

## **GRUPO DE MEDITACIÓN DE “LA SCUOLA DEL SOLE”**

### **NIVEL 2 Parte 2c (Tercero de 4 partes)**

#### **ENTRENAMIENTO ESOTÉRICO**

Alice A. Bailey se encarnó como discípula principal en el Ashram del Maestro Koot Humi o "K.H." con dos misiones a las que se comprometió su alma. Una fue la colaboración como amanuense o escriba o secretario del Maestro Djwhal Khul o D.K., a menudo llamado simplemente "el tibetano", él mismo un discípulo en el Ashram de K.H. Su trabajo conjunto, que duró 30 años, produjo los libros de filosofía esotérica publicados bajo el nombre de Alice Bailey, pero que eran enteramente de los tibetanos a excepción de cuatro libros. La entrega de esta enseñanza de la Sabiduría Eterna fue la segunda de las tres fases de la enseñanza previstas para el período de aproximadamente 150-200 años que cubre la transición de la era de Piscis a la era de Acuario. Y creo que todos estaríamos de acuerdo en que la producción de estos libros marcó un logro tremendo.

El término "discípulo" cubre una amplia gama de desarrollo espiritual, y simplemente significa "niño aprendiendo". Un discípulo es alguien que está aprendiendo, educándose a sí mismo, entrenando para ser sensible a la divinidad que mora en el interior o al principio de Cristo, el alma. En concreto, el entrenamiento esotérico es para capacitar a las personas para que sean “discípulos aceptados”, aquellos que se encuentran en las últimas etapas del camino probatorio y están listos para capacitarse en la responsabilidad consciente y comprometida con el Plan.

Las escuelas esotéricas deben entrenar discípulos para ayudar a la Jerarquía de Maestros Espirituales en un momento de crisis planetaria tan urgente que traerá la reaparición del Cristo, el Instructor del Mundo. Nuestra tarea es ayudar a establecer las bases del entrenamiento esotérico, basado en las Reglas para Postulantes y para Iniciados, que pueden ayudar a tender un puente entre las escuelas esotéricas actuales y aquellas que serán supervisadas por discípulos mayores del ashram.

En muchos sentidos, Alice Bailey continuó con el trabajo establecido por H.P.B. Los libros que escribió fueron la segunda fase de un lanzamiento en tres partes de la Sabiduría Eterna para el mundo moderno, siendo la primera la obra magna de H.P.B., La Doctrina Secreta. La base esotérica de Alice estaba dentro de la teosofía, y tenía el raro privilegio de ser enseñada por dos de los estudiantes personales de Blavatsky. Ella y su futuro esposo Foster Bailey se conocieron en los terrenos de Krotón de la Sociedad Teosófica en el sur de California, y ambos estuvieron activos en posiciones de liderazgo en la Sociedad hasta que decidieron tomar caminos separados como su trabajo con los tibetanos. Los libros que se publicaron derivaron de la teosofía y siempre es una buena idea estudiar los escritos de Blavatsky y Annie Besant, entre otros.

Como resultado de sus experiencias en la Sociedad Teosófica, Alice estaba vívidamente consciente de los problemas incurridos cuando los buscadores

espirituales se unen en los niveles externos, los problemas demasiado familiares de la personalidad con sus espejismos e ilusiones que pueden nublar los lazos reales del alma, que unen a un grupo de discípulos activos. De modo que la enseñanza de la sabiduría eterna siempre se ha llevado a cabo a distancia. No se imparten clases, no hay profesores. Se proporcionan lecciones e instrucción, de modo que el estudiante recibe orientación y apoyo y, sin embargo, se le deja totalmente libre para aceptar o ignorar ese apoyo, según lo desee. Uno de los principios fundamentales de la Sabiduría Eterna es que el esoterista es esencialmente autodidacta.

Se anima al estudiante a desarrollar una conciencia del yo interior, el alma, que es el primer Maestro; el Maestro en el Corazón. Y el primer trabajo de meditación está diseñado para efectuar este contacto y llevarlo a la conciencia. Se enfatiza la obediencia oculta, pero esa obediencia no es a una autoridad externa sino al alma, que tiene su intención de vida, su dharma o deber. El reconocimiento de un Plan divino y de la parte del alma en el Plan es traído por algunos discípulos que rápidamente pueden traerlo a la conciencia.

Para otros, es un reconocimiento que se hace en la meditación y, para algunos, a través de las maravillosas lecciones prácticas de prueba y error. Uno no puede ser un discípulo a menos que esté dispuesto a cometer errores, porque esos son a menudo nuestros mejores maestros. Nuestra obligación no es evitarlos sin hacer nada, sino aprender de ellos. En un mundo superior es de otra manera, pero aquí abajo vivir es cambiar y ser perfecto es haber cambiado a menudo.

Los administradores de este grupo están ahí para brindar orientación y responder preguntas cuando se les pregunta, pero el estudiante debe tomar sus propias decisiones. Se le aconseja que encuentre sus propias respuestas mediante el estudio, la meditación y la contemplación. Eres libre de dejar nuestro grupo cuando quieras, y muchos se van después de haber recibido lo que buscaban y decidir que es hora de seguir adelante. Otros permanecerán hasta el final del Nivel 3, que llevará al menos 3-4 años.

El entrenamiento es triple en su énfasis en la meditación, el estudio y el servicio. Las técnicas de meditación, que son progresivas, se basan en el raja yoga, la ciencia de la mente. El trabajo de estudio se basa principalmente en los libros de Alice A. Bailey, pero también en otros escritos esotéricos sólidos, incluido el Agni Yoga, y se anima a los estudiantes a leer ampliamente. El aspecto del servicio es acorde a las capacidades, el entorno y las circunstancias del alumno. Pero esencialmente, la meditación y el estudio sin servicio es, como dice la Biblia, "fe sin obras". No se puede tener uno sin el otro, porque el discípulo debe aprender a pensar, y la meditación le enseña a uno a usar la mente, a pensar de manera abstracta, mientras aplica lo que sabe de manera práctica y concreta. Es una ley oculta que todo desarrollo espiritual debe ser compartido, porque "lo que se recibe verticalmente debe distribuirse horizontalmente".

El entrenamiento en grupo es una característica fundamental del discipulado de la nueva era que se está desarrollando rápidamente en la actualidad. Aunque los estudiantes no asisten a clases, a excepción de retiros opcionales ocasionales en América del Sur y Central, usted es una parte muy importante de un proceso grupal en el desarrollo espiritual y, a medida que el meditador comprende gradualmente esta comprensión, le brinda una alegría profunda y sentido de los lazos sostenidos de compañerismo que son una característica tan poderosa del Camino, pero que son prácticamente imposibles de transmitir a nadie más. Este es solo un aspecto de la vida espiritual sobre el que solo puede haber silencio en el rostro de quienes aún no comparten el Camino. El compañerismo subjetivo se aborda de diversas maneras en las antiguas "Reglas de la carretera", que concluyen: "el peregrino sabe que no viaja solo".

Se anima y ayuda a los meditadores a descubrir su campo de servicio y sabemos que el nuevo grupo de servidores del mundo, del cual todos los discípulos activos son parte, está sirviendo activamente en muchas fases de la vida humana, incluidos los tres departamentos principales de la Jerarquía: el gobierno, religión y educación, y los "subdepartamentos" dentro de la educación, incluyendo ciencia, psicología, artes y cultura, y finanzas o economía.

Esta constatación de que el nuevo grupo de servidores del mundo está activo hoy en muchos frentes es un gran consuelo, ya que nos asegura que no se requiere que ninguno de nosotros salve el mundo y lo libera de cualquier tendencia mesiánica que pueda estar tranquilamente esperando a surgir a la vida. El punto de identificación se encuentra en el centro del corazón del nuevo grupo de servidores del mundo, que está formado por el núcleo esotérico de trabajadores ocultistas entrenados en todo el mundo. Y aquí quizás sea útil tener en cuenta la perspectiva tibetana sobre el servicio: que "el discípulo, si es fiel a su alma y al ashram, sirve a sus semejantes como esoterista, además de humanitario y psicólogo". En otras palabras, servir dentro del mundo de significado y significado donde se origina la causa. El alma es, después de todo, el cuerpo causal.

La necesidad de servir es un impulso del alma, no un requisito impuesto por nadie. Es tan natural para el alma servir como para el cuerpo respirar, porque el aspecto del alma es la conciencia, que da conciencia de relación y, por tanto, de identificación y responsabilidad. El servicio es la nota de Acuario y, cada vez más, encontramos que los meditadores ya están bien ubicados en un campo en particular con oportunidades para marcar una diferencia real. El entrenamiento da un contexto espiritual a la dirección de la vida, técnicas para desarrollar la polarización mental y la voluntad espiritual, que es siempre la voluntad de bien del todo. Otros meditadores todavía están buscando su "nicho" correcto. Nuestro estudio de los problemas de la humanidad puede ayudar a encontrar el propósito del alma en un cierto campo de actividad, en un departamento en particular, como el gobierno o la psicología, por ejemplo. A los meditadores no se les dice cuál debe ser su campo de servicio, pero se les anima a desarrollar un campo de actividad en el que puedan aprender a servir como esoteristas; donde la expresión del alma, que es la relación

correcta, se puede probar, probar y experimentar, de acuerdo con la enseñanza de que un ashram es un centro en el que se prueba la relación.

Esta definición toca un aspecto fundamental de todas las escuelas esotéricas de nuestro planeta: el hecho de una jerarquía o gradación de vida y vivencia que se conoce como la gran cadena del ser. Todos los seres vivos evolucionan y crecen en capacidad y potencia a través del efecto estimulante de la vibración superior de una forma de vida más avanzada. La jerarquía sirve a la humanidad de esta manera, así como la humanidad a su vez estimula y actúa como mayordomo de los llamados reinos inferiores, animal, vegetal y mineral. Dentro de un grupo de discípulos se aplica este mismo principio y, por lo tanto, un ashram es un centro en el que se prueba la relación, donde los discípulos se empoderan y estimulan mutuamente de acuerdo con sus niveles de desarrollo espiritual. Quizás sea un signo de sabiduría reconocer a aquellos que pueden estimular nuestro crecimiento espiritual y aquellos a quienes nosotros, a su vez, podemos ayudar en su desarrollo.

El nuevo discipulado que ahora están desarrollando las escuelas esotéricas es un experimento cuyo objetivo principal no es el perfeccionamiento del individuo, sino la creación de un grupo productivo y útil. Esto significa que, en algunos casos, el crecimiento individual debe ralentizarse para adaptarse al ritmo del grupo. Para otros, significa acelerar los esfuerzos propios, pasando por un proceso forzado, para cumplir con los requisitos de la vida grupal. En la creación de un grupo telepático, internamente unificado, la crítica, el análisis y el juicio no tienen lugar y solo crean barreras para el libre flujo del amor. En esta aura de amor, cada meditador encuentra posible, finalmente, perder de vista su propia y querida identidad única, algo completamente contrario a la tendencia mundial actual que es mejorar la individualidad y enfocarse en todas las formas en las que uno mismo y el grupo de uno es diferente y se distingue del conjunto más amplio. Sin embargo, en la liberación de una identidad que es separada y única, uno encuentra una gama más amplia de conciencia e identificación que es verdaderamente liberadora y expansiva. Porque, se nos dice, la inclusión es la clave para comprender la conciencia.

Una característica central del entrenamiento es la meditación, ya que este es el medio por el cual se despierta el centro coronario, lo que lleva a la fusión del alma y la personalidad, del hombre interior y exterior. El centro coronario es el centro de recepción y el centro ajna de distribución, y en su fusión el alma y la personalidad se fusionan en completa sincronización de propósito, cooperando consciente y voluntariamente en el Plan de Dios. A partir de esta etapa sigue la expresión en desarrollo de la Mónada, la conciencia unificada perfecta - Vida pura o esencia divina - a través de la Tríada espiritual, el reflejo de la Mónada, así como el yo físico es un reflejo del alma en los niveles más bajos, y luego uno está en camino de convertirse en Maestro. Pero para la mayoría de nosotros, eso es un largo camino por delante, y debemos ser realistas en nuestra evaluación de lo que es posible mientras, al mismo tiempo, desarrollamos una apreciación por el objetivo a largo plazo y el alcance de la progresión de la Jerarquía. En esto no hay motivo para desanimarse, solo para el reconocimiento de la oportunidad, porque la Jerarquía

depende de sus discípulos que funcionan en la periferia del gran Ashram, porque son aquellos que tienen contacto y comprensión de la humanidad y pueden dar voz a la humanidad. “Grito de la humanidad” para que la Jerarquía lo escuche.

Ponemos énfasis en los Problemas de la Humanidad a lo largo de la formación, y esto crea un punto de crisis para muchos estudiantes. Entonces, la forma mental del esoterismo estaba previamente orientada solo verticalmente, con un enfoque abstracto y preocupada solo por los planos internos y sutiles, mientras que, de hecho, la comprensión esotérica siempre debe aplicarse a los planos externos de la vida, con distribución horizontal, porque esa es la esfera en necesidad de redención, que es el propósito del entrenamiento esotérico. Existe un vínculo directo entre el estado de cosas externo y el condicionamiento subjetivo interno, tanto en la vida personal del individuo como en el mundo en su conjunto. La tarea del discípulo es sondear el mundo del significado en busca de una comprensión de las causas subjetivas detrás de las apariencias externas, y así ayudar a producir la reorientación en el pensamiento de la humanidad que se necesita con tanta urgencia.

Muchos esoteristas sinceros parecen sentir que, para ser espiritual, uno debe alejarse del mundo, de los problemas, estupideces y con demasiada frecuencia los horrores de la vida en la tierra. Hay quienes pueden mirar al mundo, a la humanidad, y ver tanto su origen divino como la fuente de sus fallas en el espejismo, la ilusión y la maya de los tres mundos inferiores. El desarrollo de la visión esotérica permite al discípulo ver el significado y la importancia detrás de la aparente realidad externa, y así señalar el camino hacia la solución de los problemas del mundo, muchos de los cuales fueron creados por la humanidad misma.

Sabemos que el conocimiento esotérico no está destinado a conducir la vida espiritual de uno cada vez más hacia adentro, porque eso conduce a una introversión espiritual que es el camino del místico. El tibetano dice que “se pretende exactamente lo contrario; todo lo que el discípulo es esencialmente en los planos internos tiene que volverse objetivo; así, su vivencia espiritual se convierte en un asunto de todos los días”. A través del cultivo de la visión dual, se fomenta el sentido de síntesis, y es esto lo que tanto necesita desarrollo en todas las verdaderas escuelas esotéricas de hoy. Aquellos que están entrenados esotéricamente pueden transmitir la realización de la síntesis de la vida en la tierra a una humanidad necesitada, que lucha y que duda. Y particularmente en un momento de transición como éste, de una vejez a una nueva y de un ciclo de rayos de 2000 años a otro, se está cuestionando mucho. Los cimientos, estructuras y métodos antiguos ya no se aceptan sin lugar a dudas, pero sus reemplazos tampoco son visibles todavía. La síntesis interior que encierra el Plan para nuestro mundo en tensión de la Voluntad de Bien (la voluntad divina impulsada por el amor) debe ser revelada por quienes lo han reconocido intuitivamente.

Una de las catorce Reglas para Discípulos e Iniciados dadas en Los Rayos y las Iniciaciones es “El Todo macrocósmico es todo lo que hay. Deja que el grupo perciba ese Todo y luego ya no use más el pensamiento, mi alma y la tuya”. Este

sentido de la totalidad, la síntesis de la vida —de su completa integridad y perfección en la que ninguna parte, por pequeña que sea, está fuera de la esfera de la divinidad— es el punto de vista oculto, no místico. Y esta exigencia, se nos dice, será el requisito básico de las nuevas escuelas de ocultismo. El místico anhela el unísono con “el otro”, con algo fuera y más allá de él. Y todos hemos pisado ese camino. El ocultista, sin embargo, sabe que lo que busca está esperando ser descubierto en su interior, porque la Vida divina impregna todo el mundo manifestado y “todo lo que es, está siempre presente”. La meditación, el estudio de las antiguas verdades intemporales que se han transmitido desde tiempos inmemoriales y el servicio son el camino triple, un camino como el del hilo de Ariadna que se hila a partir de la propia sustancia transfigurada, conocida como antakarana.

Todas las verdaderas escuelas esotéricas buscan dar al discípulo las llaves para abrir la puerta a su propia liberación. La necesidad del gurú ha pasado, porque los discípulos modernos tienen la educación, la formación y los recursos del grupo para trazar su camino a seguir. Nunca debemos subestimar el poder invocador de la vida grupal en el desarrollo espiritual. La creciente polarización mental de los discípulos de hoy es lo que hace posible la vida grupal. Sin la capacidad de pensar en la realidad, libre —o esforzándose por ser libre— del condicionamiento del espejismo y la ilusión, el discípulo es un prisionero del reino astral con sus mareas cambiantes y sus llamamientos. Conocer la propia mente es un criterio necesario para el discipulado, pero en última instancia, esto también debe dejarse de lado en el esfuerzo por fusionarse con la mente grupal, pensar cómo y con el grupo. “El poder del pensamiento unificado”, se nos dice, “es poco comprendido hasta ahora, y el poder inherente a la luz de muchas mentes, convirtiéndolas en instrumentos efectivos en los asuntos mundiales, penetrando y disipando el espejismo mundial será parte del nuevo modo de trabajo en la nueva era”. ¿Qué podría ser un faro más poderoso para el mundo que la luz generada por los discípulos del mundo a partir de sus vidas transformadas y enfocada en su pensamiento unificado?

#### ALGUNOS PROBLEMAS DEL CAMINO Y DEL TRABAJO EN GRUPO

Las preguntas que deberíamos hacernos al comenzar nuestro desarrollo esotérico pueden incluir, “¿Has contado el costo para el peregrino que recorre el Camino? ¿Estás preparado para afrontar ese coste? Si es así, ¿por qué?

El Sendero del Discipulado involucra pruebas y problemas personales, y nos sentimos razonablemente a la altura de la tarea de enfrentar esos problemas en su propio terreno a medida que surgen porque somos profundamente sinceros y verdaderamente motivados en nuestros esfuerzos. Sin embargo, a menudo es cierto que tendemos a pensar más en términos de problemas importantes y dramáticos que surgen para poner a prueba nuestras creencias, que, en la multitud de detalles, incidentes y relaciones cotidianos, que son mucho más mundanos pero que constituyen el trasfondo y el problema. ¿Es un marco dentro del cual debemos aprender a aplicar las disciplinas de la ciencia espiritual a nosotros mismos en todas las circunstancias? Este es el entorno elegido por el alma como el escenario dentro del cual aprendemos las lecciones necesarias.

Las primeras pruebas del Camino surgen, por tanto, a través del proceso cotidiano de la vida diaria y en las relaciones familiares y humanas normales de las circunstancias personales y del entorno. Aprendemos a “ser fieles en las pequeñas cosas” antes de que las pruebas más drásticas del Camino puedan ganarse y cumplirse como un derecho. Algunas de estas “pequeñas cosas” pueden surgir y a menudo surgen para confrontar al aspirante casi tan pronto como decide tomar su propia evolución en la mano y avanzar hacia el Sendero del Discipulado y hacia una mayor utilidad en el servicio. Unirse a un grupo esotérico puede ayudar a precipitar crisis.

Esto puede deberse en muchos casos al hecho de que todo el ritmo y la tendencia de la vida de la personalidad se invierte. La conciencia se dirige hacia adentro y hacia arriba en la meditación y el estudio, y hacia afuera en el esfuerzo por comprender los asuntos humanos y aprender a servir las necesidades humanas. Por primera vez, quizás, el enfoque está fuera del yo. La personalidad se rebela ante este proceso de descentralización. Y como la alineación con el alma resultante de la meditación oculta permite que más energía impersonal del alma fluya e influya en la personalidad, la condición de caos, rebelión y precipitación de crisis puede mejorarse antes de que se pueda lograr la estabilización y el equilibrio entre la energía del alma y las fuerzas de la personalidad. Esto puede tomar algo de tiempo. Y durante el proceso, los problemas en la vida de la personalidad pueden volverse agudos, no solo dentro del individuo sino también afectando su entorno: su vida familiar, empresarial y social, y sus esfuerzos de servicio.

En algunos casos, todo parece surgir a la vez en la vida de un recién llegado a un grupo esotérico, no necesariamente porque se haya unido a un grupo, sino por su decisión de aplicarse a un proceso forzoso, que puede incluir la pertenencia a una escuela esotérica. Los problemas de personalidad y las dificultades familiares de todo tipo, asuntos comerciales, etc., se combinan para constituir una prueba severa de su capacidad para perseverar en su intención y perseverar en sus esfuerzos. Es muy común que alguien tan rodeado de tales problemas se rinda en la desesperación y, al abandonar la meditación y el estudio ocultistas como algo imposible en tales condiciones, cierre la puerta en el camino a través de la confusión.

Si estas circunstancias y crisis pudieran considerarse habituales e inevitables de una forma u otra para todos los aspirantes, como un proceso a través del cual todos proceden y que se puede afrontar y trascender mejor mediante un esfuerzo persistente para mantener el trabajo esotérico a toda costa, el camino a través se puede encontrar más fácilmente, y los recursos grupales de energía y fuerza del alma pueden ayudar en el proceso.

Una de las primeras cosas que se le exige al discípulo antes de que el Maestro pueda usarlo es la capacidad de seguir adelante a toda costa y en todas las circunstancias. La perseverancia, el poder de perseverancia, la capacidad de "seguir adelante" sin importar lo que surja, la disciplina mental de la aplicación a una tarea, la contribución al esfuerzo del grupo y la subordinación del servicio personal

al servicio del grupo, son parte de la capacidad del aspirante y son la formación esencial para el trabajo de todos los discípulos. Los discípulos solo pueden usarse cuando se ha probado y demostrado que son confiables en todas y cada una de las circunstancias. Los primeros problemas del Camino, por tanto, son las primeras pruebas y pruebas de la fuerza y sinceridad de intención y propósito, y constituyen una oportunidad para demostrar que ningún obstáculo tiene el poder de detener el progreso en el Camino. De hecho, se nos ha dicho que no existen circunstancias ni condiciones en las que el espíritu humano no pueda salir triunfante.

Puede ser de ayuda y estímulo para los meditadores darse cuenta de algunas de estas cosas, y saber también que la asociación con un grupo esotérico puede aumentar el impacto inicial experimentado por el individuo, debido a la calidad y el poder que lleva el grupo que afecta a cada trabajador del grupo, y estimula la intención de su alma. En este momento de crisis mundial y necesidad humana, el canal grupal se utiliza al máximo, y cada peregrino, cada trabajador asociado, se vuelve receptivo a las energías que fluyen a través del grupo y capaz, por lo tanto, a través de la libre elección, de ayudar a que el trabajo se realice, olvidando al pequeño yo en la urgencia de la necesidad de ser satisfecho. En la identificación y responsabilidad grupal reside la seguridad para el individuo y una garantía de éxito en el esfuerzo personal, además de un correcto manejo de la vida personal y una correcta solución de los problemas personales.

Miles de personas se están capacitando ahora en nuestro grupo Meditación Mata Miedo, a través de la preparación personal y la elección, para el futuro servicio de discipulado y la responsabilidad del grupo. Lo que haga con su entrenamiento, cómo reacciona a la estimulación, cuán clara es nuestra visión y cuán precisa nuestra interpretación de los eventos, cuán exitosamente aprendemos a manejar la energía, determinará si aprovechamos o no la oportunidad inmediata, avanzamos en el Camino y nos convertimos en útil para los Grandes.

## AMOR Y APEGO

Los budistas utilizan con frecuencia la palabra adjunto en inglés. Se pretende expresar la idea de que nos atamos a nosotros mismos a través de nuestra posesividad apasionada y exigente, y que, por lo tanto, necesariamente sufrimos al estar tan atados cuando, tarde o temprano, el objeto del deseo se escapa de nuestro alcance. Por tanto, es en el desapego, en el abandono y el abandono (signo del verdadero amor que no quiere hacer feliz a sí mismo, sino a la persona amada) donde se busca el camino para la superación del sufrimiento.

Esta actitud budista básica que enseña a las personas a mostrar primero amor real, compasión real y alegría irrestricta en la alegría de los demás (mientras que, al mismo tiempo, logramos una ecuanimidad interior con respecto a lo que nos suceda a nosotros mismos), se encontraba en un nivel relativamente alto. La fecha temprana fue reinterpretada y entendida en el sentido de que se devaluó todo tipo de apego y amor humanos. De esta manera, el budismo occidental se convirtió en una doctrina antimundo tristemente ascética. Pero estar apegado en el sentido de devoción interior y amor es algo muy diferente al apego posesivo (tanha). Si una



persona cercana a mí tiene un accidente o muere, eso causa sufrimiento. Y aceptar este sufrimiento es mucho mejor que permanecer impasible en la fría ecuanimidad.

Debe hacerse la pregunta: ¿no es el sufrimiento un pequeño precio a pagar por el privilegio de amar? Quizás sea mejor asumir sobre nosotros el sufrimiento que surge de amar a los demás, que ser incapaces de amar. Porque es solo a partir de esta actitud básica que podemos desarrollar la capacidad de compasión y simpatía por otros seres. Y si realmente existiera el estado de la así llamada perfección en el que aquellos que la han alcanzado permanecen intactos por todo el sufrimiento que los rodea, entonces deberíamos preguntarnos si este tipo de supuesta santidad es realmente deseable.

Muchos viven en la desesperación porque no sabían cómo podrían alguna vez alcanzar la libertad interior porque tienen tantos apegos. Parece importante que primero se pregunten cuál era la naturaleza de su apego. Si están codiciosamente apegados al dinero, bienes, objetos, lugares particulares y todo tipo de posesiones, entonces, por supuesto, este cariño se convierte en un apego que los mantendrá atados como prisioneros. Pero si un hombre se dedica a su esposa, una madre a su hijo, los hijos a sus padres, un discípulo a su gurú y un gurú a un estudiante, entonces esa devoción es una expresión de amor, y siempre que este no degenera en un deseo de poseer, es una cualidad positiva. Las personas sin apegos de este tipo, que no han desarrollado relaciones personales con nadie basadas en el amor, incluso si debieran ser santos perfectos, sin hacer daño a nadie y sin cometer malas acciones, parecen ser fríos y faltos de humanidad. Muchos Arhants de sangre fría que, según el Mahaparinibbana Sutta, se sentaron alrededor del Buda moribundo con semblantes pétreos e impasible, envueltos en su propia santidad y perfección, una comprensión más profunda de la doctrina del Buda tal vez dota al meditador de cualidades más humanas. Muchos Arhants consideraron que los habían asimilado tan perfectamente que no había nada más que no fuera claro o problemático para ellos, por lo que no tenían más preguntas que hacerle al Buda antes de su fallecimiento. Pero, ¿las personas que no sienten ningún apego por nadie siguen siendo seres humanos vivos? Estas personas pueden ser egoístas perfectos, espiritualmente muertas y, por lo tanto, incapaces de seguir creciendo espiritualmente. Pueden ser "perfectos", pero han entrado en un callejón sin salida y se han convertido en fósiles perfectos. Debemos distinguir entre el apego posesivo y el apego que forma un vínculo interno entre seres que se aman, se preocupan y sienten el uno por el otro. Siempre debemos recordar que el camino del Buda es un camino intermedio donde se mezclan los opuestos. Y así, por maravilloso que sea el amor entre marido y mujer, entre madre e hijo, o entre dos amigos, debemos estar siempre en guardia por si acaso se puede convertirse en posesividad. Incluso el amor materno puede ser posesivo, y en el momento en que el afecto se convierte en posesividad, se convierte en un obstáculo. Expresemos la posición una vez más, con bastante claridad. Chanda como deseo sabio, aunque tiene sus peligros, se contrasta con tanha que surge de la ignorancia. Chanda es inclinación, apego o afecto, pero no se puede juzgar únicamente por la naturaleza de su objeto. Es mucho más importante saber si se basa en una tendencia a la posesividad. Pero incluso el amor posesivo puede, en determinadas circunstancias, ser un factor que

evoca y desarrolla la capacidad de un amor genuino y gratuito. Por lo tanto, no debemos descartar ni siquiera el amor posesivo como algo totalmente negativo y rechazarlo por completo; puede ser la semilla de la cual el amor verdadero y la verdadera simpatía brotan y dan fruto.

Chanda, de cualquier tipo, es un factor esencial en el camino espiritual, que no debemos condenar ni dejar de lado porque contiene impulsos que apuntan a poseer y aferrar al principio. Solo con la destrucción de la ilusión de un ego eterno e inmutable, el chanda puede desarrollar todo su potencial. Mientras no se haya producido este gran avance, chanda, incluso si es un afecto nacido del amor purificado, puede causar y causará sufrimiento una y otra vez. No permitir el amor para evitar el sufrimiento no es más que una forma extrema de egoísmo que no es mejor que el egoísmo de la posesividad. Evitar el sufrimiento sin amar es huir hacia la indiferencia, que puede ser un ideal estoico, pero no budista. Es mejor aceptar el sufrimiento que vivir una vida sin amor. El salto cualitativo del Hinayana al Mahayana está marcado por el hecho de que el Hinayanista busca a toda costa evitar el sufrimiento, mientras que el ideal del Bodhisattva nos enseña a estar dispuestos a aceptar todo sufrimiento por amor. Sin karuna, sentir y sufrir con los demás, el budismo es impensable. Cualquier budista que no haga de maitri y karuna la fuerza central de su vida está traicionando la esencia del Dharma. El compañerismo con cada criatura, ya sea un perro, un pájaro o un gato, es mil veces mejor que la insensibilidad. El dolor que asumimos por el bien de los demás nos ennoblece, nos hace más profundos y nos saca de nuestro aislamiento. Ese es el sufrimiento del que surgen los grandes personajes.

Por lo tanto, debemos permitir que todo nuestro amor, así como nuestro afecto, tanto personal como derivado de una afinidad innata, fluya hacia aquellos que responden a nuestra llamada interior: aquellos que han despertado nuestros sentimientos más profundos y nuestros más nobles esfuerzos, y también aquellos que cruzar nuestro camino kármico en una situación kármicamente determinante y decisiva. Nuestra buena intención puede ser universal y abarcadora, pero nuestro amor solo puede encontrar expresión en una relación personal. Y el que ama, el que no se abstiene de tal amor, debe estar dispuesto a asumir con pleno conocimiento el dolor que este amor pueda traer. ¿No supera así el poder de amar todo nuestro sufrimiento? ¿No es este sufrimiento un pequeño precio a pagar por la plenitud y la amplitud espirituales que el amor derrama sobre nosotros?

El problema del chanda como atracción, afecto y finalmente devoción es también uno de los problemas centrales de la meditación. No debemos pensar en la meditación como algo separado de la vida que podemos practicar con desapego de nuestros sentimientos e inclinaciones internas. Si, en nuestra meditación, tratamos de desarrollar el amor y la compasión por todos los seres sintientes, entonces esto solo puede suceder a partir del sentimiento y el conocimiento de nuestra relación inmediata con todos los seres que nos rodean. Cuando las personas hablan tanto sobre el amor universal, a menudo se han creado un concepto maravilloso que les permite no amar. Podemos ver tales espejismos en la lista del libro de texto, como las distorsiones del amor. El amor siempre presupone la apertura a una relación

personal. Bajo ciertas condiciones, quizás podamos sentir amistad, empatía y simpatía (literalmente, sufrimiento con) sin tener una relación directa con los demás. Este tipo de simpatía es una especie de apertura. El amor, sin embargo, es siempre una relación directa con otro ser. Tal autoexamen, basado en el pensamiento y la consideración, es la condición previa necesaria para todos los pasos siguientes en la meditación de los "cuatro inconmensurables": amor, compasión, alegría compasiva y ecuanimidad (sánscrito, maitri, karuna, mudita, upeksha). Porque, en las etapas iniciales, la meditación es siempre apoyado por el pensamiento. ¿Por qué es esto? Porque nuestros pensamientos son un proceso que ocurre constantemente mientras seamos conscientes de nosotros mismos. No podemos detener esta actividad incluso si lo intentamos. Si intentamos ponerle fin por la fuerza, finalmente tendremos que admitir que el proceso aún continúa. Todo lo que podemos hacer es vigilar esta actividad, ya sea observando sus movimientos en el constante intercambio de ir y venir o siguiendo el flujo de pensamientos para ver adónde conducen. Una tercera posibilidad es canalizar la corriente de pensamientos en una dirección particular creando en nuestra mente una imagen clara del objeto de nuestra contemplación o meditación, siendo lo esencial que nos volvamos uno con el objeto de meditación. Todos estos procesos pueden, una vez puestos en marcha, continuar indefinidamente. Pero luego llega un punto en el que de repente nos damos cuenta de que nuestra conciencia está aquí y ahora. En esta experiencia de presente y presencia plenamente consciente, descubrimos que hay algo más profundo que nuestros pensamientos. Y de esta experiencia surge el cambio decisivo: de repente nos abrimos y se produce en nosotros el milagro del comienzo siempre renovado, la apertura que es el comienzo de la verdadera meditación.

## LA PEREZA ACTIVA

Sogyal Rinpoche

Hay una vieja historia tibetana que me encanta, llamada "El padre de 'Tan famoso como la luna'". Un hombre muy pobre, después de mucho trabajo, había logrado acumular todo un saco de grano. Estaba orgulloso de sí mismo y cuando llegó a casa colgó la bolsa con una cuerda de una de las vigas de su casa para mantenerla a salvo de ratas y ladrones. Lo dejó colgando allí y se acomodó debajo para pasar la noche como precaución adicional. Allí tendido, su mente comenzó a divagar: "Si puedo vender este grano en pequeñas cantidades, obtendré la mayor ganancia. Con eso puedo comprar más grano y hacer lo mismo de nuevo, y en poco tiempo me haré rico y seré alguien con quien contar en la comunidad. Muchas chicas me perseguirán. Me casaré con una mujer hermosa y en poco tiempo tendremos un hijo ... tendrá que ser un hijo ... ¿cómo lo vamos a llamar? Mirando alrededor de la habitación, su mirada se posó en la pequeña ventana, a través de la cual pudo ver salir la luna.

"¡Qué señal!" el pensó. "¡Qué auspicioso! Ese es un nombre realmente bueno. Lo llamaré 'Tan famoso como la luna'. Ahora, mientras se dejaba llevar por sus especulaciones, una rata había encontrado el camino hasta el saco de grano y mordía la cuerda. En el mismo momento en que las palabras "Tan famoso como la luna" salieron de sus labios, la bolsa de grano cayó del techo y lo mató, instantáneamente. "Tan famoso como la luna", por supuesto, nunca nació.

¿Cuántos de nosotros, como el hombre de la historia, nos dejamos llevar por lo que he llegado a llamar una "pereza activa"? Naturalmente, hay diferentes especies de pereza: oriental y occidental. El estilo oriental es como el que se practica a la perfección en la India. Consiste en pasar el día al sol sin hacer nada, evitar cualquier tipo de trabajo o actividad útil, tomar tazas de té, escuchar música de películas hindi a todo volumen en la radio y chismear con amigos. La pereza occidental es muy diferente. Consiste en atiborrar nuestra vida de actividad compulsiva, para que no haya tiempo para afrontar los problemas reales.

Si miramos nuestras vidas, veremos claramente cuántas tareas sin importancia, las llamadas "responsabilidades", se acumulan para cumplirlas. Un maestro los compara con "la limpieza en un sueño". Nos decimos a nosotros mismos que queremos dedicar tiempo a las cosas importantes de la vida, pero nunca hay tiempo. Incluso simplemente para levantarse por la mañana, hay tanto que hacer: abrir la ventana, hacer la cama, ducharse, cepillarse los dientes, alimentar al perro o al gato, lavar la ropa de anoche, descubrir que se ha quedado sin azúcar o café, cómprelos, prepare el desayuno: la lista es interminable. Luego hay ropa para ordenar, elegir, planchar y doblar nuevamente. ¿Y tu cabello o tu maquillaje? Desamparados, vemos cómo nuestros días se llenan de llamadas telefónicas y proyectos insignificantes, con tantas responsabilidades, ¿o no deberíamos llamarlos "irresponsabilidades"?

Nuestras vidas parecen vivirnos, poseer su propio impulso extraño, llevarnos lejos; al final, sentimos que no tenemos elección ni control sobre ellos. Por supuesto que a veces nos sentimos mal por esto, tenemos pesadillas y nos despertamos sudando, preguntándonos: "¿Qué estoy haciendo con mi vida?" Pero nuestros miedos sólo duran hasta la hora del desayuno; sale el maletín, y de regreso vamos por donde empezamos. Pienso en el santo indio, Ramakrishna, que le dijo a uno de sus discípulos: "Si dedicaras una décima parte del tiempo a distracciones como perseguir mujeres o ganar dinero con la práctica espiritual, ¿estarías iluminado en unos pocos años!" Hubo un tibetano que vivió alrededor del cambio de siglo, una especie de Leonardo da Vinci del Himalaya, llamado Mipham. Se dice que inventó un reloj, un cañón y un avión. Pero una vez que cada uno de ellos estuvo completo, los destruyó, diciendo que solo serían la causa de una mayor distracción. En tibetano, la palabra para cuerpo es *lü*, que significa "algo que dejas atrás", como equipaje. Cada vez que decimos "*lü*", nos recuerda que solo somos viajeros, refugiándonos temporalmente en esta vida y en este cuerpo. De modo que en el Tíbet la gente no se distraía pasando todo su tiempo tratando de hacer que sus circunstancias externas fueran más cómodas. Estaban satisfechos si tenían suficiente para comer, ropa a la espalda y un techo sobre sus cabezas. Continuar como lo hacemos, tratando obsesivamente de mejorar nuestras condiciones, puede convertirse en un fin en sí mismo y una distracción sin sentido. ¿Alguien en su sano juicio pensaría en redecorar meticulosamente su habitación de hotel cada vez que reservara una?

A veces pienso que el mayor logro de la cultura moderna es su brillante venta del *samsara* y sus estériles distracciones. La sociedad moderna me parece una

celebración de todas las cosas que se alejan de la verdad, hacen que sea difícil vivir por la verdad y desalientan a las personas de creer que existe. Y pensar que todo esto surge de una civilización que dice adorar la vida, pero en realidad la priva de cualquier significado real; eso habla sin cesar de hacer "felices" a las personas, pero de hecho bloquea su camino hacia la fuente de la verdadera alegría. Este samsara moderno se alimenta de la ansiedad y la depresión en las que fomenta y entrena a todos, y nutre cuidadosamente con una máquina de consumo que necesita mantenernos codiciosos para seguir adelante. Samsara es muy organizado, versátil y sofisticado: nos ataca desde todos los ángulos con su propaganda y crea un entorno de adicción casi inexpugnable a nuestro alrededor. Cuanto más tratamos de escapar, más parece que caemos en las trampas que es tan ingenioso para tendernos. Como dijo el maestro tibetano del siglo XVIII Jikmé Lingpa: "Hipnotizados por la gran variedad de percepciones, los seres vagan sin fin por el mal camino en el círculo vicioso del samsara".

Obsesionados, entonces, con falsas esperanzas, sueños y ambiciones, que prometen felicidad, pero solo conducen a la miseria, somos como personas que se arrastran por un desierto sin fin, muriendo de sed. Y todo lo que este samsara nos ofrece para beber es una taza de agua salada, diseñada para hacernos aún más sedientos.

(El libro tibetano de vivir y morir, págs. 18-21).

## LA CIENCIA DE LA RESPIRACIÓN

Llegamos ahora a las palabras significativas de esta regla. "El hombre respira profundamente". Esta frase abarca muchos aspectos del vivir rítmico. Es la fórmula mágica para la ciencia de pranayama. Comprende el arte de la vida creadora. Impulsa al hombre a sintonizarse con la vida palpitante de Dios Mismo, y lo logra mediante el desapego y la reorientación.

Es notablemente interesante como demostración de lo conciso e inclusivo de las frases ocultas que contiene esta regla. El arte de la respiración está tratado en tres frases, y recomiendo que las consideren cuidadosamente.

Primero, tenemos el aspecto *inhalación*. "El hombre respira profundamente". Desde las profundidades mismas de su ser extrae el aliento. Durante el proceso de la vida fenoménica, extrae el aliento mismo de la vida del alma. Ésta es la primera etapa. Durante el proceso de desapegarse del vivir fenoménico extrae de las profundidades de su ser y experimenta la vida para devolverla nuevamente a la fuente de dónde provino. Cuando el discípulo desarrolla en la vida esotérica una nueva y más sutil forma de utilizar su mecanismo de respuesta, pone en práctica la ciencia del aliento y descubre que mediante la respiración profunda (incluso las tres etapas del aliento, profundo, medio y alto), puede poner en actividad, en el mundo de las experiencias esotéricas, su cuerpo vital con sus centros de fuerza. Así los

tres aspectos de la "respiración profunda" abarcan toda la experiencia del alma, y el aspirante puede relacionarlos con los tres tipos de aliento tratados anteriormente.

Después leemos "concentra sus fuerzas". Aquí tenemos la etapa que puede ser llamada *retención del aliento*. Es mantener constantemente todas las fuerzas de la vida en el lugar de silencio, y cuando es posible efectuarlo con facilidad y olvido del proceso, mediante la familiaridad y la experiencia, entonces el hombre puede ver, oír y conocer, en otro reino que no es el mundo fenoménico. En sentido más elevado ésta es la etapa de contemplación, esa "calma entre dos actividades" como ha sido denominada tan apropiadamente. El alma, el aliento y la vida, han sido retirados de los tres mundos, y en el "lugar secreto del Altísimo" descansa y está en paz, contemplando la beatífica visión. En la vida del discípulo activo produce esos intervalos, conocidos por todos los discípulos, cuando -mediante el desapego y la capacidad de retirarse- nada lo sujeta en el mundo de la forma. Debido a que lucha por perfeccionarse y aún no lo ha logrado, estos intervalos de silencio, retiro y desapego, le resultan difíciles y oscuros. Todo es silencio, y está aterrado por lo desconocido y por una quietud aparentemente vacua. A esto se lo denomina, en el caso de las personas avanzadas, "la oscura noche del alma", el momento antes del alba, la hora antes de irradiarse la luz.

En la ciencia de pranayama, es el momento que sigue después de la inhalación, donde todas las fuerzas del cuerpo (por medio del aliento) han sido elevadas a la cabeza y concentradas allí, antes de la etapa de exhalación. Este momento de retención, efectuado en debida forma, produce un intervalo de intensa concentración, y en ese instante el aspirante debe aprovechar la oportunidad. Aquí tienen un indicio.

Luego viene el proceso de *exhalación*. Leemos en esta regla, "arroja de sí la forma mental". Esto siempre es resultado de la última etapa de la ciencia del aliento. La forma, vitalizada por quien respira con correcto ritmo, es enviada para llevar a cabo su trabajo y cumplir su misión. Estudien esta idea con cuidado, porque contiene el secreto del trabajo creador.

En la experiencia del alma, la forma que va a ser manifestada en los tres mundos es creada mediante una intensa meditación, actividad siempre paralela a la respiración. Entonces por un acto de voluntad, que da como resultado una "exhalación", engendrada u obtenida dinámicamente en el intervalo de la contemplación o retención del aliento, la forma creada es enviada al mundo fenoménico para servir como canal de experiencia, medio de expresión y mecanismo de respuesta en los tres mundos del vivir humano.

El discípulo, por la meditación y la disciplina, aprende, durante su vida, a producir intervalos elevados cada vez que concentra sus fuerzas en el plano de la vida del alma, y entonces, nuevamente por un acto de voluntad, exhala sus propósitos espirituales, sus planes y su vida, al mundo de la experiencia. La forma mental que ha construido, con respecto a la parte que debe desempeñar, y la concentración de energía que ha logrado producir, se hacen efectivas. La energía necesaria para el

siguiente paso es exhalada por el alma y desciende al cuerpo vital, energetizando así al instrumento físico con la necesaria actividad constructiva. Ese aspecto del plan que ha apreciado en la contemplación y esa parte del propósito general de la Jerarquía, con la que su alma se siente llamada a cooperar, son exhalados simultáneamente hacia el cerebro por medio de la mente, "arrojando de sí las formas mentales".

Finalmente, en la ciencia de pranayama, cuando el aliento exhalado se lleva a cabo con pensamiento y propósito conscientes, abarca la etapa de vitalización de los centros, hasta colmarlos con vida dinámica. No es necesario decir más aquí.

En la ciencia de la "respiración profunda" tenemos todo el proceso del trabajo creador; abarca el desenvolvimiento evolutivo de Dios en la naturaleza. Es el proceso por el cual la Vida, la Existencia Una, trajo al ser el mundo fenoménico, y esta regla es un resumen de la Creación. Es también la fórmula bajo la cual trabaja el alma individual, cuando centraliza sus fuerzas para la manifestación en los tres mundos de la experiencia humana.

El correcto uso del aliento vital es un arte con el cual trabaja el aspirante, el discípulo y el iniciado, teniendo presente, sin embargo, que la ciencia del aliento físico es el aspecto menos importante y sigue en forma secuencial al correcto empleo de la energía, palabra que aplicamos al aliento divino o vida.

Finalmente, en la vida mental del discípulo, y en la gran tarea de aprender a ser un creador consciente con materia mental, para producir resultados en el mundo fenoménico, esta regla contiene las instrucciones sobre las cuales está basado el trabajo. Encarna la ciencia de todo el trabajo mágico.

Por lo tanto, merece consideración y estudio más profundos. Correctamente comprendida y estudiada, llevará a cada aspirante fuera del mundo de los fenómenos, al reino del alma. Si son llevadas a cabo sus instrucciones, conducirán al alma nuevamente al mundo fenoménico, como fuerza creadora en la magia del alma y como manipuladora y factor dominante de la forma y a través de ella.

Cuando se entrena al estudiante occidental nunca se le pide ciega obediencia. Se le hacen sugerencias respecto al método y a la técnica cuya eficacia probaron durante miles de años numerosos discípulos. Se imparten algunas reglas sobre la respiración, el proceso útil y también para vivir en forma práctica en el plano físico; pero en el entrenamiento del nuevo tipo de discípulos, durante la era venidera, es voluntad de los Gurus y Rishis observadores, otorgarles mayor libertad que hasta ahora. Esto podrá significar un desarrollo algo más lento al principio, pero esperan que traerá un desenvolvimiento más rápido durante las etapas finales en el sendero de la iniciación.

En consecuencia, se insta a los estudiantes a avanzar con valor y alegría durante el período de entrenamiento, sabiendo que son miembros de un grupo de discípulos, que no están solos, porque la fortaleza del grupo les pertenece y también los

conocimientos del grupo a medida que desarrolla la capacidad de captarlos - sabiendo también que el amor, la sabiduría y la comprensión, de los observadores Hermanos Mayores, respaldan a todo aspirante Hijo de Dios, aunque aparente e inteligentemente se lo deja abrirse camino hacia la luz mediante la fortaleza de su propia alma omnipotente.

## REGLA CINCO

*Tres cosas preocupan al Ángel solar antes de que la envoltura creada descienda: la condición de las aguas, la seguridad de aquél que así crea y la constante contemplación. De ese modo están aliados para el triple servicio, el corazón, la garganta y el ojo.*

## EL ALMA Y SUS FORMAS MENTALES

Hemos tratado los procesos de la creación en lo que concierne:

1. Al Creador de un sistema solar o de un esquema planetario.
2. Al ego, cuando crea su cuerpo de manifestación. Debería recordarse aquí que toda la familia humana ha sido llevada a la manifestación por un similar grupo de egos.
3. Al hombre, cuando crea esas formas mentales mediante las cuales se expresa a sí mismo, trabaja y a su vez lo circundan. Debería también recordarse que este trabajo creador definido, sólo es posible para los que actúan en niveles mentales, los pensadores del mundo y los discípulos de los Maestros.

Como hemos observado, en todos los casos, la forma objetiva fue el resultado de la meditación del agente creador, de la respuesta de la materia sobre la cual ha actuado la fuerza generada en la meditación, produciendo así la construcción de la forma y su utilización mediante el sonido. Esto es seguido por la etapa en que la forma es percibida objetivamente se convierte en una entidad viviente y vibrante. Así "el Verbo se hace carne" y así todas las formas —universos, hombres y pensamientos, dotados de alma— vienen a la existencia.

Esta regla abarca tres factores que ocupan la atención del agente creador antes de hacerse visible la forma física en el plano externo, y son:

1. La condición de las aguas.
2. La seguridad de aquel que así crea.



### 3. La constante contemplación.

Trataremos brevemente estos tres, y luego consideraremos los tres factores que el discípulo necesita relacionar, si es que alguna vez piensa llegar a ser un colaborador activo y potente de la Jerarquía. Éstos son: el Ojo, el Corazón y la Garganta. La interpretación y significación de estas reglas pueden ser comprendidas de diversas maneras. Para nuestro propósito seguiremos la que se relaciona con el discípulo y su trabajo, y tratará de su entrenamiento en el trabajo mágico del ego o alma, a medida que éste ocupa y emplea una forma física. Estas enseñanzas tienen una finalidad práctica, que acentúan el entrenamiento y la disciplina del discípulo, porque diseminados en éstas hay indicios y sugerencias esotéricas que, si son seguidos, conducirán al aspirante a obtener experiencias y experimentar la verdad. Quienes no son verdaderos aspirantes no reconocerán los indicios y serán así preservados de todo peligro y experiencia prematura.

Tomemos, por lo tanto, los tres factores que ocupan nuestra atención y considerémoslos desde el punto de vista del ser humano que crea formas mentales y no desde el punto de vista de un Creador solar, o de un ego que se prepara para encarnar en la forma. Dos pensamientos accesorios son de valor aquí. Uno, que el proceso de crear formas mentales en la meditación diaria, es parte de la tarea de todo aspirante. Si el estudiante recordara que cada vez que practica la meditación matinal está aprendiendo a construir y vitalizar formas mentales, su trabajo podría adquirir mayor interés. La mayoría de los aspirantes tienden a ocuparse de sus deficiencias en el trabajo de meditación y de su incapacidad de ejercer control sobre la mente; en cambio ambos aspectos de su esfuerzo podrían mejorar si se preocuparan del gran trabajo absorbente de construir formas mentales.

Una idea secundaria y de menor importancia, es que esos egos que se preparan para tomar cuerpos humanos, están profundamente ocupados en el trabajo de meditación, y muy improbable que el médium común de las sesiones espiritistas pueda llegar hasta ellos. Lo único que puede hacerse es establecer contacto con quienes recientemente han pasado al más allá, y en la mayoría de los casos se hallan en una profunda y distinta abstracción. No tengo tiempo ni propongo extenderme sobre este tema, pero es de interés para quienes investigan tales asuntos.

#### *1. La Condición de las Aguas.*

El agente creador, el hombre, mediante los incentivos de un propósito coordinador, meditación concentrada y actividad creadora, ha construido la forma mental a la que anima con su propia vitalidad y dirige con su voluntad. Ha llegado el momento de enviar esa forma mental a cumplir su misión y llevar a cabo el propósito de su existencia. Como vimos en la regla anterior, la forma es "expulsada" de su creador por el poder del aliento expulsor. Ésta es una afirmación simbólica y al mismo tiempo un hecho experimental en el trabajo mágico. El discípulo fracasa a menudo en su trabajo, debido a la incapacidad de comprender la significación

esotérica y literal de este aliento expulsor cuando realiza su trabajo de meditación. Este aliento expulsor es el resultado de un período anterior de respiración rítmica, acompañado de una meditación concentrada, luego de un enfoque definido de la atención y del aliento, a medida que el propósito de la forma creada se define mentalmente y, finalmente, la vitalización de la forma mental por su creador y su consiguiente energización hacia una vida y actividad independientes.

El primer obstáculo que se le presenta a la potencia del trabajo proviene del fracaso del discípulo para desempeñar simultáneamente estas actividades. La segunda causa del fracaso reside en que no ha considerado las condiciones de las aguas ni el estado de la sustancia emocional, en la cual debe penetrar esta forma mental, reuniendo en sí misma esa materia del plano astral que le permitirá convertirse en una entidad activa en ese plano. Al no poder hacerlo, se convierte sencilla y eventualmente en una forma muerta en el plano mental, porque le falta el poder impulsor del deseo necesario para completarla en el plano físico.

Es interesante recordar que: Si una forma mental es enviada al mundo emocional para reunir en sí un cuerpo de deseos (fuerza impulsora que produce toda objetividad) y está sumergida en una "condición de las aguas" que puede ser mejor descrita como puramente egoísta, ocurre lo siguiente: Se pierde al ser atraída dentro del cuerpo astral del discípulo, punto focal de toda la energía astral empleada por él mismo. Es arrastrada hacia un vértice del cual el cuerpo astral del individuo es el centro, perdiendo su existencia independiente. La analogía del remolino es aquí de valor. El pensador es como el hombre que empuja un bote de juguete, desde la orilla hacia la corriente. Si lo empuja hacia el remolino, es absorbido con el tiempo en el vórtice central, desapareciendo. Muchas formas así construidas por el aspirante en su trabajo de meditación, se pierden y fracasan en su objetivo, por el estado caótico y vertiginoso del cuerpo emocional del aspirante. De esta manera las buenas intenciones no llegan a nada; el buen propósito y la tarea planeada por el Maestro no se materializan, porque cuando la forma mental desciende al plano del deseo y de la emoción, hace contacto únicamente con las agitadas aguas del temor, de la desconfianza, del odio o del deseo vicioso puramente físico. Éstos, al ser más potentes que la insignificante forma, la ahogan, desapareciendo, de la vista y de la existencia, y el hombre se da cuenta de otro esfuerzo malogrado.

Repito: la "condición de las aguas" no es la de un remolino autogenerado, sino que se asemeja a la de un charco cuyas aguas se agitan en una masa espumosa e hirviente, mediante las actividades de los demás. Hay muchos discípulos que han logrado una buena medida de autocontrol y desinterés personal. No son víctimas del deseo y de los objetivos de la personalidad, y están comparativamente libres del remolino de las tendencias egoístas. Pero sus cuerpos astrales son arrastrados repetidas veces a un estado de agitación, por el grupo para el cual y en el cual trabajan. Están exaltados o deprimidos, satisfechos o insatisfechos por los resultados logrados; lo realizado o no, y la firmeza o deslealtad de sus compañeros servidores les produce agitación y perturbación emocional, y en esta poderosa reacción, sus formas mentales construidas con tanto esmero y devoción, quedan en la nada. Su "capacidad de acción" se pierde, por estar atados al resultado deseado,

y entonces su labor es infructuosa.

Existen numerosas "condiciones de las aguas" que todo aspirante puede suministrar por sí mismo. Sin embargo, hay otra sobre la cual quisiera detenerme. El cuerpo emocional del discípulo que debe nutrir y abastecer a la forma mental infantil (con su núcleo mental), es necesariamente parte de la forma emocional planetaria, de ahí que vibra al unísono con dicha forma. Hay que considerar esto cuidadosamente, porque el cuerpo emocional es impulsado a un estado de actividad por la condición astral general, debiendo ser manejado inteligentemente desde este ángulo.

En la actualidad, tres cualidades predominan en el planeta –temor, expectativa y un deseo culminante (en la familia humana) de posesiones materiales. Observen la palabra "culminante". Se ha alcanzado el summum del deseo humano de felicidad material y se ha sobrepasado la cima de ese deseo, por lo tanto la humanidad ha logrado y superado mucho. Pero el ritmo de las edades es muy fuerte.

Estas tres cualidades deben ser comprendidas y desechadas por el aspirante a medida que trata de servir desde los niveles mentales. El temor debe ser sustituido por esa paz que es privilegio de quienes viven siempre en la Luz de lo Eterno; la inquietante expectativa tendrá que ser sustituida por esa seguridad placentera, aunque activa, del objetivo final que proviene de la visión del Plan, del contacto con otros discípulos y luego con el Maestro. El deseo de posesiones materiales debe ser reemplazado por la aspiración a esas posesiones que son la alegría del alma – sabiduría, amor y poder para servir. ¡Paz, seguridad y correcta aspiración! Cuando estas tres palabras se comprendan y experimentan en la vida diaria, producen esa correcta "condición de las aguas" que asegura la supervivencia de toda forma mental, debidamente engendrada en la meditación, por el hombre que actúa como alma.

## *2. La Seguridad de Aquel que así Crea.*

Podría decir aquí enfáticamente, aunque sea una verdad reconocida, que muy a menudo las personas son destruidas (en sentido oculto y por lo tanto más importante) por sus propias formas mentales. La creación de pensamientos, mediante la concentración y la meditación, es una cuestión muy peligrosa. Esto no debe olvidarse jamás. Existen formas mentales que no poseen suficiente materia de deseos, y al no poder descender envenenan al hombre en los niveles mentales, y lo hacen de dos maneras:

1. Llegan a ser tan potentes en el plano mental, que el hombre cae víctima de lo que ha creado. Ésta es la "idea fija" del psiquiatra; la obsesión que conduce a la locura, la línea de pensamiento centralizada que, eventualmente, aterroriza a su creador.

2. Llegan a multiplicarse tan rápidamente, que el aura mental del hombre se convierte en algo que se asemeja a una nube espesa y densa, a través de la cual

la luz del alma no puede penetrar, y el amor de los seres humanos, las actividades amorosas, bellas y alentadoras de la naturaleza y de la vida, en los tres mundos, tampoco pueden horadarla. El hombre se ahoga, está sofocado por sus propias formas mentales, y sucumbe a la miasma que él mismo ha engendrado.

También hay otras líneas de pensamiento que provocan en el cuerpo emocional una reacción de naturaleza ponzoñosa. El ser humano puede seguir cierta línea de pensamiento en relación con su hermano. Engendra odio, envidia y celos, y se manifiesta en tal forma que produce esas actividades en el plano físico que ocasionan la muerte de su creador. Esto literalmente puede suceder en el caso de un asesinato, que la mayoría de las veces es el resultado de la intención cristalizada, o también puede convertirse en una enfermedad. El pensamiento puro, el correcto móvil y el deseo amoroso, son los verdaderos lenitivos de la enfermedad, y cuando el deseo (que anima a muchos) es elevado hasta el pensamiento constructivo, se eliminará gradualmente la enfermedad. Hasta ahora muchos son los que desean y pocos los que piensan. Recuerden que los Grandes Seres no buscan a quienes sólo desean y aspiran, sino a los que combinan en su deseo la determinación de aprender a usar sus cuerpos mentales y llegar a ser creadores, y a trabajar constructivamente para estos fines.

Así se comprenderá por qué, en todos los sistemas de verdadero entrenamiento ocultista, se hace hincapié sobre el recto pensar, el deseo amoroso y el limpio y puro vivir. Sólo así puede llevarse adelante el trabajo creador sin peligro, y sólo así puede descender la forma mental a la objetividad y ser un agente constructivo en el plano de la existencia humana.

### *3. Constante Contemplación.*

Observarán que no se ha empleado la palabra "meditación". La idea es otra. El proceso de meditación, que involucra el empleo del pensamiento y la construcción mental de la forma, para poder completarla, perfeccionarla y estar de acuerdo con la forma mental del grupo de condiscípulos del discípulo, y por consiguiente con el Plan, ha sido completado por el hombre de acuerdo a su capacidad. Ahora, con firmeza, debe contemplar lo que ha creado, y con igual firmeza inspirarlo con la necesaria vida, para que pueda cumplir su función.

Cesa de razonar, pensar, formular y construir en materia mental. Simplemente vierte su vida en la forma y la proyecta para cumplir su voluntad. En la medida en que pueda contemplar y mantenerse firme, así su creación cumplirá su intención y actuará como su agente.

De acuerdo a cómo enfoca su atención en el ideal, por el cual creó la forma mental, y puede vincular la forma y el ideal, así en una sostenida visión, durante ese tiempo, servirá su propósito y expresará su ideal. En esto reside el secreto del éxito de toda colaboración exitosa con el Plan.