

## [Cuando los niños abrazan el hinduismo](#)

Category : [Spanish - Español](#)

Published by andre on May. 08, 2011

Publisher's Desk

### Quando los niños abrazan el hinduismo

Para obtener mejores resultados al transmitir tu fe, presenta los conceptos como herramientas que mejoran nuestra vida en lugar de reglas que limitan nuestra vida.

Por Satguru Bodhinatha Veylanswami

Read this article in: [English](#) | [Spanish](#) | [Hindi](#) | [Gujarati](#) | [Tamil](#) | [Marathi](#)

Con demasiada frecuencia, los conceptos y prácticas hindúes son explicados a los niños y jóvenes como reglas en lugar de herramientas. Las reglas restringen lo que podemos hacer en la vida y tienen un sentido de hacer las cosas menos placenteras. Especialmente, los niños se rebelan ante demasiadas reglas. Las herramientas, por el otro lado, los vuelven más efectivos y mejoran la calidad de su vida.

Podemos transformar reglas pesadas en herramientas atractivas al explicar claramente los procesos involucrados en una práctica o costumbre; y explicar los beneficios que puede ofrecer. El objeto es el captar el interés del niño, el mostrar cómo el hinduismo le ayudará a lograr progreso espiritual y a disfrutar una vida más feliz y más exitosa. Es la inspiración, no reglas, lo que motiva a la gente; y los niños no son diferentes en ese sentido.

Imagina a un adolescente retando a sus padres acerca de tres prácticas familiares: ¿Por qué somos vegetarianos?, ¿Por qué necesitamos ir al templo cada semana?, ¿Por qué no puedo escuchar música hip-hop como mis amigos?. Desafortunadamente, los padres pueden no tomarse el tiempo de dar respuestas completas y consideradas a tales preguntas. En cambio

toman el camino fácil, decretando: "Es lo que nuestra familia siempre ha hecho". Dado que muchos de sus amigos no tienen que seguir un código de conducta tan estricto, los jóvenes que escuchan esta respuesta pueden fácilmente concluir que el hinduismo es sólo un conjunto de reglas que hacen que nuestra vida sea restrictiva e infeliz. Antes de contestar esas preguntas de una manera que podamos transformarlas de reglas a herramientas, revisemos algunos de los conceptos básicos. Esto es lo que yo llamo "grandes ideas".

## Dos grandes ideas

La primer gran idea es que todo afecta nuestra conciencia. El gurú de mi gurú, Yogaswami de Sri Lanka, explicó: "Lo que piensas, en eso te conviertes. Si piensas en Dios, te vuelves Dios. Si piensas en comida, te vuelves comida. Todo influye a la conciencia".

La segunda gran idea es que cada uno de nosotros es un alma, un ser divino que vive en un cuerpo físico y que tenemos una naturaleza tripartita. En el nivel más profundo, somos un alma pura, radiante y dichosa. Esa es nuestra naturaleza espiritual o intuitiva. También tenemos una naturaleza intelectual y una naturaleza instintiva. Así que tenemos tres aspectos: espiritual (conciencia, ser), intelectual (pensamiento) e instintivo (sentimiento). La naturaleza instintiva consiste de nuestros instintos inferiores, animales, como el de la auto-preservación, procreación, hambre y sed. También incluye las emociones de avaricia, odio, enojo, miedo, lujuria y envidia. Esta es nuestra naturaleza deseo/sentimiento.

La naturaleza intelectual es nuestra facultad de razonamiento y de pensamiento lógico. Es la fuente del pensamiento discriminativo. La naturaleza intuitiva es la mente de luz, el conocimiento omnisciente, la conciencia omnipresente, la conciencia pura, la verdad y el amor. Esta es nuestra naturaleza espiritual.

Haciendo uso de este par de grandes ideas, ya estamos listos para responder las tres preguntas.

### ¿Por qué somos vegetarianos?

En la India, el vegetarianismo está bien establecido y el no comer carne rara vez

es objeto de críticas. En otros países, sin embargo, el ser vegetariano es la excepción; y los niños vegetarianos frecuentemente son el blanco de burlas, de la presión social y de la desaprobación. Y para empeorar las cosas, en la mayoría de las cafeterías escolares y en eventos sociales, las opciones vegetarianas son escasas, malas para la salud y sin imaginación. Â¡Prácticamente no hay nada que un estudiante vegetariano pueda comer!

No sería de extrañar que los niños quieran tomar la salida fácil y abandonar la dieta vegetariana. Sin embargo, existen razones convincentes para ser vegetariano. La razón principal es que el comer carne afecta su conciencia de una manera negativa, llevándolos hacia la naturaleza instintiva.

Explica a los niños que si quieren vivir en una conciencia superior, en su naturaleza del alma, en paz, felicidad y amor por todas las criaturas; no pueden comer carne, pescado, mariscos, aves o huevos. La razón de esto es que al ingerir la química burda de los alimentos animales, introducimos al cuerpo y mente enojo, envidia, miedo, ansiedad, sospecha y el terrible miedo a la muerte. Todo lo cual está encerrado, bioquímicamente, en la carne de las criaturas masacradas.

En otras palabras, el comer carne reforzar  su naturaleza instintiva y los haría m is propensos a esas emociones inferiores. Al comer carne, se enojar n m is frecuentemente y experimentarán los humores m is oscuros. Mi gurú dijo: â  El vegetarianismo es muy importante. En mis cincuenta años de ministerio, se ha hecho muy evidente que las familias vegetarianas tienen mucho menos problemas que aquellas que no son vegetarianas  . Los niños que est n despertando a ese entendimiento en todo el mundo se están convirtiendo en vegetarianos por s mismos. Y en estos días, con un iPad con GPS, un poco de investigación y creatividad, las opciones vegetarianas pueden descubrirse casi en cualquier lugar.

Â¿Por qué tenemos que ir al templo cada semana?

Explica a los niños que la adoración en el templo es una de las maneras tradicionales que el hinduismo nos proporciona para conectar con la naturaleza de nuestra alma y experimentar ananda: el éxtasis natural del alma. Pueden visitar el templo en un estado de descontento, recibir las bendiciones de Dios y los Dioses e irse con mejor ánimo y felices. Â¿Cómo es esto posible? Las bendiciones de la deidad han despejado su mente y aura de formas de pensamientos y emociones; permitiéndoles reconectarse con su ser interno. Las bendiciones los sacan de su naturaleza instintiva y ablandan su naturaleza intelectual, llevándolos a su

naturaleza espiritual.

Una vez que el niño capta la idea que la adoración en el templo es una gran herramienta para estabilizar sus emociones cuando se encuentran alterados, su renuencia para unirse a la familia cambiará. El templo se convertirá en algo importante para ellos, no sólo para mamá y papá. La adoración en el templo les ayudará a permanecer calmados y centrados incluso en circunstancias difíciles. Se darán cuenta que el ir en el espíritu correcto es una manera de calmarse. También es un lugar para aliviar viejas heridas.

Enseña a los niños a ir al templo y a poner sus problemas a los pies de la Deidad, llevar ofrendas y hablar con la deidad sobre su infelicidad; como si estuvieran hablando con un amigo en el mundo físico. Ah, con la Deidad, pasarán por un proceso interno profundo y recibirán las bendiciones de la Deidad si se abren de la manera correcta. Podrán descubrir que cuando dejan el templo ya no recuerdan cual era el problema. Esa es una señal de éxito.

Claro que, el beneficio de asistir al templo cada semana no se limita a los momentos en el que están emocionalmente alterados. Incluso cuando todo está yendo bien en su vida, el adorar en el templo con sinceridad y atención los lleva más profundo de su naturaleza del alma.

Serán más compasivos y comprensivos, más capacitados para lidiar con los retos que surgen en su vida. Una vez que el niño se da cuenta que la adoración es una poderosa herramienta hindú, no sólo otra regla adulta, pedirán que le lleves al templo cada semana.

## ¿Por qué no puedo escuchar música hip-hop?

La música, especialmente cuando se escucha por periodos prolongados, influye fuertemente en nuestro estado de conciencia. Lo que sea que el niño escuche, lo lleva a un estado de conciencia u otro. Mi gurú, Satgurú Sivaya Subramuniyaswami, era enfático sobre este tema. Sentía que la música que se escucha en la casa y el mensaje que ésta da es crucial. Decía que se debe poner mucho cuidado en excluir la música y letras burdas de la conciencia inferior. La cultura de la droga y su música demoníaca corrompen la estructura del carácter humano y la cultura. Si tu hijo capta esta idea, sus preferencias musicales van a

evolucionar, no por las reglas que tu impones, sino porque entiende cómo los diferentes tipos de música influyen sobre su estado de ánimo y mente. Como músico, evitaré el hip-hop grosero y negativo y escucharé solamente las canciones superiores del género. Idealmente, la música que se escucha en casa debe ser música bella hindú tocada en instrumentos tradicionales, la cual lleva a todos de la familia a su naturaleza refinada y cultivada.

¡Recuerda que las herramientas superan a las reglas!

El tomarse el tiempo para dar respuestas sensibles a las preguntas de tus hijos, acerca de cada práctica hindú, definitivamente vale la pena. Incluye en tus explicaciones cómo la práctica o la restricción influye sobre su conciencia. Esto incrementará enormemente la probabilidad de que ellos sigan la práctica con entusiasmo. Y en algunos casos, tu hijo se sentirá inspirado a exhortar a otros jóvenes hindúes a intentarlo también.