cada persona con la que me encuentro. El éxito de cada uno se convierte en mi fracaso. La alegría de cada uno se convierte en mi tristeza. Me convierto en rehén de la suerte de los demás, y el rescate exigido es precisamente la paz que busco.

En “*Construyendo una base sólida*”, vimos cómo la duda fabrica sus propias pruebas, fijándose selectivamente en todas las razones para desconfiar e ignorando todas las razones para creer. Los celos funcionan con la misma contabilidad deshonesto. La mente celosa se fija en todas las ventajas que tiene la otra persona y en todas las desventajas de su propia situación. Lleva un libro de cuentas meticuloso, pero esas cuentas fueron manipuladas. Los activos del otro lado están inflados, mientras que los activos del propio lado se dan por perdidos. El saldo siempre muestra un déficit, porque el propósito del libro de cuentas nunca fue la precisión, sino el sufrimiento.

El malestar entre los buscadores

Hay algo que pocas tradiciones espirituales discuten abiertamente, pero que todas las comunidades espirituales saben: los celos no desaparecen en la puerta del ashram, sino que se refinan.

En *Alcanzando el cielo*, exploramos la observación de Chariji de que el campo de la espiritualidad es tan blando y flexible que se convierte en terreno fértil para el orgullo. Esa misma blandura lo convierte en terreno fértil para los celos. En el mundo material, los celos tienen objetivos obvios: el dinero, la posición, la apariencia y el éxito. En el mundo espiritual, los objetos se vuelven más sutiles, pero no menos potentes. ¿Quién está más cerca del Maestro? ¿Quién

tuvo el sitting más largo? ¿Quién parece estar en un estado más profundo? ¿A quién se le dio reconocimiento, una promoción o más responsabilidad? ¿A quién se mencionó por su nombre? Estos son los *vishayas* del mundo interior, los objetivos sensoriales de la vida espiritual.

En “*Construyendo una base sólida*”, citamos la advertencia de Ashtavakra: *Vishayanvishavat tyaja*. Nos dice que abandonemos los objetos de los sentidos como abandonaríamos el veneno. Esta cita se aplica aquí con toda su fuerza. Además de las distracciones del mundo exterior y la corrosión interior de la duda, los celos entre los buscadores revelan una tercera dimensión del mismo veneno:

No es **distracción**, el mundo exterior alejándote de ti mismo. No es **duda**, la mente interior volviéndose contra su propia experiencia. Es **comparación**, nacida de los celos, que distorsiona la percepción y siembra la inquietud.

La comunidad espiritual puede convertirse en un salón de espejos, un lugar de comparación, donde uno se vuelve más consciente del viaje de los demás que del suyo propio. En lugar de ayudarnos a mirar hacia dentro, la comunidad puede convertirse en un espacio donde estamos constantemente **mirando de reojo**.

La cadena es precisa. En *Alcanzando el cielo*, analizamos cómo el ego descontrolado crea una especie de derecho espiritual. Cuando ese derecho se ve frustrado, cuando otra persona recibe lo que el ego esperaba, se enciende la envidia. Y una vez que se enciende la envidia, genera comparación, la comparación genera competitividad y la competitividad genera precisamente las intrigas que se suponía

que la vida espiritual debía disolver. Entonces, el orgullo construye el techo y la envidia quema la casa.

La causa fundamental

Los celos nunca tienen que ver realmente con la otra persona. Se trata de una creencia no cuestionada de que lo que uno es y lo que tiene no es suficiente. Es una herida de insuficiencia, y toma prestado el éxito de otra persona como un espejo en el que ver su propia carencia percibida.

Esta es la misma herida que examinamos en *“Construyendo una base sólida”*, vista desde un ángulo diferente. La mujer que meditó durante once años no podía confiar en su propia transformación. Ella decía: “¿Es esto real?”. El buscador celoso comete un error similar. En lugar de dudar de lo que ha encontrado, niega que sea suficiente.

La duda dice: “Lo que he experimentado no es real”.
Los celos dicen: “Lo que se me ha dado no es suficiente”.

Una es una crisis de confianza y la otra es una crisis de satisfacción. Ambas impiden que el alma descanse en lo que ya ha recibido.

Los celos son la sombra del ego, su compañero inseparable. En *Alcanzando el cielo*, describimos el ego como un invernadero de identidad. Su sombra, los celos, no puede tolerar ver a otro árbol crecer más alto hacia el cielo abierto. Los celos no tienen que ver realmente con el otro árbol. Se trata del techo, del recinto de cristal que el ego construyó y ahora no soporta reconocerlo.



Los celos nunca tienen que ver realmente con la otra persona. Se trata de una creencia no cuestionada de que lo que uno es y lo que tiene no es suficiente. Es una herida de insuficiencia, y toma prestado el éxito de la otra persona como un espejo en el que ver su propia carencia percibida.

Por eso los celos no se pueden curar consiguiendo lo que tiene la otra persona, porque los objetivos cambian. La persona que envidiaba la posición de otra, al recibir la misma posición, encontrará a otra persona a la que envidiar. La herida no está en la ausencia de la cosa. La herida está en creer que la cosa la completaría.

La práctica de Heartfulness de la limpieza vespertina aborda directamente este tema. Cuando nos sentamos cada noche y dejamos que las impresiones del día se desvanezcan, estamos liberando no solo los acontecimientos, sino también las interpretaciones que les atribuimos. El ascenso del colega fue un acontecimiento. La sensación de ardor en el pecho cuando nos enteramos fue nuestra interpretación, alimentada por nuestra herida, filtrada a través de nuestra creencia de que la ganancia de otra persona es nuestra pérdida.

Pero aquí está la dificultad, y se hace eco de lo que descubrimos en *El corazón dividido*. La limpieza elimina lo que el corazón está dispuesto a soltar. Cuando una tendencia se atesora en secreto, cuando alguna parte de la psique se aferra a ella con afecto oculto, la limpieza encuentra resistencia. Los celos se encuentran entre las impresiones más difíciles de soltar porque admitir que se siente celos es vergonzoso. Confesaremos la ira, la pereza e incluso la duda, pero ¿los celos? Decir “estoy celoso de la condición espiritual

de esa persona” requiere una humildad que el ego celoso no está dispuesto a ofrecer. La herida permanece oculta porque mirarla significaría admitir que la imagen que tenemos de nosotros mismos está resquebrajada. Y así se infecta, año tras año, a una profundidad que la limpieza vespertina por sí sola no puede alcanzar, no porque la técnica sea insuficiente, sino porque el corazón aún no está dispuesto.

Lo que estabiliza la paz

El contentamiento, *santosha* (सन्तोष), no es resignación ni una aceptación derrotista de tener menos. Es el profundo reconocimiento de que lo que se nos ha dado es precisamente lo que necesitamos para nuestro viaje; no el viaje de otra persona, sino el nuestro.

Una semilla no envidia al árbol. Se convierte en árbol al ser plenamente semilla. El proceso no puede acelerarse mirando lo que otros han llegado a ser. Solo puede vivirse, etapa por etapa, con paciencia y con la confianza de que la inteligencia que gobierna el universo no ha cometido ningún error en lo que ha puesto dentro de cada uno.

En *El despertar del propósito*, exploramos el concepto japonés de *ikigai*, la razón de ser, la razón para levantarse por la mañana. La persona que ha encontrado su *ikigai* no compara. La comparación es lo que ocurre cuando el propósito se toma prestado en lugar de



El contentamiento, santosha (सन्तोष), no es resignación ni una aceptación derrotista de tener menos. Es el profundo reconocimiento de que lo que se nos ha dado es precisamente lo que necesitamos para nuestro viaje; no el viaje de otra persona, sino el nuestro.

descubrirse. Envidiamos lo que tienen los demás porque aún no hemos descubierto lo que es exclusivamente nuestro. La herida prestada es también un propósito prestado: medir nuestra vida con el guion de otra persona porque aún no hemos escrito el nuestro propio.

Cuando la meditación se profundiza, algo extraordinario le sucede a la mente celosa. Empieza a ver que cada persona camina un camino moldeado por sus propios samskaras, sus propias impresiones acumuladas y su propio plan de estudios particular. Lo que parece ser una ventaja para otros puede ser su mayor prueba. Lo que parece ser una desventaja para nosotros puede ser nuestro maestro más poderoso. El universo no es una competición, es una escuela, y cada estudiante tiene un programa diferente.

Si los dos músicos hubieran comprendido esto, habrían reconocido que sus dones no estaban en competición. La voz y la técnica musical eran dos expresiones de la misma música, cada una incompleta sin la otra, cada una enriquecida por la existencia de la otra. No eran rivales, eran mitades de una armonía que solo era posible juntas.

El corazón que conoce su propia profundidad

La paz vuelve cuando uno deja de leer el guion de otra persona y empieza a vivir el suyo propio. Ya tiene el bolígrafo en la mano. La página ya está ante él. Lo único que falta es la voluntad de escribir lo que le corresponde escribir, sin mirar la página que tiene al lado.

Babuji describió a la persona más humilde como aquella que puede llevar una vida más próspera que la de un rey, con un corazón que



La paz vuelve cuando uno deja de leer el guion de otra persona y empieza a vivir el suyo propio. Ya tiene el bolígrafo en la mano. La página ya está ante él. Lo único que falta es la voluntad de escribir lo que le corresponde escribir, sin mirar la página que tiene al lado.

esconde la “maravilla de las maravillas” sin que nadie lo sepa. Un corazón así no envidia el destino de aquellos a quienes el mundo reconoce como grandes. No porque haya reprimido el impulso, sino porque ha probado algo tan profundo en su interior que los logros superficiales de los demás simplemente dejan de tener importancia. La herida se cura cuando descubrimos que nunca faltó lo que creíamos que faltaba. Solo estábamos mirando en la dirección equivocada.

El corazón que ha probado su propia profundidad no codicia la superficie de otro. Sentémonos lo suficiente en meditación, profundicemos lo suficiente en nuestro propio ser y encontraremos allí algo que nadie más posee y que nadie más puede quitarnos. Desde ese lugar, los celos no se suprimen, simplemente no encuentran motivo para surgir.

Resumamos:

- En *El corazón dividido*, aprendemos que el deseo nos divide hasta que aprendemos a elegir sabiamente.
- En *El despertar del propósito*, la inercia nos paraliza hasta que encendemos el fuego y encontramos nuestro propósito.

- En *Construyendo una base sólida*, la duda nos corroe hasta que la vemos con claridad y aprendemos a confiar en nuestras propias experiencias.
- En *Alcanzando el cielo*, el ego nos encierra y la humildad nos libera.
- En *Enfrentando nuestro propio horizonte*, aprendemos que los celos cambian nuestra brújula interior para que apunte hacia otro lado, lejos de la meta, convirtiendo así el éxito de otra persona en nuestro perjuicio. Los celos no son un dolor que surge de nuestra propia realidad, sino que se crean por comparación.

Hay cinco venenos, y cada uno de ellos te aleja de la meta:

El deseo dice: “Quiero lo que está allí”.

La pereza dice: “No puedo lograr lo que necesito”.

La duda dice: “Lo que he logrado no es real”.

El ego dice: “Lo que he logrado es mío”.

Jealousy says, “Where they have arrived should have been mine.”

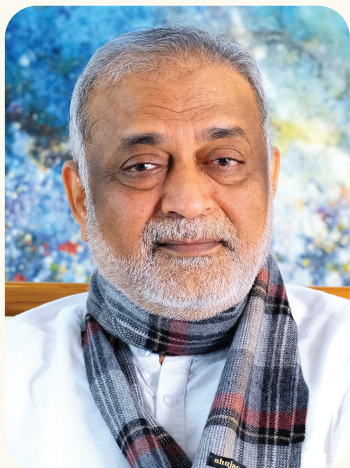
El antídoto para los cinco es la misma revolución silenciosa: estar plenamente, sin reservas y con valentía aquí, en este corazón, en esta respiración, en esta vida que nos fue dada a cada uno de nosotros y a nadie más, por razones que solo nuestro propio viaje revelará.

Enfrentémonos a nuestro propio horizonte y recorramos nuestro camino único con valentía.

Con amor y oraciones,

Kamlesh





Clases magistrales con Daaji

¡Puedes empezar la meditación Heartfulness en cualquier momento! Únete a Daaji en una serie de clases magistrales de tres partes, en las que comparte los beneficios del método Heartfulness y explica cómo añadir la relajación, la meditación, la limpieza y la oración Heartfulness a tu rutina diaria. Todas las clases magistrales son gratuitas.



<https://heartfulness.org/global/masterclass/>

Prácticas de Heartfulness

Descubre las prácticas de Heartfulness: aprende a relajarte, meditar, limpiar y rezar.



<https://heartfulness.org/la>



heartfulness

purity weaves destiny

