

CURSO DE MEDITACION Y DESARROLLO HUMANO

LA PERSONALIDAD

Primera cámara nivel A.

OBJETIVO:

PERCIBIR Y MANIFESTAR NUESTRA VERDADERA NATURALEZA ESERAL A TRAVÉS DE TRANSFORMAR POSITIVAMENTE LA PERSONALIDAD PARA LOGRAR EL CRECIMIENTO INTEGRAL DE NUESTRAS POTENCIALIDADES.

APRENDER A CONOCER:

LA ESENCIA:

Partícula divina propia, permanente y /o eterna (Amor, sabiduría, belleza, virtud, etc.) que es el núcleo con que nace cada ser humano, con todas las capacidades y facultades posibles en estado latente hasta poderse desarrollar a través de las experiencias, prácticas y conocimientos que faciliten su despertar.

La esencia solo puede desarrollar sus atributos por auto-impulso.

La Esencia es lo que nace con nosotros, lo propio, lo eterno, la personalidad es lo que se adquiere. La esencia es de ustedes, la personalidad no es de ustedes. Toda la vida interior del ser humano, todas sus percepciones y reacciones se dividen en esas dos partes. Hay ciertas cosas que nacen con ustedes, como ciertos rasgos físicos, estados de salud, ciertas clases de predisposiciones, virtudes, inclinaciones, tendencias, etc., pertenecen a la esencia.

En cierta edad muy temprana, la esencia puede ser más fuerte que la personalidad, pero ambas están sin desarrollar.

Uno nace siempre con la esencia, pero a menudo la esencia permanece sin desarrollar en el nivel de un niño, debido a la ausencia de una enseñanza apropiada y profunda.

“Un niño pequeño no tiene aún ‘Personalidad’. Es en realidad lo que es. Es ‘Esencia’. Sus deseos, gustos, simpatías, antipatías, expresan su Ser tal como es. Pero tan pronto como empieza la así llamada Educación, la ‘Personalidad’ comienza a crecer. La ‘Personalidad’ es creada en parte por las influencias intencionales de las otras gentes –esto es, por la ‘educación’ –y en parte por imitación involuntaria del niño mismo. En la creación de la ‘Personalidad’ desempeña también un papel importante la ‘resistencia’ contra las gentes que lo rodean, y el intento de ocultarles algo que al niño le es ‘propio’ o ‘real’.

“La Esencia es lo verídico en el ser humano: la Personalidad, lo falso. Pero a medida que la Personalidad crece, la Esencia se manifiesta cada vez menos y es cada vez más débil,

y a menudo ocurre que la Esencia detiene su crecimiento en edad muy temprana y ya no crece más. Muchas veces sucede que la Esencia de un hombre adulto, aun de un intelectual muy inteligente, en el sentido aceptado de la palabra, de un hombre de educación superior, se ha detenido al nivel de un niño de cinco a seis años. Esto significa que todo lo que vemos en dicho hombre le es en realidad extraño. Lo que le es propio, lo que está en su Esencia, por lo general sólo se manifiesta en sus instintos y en sus emociones más sencillas. Hay casos, empero, en que la Esencia de un ser humano crece paralelamente a su Personalidad. Tales casos representan excepciones muy raras, en especial en las circunstancias de la vida culta. La Esencia tiene más probabilidades de desarrollo en los hombres que viven en contacto con la naturaleza en condiciones difíciles y constantes luchas y peligros. Más por regla general la Personalidad de tales personas está escasamente desarrollada. Tienen mucho de lo que le es 'propio' pero muy poco de lo que 'no le es propio' –es decir, carecen de educación e instrucción, carecen de cultura. La cultura crea la personalidad y es al mismo tiempo el producto y el resultado de la Personalidad. No nos damos cuenta que nuestra vida entera lo que llamamos civilización, lo que llamamos ciencia, filosofía, arte, política, es creado por la Personalidad de la gente –esto es, por lo que en ellas 'no les es propio'.

LA PERSONALIDAD:

Personalidad: Vehículo energético adquirido forjado por imitación de los que le criaron, la educación y la influencia de su medio ambiente que permite la relación del mundo interior del ser humano con el mundo exterior y las circunstancias.

La personalidad es lo que adquiere en el curso de su vida: criterios, opiniones, palabras y educación formal. Es más fácil entender la diferencia entre esencia y personalidad si encuentran algunos ejemplos. Aunque las dos se mezclan siempre en la vida. Es más fácil distinguir la personalidad y la esencia en otras personas que un uno mismo, porque la personalidad cambia muy a menudo con el cambio de las condiciones, pero la esencia permanece la misma. Esta división es importantísimo entenderla, porque muchas cosas de las que hablamos acerca del ser humano se refieren a la esencia, mientras otras se refieren a la personalidad.

La esencia puede ser incrementada si la personalidad se educa y cesa de presionar sobre la esencia. La personalidad es demasiado pesada, demasiado fuerte; rodea a la esencia como una concha, de modo que nada puede alcanzarla directamente, todo ha de pasar a través de la personalidad. La esencia no puede crecer en estas condiciones, pero si la personalidad se forma más transparente, más dúctil, las impresiones y las influencias externas penetrarán a través de ella y alcanzarán a la esencia, y entonces la esencia empezará a crecer de nuevo.

Una personalidad fuerte significa una influencia fuerte de lo que no pertenece a usted, de lo que ha adquirido: las palabras de otras personas, los criterios y las teorías de otras personas. Ellas pueden formar una densa corteza tal, entorno de la esencia, que nada puede penetrarla para llegar a usted, para alcanzar lo que usted es auténticamente. La personalidad se crea sobre muchas bases equivocadas, pero es también una especie de defensa. Cuando uno trabaja sobre sí mismo, gradualmente empieza a ver que una cosa está más arraigada, que tiene mayor profundidad y la otra menos. De este modo, poco a poco, uno puede ver la esencia. Todas

las cualidades permanentes o más permanentes deben depender de la esencia. Cuando la personalidad es educada y se torna menos pesada, muchas cualidades se introducen a la esencia y se vuelven permanentes. He aquí como la esencia se desarrolla. En la personalidad las cosas brotan y desaparecen, pero lo que penetra en la esencia, permanece.

La personalidad se esconde detrás de la esencia, y la esencia se esconde detrás de la personalidad; de esta manera una enmascara a la otra y viceversa.

¿Cómo puede uno separar la esencia de la personalidad?

¿Cómo separarían ustedes lo que les pertenece de lo que no les pertenece?

Hay que pensar en ello; es necesario preguntarse de donde viene tal o cual de sus características y sobre todo, no olviden nunca que la mayoría de las personas, especialmente en el medio de ustedes, no poseen casi nada propio. Nada de lo que tienen les pertenece; en la mayoría de los casos lo han robado. Todo lo que llaman sus ideas, sus convicciones, sus teorías, sus concepciones, todo ha sido hurtado de diversas fuentes. Es todo este conjunto lo que constituye su personalidad. Y es esto lo que se debe despejar, relegar.

El trabajo comienza por la personalidad. Así que debemos comenzar por establecer con precisión de que etapa en el desarrollo del ser humano y de qué nivel de ser queremos hablar. Hace un momento, me refería simplemente a un ser humano en la vida, sin laso alguno con el Trabajo sobre sí. Tal ser humano, sobre todo si pertenece a la clase intelectual, está casi exclusivamente constituido de personalidad. En la mayoría de los casos el crecimiento de su esencia se ha detenido en su más tierna edad. Conozco respetables padres de familia, profesores llenos de ideas, escritores conocidos, hombres de estado en quienes el desarrollo de la esencia se ha detenido definitivamente alrededor de la edad de 12 años. Y esto no es tan malo. Sucede a veces que la esencia definitivamente cesa de crecer a los 5 o 4 años. De allí en adelante, todo lo que un hombre puede adquirir no le pertenece; él será solo un repertorio de cosas muertas tomadas de los libros, del internet, será solo una imitación.

La personalidad, sirve tanto a la esencia como al ego.

El desarrollo de la personalidad es una cuestión de control y de educación. La personalidad no debe tener demasiada libertad. Debe ser educada en cierto sentido, actuar según ciertos principios, trabajar en cierta dirección. En la actualidad, nuestra personalidad está equivocada. Hay demasiada mentira, falsedad, engaño, imaginación, fantasías, emociones negativas. Todas estas cosas deben corregirse. Solo entonces la máquina puede trabajar como debe. La mentira mata a la esencia. Hemos de trabajar a través de la personalidad; durante largo tiempo, la esencia puede carecer de significado práctico para nosotros. Si empezamos a trabajar sobre ella conscientemente, ciertas cosas influirán sobre la esencia pero no de repente.

Si usted trabaja, si usted estudia, cambiará la personalidad gradualmente y su trabajo sobre ella se reflejará en la esencia. O usted controla a la personalidad, o la personalidad es controlada por miles de diferentes yoes, cada uno de los cuales tiene sus propias ideas, sus propios criterios y deseos. Debemos comprender que tarea enorme es adquirir unidad

psicológica cuando, como somos ahora, una parte decide trabajar sobre sí mismo y otra parte no sabe de eso o no está de acuerdo. Cuando usted educa a su personalidad, cuando esta se torna obediente al designio de usted y empieza a servirlo, entonces es útil y correcta. Pero si usted tiene un objetivo en cierta parte de usted y su personalidad trabaja contra este objetivo, entonces, naturalmente, no es correcta. Es necesario alinear a la personalidad de acuerdo a la misión de la esencia.

La personalidad se desarrolla mediante el estudio y la disminución de las funciones inútiles. A través de esto, aquella se vuelven mejor y más limpia. La personalidad se pone al servicio de la esencia a través de la auto-observación constante. En las condiciones de la escuela gnóstica, la esencia debe ser más importante que la personalidad, y si la personalidad la domina demasiado, el desarrollo se torna imposible, porque el desarrollo real está en la esencia, y si la personalidad pende demasiado pesadamente sobre ella la esencia no puede respirar. Pero la personalidad es también muy importante. La personalidad es útil para desenvolvemos y salir adelante en la vida diaria. Para ganarnos la vida y satisfacer nuestras necesidades. La parte que desea saber, trabajar, cambiar, superarse, es parte también de la personalidad. Puede haber muchas cosas que estén equivocadas en nuestra personalidad, y estas cosas han de ser estudiadas y eliminadas.

La personalidad necesita ser una membrana permeable que facilite que el conocimiento y las impresiones de la vida lleguen hasta la esencia.

La posibilidad de cambio es realmente muy complicada, porque consiste en muchas cosas. Debe haber cierta calidad en la esencia, porque si esta calidad no existe, nada es posible; debe haber cierto material, ciertas adquisiciones en la personalidad y debe haber cierta clase de circunstancias. En nuestro estado actual, la personalidad es patológica, enferma. Si oprime a la esencia, es anormal. Con el trabajo sobre sí, simplemente se vuelve sana.

Primero deberá cambiar la personalidad; la esencia no cambia tan fácilmente. Las virtudes primero son practicadas por la personalidad para que luego penetrar a la esencia y convertirse en atributos de ella.

Cambiar los rasgos de la esencia es un trabajo difícilísimo; requiere conocimiento y energía suficiente, y somos débiles y no tenemos conocimientos. Suponga que uno tiene una esencia perezosa, es decir sin anhelos espirituales y quiere despertar: Puede cambiarla durante un largo periodo de estudio de sí, pero debe tener ayuda, la ayuda de la escuela. De modo que, para nosotros, es una suerte que el trabajo sobre la esencia venga en segundo lugar, que tengamos que empezar con el trabajo sobre la personalidad. Pero mediante el trabajo sobre la personalidad, ya trabajamos hasta cierto punto sobre la esencia. El sueño, el despertar, la consciencia.todo esto no se refiere a la personalidad, se refiere a la esencia. De manera que en realidad usted trabaja sobre la esencia desde el principio mismo, y la personalidad, mediante el cambio producirá cierta presión sobre la esencia y la cambiara también.

La esencia es en nosotros la parte divina, confiable, eterna. Incluso en la personalidad hay cosas confiables e inconfiables. Por ejemplo: la imaginación es inconfiable. Imaginar que usted puede nadar cuando no puede, y el conocimiento de la tabla de multiplicación está ambos en la personalidad; uno es confiable, el otro es inconfiable.

En nosotros los comunes y corrientes, el centro de gravedad de nuestra vida diaria está en la personalidad, pues no nacemos con él, es creado en la vida.

Sin auto-observación, la personalidad reacciona mecánica y estereotipadamente a las impresiones de la vida, sin permitir la expresión de la esencia. Diríamos que abusivamente toma control de nuestra vida y responde automáticamente por nosotros sin permitir que la esencia se manifieste y exprese con frescura y sabiduría. Como una mala secretaria que sin consultar al jefe toma decisiones equivocadas por él.

La personalidad puede ser controlada por la mente, la voluntad y la consciencia. En su mente usted formula su objetivo y la personalidad deberá trabajar de acuerdo con ese objetivo. Mientras este usted identificado con la personalidad, no puede tener lugar transformación espiritual alguna.

Puede separarse de la personalidad por medio de la observación de ella en forma continua, lo cual significa que puede verla conscientemente y así separarse de ella, ya que nos identificamos con todo aquello de lo que no somos conscientes, y si usted se hace consciente de la personalidad puede separarse de ella y usted cambiará internamente y el mundo entero y toda la vida cambiarán correspondientemente para usted. Porque ha tenido lugar un acrecentamiento de consciencia y llega a ser más consciente de la personalidad.

APRENDER A SER:

- Desarrollar la actitud valorativa del poder interior personal contenido en mi esencia y permitir su orientación y discernimiento.
- Transformación de la personalidad: La resolución de trabajar por superar los bloqueos y errores que se fortalecieron mecánicamente en la infancia, adolescencia y madurez, utilizando conocimientos y técnicas concretas para lograrlo y permitir la manifestación de mi esencia. (Amor, Sabiduría, belleza) a través de mi renovada personalidad.
- Fortalecer las virtudes de mi esencia a través de la atención a las experiencias diarias descubriendo la virtud que me exigen desarrollar para superar cada determinado problema que se me presenta en la vida.

APRENDER A HACER:

- De momento en momento invoque la presencia de su SER para enfrentar las circunstancias cambiantes del día. (Recuerdo de Sí)
- Educar los 5 sentidos, seleccionando con discernimiento (esencia) lo que es constructivo en recreación, alimentación, educación, relaciones interpersonales, etc.
- Oración sincera a ese principio superior que las religiones llaman Dios (Padre Nuestro), para obtener discernimiento.
-

- Desarrollar la capacidad de percibir sus pensamientos y emociones, sentir si provienen de la esencia (Armonía, verdad, amor, etc) y fortalecerlos con acciones. Congratúlese, felicítese de sus logros diarios.

APRENDER A CONVIVIR:

- Percibir lo valiosas que son las personas que nos rodean y tratarlas con especial deferencia, consideración y respeto empezando por nuestros hijos, cónyuge, parientes, amigos, compañeros, etc. con sinceridad y autenticidad.
- Prodigar un ambiente positivo de aceptación incondicional, afecto y estímulo al aprendizaje de las circunstancias de la vida, partiendo de sí mismo y el ejemplo.
- Congratule a los demás de los logros de su ser, buenas acciones, virtudes, esfuerzos concientes, etc.

APRENDER A EMPRENDER:

- Participación activa a través de programas de radio, Tv., que abren espacios al público telefónicamente, Internet, etc para difundir a la comunidad la necesidad de forjar personalidades positivas en los hogares, a través de fomentar ambientes de aceptación, en donde se reconozcan los talentos, más comunicativos y democráticos en las familias, empresas y comunidad.
- Emprender una actitud participativa en reuniones de padres de familia, comités barriales para solicitar y colaborar en la realización de actividades que desarrollen la esencia de los escolares, adolescentes y adultos.

CONCLUSIÓN:

Percibir y manifestar nuestra verdadera naturaleza esencial a través de transformar positivamente la personalidad para lograr el crecimiento integral de nuestras facultades latentes es indispensable.

EVALUACIÓN:

¿Para un adulto es posible reorientar su personalidad para que permita la manifestación de sus valores espirituales y reales en general?
¿Cómo lo haría?

TAREA:

En esta semana, cada día empiece a percibir en la mente, en sus emociones, elementos de armonía, bondad y en general positivo que los va a fortalecer con acciones concretas y nos comenta la próxima clase.

CURSO DE MEDITACION Y DESARROLLO HUMANO

LA ESENCIA

Primera cámara nivel A.

“No hay alivio más grande que comenzar a ser lo que se es.”

OBJETIVO:

¿QUÉ? PERCIBIR Y MANIFESTAR NUESTRA VERDADERA NATURALEZA ESERAL

¿CÓMO? A TRAVÉS DE PRÁCTICAS ESPECÍFICAS.

¿PARA QUÉ? PARA LOGRAR EL CRECIMIENTO INTEGRAL DE NUESTRAS POTENCIALIDADES INTERNAS

La palabra “Esencia” quiere decir la síntesis, así como el extracto de perfume que extraemos de una tonelada de pétalos de rosas se concentra en una onza de esencia de perfume de rosas. La quinta esencia del ser humano es esta partícula divina e inmortal.

La esencia viene de Dios.

La esencia es la partícula divinal, propia, permanente, innata, eterna. Es el núcleo espiritual con que nace cada ser humano, con todas las capacidades y facultades posibles en estado latente hasta poderse desarrollar a través de las experiencias, prácticas y conocimientos que faciliten su despertar y desarrollo.

La esencia es nuestra parte real, inmortal, trascendental.

La esencia solo puede desarrollar sus atributos por auto-impulso, por los impulsos que le da el Padre que está en secreto.

La manifestación de la esencia es la conciencia que expresamos en nuestras acciones, decisiones, elecciones en el diario vivir.

La esencia es una fracción del alma humana. Es el embrión de alma. Es el germen para formar alma. Es nuestro sol interior espiritual.

Alimenta a la esencia la verdad, el amor, la castidad, la justicia, el juicio, la equidad, la santidad, las virtudes, los valores, la compasión, el sufrimiento consciente.

Mata a la esencia la mentira, el odio, el resentimiento, la degeneración sexual.

La esencia se desarrolla a través de padecimientos voluntarios, trabajos conscientes, super-esfuerzos, despertando de momento en momento, la purificación, el sufrimiento, el auto-perfeccionamiento, la transmutación sexual, el sacrificio por la humanidad.

Una de las funciones de la esencia es darnos el impulso espiritual en nuestra vida diaria.

La esencia es la chispa divina, es lo eterno, divino, confiable, es lo propio, es el germen de alma que traemos, es lo más digno que tenemos.

Los atributos de la esencia son los mismos atributos de Dios.

La verdad, la sabiduría, la respuesta a todos nuestros problemas, las virtudes, la continuidad de propósitos, el conocimiento de si mismos, la fuerza interior, la armonía, bondad, equilibrio, están en la esencia.

Solo la energía de la esencia puede desarrollar a la conciencia.

El 97% de nuestra esencia esta embotellada dentro del ego. El 3% restante de la esencia está libre y constituye la conciencia con la cual vivimos diariamente.

En la mayoría de los casos el crecimiento de la esencia se ha detenido en su más tierna edad, aproximadamente a los 4 años.

Pertenecen a la esencia ciertos rasgos físicos, estados de salud, ciertas clases de predisposiciones, virtudes, valores, inclinaciones, tendencias, talentos, dones, poderes (de acuerdo al karma y al dharma).

La esencia se desarrolla a través de prácticas como la oración, la meditación, el ayuno, la caridad, la transmutación sexual, el sufrimiento consciente, el despertar de momento en momento, el sacrificio por la humanidad, etc.

La esencia madura, evoluciona en el peregrinaje de la vida.

Del crecimiento de la esencia depende el nivel de ser.

Queremos saber en forma perceptible por nosotros mismos como fluye esa esencia en nosotros, y está fluyendo diariamente; está fluyendo como inteligencia, esta fluyendo como afecto, está fluyendo como fuerza combativa, como fuerza de voluntad, esas características son nuestra esencia, eso es lo que somos esencialmente.

Cultivar, desarrollar y fortalecer las virtudes y facultades de mi esencia a través de la atención a las experiencias diarias descubriendo la virtud que me exigen desarrollar para superar cada determinado problema que se me presenta en la vida.

El 97% de nuestra esencia esta embotellada dentro del ego. El 3% restante de la esencia está libre y constituye la conciencia con la cual vivimos diariamente.

La esencia está regida por 6 leyes. Pertenecce a la séptima dimensión.

Yo soy la Esencia, yo no soy el ego, yo no soy la personalidad. La Esencia es mi autentica realidad.

El crecimiento de la esencia nunca puede serle arrebatado a una persona. Este crecimiento solo tiene lugar a través de lo que se ve y se hace interna y genuinamente y nunca debido a la acción externa de la vida. La esencia se desarrolla con el trabajo esotérico.

El centro de gravedad de la esencia es el centro emocional.

La esencia está gobernada por la ley del destino y la personalidad por la ley de accidentes.

Matar a la esencia significa matar a la conciencia. Puede morir relativamente. En el sentido que no se desarrolle más. Mecánicamente puede existir, pero no puede crecer, sólo puede deteriorarse o involucionar con el tiempo. Puede “morir” completamente sólo como resultado de un largo período de acciones equivocadas, acciones contra la conciencia. Pueden

morir sus posibilidades de desarrollo, en el caso de hablar por ejemplo de un “desalmado”, una persona dedicada al mal, por el mal, y para el mal.

Si la esencia es aquello con lo cual nacemos, ¿puede ser agregada?, ¿puede incrementarse? Sí, pero eso sólo puede hacerse si la personalidad se educa y cesa de presionar sobre la esencia. La personalidad generalmente es demasiado pesada, demasiado fuerte; rodea a la esencia como una concha, de modo que nada puede alcanzarla directamente, todo ha de pasar a través de la personalidad. La esencia no puede crecer en estas condiciones, pero si la personalidad se torna más transparente, las impresiones y las influencias externas penetran a través de ella y alcanzarán a la esencia, y entonces la esencia empezará a crecer. La personalidad puede formar una densa corteza, en torno de la esencia, que nada pueda penetrarla para llegar a usted, para alcanzar lo que usted es. La personalidad ha de ser pasiva y la esencia activa. En esto consiste el trabajo en convertir a nuestra personalidad en pasiva. La esencia crece a expensas de la personalidad. Como consecuencia de lo anterior podemos decir que hay esencias más desarrolladas que otras. Debe haber cierta calidad en la esencia para iniciar el trabajo espiritual, porque si esta calidad no existe, nada es posible.

¿Nos es posible atravesar la vida sin observar jamás a la esencia?

Esto depende de si es en el trabajo esotérico de la escuela iniciática o no. En la vida corriente ni siquiera conocemos la existencia de aquellos dos principios. En el estudio de sí se habla de esta división, pero la esencia y la personalidad están tan mezcladas que, durante largo tiempo, esta división sigue siendo teórica, pues es imposible decir cuál es cuál mediante observación, salvo en casos extremos. Luego, cuando uno trabaja sobre sí mismo, gradualmente empieza a ver que una cosa está más arraigada, que tiene mayor profundidad, y la otra menos. De este modo, poco a poco, uno puede ver la esencia. Todas las cualidades permanentes o más permanentes deben depender de la esencia. Cuando la personalidad es educada y se torna menos pesada, (a través de la auto-observación y el despertar) muchas cualidades se introducen en la esencia y se vuelven permanentes. He aquí como la esencia se desarrolla. En la personalidad, las cosas brotan y desaparecen, pero lo que penetra en la esencia, permanece, se vuelve parte de nosotros mismos.

¿La herencia cuenta para algo en la esencia?

La herencia prácticamente no existe en el hombre. Las malas cualidades pueden ser hereditarias, pero las cualidades buenas no pueden ser heredadas. Los animales está bajo leyes diferentes del ser humano; en ellos las cualidades buenas y malas se transmiten por igual, pero en el ser humano lo que puede transmitirse, aparte de las cualidades físicas, son sólo los rasgos de degeneración, de lo contrario no hay nada que transmitir. Los rasgos físicos pueden heredarse. Pero los rasgos como la conciencia de sí, la esencia no puede heredarse.

¿Uno nace siempre con la esencia?

Sí, cuando un ser humano nace, tres elementos separados nacen con él, los que continúan formándose hasta su desencarnación. Estos elementos no tiene nada en común uno con otro: ellos son nuestro cuerpo físico, nuestra esencia y nuestra personalidad. Su formación no

depende de nosotros en manera alguna. Su desarrollo futuro, el desarrollo de cada uno separadamente, depende de los datos que un ser humano posee y de los datos que lo rodean, tales como el medio ambiente, las circunstancias, las condiciones geográficas, etc. La esencia a menudo permanece sin desarrollar, en el nivel de un niño.

¿El nivel de ser depende del crecimiento y desarrollo de la esencia?

Ciertamente, y esta es la relación entre ellos.

Las diferentes calidades de esencias dependen del trabajo espiritual que se haya realizado en el pasado; el trabajo sobre su propio desarrollo que hayamos tenido previamente; el trabajo en el despertar, el trabajo sobre sí mismo.

Todas nuestras potencialidades residen en la Esencia.

La esencia en el ser humano es lo que es de él. Lo propio.

Un niño pequeño (hasta 3 – 4 años) no tiene todavía personalidad. El es lo que realmente es. Es esencia. Sus deseos, sus gustos, lo que quiere y lo que no quiere expresan su ser tal cual es. Es natural, es espontáneo, natural, salvaje, es esencia.

La Esencia es la verdad en el ser humano.

En nosotros los comunes y corrientes, dormidos, la Esencia sólo se manifiesta habitualmente en nuestros instintos y en nuestras emociones más simples. Puede ser más bien primitiva, salvaje e infantil, o simplemente sub-desarrollada. El desarrollo de la esencia es fruto del trabajo psicológico sobre sí, a través de una escuela iniciática.

El verdadero “YO REAL” de un hombre, su individualidad, no puede crecer sino a partir de su esencia. Se puede decir que la auténtica individualidad de un hombre es su esencia ya adulta, madura, desarrollada. La esencia se activa a través de la auto-observación, la meditación y viviendo en un estado de alerta novedad y alerta percepción.

La Esencia se alimenta con ternura, cariño sin límites, amor, música, flores, belleza, armonía, equilibrio, sinceridad, etc.

La conciencia es la manifestación de la esencia.

La consciencia es esencia transmutada.

La esencia es la llama divina que todos llevamos, de donde irradiamos luz, amor y calidez.

La esencia es la pepa de oro en el fondo de nuestra naturaleza. La Esencia es luz, somos luz. La Esencia es nuestra luz interna.

Cuando una Monada divinal quiere la maestría, es ostensible que lo logra trabajando incesantemente a la Esencia desde adentro, desde lo más profundo, dándole enormes inquietudes espirituales, grandes anhelos espirituales. Resulta palmario y manifiesto que si la Monada no está interesada por la maestría, jamás despertará en la Esencia incorporada ninguna aspiración íntima. Pidamos a nuestro Ser espiritual que nos conceda grandes anhelos espirituales para tener la fuerza y las inquietudes trascendentales para trabajar por el desarrollo de nuestra Esencia.

Recuerde siempre que solo el trabajo sobre si mismo puede desarrollar a la Esencia. La vida no puede hacerlo. Lo que hace por razones de vida solo acrecienta a la personalidad. Lo que se hace para ser recompensado, para las apariencias, por el reconocimiento, para el merito, para el autointerés, por impresionar, para la autoestima, por orgullo, por alcanzar poder, no ejercerá influencia alguna sobre la eterna Esencia. Otra calidad de esfuerzo, otro pensar, y emociones de otra clase, se requieren.

“¡Ay de vosotros, escribas y fariseos, hipócritas!, porque limpiáis lo de afuera del vaso y del plato, pero por dentro están llenos de robo y de injusticia. Limpiad primero lo de dentro del vaso y del plato, para que también lo de fuera sea limpio” (Mateo, 23: 25-26).

Este limpiar lo que está dentro, esto es, lo interno a las apariencias de fuera, es limpiar y desarrollar la esencia misma. Esto es lo que debe venir primero. Este es el punto importante dentro de todo trabajo de transformación íntima.

Si pudiéramos hacer un esfuerzo desde el correcto sentimiento de yo, seríamos recompensados en secreto. ¿De qué modo seríamos recompensados? La Esencia crecería. Un crecimiento de la Esencia quiere decir un desarrollo por encima del tiempo, un cambio supra temporal, algo que no termina con la muerte. La esencia es la parte eterna. Si no crece, se repite una y otra vez. Busca la perfección. Pero los esfuerzos de vida no la perfeccionarán. Buscar la perfección en algo sin que intervenga la ambición, ni la alabanza, ni ningún motivo de vida similar, desarrollaría la Esencia.

La esencia es lo que auténticamente somos. Más allá de la mente y los afectos.

Fortaleciendo a la esencia se debilita al ego y a la personalidad.

En la esencia está la sabiduría y en general todos los datos que necesitamos para orientarnos en el camino del despertar de la consciencia y todos los datos para lograr el religare. Necesitamos desarrollar a la razón objetiva de la mente interior para comprender estos datos depositados en la esencia.

APRENDER A SER:

- Desarrollar la actitud valorativa del poder interior personal contenido en mi esencia y permitir su orientación y discernimiento.

- Transformación de la personalidad: La resolución de trabajar por superar los bloqueos y errores que se fortalecieron mecánicamente en la infancia, adolescencia y madurez, utilizando conocimientos y técnicas concretas para lograrlo y permitir la manifestación de mi esencia. (Amor, Sabiduría, belleza, etc.) a través de mi renovada personalidad.
- Fortalecer las virtudes de mi esencia a través de la atención a las experiencias diarias descubriendo la virtud que me exigen desarrollar para superar cada determinado problema que se me presenta en la vida.

APRENDER A HACER:

- De momento en momento invoque la presencia de su SER para enfrentar las circunstancias cambiantes del día. (Recuerdo de Sí)
- Educar los 5 sentidos, seleccionando con discernimiento (esencia) lo que es constructivo en recreación, alimentación, educación, relaciones interpersonales, etc.
- Oración sincera a ese principio superior que las religiones llaman Dios (Padre Nuestro), para obtener discernimiento.
- Desarrollar la capacidad de percibir sus pensamientos y emociones, sentir si provienen de la esencia (Armonía, verdad, amor, etc.) y fortalecerlos con acciones. Congratúlese, felicítese de sus logros diarios.

APRENDER A CONVIVIR:

- Percibir lo valiosas que son las personas que nos rodean y tratarlas con especial deferencia, consideración y respeto empezando por nuestros hijos, cónyuge, parientes, amigos, compañeros, etc. con sinceridad y autenticidad.
- Prodigar un ambiente positivo de aceptación incondicional, afecto y estímulo al aprendizaje de las circunstancias de la vida, partiendo de sí mismo y el ejemplo.
- Congratule a los demás de los logros de su ser, buenas acciones, virtudes, esfuerzos concientes, etc.

APRENDER A EMPRENDER:

- Participación activa a través de programas de radio, Tv., que abren espacios al público telefónicamente, Internet, etc para difundir a la comunidad la necesidad de forjar personalidades positivas en los hogares, a través de fomentar ambientes de aceptación, en donde se reconozcan los talentos, más comunicativos y democráticos en las familias, empresas y comunidad.
- Emprender una actitud participativa en reuniones de padres de familia, comités barriales para solicitar y colaborar en la realización de actividades que desarrollen la esencia de los escolares, adolescentes y adultos.

CONCLUSIÓN:

Percibir y manifestar nuestra verdadera naturaleza esencial a través de transformar positivamente la personalidad para lograr el crecimiento integral de nuestras facultades latentes es indispensable.

EVALUACIÓN:

¿Para un adulto es posible reorientar su personalidad para que permita la manifestación de sus valores espirituales y reales en general?

¿Cómo lo haría?

TAREA:

En esta semana, cada día empiece a percibir en la mente, en sus emociones, elementos de armonía, bondad y en general positivos que los va a fortalecer con acciones concretas y nos comenta la próxima clase.

CURSO DE MEDITACIÓN Y TRANSFORMACIÓN

EL EGO

Primera cámara nivel A.

OBJETIVO:

¿**QUÉ?** Descubrir y estudiar la falsa naturaleza adquirida egoica.

¿**CÓMO?** A través de la auto-observación y la meditación.

¿**PARA QUÉ?** Para lograr transformar profundamente nuestras vidas.

APRENDER A CONOCER:

INTRODUCCIÓN:

En este sistema, el estudio serio comienza con el estudio de la psicología iniciática, es decir, con el estudio de uno mismo, porque la psicología iniciática no puede estudiarse, como ocurre con la astronomía, la geología, etc. fuera de uno mismo. El ser humano tiene que estudiarse a sí mismo para descubrirse, conocerse y luego transformarse. Cada uno de nosotros debe descubrir por sí mismo aquello que lo mantiene prisionero en la cárcel del sufrimiento. Ostensiblemente hay en cada uno de nosotros algo que nos amarga la vida y sobre lo cual necesitamos trabajar sobre sí mismos.

DESARROLLO:

Si empezamos a estudiarnos, con lo primero que tropezamos es con una palabra que usamos más que cualquier otra, y esta palabra es “yo”. Decimos “yo hago”, “yo pienso”, “yo siento”, “yo deseo”, “yo decido”, “yo quiero”, “yo odio”, “yo tengo”, “yo temo”, yo opino, etc. Esta es nuestra principal ilusión, pues el principal error que cometemos acerca de nosotros mismos es considerarnos uno solo y el mismo; siempre hablamos de nosotros como “yo”, y suponemos que nos referimos al mismo elemento todo el tiempo, cuando en realidad estamos divididos en centenares de “yoes” diferentes. En un momento en que digo “yo”, habla una parte de mí, y en otro momento en que digo “yo”, habla otro “yo” muy distinto.

No sabemos que no tenemos un solo “yo”, sino muchos “yoes”, diferentes, conectados con nuestros sentimientos, pensamientos, deseos y voliciones, y que no tenemos un “yo” controlador, un “yo” constante y permanente. Incuestionablemente dentro de cada uno de nosotros viven muchísimas personas diferentes, algunas mejores, otras peores. Obviamente, el yo es yoes y a este conjunto de “yoes” le llamamos Ego.

Estos “yoes” cambian todo el tiempo; uno suprime al otro; uno reemplaza al otro; y toda esta lucha compone nuestra vida interior. Cada uno de estos yoes lucha por la supremacía, quiere ser exclusivo, controla el centro intelectual, o los centros emocional, sexual y motor, cada vez que puede.

Realmente no poseemos una individualidad definida. Esta falta de unidad psicológica es la causa de tantas dificultades, amarguras, sufrimientos y conflictos internos. Desde el punto de vista psicológico, estamos cambiando continuamente. Ninguna persona es la misma en forma continua, fácilmente podemos observar los innumerables cambios y contradicciones de cada sujeto.

Somos como una casa en desorden, donde en vez de un amo, existen muchos criados que quieren siempre mandar y hacer lo que les viene en gana. O como un barco en alta mar, en donde está ausente el capitán y cada uno de la tripulación toma el timón por un tiempo y quiere dirigirse a diferente destino.

Por ejemplo, del centro intelectual surgen diversos pensamientos provenientes, no de un yo permanente como se supone, sino de los diferentes yoes. Cuando un hombre está pensando, cree firmemente que él en sí mismo y por sí mismo está pensando. Debemos darnos cuenta que los múltiples pensamientos que por nuestro entendimiento cruzan, tienen su origen en los distintos yoes que llevamos dentro. Esto significa que no somos individuos pensantes; realmente todavía no tenemos una mente individual. Absurdo sería pues, identificarnos con tal o cual pensamiento negativo y perjudicial, creyéndolo propiedad particular. Obviamente este o aquel pensamiento negativo proviene de cualquier yo que en un momento dado ha usado abusivamente nuestro centro intelectual; luego llegará otro yo que lo desplaza y entonces otro pensamiento totalmente diferente aparece en el intelecto.

En el Tíbet Oriental a los “yoes” se les denomina Agregados Psíquicos o simplemente valores sean estos últimos positivos o negativos, es la Doctrina Tibetana de los Muchos.

En el antiguo Egipto se les denominaron “Los diablos rojos de Seth”. En la India, Arjuna y la guerra contra sus parientes, los 16,000 enemigos de Krishna. La Legión y los 7 pecados capitales dentro del Cristianismo.

Nadie podría negar que en nuestro interior cargamos con muchos errores, defectos, apegos, pasiones, resentimientos, miedos, vicios, egoísmos, ambiciones, envidias, orgullos, mentiras, odios, perversiones, etc.

Cada uno de nuestros defectos psicológicos está personificado en tal o cual yo. Dentro de nuestra persona viven muchas personas, nunca somos los mismos; a veces se manifiesta en nosotros una persona mezquina, otras veces una persona irritable, en cualquier otro instante una persona espléndida, benevolente, más tarde una persona escandalosa o chismosa, después un santo, luego un embustero, etc.

Tenemos gente de toda clase dentro de cada uno de nosotros, yoes de toda especie. Nuestra personalidad no es más que una marioneta, un muñeco parlante, algo mecánico. Todos esos múltiples yoes pendencieros y gritones, que en su conjunto forman el mí

mismo, el sí mismo, el ego, están constituidos por substancia mental más o menos condensada.

En tanto un sujeto cualquiera siga considerándose como uno, sustente la ilusión de que es una y la misma persona, es claro que cualquier cambio interior será algo más que imposible y es obvio que la finalidad de este trabajo es precisamente lograr un cambio gradual en nuestra vida interior. El punto inicial del cambio radical permanece oculto mientras el ser humano continúe creyéndose uno.

Quien siempre se cree uno, nunca será capaz de separarse de sus propios elementos indeseables. Considerará a cada pensamiento, sentimiento, deseo, emoción, pasión, afecto, etc., como funcionalismos diferentes, inmodificables, de su propia naturaleza y hasta se justificará ante los demás diciendo que tales o cuales defectos personales son de carácter hereditario.

Como quiera que superior e inferior son dos secciones de una misma cosa, no está demás sentir el siguiente corolario: “yo superior y yo inferior” son dos aspectos del mismo ego tenebroso y pluralizado. Debemos hacer una clara diferenciación entre lo que es el ego y lo que es el Ser interior profundo, nuestro Padre que está en secreto, el Espíritu Puro, Dios en nosotros, el Intimo, el Maestro interior.

Necesitamos comprender y verificar por sí mismos que somos personas máquinas, simples marionetas controladas por agentes secretos, yoes ocultos, el ego.

Si tuviéramos verdadera individualidad, si poseyéramos una unidad en vez de una multiplicidad, tendríamos también continuidad de propósitos, conciencia despierta, voluntad individual, seriedad, sentido de responsabilidad, cumpliríamos nuestras promesas, seríamos fieles a nuestros juramentos, no experimentaríamos tantas contradicciones íntimas, falsos sentimientos, conflictos internos, tampoco viviríamos haciendo una cosa y pensando en otra muy diferente; amamos a un ser querido pero hay unos aspectos de él que no nos simpatizan, no andaríamos a la defensiva cuando nos cuestionan, no andaríamos comparándonos con los demás, etc.

La ilusión de que somos uno la hemos formado y la sostenemos basándonos en nuestro cuerpo físico, la memoria, la personalidad y nuestra auto-imaginación o fantasía sobre sí mismos.

Debemos saber que en relación con las gentes, en convivencia con nuestros familiares o con los compañeros de trabajo, etc., los defectos escondidos afloran espontáneamente, y si nosotros nos encontramos en estado de alerta y nos auto-observamos, entonces los vemos tal cual son en sí mismos.

Desgraciadamente la Esencia se encuentra embotellada, enfrascada entre el Ego y esto es lamentable. Nunca podríamos libertar a la Esencia sin desintegrar previamente el yo

psicológico, al ego. No podremos superar nuestra inconciencia sino trabajamos sobre el ego.

Quien no trabaja sobre sí mismo es siempre víctima de las circunstancias; es como mísero leño entre las aguas tormentosas del océano. No hay posible transformación.

Cuando un ser humano comienza a observarse detenidamente a sí mismo, desde el ángulo de que no es uno sino muchos obviamente ha iniciado el trabajo serio sobre su naturaleza interior. Es necesario descubrir por sí mismos la existencia del ego.

EXPERIENCIA MISTICA DIRECTA DE UN MAESTRO:

Sucedió que una noche cualquiera no importa la fecha, ni el día, ni la hora, hallándome fuera del cuerpo físico, en forma completamente consciente y positiva, vino a mí mi Real Ser Interno, el Intimo.

Sonriendo el Bendito me dijo: “Tú tienes que morir”. Esta frase del Íntimo me dejó perplejo, confundido, anonadado.

Con un poco de temor, interrogué a mi Ser Interior (Atman) diciéndole: ¿Por qué tengo que morir? ¡Déjame vivir un poco más; yo estoy trabajando por la humanidad!”. Todavía recuerdo aquel instante en que el Bendito, sonriendo me repitiera por segunda vez.... “Tú tienes que morir”.

Después el Adorable me mostró en la luz astral aquello que debía morir en mí mismo.

Entonces vi al Yo Pluralizado (al ego) formado por multitud de entidades tenebrosas; verdadero enjambre de sujetos perversos; agregados psíquicos de distinta clase; demonios vivientes personificando errores.

Así fue como vine a saber que el ego no es algo individual, sino una suma de agregados psíquicos, un total de múltiples yoes pendencieros y gritones. Algunos de éstos representan la ira, otros la codicia, aquellos la lujuria, estotros la envidia, esotros el orgullo, etc. No vi realmente en el ego nada digno de ser adorado, ningún tipo de divinidad.

APRENDER A SER:

- **Discernimiento:** Perciba su verdadero Ser y reconózcalo por su sabor de armonía y paz póngase en su presencia ante cada nuevo evento, invóquelo frecuentemente y siga sus orientaciones.
- **Tenacidad:** Persista en la práctica hasta obtener sus resultados.
- **Buena Voluntad:** Para acallar las voces negativas de nuestro interior con oración y activar nuestra consciencia con respiración profunda y sintiéndose presente.

APRENDER A HACER:

- **Desarrolle la capacidad de auto-observarse y percibir sus pensamientos, emociones y reconocer su origen, si tiene sabor inarmónico llévele la contraria al ego ayudándose con oración y discernimiento.**
-

- **Respiración consciente**: Rítmica y profunda que le otorgue serenidad para impedir las reacciones automáticas egoicas.
- Práctica de **atención** hacia adentro y hacia fuera simultáneamente para descubrir los errores antes de que se plasmen en acciones.
- Iniciar la práctica de la **Meditación del silencio**, auto-observando la mente hasta agotar el proceso del pensar sin violentarla, evitando el apropiarse de los pensamientos que cruzan la mente mediante la atención y auto-observación.

APRENDER A CONVIVIR:

- Aceptación afectuosa y comprensiva a nuestros semejantes con sus defectos porque todos los tenemos, sus acciones equivocadas no son adrede sino producto de la inconsciencia e hipnosis del ego, así como de la ignorancia de estos mecanismos.
- Recuerde la famosa frase: “Padre perdónalos porque no saben lo que hacen” y medite en su significado.

APRENDER A EMPRENDER:

- Organizar talleres de meditación en espacios al aire libre y en lugares de compartencia mutua (escuelas, hogares, campo, parques, etc.) incluyendo prácticas de respiración consciente y atención al interior de cada participante. Comentar descubrimientos y resultados.
- Compartir bibliografía en la comunidad al respecto del tema del Ego.

CONCLUSIÓN:

Trabajar seriamente la falsa segunda naturaleza adquirida, egoica, defectuosa y perecible a través de auto observación, auto confrontación, oración y meditación para empezar a conquistar la armonía y el progresivo perfeccionamiento integral de nuestras vidas, es el desafío que estamos llamados a vencer con la ayuda de nuestro Ser.

EVALUACIÓN:

¿Ha evidenciado Ud. en su vida la existencia de defectos que le hacen cometer errores involuntarios? ¿En qué consiste la práctica que le permite descubrirlos?

TAREA:

Realice vigilancia de sí mismo, descubra el sabor de emociones negativas y deténgalas antes de que se manifiesten, escriba sus éxitos para la próxima semana.

CURSO DE MEDITACION Y TRANSFORMACION

EL NIVEL DE SER

Primera cámara nivel A.

OBJETIVO:

DESCUBRIR MI NIVEL DE SER AUTO-OBSERVÁNDOME PERMANENTEMENTE, CON CONTINUIDAD DE PROPÓSITO PARA MEJORARLO Y ATRAER MEJORES CIRCUNSTANCIAS Y PERSONAS A MI VIDA.

INTRODUCCION:

¿Quiénes somos?

¿Cómo íntimamente somos?

REFLEXION: Lo que es el hombre, es el mundo.

La masa es la extensión del individuo.

El que quiera arreglar el mundo que primero arregle su cuarto.

Nuestro nivel de ser es lo que internamente somos; la calidad, la clase de persona que somos íntimamente; es nuestro nivel moral. Es todo lo que el ser humano es. En el nivel de ser entran muchas cosas. Usted puede estar más consciente o mas dormido, mas dividido o más total, más interesado en algunas cosas o menos interesado en otras; puede mentir más o mentir menos, disgustarle la mentira o mentir sin ninguna turbación, ser más coherente o menos coherente; tener una sensación de mecanicidad o no; puede no tener grandes conflictos en usted mismo o consistir en conflictos, tener comparativamente pocas emociones negativas o estar inmerso en emociones negativas; mezquino, generoso o tacaño; casto o lujurioso; violento o apacible; tener perseverancia mayor o menor en sus acciones, etc.

Los niveles de ser no pertenecen al tiempo lineal, se encuentran dentro de nosotros mismos. Títulos, grados, ascensos, alcurnia, jerarquías, etc., en el mundo físico exterior, de ningún modo originarían exaltación auténtica, revaluación del nivel de ser, paso a un escalón superior en los niveles de ser.

Existen distintos niveles de ser. En el hombre mecánico, el nivel de ser depende de su personalidad adquirida y su esencia subdesarrollada.

Imaginemos una escalera que se extiende de abajo hacia arriba, verticalmente y con muchos escalones... Incuestionablemente en algún escalón de estos nos encontramos nosotros; escalones abajo habrá gentes peores que nosotros; escalones arriba se encontrarán personas mejores que nosotros. Aquí podemos

encontrar todos los niveles de ser. Los calificativos que podemos usar son Mejores o Peores personas, diferentes grados de perfección.

Un nivel de ser más alto está inmediatamente por encima de nosotros de instante en instante. No está en ningún remoto futuro horizontal, sino aquí y ahora; dentro de nosotros mismos; en la vertical. Nos hallamos pues de instante en instante ante dos caminos: El horizontal y el vertical...

Es ostensible que las dos líneas horizontal y vertical se encuentran de momento en momento en nuestro interior psicológico y forman cruz. Este es el punto matemático, en el aquí y ahora. Nos hallamos pues de instante en instante ante dos caminos para decidirnos: El horizontal y el vertical.

El camino horizontal es la vida mecánica, inconsciente, hipnotizados por las preocupaciones del diario vivir, fascinación, identificación, degeneración, emociones negativas, reacciones mecánicas, actitudes negativas, sufrimiento inconsciente, todo nos sucede, conflictos, aburrimiento, hastío, sueños, frustraciones, ansiedades, stress, desesperación, fantasías, etc.

La personalidad se desarrolla y desenvuelve en la línea horizontal de la vida. Nace y muere dentro de su tiempo lineal; es perecedera; no existe ningún futuro para la personalidad del muerto; no es el Ser interior profundo.

El camino vertical es el que implica un trabajo psicológico constante sobre sí mismo, trabajo por el despertar de la conciencia de momento en momento; implica el no identificarse con todos los problemas y las penas de la vida diaria, trabajar por la iluminación, por la iniciación, Trabajar por eliminar emociones negativas, reacciones mecánicas, resentimientos; auto-observarnos, meditar, ponernos en los zapatos del prójimo, vivir alertas, vigilantes, comenzar a pensar de una manera nueva, cambios de conducta, vivir el aquí y ahora, etc.

Un hombre no puede Hacer más allá de su nivel de ser porque su nivel de ser lo hará hacer lo que siempre hizo. Lo que hacemos mecánicamente según nuestro nivel de ser es lo mismo que no hacer. Esto es vivir mecánicamente, vegetar; hacer significa crear nuevas circunstancias en nuestra vida.

Los diferentes niveles de ser los podemos comparar a líneas paralelas, como los alambres tendidos entre los postes telegráficos o eléctricos. Si nos comportamos siempre en una forma característica, típica y esto significa desde luego mecánica, si somos simples máquinas que reaccionamos a la vida y a las gentes, siempre de la misma manera en que hemos siempre reaccionado, entonces seguiremos siempre un alambre telegráfico, una línea de ser. Una persona que lo hace no transforma su vida en lo más mínimo, su vida siempre lo encuentra exactamente de la misma manera. Las mismas cosas, las mismas situaciones, las mismas malas interpretaciones, las mismas dificultades, siempre lo encuentran igual.

¿Cuál es nuestro nivel de ser? ¿Habéis vosotros reflexionado alguna vez sobre eso? No sería posible pasar a otro nivel si ignoramos el estado en que nos encontramos. Por ejemplo: Cuando una cosa contradice demasiado a otra, eso significa un nivel de ser bajo.

En cierto modo se puede, por así decirlo, deducir el nivel de ser de una persona reparando en lo que siempre le sucede, porque su nivel de ser atrae su vida. Esto significa que su vida es su ser, su vida es una expresión de lo que es, por lo tanto su ser es lo que es, y todo lo que sucede en su vida es el resultado de su nivel de ser.

Según nuestro nivel de ser estamos bajo más o menos leyes.

Todas las cosas, todas las circunstancias, que se suceden fuera de nosotros, en el escenario de este mundo, son exclusivamente el reflejo de lo que interiormente llevamos, de nuestro nivel de ser.

Si se pudiera elevar el nivel de ser, aunque fuera poco por medio del trabajo sobre sí, que es la única manera de hacerlo, podríamos llegar a la próxima línea paralela que esta encima de nuestro actual nivel y de este modo evitar un sinnúmero de cosas desagradables que sucederían inevitablemente si permaneciéramos en el mismo nivel. Si cambia su nivel de ser, su vida cambia.

Mientras el Nivel de ser no cambie radicalmente, continuara la repetición de todas nuestras miserias, escenas, desgracias, infortunios, tragedias, dramas, sufrimientos, problemas, comedias, etc.

Nuestro nivel de ser atrae las diversas circunstancias de la vida diaria, por un principio universal que reza: LO EXTERIOR ES EL REFLEJO DE LO INTERIOR.

He notado que la gente que dice que está satisfecha de su vida en realidad no lo está en absoluto. Me dicen cosas como: “Estoy muy satisfecho de mi vida pero me desagrada mucho esta cosa o aquella persona”, o “no tuve una buena oportunidad en la vida”, “o me preocupa mucho mi hijo” o “no creo que la gente me aprecie como debería hacerlo”.

Esas gentes no ven ninguna conexión entre su ser y su vida, y como es sabido, se debe a que nadie piensa que lo que le sucede en la vida tiene algo que ver con su nivel de ser. No ven que su nivel de ser atrae todas esas cosas a las que contemplan como si no tuvieran nada que ver con ellas mismas.

En nosotros un rasgo característico siempre atrae un evento característico.

Un lujurioso atraerá siempre escenas, dramas y hasta tragedias de lascivia, lujuria, adulterio, en las que se verá metido.

Un borracho atraerá a los borrachos y se verá metido siempre en bares y cantinas, parrandas, eso es obvio.

¿Qué atraerá el usurero?, ¿el egoísta?, ¿Cuántos problemas?, ¿cárceles?, ¿desgracias?

Sin embargo, un hombre puede experimentar momentáneamente algo más allá de su nivel de ser. Esto es lo que nos impulsa a proseguir. De otro modo nuestra situación sería desesperada. Si no tuviéramos atisbos de lo que puede ser una cosa nunca la buscaríamos.

Un nivel de ser mínimo se requiere para estos estudios: El nivel de ser del “Buen Dueño de Casa”.

De nuestro nivel de ser depende nuestro saber, también nuestra capacidad de hacer y nuestro grado de comprensión.

El nivel de ser de una escuela o de un grupo cualquiera, será de acuerdo al nivel de ser de sus miembros.

La masa es la suma de los individuos; lo que es el individuo es la masa, es el gobierno, etc. La masa es pues, la extensión del individuo; no es posible la transformación de las masas, de los pueblos, si el individuo, si cada persona, no se transforma. Aquí debemos reconocer nuestra auto-responsabilidad como personas. Lo grave de todo esto es que la raíz de todos los males de la humanidad la encontramos en el fondo psicológico de cada uno de nosotros.

OBSTACULOS PARA DESCUBRIR NUESTRO NIVEL DE SER

- Imaginación mecánica (el yo imaginario sobre sí mismo)
- Embriaguez por el éxito, hipnosis que producen los éxitos en la vida horizontal.
- Resentimientos
- Justificaciones o sea echar la culpa a los demás.

¿CÓMO DESCUBRIR NUESTRO NIVEL DE SER?

- Auto-observación continua
- Meditación diaria.
- Descubrir los yoes que han formado nuestros principales rasgos psicológicos en nuestra vida, ejemplo: Mentira, miedo, ambición, lujuria.
- Mediante la observación de las circunstancias o problemas que se repiten con insistencia en nuestra vida.

¿CÓMO CAMBIAR NUESTRO NIVEL DE SER?

- Recordar de sí.
- No identificarse
- No echar la culpa a los demás
- Pensar de una manera nueva.
- Darnos cuenta de nuestra mecanicidad, a través de la auto-observación.
- Sincerarse consigo mismo.

- Llevarle la contraria al yo que nos está controlando en un momento dado.
- Práctica permanente de virtudes.
- Meditación diaria.

BENEFICIOS AL ALCANZAR UN NIVEL DE SER INMEDIATO SUPERIOR

- A mayor nivel de ser, mayor nivel de saber y de comprensión.
- A mayor nivel de ser, menos leyes nos gobiernan.
- Evitamos que nos continúen sucediendo las mismas cosas desagradables.
- Podemos hacer y no dejar que todo suceda sin control de nosotros mismos.
- Alcanzamos el Reino de los Cielos, que es el nivel de ser inmediato superior.
- Se puede ver la vida en forma diferente.
- Atraemos nuevas circunstancias positivas en la vida.
- Vida más amplia, simplificada y profunda.

CURSO DE MEDITACION Y DESARROLLO HUMANO

LOS CINCO CENTROS PSICOFISICOS

Primera cámara nivel A.

OBJETIVO:

¿**QUÉ?** Descubrir el funcionalismo de los 5 centros de la máquina humana.

¿**CÓMO?** Investigando en nosotros mismos a través de la atención dirigida.

¿**PARA QUÉ?** Para optimizarlos, evitar su mal uso, lograr salud, armonía y el despertar.

INTRODUCCIÓN:

Para el buen uso de cualquier máquina, es necesario conocerla en sus partes, mecanismos, funcionamiento, hacerle un adecuado mantenimiento para que perdure en las mejores condiciones y lograr el mejor rendimiento de ella; exactamente igual sucede con nuestro organismo. Siempre recibimos un curso de adiestramiento para aprender a manejar una nueva máquina (un auto, un avión, una computadora) para no dañarla innecesariamente y para no causar daños con ella. Sin embargo, para manejar nuestra máquina humana no hemos recibido ningún curso de adiestramiento.

El ser humano posee 5 centros psico-físicos que son: Centro Intelectual, Centro Motor, Centro Emocional, Centro Instintivo y Centro Sexual. Empezaremos con la definición de los centros. Los centros psicofísicos son puntos que relacionan y expresan nuestro mundo interior con el mundo exterior. Son las estructuras psíquicas que relacionan lo interior con lo exterior. Son los nexos a través de los cuales la esencia y nuestras fuerzas egoícas pueden expresar sus impulsos al mundo exterior. Todas las funciones del ser humano se realizan a través de estos cinco centros inferiores. Cada uno de ellos tiene energías que pueden ser usadas por la esencia, los yoes o la personalidad. Cada centro nos pone en contacto con el mundo interior y el mundo exterior por medio de una función particular. Funcionalmente penetran y compenetran toda la máquina humana y tienen un epicentro o eje anatómico y cada centro tiene su propia inteligencia muy particular, su propia memoria específica; y así mismo cada centro trabaja con diversos tipos de hidrógenos energéticos.

Cada centro está estructurado por una Función Mecánica la cual trabaja sin atención, automáticamente; una Función Emocional la cual trabaja con atención espontánea, con interés, con asombro; y la Función Intelectual la cual trabaja con atención dirigida por la voluntad para un logro específico.

DESARROLLO:

1º. CENTRO INTELECTUAL:

Ubicación de su eje de gravedad: Cerebro intelectual, caja craneana.

Velocidad: Una manifestación en una unidad de tiempo dada. 1/1

Dualidad del Centro: Afirmación y negación.

Funciones generales: Todos los procesos mentales: Pensar, razonar, comparar, evaluar, imaginar, fantasear, planear, proyectar, deducir, inducir, calcular, recordar, asociar, analizar, formación de representaciones y conceptos, afirmación y negación, formación de ideas.

Inteligencia de este centro: Calcula, crea y se expresa en palabras o números.

Yoes que generalmente se manifiestan en este centro: La charla interior, la canción psicológica, resentimientos, pensamientos negativos, fantasías, morbosidad, etc.

Trabajo equivocado del Centro:

En el trabajo equivocado de los centros encontramos variadas situaciones:

a) **El cultivo, trabajo excesivo y abuso de un solo centro, ejemplo: Un científico, un general de guerra identificado en sus estrategias, un alto ejecutivo. Derroche de energías por un solo centro.**

b) **El realizar una función que no le corresponde a ese centro, ejemplo: La pornografía, ya que no le corresponde al centro intelectual el obtener un placer sexual.**

c) **Agotar completamente los hidrógenos de un centro debido al abuso, ejemplo: antes de un examen importante devorarnos 2 o 3 libros la noche anterior.**

d) **Trabajar con su propio y particular hidrógeno para no causarle daños.**

Funciones mecánicas: Pequeños planes, slogans y frases pre-fabricadas, astucia, cautela, charla psicológica, pensamientos repetitivos, inútiles, compulsivos.

Funciones emocionales: Búsqueda del saber, pesar por no saber, interés por aprender. Ansias por acumular información.

Funciones intelectuales: Creatividad, originalidad, inventiva.

2º. CENTRO MOTOR:

Ubicación de su eje de gravedad: Bulbo raquídeo, parte superior de la columna espinal.

Velocidad: 30,000 veces más rápido que el centro intelectual. 30,000/1 Ejemplo: una mecanógrafa, barajar los naipes,

Dualidad del Centro: Movimiento y reposo.

Funciones generales: actividad, movimientos, ejercicios, locomoción, motricidad, deportes, trabajos físicos, etc. Comprende todos los movimientos que deben ser aprendidos: caminar, nadar, escribir, hablar, cantar, bailar, conducir, etc.

Inteligencia de este centro: Cálculos muy complicados del cuerpo en milésimas de segundo, para expresarlo en movimientos, Ejemplo: la puntería, saltar una valla.

Yoes que generalmente se manifiestan en este centro: pereza, prisas innecesarias, etc.

Trabajo equivocado del Centro:

En el trabajo equivocado de los centros encontramos variadas situaciones:

- a) El cultivo, trabajo excesivo y abuso de un solo centro, ejemplo: Un deportista profesional, una modelo de pasarela.
- b) El realizar una función que no le corresponde a ese centro, ejemplo: Al bajar corriendo unas escaleras, en un caso de emergencia, no le corresponde al centro intelectual sino al centro motor exclusivamente, sin que el pensamiento intervenga obstaculizando el trabajo eficiente del centro motor.
- c) Agotar completamente los hidrógenos de un centro debido al abuso, ejemplo: Un ciclista profesional que entrena cada día hasta caer desmayado.
- d) Trabajar con su propio y particular hidrógeno para no causarle daños; sin tener que utilizar hidrógenos de otro centro que son de un voltaje diferente.

Funciones mecánicas: Hábitos, manías, estereotipias, imitación de movimientos.

Funciones emocionales: Interés por aprender nuevos movimientos, deportes, bailes, amor por un deporte, pesar por no saber un deporte, motivación por hacer deporte.

Funciones intelectuales: Invención y creación de nuevos movimientos.

3º. CENTRO EMOCIONAL:

Ubicación de su eje de gravedad: Plexo solar, región epigástrica.

Velocidad: 60,000 veces mas rápido que el centro intelectual. 60,000/1.

Dualidad del Centro: Agrado y desagrado; Simpatías y Antipatías.

Funciones generales: Emociones, sentimientos, deseos, temores, tensiones, miedos, pasiones, gustos, disgustos, estados de ánimo, apegos, resentimientos, ansiedades, stress.

Inteligencia de este centro: Aprecia, crea e interpreta la belleza, las proporciones, la armonía, sonidos, colores, formas, espacios, etc.

Yoes que generalmente se manifiestan en este centro: deseos, miedos, angustias, euforia, ira, violencia, celos, ansiedad, envidia, etc.

Trabajo equivocado del Centro:

En el trabajo equivocado de los centros encontramos variadas situaciones:

- a) El cultivo, trabajo excesivo y abuso de un solo centro, ejemplo: un poeta que - - descuide completamente un buen estado físico.
- b) El realizar una función que no le corresponde a ese centro, ejemplo: Preocuparnos y desesperarnos ante un problema, cuando lo correcto sería que el centro intelectual calmadamente busque soluciones y el centro motor ejecute las actividades pertinentes en pro de alcanzar la solución. Realizar una tarea inmediatamente antes que enojarnos y refunfuñar por ella.
- c) Agotar completamente los hidrógenos de un centro debido al abuso, ejemplo: preocupaciones, prisas, angustias, tristezas y mal genio ante una mala situación económica.
- d) Trabajar con su propio y particular hidrógeno para no causarle daños; sin tener que utilizar hidrógenos de otro centro que son de un voltaje diferente. Ejemplo: Agotar los hidrógenos emocionales por muchas preocupaciones y ansiedades.

Funciones mecánicas: Humorismo barato, emociones de masas, dependencia psicológica, aburrimiento, emociones bajas y negativas.

Funciones emocionales: Resentimientos, simpatías, antipatías, enamoramientos, miedos, curiosidad, entusiasmo por aprender, alegría, mística.

Funciones intelectuales: Creatividad artística, anhelos espirituales, motivación.

4º. CENTRO INSTINTIVO:

Ubicación de su eje de gravedad: Últimas vértebras de la columna espinal.

Velocidad: 30,000 veces más rápido que el centro intelectual. 30,000/1.

Dualidad del Centro: Conservación y destrucción.

Funciones generales: Instinto de conservación, de reproducción, de salud, de sobrevivencia, del menor esfuerzo. Todo el trabajo interno del cuerpo físico, toda la fisiología: digestión, circulación de la sangre, sistema respiratorio, reproducción de células, sistema inmunológico, los 5 sentidos, peso, temperatura, reflejos, riza, bostezo, dolor, etc.

Inteligencia de este centro: Mantener con vida, salud y bienestar al cuerpo físico.

Yoes que generalmente se manifiestan en este centro: Vandalismo, gula, drogadicción, alcoholismo, tabaquismo, anorexia, suicidio, pereza, etc.

Trabajo equivocado del Centro:

En el trabajo equivocado de los centros encontramos variadas situaciones:

a) **El cultivo, trabajo excesivo y abuso de un solo centro, ejemplo: Personas que trabajen como verdugos, torturadores, matarife, pandilleros, guardia de seguridad dentro de un prostíbulo donde existan constantes peleas, exceso de violencia, vandalismo, pereza, gula, camorrista, cobardía .**

b) **El realizar una función que no le corresponde a ese centro, ejemplo: Que el centro intelectual pretenda manejar el proceso de la respiración o nutrición.**

c) **Agotar completamente los hidrógenos de un centro debido al abuso, ejemplo: alcoholismo.**

d) **Trabajar con su propio y particular hidrógeno para no causarle daños; sin tener que utilizar hidrógenos de otro centro que son de un voltaje diferente. Ejemplo**

Funciones mecánicas: Fisiología orgánica, sistema parasimpático, sistema respiratorio, sistema digestivo, sistema circulatorio, bajos instintos, etc.

Funciones emocionales: Los 5 sentidos, instinto de conservación, amor materno, etc.

Funciones intelectuales: Intuición práctica, transformación de impresiones.

5º. CENTRO SEXUAL:

Ubicación de su eje de gravedad: Órganos genitales.

Velocidad: 90,000 veces más rápido que el centro intelectual. 90,000/1.

Dualidad del Centro: Atracción y repulsión

Funciones generales: La reproducción de la especie; la atracción sexual, los caracteres sexuales secundarios;

Inteligencia de este centro: El único centro que produce vida, que realiza creaciones con vida propia, ejemplo: nuestros hijos.

Yoes que generalmente se manifiestan en este centro: lujuria, adulterio, masturbación, prostitución, morbosidad, etc.

Trabajo equivocado del Centro:

En el trabajo equivocado de los centros encontramos variadas situaciones:

- a) **El cultivo, trabajo excesivo y abuso de un solo centro, ejemplo: prostitución.**
- b) **El realizar una función que no le corresponde a ese centro, ejemplo:**
- c) **Agotar completamente los hidrógenos de un centro debido al abuso, ejemplo: copular 8 veces diarias, caer en el vicio de la masturbación.**
- d) **Trabajar con su propio y particular hidrógeno para no causarle daños; sin tener que utilizar hidrógenos de otro centro que son de un voltaje diferente. Ejemplo:**

Funciones mecánicas: Reproducción, eyaculación, orgasmo, abstinencia, fantasías sexuales.

Funciones emocionales: Búsqueda del complemento sexual.

Funciones intelectuales: Sublimación voluntaria de la libido sexual.

APRENDER A SER

- **Desarrollar la aceptación y amor a nuestra máquina humana realizando actividades predeterminadas para desarrollar los 5 centros cada día, equilibradamente.**
- **Desarrollar actitud valorativa del capital cósmico (valores vitales) para usarlo en nuestro crecimiento integral y de los demás.**

- **Desarrollar voluntad consciente para dirigir la atención hacia el uso de las partes superiores de los 5 centros diariamente. (Partes emocional e intelectual de cada centro)**

APRENDER A HACER

- **Percibirse a sí mismo e identificar si el uso de los centros lo está haciendo lo mejor de sí (esencia) a través del sabor psicológico (Armonía, serenidad, bien común, etc.)**
- **Detenerse, aceptar lo que auto observa y confrontarlo si proviene de algo inarmónico, egoico, ayudándose de la oración sentida, invocando la presencia de su esencia (Ser)**
- **Trabajar con agenda de actividades, las cuales impliquen el uso atento de los 5 centros en el devenir de nuestras obligaciones diarias.**
- **Impedir la atrofia de alguno de ellos por mal uso o desuso de los 5 centros diariamente.**
- **Luchar intensamente para no identificarse, ni apasionarse ni fascinarse con los deseos del ego.**

CONCLUSIONES:

Las consecuencias del trabajo equivocado de los centros produce la inconsciencia, el agotamiento prematuro de nuestra maquina humana, y en última instancia la muerte por partes; el hombre modernos desafortunadamente no puede morir de una sola vez, sino primeramente mueren sus funciones sexuales (50-55 años); luego quizás muere su centro intelectual por enfermedades que va perdiendo la memoria, o quizás muere el centro motor por un derrame cerebral o parálisis de ciertas partes del cuerpo, etc.

Una autentica educación sería aquella que nos ayude a cultivar, desarrollar y trabajar equilibrada y armoniosamente con los 5 centros.

Si usted logra el éxito y bienestar en su vida cultivando y adiestrando un solo centro, ¿Cuánto más podría usted lograr si desarrolla equilibradamente los 5 centros?

Debemos de descubrir y conocer cada uno de los centros a través del trabajo continuo de la atención dirigida. El conocimiento de los 5 centros es parte del conocimiento de sí mismos.

Resumen extractado de las enseñanzas de V. Maestro Samael Aun Weor.