

[Avanzar a travÃ©s de las cuatro etapas de la vida](#)

Category : [Spanish - EspaÃ±ol](#)

Published by Admin on Dec. 09, 2012



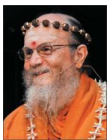
Editorial

Avanzar a travÃ©s de las cuatro etapas de la vida

El aplicar la sabidurÃ­a del ashrama dharma le da dignidad y un sentido creciente a cada dÃ­cada de la vida, pero requiere una nueva forma de pensar.

Por Satguru Bodhinatha Veylanswami

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



Los compaÃ±eros de clase de Rajiv, en Londres, son un grupo estridente de adolescentes, con mucho vigor, despreocupados y ajenos a las responsabilidades futuras. Lo ven a Ã©l como un tipo aburrido: listo, guapo, agradable, pero que se pierde toda la diversiÃ³n. âSÃ³lo eres joven una vezâ, le reprende Jeremy, âÂ¿Por quÃ© no te vas de fiesta con nosotros?â. Rajiv vive en un mundo diferente. AprendiÃ³ de sus padres que la vida se mide en cuatro etapas y que reencarnamos una y otra vez, Â¡asÃ­- que somos jÃ³venes varias veces! Guarda sus energÃ­as para las cosas importantes: el construir su conocimiento y carÃ¡cter en preparaciÃ³n para la etapa de la familia, a la cual entrarÃ­a a los veinte aÃ±os. Desinteresado en perder el tiempo, espera el obtener la mano de una chica cultivada con la cual pueda compartir esta vida y traer al mundo hijos. Rajiv incluso ansia sus aÃ±os de vejez cuando, habiendo cumplido con sus obligaciones, se retirara hacia su naturaleza del alma, el eterno Rajiv, que busca la RealizaciÃ³n de Dios mientras vive esta ocupaciÃ³n terrenal. Rajiv estÃ¡ convencido de que cada fase de la vida tiene un objetivo natural, y que cada una es mÃ¡is gratificante que la anterior. Por ahora, elige estudiar tan duro como pueda e intercalar sÃ³lo un poco

de juego.

El plan de Rajiv se basa en la tradición hindú que divide la vida del individuo en cuatro etapas o ashramas. La división, llamada ashrama dharma, es la expresión y maduración natural del cuerpo, mente y emociones a través de cuatro etapas progresivas. Se desarrollan milenios atrás y se detallan en las escrituras conocidas como Dharma Shastras, donde se resalta el hecho de que nuestras obligaciones difieren mucho mientras progresamos de la juventud, a la edad adulta, madurez y la ancianidad. El Maitri Upanishad afirma: «La bendición de las obligaciones de la etapa de vida a la que uno pertenece, ¡es, ciertamente, la regla! Otros son como ramas de un tallo. Con esto, uno tiende hacia arriba; de otra manera, hacia abajo».

El Dr. S. Radhakrishnan, en «El punto de vista hindú sobre la vida», resume: «Las cuatro etapas: de brahmacharya, o periodo de entrenamiento, grihastha, o periodo de trabajo para el mundo como cabeza de familia, vanaprastha, o el periodo de retiro para aflojar los vínculos sociales, y sannyasa, o periodo de renunciación y de la espera expectante de la libertad; indican que la vida es un peregrinación hacia la vida eterna a través de diferentes etapas».

Este paradigma es tan importante y precioso hoy, como lo era hace mil años, compartido por todos los hindúes, independientemente de casta o sexo. Sin embargo, las descripciones antiguas pueden no traducirse perfectamente a nuestra vida moderna. La sociedad ha cambiado demasiado de como era en los tiempos védicos en la India. Por ejemplo, no funcionaría para todas las personas de 50 años el asumir la vida de un ermitaño en el bosque, mendigar por su alimento. Eso no sería aceptado en la sociedad del siglo XXI. En algunos países, los ermitaños del bosque terminarían en la cárcel como vagabundos sin hogar o intrusos, hambrientos. Se requiere cierta reinterpretación para permitir que los hindúes contemporáneos utilicen la sabiduría de esta evolución natural de la vida. Como un punto de partida, revisemos las descripciones tradicionales.

La primera etapa, o ashrama, es brahmacharya (la vida del estudiante) y, a aquellos que se encuentran en este ashrama, se les llama brahmacharins, «aquellos de comportamiento divino». Era usualmente un periodo de doce años, de los 7-8 años hasta los 19-20 años. El estudiante vivía en la casa de su gurú y aprendía las escrituras, filosofía, ciencia y lógica. También se le enseñaba cómo llevar a cabo una ceremonia de fuego védica. Se esperaba que el

brahmacharin siguiera un código estricto de conducta, incluyendo el celibato, hablar la verdad, delicadeza en la palabra, austeridades físicas como baños de agua fría y el comer con moderación en la noche. El servir a su maestro y el participar en las obligaciones de la casa eran parte de su vida, tanto como el aprendizaje formal.

La segunda etapa es la vida del cabeza de familia, grihastha dharma, y a aquellos que se encuentran en este ashrama se les llama grihasthins. Después de regresar al hogar de su familia, se esperaba que el estudiante se casara y criara una familia; que ganara bien por medios honrados para proveer para su esposa e hijos, mantener a sus padres y dar generosamente a la caridad. Sus obligaciones religiosas incluyen el estudio de las escrituras y el realizar diariamente una ceremonia de fuego védica en el hogar.

La tercera etapa es vanaprastha, la vida del ermitaño, y a aquellos que se encuentran en este ashrama se les llama vanaprasthins, habitantes del bosque. Los Shastras explican, que generalmente, alrededor de los 50 o 55 años de edad, y después del nacimiento de los nietos; se espera que el cabeza de familia transfiera las responsabilidades de la familia a sus hijos y se retire al bosque. Puede llevar a su esposa si ella está dispuesta a compartir su vida de austeridades o dejarla con sus hijos. El debe continuar la ceremonia de fuego diaria, observar continencia y dedicarse a la contemplación de Dios. Todo para prepararse para la fase final de la vida.

La cuarta etapa que se define en la escritura es sannyasa, la vida de renunciación, y a aquellos que se encuentran en este ashrama se les llama sannyasins. Cuando el ermitaño del bosque sentía la suficiente fuerza interna para renunciar totalmente a todas sus posesiones y llevar la vida de un monje itinerante, adoptaba sannyasa, después de encomendar a los hijos el cuidado de su esposa. En esta etapa se debía mover constantemente de un lugar a otro, mendigar por su comida y dedicarse al japa, meditación, adoración de su Deidad y a la contemplación de las escrituras.

Al ver a continuación como estas descripciones antiguas de los ashramas pueden actualizarse para aplicarse mejor a la sociedad contemporánea, mi gurú Sivaya Subramuniyaswami consideró que en los tiempos modernos cada ashrama es un periodo de 24 años que aplica igualmente a hombres y mujeres. Brahmacharya consta de los primeros 24 años de vida; grihastha va de los 24 a 48 años de

edad; vanaprastha de los 48 a los 72 años; y sannyasa de los 72 años en adelante.

Las metas del brahmacharya siguen siendo las mismas, pero algunos detalles pueden ya no ser vigentes, como el vivir en la casa del maestro. El aprendizaje intenso sigue siendo el objetivo principal. Idealmente uno adquiere entrenamiento en la profesión que él o ella seguirá en la vida adulta. En el lado religioso, se aprenden las bases del hinduismo, junto con la memorización de mantras y la conducción de una puja en la capilla del hogar, práctica que, en tiempos modernos, ha reemplazado en gran medida la ceremonia de fuego védica. A los estudiantes se les debe enseñar la auto disciplina, el celibato y otras cualidades positivas del carácter.

Las descripciones del grihastha ashrama también pasan la prueba del tiempo. El punto central es el matrimonio, tener y criar hijos, el servir a la sociedad a través de la profesión de uno, el ganar dinero, cuidar a las personas mayores y ser caritativo. La puja diaria se lleva a cabo en la casa, a la cual idealmente toda la familia asiste. En la actualidad el grihasthin es el principal maestro de hinduismo para sus hijos, una función que el gurú desarrollaba en los tiempos antiguos. Este ashrama es un tiempo muy ocupado de compromiso con el mundo mientras se avanza en la familia y profesión de uno.

Es la definición de la etapa vanaprastha en donde surge la necesidad de replantearse las viejas definiciones. El convertirse en un habitante del bosque a la edad de los 48 años no es una opción para la mayoría de la gente. En lugar de eso, mi gurú describió esta etapa como una época natural para ayudar y guiar a las generaciones más jóvenes como un consejero y hombre mayor. Los brahmacharins y grihasthins pueden buscar activamente el consejo de los vanaprasthins, aprovechar y beneficiarse de sus años de experiencia. Por ejemplo, muchos hindúes en este grupo de edad son mentores de jóvenes a través de programas comunitarios, enseñan hinduismo a los niños, sirven en los consejos de administración o comités de los templos, o desarrollan roles de liderazgo en organizaciones laicas sin fines de lucro. Este es un tiempo de devolver a la comunidad lo que uno ha aprendido, mientras se retira lentamente de la vida profesional y pública.

Los parámetros para el sannyasa ashrama también se han ampliado. Un pequeño porcentaje de hindúes modernos siguen el modelo de asumir el

sannyasa después del retiro, renunciando al mundo y deambulando entre miles de sadhus y sannyasins en India, muchos de los cuales asumieron el camino del mendicante en sus años 20 o 30. El patrón de las personas mayores que asumen sannyasa est  bien para gente soltera, viudos y viudas; y aún funciona en partes de la India donde la sociedad honra y cuida a estos hombres y mujeres santos. Pero en la mayoría de las partes del mundo, esto ni se acepta ni se entiende.

Varios hindúes que est n llegando a la edad de los 72 años me han preguntado qué es lo que tienen que hacer diferente en los siguientes años. Mi consejo es el simplemente intensificar cualquier práctica que ya est n observando. Si llevan a cabo una puja diaria por 30 minutos, incrementarla a una hora. Si meditan diariamente por media hora, el incrementarlo a una hora. Si se van en peregrinación durante dos semanas una vez al año, incrementarlo a un mes. Una vez que estos cambios se han vuelto un hábito firme, uno estaría naturalmente inclinado a dedicar incluso m is tiempo a las prácticas religiosas. Después de los 72 años, conforme las fuerzas físicas disminuyen, es el momento de volverse hacia dentro y retirarse de la participación mundana.

Mi gurú dio esta útil descripción, del tercer y cuarto ashrama, para tiempos modernos :   Es durante las últimas etapas de la vida que los devotos que tienen familia tienen la oportunidad de intensificar su sadhana y dar a la sociedad su experiencia, su conocimiento y su sabiduría que han adquirido a través de los dos primeros ashramas. El vanaprastha ashrama, de los 48 a 72 años de edad, es una etapa muy importante de la vida porque es el momento en que puedes inspirar excelencia en los estudiantes brahmacharya y sus familias para ver que sus vidas vayan como tienen que ir. Después, el sannyasa ashrama, que empieza a los 72 años, es el momento para disfrutar y profundizar cualquier percataci n que haya tenido en el camino  .

Four dynamic stages:

- 1) As a student, gaining knowledge in math, science and other fields;
- 2) supporting and raising a family;
- 3) as a grandparent, semi-retired, devoting more time to religious pursuits and community programs while guiding one s offspring and their children;
- 4) as the physical forces wane, withdrawing more and more into religious practices.





Student, age
24
Gurucharya
Ashrama

3. Senior Advisor,
age 48 to 72
Vanaprastha
Ashrama



Householder, age
48
Vanaprastha Ashrama

4. Religious
Devotion, age 72 &
onward
Sannyasa Ashrama