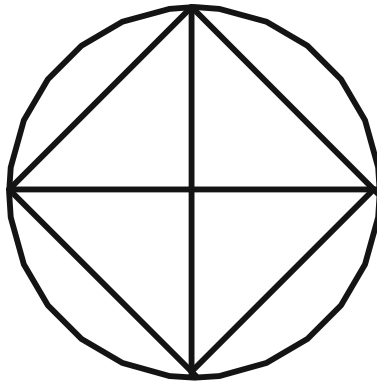




LECCIONES DE MAGIA BLANCA

Arosa (Suiza), 1/6/2001 y 10/06/2001, K. P. KUMAR

LECCIONES DE MAGIA BLANCA



Dr. Sri K. Parvathi Kumar

INTRODUCCIÓN

Este trabajo es el resultado de la transcripción del Seminario dado por el Dr. Sri K. Parvathi Kumar, en Arosa (Suiza), entre el 1.6.2001 y el 10.06.2001.

Dicho material ha sido transcrito a partir de las cintas de cassette. En la transcripción, corrección y edición han intervenido diversos miembros del WTT España, a los cuales les damos nuestro más sincero agradecimiento.

Como es una transcripción literal de la traducción de Jesús Díaz vega y no ha sido revisada por él ni por el Dr. Sri K. Parvathi Kumar, contiene posiblemente algunos errores por los que pedimos disculpas de antemano. Por este motivo, este trabajo está pensado para que circule exclusivamente entre los miembros del World Teacher Trust de habla hispana, como un manual práctico de aplicación en la vida diaria.

Este trabajo está dedicado con Amor y un profundo agradecimiento al Ser que nos ha transmitido esta Sabiduría, al Dr. Sri K. Parvathi Kumar Garu.

World Teacher Trust España
Pº/ Fabra y Puig, 173, ático 2ª
08016 – BARCELONA
Telf/Fax: 93.3516815
Email: wtt-es@wanadoo.es
1ª edición: 29 de mayo de 2003

ÍNDICE

SONIDO Y PRONUNCIACIÓN.....	1
Yo Soy	
El Om	
Escuchar el silencio	
Desapego frente a <i>Maya</i> , la ilusión	
Silencio y soledad	
PRANAYAMA	35
<i>Prana</i>	
<i>Apana</i>	
<i>Samana</i>	
<i>Udana</i>	
<i>Vyana</i>	
INTRODUCCIÓN A LA RESPIRACIÓN	49
LA CIENCIA DE LA RESPIRACIÓN.....	52
La ciencia de la respiración en la práctica diaria (Recapitulación)	69
PREGUNTAS Y RESPUESTAS	77
DIFERENTES ASPECTOS DE LA SABIDURÍA.....	85
Necesidad de formar el carácter	
Tener motivo correcto	
El servicio	
Nárada y las 4 cualidades	
La educación. El cuerpo y sus fuerzas	
CORRESPONDENCIAS ENTRE EL CUERPO Y EL COSMOS	104
División del cuerpo respecto a sus capas	
EL TRABAJO DE TODO GRAN INICIADO	109
NARAYANA	111
PREGUNTAS Y RESPUESTAS	112
VER LO DIVINO EN TODO: HISTORIA DE AMBARISHA	117

LECCIONES DE MAGIA BLANCA
Arosa (Suiza) 1.06.01 al 10.06.01

Saludos fraternales de corazón a nuestros hermanos y hermanas reunidos aquí esta mañana.

Ha sido un impulso de las almas lo que ha permitido esta reunión nuestra, debido a la cooperación que le ha prestado la personalidad. Ha sido el impulso del alma que regula la personalidad y de ese modo dirige al cuerpo para cumplir con sus propósitos. El propósito del alma es experimentar el esplendor de esta creación poniéndose en sintonía con la Verdad Una.

El alma es el vehículo del espíritu y toma un cuerpo para experimentar el mundo de los cinco elementos. Dependiendo de la identidad que tengamos, tendremos la consciencia de alma o no la tendremos. La asociación con el cuerpo tiene sus propias complejidades. El cuerpo humano es el mejor de los equipos y el funcionamiento del ser humano a través del cuerpo es el desafío. Inevitablemente cuando el alma entra en el cuerpo se olvida de su identidad, esa es la gran ilusión.

Nos identificamos con otras cosas, pero no con el alma. Este olvido es lo que causa la necesaria ilusión y así el alma queda prisionera dentro de la magia de los cinco elementos. Acordarnos cada día de que somos el alma y de que he surgido de la Verdad Una, y que en verdad pertenezco a la Verdad y que tomo un nombre y una forma, y pertenezco a una raza y una nacionalidad, y hago las cosas a través del mundo de los cinco elementos. Acordarse de esto ha de ser algo diario. Cuando uno pierde esta identidad, el hombre se pierde en la ilusión del mundo.

Las diversas prácticas tienen como punto de mira el recordar esta verdad esencial. Si uno se olvida de esto la gente aprende muchos conceptos de ocultismo e intenta hacer muchas prácticas. Pero todas estas prácticas de por sí solas no tienen valor a menos que uno recuerde día a día la verdad de la existencia del Uno en forma de muchos. Por eso las plegarias y las invocaciones son para el alineamiento y la sintonía. Se las considera como plegarias e invocaciones avanzadas, además de las plegarias que van destinadas a dar plenitud a los deseos personales. A este tipo de plegaria avanzada se le da el nombre de meditación. Consiste en acordarse de la identidad de uno. Cuando perdemos esa identidad, entonces vemos lo Divino como cosa diferente de nosotros, y seguimos orando, no para conseguir tener nuestra identidad, sino para conseguir ciertos aspectos de la personalidad que todavía no hemos conseguido.

En lo que se refiere a las exigencias de la personalidad, nunca se les puede dar plenitud por completo porque siempre faltará una cosa u otra. Que en la personalidad existen los problemas, que la personalidad se mueve dentro de los pares de opuestos, uno ha de elevarse al estado que es su estado, que es el estado del alma, y que yo soy el alma y actúo a través de la personalidad y del cuerpo. Y como soy algo que ha surgido del Uno. A partir de la existencia del océano existe la existencia de una ola, esa ola tiene su propia personalidad. Las plegarias de la mañana, como he dicho, son de dos tipos; siempre que el esfuerzo sea al recordar que YO SOY EL QUE SOY, ello resulta en meditación, en alineamiento o en la sintonía con la fuente de la que hemos surgido. Pero si intentamos ser personalidades, la Divinidad nos parece algo extraño, algo lejos de nosotros e intentamos buscarla, pero cada día estamos buscando una cosa u otra. Las plegarias pueden tener que ver con variedad de problemas de la personalidad: pueden ser problemas de salud, problemas económicos, pueden ser de las relaciones familiares y pueden ser del trabajo y pueden ser de nuestras interacciones sociales. Son innumerables las dimensiones en las que

la personalidad actúa y siempre encontramos que deseamos algo. Es una verdad que tenemos que reconocer que mientras sigamos a la personalidad siempre habrá algo que deseamos, que funciona dentro del mundo de los cinco elementos. La magia de los cinco elementos da como resultado nuestro cuerpo, da como resultado todo lo que vemos y oímos y todo lo que los sentidos perciben. Pero si podemos presidir por encima de todo esto, entonces habremos sacado nuestro cuello fuera del agua. Pero es mejor que podamos presidir por encima de nuestra personalidad. Por mucho que recordemos esto mediante libros o seminarios, no nos ayudan de ninguna manera a recordar que YO SOY AQUELLO, YO SOY AQUEL YO SOY y que soy el que ha descendido y que actúa a través del cuerpo.

Nosotros no vivimos enteramente en nuestro cuerpo, sino que damos vueltas en torno a él. Una cuarta parte de nosotros actúa a través del cuerpo, pero tres cuartas partes actúan alrededor de él. De hecho la mente del alma, a la que se llama el *Buddhi*, vive o está fuera del mecanismo humano. El mecanismo humano contiene el cerebro que es la mente del cuerpo. Y por eso esa mente del cuerpo sólo sabe lo que necesita el cuerpo. La mayoría de nosotros vive para satisfacer las necesidades del cuerpo, que nos dicta nuestra mente. El único trabajo de la mente del cuerpo es gobernar el cuerpo, tener cuidado del cuerpo. Es también un arreglo divino: que nos traiga a la memoria que es hora de comer, que es hora de dormir, que es hora de ir por ahí a ver algo, a escuchar algo. Todas las funciones que tienen que ver con la protección, administración y gobierno del cuerpo son bien conocidas por la mente del cuerpo. Pero luego está la mente del alma que se llama *Buddhi*, a esta mente se le llama el *Manú*. La mente del alma ha de poder funcionar a través del cerebro del cuerpo humano y la mente del cuerpo ha de poder conectar con la mente del alma. Es la mente del alma la que nos trae a todos a una convivencia como ésta, exige que meditemos y que estudiemos las escrituras sagradas, y exige que recordemos a nuestro propio Ser.

De modo que el programa de la mente del alma es diferente del programa de la mente del cuerpo. La mente del cuerpo tiene un programa y la mente del alma tiene otro programa distinto. La mente del alma incluye a la mente del cuerpo, pero la mente del cuerpo no incluye tanto a la mente del alma. Entonces se ha de producir un alineamiento entre la mente del alma y la del cuerpo. En eso consiste el paso inicial y hay técnicas para conseguir ese alineamiento, para conseguir la sintonía que le permita a la mente del cuerpo dar una respuesta a la mente del alma. Y para responder a la mente del alma uno tiene que reorientarse hacia la mente del cuerpo.

Todas las disciplinas que se mencionan en todas las religiones acerca de la pureza, como digo, tienen que ver con esta disciplina de la mente. Esta orientación de tener cuidado con la mente del cuerpo hace posible que se produzca la Magia Blanca. Hasta que no ocurra esta orientación es como un hombre que intenta domar a un caballo salvaje. En realidad es un solo hombre intentando domar a cinco caballos salvajes al mismo tiempo. No es un trabajo fácil. Y para ser más precisos, es como una persona intentando domar simultáneamente a siete caballos salvajes. ¿Veis el sol? Tiene un carruaje tirado por siete caballos y va por ahí felizmente por los cielos, regulando a los siete caballos. Nosotros somos una réplica del sol y también necesitamos regular a nuestros siete caballos para poder funcionar a través del carruaje llamado cuerpo. Los siete centros del cuerpo nos dan las siete riendas para tener control de los siete caballos. Para poder movernos a través del cuerpo y movernos a voluntad y dirigir así al cuerpo. Los siete caballos del ser humano son los cinco sentidos, el habla y el instinto sexual. Estas son las siete áreas en las que hay que regular el cuerpo a través de la misma mente para que le permita a la mente sintonizar con la mente superior. De ahí todas esas reglas que se dan acerca del uso de la palabra, de la sexualidad, de la comida, del gusto, acerca de lo que hay que ver, de lo que hay que escuchar, acerca del tacto y del olfato. Todo eso entonces, se vuelve importante. Si todo eso no está bien regulado, el alma, que ha elegido actuar a través del cuerpo, no puede

hacerlo. Y ahí es donde está el conflicto. Ese conflicto puede disolverse adoptando ciertas prácticas ocultistas y requiere que recordemos constantemente nuestra identidad original. De que como alma cualquiera de nosotros somos algo que hemos surgido de la existencia pura. YO SOY AQUELLO y en verdad AQUELLO existe como yo. Ésa es la lección inevitable para conseguir obtener nuestra identidad día a día. El desafío consiste en recordar esto cuando estamos haciendo cosas en el mundo. Si recordamos esto cuando leemos una escritura sagrada, esas escrituras sagradas se nos revelan. Si recordamos esto cuando estamos en interacción con la naturaleza, la naturaleza se nos revela sola. Y si esta verdad es recordada cuando estamos estudiando ciencias ocultistas, éstas se nos revelan, si no son libros cerrados. Podemos estudiar laboriosamente muchísimas ciencias que hablan acerca de la Ley de Periodicidad, acerca de los ciclos de tiempo, de la astrología, acerca del sonido, del color, del simbolismo. Todo esto no será sino un peso en nuestra cabeza, a no ser que recordemos consistentemente: YO SOY AQUELLO, YO SOY AQUEL YO SOY, en verdad, todo lo que vemos es AQUELLO transformado en ESTO. Éste es el paso primero y fundamental, que sabemos pero no recordamos.

Cuando vemos a otra persona, no vemos que ella es también otra manifestación del alma. No lo vemos así y a pesar de nuestras décadas de práctica permanecemos ciegos. Cuando alguien habla, si no escuchamos al alma, todas esas prácticas que hacemos no nos servirán de mucho, lo único que harán será complicarnos porque no sabemos cómo aplicarlas, aunque sabemos que son instrumentos valiosísimos para trabajar con ellos.

De modo que esta práctica diaria de sintonizar con el alma a nuestro alrededor y en nosotros es la disciplina por excelencia que nos conduce al Discipulado. Cuando escuchamos, tenemos la impresión de que estamos oyendo, por ejemplo, a un alemán o a un español o a un suizo. Pues si hacemos eso, el juego se ha perdido ya desde el primer encuentro. Al entrar al terreno, nos dan una patada y nos expulsan. Cuando vemos la forma, ¿cuántos de nosotros vemos que esta forma que vemos es una precipitación de AQUELLO? Porque todo lo material es algo que ha nacido retoño del espíritu y toda la formación de la materia se debe al inherente apoyo del espíritu. Cuando vemos a la gente, ¿qué es lo que vemos? Vemos en ellos lo que sabemos de ellos. Sabemos que éste es un hombre agradable o que ésta no es una mujer muy agradable. Sabemos que éste es un hombre duro. Generalmente observamos las conductas y vemos nuestras propias opiniones en los demás, pero no vemos lo que hay que ver, no escuchamos lo que hay que escuchar. Es una situación de ceguera y de sordera y por lo general, cuando hablamos, no le permitimos al alma que hable a través de nosotros. Así que son todas palabras mudas.

El Discipulado es un proceso que tiene sus propias técnicas sencillas, aparte de los elaborados y voluminosos libros que se han escrito. Estos libros no nos ayudan a menos que hagamos un juramento de que venga lo que venga, pase lo que pase, veremos al alma en todo lo que nos encontremos durante el día. En el perro veo el alma, en la cola del perro veo el alma, en el moverse de la cola del perro veo el bailar del alma. En el árbol veo el alma. En los seres humanos, veo el alma. Ver el alma en todo lo que nos encontramos en el mundo visible es el paso primero y fundamental. Si no hacemos esto, la sabiduría no nos sirve de nada cuando la necesitamos. Nos acordaremos de ella sólo cuando no sea necesario. ¿De qué sirve una sabiduría que no tenemos a mano en horas de necesidad? Eso es como llevar un arco y flechas y en el momento justo, el arco falla. Si uno lleva un arco y flechas de ese modo, lo único que ocurre es que son un peso.

Cada vez nos confundimos más a través del estudio y de las mal dirigidas meditaciones. Y el puente entre la mente del cuerpo y la mente del alma no se construye. Si se construye ese puente, se construye una autopista para que el alma pueda viajar por ella. Pero cuando no tiene lugar esta construcción, no se cumplen los propósitos del alma y seguimos escuchando a la gente y aprendiendo de los libros. Así que el modo directo es ver lo Divino en todo lo que nos encontremos, entonces disfrutaremos; y al mirar y ver más

profundamente, al percibir más profundamente, viviremos el día en romance con lo Divino. Entonces estaremos viviendo dentro de este mundo una vida de alegría y de éxtasis. Ese amor de Dios se expresa en nosotros como amor a los otros. Ser capaces de ver lo Divino y tener un romance con lo Divino es un modo por el que los grandes seres viven en continua alegría y expresan la vida como un juego; sino la vida es un poco seria, dura, y con tantísimos problemas. Un problema tras otro haciéndole sabotaje al propósito del alma. Después de todo, el alma necesita del cuerpo en una cuarta parte de sus propósitos. Tres cuartas partes están siempre alrededor del cuerpo y no dentro de él. De hecho, cuando dormimos estamos fuera del cuerpo, incluso con respecto a esa cuarta parte. Y ahí es donde el cuerpo duerme, ahí es donde la mente del cuerpo duerme también y nosotros no somos un ser cuya característica sea el dormir. El sueño es para el cuerpo, el alma no duerme. Durante el día el alma actúa a través del cuerpo y se retira del cuerpo cuando éste está durmiendo. Ese es el secreto de la vida de los sueños y de la vida del discípulo que durante las horas de la noche es enseñado en alguna parte. Somos una cuarta parte que entra cada día y actúa, y ni siquiera a esa cuarta parte se le permite entrar y actuar a través del alma. Por eso la necesidad de tener un cierto conocimiento de las herramientas internas antes de trabajar con la sabiduría, de que “YO SOY EL ALMA” y de que yo actúo a través de este cuerpo de cinco elementos en el mundo de la magia, una magia llevada a cabo por los cinco elementos. Y todo con lo que yo trabajo es para tener la alegría, pero no hay mucha verdad en lo que respecta a los cinco elementos, no son tan reales como pudiéramos pensar.

Así es a medida que caminamos en el estadio del drama o representación. Cuando vamos a la representación sabemos de cierto que vamos a representar nuestro papel y que luego volvemos. Pero sabemos bien que no somos el papel que estamos desempeñando. Somos un simple actor durante el día actuando en escena y el actor ha de recordar que está desempeñando ese papel, pero que no es ese papel. El actor tiene su identidad. Sabe que es tal o cual y que está representando el papel por ejemplo, de Marco Antonio, y que soy tal o cual y desempeño el papel de Julio César. Uno puede desempeñar un papel en el que esté un poco enfermo. El papel que desempeña uno es de enfermo, pero uno no está enfermo. El papel que desempeñamos es un papel con muchos problemas y crisis. Nosotros simplemente estamos desempeñando el papel que nos toca desempeñar, puede ser de pobre, de ricos. A veces, un hombre puede desempeñar el papel de mujer o una mujer el papel de hombre. De modo que todo es un problema de papeles a desempeñar para que haya alegría, pero nosotros no somos esos papeles. Sin embargo, la mayoría de nosotros creemos que somos esos papeles. Nos olvidamos de que estamos desempeñando el papel que nos toca desempeñar. Cuando nos olvidamos, la obra de teatro se convierte en real para nosotros. Eso significa que la gran representación ha hecho que caigamos en una ilusión y esa ilusión es la causa de todas las crisis y de todo el sufrimiento, la causa de tener diferentes opiniones acerca de gente diferente y sufrir por ello. Por eso uno de los párrafos tomados de un comentario antiguo que publicó el Maestro Djwhal Khul es que primero tenemos que saber que estamos en una representación y el papel que nos toca hacer es vivir en un mundo de ilusión; y eso lo tenemos que recordar en todo momento y a menos que recordemos eso, el aspirante nunca podrá adquirir la destreza de convertirse en discípulo. Estoy intentando llegar a este párrafo. Dice que “toda la creación es una magia y nosotros estamos aprendiendo esa magia. Hay ciertas cosas temporales y ciertos valores permanentes, uno ha de saber claramente lo que es temporal y lo que es permanente antes de entrar en la actividad de la vida como discípulo”. De otro modo toda la acción será muy confusa y todos los pares de opuestos nos someten a un tipo u otro de sufrimiento o quemazón, que se debe a la falta de ese conocimiento. Cuando lo vuelva a encontrar leeré ese párrafo.

En esta convivencia de grupo deseo dar en mayor profundidad las herramientas o instrumentos que ya nos resultan familiares a todos para llegar a ser discípulos. Tenemos que trabajar con esas herramientas con una intención más profunda y una voluntad mayor, porque todas las herramientas dadas son herramientas precisas para dar plenitud a nuestra identidad.

Lo que se necesita es la intención para aplicarlas sobre nosotros mismos intensamente. Si las aplicamos así, se da plenitud a los propósitos del Discipulado. Pero como nosotros tenemos la tendencia a olvidarnos se nos vuelven a recordar una y otra vez, vestidas con diferentes lenguas y diferentes terminologías, porque si se nos repite la misma cosa antigua la mente no está dispuesta a aceptarla. La mente siempre quiere algo nuevo pero en verdad no hay nada nuevo, porque la mente padece una ilusión y no está dispuesta a seguir lo que ya se le ha dado. Lo que se le ha dado, lo toma para arrojarlo de nuevo a la papelera y decir ¡qué más ahora! Así que la cosa no tiene fin porque la mente tiene la costumbre de recibir pero no ponerlo en práctica, porque ponerlo en práctica quiere decir practicarlo en uno mismo.

La mente ya no está dispuesta a hacer eso, por eso se engaña siempre a sí misma y busca nuevas soluciones. El viejo vino ha de ponerse en nuevas botellas. Las botellas son nuevas pero el vino es viejo. La sabiduría es antigua y su expresión es diferente de tiempo en tiempo. Nada se puede decir que no haya sido dicho antes. Si hoy se dijera algo que nunca ha sido dicho antes o mañana, no sería verdad. La no-verdad puede tener muchas maneras de expresión. La verdad es, sin embargo, Una y se expresa a sí misma. Nosotros lo que tenemos que hacer es tomarla y trabajar con ella.

Lo primero que vemos cuando estamos trabajando con ello es el OM. OM es el sonido que nos conecta con los siete planos en nosotros y más allá de nosotros incluso. Si el OM se pronuncia conscientemente causa el alineamiento entre el cuerpo, la mente, la mente superior, el alma, el Alma Universal y el Espíritu. Este sonido único es el que conecta todos los planos de existencia siempre y cuando lo pronunciemos con la intención necesaria y dándole el contenido. OM es un sonido doble, triple y único. Cuando se lo considera o pronuncia como sonido único habla de la existencia; cuando es un sonido doble expresa el espíritu y la materia; cuando es un sonido triple es el espíritu, la materia, y su interrelación que da como resultado el alma.

El OM tiene que pronunciarse conscientemente y hemos de sentir su vibración en el cuerpo desde el Centro de Base hasta el centro de la cabeza, incluso más allá. El OM puede expulsar materia innecesaria de los tejidos de nuestro cuerpo e invitar a las energías sutiles que producirán inspiración en nuestras prácticas divinas. En sánscrito se dice que para invitar a los devas y expulsar a los demonios hay que invocar el OM. El OM es verdaderamente nosotros y está ocurriendo en nosotros en todo momento, como consecuencia de lo cual ocurre en nosotros la pulsación, la respiración, el latido del corazón, la circulación de la sangre. En verdad el OM es el *prana* en nosotros y es algo que ocurre en nosotros. Cuando pronunciamos OM estamos conectando solamente con el OM que ya existe en nosotros. El OM conecta nuestro sistema entero y el sistema entero del cosmos, por eso se le llama la palabra sagrada que nos permite transformaciones mágicas en aquel que lo pronuncia. Es el aspecto triple del OM que existe en nosotros como espíritu, alma y materia. Este aspecto triple fluye a través de los tres nadis llamados *Ida*, *Píngala* y *Sushumna*. El sonido MA tiene que ver con *Ida*, trabaja continuamente en la materialización a partir de planos sutiles. De lo sutil a lo denso se hacen las manifestaciones a través de ciertos sonidos como PA, PHA, BA, BHA, MA, o como TA, THA, DA, DHA, NA, esos son los sonidos que producen materialización. Es decir, que desde lo sutil a lo denso hay un flujo de energías y luego están las vocales como la A, que producen espiritualización. De modo que en el cuerpo tiene lugar la espiritualización de la materia así como también una materialización del espíritu. Por un lado en el cuerpo hay

materialización y por el otro desmaterialización, pero esta materialización y desmaterialización están equilibradas. El nervio de *Ida* actúa para producir la materialización, el nervio de *Píngala*, el derecho, produce la espiritualización o desmaterialización, uno tiene que ver con el descenso y el otro con el ascenso y después el *Sushumna*, que es la energía equilibradora entre las otras dos, y es el que produce la necesaria existencia. De la nada aparente al aparente algo ocurre la Creación. Todo ello no es sino una corriente de energía que fluye a través de la involución y de la evolución, y en medio está la existencia aparente. Para tal existencia aparente se dan muchos ejemplos: uno ve un río hoy, ayer lo vimos también y mañana lo volveremos a ver y todos los días vemos aquel río y es el mismo río al lado del cual hemos crecido y siempre decimos “es el mismo río”, pero la verdad es que nunca ha sido el mismo río, porque hay un fluir y fluir hacia fuera del agua tan grande y tan continuo que nos hace tener la ilusión de que siempre es el mismo río, pero no lo es.

La afirmación ocultista dice: “Nadie puede meter el pie por segunda vez en el mismo río”. De modo que un río es una energía que siempre se mueve en su flujo descendente y ascendente, lo que nos da una existencia aparente. Tal es la existencia aparente que por un lado se da la formación del átomo y por el otro su disolución, y entre los dos procesos está la existencia aparente que nos parece la existencia real. De modo que el OM representa a sus tres aspectos y mediante la pronunciación consciente de él se pueden llevar a cabo manifestaciones. Incluso la Jerarquía para todo su trabajo mágico adopta el OM y también para desmaterializar se puede pronunciar el OM y para tener una existencia equilibrada se puede pronunciar el OM. La pronunciación del OM que nosotros hacemos es un duplicado del OM que ya ha sido pronunciado. Nosotros somos capaces de pronunciar el OM sobre la base del OM que ya existe en nosotros. Si el sonido silencioso OM no existiera en nosotros, nosotros no existiríamos para poder cantar el OM, de modo que nuestro cantar el OM es sólo un duplicado. Dentro de nosotros la pronunciación original está ocurriendo. La práctica de pronunciar el OM que hacemos nosotros es sólo para recordar que el OM ya existe dentro de nosotros y ha de dársele mucha importancia a ese OM que ocurre dentro de nosotros. Por eso se dice que escuchemos al OM sin pronunciarlo. Pronunciar el OM es algo preliminar, escuchar el OM es ya el paso avanzado y seguir el sendero del OM es ya el paso final. Entonces podemos llegar hasta el más sutil de los planos y descender hasta el más denso de los planos. Ese es el trabajo del OM al que se da tanta excelencia y del que se habla con tanta magnificencia en los *Upanishads*.

Al volvernos hacia dentro podemos escuchar el OM. Con la vibración del sonido se nos da esa sintonía como una técnica importante y dará como resultado excelentes transformaciones en nosotros. El Maestro Djwhal Khul ha expresado muy bien y de una forma muy breve la importancia del OM, mientras que en los *Upanishads* se dan la variedad de aplicaciones y manifestaciones del OM. En la carta *Circular de Vaisakh* intento cada vez dar un aspecto del OM, y en el octavo capítulo del *Bhagavad Gita*, que habla del Yoga de la inmortalidad, Krishna el Señor también da el OM como la clave para experimentar la inmortalidad. Si vemos la estrofa 13 del capítulo VIII, dice: “Aquellos que se han sintonizado a sí mismos con el OM pueden salir de su cuerpo conscientemente cuando les toque marcharse de su cuerpo. Ese marcharse del cuerpo no tiene por qué ser tomado como el suceso que termina con la encarnación de uno”. Como ya os he dicho en otras ocasiones, cada noche salimos del cuerpo. La partida final será cuando este cuerpo nuestro ya no sea útil para llevar a cabo los propósitos del alma. De modo que a diario nos marchamos, cosa que no consideramos como muerte. Pues entonces, conectémonos conscientemente con el OM nada más que nos estemos quedando dormidos, esto es lo que muchas veces digo que es “eliminación, restitución e integración” antes de irnos a dormir. Tenemos que restituir los cinco elementos del cuerpo a los depósitos de los cinco elementos. Entonces nos imaginamos una situación en la que no tenemos cuerpo; nuestra

personalidad no la necesitamos hasta mañana, así que la restituimos, la ponemos en la percha y mañana podemos recogerla otra vez. De modo que sin nuestro cuerpo y sin nuestra personalidad, ¿qué somos? YO SOY AQUELLO. Eso es lo que el principio del corazón nos dice siempre, su sonido doble lo único que nos está diciendo es “aquí estoy, aquí estoy”. Ese sonido pues, que escuchamos como un descendiente de la pulsación, es lo que se espera que escuchemos cada día, cuando estamos a punto de quedarnos dormidos. Cuando estamos por quedarnos dormidos nos preguntaremos conscientemente cómo nos marchamos del cuerpo, y eso ha de ocurrir. Que lo lleguemos a saber, mientras estamos aún en esta encarnación, eso nos otorga el estado de inmortalidad. Por eso Krishna, el Señor, sugiere, en el Yoga de la inmortalidad, que nos agarremos al OM y continuemos contemplando en OM, y continuamente contemplemos el OM que tiene lugar en nosotros. Ésa es la manera segura de marcharnos, de partir, pero no de morir. Ésa es la clave del Capítulo VIII del *Bhagavad Gita*. De modo que para todos los fines de manifestación, el OM ayuda; para fines de desmaterialización, el OM ayuda; para fines de adquirir salud, el OM ayuda; para realizar el trabajo mágico, el OM ayuda; para hacer desaparecer energías diabólicas, el OM ayuda; para invocar energías divinas, el OM ayuda; para transmutar las células de nuestro cuerpo, el OM ayuda; para conectar nuestra mente inferior con nuestra mente superior, el OM ayuda. De modo que hay variedad de maneras de trabajar con el OM, incluyendo la plegaria de purificación planetaria.

Hoy en los *Ashrams* se canta el OM con mucha intención. Para purificar el planeta, para derramar u otorgar paz al planeta, para neutralizar la crisis en el planeta. Las crisis planetarias pueden neutralizarse con la ayuda del OM, las crisis individuales pueden neutralizarse además muy fácilmente. El OM le da dirección a la vida, por eso los *Upanishads* dicen que no hay un modo de explicar por completo el OM. Voy a leer algunas de las frases escritas por el Maestro Djwhal Khul porque las podéis consultar, tenéis acceso a ellas. Sólo para que nos demos cuenta de con qué estamos trabajando cuando pronunciamos el OM : Lo decimos 3 veces por la mañana, 3 veces por la tarde, y 21 veces durante el mediodía, pero si lo hacemos sin intención y si toda esa actividad se hace de manera inconsciente, no nos beneficiamos, de modo que igual que la cinta magnetofónica en la que se introduce toda la sabiduría no es consciente de la sabiduría, porque a una cinta de magnetofón le da igual si es enseñanza, si es música, lo absorbe todo sin saber lo que es, eso se debe a que no es ninguna entidad consciente. Pero como nosotros somos entidades conscientes, nuestro pronunciar el OM conscientemente nos ayuda a solucionar muchos problemas personales y de la comunidad en que vivimos.

Consideremos el OM, dice el Maestro. Cuando este sonido se utiliza correctamente, tiene varios efectos que vamos a dilucidar aquí. El OM pronunciado con intención, con un intenso pensamiento detrás de ello, quiere decir que la mente tiene que asociarse con él cuando lo cantamos. El engaño de la mente es que ella se lo confía a la lengua, y la mente se va por ahí a dar una vuelta como un perro callejero, y lo mismo ocurre cuando cantamos el *Gáyatri* 24 veces. La mente delega, la mente es la administradora. Tiene la capacidad espontánea de delegar, así que le confía a la lengua diciéndole: tú sigue haciéndolo, yo me voy a dar una vuelta. Así que la lengua canta el *Gáyatri*, y la garganta hace el OM, y cuando la mente no está presente, tampoco hay impacto, porque la garganta, la lengua de por sí, no son mejores que la cinta de grabar. Por eso la importancia va dirigida al pensamiento intenso tras ello. Cuando se pronuncia el OM de tal manera, hace como el que relaja la materia densa del cuerpo, y la materia densa del pensamiento y de la emoción, e incluso del cuerpo físico. En los planos físico, emocional y mental, el OM puede hacer más ligera la materia densa. Es la materia densa la que causa tantísima cristalización en nosotros. Si pierde la flexibilidad, no hay flexibilidad mental. Las actitudes de la mente son muy fuertes, porque hay muchísima acumulación de materia densa en las células del cerebro, y no es flexible. Nuestras emociones tampoco son flexibles. La materia del cuerpo tampoco es

flexible. Son muy pocos los que tienen una columna vertebral tierna o elásticas. El secreto de la salud consiste en tener siempre una columna vertebral suave, flexible, elástica. Hoy día, la columna vertebral de muchos seres humanos no es mejor que una caña de bambú. Si la columna se mantiene tierna y elástica, el cuerpo también. Y cuando tenemos un cuerpo flexible y unas rodillas y tobillos flexibles, no se impide el flujo de la energía. Aparte del bloqueo de la cabeza hay muchísimos bloqueos en el cuerpo. El OM ayuda a deshacerlos y aflojarlos para comenzar, es decir que los tornillos que están apretados se aflojan y permiten la flexibilidad en los tres planos: físico, emocional y mental, porque el OM es un sonido que trabaja fundamentalmente con el fuego. El fuego puede doblar incluso al acero, así que personas con la mente de acero también pueden ser moldeadas.

La única cosa es que el OM debe pronunciarse con intención. Supongamos que tenemos aspiración espiritual y pronunciamos el OM con gran intención, actúa entonces como un medio atractivo y congrega entorno a sí partículas de materia pura para rellenar los lugares de aquellos que crecieron antes. La materia densa se ha aflojado, entonces el OM llena con materia pura las áreas de materia densa. Las partículas de materia pura sustituyen las áreas que la materia densa ha abandonado. Ése es el segundo propósito importante. Los estudiantes han de luchar por conseguir estas dos actividades en su mente a medida que utilizan el OM en su meditación. La utilización de la palabra OM tiene valor práctico y da como resultado la construcción de buenos cuerpos para ser utilizados por el alma. Esta es una herramienta oculta para trabajar.

Nos resulta familiar y no nos resulta familiar. Conocemos el OM, pero no lo conocemos. No lo conocemos porque no lo utilizamos con intención espiritual. Lo conocemos porque sabemos cómo utilizar las cuerdas vocales y pronunciar el OM oral. El OM también sirve para indicar a los trabajadores en el Plan Universal, a aquellos que están en el mundo y a los que se les ha otorgado la percepción espiritual, que ese discípulo está disponible para trabajar. De modo que hay seres trabajando en el Plan universal y están interesados en trabajar con la gente del mundo, para ayudar a los seres como un todo. De modo que si uno regular y persistentemente pronuncia el OM, envía señales a los alrededores de que uno está allí para trabajar para los seres sutiles, que están trabajando para el Plan total de muchos modos. La regularidad y sinceridad es lo que exige esta situación. Dependiendo de la confianza que se pueda mostrar con nosotros, dependiendo de nuestra regularidad en pronunciar el OM y de nuestra intención por servir al Plan, eso será lo que atraerá la atención de los seres superiores diciendo que hay un trabajador disponible, y cuando los seres sutiles saben eso, uno puede ser utilizado en lugares de necesidad. De modo que los devas saben dónde hay necesidad de actividad en el planeta, saben dónde se puede utilizar activamente a un trabajador determinado; esto han de tenerlo bien presente en la mente todos los aspirantes y ha de ser un incentivo para convertir la vida externa fenoménica, para hacerla coincidir con el impulso espiritual. Hay mucha aspiración por trabajar por el Plan y para la Jerarquía. No se exigen demasiadas cosas para entrar en este trabajo excepto el de aprender a trabajar con una herramienta. Si uno lo hace, este ser que viene de la Jerarquía dice que seremos bien utilizados, pero tanto si somos utilizados como si no, lo primero que tenemos que hacer es construir bien nuestro cuerpo y adquirir flexibilidad en los planos físico, emocional y mental.

Utilizar la palabra sagrada tiene también su lugar en el trabajo de la Jerarquía Mágica. Cantan el OM y producen formas-pensamiento y las envían a las áreas en crisis, y neutralizan la crisis. Desde 1981 han sido muchas las crisis que se han neutralizado. Esta humanidad ha pasado por muchos momentos peligrosos y hasta ahora ha pasado sin sufrir daño, sin heridas. Ha habido muchísimas provocaciones que han podido acarrearlos un desastre sustancial. Nosotros sólo sabemos los desastres que ocurren, pero los desastres que se han evitado no pueden ser conocidos por una mente común. La Jerarquía utiliza el sonido sagrado OM en su trabajo mágico. Las formas-pensamiento son creadas para

encarnar ideas y esas formas encarnadas son enviadas a contactar las mentes de los discípulos y también se envían a áreas donde se necesitan, en especial a las personas que ocupan elevadas posiciones de poder en el planeta. Hacia ellos se dirigen muchos pensamientos para que utilicen mucho el discernimiento, el autocontrol y no precipiten acciones a pesar de las provocaciones de que son objeto. Hay hoy en día muchísimas provocaciones en el planeta que pueden convertirse en una crisis mundial, pero la gente que ocupa posiciones de poder utiliza muchísimo autocontrol, éste es otro aspecto referente a la utilización del OM con el que incluso la Jerarquía trabaja. Éstas son algunas de las frases del Maestro Djwhal Khul acerca del OM. Él dice que pronunciar el OM encuentra su plenitud cuando la palabra se regula bien y porque una garganta sometida a semejante trabajo mágico no puede ser utilizada para otros fines y mucho menos para abusos. De modo que la disciplina referente al uso de la garganta y de su utilización es muy severa. Si uno quiere trabajar con el OM, ésa es la condición. Todo nuestro esfuerzo por trabajar con el OM queda destruido si nuestra garganta y nuestra lengua están sometidas a conversaciones como la crítica, a juicios de valor, negatividades que producen daño a los demás, que desaniman a los demás, que desagradan a los demás y todo ese tipo de disciplina. También voy a leeros alguno de los párrafos en que el Maestro Djwhal Khul habla sobre la utilización de la palabra. Si bien muchas veces en clases anteriores he explicado cómo hablar y cómo escuchar, leeré sus propias frases más tarde, pero de momento prefiero leer ahora algunas frases suyas relativas al OM. Él dice que el trabajo del OM es el trabajo del fuego.

Está el sonido THAU, que antiguamente se utilizaba para manifestaciones de trabajo mágico, y este sonido se utilizó más mal que bien y sólo aquellos que trabajaban con el OM ya en los tiempos atlantes han podido vivir en la crisis que le llegó al planeta como consecuencia de la inmersión de la Atlántida. Él dice que trabajar con el sonido THAU es trabajar con las aguas. THA es el sonido referente a la materialización y manifestación. De modo que hubo un excesivo trabajo en dirección a la materialización, lo que dio como resultado que la Atlántida se sumergiera; incluso ahora, la humanidad está intentando ir a otra crisis, que es la destrucción por el fuego. Antes fue la destrucción por el agua, y ahora puede ser destrucción por el fuego, a menos que la materia de la mente se transforme a través del fuego. La destrucción anterior vino a través de la excesiva emoción, ahora se espera que en este ciclo pueda venir la destrucción de la mente a través del fuego, a menos que se regule el fuego de la mente. La mente y el fuego son correspondientes. Hay un uso apropiado del fuego, así como un uso abusivo. El abuso del fuego todavía tiene en sí la posibilidad de destrucción de este planeta, todo y mucho depende de como sea utilizada la mente por esta humanidad. El Maestro recomienda sobremanera pronunciar el OM, que ayudará a una reconstrucción positiva de la mente. Si trabajamos persistentemente con el OM, nuestra manera de hablar subirá de grados sustancialmente, éste es otro beneficio que se deriva del OM. Escribir con inspiración es posible si uno trabaja con el OM regularmente, las comunicaciones telepáticas también se harán posibles cuando hagamos una pronunciación adecuada del OM. Muchos son los beneficios de pronunciar el OM, y hay también una manera de pronunciar el OM:

Si se pone el énfasis en el sonido **A**, estaremos sobre todo trabajando con el espíritu. Si se pone el énfasis más en la **U**, estaremos trabajando más con el alma, que es el equilibrio entre el espíritu y la materia.

Si se pone el énfasis en el sonido **MA**, es para la manifestación del trabajo. Si queremos manifestar obras de Buena Voluntad, podemos cantar el OM poniendo más el énfasis sobre la **M** final.

Si nuestra situación es espiritualizarnos, podemos poner sobre todo el énfasis en la **A** y en la **U**. **A+U** fonéticamente da **O**. Por eso existe como pronunciación AUM, o también OM.

Si uno quiere trabajar más con el espíritu o Primer Rayo, pone el énfasis en la A.....UM; en este caso la U y la M se pronunciarán menos.

Si uno quiere poner el énfasis en el Segundo Logos, Amor Sabiduría, o un equilibrio entre el espíritu y la materia, todo lo que tiene que ver con el Segundo Rayo, y vivir una vida bienaventurada, pronunciaremos A...U.....M. La M casi no se pronuncia.

Si uno quiere traer el Plan al terreno, pronunciaremos: A...U...**M**..... Hay que poner el énfasis en la **M**.

Pronunciamos así, y después en el mismo grado lo escuchamos. Pero más tarde tenemos que escuchar y escuchar para después pronunciar. De modo que el sonido no pronunciado se escucha (digo no pronunciado en el sentido de que no es pronunciado por nosotros, por eso se llama el sonido silencioso); uno aprende a escucharlo y a pronunciar luego. Entonces la situación es diferente. Así uno puede escuchar más lejos y más sutilmente, y tal y como es arriba, así lo pronunciaremos aquí. Así se llevan a cabo las conversaciones o los escritos inspirados. Aquellos que pueden dar una charla espontánea y que inspiran son seres que primero escuchan y después pronuncian. Quiero decir que antes de que ellos lo pronuncien, ha sido ya pronunciado en otra parte, ellos lo han escuchado, y luego lo pronuncian. Esa manera de hablar es original, esa manera de escribir es original, semejante música es original. Primero es escuchar o ver en el plano sutil, y luego manifestar mediante el vehículo llamado cuerpo. Entonces, ahora que a las doce vamos a pronunciar el OM, cada vez que pronunciemos el OM y antes de volver a pronunciarlo por segunda vez, hagamos una pausa al mismo tiempo para escucharlo; al menos hagamos silencio para ver si hay alguna manera de escucharlo, y de nuevo pronunciemos. Cuando se ha hecho la pronunciación prolongada, nuestro sistema, nuestro organismo será sometido a una vibración tal que puede sentir la resonancia de la pulsación. Cuando esa resonancia ya no es audible vamos y pronunciemos por segunda vez, y de nuevo escuchamos su resonancia, y de ese modo pronunciemos el OM veintiuna veces. Ésa será la manera de trabajar más profundamente con el OM. Gracias.

Espero que hayáis disfrutado del OM este mediodía considerando todos los factores que se han mencionado esta mañana en la clase. La práctica del OM le hará muchísimo bien al aspirante para llevar a cabo transformaciones en sí mismo. Comprendamos que el OM que nosotros pronunciemos es una pronunciación hecha por la personalidad, pero el alma siempre está pronunciando el OM. De modo que una vez más, es el trabajo de la personalidad que se orienta hacia el alma mediante la práctica del OM, como se ha sugerido en la sesión de la mañana; eso es muy importante a medida que seguimos adelante con el trabajo de autotransformación. El trabajo ocultista siempre ha de ir orientado a la práctica necesaria y no por lo que es. Cuando el estudio se transporta a la acción nos llegan muchos despliegues.

Otro principio importante, relacionado con el OM, es que el sonido es sólo y verdaderamente potente cuando el aspirante aprende a subordinar los sonidos inferiores, es decir, que el estudiante aprende a usar la palabra que dice. Imaginaos las palabras que decimos inmediatamente antes y después de una charla o de una conferencia; nos sentimos como obligados a hablar, hablar y hablar. Todo ese tipo de conversaciones es lo que se define como sonidos de tipo inferior, que son necesarios, sí, para llevar a cabo las acciones diarias, pero que han de estar subordinadas, y en la medida de lo posible la respiración no ha de malgastarse con palabras inútiles, y con palabras de baja calidad. Hemos de ser capaces de comunicar mucho mediante el silencio, a través de los ojos, y mucho menos a través de las palabras, porque la palabra, el hablar, es la manifestación más exterior del uso del Verbo, de la Palabra. Sí, tenemos que hablar sólo cuando es absolutamente necesario hablar, en otros momentos es mejor vivir contemplando el OM. Hablar sólo cuando los sonidos que uno envía a los tres mundos son reducidos tanto en volumen como en actividad, así como en cantidad. Tres aspectos se mencionan: reducir el volumen, reducir la

cantidad y reducir la actividad de hablar. Sólo entonces será posible oír el sonido, para así cumplir con su propósito. Es decir: aquellos a los que les gusta muchísimo hablar no pueden escuchar el OM que está pronunciando el alma. A menos que adoptemos esta disciplina de regular la palabra, el trabajo del sonido no puede prosperar con los aspirantes, y a menos que el trabajo del sonido progrese, no se dará cumplimiento a los propósitos del alma; sólo a medida que se reduce la multitud de palabras habladas, y se cultiva el silencio en la palabra que se habla, será posible que se sienta en el plano físico el poder del Verbo, de la Palabra. Multitud de palabras habladas: para expresar un pensamiento normalmente utilizamos demasiadas palabras; con muy pocas palabras deberíamos ser capaces de comunicar el pensamiento, y la palabra ha de ser muy precisa y apropiada. Dar vueltas alrededor del pensamiento y cerca de él, y expresar un pensamiento en diez frases cuando puede ser en una sola, es malgastar la palabra. Entonces cuando hay un gasto excesivo de la palabra estamos haciendo lo contrario de lo que queremos conseguir como aspirantes. A menos que esto también se regule, la palabra que pronunciamos no tendrá poder. Hay personas que cuando dicen algo, ocurre todo lo que dicen. Son gente de pocas palabras: dicen, se expresan en muy simples términos, y entonces las cosas ocurren. Dicen o pronuncian lo que ocurre; eso es porque están sintonizados con el sonido del alma, y hablan en sintonía con el alma. Por eso cuando ciertas personas dicen ciertas cosas, las cosas ocurren. Eso es porque observan la disciplina relativa a la palabra, y practican el escuchar el sonido que pronuncia el alma. Éstas son las dos notas que siempre tenemos que recordar: que el OM es siempre pronunciado por la personalidad, y que el OM es eternamente pronunciado por el alma, y que las dos corrientes tienen que confluir; por eso, cualquier lugar en donde se unen dos corrientes de agua es considerado como un lugar sagrado. Esos lugares son muchos en el planeta y siempre se los denomina “la tierra donde dos ríos se encuentran”.

De modo que está la nota de sonido de la personalidad, y la nota de sonido del alma. Nosotros conocemos la nota de sonido de la personalidad, pero tenemos que conectarla con la nota de sonido del alma; entonces la palabra que pronunciamos tendrá poder. Las palabras no pueden manifestar, las palabras no pueden inspirar, las palabras no pueden dirigir, no pueden guiar a menos que se le dé a la lengua esta disciplina mencionada; es decir, la facultad de hablar de la mente. La lengua de por sí no es sino un solo instrumento, es la mente la que utiliza a la lengua. Regulando la palabra que pronunciamos estamos regulando los diversos aspectos del cuerpo del *Antakharana*. Las palabras pueden venir de la conducta de uno mismo, todo ese tipo o manera de hablar que sean expresiones de gustos y preferencias, y no preferencias, y expresiones de las opiniones de uno, y expresiones de lo que uno considera que es bueno o malo; todos esos aspectos provienen del material de la mente. En el trabajo relativo al Yoga o la Magia Blanca, el material de la mente es neutralizado, y en la medida de lo posible no se deja que se trabaje con él. En el cuerpo del *Antakharana* están los patrones de conducta en la mente, y los patrones de sabiduría tal como los conoce y tiene el alma; entre los dos está el principio reflector que es la mente. Como dije esta mañana, la mente del alma es *Buddhi*, y tiene sabiduría. Ese *Buddhi* necesita también de una mente para reflejarse hacia el exterior, y cuando este principio reflector se ocupa sobre todo de los patrones de conducta, en la misma medida detendrá el reflejo del *Buddhi* a través de la mente. De modo que el trabajo de Magia Blanca puede darse siempre y cuando la mente, como principio reflector, se asocie con el *Buddhi*; pero cuando la mente, el principio reflector, se asocia con el material mental, es decir, con patrones de comportamiento, promueve la personalidad y detiene el programa del alma. De modo que regulando el uso de la palabra mediante diversos aspectos -su cualidad, su cantidad, y la misma actividad de hablar como tal, así como la precisión, utilizar tan pocas palabras como sea necesario-, conseguiremos que la palabra no se asocie con el material mental. Si uno no lo regula, las palabras que dice siguen adelante para nada.

Una vez un Maestro dijo: “Ni los reinos inferiores al ser humano, ni los reinos superiores a él tienen la facultad de hablar”. La facultad de hablar se le da sólo al ser humano para que pueda expresar el Plan desde los planos superiores a los planos inferiores, y así sea un mago para transmitir desde arriba hacia abajo, y también para la evolución de los reinos inferiores. La palabra, pues, no la tenía el hombre originalmente, sino que sólo en la cuarta raza raíz llevó la facultad de hablar, se le dio al ser humano como una facilidad, y ahora por ignorancia se ha convertido en un hábito sin propósito. A medida que el ser humano crece y adquiere consciencia del Reino Dévico, es decir, a medida que el ser humano va pasando por más iniciaciones para convertirse en un ser humano superior, tiene que ponerse en orden con lo que hay por encima de él: allí donde no hay palabra, sino sólo comunicaciones telepáticas, comunicación a través de la vista, comunicaciones a través de un gesto, volúmenes, se comunican a través de un simple gesto. A medida que esta raza vaya progresando, la palabra cesará. Ésta es una de las profecías de la Era de Acuario, porque evolución de la humanidad significa evolución en todos los aspectos, incluyendo la palabra, el silencio, la soledad, más apreciados por los seres humanos refinados, y preferidos a las palabras; por eso en la medida en que nosotros hablamos, en la misma medida los seres avanzados no hablan. Sólo cuando las muchas voces de naturaleza inferior, es decir, el material mental del que estoy hablando, y de nuestro alrededor, son silenciadas, en nuestro intento de conseguir autotransformación buscamos lugares tranquilos y serenos, no intentamos llevar a cabo seminarios en lugares donde hay muchísima alteración ambiental, demasiado tráfico o demasiados sonidos alrededor, eso es lo que intentamos evitar. En la medida que intentamos evitar los sonidos externos, los sonidos que no son constructivos, en la misma medida hemos de utilizar internamente el uso del sonido. Si hay un excesivo sonido externo, nos oponemos a él; si nuestro vecino pone sonidos en alto volumen, nos oponemos a ello. Tenemos derecho a oponernos, y enseguida se pone en operación la ley, esa misma ley ha de aplicarse entre la personalidad y el alma. No utilizar sonidos cuando no es necesario.

Así que no sólo las voces del medio ambiente sino también las voces de naturaleza inferior tienen que ser silenciadas, sólo entonces la voz que habla en el silencio hace sentir su presencia. Sólo en los periodos de quietud, de absoluto silencio, puede percibirse la presencia de la Divinidad interior, y su voz puede ser oída. Nosotros queremos escuchar la voz interna, pero estamos demasiado preocupados por las voces de nuestra personalidad. La voz del silencio puede ser escuchada no sólo cuando estamos en un lugar silencioso como éste, sino cuando permanecemos en silencio dentro de nuestro ser. Sólo cuando el sonido de muchas aguas muere en el reajuste de las emociones, la clara nota del dios de las aguas será oída. El dios de las aguas significa el Verbo que viaja por el espacio, porque el espacio es también considerado como si fuera agua, porque está lleno de vida y lleno de olas. Los antiguos sabios siempre han dicho que el espacio contiene aguas de espacio y que su manifestación en el plano físico es el agua que conocemos.

La gente raramente se da cuenta de la potencia de una palabra, y sin embargo dice: “Al principio era el Verbo, y el Verbo era Dios”. Ya tuvimos un seminario acerca de Sarasvathi, de cómo fluye la Palabra, del Verbo dentro de nosotros y en la Creación, y cómo lleva a cabo todo lo que existe, toda la actividad creativa. Tal es el verdadero poder del sonido, que por lo general se olvida y sólo decimos afirmaciones como ésta que acabo de citar que menciona la *Biblia* (Al principio era el Verbo, y el Verbo era Dios). Cuando leemos esas palabras nuestras mentes se van atrás, al comienzo, al amanecer del proceso creativo; el mismo proceso creativo se debe al Verbo, por eso cuando leemos frases como éstas, nuestras mentes van atrás, vuelven al mismísimo proceso creativo, y sabemos cómo mediante el sonido se hacen o forman las palabras. Puesto que tal es el poder de la palabra, cuando trabajemos con el sonido sagrado OM tendremos que adoptar la disciplina necesaria. Hay muchas disciplinas relativas a todas las prácticas ocultistas. Si queremos

practicar verdaderamente la ciencia de la meditación hay una disciplina relativa a ella, si queremos practicar *Pranayama* hay unas disciplinas relativas a él. Nosotros practicamos el *Pranayama* y la meditación, y pronunciamos la palabra OM, pero lo que menos seguimos es la correlativa disciplina, por eso las prácticas no dan sus frutos; tenemos que ser introspectivos. Estamos haciendo estas prácticas durante décadas y nada ocurre, y el tiempo transcurre, y los cuerpos se vuelven cada vez más cristalizados y viejos y nos quedamos donde estamos. De modo que a no ser que haya una introspección diaria y muy incisiva no podremos hacer un progreso ni siquiera de una pulgada, así que olvidémonos de llegar a la cabeza. Si ya estamos satisfechos y orondos con nosotros mismos e incluso nos sentimos orgullosos de nosotros mismos, hay poco campo para aprender, poco motivo para aprender. Debido a nuestra asociación con los libros de los Maestros entramos en la moda de mirar a ver si estamos pasando por la Segunda Iniciación, aquella Iniciación o la otra Iniciación e intentamos medirnos los hombros con otros; la autointrospección hecha sin concesiones cada día es la única manera segura por la que el ser humano se coloca a sí mismo en el sendero, porque cada día se sale de la alineación más que ponerse en alineación, cada día se desalinea uno más de lo normal; por la mañana tenemos que ponernos a nosotros mismos en la vía, en el camino, y cada tarde tenemos que hacer una constante revisión preguntándonos: ¿Qué es lo que yo tenía que hacer? y ¿qué es lo que he hecho? He empleado el día intentando entrar o estar en una mayor medida de luz. La revisión nos ayudará a disolvernos una vez y otra. La persona que no hace una revisión de sí misma, que no hace introspección, y que no hace autoanálisis, es sencillamente ciega en el sendero, y en cualquier momento puede poner el pie en una zanja.

Se ha dicho que el agente principal por el que se alimenta la voluntad en una dirección fenoménica es el sonido. Todo el movimiento de la Creación lo realiza la naturaleza mediante el agente del sonido; se pueden mover montañas si uno sabe cómo trabajar con el sonido. Todas éstas son historias del pasado y serán con toda seguridad las historias del futuro, y el futuro ocurre según el esfuerzo que hagamos en el presente. Si queremos tener buena salud mañana, el quehacer diario nuestro de hoy debe ser aceptablemente bueno, de modo que tenemos que tener continuamente esta visión de trabajar para el futuro preparándonos en el presente.

El sonido original establece en vibración la materia de la que todas las formas están formadas; lo primero que hace es poner en vibración a la materia por la que se forman las formas. El sonido inicia esa actividad que caracteriza incluso al átomo de la sustancia. De modo que la actividad que hay dentro del átomo también se debe al sonido. Por eso se dice que todo es sonido, y aquel que conoce el sonido lo conoce todo, y el sonido es la máxima magia. Tenemos que entrar en el jardín de infancia en lo relativo al uso del sonido, y eso lo haremos eliminando las palabras innecesarias sin ser desagradables, con eso también hemos de contar: porque se nos haya dicho, o hayamos comprendido que no tenemos que hablar demasiado, no tenemos que volvernos serios, uno no tiene por qué estar excesivamente serio sólo porque se le haya pedido que no hable. Por lo general cuando estamos serios estamos callados, y sino no estamos en silencio: cuando estamos enfadados nos quedamos en silencio. Cuando no estamos de acuerdo con algo y estamos padeciendo una alteración emocional por dentro nos callamos. Ese silencio es un silencio negativo. El sonido positivo lleva en él un poquitito de humor, y un aura agradable a nuestro alrededor. La gente que conoce el sonido son personas muy agradables y la conversación con ellos es de lo más agradable, de lo más dulce. En agosto del 97, os leí el tipo de conversaciones que tiene lugar entre almas tan elevadas como Krishna y Maitreya; es una sabiduría intrigante, es una comunicación muy lúdica de alta sabiduría a través del humor, porque no se puede sacrificar el humor en aras del Discipulado.

De modo que toda la actividad que se lleva a cabo en el Cosmos se debe al sonido, las formaciones se deben al sonido. La materia que vibra en nosotros y en la creación se

debe al sonido, así que nosotros podemos crear mejores vibraciones mediante palabras mejor utilizadas, mediante una mejor pronunciación y articulación del sonido sagrado, una mejor articulación y pronunciación de los *mantrams*, todo lo cual producirá un cambio de la materia para mejor. La literatura en las sagradas escrituras de todas las antiguas religiones y naciones da testimonio de la eficacia del sonido, el producir todo lo que es tangible y visible; por eso se dice que Dios es el gran cantante, y el universo es su canción. Cuando se pronuncia el sonido, tienen lugar las creaciones, Dios sabe entonces cómo pronunciar rítmicamente, musicalmente y crear un mundo lúdico. Ésta es una manera poética de expresar el trabajo relativo al sonido. Si se comprende esto, y se comprende de algún modo la ciencia del sonido, se comprenderá el significado de nuestras propias palabras, lo podremos comprender. Es decir, que no utilizamos para nada la energía creadora y primordial; tenemos que ver y observar cómo el sonido ha preparado o creado las cosas. El sonido que pronuncio y las formas salieron entonces a la existencia, pero antes de que las formas salieran al exterior hay toda una gran historia.

Cuando en las aguas del espacio se produce la pronunciación del sonido, se producen esferas sutiles en el espacio, igual que cuando tiramos un guijarro a las aguas de un lago se producen esas ondas, y en torno a esas formaciones del espacio sutil se congrega gradualmente la materia creando un centro, y ciertas formaciones en torno a ese centro. De ese modo, la creación de un sistema solar es una palabra articulada, entonces se produce el nacimiento de un centro y su correlativa circunferencia que tiene las cualidades de ese centro. Así se forman los sistemas: el sistema cósmico, el sistema solar y el sistema planetario no sólo se forman, sino que se ponen en movimiento y tienen una dirección. Todo esto nos da una idea de lo que puede hacer el sonido, y de lo que pueden hacer las palabras, y de cuánto puede hacer una persona reorientando su palabra, y no hablar simplemente todo lo que nos viene al pensamiento, y no poner en palabras todos los pensamientos que surgen de nuestra personalidad. El sonido o la palabra y el uso de las palabras han sido considerados por los antiguos filósofos como el agente superior utilizado por el ser humano para moldearse a sí mismo. Primero moldearse a sí mismo, y para moldearse a sí mismo se considera al sonido como el primer agente superior. Más tarde uno puede moldear su entorno y a uno mismo con la palabra.

En los *Ashrams* de los Maestros el uso del sonido es tal que todos los alrededores reverberan con el sonido, y toda la vida circundante, hasta el radio de unos cuantos kilómetros, se energiza. Los árboles dan frutos a más no poder, y sus ramas se doblan por el peso hasta la tierra, las flores florecen con sus máximas posibilidades y difunden una fragancia. Los animales viven en armonía, los aparentes enemigos entre los animales viven en amistad, sólo cuando tienen hambre uno se come al otro, pero sino, no se tienen miedo. Así que los reinos mineral, vegetal y animal están todos armonizados en los alrededores de un *Ashram* debido a la pronunciación de un sonido.

Los sabios y los antiguos filósofos consideraron el sonido como el agente principal que puede utilizar el ser humano tanto para moldearse a sí mismo como para moldear los alrededores. Tenemos todo este equipo, todas estas herramientas que se nos han dado para trabajar. ¿Cuánto trabajamos realmente? Conocemos lo relativo al silencio, lo relativo a la palabra, conocemos algunos *mantrams*, también practicamos el sonido, pero ¿dónde está su efectividad? ¿Dónde está su impacto? El impacto viene sólo mediante una intención profunda, y mediante la obediencia a la disciplina que ello conlleva, por eso dije que tenemos suficientes herramientas pero que no las estamos utilizando adecuadamente. De modo que, a medida que recordamos, recordamos y repensamos todo esto, podemos pensar en adoptar la disciplina necesaria. La proporción en los *Ashrams* de los Maestros es de uno entre mil; si uno enseña a mil personas, y una sola persona pone la enseñanza en práctica, el trabajo y la enseñanza habrán encontrado su plenitud. Uno a mil es la proporción que se busca, de modo que lo que se necesita hoy es repensarnos el trabajar con

una intención más profunda, más que acumular más y más información referente a la sabiduría. Reunir sabiduría o información relativa a la sabiduría no cumple con un gran propósito. Es lo mismo cuando uno escucha buena música, y lo mismo cuando uno escucha buena sabiduría: uno se armoniza, pero esta energía armonizada puede alterarse desde el momento en que empezamos a comportarnos contrariamente. La gente va a las convivencias de grupo que en India llamamos *Sat Sanga* sólo con el objetivo de recargarse, pero una vez recargados, nada más dejar el lugar se descargan. De modo que nos recargamos sólo para descargarnos. ¿Hasta cuándo podemos seguir haciendo eso? En algún momento tenemos que detener este patrón de funcionamiento. El propósito de todas las palabras es revestir al pensamiento y así poner a disposición de otros nuestros pensamientos. Ése es el único sentido, el único propósito. Cuando hablamos, evocamos un pensamiento y lo hacemos presente; normalmente cuando hay un pensamiento es cuando tenemos que hablar, pero nosotros, como es el caso con todo, abusamos de las palabras y por eso invitan a los pensamientos. El propósito de la palabra es revestir un pensamiento y comunicarlo, pero si uno no hace más que hablar y hablar, ¿qué está haciendo? Está provocando muchos más pensamientos para nada. De modo que se puede abusar del plano del pensamiento mediante el uso excesivo de la palabra: “La palabra sigue al pensamiento”. Pero más tarde los pensamientos siguen a la palabra; de modo que tenemos que hablar cuando tenemos un pensamiento que comunicar, pero hablar sólo por hablar revertirá todo este proceso. La palabra revela, y la palabra correcta puede crear un propósito beneficioso, igual que la palabra errónea puede producir una forma que tiene un motivo maléfico. Todo el trabajo de Magia Blanca consiste en no producir ninguna forma maligna sino que por el contrario, creemos una fuerza que neutralice los pensamientos malignos creados por la gente que no sabe. Una cosa es que nosotros ya no creemos formas innecesarias pronunciando palabras innecesarias; es decir, que no creemos más confusión en el plano del pensamiento produciendo conversaciones confusas. Eso es ya de por sí una buena contribución.

Una vez se le pidió a un conferenciante que hablara antes de comenzar un concierto de música, y en escena había muy grandes músicos que habían contribuido sustancialmente al mundo de la música, y para hacer un ponente en aquella reunión invitaron al alcalde de la ciudad pidiéndole que fuera el presidente de aquel acto. La música le resultaba extraña, entonces todos los que vinieron a aquella reunión se maravillaban diciendo: “¿Qué hará este alcalde aquí? Hay una enorme distancia entre el ayuntamiento y la música, ¿qué estará haciendo aquí?” Cuando el alcalde empezó a hablar, dijo: “Yo he hecho muy grandes contribuciones a la música”. La gente se quedó sorprendida pero él siguió diciendo: “No creáis que no he contribuido en nada a la música. El hecho de que yo no cante ninguna canción ha sido mi gran contribución a la música”.

Del mismo modo, si nosotros tampoco contribuimos a la confusión ya existente estaremos ya trabajando en el campo de la Magia Blanca. No contribuir con el lado negativo de la atmósfera. Posteriormente hemos de contribuir con el sonido a nuestro crecimiento interior, y en un estadio más avanzado podemos contribuir para neutralizar los pensamientos confusos en el plano de pensamiento. Si podemos pronunciar el OM en un lugar en el que haya confusión, acaba con la confusión allí reinante. Ésa es la purificación que los Maestros de Sabiduría nos aconsejan, pero antes de intentar purificar los alrededores hemos de ser nosotros lo suficientemente puros. El medio a través del cual se intenta difundir la pureza ha de ser igualmente puro. Por eso, lo primero es moldearse uno a sí mismo y luego moldear a otros; sin comprender esto, hablamos incesante e irresponsablemente día tras día. De modo que hablamos incesantemente, esto queda muy claro en las convivencias de grupo; nada más terminada la meditación, trabajamos muy efectivamente para destruir el trabajo que hemos hecho en la meditación, y esa destrucción continúa durante la mesa del desayuno. Se va a las habitaciones y llenamos toda la

atmósfera de nuevo con todo tipo de palabras innecesarias, porque somos incesantes en hablar, incesantes e irresponsables. Nosotros hacemos las dos cosas: incesante e irresponsablemente día tras día, no es que lo hagamos una vez al día o una vez a la semana. Hacemos una pausa en el fin de semana para cortar con el trabajo, pero nunca tenemos un fin de semana para cortar con el uso de la palabra. También os hablaré acerca de la importancia de darle un fin de semana al uso de la palabra, y de unas vacaciones de quince días al año al uso de la palabra. Todos buscamos vacaciones, fines de semanas y esperamos que los fines de semanas sean largos para que podamos hablar mucho más. Ahora vamos a entrar en el fin de semana de Pentecostés; fin de semana largo significa palabras largas, y eso día tras día. Día tras día usamos palabras, multiplicamos los sonidos, no sabemos nada de todo esto, y creemos que si hablamos y hablamos no pasa nada. Estamos produciendo muchas ondas en el espacio circundante, y esas ondas producen un impacto en el medio ambiente. Sí, organizamos una vida de grupo aquí, y unos cuantos meses después deberíamos oír que en las Montañas de Arosa han ocurrido algunas buenas cosas; sin embargo, si oímos que ha habido algunas avalanchas y alguna pérdida de vida, eso significa que mediante nuestra palabra hemos podido incluso influenciar a las montañas. De modo que no creamos que todo lo que pronunciamos no produce impacto. Hablar correctamente produce un impacto correcto, hablar equivocadamente produce un impacto erróneo, hablar irresponsablemente tiene un impacto irresponsable. De modo que el sonido produce vibraciones, y esas vibraciones producen un impacto, así que cómo lo utilicemos es importante.

¿Cómo utilizamos nuestro sistema de sonido en casa? En casa tenemos el sistema estereofónico, tenemos también televisión estereofónica, y tenemos un sistema de sonido para los ordenadores... Si no sabemos cómo utilizar o cómo producir sonidos positivos, es mejor que nos quedemos en silencio. De modo que no contribuiremos o multiplicaremos sonidos irresponsables. Nos rodeamos a nosotros mismos con mundos o formas de pensamientos de nuestra propia creación. Nuestros pensamientos, nuestras palabras y conversaciones son los vampiros que nos chupan la sangre, si decimos ciertas cosas indignas de alguien, eso mismo nos llega devuelto. Ése es otro fenómeno en la naturaleza. Si yo digo algo acerca de un miembro del grupo que no se merece que se diga, eso volverá otra vez a nosotros. Si yo hablo excesivamente bien de una persona, y esa persona no se lo merece, eso también me volverá a mí y me ayudará, porque es un pensamiento positivo hablar bien de los demás; lo contrario también le vuelve a uno de vuelta. Por eso se nos dice que sepamos ver las buenas cualidades de los demás y las ensalcemos; que eso forme parte de nuestra vida. Eso no quiere decir ser un adulador, sino que nos acostumbraremos a ver el lado bueno de la persona, y a hablar de él de manera auténtica, genuina; tengamos amor en nuestra buena apreciación de las cualidades de los demás: no seamos miserables, avaros a la hora de apreciar buenas cualidades. Seamos avaros, sí, en ser críticos con los demás, porque si no se lo merecen esas cosas vuelven a nuestra cara, vuelven a nosotros. Por esa razón la gente que dice cosas irresponsablemente sufre muchísimo, por eso el Gran Ser dijo: “No juzguéis, no critiquéis” Porque muchas veces nuestro entendimiento de las cosas no es objetivo, nuestra crítica y juicios de valor nos vuelven a venir a nosotros.

De modo que hemos de conocer este mecanismo del sonido y el movimiento de sus vibraciones para no crear mucha más confusión a nuestro alrededor de la que ya tenemos. Se espera que mediante la pronunciación apropiada del sonido hagamos desaparecer esa confusión que podamos tener. ¿No es, por tanto, esencial que antes de que hablemos pensemos? Si vemos las afirmaciones de los Maestros, nos dicen: “Aprende a hablar, aprende a pensar”. Cuando nos dicen esto, quiere decir que nos falta la base; no aspiremos demasiado, sino que aprendamos cómo hablar, cómo pensar. Es una cuestión de sentido común el pensar antes de hablar. ¿Se requiere acaso una gran inteligencia como la del Maestro Djwhal Khul para decírnoslo, para decirnos eso de “Pensar antes de hablar”?

¿Hasta qué punto hemos tirado de ellos hacia abajo para que nos tengan que decir las cosas? Si él ha dicho: “Piensa antes de hablar”, es porque ha visto a la humanidad en general hablar antes de pensar. Estamos demasiado ansiosos por hablar, y por eso, mediante lo que hablamos, aumentamos la producción de pensamientos en nosotros. Durante la meditación intentamos neutralizar el pensamiento, pero durante el resto del día obramos de manera contraria, y después nos sentamos unos cuantos minutos para la meditación, ¿Acaso eso sirve de algo realmente? Cada uno tiene que responderse a sí mismo: ¿Me está llevando la meditación a ese sosiego de la mente para experimentar la vida?

El propósito de la meditación es el alineamiento, y mediante tal alineamiento podemos experimentar la Luz, podemos sentir la Presencia en nosotros y a nuestro alrededor, y llegar a conocer nuestra verdadera identidad. Todo eso no es posible porque son muchísimos los pensamientos que nos vienen a la hora de la meditación; como si nosotros fuéramos capaces de regular nuestros pensamientos, nos sentamos en meditación, que, por lo general es un ejercicio fútil, y hacemos nuestra tarea mucho más difícil cuando durante todo el día hablamos sin cesar. Por lo tanto, ¿no es acaso esencial que antes de hablar pensemos? “Tenemos que alcanzar el conocimiento antes de alcanzar la palabra”. Ésta es una cita de un manuscrito antiquísimo. Sí, tenemos que alcanzar el conocimiento antes de poder alcanzar la palabra.

De modo que conseguir la palabra correcta es posible sólo cuando se ha alcanzado el conocimiento. La palabra parece ser pues, el logro final, y no puede utilizarse como nosotros creemos. Por eso una de las seis claves del *Veda* es el saber cómo hablar y cómo pronunciar el sonido; en sánscrito se llama *Zikchâ*. El *Veda* tiene seis claves, la séptima llave somos nosotros mismos, tenemos que utilizar las seis claves sobre nosotros mismos para que la divinidad solar se revele en nuestro interior. De estas seis claves, una de ella es “La Doctrina de la Pronunciación”: hemos de saber en qué tono pronunciar, y cuando pronunciamos, cada sonido referente a la palabra ha de pronunciarse específicamente. Hay una manera de pronunciar una palabra que nos indica la gramática o el diccionario, supongamos que en inglés se dice dictionary, uno no puede decir dicionarí, porque entonces ese sonido tendrá una vibración distinta. Mucha gente se traga ciertas sílabas o letras que forman parte integrante de la palabra; por eso, en todos los diccionarios clásicos dan también el modo de pronunciación. Cuando uno pronuncia una palabra no ha de comerse ciertos sonidos. Del mismo modo, todo sonido o toda letra tiene su modulación, algunos tienen un sonido prolongado, y cuando digo prolongado, quiero decir que la O, tengo que alargarla, no puedo decir tomando ejemplo del inglés “prolón”; eso tiene que ver con otra cosa. De modo que a la hora de pronunciar se requiere una tremenda precisión. Con frecuencia escucho decir *Majabarata*, pero no es *Majabarata*, sino *Mahâ-bharatâ*, y esos sonidos tienen significados diferentes. Cuando uno dice: Rama-yana, aquí en Occidente oigo decir *Ramayana*, pero *Rama* es diferente, y tiene significado diferente de *Ramayana* (se alarga la primera a). Del mismo modo, en todas las lenguas clásicas las palabras surgieron tomando como base la energía de cada palabra, y por eso uno no puede pronunciar como le dé la gana. No podemos prolongar un sonido que no es de una palabra, y tampoco podemos tragarnos nada, ni tampoco podemos abreviar la expresión particular de un sonido determinado. Todas las lenguas, y especialmente las lenguas clásicas, tienen un poder tras ellas. Las palabras han sido concebidas como el vestido de la fórmula del sonido; igual que el pensamiento se reviste con la palabra, el sonido se reviste con las sílabas; y el sonido apropiado ha de pronunciarse mediante la sílaba apropiada. Pronunciando algo inapropiadamente obtendremos resultados distorsionados, por eso se dan seis reglas para la pronunciación apropiada del sonido. Pronunciar la sílaba como se debe, y no prolongarla si no es necesario. No la abreviemos ni la acortemos más de lo que se requiere, no nos la traguemos (es decir, no dejemos de pronunciar un sonido que lleva la palabra), tampoco

pronunciemos deprisa (es decir, que no cortemos las cosas al pronunciarlas), y no pronunciemos las cosas con ansiedad (es decir, con una mente sucia); y luego, pronunciemos cada sonido con intención, y entonces es cuando en el cuerpo tienen lugar las transformaciones correlativas. El centro principal que trabaja con el sonido es el Centro Laríngeo, y el Centro Laríngeo es el centro que reestructura los centros inferiores (todos los centros que están por debajo del diafragma). De modo que es el centro de todo trabajo mágico y de ahí la importancia de lo que uno pronuncie.

Hay una buena historia acerca de este aspecto de la pronunciación:

Una persona entró en profunda contemplación, y durante muchos años estuvo invocando la presencia del Creador. El Creador sabía para qué o por qué contemplaba en Aquello: aspiraba al trono del Reino de los Cielos, pero no estaba preparado para ello. Sin embargo, con su mera voluntad estaba contemplando tan profundamente que al Creador no le quedó más remedio que darle su Presencia. Cuando el Creador apareció le preguntó a aquel contemplador qué era lo que deseaba. Él pidió el trono del Rey de los Cielos, es decir: pidió ser el Rey de los Cielos, y la palabra para ello es *Indra Asan*. Pero cuando él pronunció dijo *Nindra Asan*. *Nindra Asan* significa una buena cama para dormir, y el Creador le dijo: “Te doy lo que deseas; eso es todo”. Estaba durmiendo, y desde entonces lleva durmiendo. Ése es uno de los personajes del *Ramayana*, que se levanta sólo para comer y el resto del tiempo lo pasa durmiendo. Así que él está en paz, y el mundo está en paz también. Su nombre es Kumba Karna, es el hermano menor de Ravana, el antihéroe, o el malo en el *Ramayana*.

Como digo, cuando uno no pronuncia adecuadamente no se produce la necesaria intención, y tampoco el resultado. Eso es sólo para dar un ejemplo de lo preciso que tiene que ser uno cuando habla para que la comunicación se transmita mejor.

La palabra tiene que ver con el Centro Laríngeo, con Mercurio, y con el mes de Géminis. Muchas veces he hablado de este aspecto de la palabra, pero quiero colocar ante vosotros las afirmaciones tal y como fueron expresadas por el Maestro Djwhal Khul, esto conlleva también la pronunciación del OM. También hablaremos de la importancia de la soledad. Hay cuatro eses: una es la S de silencio, la otra es la S de soledad, y luego la S del sonido, y la S de speak (la palabra). Todo esto tiene que ver con la pronunciación del sonido sagrado, y en la Creación todo está entrelazado. Intentaremos entender pedacito por pedacito, pero también intentaremos entender que todo está interconectado. El sonido está conectado con su vibración, y conectado con la luz y con la forma. Cuando el sonido, la vibración, la luz y la forma encuentran una fusión feliz tiene lugar la síntesis, tiene lugar La Magia Blanca, ésa es una de las reglas pronunciadas. De modo que lo que nosotros intentamos comprender es que de lo que ya estamos haciendo desplegamos un poquito más para ver en qué medida estamos orientados con respecto a lo que sabemos, para que nos reorientemos con una intención más profunda. Así vamos a proceder durante esta convivencia de grupo, eso será útil para aquellos que trabajen con la sabiduría. Gracias.

Antes de seguir hablando acerca del trabajo con el sonido, me gustaría decir algo más acerca del concepto de ilusión. La ilusión de los cinco sentidos y de la mente.

En la Creación el alma es el ser, lo que no cambia, y todo lo que está construido a su alrededor, cambia. Dios Absoluto se refleja a través de la materia y ya desde el primer reflejo prevalece la ilusión, por eso el alma, que es el vehículo del espíritu, está sujeta a la ilusión de manera natural, porque la creación se forma a través de la ilusión, (el nombre en sánscrito para la ilusión es *maya*). El Uno decidió convertirse en muchos, pero en verdad es Uno sólo. Si tenemos cuatro espejos a nuestro alrededor, nosotros aparecemos en los cuatro costados, pero en verdad somos uno. El Uno se ha convertido en muchos mediante el reflejo, y el principio a través del cual se produce ese reflejo es la materia raíz que surge de él. De modo que es en verdad una sola existencia, pero que parecen muchas, y nosotros, a nuestra vez, tenemos nuestras ilusiones dentro de la gran ilusión llamada mundo. Este

aspecto ha de llevarlo en la mente todo estudiante de sabiduría para que no nos alteren los pequeños acontecimientos, y para que ni siquiera los grandes acontecimientos nos alteren tampoco. La alteración se produce cuando estamos demasiado apegados al mundo de la ilusión. Los cinco sentidos nos traen esa ilusión, y el aspecto colectivo de los cinco sentidos es la mente. Podemos disfrutar de estar en una casa de cristal con muchísimos ángulos, basta con que tengamos dos espejos, uno a cada lado, y tenemos una serie de reproducciones de nuestro ser a la derecha y a la izquierda. Así, hay innumerables planos de existencia, pero en todos esos planos, es uno, el único que se refleja, pero que se refleja como muchos. Entonces, ¿hay en verdad muchos? Es sólo Uno.

Los planos tienen que ver con la densidad de la materia. En la medida en que la materia se vuelve más densa, el reflejo es diferente, dependiendo de la cualidad del cristal, pues así aparece nuestro reflejo. En nuestras habitaciones veréis que hay espejos, pero no todos los espejos han sido contruidos perfectamente, a veces nos damos cuenta de que nuestra cara aparece un poco alargada, o ensanchada. De hecho nuestra cara no es alargada, ni ensanchada, ni acortada, sólo que dependiendo del reflejo así aparece nuestra imagen, y todas esas distorsiones que ocurren en el espejo no ocurren en nosotros. Cada uno de nosotros, como almas individuales, nos reflejamos a través de nuestro *Buddhi*, y luego nos reflejamos aún más a través de la mente, y nos reflejamos aún más a través de los cinco sentidos, incluso nos reflejamos aún más a través de los cinco estados de la materia, y lo que vemos en el plano físico es casi la séptima, yo diría el octavo reflejo. Si alguna cosa le ocurre al reflejo no tenemos por qué preocuparnos demasiado; ésta es la filosofía que hemos de tomar dentro de nuestro ser. Supongamos que hubiera un espejo, allí en el fondo, y yo me viera mi cuerpo entero en él, y que alguien le tirase una piedra al espejo. La imagen quedaría destruida, pero yo no quedo destruido. Así también el alma no se destruiría, su sabiduría tiene un aspecto triple: la Voluntad, el Amor y la Actividad Inteligente no pueden ser destruidas, lo que pueden ser destruidas son las ilusiones del plano mental.

Nuestro cuerpo físico tiene una duración. Cuando morimos nos vamos junto con nuestras emociones y nuestro cuerpo mental, y volvemos a nacer de nuevo con el mismo tipo de actitudes emocionales y mentales. Si hemos progresado un poquitito moriremos incluso con respecto a nuestro cuerpo emocional, pero aún seguiremos teniendo nuestro cuerpo mental. Cuando volvamos a nacer, renaceremos con nuestra misma actitud mental. Supongamos que hemos superado también la mente, entonces sólo tenemos el cuerpo de *Buddhi*, o el cuerpo de luz, que se llama cuerpo causal. En ese caso volvemos a nacer una y otra vez sin ninguna limitación, es decir, sin ninguna distorsión en lo referente al reflejo.

Los cinco sentidos y la mente han preparado la casa de magia en la que vivimos, pero esa casa no es permanente, lo permanente somos nosotros y la luz que nos rodea. La luz que nos rodea se llama *Buddhi*, eso es lo que nos hace caminar, o estar en funcionamiento mientras dure la creación, pero nosotros mismos, desde el punto de vista de lo elevado, somos también una ilusión. De modo que los apegos excesivos a las imágenes del espejo producen muchísimo dolor. El dolor y el placer tienen que ser neutralizados teniendo siempre en mente este principio de la ilusión, agarrarnos a la consciencia de que la familia en la que vivo y con la que vivo no va a ser mi familia eternamente. El cuerpo con el que vivo no será el cuerpo con el que viva eternamente, nada de lo que hay en el mundo visible permanece eternamente. Nuestro marido puede que no fuera marido nuestro en la vida pasada y que tampoco lo sea en la vida futura, y lo mismo con la esposa. Uno no puede decir: “En la próxima vida ésta será mi esposa”; en el futuro puede que ya esté casada con otra persona. Si vamos y decimos: “Tú eres mi esposa”, ella nos dará un tortazo en la cara.

Hay una buena historia acerca de esto. Había un rey que era un ser muy pleno en todos los aspectos de la vida, sólo le faltaba una cosa: un hijo. Así que estaba

profundamente preocupado por tener un hijo. Entonces, como con la primera mujer no habían podido concebir, se casó por segunda vez, pero tampoco pudo tener hijos con su segunda mujer. Se casó por tercera vez, ¡era el rey, no! Pues nadie podía ponerle pegas, el rey siempre tiene razón. Cuando los reyes gobernaban siempre tenían razón, si decía uno que no la tenían, su vida estaba en peligro. Así que se casó con cien mujeres, pero pobre hombre, la culpa la tenía él, y no las cien mujeres. Cien mujeres no podían estar equivocadas; sin embargo, él persistía todavía debido a la ilusión que tenía por tener un hijo, la ilusión de espejismo. Entonces llegó un gran sabio, de nombre Anguiras, que es uno de los siete sabios o *Rishis* de la Osa Mayor, que de una forma casual vino a ver al rey. El rey entonces lo recibió con todos los honores, y luego le explicó que no tenía hijos para continuar con la dinastía, y entonces le preguntó al sabio si en su destino veía a un hijo.

Y el sabio le dijo:

- No, no tendrás hijos.

El rey no se quedó satisfecho con aquella respuesta; su deseo era tan profundo que seguía casándose con una y otra mujer, y cuando el sabio le dio la respuesta, el no la aceptó.

Entonces el rey le dijo:

- Tú eres un gran sabio, puedes hacer y deshacer las cosas, ¿no podrías acaso otorgarme la bendición de tener un hijo?

Entonces el sabio Anguiras cerró sus ojos y se puso a contemplar. Al volver dijo:

- No, no va, no funciona.

Entonces el rey le contó una historia al sabio de que una vez había una pareja muy devota de Dios que servía a todo sabio y a todo mendicante que venían a su casa; ellos tampoco tenían hijos. Entonces vino un mendicante a su casa que comprendió que la pareja no tenía ningún hijo, y él sí que les otorgó un hijo. Si un mendicante, un renunciante puede hacer eso, tú que eres un gran sabio, un *Rishi*, ¿no puedes concederme la misma cosa?

Anguiras era un sabio muy grande, es de hecho un principio universal que existe en todos nosotros como fuerza de cohesión. En la Creación, Anguiras es el principio de cohesión, quiere decir que si un sistema solar con todos sus planetas tiene que estar unido, a ese principio sintetizador que lo mantiene unido se le llama Anguiras, y también es el principio sintetizador entre todos los sistemas solares, y es agente sintetizador entre todos los planos de existencia. Anguiras como principio existe desde lo más ínfimo a lo más grande; existe también en una forma. Pues a este ser le estaba diciendo el rey:

- ¿Acaso tú no puedes hacer algo que incluso un renunciante ha podido hacer?

El sabio Anguiras dijo:

- No es que no lo pueda hacer, es que no te ayudará, no te servirá.

Pero el rey dijo:

- ¡Por favor! Bendígame con un hijo.

Y el sabio dijo:

- Si tú lo dices, y lo quieres así, que así sea.

Así que el rey, debido a la bendición del sabio, tuvo un hijo a través de su primera esposa. El reino entero hizo una gran fiesta, así como el palacio real. La reina, el rey, recibían honores por todas partes, y todo el reino hablaba del hijo. En este proceso la primera reina ocupaba un lugar muy prominente, y el rey también estaba más con la primera dama, que era la reina, y dejó de lado al resto de las mujeres. Así que las otras noventa y nueve mujeres tuvieron una convivencia de grupo (risas de la gente) e intentaron dar aire a sus penas hablando del olvido y del desahucio del rey. Después de mucha deliberación llegaron a una conclusión, y se dijeron: “Si queremos vivir felices, este niño tiene que dejar de existir”. Así que concibieron un plan. Cuando eso ocurrió el niño ya tenía cinco años, y el rey estaba ya tan profundamente apegado al hijo que había dejado de lado el gobierno del reino. Les dijo a sus ministros que se encargaran del gobierno, y él, día y noche, no hacía otra cosa que estar con el hijo. Para él sólo existía el hijo, la reina y él. No había reino, no existían las

otras mujeres, y delegó todo a todos. A los cinco años tuvo lugar esta vida de grupo a la que me he referido, y decidieron ponerle veneno en la leche para que cuando el niño la bebiera muriera. Así que el niño la bebió y murió. Entonces la pena del rey era la pena del reino.

Cuando tenemos alguna dificultad tenemos la impresión de que todo el mundo se está hundiendo. Si no tengo mi desayuno me parece que toda la humanidad está padeciendo hambre, porque toda calamidad que nos ocurre a nosotros la vemos como si fuera calamidad de toda la Creación.

El rey se hundió en tal pena, en tan profunda depresión, que no había modo de que saliera de ella. Simplemente debido al apego hacia un hijo que había estado con él cinco años. Antes de esos cinco años, el hijo no existía, durante cinco años algo vino a la vida y se marchó; eso no puede matarnos. Muchas cosas vienen para pasar; los placeres vienen para pasar, los dolores vienen para pasar, las penas vienen para pasar. Nada le puede afectar a uno si ve que las cosas vienen para pasar, por eso en las escrituras sagradas siempre dicen: “Vino y pasó”. Eso suele ser la primera frase en muchas escrituras sagradas. No solemos quedarnos con esa primera parte; pero incluso la historia de sabiduría pasará y nosotros nos quedaremos sin nada. Los libros de Alice Bailey han venido para pasar, y todavía siguen siendo un desafío, nosotros seguimos siendo un desafío. Esta humanidad no se da cuenta de que las cosas vienen para pasar.

Este rey estaba muy apenado, y por otra parte era un rey muy capaz, tenía una gran reputación, y era muy noble. Su nombre se había difundido por todos los rincones del mundo, y se le ensalzaba como un gran hombre. Sólo por su deseo de tener un hijo, que más tarde resultó un hijo que sólo vino para dejarle pena. Entonces volvió a venir este sabio Anguiras, miró al rey, y le dijo:

- ¿Por qué has caído preso de semejante ilusión? ¿No te dije acaso que no funcionaría? Pero tú insististe, y ha venido para pasar. No te apegues excesivamente. Mediante tu propia ilusión vino un alma que actuó brevemente como hijo tuyo durante cinco años. Antes de que naciera no era tu hijo, después de haberse marchado ya no es tu hijo; ha estado con nosotros un momentito.

Y quien contacte con nosotros con una relación, lo único que tenemos respecto a él es un deber que hacer. La gente nos es encomendada, y luego, más tarde, una vez cumplido el deber, se marchan. Muchos de nuestros hijos nacen como nuestros hijos porque tenemos deudas para con ellos; por eso los padres los educan con mucho cuidado, pero más tarde los hijos dicen: “No me importa”, y eso es cierto, porque nosotros ya hemos acabado con la deuda que teníamos con ellos, les hemos pagado la deuda que les debíamos en los ciclos anteriores. Todas las relaciones del mundo son relaciones de deuda. Uno haciendo algo por el otro, debido a la ilusión que tenemos de que uno es el marido, la otra es la mujer, y los dos sabiendo que sus hijos son sus hijos. Pero eso de mi esposa, mi marido, no existe. Es una relación, sí, pero que durará mientras haya esa interconexión entre los dos debido a las conexiones del pasado. Lo mismo ocurre con los hijos. Algunos hijos sirven a los padres, eso es porque los padres no tenían ninguna deuda que pagar, y sin embargo sirvieron a los hijos, por eso los hijos ahora les sirven a ellos. Pero otros hijos no hacen servicio, no les importa, no les preocupa. Si verdaderamente trabajamos con la sabiduría hemos de comprender que es cierto que hemos cumplido con nuestro deber y ya no nos alteraremos por dentro.

Cuando una mujer se divorcia de un hombre, el hombre no tiene por qué convertirse en una persona deprimida, ha de decirse: “Está bien, he hecho lo que tenía que hacer, y era una duración limitada”, y lo mismo si es el hombre el que se divorcia, la mujer ha de ser capaz de sentir esto mismo que digo. De modo que algunas veces las relaciones familiares, a pesar de nosotros, entran en discordia. No hay manera de explicarlo. Todas las almas en su viaje se encuentran, y cuando se encuentran desarrollan ciertas relaciones

temporales. Así que uno no puede convertirlo en cosa permanente. El ejemplo clásico que se da en el *Bhagavatam* es el de dos almas que son como marido y mujer, como dos troncos de madera que viajan a través de las aguas de la vida, los dos troncos de madera van juntos por un tiempo. Es la corriente del agua la que une a los dos troncos, pero al cabo de un tiempo cada uno de los dos troncos encuentra una ruta diferente. De modo que el encuentro y la partida ocurren a través del tiempo, y la relación no dura más allá de un determinado tiempo. Algunas relaciones pueden durar más, otras pueden durar muy poco tiempo. Amor hoy, matrimonio mañana, divorcio al día siguiente. Yo tengo un caso de eso, en el que un hombre y una mujer se amaron mutuamente durante ocho años, y luego se casaron, y en cuestión de un mes se divorciaron. Si sólo hubieran esperado un mes más, se hubieran ahorrado todo ese gasto del matrimonio. Esto ocurrió en España, en la familia de uno de nuestros miembros de grupo. ¿Cómo puedes explicarlo? Ocho años amándose mutuamente, al final decidieron casarse, y en cuestión de un mes se divorciaron. Sólo las relaciones del alma duran mucho tiempo, las relaciones de la personalidad no duran mucho. La asociación en un punto superior durará mucho tiempo, pero la asociación en los planos inferiores no dura mucho. Puede haber un acuerdo entre los cuerpos, y puede haber luego una repulsión; puede haber un acuerdo emocional, y luego puede haber una repulsión porque no van juntos. Sólo si la luz del alma es la base para estar juntos, las personas estarán juntas para siempre. Por eso el Maestro Morya y el Maestro Kut Humi están juntos desde hace más de 5.000 años. ¿Acaso puede haber una amistad como ésta a nivel de personalidad? No puede ser. Así que todo lo que es de la mente o está por debajo de ella no dura mucho, y la duración total depende de la deuda que se tenga, de cuánto le deba uno al otro. Sea en términos de dinero o en términos de energía.

El sabio le explicó todo esto al rey diciéndole:

- Tu hijo no es tu hijo ahora, porque tu hijo no era hijo tuyo hace cinco años. En la duración total del tiempo, en lo referente a un universo, un alma vino hasta ti, y se marchó. Por eso no tienes que estar en ese shock de alegría cuando alguien llega y luego deprimirse por completo cuando alguien se marcha.

El rey dijo:

- No puedo salir de esta sensación de pensar "Era mi hijo".

Pero el sabio insistió:

- Ya no es tu hijo, no será tu hijo nunca más.

Entonces el rey le preguntó al sabio:

- Tu potencial es ilimitado, ¿no puedes hacer que mi hijo vuelva de nuevo a este cuerpo?

El rey no había permitido que el cuerpo de su hijo fuera incinerado.

El sabio dijo:

- Sí que lo puedo devolver al cuerpo, pero su programa es diferente, él no puede seguir contigo, y yo no puedo interferir en el horario que tiene cada alma.

Pero el rey le dijo:

- Al menos por cinco minutos, haga por favor que vuelva de nuevo.

Entonces el sabio hizo que el alma volviera a aquel cuerpo, y como si se despertara, allí estaba el niño. Entonces el niño se puso a mirar a su alrededor, y no reconocía a nadie.

El rey dijo:

- ¡Oh, mi querido hijo!

Le llamaba por todos los nombres cariñosos con los que le llamaba. Todo ese tipo de nombres cariñosos que les damos a nuestros hijos y a nuestros perros. No tenemos discernimiento, le damos a lo mejor el mismo nombre a un perrito que al marido, a la esposa, a un hijo, a una hija. En ese sentido, sí tratamos a todos por igual (risas de Sri Kumar y la gente). El concepto de igualdad se pone de manifiesto en el contexto equivocado. Pero bueno, volvamos a la historia.

El rey llamaba al hijo por mil nombres, pero el hijo miraba al padre como si fuera un extraño, y le preguntó:

- ¿Quién eres?

Y el rey le dijo:

- Soy el rey, tu padre.

El niño dijo:

- No te conozco, y no me importa si eres rey.

Entonces el niño miró al sabio, y le dijo:

- Usted es una persona que lo sabe todo, ¿por qué me ha hecho volver de nuevo a este cuerpo? Permítame por favor que me marche.

Entonces el rey perdió la ilusión, y empezó a pensar: “¿Qué es mi hijo?, ¿mi esposa?, ¿mi dinero?, ¿mi propiedad?, ¿mi cuerpo?, ¿mi sabiduría? (risas de la gente), ¿mis libros? Ignorante aquél que posee cosas.

Así que, si verdaderamente queremos trabajar con la sabiduría, se nos recomienda mucho que tengamos bien presente esta faceta de la ilusión que reina en la Creación.

De esto quería haberos informado ayer: No busquéis ser bienaventurados o conseguir la esencia espiritual antes de haber absorbido la ilusión de la mente. Hay ciertos deberes que cumplir para con los seres que nos rodean, y eso es lo que tenemos que hacer, pero nada más. Por mucho que besemos a nuestro hijo, puede que más tarde nos dé un puntapié. Por eso, no hagamos las cosas esperando nada a cambio. Amo a mi esposa porque ella me ama no sirve, basta con que yo ame a mi esposa. Puede que ella cambie su actitud, ¿y acaso seguiríamos nosotros amándola? Entonces, ¿qué es nuestro amor? Así que todo es comercio; dependiendo de la utilidad de los otros para mí, así soy yo útil para ellos. De otro modo, ¿dónde están el amor, la alegría, y la interrelación? Toda la actividad se hace esperando algo a cambio, y muchas veces no ocurre lo que se esperaba. La decepción se debe a haber esperado algo a cambio. Si nuestro hijo se ocupa de nosotros cuando somos ancianos está bien, si no se ocupa también está bien, si nuestra esposa nos ama o no nos ama, está bien. Nuestra estabilidad no se altera si algo a nuestro alrededor se altera. Cuando obtenemos dinero somos felices, cuando perdemos dinero no somos felices, pero antes de obtener ese dinero, ¿no teníamos dinero? Por eso los orientales dicen: “Cuando vine, vine desnudo, todo lo que yo haya acumulado durante la vida no lo poseo, porque de nuevo volveré al crematorio, a la pira, desnudo. Porque vinimos desnudos”. En la tradición oriental, cuando una persona muere y se la quema, se la quema desnuda, no se le ponen los zapatos, el traje y la corbata: no vino con traje, zapatos y corbata. ¿Acaso, pregunto, alguno de vosotros vino con traje, zapatos y corbata, calcetines y sombrero? No, todo eso hay que dejarlo atrás porque pertenece al plano físico. ¿Y a dónde va? Eso no puede llevarse a ninguna parte. Así que yo vengo desnudo y me marcho desnudo. El dinero que recibo pues, si lo pierdo, no me preocupa; la gente con la que yo construyo relaciones, si pierdo la relación, no me preocupa. Tengo nombre y fama, pierdo el renombre y la fama, no me importa; eso es humanidad. Ese es el verdadero ser humano. (Había dicho “Eso es masculinidad”, pero dice “Si digo eso, esta sesión de aquí al lado -se refiere donde están sentadas las mujeres- tendrá objeciones”). Todo lo que tengo conmigo está conmigo para desarrollarlo, yo juego según las reglas, pero no poseo nada; el problema comienza con la propiedad.

En la mente el concepto de propiedad es demasiado fuerte. Nada es nuestro, ni siquiera nuestra existencia es nuestra ¿De qué estamos hablando entonces? Nuestra existencia no es nuestra, es ÉL que existe como nosotros. Por eso, un gran Iniciado canta y dice: “¡Oh Señor!, yo soy tuyo, y la ilusión es también tuya. Yo deseo estar contigo para no tener ilusiones, de otro modo la ilusión me hará padecer. La ilusión es tuya, los seres son tuyos, y Tú disfrutas cuando los seres están en ilusión. Cuando yo caigo producto de la ilusión, también es obra tuya”. Así que proveniente de esas afirmaciones de sabiduría tan

antiguas el Maestro Djwhal Khul cita un párrafo diciendo: “Una antigua escritura dice: No busques, ¡oh doblemente bendecido, bienaventurado!, porque hay una segunda dosis de sabiduría, de luz que entra en el ser humano”. Al contrario de los animales, el ser humano es diferente porque en él hay un segundo descenso, y por eso somos doblemente bienaventurados o benditos. El Maestro dice: “No busques, ¡oh, doblemente bendecido!, llegar a alcanzar la sabiduría espiritual antes de haber hecho desaparecer la ilusión de la mente”. De modo que las llaves de sabiduría no están disponibles para aquellos que siguen teniendo una identidad errónea. Las claves de la sabiduría están sólo disponibles para aquél que sabe, sin cometer error, sin cesar, que pertenece al Uno, y que todo lo que existe le pertenece al Uno, y que debido a la Gracia se le permite a él disfrutar y experimentar las cosas que hay a su alrededor. Si esta especie de corriente de pensamiento no existe como nota continuada de todo lo que hacemos, padecemos ilusión. También estudiar sabiduría nos producirá una ilusión. Así no se busca la sabiduría, con todas las emociones, con todos los apegos, con todas las ilusiones. Nosotros estamos intentando buscar sabiduría, pero el Maestro nos dice: “Antes de buscar la sabiduría asegúrate de tener este pensamiento en ti. ¿No vemos a gente morir? ¿No vemos a gente marcharse?

Una vez una mujer fue a ver a Budha y llorando le dijo: “He perdido a mi marido”, y le pidió a Budha que le devolviera la vida a su marido. Budha sonrió, y dijo: “Te devolveré a tu marido, pero debes ir a una casa en la que nunca haya tenido lugar hasta ahora ninguna muerte y traerme una taza de arroz, una simple y pequeña taza de arroz; la necesito para devolver la vida a tu marido”. Entonces la mujer fue a la ciudad y preguntó por todas las casas, pero todo el mundo tenía una historia que contarle de cómo había perdido a un ser querido. Había gente que había perdido a niños recién nacidos, había gente que había perdido hijos jóvenes, había gente que había perdido maridos, esposas, padres; no había ninguna casa en la que no hubiera ocurrido alguna muerte. Al ir de calle en calle de uno a otro lado, se dio cuenta de que la gente muere, ¿y qué era lo grande en ella, lo especial para que su marido no tuviera que morir como todo el mundo? Entonces se dijo: “Es injusto que le pida a Budha que mi marido resucite. A las gentes de esas casas les han ocurrido muertes trágicas, y todas lo han asumido, lo han aceptado ¿Por qué debería hacerle yo esta petición a Budha, cuando los demás no le han pedido nada?” Así desapareció su ignorancia, y siguió el sendero de la sabiduría. Sólo aquél que tiene su mente bajo control, y ve el mundo como en un espejo, se encontrará sólo con imágenes de espejo, mientras que como almas somos todos Uno. Entender eso así es importante, dice el Maestro; sólo a semejantes personas se les puede confiar con seguridad la sabiduría esotérica.

Sólo el que sabe que los cinco sentidos son ilusión y que nada permanece se salva a sí mismo, y a su Padre; sólo ése puede ser admitido en la sabiduría esotérica. Esto es lo que se llama *Vairāgya* en las escrituras orientales, es decir, desapego. Hemos de tener un mínimo grado de actitud de desapego, la vida nunca va como a nosotros nos gusta. La vida nos hace ir a nosotros, y benditos aquellos que saben cuál es su deber sin esperar nada, o sin tener exigencias, sin atribuirse nada, sin apegos. Tales personas pueden neutralizar placer y dolor; no es el sendero del placer, ni el sendero del dolor. Si uno cree que la sabiduría es el sendero del placer, no lo es; pero tampoco es el sendero del dolor. Uno no tiene que creer que la sabiduría presupone sufrir dolor. Eso es porque Jesús optó por la crucifixión, y después la gente en Occidente ha creído que las prácticas esotéricas conllevan dolor, pero Jesús optó por la crucifixión para cumplir con ciertos propósitos superiores. El sendero de la sabiduría no es un sendero ni de placer, ni de dolor. No es a través del sendero de placer, ni del sendero de dolor que nos llega la liberación, sino que nos llega habiendo trascendido los dos, habiendo combinado el dolor con el placer. También por eso la astrología esotérica dice: “A los momentos o tiempos de dolor les siguen momentos o tiempos de placer, y a los momentos o tiempos de placer les siguen momentos o tiempos

de dolor”. Son cosas inevitables en la vida, no hay vida sin dolor, y no hay vida sin tan siquiera un pequeño placer. Hemos de procurar pues, trascender estos aspectos y seguir viviendo, esto requiere una actitud desapegada. Cumplamos intensamente con nuestro deber para con los demás sin esperar nada a cambio. Eso es lo que se precisa si verdaderamente queremos trabajar con las líneas de la sabiduría, de otro modo no dejará de ser una cosa casual y de moda. En este aspecto, cada vez hay más teísmo o creencia en Dios en el planeta, pero sin crecer en desapego; ahora hay más apego que nunca, hacia cualquier cosa. El único apego recomendado es apegarse a Dios, a lo elevado, ésa es la única relación eterna que tenemos, todas las demás relaciones son ilusión. Por eso los sabios sirvieron al mundo pero vivieron en completa sintonía con el Uno, la desarrollaron sin apego, si bien sirvieron profundamente y con amor.

Todo deber ha de realizarse con amor porque el mundo no es diferente de Él, el mundo no es sino una manifestación de Dios. Dios se ha manifestado y por tanto no podemos descuidar el mundo; también en el mundo, viendo al Uno, ha de hacerse el servicio. Así hemos de entenderlo para poner en práctica todas las enseñanzas esotéricas en la vida, de otro modo todo será una vida de confusión. Esta parte ha sido necesario que se repitiera de nuevo hoy. Uno puede decir que está muy claro durante la consulta. Ayer buscaba la página para recordar, y puesto que no se abría así, por sí sola, pensé que no era necesario; pero luego durante las consultas se me exigió. Lo que quiero decir con ello, es que surgieron situaciones por las que comprendí que necesariamente lo tenía que decir, y tener esto como piedra de fundamento para todas las prácticas, porque sino siempre nos alteramos de vez en cuando. Es importante tener una mente que no se altere. En los pasos iniciales del *Bhagavad Gita*, en el segundo capítulo, Dios dice: “Una mente estable es la base de toda sabiduría”. El Yoga de Patánjali dice: “Una mente que no salta de acá para allá, y que no pasa por demasiadas variaciones está preparada o es idónea para el Yoga”. Sea el *Bhagavad Gita* o el Yoga de Patánjali, ambos hablan de la misma verdad y describen el sendero para llegar hasta ella. Ningún tipo de alteración en la vida ha de alterar la mente. Eso ha de practicarse por un lado, al mismo tiempo que practicamos otras cosas como el sonido, la respiración o la meditación. Pero sin esta base todas las prácticas son inútiles. Cuando no tenemos fundamento o base, no podemos construir nada encima. Así que, por favor, recordad esto antes de que sigamos adelante en relación al OM, al uso de la palabra, del silencio y de la soledad.

Ayer os estuve diciendo que todo uso de la palabra tiene que reducirse a su expresión mínima. El método de hablar ha de evolucionar también. Cuando tenemos en miras la transformación, es una transformación que ha de aparecer en todos los aspectos de nuestra vida; hemos de aprender a lanzar nuestra idea con una mayor expresión. Las conversaciones, las palabras morirán, y los libros se reducirán a nada; todos los libros. Cuando no hay necesidad de hablar no hay tampoco necesidad de escribir, y por eso no hay necesidad de libros. Éste es el futuro lejano, mientras tanto podemos hacer lo que queramos con nuestros libros, venderlos o quemarlos.

Las líneas de comunicación subjetiva se abrirán. Los seres humanos comprenderán que el ruido es un obstáculo para la comunicación y relación telepática. La comunicación telepática es posible entre dos personas que mantienen un alto grado de silencio, ésa es la razón sencilla y simple por la que un Maestro de Sabiduría no puede contactar con nosotros. Nosotros queremos que los Maestros nos hablen, pero nosotros no paramos de hablar, entonces ellos no pueden hablar. Se exige un alto grado de silencio para recibir cualquier tipo de comunicación telepática, por eso, en las horas de sueño se hacen muchas comunicaciones, y en las horas de profunda meditación se llevan a cabo comunicaciones. De modo que necesitamos reducir el ruido, ése es un aspecto de la evolución, reducir el ruido de nuestros alrededores y reducir el ruido proveniente de nuestro Centro Laríngeo. El camino de regreso no será ya necesario porque los seres humanos utilizarán símbolos de

luz y de color para complementar mediante el ojo lo que la curación subjetiva ha registrado, pero la hora aún no ha llegado.

El trabajo del Discipulado es un trabajo de pionero. Se espera que estemos más adelantados que los demás para que podamos enseñar el camino, eso es Discipulado. El ejemplo que establezcamos a nuestro alrededor será el ejemplo de lo que seamos, como líderes o como lo que sea, pero sólo a través del ejemplo. Cuando se trata del sonido, la invocación que hay que hacer es “Que hablemos el silencio sin romperlo”. Y cuando hablemos, el grado de luz que tengamos sale fuera. “El sonido que pronuncio revele la luz en mí”, una luz que es muy apagada; cuando la gente habla se sabe el grado de luz que tiene. Así que, por esa razón, incluso aunque sea para ocultarlo, mejor no hablar. Cuanto más hablamos, más ignorancia sale de nuestra boca. De modo que aunque sólo sea para ocultar nuestra ignorancia hemos de permanecer en silencio, porque el sonido no se puede oír a menos que la gente aprenda a estar en silencio.

Todo lo que vemos en el mundo exterior tiene su aspecto esotérico, todo lo que vemos por fuera está también por dentro. Si hay luz fuera es una confirmación también de que hay luz por dentro, si hay sonido por fuera hay una confirmación de que también dentro hay sonido. De modo que tenemos que viajar del sonido externo al interno. Hay un interludio que se llama silencio. Sólo observando silencio podemos entrar, o pasar al otro lado. De otro modo no podemos. Eso vale para todo, hay un interludio desde lo exotérico a lo esotérico. La mariposa también tiene un periodo de incubación que es un interludio antes de convertirse en mariposa. Toda preparación pues, requiere un interludio. Antes de que un astronauta despegue rumbo a la luna tiene que hacer un interludio, se le pone en cuarentena: se le aísla de su familia, del mundo exterior, por un periodo de cuarentena antes de despegar, y después también, cuando viene de vuelta a la tierra. El cambio de plano requiere cierto silencio. Por esa razón cuando el día está cambiando y convirtiéndose en noche tenemos que guardar silencio para sintonizar con la noche, y cuando el día se está transformando, y cuando la noche se está convirtiendo en día, durante esas horas, hemos de estar en silencio, por eso se nos ha recomendado la meditación entre dos luces. De plano a plano, hay un cambio químico, y durante ese periodo de cambio se nos pide que permanezcamos en silencio. Por esa razón también cuando Saturno transita por nuestro ascendente o por nuestra luna los cambios ocurren, y como consecuencia es mejor permanecer en silencio para experimentar los cambios y podernos integrar con ellos; lo mismo ocurre con Saturno transitando por Mercurio: los cambios monetarios pasarán por un cambio, y hemos de guardar silencio para asimilar el cambio. Cuando Saturno transita por la séptima casa hemos de tener más cuidado de nuestro compañero o compañera de vida porque pueden ocurrir desacuerdos. Ser mucho más hermoso y mucho más atento con nuestro compañero/a. De modo que cada vez que se exige un cambio, se exige también mucha más atención. Así es como tenemos que utilizar la astrología, porque de otro modo, aunque sepamos astrología no tendrá significado.

También en términos de ejercicios de respiración hay un interludio durante el cual se produce el ascenso, más tarde os hablaré del *Pranayama*. Ahora cuando hablemos del silencio, de las palabras habladas a palabras habladas de calidad, y de palabras de calidad al mínimo de palabras, y del mínimo de palabras al silencio, y del silencio al sonido no pronunciado, al sonido de *Anabatha* que ocurre en la creación; eso es lo que hay que oír. De modo que el objetivo es entrar en la profunda ciencia del sonido, y al mismo tiempo hemos de hacernos con la costumbre de estar en soledad y de mantener silencio. Ésa es una de las primeras y principales costumbres que el estudiante tiene que cultivar. Si tenemos vacaciones o un fin de semana dediquemos un cierto tiempo a estar en silencio. En los días laborables no podemos decir en nuestra oficina “Es que hoy me toca silencio”, porque me harán una carta de despido que diga “Puedes quedarte en silencio para siempre”. Así que, elijamos unos días en los que estemos mucho más relajados y, en los que no tengamos

muchos deberes, e intentemos estar en soledad. Hay un excelente párrafo del Maestro Djwhal Khul que habla de la soledad. Hablaré de ello, y cerraremos esta clase de la mañana.

Una de las condiciones primordiales que tiene que cultivar un aspirante para percibir el Plan y ser utilizado por el Maestro es la soledad. Éste es el propósito superior de la soledad, y se le recomienda al discípulo, pero no tanto al aspirante. Percibir el Plan y ser utilizado por un Maestro requiere soledad. Incluso los discípulos tienen que cultivar la soledad, así que qué decir de los aspirantes, ellos necesitan mucho más la soledad. La rosa del alma florece. Podemos encontrarnos con nuestro ser.

Cuando subimos a la cumbre de una montaña no es para ver todo lo que hay alrededor y que nuestros ojos sufran. Hemos mirado mil veces pero no se queda nada dentro de nosotros, eso de mirar así es un estadio en la evolución humana. Mirar por dentro es lo que se necesita, si uno busca dentro lo verá también por fuera.

Cuando vamos a un lugar sagrado y deseamos experimentar las energías de ese lugar no intentéis ir como locos de rincón en rincón recorriendo todas las partes de ese lugar; sentémonos simplemente en un sitio tranquilo de ese lugar, cerremos nuestros ojos, silenciemos nuestro ser, y miremos hacia dentro. Entonces comprenderemos el plan que hay en ese lugar y qué tipo de energías prevalecen allí, y cuál es el punto de energía. De otro modo el mero hecho de ir allí no cumple ningún propósito, no sirve de mucho. En soledad el Ser Divino nos puede hablar. Primero nuestro ser se desplegará como una rosa, y existe una posibilidad de que el Ser Divino nos hable. ¿Dónde se encontró el Maestro Morya a Madame Blavatsky? Fue cuando Madame Blavatsky estaba sentada en silencio, en soledad en el Hyde Park de Londres. ¿Dónde se encontró el Maestro Djwhal Khul con Madame Bailey? Ella había cumplido con los deberes del día, había enviado a sus hijos a la escuela, y antes de comenzar su quehacer diario se retiró a una colinita alejada para estar en soledad, y allí fue donde el Maestro se encontró con ella. Más tarde, una vez establecido el contacto, el Maestro se puede encontrar con nosotros y nosotros con él en cualquier parte.

Así pues, lo primero que hay que cultivar es la soledad para que el Ser Divino pueda hablarnos. En soledad las facultades y la Gracia del Ser superior pueden tener raíz y florecer en la personalidad. En soledad también el Maestro puede acercarse e imprimir sobre el alma el conocimiento, el conocimiento que el Maestro quiere impartirnos o la lección que debemos aprender. También nos informará del plan de trabajo siempre y cuando estemos lo suficientemente silenciosos para recibirlo. En soledad se escucha el sonido. Cuando se canta el sonido OM, lo escucharemos si una vez pronunciado permanecemos en silencio, si permanecemos en profundo silencio entonces oiremos el sonido desde nuestro interior.

Los grandes seres tienen que trabajar a través del instrumento humano, y tienen un obstáculo muy grande cuando encuentran gente que no es lo suficientemente silenciosa. Quedamos discapacitados por el hecho de no ser suficientemente silenciosos. Para que contacte con nosotros cualquier energía de orden superior, el silencio es la piedra angular, y el silencio no es simplemente un silencio verbal, sino que es también emocional y mental. Si aprendemos a trabajar en primer lugar con el silencio verbal, no tendremos tanta producción de pensamientos. Ayer comprendimos que el uso de la palabra es el resultado del pensamiento, luego para una persona que habla excesivamente, el pensamiento es el resultado de la palabra, y tiene lugar una inversión. Cuando uno habla excesivamente también produce pensamientos en exceso. Así que si permanecemos verbalmente silenciosos, lo primero que ocurrirá es que habrá una reducción de la producción excesiva de pensamientos, y mediante la contemplación en soledad los cuerpos emocional y mental pueden tranquilizarse por un momento. Si pudiéramos utilizar los días de Luna Llena y Luna Nueva para estar en silencio, eso sería lo mejor, y sino los días de entre semana. Todas las vacaciones se nos dan como días santos, no trabajamos en ciertos días porque son santos, sagrados; pues tenemos que trabajar para lo sagrado, pero la gente toma los días

sagrados como vacaciones y se dedican a disfrutar, así como se dice. Uno no puede considerarse aspirante responsable si no utiliza bien estos días sagrados. Ésa es la disciplina relativa, pues, al silencio y a sus frutos correspondientes. Tenemos que encontrarnos con nuestro ser, cosa de la que mucha gente tiene miedo. Mucha gente no está dispuesta ni deseosa de encontrarse consigo misma: a esas personas sí que les asusta la soledad. Si somos verdaderamente aspirantes, aspiraríamos a la soledad en la que podemos hacer autoanálisis, introspección, y seguir desplegándonos por dentro y encontrarnos con nuestra alma, incluso encontrarnos con el alma superior, escuchar al alma superior o escuchar a un Maestro, y saber lo que tenemos que hacer como paso siguiente para nuestra transformación. Es, pues, un continuo proceso de afilarse uno a sí mismo, modelarse a sí mismo; por esta razón tenemos que hacernos con la costumbre de estar en soledad. Para comenzar, podemos fijarnos una hora para estar en soledad al día, o como mínimo media hora.

Nada más despertarnos por la mañana no tengamos prisa por lanzarnos de golpe al quehacer diario, despertémonos lo suficientemente temprano para pasar una hora con nosotros mismos. El *Ayurveda* recomienda esto sobremanera, tanto para mantener la salud corporal como la salud del alma, y si no se puede una hora, como mínimo dedicar media hora para ver dónde estamos y qué estamos haciendo. ¿Estamos haciendo cosas que se precisa hacer? ¿O estamos haciendo cosas por moda, para presumir? Así que podemos poner nuestra máquina en error cero, hacerla precisa. ¿Cuál es nuestra vida económica? ¿Cómo está yendo? ¿Necesita una cierta regulación? ¿Cuál es la atención que le damos a la familia? ¿Cómo les va a los hijos? ¿Tenemos suficiente comunicación con ellos? ¿Estamos haciendo lo suficiente por la familia? ¿Cómo empleamos nuestro tiempo? ¿Qué gastamos en cuestiones de dinero y energía? Podemos reducir y poner a medida toda nuestra actividad y orientarla según el propósito, y nada más que el propósito. Ése ha de ser el trabajo desde por la mañana; y sólo después hacer la plegaria o la meditación para buscar la ayuda para cumplir con las tareas aquí, y de la misma manera podemos hacer este tipo de introspección por la noche antes de irnos a dormir, para ver cómo planeamos el día y lo que ocurrió, y cuáles fueron los desvíos, y cuáles fueron las razones de esas desviaciones. Ese continuo buscarnos a nosotros mismos y esa continua revisión han de formar parte de nuestra vida. Esta soledad ha de llevarnos hasta los sonidos que ocurren dentro de nosotros. Esta tarde empezaremos a ver los sonidos internos. Gracias.

Así que volviendo al aspecto del sonido con el que tenemos que trabajar, hoy voy a concluir con los detalles referentes al sonido. Muchas veces he hablado del sonido y de la palabra. Pero es apropiado que cuando nos encontremos en Géminis, como ahora, hablemos de la palabra y del sonido; y también es importante que sepamos todo lo que significa el OM. Por eso he elegido esto al principio mismo del seminario.

El desarrollo final de la humanidad será estrictamente en el área que los ocultistas llaman la magia. La magia crecerá y saldrá fuera a partir del estudio del sonido y del efecto del sonido, y pondrá en las manos del hombre un tremendo instrumento en el mundo de la creación. De modo que el mejor instrumento para la creatividad es el sonido. El sonido es incluso la fuente de la vida. Mediante una pronunciación adecuada del sonido la luz se manifiesta; por eso, al principio era el Verbo, y cuando Dios pronunció el Verbo la Luz se hizo. De modo que todas las manifestaciones de la Luz en los diversos sistemas y globos se deben todos ellos a la pronunciación del sonido. El sonido es la fuente de toda magia y ese es el futuro y el estudio final de toda humanidad. Su uso apropiado llevará a cualquier humanidad a las áreas más elevadas, y el uso inapropiado de él destruirá a esa humanidad. Cuando la magia era prevaleciente en la Atlántida, algunos trascendieron y pasaron a planos superiores, pero otros se destruyeron a sí mismos simplemente con la ciencia del sonido.

De modo que el sonido es tanto constructivo como destructivo. El uso del OM sin asumir responsabilidad en la vida causará ciertas destrucciones. La ignorancia está

permitida, pero no la irresponsabilidad. La irresponsabilidad que proviene del conocimiento es diferente de la irresponsabilidad que proviene de la ignorancia. Un ladrón robando y un policía robando: hay una diferencia en ese acto de robo. Un sacerdote comportándose mal y un hombre común y corriente comportándose mal: hay una diferencia entre los dos. Un juez que transgrede la ley y un ser humano común y corriente que transgrede la ley: hay una diferencia. Una vez conocida la responsabilidad de trabajar con instrumentos ocultistas, si uno los utiliza mal se está invitando a la destrucción. Por eso se ha profetizado que, si bien la humanidad anterior se hundió en las aguas, en este ciclo en que estamos aquella parte de la humanidad que siga comportándose mal será sometida al fuego. De modo que el trabajo del OM, se espera que sea de fuego, y tiene que ver con la mente. La excesiva acción emocional es lo que provocó el diluvio de las aguas; ahora en este ciclo la humanidad está trabajando con la mente que es el principio medio entre lo que hay arriba y lo que hay abajo. La utilización del OM es paralela a pensar y actuar consecuentemente.

Si pronunciamos el OM, hay un compromiso de tener que pensar positivamente, hemos de causar sólo pensamientos de buena voluntad para transformarlos en acciones de buena voluntad. Otro tipo de pensamientos los destruiremos con el OM, de otro modo el OM nos destruirá a nosotros. Esto es una advertencia. Cuando trabajamos con el OM, es como trabajar con el fuego: puede quemar y puede también transformar. De modo que la alquimia de la mente humana va asociada con el OM. Por eso muchos de los pasajes escritos por el Maestro Djwhal Khul referentes al sonido concluyen a fin de cuentas con el OM. Dice: “OM, es el *sutratma*”, es decir: el verdadero cordón de nuestro ser. A partir de ese cordón se produce el surgir de la conciencia y del *prana*. Entonces, cuando pronunciamos un sonido, nos estamos pronunciando a nosotros mismos, a nuestro ser, y estamos gastando también *prana*. El Maestro nos recomienda que trabajemos mucho con el OM, para que los aspirantes se transformen conscientemente a sí mismos, y dice que “lo máximo es el estudio del efecto del sonido, y eso pondrá en las manos del hombre un tremendo instrumento en el mundo de la creación”.

En la época del *Mahabharata* la gente conocía hasta un punto bastante significativo el efecto del sonido. Hoy nos gastamos millones y millones de dólares en construir armas destructivas, pero si tenemos el conocimiento del sonido podemos energetizar este trozo de papel con el sonido correspondiente y luego lanzarlo, y actúa mucho más efectivamente que un misil. Tal es el poder del sonido. Había sonidos referentes al fuego, sonidos referentes al agua, sonidos referentes al aire, sonidos que podían producir espejismo, y todo esto se hacía con buena voluntad, pero luego, como siempre sucede entre la comunidad humana, hay algunos que una vez han adquirido ciertos poderes de este tipo se vuelven muy orgullosos de ellos. Entonces comienzan a abusar del conocimiento, lo que hace que surja la destrucción, pero la destrucción es sólo para aquellos que han participado en el mal, los demás ascienden a ciclos superiores. Del mismo modo, ahora hay gente que pertenece a los ciclos anteriores y que permanecen en este planeta. Cierta gente no pudo hacer su ascenso junto con su ciclo de tiempo, fallaron dos veces, no hicieron lo que tenían que hacer por dos veces consecutivas; y hubo muchos que fallaron una vez. Esto ocurre debido al abuso del conocimiento disponible.

Una mujer que aprendió de mí cómo escribir el OM, escribía el OM con el dedo pulgar del pie en la arena de la orilla del mar, y me enseñó la destreza que tenía. Yo le dije: “Has hecho algo que hará que entres en conflicto total en tu vida, el OM ha de ser tratado con el mismo respeto que cuando uno habla con un gran Maestro. Así que uno no puede escribir el OM con su pie, te pido que tengas cuidado, y la única solución es que te arrepientas”. A ella no le importaba nada, y en cuestión de dos años le visitaron dificultades insuperables y enfermedad. Uno no le puede echar las culpas al fuego si nos quema cuando ponemos nuestro dedo en él. El fuego no ha sido creado para quemar nuestros dedos, sino

que más bien tiene como fin propósitos constructivos. El trabajo es quemar y así exponernos a planos superiores. Si ponemos una vasija sobre el fuego, el fuego puede preparar un plato de comida, si ponemos nuestra mano, él hace el mismo trabajo. El fuego es impersonal.

A medida que uno va cada vez más hacia arriba todas las inteligencias tienden a ser impersonales, no tienen personalidad ninguna; incluso si un médico toma un medicamento incorrectamente también produce su impacto en él. La medicina no trata indistintamente a un médico porque sea médico. Un medicamento tomado inconscientemente o irresponsablemente produce sus consecuencias, y lo mismo ocurre con el sonido. Así hemos de utilizar también los *mantrams* para todos los fines constructivos, también para transformarse y también para resolver ciertos problemas de la personalidad, así como para liberarse uno de situaciones condicionadas. El futuro estará en utilizar los *mantrams* o fórmulas de sonido. Ésa era una práctica en el pasado y ahora lo volverá a ser en el futuro. Muchas civilizaciones han construido cosas de lo más misterioso con ayuda del sonido. Toda nación tiene un gran pasado con leyendas que por ejemplo, dicen: “Este castillo fue construido en una noche, o de la noche a la mañana, por un rey Iniciado”. Ese conocimiento hoy día está ausente, pero volverá de nuevo a venir a nosotros a medida que progresamos. Por eso hay una afirmación hecha por un Maestro que dice: “Nuestro futuro es nuestro pasado”. Eso quiere decir que hacemos las cosas para volver a encontrar lo que ya hemos hecho. Habiendo venido de nuestra verdadera casa viajamos por largas distancias; entonces, cuando volvemos a casa, aparecen las mismas estaciones, pero en orden inverso. Por eso, para aquel que está intentando volver a su pasado, los sucesos se predicen dándole la vuelta a la rueda, cosa de la que se habla con frecuencia en el libro *Astrología Esotérica*.

Si nuestro ascendente está en Tauro, lo normal en un horóscopo progresado es que se mueva hasta Géminis, pero para una persona que sigue el sendero del Discipulado la progresión se hace en sentido inverso, y no sólo eso, sino que también los planetas funcionan en orden regresivo, y todo lo que hemos hecho hasta ahora, empezaremos ahora a deshacerlo para que así podamos volver a nuestro estado original de ser. Sí, tenemos que neutralizar todo lo que hemos precipitado. Hasta entonces no podremos llegar al original. Por esa razón en la vida del discípulo las crisis vienen más rápidas para que el *karma* quede liberado más rápidamente porque ahora estamos trabajando para hacer desaparecer los deshechos que hemos creado con ayuda del conocimiento. Por eso nos vienen las cosas que nos pasan, para que nos ocupemos de ellas y las neutralicemos. Por esta razón se dice que la vida del discípulo es una vida de responsabilidad, y el escapismo no existe en su diccionario; escapar de una responsabilidad no existe, manipular para superar una crisis tampoco existe. Uno tiene que enfrentarse a ella, darle respuesta y disolverla, y la fuerza nos viene de los instrumentos ocultos que utilizamos en la práctica diaria. El OM nos ayuda en todos estos asuntos; si hay ciertas obstrucciones u obstáculos los *Upanishads* nos recomiendan que cantemos el OM. Si tenemos dificultades insuperables, los *Upanishads* dicen que pronunciemos el OM. El OM es el medicamento general, y los medicamentos particulares son todos los sonidos que surgen del OM.

El OM se despliega en siete sonidos, y se multiplica mucho más, y cada sonido cumple con un propósito específico. El estudio del sonido y su efecto se estudiará cada vez más. Mediante el uso del sonido, los científicos del sonido pondrán de manifiesto sus resultados. Mediante el sonido se abrirá un nuevo campo de descubrimientos; el sonido que da cada forma en todos los reinos de la naturaleza será estudiado y conocido, y se producirán cambios. Pronunciando ciertos sonidos en relación con ciertos reinos ellos producirán un cambio. Cada reino (el mineral, el vegetal y el animal) tiene una nota de sonido, y ése será el estudio científico del futuro. Haciendo ciertas modificaciones del sonido se producirán ciertas manifestaciones más efectivas, y así se hace el trabajo. Hoy existe la teoría de la genética, y también el acercamiento de los científicos para hacer

arreglos o modificaciones en la genética. Todo lo que estamos consiguiendo hoy día mediante la ciencia se considerará una simple actividad laboriosa cuando conozcamos el sonido. Se harán pues estudios referentes a todos los aspectos de la creación en relación con su nota de sonido, y se desarrollarán nuevas formas por medio del sonido. Si los grandes Iniciados han hecho curaciones tan milagrosas, es por obra del sonido. Devolver la vista a los ciegos y neutralizar las malformaciones del cuerpo, devolver la vida a los muertos; todas estas cosas son muy científicas para aquellos que saben cómo trabajar con el sonido. Hoy, nosotros nos introducimos en estos sonidos y tenemos que trabajar intensamente para trasformarnos a nosotros. Una vez nos hayamos transformado hasta el grado adecuado, nuestra comprensión de la sabiduría será mejor.

Hasta para comprender la ciencia oculta se exige un mínimo de consciencia, y para experimentar las revelaciones de sabiduría desde nuestro interior se requiere un poquitito más de consciencia, que se puede llevar a cabo fácilmente con ayuda del sonido. Así es cómo tenemos que ver la importancia del sonido. La liberación de la energía del átomo está unida a esta nueva ciencia del sonido que viene. La trascendencia de todo lo que ha ocurrido en el mundo en los últimos cien años en el campo del sonido todavía no es apreciada. Hemos producido una increíble y elevada dosis de ruido en el planeta mediante la radio, la televisión, mediante otros sistemas de sonido, y mediante otros sistemas públicos. Generalmente hay mucha más manifestación de ruido, lo cual indica que el sonido se está manifestando cada vez más. Del mismo modo, la luz se está manifestando también cada vez más en el planeta. Hace dos siglos, en el planeta las ciudades no estaban tan iluminadas como ahora. Casi todas las ciudades, pueblos y aldeas tienen electricidad, y la manera ocultista de entenderlo es que hay más manifestación del fuego eléctrico, y también hay así mucha más manifestación del sonido, eso tiene que ver con el planeta. Los seres tienen que darse cuenta cada vez más de la luz y el sonido en ellos. Eso es la inevitabilidad del futuro que está en sintonía con el Plan: que la investigación de la luz y el sonido sea un tema de educación común.

Cuando el Maestro de Sabiduría habla, habla para un ciclo de 432 años. Cuando hablan hoy es válido para unos cuatro siglos. Los Maestros preparan la semilla, y la semilla crece como un crecimiento pionero, de modo que entre en la consciencia humana y se alimente, y poco a poco se desarrolle. Al principio se ofrece resistencia a toda nueva energía que intente penetrar, pero poco a poco la gente la irá adoptando. Al principio se da una resistencia al cambio, pero cuando la gente ve que otros se benefician de él, cuando encuentran ejemplos también lo siguen. La Jerarquía está intentando preparar a esos grupos de pioneros a quienes llaman “El Nuevo Grupo de Servidores del Mundo”, y ellos están entre los científicos y entre aquellos que siempre buscan trabajo creativo y pionero que exige el sacrificio de uno mismo. Sacrificarse por una causa noble que beneficiará a la humanidad en su conjunto, tal es el futuro, y ese futuro está lleno cada vez más y más del sonido. Los sonidos se pronuncian para aparecer y desaparecer, los sonidos se pronuncian para viajar por el aire; innumerables son las posibilidades del sonido. De modo que todos los Iniciados que hicieron obras milagrosas fueron iniciados en el sonido, y estos sonidos que ellos pronuncian no son conocidos en general por la humanidad contemporánea, pero las escuelas esotéricas existen en el plano físico hasta hoy mismo. Dependiendo del grado de pureza que uno tenga se aproximará hacia esas escuelas.

De un antiguo comentario, el Maestro dice algunas cosas referentes al sonido. Con esto vamos a concluir respecto al sonido, para tener una idea más profunda de cómo trabajar con el OM, para que lo pronunciemos con una intención espiritual mucho más profunda, y para que consigamos las necesarias trasformaciones en el cerebro y en las células del cuerpo para agudizar nuestro instrumento y para hacer desaparecer todo lo que es decadente, destructivo, y causante de muerte. Todos aquellos factores que causan muerte, decaimiento, destrucción, falta de salud, son eliminados del cuerpo mediante la

apropiada articulación del OM, puesto que el OM es la base de todo, puede trasformarlo todo. El sonido reverbera entre las variantes ruedas de materia que todavía no ha sido creada. La materia se produce siguiendo las líneas magnéticas producidas por el sonido. Del mismo modo, si tenemos un imán y colocamos ciertas partículas de hierro sobre una hoja de papel y luego colocamos el imán por debajo de la hoja de papel y lo movemos, el polvo de hierro forma ciertas formas geométricas al moverse. Eso ya es magia para los niños, y también lo es para aquellos que no saben cómo funciona un imán. La materia se mueve según las líneas de fuerzas creadas, y las correlativas vibraciones emergen del sonido. Así que el sonido reverbera entre las variantes ruedas de materia no creada, es decir, que antes de que se cree la materia, los correspondientes patrones de funcionamiento existen ya en el espacio, y la materia se congrega siguiendo esos patrones. Cada ser se manifiesta de ese modo. Todo el plan referente a la formación de un ser humano está justo encerrado en un espermatozoide. Aquellos que pueden ver, pueden visualizar al hombre completamente crecido mientras está en el vientre, igual que uno ve la semilla y puede concluir que el árbol va a ser de tal o cual modo.

Primero existen los patrones, y después la materia se congrega en torno a esos patrones. De modo que las variantes ruedas tienen que ver con la rueda del cosmos, la rueda de los sistemas solares, así como la del planeta, y tienen diversas dimensiones. Igual que en un reloj está la aguja horaria, la aguja del minuterio, y la aguja del segundero. La aguja horaria parece muy pequeña, pero es verdaderamente grande porque tarda doce horas en dar la vuelta al reloj entero. El minuterio tarda sesenta minutos en cada vuelta, y da doce vueltas durante el día. Y el segundero en doce horas se mueve doce veces multiplicado por sesenta minutos y por sesenta segundos. De modo que tienen ruedas diferentes y según la variación de su dimensión se deciden los ciclos de tiempo. Cuando el sonido reverbera, estos patrones se vuelven activos y entonces consiguen reunir la materia correspondiente. Por eso todos los sistemas existen de una manera cuádruple. Este planeta tiene una existencia cuádruple. Todo existe en su forma cuádruple o en su forma séptuple, y los patrones ocurren según el sonido. El sol y todas las ruedas más pequeñas son los demás cuerpos planetarios, que aparecen debido a la reverberación del sonido. La luz que se muestra en medio de tantas ruedas, el sonido que también trae luz; y así las muchas formas de Dios se forman.

Todas las formas no son sino formas de Dios, no puede haber ninguna forma que no surja de la fuente Una. Tanto las formas que nos gustan como las que no nos gustan surgen de la misma fuente, y por eso todas las formas de Dios aparecen y los diversos aspectos de su túnica brillante resplandecen. En la diversidad se produce la manifestación de variadas formas, todas existían ya, pero mediante el sonido se vuelven visibles, también mediante el sonido se vuelven invisibles. Por eso en el *Bhagavad Gita*, Krishna, el Señor, dice: “No se destruye nada; todo lo que existe, existe para siempre. En ocasiones es visible y en otras es invisible, pero no porque sea invisible digáis que no existe. Tanto si es visible como si no es visible, la existencia de todo está presente”. Cada vez que se produce la disolución hay de nuevo una creación en la forma de vida antigua. Según la vieja costumbre surge de nuevo la creación, pero cada vez es nueva, igual que cada desayuno es nuevo para nosotros. Siempre comemos las mismas cosas para el desayuno. Ayer comimos pan y mantequilla, hoy hemos comido pan y mantequilla, pero era nuevo para nosotros, sino no hubiéramos comido durante tantos años el mismo pan y la misma mantequilla. Todo amanecer es nuevo, todo desayuno es nuevo, todo despertar es nuevo. Hay siempre algo nuevo en todo patrón aparentemente viejo. De modo que la entera y variada manifestación de la luz se mantiene en las Escrituras como la túnica radiante y sus diversos aspectos. La gente habla de la gloriosa túnica blanca. La túnica tiene potencialidades innumerables, tantas como las potencialidades creadoras. Todo ello se realiza con ayuda del sonido. Las ruedas brillantes dan vueltas y hacen que aparezca la vida en sus muchos estadios y sus

muchos grados y comienza el proceso de despliegue, y he aquí que la Ley comienza a funcionar.

De modo que a partir del sonido se produce la manifestación de las ruedas, y la materia que se va formando según las ruedas; y luego se produce la aparición del sol y de los demás planetas, y luego la luz se va impregnando cada vez más en la materia, y toda la creación se prepara con sus radiantes colores de arco iris, y luego se construye la vida con ayuda del sonido. El sonido es la base de la vibración y de la radiación, y por eso es responsable de la vibración del principio vital, así como de la vibración de la luz. Las formas surgieron y desaparecieron, pero la vida siguió moviéndose. Muchas formas aparecieron y desaparecieron, no es que se disuelvan, sino que desaparecen. Desaparecer quiere decir que no existen con relación a un determinado plano, pero existen en otro plano. Nosotros desaparecemos de la sala de conferencias después de las siete, y reaparecemos de nuevo aquí a las seis en punto de la mañana. De modo que, en ese periodo que va desde después de las siete de la tarde hasta las seis de la mañana del día siguiente, en este plano no hay actividad. ¿Qué les ocurre a los seres que llevan a cabo la actividad durante el día? Que están en otro piso. Así que cambiamos de pisos, de plantas. Cuando cambiamos de piso desaparecemos de un plano para reaparecer en otro plano. Así que los seres siguen existiendo, por eso se dice que toda alma individual es eterna. También los cinco elementos son eternos, y los principios planetarios son eternos. Ellos se van manifestando y de nuevo se inmanifiestan por así decirlo, y todo esto es obra del sonido. Las formas surgieron y desaparecieron, pero la vida siguió adelante. Hubo reinos que surgieron teniendo sus formas, y se unieron, se transformaron y después se separaron, pero la vida aún así siguió adelante. Si consideramos el aspecto vida vemos cuántas formaciones ocurren y desaparecen, pero la vida sigue adelante. El movimiento de la vida se debe a la vibración del sonido. La humanidad escondiendo al Hijo de Dios, el Verbo encarnado, entró en la luz de la revelación. Las razas aparecieron y desaparecieron, las formas que velan al alma radiante surgieron, consiguieron y se desvanecieron en la noche, pero la vida siguió adelante mezclada esta vez con la luz. La luz se fundió con la luz, con la vida como base; intentando crear una belleza y un poder, una fuerza liberadora activa, una sabiduría y un amor que llamamos un Hijo de Dios.

De modo que por un lado está el movimiento de la luz y por otro el movimiento de la vida, y ambas tienen su fuente común, su origen común. De ese origen común se bifurcaron como luz y vida, y una vez que la vida y la luz volvieron a fundirse nació entonces un Hijo de Dios. El confluir de la vida y de la luz es lo que se llama la Tercera Iniciación, en la que uno comprende la ilusión de la muerte, el espejismo de la muerte; y en el que se deja el cuerpo conscientemente, y no de forma inconsciente. Siempre que la vida y la luz no se fundan en una, el espejismo de la muerte seguirá existiendo. Todo el trabajo consiste en poner juntas la vida y la luz, y la base para ello es el sonido. El sonido mueve a la vida, el sonido mueve a la luz. Y toda la creación se forma siguiendo dos corrientes. Así que la vida encontrándose con la luz es la que hace que surja la plenitud de la creación en forma del nacimiento de un Hijo de Dios. Así que cuando un hombre se convierte en Hijo de Dios hay regocijo en la creación porque el trabajo se ha completado, y mediante muchos Hijos de Dios el trabajo continúa con el sonido como base.

Trabajar con el sonido es particularmente importante en este año solar en que estamos, porque este año está peculiarmente relacionado con el sonido. Según el calendario védico, a este año en que estamos se le llama “el toro divino”, así que el toro muge. Cuando se dice “toro divino” simbólicamente quiere decir los sonidos divinos, por esa razón se dice que “El Señor cabalga sobre el toro divino y así se mueve”. De modo que el trabajo con el sonido es muy apropiado en este año que estamos para tener la cosecha de los efectos del sonido de una manera más efectiva, porque contamos con la colaboración del tiempo. Cuanto más regulemos el uso de la palabra y trabajemos con el sonido, más

transformaciones pueden producirse. Se considera que los signos de fuego y los signos de aire durante este año se beneficiarán particularmente para trabajar efectivamente con el sonido, y el mes de Géminis representa la palabra. Por esa razón nos recordamos a nosotros mismos las reglas del habla y la necesidad de silencio y soledad para trabajar con el sonido. Hemos de aprender a escuchar más de lo que hemos de aprender a hablar, e incluso cuando cerremos nuestros ojos en la meditación hemos de aprender a escuchar. Cuanto más aprendamos a escuchar el silencio, poco a poco los sentidos internos se iniciarán y seremos capaces de escuchar. Este escuchar es más importante que hablar sin escuchar. De modo que lo mejor es que escuchemos en nuestro interior.

El símbolo de las grandes orejas de un elefante es un mensaje de que debemos aprender a escuchar bien; al escuchar, escucharemos ciertos sonidos, y luego, escucharemos también ciertas voces, y podemos tomar nota de lo que hemos escuchado; más tarde se nos desplegará el significado que eso tiene. Al comienzo el hábito de escuchar ha de ser inculcado, eso quiere decir que hemos de dejar de hablar y comenzar a escuchar, y eso se hace mucho más posible en periodos de soledad. De modo que observar y escuchar en nuestro interior nos llevará a escuchar al alma. La primera resonancia que escuchamos cuando escuchamos dentro es la de la pulsación de la vida: sintonicemos con ella, y entonces, poco a poco, se transformará en el sonido OM. El sonido de la pulsación es un sonido doble, es un sonido centrípeto y centrífugo; por eso también en las escuelas de meditación se recomienda mucho que se escuche el sonido que está dentro, el sonido doble, quiere decir el sonido de dos sílabas que está dentro. Asociándonos con la respiración se puede escuchar ese sonido gemelo. Pronunciar el sonido es preliminar, escucharlo es el paso avanzado. De modo que pronunciamos OM, y más tarde podemos escuchar ese OM; si sintonizamos con la resonancia pulsante, ello nos permitirá acercarnos al sonido de la pulsación, y a medida que nos vamos introduciendo en ese sonido gemelo se nos revelará como un sonido único. Ésta es una práctica que se recomienda muy mucho a aquellos que quieran entrar en el campo del sonido, y en particular este año es muy apropiado.

Pronunciemos el sonido OM tan profundamente y tan ampliamente como podamos. Hay gente que canta el OM sólo desde la cavidad bucal, eso es muy periférico o superficial. Otros lo cantan desde la garganta que es una cosa mejor, pero hay una tercera categoría que canta el OM y lo observa desde el corazón; pero hay también una cuarta categoría que canta el OM tan profundamente que sienten la vibración del sonido ya antes en el Centro de Base. Así que intentemos ver si podemos cantar el OM desde el diafragma y por encima de él. La profunda pronunciación del OM como se dice en esta Escritura producirá un efecto reverberante del sonido y eso a su vez transformará la materia de los tejidos de nuestro cuerpo. En la medida que pronunciemos profundamente, así será la reverberación. Observémosla. Una vez que de nuevo la vibración llegue a su quietud volvamos a pronunciar el OM, y nuevamente se producirán ondas. Observémoslas. Y una vez que no haya más ondas volvamos a pronunciar. Ésa ha de ser la práctica. Habiendo pronunciado durante un tiempo de esa manera podemos permanecer en silencio y observar el trabajo del principio pulsador que se va moviendo de un centro a otro. Sintonizándonos con él podemos también nosotros movernos de un centro a otro, y a partir de ese momento estas experiencias serán propias, serán nuestras, serán únicas; y las revelaciones serán únicas.

Así podemos entrar en nuestro interior con la ayuda del sonido, y eso ha de tomarse con una intención más profunda. Todas las prácticas que hacemos suelen ser por lo general en una situación periférica, pero si le añadimos una intención más profunda estas prácticas nos introducirán en nuestro interior, y entonces se nos abrirá una nueva visión de la vida, y eso será mucho más pleno que acumular conocimiento de libros y enseñanzas. Ése es el estado en que la enseñanza comienza a producirse en uno mismo, y uno

comprende mejor los libros en su interior. Conoceremos un aspecto de la luz, y más tarde, cuando leamos un libro, confirmará lo que hemos experimentado. Así que habremos comprendido antes de estudiar, y después la escritura sagrada confirmará nuestra experiencia. Si es así, la información externa nos dará aún más alegría. Aquellos que reciben la revelación interna, lo que hay en las Escrituras, dirán: “Así es”. Para estos es muy afirmativa esa afirmación de las Escrituras. Para los demás, será sólo información, y para los que así lo crean, será así como ellos crean, pero no será su experiencia. La información no es experiencia, la información nos da sólo ímpetu para entrar en el proceso de experimentar la experiencia. Así que a partir de ahora hemos de buscar sobre todo la experiencia mediante nuestra interiorización, más que buscar hacia afuera más y más información. El Maestro C.V.V dijo una frase: “La información ha de llevar a la formación interna”, porque se interpreta la información como una formación interna, porque sino, tenemos la costumbre de recibir información, grabarla en cassettes, duplicarla con la ayuda de nuestro hermano Jesús, y el destino son las estanterías de nuestra casa. Claro está que no todos vosotros hacéis eso, ya sé que vosotros escucháis una y otra vez, pero eso ha de llevarnos a un estado de práctica, y entonces es cuando la información dada nos dará la necesaria formación interna. El Maestro C.V.V no daba demasiada información, no escribió ningún libro. Hay una Orden de Maestros que no escribe libros. Sai Baba de Sirdi, el Maestro C.V.V, Ramakrishna Paramahansa no escriben libros. Sus seguidores escriben libros. ¿Habéis visto alguna vez un libro escrito por el Maestro Morya o el Maestro Kut Humi? Sus seguidores escriben libros. Ellos no enseñan demasiado, no escriben demasiado y sin embargo son muy efectivos. ¿Cuál es la razón? La razón es el trabajo mediante el silencio, el trabajo mediante el sonido. Al Maestro C.V.V se le dijo una vez: “Usted no da demasiada información”, y él dijo: “Sí, yo no doy información, pero produzco formación interior. Seguid trabajando simplemente con lo que os he dado, que las cosas se desplegarán en vuestro interior, y experimentaréis la alegría, y vosotros luego daréis información en mi nombre”.

En su más elevado grado, que se llama el grado cuarto, el Maestro simplemente mira al discípulo. Eso es todo. Entonces el discípulo queda impregnado con un sonido, luego el discípulo lleva ese sonido y lo empapa en él mismo, comprende su potencia y habla unas pocas palabras. Después en la tercera generación las pocas palabras habladas, pero de oro, se convierten en información nueva, y luego en la cuarta generación se habla acerca de ella.

A medida pues, que uno tiende cada vez a estados de consciencia más elevados, el trabajo pesado es menor, pero la efectividad es mayor. Todas las herramientas ocultistas son para llevar a cabo un trabajo mayor y más efectivo con menos trabajo penoso, y de ahí la necesidad de trabajar con el sonido.

A partir de mañana os diré algo relativo a la respiración, cómo tenemos que llevar a cabo la respiración para conseguir la plenitud del *Pranayama*. Hasta que no se logre el silencio mediante el sonido no se podrá trabajar efectivamente con la ciencia de la respiración o ciencia del *Pranayama*. La ciencia de la respiración es diferente del *Pranayama*. El *Pranayama* se inicia cuando cesa la respiración ¿Cómo hacer eso? Utilizaremos unas cuantas horas para llevar a cabo nuestro ejercicio de respiración, lo que muchas veces incorrectamente se llama ejercicios de *Pranayama*. Así que vamos a aprender algo acerca de la ciencia de la respiración, y a medida que vayamos trabajando y vayamos progresando bien con ella, dará como resultado el *Pranayama*. Es simplemente poniendo el énfasis sobre todo lo que ya hacemos regularmente para que de nuevo nos focalicemos de un modo mucho más efectivo. Gracias.

Saludos fraternales de corazón y mis mejores deseos. Hoy vamos a intentar comprender la ciencia del *Pranayama*. Esta ciencia la entenderemos brevemente en relación con lo que es el *prana*, cómo entra en el cuerpo humano y cómo funciona, cuáles son los

diversos *pranas* que funcionan en el cuerpo, la relación del *prana* con el aire y la importancia de la respiración rítmica; y por último, la última práctica del *Pranayama*. El *Pranayama* es muy importante para los aspirantes, es el cuarto estadio del yoga. El ser humano pertenece al cuarto reino y por eso es el principio medio: tres por arriba, tres por abajo, y el cuarto principio es el principio medio que está también relacionado con el cuarto elemento que es el aire, y es particularmente importante la Era de Acuario cuyo número es el cuatro. De modo que el número regente de esta era es el cuatro. El número cuatro, el aire, el *Pranayama* y los seres humanos es una correspondencia acerca de la cual hay que pensar. El funcionamiento del *prana* en el cuerpo es necesario y es también muy importante para todos los logros humanos. El *prana* se define como el elemento subjetivo del aire. El aire es el vehículo del *prana*. El *prana* se transmite desde el Centro Solar por el aire hasta los seres, y hay centros por los que el *prana* entra en el cuerpo de los seres humanos. El centro más importante para recibir la energía del *prana* es el Centro Sacro. De modo que la alteración de la salud se debe sobre todo a una alteración del funcionamiento del Centro Sacro, y cuando la persona está emocionalmente alterada el Centro Sacro está alterado. El trabajo de la fuerza vital y la paciencia están entrelazados. Dependiendo de la cualidad de pensamientos y de sentimientos que se tengan, así permanecerá el estado de salud en el ser humano. La falta de salud es un mensaje muy claro de cierta conducta irregular que exige una rectificación de esa irregularidad si uno quiere restablecer la salud en el cuerpo. Todo trabajo de salud es un trabajo del Centro Sacro del que no se puede abusar si queremos tener buena salud y larga vida.

De modo que el Centro Sacro es el centro principal por el que el *prana* entra en el cuerpo, y también entra en el cuerpo por un centro que está entre el Centro Laríngeo y el Centro del Corazón, que se encuentra entre las paletas de los hombros (omóplatos), y más cerca del Centro del Corazón que del Centro Laríngeo. De modo que la entrada del *prana* o la fuerza vital tiene dos centros principales: uno es el centro que hay entre los omóplatos, a la altura de las vértebras dorsales (que normalmente es lo que duele a las personas que no disfrutan de mucha salud), y el otro centro importante de entrada de la fuerza vital es el Centro Sacro. Estos dos centros tienen que exponerse a la luz del sol de la mañana, que es el momento en que se suministra con más abundancia la fuerza vital. Sólo las horas del amanecer y del atardecer tienen en abundancia la fuerza vital; exponer el cuerpo al sol en otros momentos que no sean éstos no es recomendable desde el punto de vista de la ciencia del *Ayurveda*. Es más o menos dos horas antes del amanecer y dos horas después del amanecer. Así como dos horas antes de que llegue el atardecer. Ésas son las horas en que se puede recibir mucha fuerza vital. Y así, según la tradición, los juegos se llevan a cabo durante esas horas del día, y no durante las horas del día en que el sol quema demasiado. El sol es el dador de vida, pero también el que la absorbe. De modo que los rayos que transmiten la fuerza vital son los de las horas de la mañana, y tienen que recibirse conscientemente en los cuerpos de los seres humanos.

El hilo de la consciencia y el hilo de la vida son las dos importantes corrientes de vida recibidas por los seres humanos desde el Centro Solar. Hay un canal para la fuerza vital y hay también un canal para la consciencia, ambos emanan del sol. La fuerza vital viene directamente a través del sol, la consciencia viene a través de los Siete Rayos, que son los siete planetas. Entraremos en esos detalles.

Primero tenemos que entender que el aire es muy importante para nosotros, que la luz es muy importante para nosotros. Vivir en lugares en los que no hay luz, vivir en casas en las que no circula la brisa, producirá una significativa falta de salud. En las casas tiene que haber un libre movimiento del aire, tiene que entrar luz solar en la casa y llegar a todos los rincones de la casa. Cualquier habitación que no esté expuesta a la luz del sol es la morada no sólo de la falta de salud sino también del mal. Gente que vive en dormitorios en donde tienen que encender las luces durante el día no tienen buena salud. Los dormitorios

tienen que recibir la luz del sol durante el día, así como el aire durante todo el día. Por eso la ciencia de la construcción de casas exigía tener aberturas enfrente una de otra. Si hay una ventana en el Este, tiene que haber otra ventana correspondiente en el Oeste, y si hay una ventana en el Sur tiene que haber una ventana correspondiente hacia el Norte. El aire no circula a menos que haya un pasadizo, una corriente; que circule el aire por las casas es muy, pero que muy importante. Una casa en la que no circula el aire es como un cuerpo en el que no funcionara la respiración. Así que tenemos que asegurarnos de vivir en casas en las que hay suficiente circulación de aire y también suficiente exposición a los rayos del sol. Cocinas oscuras son lugares horribles para agarrar cualquier enfermedad. Una cocina que no tiene ninguna abertura al exterior no se recomienda, porque el alimento, que es un aspecto del *prana*, no se cocina en una atmósfera con energía pránica. Los lugares en los que no circula el aire y en los que no hay luz del sol son lugares malditos. Cuando digo malditos, quiero decir que son lugares en los que no hay mucha consciencia ni mucha vida, y si una persona entra en tales lugares, su vida y su consciencia son absorbidas por el lugar. La casa en que vivimos ha de contribuir a nuestras energías, y no podemos vivir en casas que absorben nuestras energías. Hay ciertas casas que disipan las energías, hay otras casas que mejoran nuestras energías, pues el secreto está en la luz y el sol que pasan por la casa. Cuartos de baño oscuros son también peligrosos.

En nombre de la civilización estamos construyendo nidos de palomas a modo de casas. Dentro de ese agujero de paloma tenemos el comedor, cocina, cuarto de baño. Eso no funciona si uno quiere caminar por el sendero del Discipulado. Es mucho mejor vivir en una cabaña que en ese tipo de casas modernas que he mencionado. El material natural es mejor que el material que utilizamos hoy. De modo que en la misma medida en que las casas necesitan luz y aire, también lo necesitan los cuerpos. Si vivimos en una habitación cerrada sin ninguna ventana abierta, poco a poco nos mareamos y caemos en una especie de sueño que no es sueño. La frescura de la vida está en el paso del aire. El aire es el vehículo de la fuerza vital. Sin tener este tipo de infraestructura, la práctica de las ciencias ocultas no surte efecto. Veamos qué parte de nuestra casa es oscura, veamos si hay alguna manera de introducir la luz del sol en esa parte. Veamos también qué parte de la casa no recibe el aire, ingeniémonoslas para que entre aire y sol por esos lugares.

De modo que la fuerza pránica entra en las casas a través de las ventanas. Así también, los cuerpos tienen dos ventanas que son los centros etéricos (en el cuerpo etérico) y que llevan a cabo la transmisión del *prana* al interior del cuerpo humano. La energía del sol, como he dicho, tiene un efecto doble, sobre nosotros y sobre el organismo. El primer efecto es el efecto pránico que es el impacto de la fuerza solar que emana del sol físico. Está el sol físico y está también el corazón del sol físico. La transmisión es tanto del sol físico como del corazón del sol físico. Las energías solares tienen un efecto doble: primero está el efecto pránico, que es el resultado del impacto de la fuerza solar que emana del sol físico. Esto produce resultados claros sobre las formas objetivas, producen un efecto y un resultado claro sobre el cuerpo. Cuando digo cuerpo me refiero al cuerpo físico y al cuerpo vital. Afecta al cuerpo vital y también al cuerpo físico. Las fuerzas pránicas entran en el cuerpo humano vía el bazo, por eso es necesario que tengamos el bazo en buenas condiciones mediante buenas costumbres. El alimento, el sexo y otras emociones producen un impacto sobre el Centro Sacro que afecta al bazo. De modo que las fuerzas pránicas entran en el cuerpo humano a través del bazo y también a través del centro que se encuentra en los omóplatos. Este centro está entre el Centro Laríngeo y el Centro del Corazón, y existe en la columna vertebral más cerca del Corazón que del Centro Laríngeo. A veces, en la espalda, a la altura del diafragma, la gente siente dolores -como pinchazos u otro tipo de sensaciones. Eso significa que no todo está bien para la entrada de la fuerza vital en el cuerpo. Por eso, si hacemos *asanas*, la columna se mantendrá muy tierna, muy elástica. Eso permitirá que recibamos las energías de los alrededores de una manera mejor,

más fácil. Cuando seamos mayores no seremos capaces de hacer todas las *asanas*, pero con una sola *asana* se cumplirá con el propósito, se llama *Sarvangasana* (postura sobre los hombros), y es beneficiosa para todas las partes del cuerpo y rejuvenece el organismo; como referencia podéis ver esta postura de *asana* en el libro *Mithila*. Mantengamos la espalda tan elástica como nos sea posible, eso evitará todas las enfermedades, y además invita a la fuerza vital de la luz del sol. De modo que la entrada de la energía es a través de estos dos centros.

En segunda instancia hay energías que emanan del sol esotérico, que es lo que se llama el corazón del sol. Si nuestra apariencia física es del sol, nuestro corazón es el corazón del sol. El sol físico corresponde al cuerpo físico, y el sol esotérico corresponde al corazón del sol que es como nuestro corazón, el corazón del cuerpo. Así que, a través del corazón del sol, la energía pasa a través de un planeta u otro en siete corrientes a modo de grados y entra en cantidad hasta el alma del ser humano y produce esa sensibilidad que llamamos la consciencia. ¿Cómo funciona la consciencia en nosotros? ¿Cómo funciona la vida en nosotros? Se ha afirmado con toda sencillez en diez frases: “La fuerza vital actúa a través del cuerpo etérico, a través del centro que está entre los omóplatos y el del bazo”; y la Consciencia del “Yo Soy” que existimos y que somos esto, aquello o lo otro. Toda esa consciencia que tenemos emana en nosotros desde el corazón del sol vía los planetas a través de sus siete rayos, y encuentra su expresión a través del alma del ser y actúa en forma de consciencia. Hoy se está investigando para saber qué es la consciencia y cómo funciona, y para saber qué es la fuerza vital, cómo entra y sale del cuerpo. El primero es un estudio de los científicos; y respecto al segundo aspecto, relativo a la fuerza vital, es la ciencia médica la que está haciendo la investigación. El Maestro ha dado muy bien la clave de que nuestra consciencia es la emanación de energía proveniente del centro del sol que pasa a través de las energías planetarias, llega hasta nosotros, y se expresa como las cualidades de los Siete Rayos. Éste es el aspecto de consciencia, mientras que el sol físico es el que transmite la fuerza vital, y una vez que la fuerza vital es transmitida hasta nosotros, nosotros también la complementamos con el alimento.

Esencialmente tomamos el alimento para sostener nuestra vida, pero ésa es la manera más pobre de tomar fuerza vital. El alimento es la forma más densa o más cruda. De modo que la manera más cruda de mantener la vida es mediante el alimento; desde que la humanidad lleva evolucionando desde el plano físico más denso, este hábito de comer y de comer alimento pesado, alimento denso, sigue estando en nosotros. Tenemos que hacer una purga de esta costumbre a medida que vamos entrando en la Era de Acuario. En la Era de Acuario no podemos seguir teniendo un cuerpo físico tan denso, muy pesado. De aquí a dos siglos la gente mirará hacia atrás, se reirá de nosotros, y se dirá: “¿Cómo podían tener cuerpos tan pesados? ¿Tanta masa de materia? ¿Tanta grasa?” ¿Sabéis? en la escritura del *Bhagavatam* dice que el contenido de grasa tiene que mantenerse en su mínimo si queremos seguir el sendero del Discipulado. ¿Y de dónde viene toda esta grasa? Se debe a nuestras tendencias; por nuestra ansiedad de recibir cada vez más fuerza vital recibimos más masa. Así que en la medida que hay más grasa en el cuerpo, en la misma medida tendremos la tendencia de ir hacia abajo. La gente no puede aumentar su estómago, su vientre, y aspirar al logro espiritual, y llegar a cosas espirituales. La cosa pránica no funciona bien en personas que tiene bolsas de grasa por todas partes, y entonces no podemos esperar que el cuerpo coopere con nosotros en todas las prácticas del Discipulado. Tenemos que entender que el propósito de comer es para sostener la vida, pero hay maneras mucho más refinadas de sostener la vida. La mejor es comer la luz del sol, así que abrid vuestra boca en las horas de la mañana e intentad recibir la luz en el cuerpo. Bueno, pues esas bocas que hay que abrir son esos dos centros mencionados. Así que si exponemos nuestra parte superior del cuerpo a las horas de luz del amanecer se habrá cumplido con el trabajo del que hablo. La ciencia del *Ayurveda* dice: “Limpiemos nuestra boca”, lo que incluye limpiar la lengua;

bebamos un vaso de agua, tomemos nuestra ducha, pongámonos ropa limpia en la parte inferior del cuerpo. Es decir, lo que se recomienda es ponerse ropa sólo en la parte inferior del cuerpo y pasear por la casa en las horas del amanecer, o ponernos una ropa mínima en el cuerpo. Limpiemos el cuerpo y mantengámoslo listo para las horas del amanecer. La luz, tal y como sale por el Este, comenzará a hacer el trabajo mágico en relación con nuestra salud, en relación a la fuerza vital. El Maestro E.K. era muy vehemente respecto a este punto, y decía: “Aquellos que no se despiertan en las horas tempranas y se dan una ducha, y que no se exponen a los rayos tempranos del sol de la mañana, no pueden ni por asomo soñar con formar parte de ningún trabajo de la Jerarquía, y mucho menos pueden seguir las enseñanzas”. Éstas son cosas fundamentales, sin esto no se puede ganar nada. Todo tiene su correlativa disciplina, si uno no observa la disciplina, los efectos correlativos no llegan aunque uno haga ciertas prácticas. Madame Blavatsky escribe en el pequeño libro llamado *Ocultismo Práctico* que el baño de la mañana ha de ser un baño que incluya lavarse la cabeza, mojarse la cabeza, porque cada día hay un nuevo nacimiento, un nuevo comienzo. Ella dice que los estudiantes de ocultismo deben darse necesariamente una ducha cada día por la mañana, porque el agua tiene una vez más el efecto eléctrico de la vida. Si queremos que nuestras energías se eleven, esto es fundamental. Hemos de evitar una cara con aspecto perezoso por la mañana, emana mucha enfermedad. De modo que tenemos que tener en cuenta todas estas costumbres fundamentales, preliminares y necesarias. Así que se espera que nos demos una ducha antes del amanecer, y que nos expongamos a la energía del amanecer. Ésa es la mejor manera de comer la luz del sol. La segunda manera es cantar el *Gáyatri*, que invoca la energía solar en nosotros en ambos aspectos, los aspectos de vida y de consciencia. Eso es lo que se invoca mediante el sonido, por esa razón se recomienda que el *Gáyatri* se cante en las horas entre dos luces.

La tercera manera de recibir las energías vitales en nosotros es mediante la abundancia de toma de aire. Si tomamos suficiente aire dentro de nosotros no tenemos por qué comer tanto, éste es un hecho demostrado. Un estudiante que trabaja con su respiración una hora por la mañana y una hora por la tarde quemará muchas cosas dentro de él, inclusive la grasa, y el cuerpo resplandecerá con energía y no surgirá la necesidad de comer en cantidad. La gente que hace penitencia mantiene la vida del cuerpo mediante estos métodos, exponiéndose a los rayos del sol en las horas apropiadas, invocando la luz mediante el sonido, e invocando la vida mediante el sonido, y como tercer paso, respirando mucho aire fresco. Por eso cuando hacemos una profunda inhalación el dióxido de carbono que tenemos dentro se expulsa mejor, por esta razón bostezamos.

El bostezo se genera en el cuerpo para expulsar el dióxido de carbono. El dióxido de carbono es lo contrario a la vida. Entonces, los depósitos de dióxido de carbono en el cuerpo son la fuente de la enfermedad crónica. Tenemos que expulsar el dióxido de carbono. De modo que la respiración de la que hablaremos más en las clases posteriores es otra manera de tomar alimento.

Y luego la cuarta manera es beber muchísima agua. Beber mucho más de lo que la ciencia médica nos aconseja, porque eso limpia el cuerpo por dentro. El uso de agua tanto por dentro como por fuera es extremadamente recomendable para la gente que quiere caminar por el sendero del Discipulado. De modo que la cuarta manera de recibir vida en el cuerpo es a través del agua. Maitreya, el Señor, nos da una buena pauta cuando dice que “No deberíamos beber agua hervida una vez que se ha enfriado”. Mucha gente cree que el agua hervida es sana, incluso mejor que el agua mineral. El agua mineral es un agua ya conservada, ¿verdad? No contiene demasiada fuerza vital, pero si el agua se hierve, todas las cosas indeseables que hay en el agua se queman también. Entonces ha de beberse en un estado caliente, el calor que pueda soportar la boca, a esa temperatura ha de beberse el agua hervida. Él dice que “Si el agua hervida se enfría, esa agua es peor que la que existía antes de hervir”. Cuando se está enfriando atrae de la atmósfera todo tipo de cosas indeseables,

por eso se recomienda sobremanera que los seres humanos no beban agua fría. La gente a la que le gusta beber agua muy fría es gente con falta de salud. Cuando hay *Tamas* excesivas o excesiva inercia en el cuerpo a la gente le gusta el agua fría, el alimento frío. Se espera que bebamos el agua a su temperatura normal, tal y como se encuentra en el lugar donde se esté, y si tenemos que hervir el agua, hemos de beberla después a una temperatura que la boca soporte el calor. Enfriar el agua hervida es hacer que la calidad del agua sea mucho peor de lo que era antes de hervirla. Bebed el agua a la temperatura normal, del tiempo.

Hoy día, la moda, cuando uno pide un vaso de agua, es llenarlo de cubitos de hielo y echar unas cuantas cucharillas de agua sobre el hielo, y cuanto más avanzada es materialmente una nación, más se encuentran este tipo de hábitos. Si viajas en una compañía aérea europea y pides una bebida, te dan un vaso de lo que pides; pero si vuelas con American Airlines, lo primero que hacen es llenar el vaso de cubitos de hielo a tope, y después algo de cualquier bebida, y se echa así como rociándolo por encima, y hay que estar siempre muy atentos para decirles a tiempo que te den la bebida sin hielo. Antes de que lo digamos ya lo han hecho. Así que cuando uno pide, ha de decir muy claramente agua sin hielo, o lo que sea sin hielo. Ésa es una actividad que lleva a la gente cada vez más y más hacia la materia densa.

De manera que, a modo de repetición, diremos que la luz del sol es la mayor fuente de vida. La invocación de la luz del sol a través del sonido es otra fuente, y luego el aire es la tercera fuente de vida; la cuarta fuente de vida es el agua, la quinta fuente de vida son los zumos de frutas, la sexta fuente de vida son las ensaladas, la séptima son los vegetales crudos, la octava son los vegetales hervidos, cocinados. Cuando se cocinen los vegetales es preferible hervirlos que freírlos en aceite. La novena fuente de vida son los vegetales que crecen bajo la tierra, como las patatas, las cebollas, siendo una excepción la zanahoria; y luego, la décima fuente de vida es la carne. Ése es el orden por el que se recibe la fuerza vital. En la décima categoría de alimentos hay mucha más masa y menos vida. En la primera categoría de alimentos no hay masa en absoluto; hasta llegar al agua uno puede decir que no hay masa.

De modo que aquellos que contemplen con su corazón y alma llegar hasta la Verdad, se restringen y se limitan a sí mismos hasta el agua, y luego la segunda categoría de personas está entre el agua y los vegetales, claro está que dentro de la categoría de los vegetales entran también las legumbres, que son un buen sustituto de la carne. De modo que hemos de ir acostumbrándonos a comer alimentos cualitativos. En todo tenemos que buscar el valor espiritual. Escuchamos muy atentamente, pero no seguimos. Si hay una variedad de comida, allí se van automáticamente los ojos y las manos, a las patatas fritas. ¡Veis! Los cuerpos que nacen en este ciclo ya no son apropiados para comer alimento denso, no están hechos para ello. Estos cuerpos necesitan un combustible más refinado. El combustible de un avión es muy diferente del combustible de un tractor. Si ponemos el combustible del tractor o del camión a un avión, el avión no despega. Todos nosotros queremos despegar, está claro, pero hacemos lo contrario durante el día. Tenemos que cambiar todas estas costumbres necesariamente si queremos ser instrumentos humanos muy refinados.

Entonces cuando se trata de la fuerza pránica que emana del sol no debemos hacer lo que es contrario a la fuerza vital. Cuando hacemos cosas contrarias, la fuerza vital se bloquea. Los bloqueos ocurren en los centros etéricos que no funcionan como deberían. Así que cuando nos falta la salud es un mensaje de que tenemos que cambiar algo para mejorarlo. Si queremos tomar en serio esta práctica ocultista, aunque sólo sea para tener buena salud, tenemos que cambiar drásticamente muchísimas de nuestras costumbres diarias. Igual que tenemos necesidad de tener valor espiritual cuando hablamos, tenemos también que tener valor espiritual en el alimento que tomemos. La razón de introducir los ejercicios de respiración es para asegurarnos respirar bien y recibir más vida; pero luego no

hemos de hacer lo contrario comiendo excesivamente. Ha de haber una reducción gradual en alimentos de masa. He conocido a dos personas que comen cada día un bocadito de alimento, lo que se puede coger con una mano. A una persona la conocéis todos vosotros, es Satya Sai Baba. Toma una sola vez lo que le entra en la mano, y ésa es toda su comida, y daos cuenta de qué trabajo está haciendo, y está muy sano incluso teniendo 76 años. Tenemos que seguir ejemplos como éste. Sin embargo, no nos inspiremos de golpe y pensemos que podemos vivir comiendo sólo un puñado de alimento al día; pero que ése sea nuestro punto de mira. Ha de haber un cambio, un cambio cualitativo, de lo contrario nos quedamos siempre donde estamos y sólo hacemos que hablar de las cosas, y no seremos ningún tipo de inspiración para los jóvenes que están creciendo ahora. Muchos mayores no son hoy día un buen ejemplo para los jóvenes en ningún aspecto de la vida; padres divorciados no están dando ningún buen mensaje a los hijos. Nada de lo que hacemos es para ser imitado, y para decirlo de una manera muy extrema, a los jóvenes les irá mejor en la vida si no hacen lo que nosotros hemos hecho. Si no comen como nosotros hemos comido, si no tienen relaciones sexuales como nosotros hemos tenido, y no hablan como nosotros hemos hablado; si no expresan sus emociones como nosotros lo hemos hecho en lo referente al odio, a la envidia, a los celos, y si no piensan como nosotros hemos pensado. Somos un buen ejemplo. Ellos pueden hacer una lista de todas estas cosas, y luego escribir en la parte superior de la lista: “Maneras que no hay que seguir”. Entonces estarán siguiendo un camino muy seguro y lleno de despliegue, de revelación. Queremos que nuestros hijos sean ángeles cuando nosotros somos diablos. ¿No es eso acaso esperar demasiado de los hijos? Después de todo son retoños nuestros, ¿no? Así que tal como nosotros seamos así serán ellos, a menos que haya una excepción, siempre hay excepciones. De modo que nos hemos estado asociando con conceptos de sabiduría, pero no hemos hecho de ellos una realidad en nuestra vida. Esta convivencia de grupo ha sido ideada sólo para darle más y más al mortero de la misma base que no seguimos. Así que, o la seguimos o no perdamos el tiempo con todo esto. ¿Cuántas veces tiene que decir un Maestro que tomemos un baño diario? ¿Una ducha diaria de la cabeza a los pies? ¿Cuántos de vosotros os habéis bañado lavándoos la cabeza? Sin baño de cabeza, pensar en el principio vital no es bueno. De modo que la práctica es el único camino, no hay ningún otro. Creo que he hecho una digresión, pero era necesaria.

No hemos de obstaculizar el funcionamiento de la fuerza vital en nosotros. Obstaculizamos el flujo de la vida nosotros mismos, y luego pedimos salud. Somos como un sabio que estaba sobre la rama de un árbol y la estaba cortando. Necesitaba leña para el fuego, y se fue hasta un árbol, se colocó sobre una rama y comenzó a dar con el hacha que llevaba consigo en la misma rama donde él estaba colocado. La gente desde el suelo le preguntaba qué estaba haciendo, y él dijo: “Necesito leña para cocinar, y por eso estoy cortando esta rama”. Sonriendo, le desearon buena suerte. Nosotros también hacemos cosas contrarias a lo que deseamos para nosotros. De modo que, algún día, en algún lugar, tendremos que volver a comenzar para que el flujo de la energía de la fuerza vital en nosotros no encuentre un obstáculo en nuestra propia actividad. ¿Sabéis que nuestro Centro Sacro se altera con frecuencia por nuestros sentimientos y emociones? La gente excesivamente emocional es la que padece más enfermedades, es más propensa a la enfermedad. Tenemos que asegurarnos de no que no dejamos pasar a nuestra vida diaria cosas que no van con nuestra fuerza vital. No es tan fácil tomar una decisión y seguirla, porque todavía tenemos en nosotros las tendencias.

Las acciones pasadas, cuando se repiten o se han repetido mucho, se han establecido en nosotros como tendencias; entonces cuando surge una situación, antes de que nuestra sabiduría se ponga en acción, nuestra tendencia ya lo ha hecho. Éste es el problema. Antes de que entre la nueva costumbre, la vieja ya lo ha hecho. Por eso necesitamos una mayor voluntad; nuestra voluntad es demasiado pequeña para vérselas con

nuestras tendencias. De ahí la necesidad de invocar la Voluntad Divina mediante lo cual nos fortalecemos y podemos enfrentarnos a los desafíos de nuestras tendencias. Este sistema de invocar a lo Divino ha nacido para fortalecer nuestro ser y enfrentarnos a los desafíos que se lanzan desde dentro hacia fuera. La plegaria es como un mensaje de S.O.S. de emergencia. Tenemos una crisis porque nuestras tendencias dominan sobre nuestras buenas intenciones, así que por nuestra cuenta sola no podemos vérnoslas con ella; tenemos que pedir prestada fuerza, y por eso se invoca a la Voluntad Divina, para que se alinee con nuestra voluntad o, en otras palabras: alinear nuestra voluntad con la Voluntad Divina para hacernos fuertes y poder enfrentarnos a nuestras tendencias. De no ser así, nuestras tendencias han sido alimentadas durante tanto tiempo que es muy poco lo que podemos hacer para cambiar nuestros patrones de conducta; por eso es de mucha ayuda una plegaria sincera. Pedir, rogar, para recibir salud. La plegaria es para recibir, la meditación es también para recibir, para energetizar y enfrentarnos a nuestras propias situaciones. Para comenzar, eso es lo que tenemos que saber en lo referente al funcionamiento de la fuerza vital, de las energías vitales; y luego, la energía vital que entra en nuestros centros se transmite por todo el cuerpo etérico. El cuerpo etérico no es sólo el transmisor del *prana*, sino que también es el medio de todas las energías, su importancia reside también en otras direcciones. Recibir la fuerza pránica es una de las funciones principales del cuerpo etérico, pero el cuerpo etérico tiene también otras funciones.

Los seres del plano físico de materia tienen que adquirir la consciencia etérica, ése es el siguiente paso que tiene que dar esta raza. Esto dejará claro como primera cosa la capacidad de ver etéricamente y de conocer la materia etérica. Para tener conocimiento de la materia etérica, y ver etéricamente, tenemos que tener un cuerpo físico finamente desarrollado. Es el campo inmediato de exploración de los científicos modernos. La ciencia médica será la primera en reconocer la existencia del cuerpo etérico. El *Ayurveda* lo reconoció hace miles de años, la homeopatía también reconoce la existencia del cuerpo vital, y el tratamiento de la enfermedad es muy diferente en estas dos ciencias comparado con la alopátia. Por eso las ciencias médicas del futuro serán aquellas que acepten la existencia etérica y que sepan también cómo hacer reajustes en el cuerpo etérico. De modo que la vitalidad es importante para expulsar la enfermedad. Las enfermedades surgen también en el cuerpo etérico, y no en el cuerpo físico. La conducta diferente de lo natural trae enfermedad, porque primero afecta al cuerpo etérico, y luego esta enfermedad se plasma en el cuerpo físico. Si uno ve ya la enfermedad en el cuerpo etérico, puede impedir su manifestación en el cuerpo físico, por eso en la homeopatía se puede prevenir el cáncer. El cáncer se reconoce sólo cuando el efecto de la enfermedad se manifiesta en el plano físico, entonces ya es tarde para un tratamiento.

Del mismo modo los problemas de corazón también se pueden ver con antelación, y también se pueden ver con antelación ataques cerebrales. Si visualizamos la alteración en el cuerpo etérico, podemos hacer también los reajustes necesarios para que la enfermedad no pase a nivel de plano del cuerpo físico. La mayoría de las enfermedades que padece el cuerpo físico actualmente tiene sus raíces en el cuerpo etérico; hay muy pocas enfermedades, si es que hay alguna puramente física. No hay ninguna enfermedad puramente física, ni siquiera el hecho de que nos resfriemos es físico. Cuando no hay demasiada vitalidad en el cuerpo, cualquier cambio en la atmósfera produce alteración en el cuerpo etérico, y entonces se altera la vitalidad, y la gente se resfría. Resfriados frecuentes, o problemas frecuentes de garganta o de cuello, problemas frecuentes de estómago, frecuentes dolores de cabeza, son claros mensajes en estéreo. Esto quiere decir que el cuerpo nos está bombardeando información, diciéndonos que nuestro cuerpo no está bien. Eso se puede rectificar pues, mediante la medicina o el medicamento etérico. En homeopatía, más allá de la potencia 200C, o mejor dicho, a partir de la potencia 200C, no hay sustancia como medicina. Ésa es la belleza de la homeopatía, no estamos introduciendo

ninguna sustancia en el cuerpo a modo de medicamento, sino que el aspecto etérico del medicamento es el que actúa en el cuerpo etérico del paciente. Ésta es la ciencia de los sabios videntes. La gente que puede ver más allá de lo físico es la gente que ha hecho que naciera la ciencia de la homeopatía, en la que no se da ningún medicamento físico para los desórdenes de tipo etérico.

La alopatía consiste en utilizar una sustancia médica que envenena el cuerpo cuando se da continuamente, porque la enfermedad no está en el cuerpo físico sino en el cuerpo vital o en el etérico. Hoy día se han dado cuenta cada vez más de que la alopatía es uno de los principales asesinos que mata a gente en el planeta. Si digo esto, los médicos no estarán de acuerdo conmigo, pero esto lo dijo nada menos que el presidente de la sociedad alopática norteamericana. Este señor dijo hace dos años que un cuerpo sometido a tomar antibiótico a lo largo de quince años, después de eso, no vale para nada. Todas las enfermedades que ese cuerpo produce más tarde se derivan de esas sustancias venenosas introducidas en su cuerpo, y dijo además que ésta es la segunda causa de muerte en los Estados Unidos, siendo la primera causa mayor los accidentes de tráfico. Así que en el análisis de mortalidad en Estados Unidos según él la primera causa son los accidentes de tráfico, y la segunda la alopatía. Por eso dijo que tienen que revisar y mejorar el sistema a gran escala. Para cualquier manifestación física de la enfermedad, su causa no está en lo físico, sino en lo etérico.

Una persona que tiene un cuerpo etérico sano puede resistir todas las enfermedades, y puede resistir la decadencia del cuerpo, la vejez. El secreto de la juventud es tener un cuerpo etérico sano, ése es otro aspecto en relación al cuerpo etérico. El secreto de una sana y secreta clarividencia y clariaudiencia depende de la purificación del vehículo etérico. Las emanaciones etéricas de la gente pueden ser grandes contaminantes, la gente emite bastantes sensaciones a su alrededor y produce contaminación; así que son contagiosos. Sólo conocemos las enfermedades contagiosas, pero en este caso el Maestro está hablando de gente contagiosa. Las emanaciones etéricas son el aura: según la claridad del aura uno puede ver la cualidad de la persona. Si el vehículo etérico es lo suficientemente puro, la persona tendrá a su alrededor un aura dorada.

El color del cuerpo etérico es dorado, el color del cuerpo causal es el color del diamante. Así que si el cuerpo etérico tiene colores embotados u opacos quiere decir que está contaminando el lugar. La gente se preocupa demasiado de la contaminación externa, pero no sólo estamos contaminando el exterior, sino que continuamente estamos contribuyendo a contaminar con lo interior. Estos son algunos aspectos importantes del cuerpo etérico, importantes también para nuestro estudio. En la purificación de este cuerpo reside el secreto de una humanidad más dulce y más sana. El Maestro es muy generoso cuando dice “más sana”, porque ya está suponiendo que estamos sanos al decir más sanos, ¿verdad?

Un discípulo le dijo a su Maestro:

- Maestro, si yo sigo la práctica que usted me sugiere, ¿me volveré más sabio?

El Maestro le dijo:

- No, te volverás menos ignorante. No te puedo asegurar ya de golpe la sabiduría, primero tienes hacerte cada vez menos ignorante.

Así que en vez de decir una humanidad más sana, se podría decir una humanidad menos loca. Quizás si la que hubiera transcrito telepáticamente estas cosas hubiera sido Madame Blavatsky, lo hubiera dicho de esta última manera, pero como es Madame Bailey, ella no puede ser tan potente en sus expresiones como Madame Blavatsky.

La mayor parte de *La Doctrina Secreta* también fue dictada por el Maestro Djwhal Khul y se ve que el lenguaje es muy fuerte y que va dirigido a destruir prácticas antiquísimas de ignorancia. El poder de la lengua es muy diferente. En este caso, el poder es diferente también. Así dice: “Entraremos en un estadio de una humanidad más sana a medida que

vayamos reconociendo la existencia del cuerpo etérico y contribuyamos a su brillo mediante los patrones de conducta de nuestra vida diaria”.

Ahora todos hemos sabido un poquito más lo que es el *prana*, y cómo entra en el cuerpo humano, y cómo hemos de asegurarnos de no hacer cosas contrarias al movimiento pránico en el cuerpo. También en este contexto hemos comprendido la importancia del cuerpo etérico. Ahora bien, este *prana* que entra en el cuerpo actúa de una manera quintuple. El *prana*, que es una cosa única, se bifurca o convierte en cinco *pranas* que existen a modo de cinco pulsaciones. Tenemos que comprender esto si queremos comprender la respiración y su ejercicio correspondiente. Mencionaré ahora simplemente los cinco *pranas* y por la tarde daré sus detalles.

El primer *prana*, que se llama simplemente *prana*, actúa en nosotros como la inhalación, introduce en nosotros muchísima fuerza vital y produce la oxigenación del cuerpo, y contribuye así a la salud del cuerpo etérico, a la salud de la persona. Lo que tomamos mediante la inhalación es oxígeno. Luego está la contrapartida del *prana*, que es *apana*. El *prana* funciona en la parte del cuerpo que está entre la punta de la nariz, la boca y el diafragma. La inhalación expresa el principio pránico desde la punta de la nariz hasta el diafragma. Los centros correspondientes son el Centro Laríngeo superior y el Centro del Corazón; en medio de este campo actúa este principio de la fuerza pránica de la inhalación.

Luego está el *apana*, que es la exhalación. Este principio pránico llamado *apana* funciona desde el plexo solar hasta la punta del dedo gordo de los pies. Así que si los problemas están por debajo del plexo solar, como tener piernas débiles, o una espalda rígida, unos muslos rígidos, o caderas rígidas, unas rodillas débiles o unos pies que nos duelen, indigestión o cosas por el estilo, como también el estreñimiento... Todas son enfermedades muy comunes, y se deben al mal funcionamiento del *apana*. Si se regula bien en el cuerpo el *apana*, la parte inferior del cuerpo estará sana. Si se regula bien el *prana* en el cuerpo, la parte superior del cuerpo hasta la nariz gozará de salud.

Luego está también la conexión entre el *prana* y el *apana*, que está entre el Centro del Corazón y el Plexo Solar. Esa región está gobernada por otro *prana*, por otro principio que se llama *samana*. Es el principio que equilibra el *prana* y el *apana*. Una de las funciones principales del ejercicio de respiración es traer el equilibrio entre el *prana* y el *apana*.

Luego está otro *prana*, que es el *udana*. Es el cuarto *prana*, el cuarto principio que recorre la parte espiritual del ser, y que va desde la nariz hasta la parte alta de la cabeza. Si este *prana* se activa, el cerebro funciona muchísimo mejor.

De modo que tenemos: *prana*, *apana*, tenemos también el *samana* para equilibrar el *prana* y *apana*, y tenemos luego *udana*. *Udana* se ha transcrito mal en los libros de Bailey con la forma de *upana*. *Udana*, escrito con d, actúa en la cabeza. Y luego está el quinto *prana* que ocupa el cuerpo entero mediante las líneas de fuerza que fluyen a través del sistema nervioso, y es lo que se llama *vyana*. *Vyana* es la fuerza que todo lo impregna, así que es lo que redondea todo el trabajo. Estos son pues los cinco principios pránicos con los que tenemos que trabajar conscientemente cuando trabajemos con la respiración, y más tarde con el *Pranayama*. Esta tarde hablaremos más de este aspecto. Gracias.

Seguiremos comprendiendo nuestro estudio de los cinco *pranas*: uno es la inhalación, al que llamamos propiamente *prana*, el otro es la exhalación, al que llamamos *apana*; y el *prana* llamado *samana* es la fuerza equilibradora entre los dos primeros (*prana* y *apana*). Luego viene el cuarto *prana*, que se llama *udana* (escrito con de), y el quinto que se llama *vyana*. Éstas son las cinco pulsaciones que tenemos que sintetizar para poder ascender al estado superior de ser. Ahora voy a hablar en detalle de cada uno de estos cinco principios pulsantes del *prana*. Acerca de estos cinco *pranas* ya se han escrito volúmenes, así como sobre su reflejo en forma de los cinco subpranas, que se llaman *upa-pranas*. En el libro titulado *Curación Espiritual* hice una introducción a este respecto, porque trabajar con el *prana* es muy esencial para aquellos que trabajan con las energías de curación. El Yoga y

la curación van de la mano. En la medida en que uno camina por el sendero del Discipulado, en la misma medida puede sanar. Todo buen Maestro es un sanador, y todo sanador es un buen Maestro. Por eso, vamos a intentar comprender las cinco pulsaciones que tienen lugar en el cuerpo.

Para regular la fuerza pránica o vital hay un acuerdo entre las cinco pulsaciones o *pranas*. Estos principios cooperan en el funcionamiento de los diferentes principios del cuerpo, y cuando las cinco pulsaciones están activas, el ser humano goza de buena salud, y cuando están de acuerdo, el ser humano asciende hasta el Centro del Entrecejo y experimenta la luz. Eso le llevará a uno ulteriormente a salir del cuerpo y experimentar la existencia etérica. Por eso el cuarto estadio del yoga es el más importante, el quinto y el sexto son solamente consecuencias del cuarto. Así que cuando se llega al cuarto, el quinto y el sexto se logran con mucha más facilidad. Por eso tenemos que focalizarnos en el cuarto estadio de yoga.

Mañana os hablaré acerca de la disciplina necesaria para trabajar con el *Pranayama*. *Pranayama* significa “*prana* regulado”. Quiere decir que tenemos que regular los cinco aspectos del *prana* para que haya una síntesis, y si bien el *prana* es uno sólo, funciona en el cuerpo de cinco maneras. Llevar a cabo las cinco pulsaciones en el cuerpo es lo que se llama *Pranayama*, y para conseguir esa regulación se llevan a cabo ejercicios de respiración. De modo que voy a explicar de nuevo los cinco principios pránicos que cubren el cuerpo entero, y más tarde vamos a considerar los aspectos de la respiración, y posteriormente hablaremos de la ciencia de la respiración, con lo cual llegaremos al cuarto estadio del *Pranayama*. Todo esto junto es lo que popularmente se conoce como *Pranayama*; pero hablando con propiedad, *Pranayama* significa todos los ejercicios que tienen que ver con la respiración, y cuando hacemos todos estos ejercicios hemos de ser conscientes de todas estas pulsaciones pránicas.

Así que el primer principio es el *prana* o primera pulsación. Se extiende desde la nariz hasta el corazón, y tiene una relación especial con la boca y la palabra, el corazón y los pulmones. Si uno considera la parte del cuerpo que va desde la nariz hasta el corazón, los órganos importantes son la boca, y la palabra que se pronuncia en ella; los pulmones y el corazón. Cualquier enfermedad de estas partes se debe al desequilibrio del *pranavayu*, es decir, el aspecto de inhalación del *prana*. Así que la clave está en que trabajemos con la inhalación. Es el *prana* principal, y va desde la nariz hasta el corazón en el ser humano, y cualquier efecto sobre esta parte del cuerpo no sólo producirá un gran impedimento en la salud, sino también en el progreso en el sendero del Yoga. No hemos de permitir que la bronquitis se establezca en nuestro cuerpo, ni que tengamos la nariz bloqueada, o mal olor en la boca, ni palabras mal dichas, o conversaciones inadecuadas. Todo esto son efectos de que la fuerza pránica no funciona. De modo que perdemos mucha energía si el principio fundamental del *prana* no funciona: hemos de tener cuidado de que lo que digamos sea bueno, que nuestra boca esté muy limpia, y que el conducto que va desde la nariz hasta los pulmones esté limpio. La mayoría de la gente tenemos problemas en esta parte, bien sea en la nariz, en la garganta o bien en los pulmones. No hemos de permitir que la enfermedad se manifieste en esta parte del cuerpo porque si este *prana* queda afectado, se impide el paso hacia otros lugares. También hay que incluir al corazón. Hemos de asegurarnos de inhalar bien, según los ejercicios que mencionaremos más tarde.

Luego viene el *apana*, la segunda pulsación pránica. El *apana* controla desde el plexo solar hasta la planta de los pies. Este *prana* tiene que ver directamente con los órganos genitales y los órganos de deshecho del cuerpo, los que expulsan los excrementos. Ahora podemos entender la razón del estreñimiento, y la razón de los problemas que tiene la mujer en relación al útero, así como los problemas relativos al conducto urinario, problemas relativos a los riñones. Todo esto se deriva de un funcionamiento inefectivo del *apana*. El estreñimiento ha permanecido en las comunidades así llamadas civilizadas porque

han perdido la ciencia de saber cómo comer, no hay alimentación equilibrada. Ciertos artículos alimenticios van juntos; si tomamos uno y no tomamos otro, el primero que se toma no se digiere bien. Tenemos que analizar los principios fundamentales de cómo comer. El estreñimiento se ha convertido en uno de los malestares más difíciles, y se debe a la falta de conocimiento respecto a lo que se ingiere y a una inadecuada exhalación. Si se practica una adecuada exhalación, esa parte mencionada del cuerpo rejuvenece. Entonces es ahí donde es de gran importancia la exhalación, y que trabajemos con ella. Luego, también se han de utilizar adecuadamente los órganos generativos. Si cualquiera de los órganos que está en la región de *apana* se expone al abuso, afecta a los demás órganos, pues están interconectados; todo es una red de conexión pránica, el uno afecta al otro, y cuando *apana* está afectada también afecta al *prana*, y luego también a los demás *pranas*. Por eso, para comenzar, la importancia está entre el *prana* y el *apana*.

Al *prana* se le llama también *Mitra*, y al *apana*, se le llama *Varuna*. Por eso, en la plegaria que hacemos mañana y tarde proponemos que haya equilibrio en nuestra inhalación y en nuestra exhalación. Decimos:

SAMNO MITRAHA SAM VARUNAHA

El primer principio pránico nos viene desde el Este; el segundo principio, el *apana*, se nos aproxima desde el Oeste. En nuestro cuerpo también, la parte de la cara, y en especial la parte del entrecejo, tienen que ver con el Este; y el Centro de Base se considera como el Oeste, porque de lo sutil a lo denso las formaciones se llevan a cabo desde el Centro del Entrecejo al Centro de Base. De modo que el *pranavayu* ocupa desde el corazón a la punta de la nariz. *Apana* ocupa desde el plexo solar hasta la planta de los pies, y entre los dos hay un espacio que va desde el Centro del Corazón al Plexo Solar. Ése es el primer puente, desde el hombre de la personalidad hasta convertirse en un ser refinado. Es decir: que el hombre nace a partir del aspecto animal del ser cuando la consciencia cambia desde el Plexo Solar al Centro del Corazón. Se puede saber fácilmente por nuestra actividad si estamos en el Plexo Solar o en el Centro del Corazón, y si sólo pensamos en nuestro bien de preferencia sobre los demás, estamos en el Plexo Solar; y si pensamos en el bien de los demás antes que en nosotros, entonces estamos en el Centro del Corazón. Este cambio tiene que ocurrir si queremos progresar en términos del Discipulado. Esa región del cuerpo está ocupada por el tercer principio llamado *samana* o *samana vayu*. De modo que el puente entre el *prana* y el *apana* se puede construir mediante un cambio en nuestras orientaciones: del egoísmo al altruismo. Entonces conseguimos un equilibrio, y ese equilibrio se realiza a través del *samana vayu*, y la parte que ocupa en el cuerpo corresponde a la parte del estómago, y por eso toda la digestión está a cargo de *samana vayu*. En muchos casos la digestión es buena, pero la eliminación no es tan buena. Así que en este caso *samana vayu* tiene que ver con la digestión. *Samana* se extiende desde el Centro del Corazón al Plexo Solar, y tiene que ver con el alimento y la alimentación del cuerpo a través del alimento y la bebida, y tiene una relación especial con el estómago.

De modo que desde la punta de la nariz hasta la planta de los pies, hay tres *vayus*, o tres aires. Este *samana vayu* que se encarga de la comunicación entre el *prana* y el *apana* es el aire que todo lo equilibra. Ahí es donde reside la fuerza y la salud del diafragma. Si el diafragma es duro, sólido en el sentido de si retiene su tensión como la tensión del arco, la salud seguirá siendo buena; su forma ha de ser convexa. Es también el diafragma lo que se da como signo de Leo, en el que el león está prisionero. Si el *prana* y el *apana* funcionan bien, entonces *samana* adquiere prominencia como principio fundamental entre el *prana* y el *apana*. Entre la inhalación y la exhalación hay un punto de equilibrio, eso es lo que hay que conseguir como primer paso en la respiración. De todos modos ya pasaré a comentar los detalles. *Samana vayu* puede neutralizar *prana* y *apana* (inhalación y exhalación). Cuando hay un acuerdo total entre el *prana* y el *apana* destaca el *samana*, y mediante los ejercicios respiratorios se neutralizan la inhalación y la exhalación, y se neutralizan en la pulsación, a

la altura de la gruta del corazón; a eso se le llama el león. Hasta que no se consiga esto, se dice que el león está enjaulado. Una vez se activa el principio pulsador, se mueve hacia adelante, la inteligencia que preside sobre *samana* recibe el nombre de *Aryama*. De modo que tenemos: *Mitra*, *Varuna* y *Aryama*. Estos tres sonidos los pronunciamos por la mañana y por la tarde:

SAMNO MITRAHA SAM VARUNAHA
SAMNO BHAVAT ARYAMA

Samno Bhavat quiere decir que haya equilibrio en el *samana vayu*. *Sam* significa equilibrio. En esta invocación estamos diciendo que haya equilibrio en la inhalación, que haya equilibrio en la exhalación, y que haya equilibrio para *Aryama*, el *samana vayu*. Éste es el puente inicial: el puente que hay que construir del estado de animal al estado de ser humano. El punto central de este aire está en la parte alta del diafragma. Ahora bien, si hacemos una correspondencia de todo esto con la astrología, la inhalación o *prana vayu* está en relación con Géminis, y la exhalación, el *apana vayu*, está en relación con Libra. De modo que de Géminis a Libra está el principio medio que es Leo. Así tenemos que trabajar, entrelazando una ciencia con la otra.

Os he dado tres correspondencias: *Mitra*, *Varuna* y *Aryama*; Géminis, Leo y Libra. Estos son los tres principales *vayus* o aires del ser humano y de sus vehículos. El *apana* tiene que ver con el vehículo, y el *prana* tiene que ver con el ser humano; aunque yo diga repetidamente *prana* y *apana*, vosotros interpretadlo como inhalación y exhalación, y su equilibrio de inhalación y exhalación es *samana*. Éste es un grupo. Luego está el ascenso de este triángulo para llegar hasta el cuarto aspecto del *prana*, que se llama *udana*, con d. *Ud-ana* significa que se mueve en la parte superior del ser. *Ud* significa arriba.

Udana se mueve por todo el cerebro, y por la frente y la nariz hasta la punta, porque a partir de la punta de la nariz entra ya el campo del *prana* (la inhalación). De modo que el cerebro y todo lo que tiene que ver con el centro de la cabeza, tanto la frente como la parte alta de la cabeza y la coronilla, todo tiene que ver con *udana*; hacer activo este aire es el mayor trabajo del *Pranayama*, el principal trabajo. Eso lleva a la consciencia humana al campo divino, a esto lo llamamos en la invocación *INDRA* y *BRHASPATIHI*, y tienen que ver con el Primer Rayo cósmico y con el Segundo Rayo cósmico respectivamente. Se dice que Indra es el Rey de los cielos que gobierna la Creación; *BRHASPATIHI* es su Maestro. Uno es el ejecutivo, el otro es el consejero, por eso decimos:

SAMNA INDRO BRHASPATIHI

De modo que *Indra* y *Brhaspatihi* tienen que ver con el *udana vayu*. Normalmente somos incapaces de afectar esta parte del cuerpo porque no tenemos todavía la consciencia, que suele ser por lo general humana y subhumana. El esfuerzo consiste en elevarnos hasta lo Divino para que el trabajo sea completo. Este es pues, el *udana vayu*, y se encuentra entre la nariz y la parte alta de la cabeza, y tiene una relación especial con el cerebro, el tabique nasal y los ojos, y cuando se controla apropiadamente produce la coordinación de los aires vitales y de su manejo apropiado. Ésta es la cumbre de la pulsación de aire, y esto es lo que se consigue mediante el cuarto estadio de yoga, el *Pranayama*. Cuando se regulan los tres *pranas* hay un ascenso del principio pránico a modo de pulsación, y la pulsación llega hasta el Centro del Entrecejo, y ése es el momento en el que *udana vayu* se activa porque ha sido conectado, de otro modo funciona pero a bajo ritmo. Éste, es pues, el puente superior que hay que construir. El primer puente que hay que construir está entre la inhalación y la exhalación que quedan neutralizadas en el *samana vayu*, y luego está el ascenso de *samana* para encontrarse con *udana*, entonces el trabajo es completo. Después está también *vyana*.

Cuando digo que *apana* es Libra, y que *prana* es Géminis, *udana* tiene que ver con Acuario, porque el aire es el vehículo del *prana*. De modo que en el pasadizo o conducto de Acuario es donde *udana vayu* está activo, y es el conducto o pasaje entre el *Sahasrara* y el

Ajna, y tiene un punto medio que está entre Géminis y Acuario, y ese punto medio es Aries. Así que los puntos medios son los signos de fuego, y la tríada de aire tiene que ver con las fuerzas pránicas que impregnan todo el cuerpo. De modo que desde Acuario a Géminis hay un puente por construir, que es el puente superior o el puente más elevado, y de Géminis a Libra hay otro puente que construir, y se encuentran en el Centro del Corazón o Leo. Cuando se construye ese puente superior, el lugar de equilibrio es el punto en el Centro *Ajna*. Así tenemos que ver los tres signos de aire y los dos signos de fuego. El tercer signo de fuego no cuenta porque tiene que ver con el fuego por fricción. Leo tiene que ver con el fuego solar, Aries tiene que ver con el fuego eléctrico. Así debe lograrse un equilibrio entre las pulsaciones pránicas, y paralelamente se despliegan también los correlativos estados de consciencia.

Hemos explicado cuatro pulsaciones del *prana*. Luego tenemos la quinta pulsación que se llama *vyana*, que es la fuerza pránica que todo lo impregna. Es el trasfondo de las otras cuatro, e impregna todo el cuerpo de la cabeza a los pies, mediante los diversos *nadis*, que son las líneas de fuerza que actúan a través de los nervios. Este *prana* también actúa o trabaja a través de todos los centros etéricos, porque el sistema nervioso tiene sus plexos. Así que a través de los plexos y de los nervios entra y ocupa el cuerpo entero, toda la persona. De modo que se recorren los doce signos zodiacales cuando hablamos de la persona entera. A los doce signos zodiacales juntos los llamamos el ángel solar, o el *purusha*, o la persona. *Vyana* impregna a la persona entera, esto es lo que en la invocación llamamos *Vishnur*, que se dice que se mueve por los tres planos; y por eso, su adjetivo es *Urukramaha*.

Entonces en la primera parte del himno:

SAMNO MITRAHA Que la inhalación esté en equilibrio.

SAM VARUNAHA Que la exhalación esté en equilibrio.

SAMNO BHAVAT ARYAMA Que *samana vayu* esté en equilibrio, que existe entre el Plexo del Corazón y el Plexo Solar.

SAMNA INDRO BRHASPATIHI Que la voluntad y la sabiduría estén en equilibrio, que existen en la cabeza, y que tienen que ver con el cuarto aire llamado *udana*.

SAMNO VISHNUR URUKRAMAHA Equilibrio para el aire que impregna los tres mundos, eso es *vyana*.

Así se puede relacionar el himno con las cinco pulsaciones en el cuerpo. Hasta ahora hemos estado haciendo esta invocación, pero ahora la podemos hacer más conscientemente para que reconozcamos la existencia de estas pulsaciones y las correspondientes inteligencias o devas que existen en el cuerpo. Éste es pues un aspecto.

Ahora volviendo a *vyana*, este término se aplica a la suma total de la energía distribuida por igual por todo el cuerpo. Esos instrumentos son los miles de nadis o nervios que se encuentran en el cuerpo y tienen una conexión peculiar y clara con los canales sanguíneos, las venas y las arterias. Ésta es la fuerza vital que todo lo abarca, éstas son las cinco líneas de fuerza que funcionan en el cuerpo humano por medio del cuerpo etérico o vital, y a través de éste, la energía llega al cuerpo físico. De modo que el cuerpo de fondo para el cuerpo físico es el cuerpo etérico. Según sea la naturaleza de la fuerza que emane del cuerpo etérico, así será la condición del cuerpo físico; por eso ha de desarrollarse más consciencia acerca del cuerpo etérico. Nuestra actividad de pensar, hablar y actuar ha de verificarse respecto a sus efectos sobre el cuerpo etérico. Si yo hablo de esta manera, ¿cuál es el impacto sobre el cuerpo etérico? ¿Es beneficioso, o destructivo? Si pienso de esta manera, ¿cuál es el impacto sobre el cuerpo etérico? Todo ha de considerarse desde el punto de vista del cuerpo etérico; esto es un trabajo de precisión en el sendero del Discipulado. De modo que no se trata de un sistema de creencias, sino que sabiendo todos los detalles de la constitución humana, y sabiendo cómo entra y funciona en el cuerpo humano la fuerza vital, mejoramos las áreas donde hay cosas inadecuadas. De esa manera necesitamos reorientar nuestro pensamiento para trabajar mucho más conscientemente, y

después, una vez conocida la variedad de fuerzas vitales, hay una manera de trabajar con ellas; y ahí es donde nos sirve trabajar conscientemente con la respiración.

A medida que la humanidad progresa, esta enseñanza referente a la respiración será cada vez más importante. Éste es uno de los aspectos de la Nueva Era: que conozcamos los *pranas*, y que sepamos también cómo trabajar con ellos. No se puede utilizar con seguridad ningún ejercicio respiratorio a no ser que haya un intento por imponerse un ritmo en la vida. De vez en cuando el Maestro nos habla del ritmo desde la primera página hasta la última página de su escrito. Tiene que haber pues, un intento por imponerse un ritmo; no nos está exigiendo ritmo, sino que hemos de tener al menos una intención de imponernos un ritmo. Si no tenemos ni siquiera esta intención, no trabajemos con la respiración, porque la respiración nos puede traer también ritmo. Así que, si tenemos intención, nuestro trabajo con la respiración nos ayudará a conseguir ritmo, ésa es la belleza del sistema: que uno complementa al otro cuando se trabaja apropiadamente, y sino, el uno actúa como contrario del otro.

Hoy día nuestra consciencia es contraria a nuestra fuerza vital, así destruimos nuestra salud; y al destruir nuestra salud, esa salud destruye los patrones de pensamiento. Si damos un tortazo, recibimos otro tortazo; si nuestros patrones de pensamiento afectan a nuestra fuerza vital, esa fuerza vital disminuida nos traerá también una manera de pensar de tipo inferior, y esa manera inferior de pensar nos traerá una manera reducida o inferior de fuerza vital. De modo que lucharán en el cuerpo hasta que el alma diga “¡adiós!”, y no se quede en el cuerpo. Por eso, si recordáis bien, ayer os leí acerca de cómo nace un Hijo de Dios, y dije que había una fusión de la vida y de la luz. Luz quiere decir consciencia. Si nuestra consciencia está en sintonía con la fuerza vital, entonces se produce el nacimiento del Hijo de Dios, entonces la vida será plena. Todo el trabajo consiste en que el uno debe complementar al otro, y si no se complementan, se oponen. Otra vez nos viene a la memoria la frase “Los aparentes opuestos son en realidad complementarios”. Así que si la mente se complementa con la fuerza vital, la fuerza vital complementa también a la mente. La mente, pues, contribuye a la salud, y la salud contribuirá a tener una mente sana. Así que una promueve a la otra. Así tenemos que entender esta cooperación y ver que haya compenetración en estos dos cordones de actividad en nosotros. El cordón de la vida y el cordón de la luz han de estar entrelazados, entonces se logrará el trabajo.

El trabajo de respiración es un paso para llegar a este paso de la consciencia. Trabajar con la respiración significa que aplicamos nuestra mente a la respiración conscientemente. De modo que la consciencia se aproxima a la fuerza vital, y ahí entra en acción la importancia de la respiración, cuando la fuerza vital permanece como trasfondo del trabajo de la consciencia; por eso es importante que la consciencia conecte con la vida. De modo que si tenemos la intención de imponernos un ritmo en la vida, los ejercicios de respiración nos van a ayudar a conseguir ese ritmo; o si seguimos un ritmo, los ejercicios de respiración nos dan la plenitud mejor; pero no pensemos en los ejercicios respiratorios si como mínimo no tenemos la intención de seguir un ritmo en nuestra vida.

El paso preliminar, de lo que se nos informó hace diez años, es hacer una respiración lenta, suave, profunda y uniforme. El impacto de ese tipo de respiración es cuádruple. Más tarde vendrá la ciencia que tiene que ver con los pasos avanzados de cómo trabajar con la respiración. Hagamos veintisiete respiraciones con las cualidades siguientes:

Lenta, porque cuando se respira lentamente la mente vuelve a su tranquilidad. En una mente agitada la respiración es muy rápida, entonces cuando hacemos una inhalación lenta, la mente adquiere su quietud, su sosiego. Eso ya es de por sí es un gran alivio. Nuestro problema principal es la agitación de nuestra mente, es la máquina que mueve todo el sistema, y siempre está en acción, pero ha de dársele descanso. Una mente tranquila puede conseguir mil cosas más que otro tipo de mente. De modo que si hacemos la respiración lentamente la mente recibe la paz, la quietud, y siente frescura en el cuerpo, y

nos da la sensación de una brisa fresca, como una brisa marina por todo el cuerpo, y nuestro organismo se relaja. No es una brisa fría, sino refrescantemente fresca, por eso la respiración ha de ser lenta.

Y luego ha de ser también suave. Uno no ha de hacer ruido cuando respira; hay gente que hace ruido cuando respira profundamente. Cuando uno inhala profundamente haciendo ruido, a la altura del tabique nasal pueden producirse úlceras porque la vida lleva en ella fuego, y cada vez calentamos una parte, porque el aire ha de subir hasta lo alto del tabique nasal, el Centro del Entrecejo, y luego descender, ¿verdad? Recordemos que cuando hacemos una inhalación consciente, el aire ha de llegar casi hasta el puente en el que se encuentra la pituitaria, y después de haber ascendido, descender. Por eso se nos dan como símbolos la cabeza y el pico del águila. Tenemos que sentir conscientemente el movimiento del aire desde las fosas nasales hasta el Centro del Entrecejo y, poco a poco descender por el cuello hasta los pulmones, y podemos inhalar conscientemente hasta el diafragma, y de nuevo volver a salir; pero el aire ha de salir también por el tabique nasal. De modo que si inhalamos sin hacerlo suavemente, el fuego contenido en el aire quema en ese punto (tabique nasal), y ese fuego que contiene el aire, como digo, puede producir úlceras, llagas. De modo que cuando inhaledmos, ni siquiera nuestro vecino, el que tenemos al lado, debe enterarse de que lo estamos haciendo. Después, cuando exhalamos, solemos hacer ruido a la altura de la garganta. Eso no es recomendable hacerlo; si hacemos ruido a la altura de la garganta cuando exhalamos podemos olvidarnos de todos los beneficios de la respiración porque tendremos úlcera en la garganta, y eso será el fruto de nuestra acción. Por eso la respiración ha de ser suave, ha de ser lenta para conseguir la correlativa tranquilidad, ha de ser suave para que el fuego haga el trabajo que se pretende y no nos cause otro tipo de destrucciones.

Y luego, ha de ser profunda. Cuando hacemos una respiración muy profunda estamos introduciendo en el cuerpo el oxígeno en grandes dosis. Entonces no tendremos que darnos un baño en aguas oxigenadas, ni tendremos por qué utilizar bombonas de oxígeno. Si regularmente inhalamos profundamente, hemos tomado ya suficiente alimento. Recordemos que en la respiración matutina está el desayuno de la mañana, así que ¿por qué no nos llenamos con la suficiente energía, y nuestro organismo se energiza? De modo que hagamos nuestra respiración tan profunda como podamos. Cuando practicamos regularmente la inhalación, esa inhalación puede ser tan profunda como para descender al Centro de Base. Así que llenamos el cuerpo entero de *prana*, *apana*, y *samana vayu*. Con la dosis de aire fresco lo llenamos con energía vital. Ésa es la importancia de respirar profundamente, entra muchísimo oxígeno en el cuerpo, y una profunda inhalación como corresponde va seguida de una profunda exhalación; y la profunda exhalación es la que expulsa del cuerpo todo el dióxido de carbono. Los depósitos de dióxido de carbono son los que detienen el flujo de la vida. Así que lo que se expulsa son esos dióxidos, y se inhala más vida, y como consecuencia de ello el cuerpo tiene buena energía.

Después, en cuarto lugar, la respiración ha de ser uniforme.

Cada vez que empezamos una práctica nueva somos muy ambiciosos, más ambiciosos de la cuenta. Queremos conseguir lo mejor ya desde el primer día, pero el organismo no lo acepta. Un extraño ha de entrar en la casa haciendo de todo para complacer, para estar bien y de acuerdo con la gente de la casa, porque si la gente de la casa no está de acuerdo, ningún extraño puede entrar en ella, así que el visitante tiene que hacer un esfuerzo para entrar en la casa de forma amistosa. En este caso, el visitante sería el nuevo hábito, el que le estamos intentando dar a nuestra respiración; nuestra respiración se ha asentado en nosotros según un cierto modelo o patrón de conducta. Los patrones de conducta son fuertes, los patrones vitales están cristalizados, y los patrones de consciencia también están cristalizados; por eso necesitamos más fuego para destruir esa cristalización. Según sea el tipo de salud y de consciencia habrá un patrón de respiración que se

establecerá en nosotros, y que no permitirá que haya otro nuevo patrón. Esto es muy común, no queremos que ningún extraño venga y cambie nuestro sistema. Por eso tenemos que hacerlo lentamente, lentamente quiere decir de forma agradable; podemos asentar una profundidad de respiración que sea agradable, y una velocidad de respiración que sea lenta. Para comenzar hay que hacerle una pequeña introducción: hay que reducir, digamos en un 10%, la velocidad existente de respiración, y una vez que nos resulta muy cómodo, vamos y reducimos otro 10%. De modo que este trabajar gradualmente siempre es bueno, mejor que los cambios abruptos. Lo mismo ocurre con la profundidad de la respiración. Hemos de ir aumentando la profundidad de respiración cada semana, cada mes en un 10% para que al cabo de un año hayamos llegado al punto óptimo de la profundidad, y al punto óptimo de velocidad, lo que mantendrá equilibrado todo el organismo, y por lo general silencioso, sin dar saltos, y los movimientos que se hagan serán también de gran equilibrio. Hay una gran dignidad en los movimientos de los miembros del ser humano, y esa dignidad viene cuando se trabaja excelentemente con la respiración.

Cuando un Maestro de Sabiduría camina es increíble verlo, es una fiesta para los ojos: hay tanta dignidad, tanto porte, tanta pureza, y tan buen estilo, que uno percibe el movimiento como algo muy noble. El movimiento del cuerpo humano puede ser el movimiento más bello de todos. En las escrituras sagradas lo normal es que lo comparen con el movimiento de los elefantes, que en sánscrito se llama *Kayakamana*, que significa que en el movimiento del elefante hay dignidad, parece que va caminado pero es más rápido y veloz que los demás animales, y todos sus movimientos son nobles, y ver a un elefante caminar nos llena de buenas sensaciones. Por eso, al movimiento de una persona de sabiduría se lo compara con el movimiento de un elefante. Comparado con los movimientos elefantinos hay también movimientos de simios. Hagamos una simple comparación y podremos sacar nuestra propia conclusión. Los movimientos de los monos son muy rápidos, muy repentinos, muy imprevisibles y muy extraños. Eso sólo nos hace reír en una actitud de burla, sin embargo cuando vemos a un elefante no nos entran ganas de mofarnos de él, ¿verdad? Pero cuando vemos a un mono enseguida nos sale esa sonrisa que se debe a la mofa.

Éste es el aspecto cuádruple de la respiración, y esa respiración causa un efecto de oxigenación en el cuerpo por así decirlo, y la corriente sanguínea se purifica ¿Qué más queremos? Si la sangre es pura, no hay modo de tener enfermedades; no sólo se purifica la sangre, sino que pierde su presión excesiva. Tenemos casos de tremenda presión sanguínea, la respuesta para ello es: respiración. Tenemos casos en que la sangre contacta enfermedades con frecuencia, la respuesta es: ejercicios de respiración. Al mismo tiempo que la sangre se oxigena, así se oxigena la vida del hombre en los tres mundos impregnados por la energía espiritual. De modo que la espiritualidad requiere sangre pura, y una sangre llena de oxígeno es el tipo de sangre que resiste a la enfermedad. Ése es uno más de los efectos de los ejercicios de respiración; está también la imposición que uno se hace de un nuevo ritmo que viene como consecuencia de este ritmo particular; a medida que nos imponemos una velocidad menor ganamos más y más ritmo. Si la respiración es rítmica, la vida también adquiere este aspecto rítmico.

De modo que hay un nuevo ritmo, hay la imposición de un nuevo ritmo por lo espaciado y los límites de tiempo de la respiración. Así que el ritmo nos llega mediante la práctica de la respiración día a día, y luego hay ciertos ritmos para la respiración en los que por un momento se retendrá la inhalación, y también un interludio durante el cual no inspiramos de nuevo. Es decir, que inhalamos, retenemos y hacemos un interludio; luego exhalamos, y antes de volver a inspirar hacemos el interludio. También me ocuparé de describir eso durante este seminario. Todo esto es información, pero los pasos han de irse trabajando tal y como se dan junto con la disciplina del *Pranayama*, que describiré mañana, porque si os hablo ahora de esta disciplina podéis darme las gracias y decir que no la

queréis. Si comprendemos el beneficio del trabajo respiratorio, podemos condescender a considerar la correspondiente disciplina, es decir, podríamos tener un poquitito más de simpatía por esa disciplina. No es una disciplina rigurosa, sino tan sólo cinco o seis aspectos que tenemos que practicar en nuestra vida diaria, cosas que no son imposibles, y que tampoco son muy difíciles: lo único que tiene que haber es una actitud para trabajar con ellas. Hay un aspecto sutil del *prana* que afecta al cuerpo etérico o vital, es la manera de tonificarlo. Éste es el impacto del *prana* sobre el cuerpo: el cuerpo de *prana* se fortalece, y así no hay manera de caer en energías inferiores, ni de sentirnos desvitalizados. Este ejercicio tiene un beneficio doble: uno es la salud, y el segundo es el Yoga. “Trata el *prana*, enseña el Yoga”, así lo expresa el Maestro C.V.V. Seguro que lo habéis leído en el libro. Es inimaginable que Él demostrara la respiración a sus seguidores...6 horas de inhalación, 6 horas de exhalación y 6 horas sin respirar. De hecho, creemos que todo eso puede ser una completa mentira, pero la energía que el Maestro recibió le permitió hacer muchísimos y varios ejercicios con la fuerza vital. Por eso aquellos que trabajan intensamente con la energía del Maestro C.V.V. son sanadores naturales. Porque esa energía primero nos da el efecto pránico y luego nos da el tratamiento del Yoga. De todas maneras, éste es un tema colateral, pero podemos imaginarnos la fuerza de su cuerpo etérico. Cuanto más fuerte sea el cuerpo etérico, más fuerte respiraremos, y cuanto mejor respiremos, más fuerte es el cuerpo etérico. De modo que lo contrario es cierto en todos estos casos.

El estudiante debe recordar que los efectos sutiles son más poderosos que los efectos físicos. La gente cree en muchos esfuerzos físicos para conseguir la salud. Si hay un bosque, tenemos que ir a hacer *jogging*, comprar los zapatos para el *jogging* y luego el chándal, y seguir haciendo *jogging*. Con eso no se consigue ni siquiera por asomo lo que se consigue con una hora de respiración. Sabéis, las partes del cuerpo se desgastan rápidamente con el ejercicio físico. La fuerza física no es fuerza. La fuerza etérica y vital, ésa es la fuerza. Imaginaos a una persona con un buen cuerpo etérico. Esa persona no tendrá nunca miedo. Ésa es la cualidad de tener un cuerpo etérico saludable. Es mucho mejor que un boxeador cuyo cuerpo etérico es débil. Esa persona puede lanzarse sobre ese boxeador y, como un león, golpearlo y dejarlo K.O. A veces personas de aspecto muy delgado pueden vencer a una persona aparentemente fuerte. La fuerza física no es fuerza. La fuerza está en el cuerpo vital. Un golpe vital pondrá a dormir a la otra persona. Hemos de recordar esto de que los efectos sutiles son infinitamente superiores a los efectos físicos. Tanto ejercicio físico como se hace, y sin embargo la gente sigue teniendo enfermedades. En un buen estudiante de *Pranayama*, su salud siempre está por encima de lo normal, por encima de la media. No enferma frecuentemente y aparentemente no hace ningún ejercicio físico. Sin embargo estas personas están sanas y fuertes, y su cuerpo está bajo control. El cuerpo físico estará enteramente bajo control si tenemos un buen cuerpo etérico. Por eso las rectificaciones han de hacerse también en el cuerpo etérico y no en el cuerpo físico. De modo que -la afirmación dice así-, los estudiantes tienen que recordar que los efectos sutiles son más poderosos que los efectos físicos, y producen efectos en dos direcciones: en el cuerpo físico y en el cuerpo etérico. Los ejercicios de respiración producen un impacto doble. Causan la salud del cuerpo etérico y eso produce salud en el cuerpo físico. Todo el cuerpo vital asume un ritmo particular según los ejercicios de respiración.

Continuaremos mañana y profundizaremos más en la ciencia de la respiración.

Saludos de Luna Llena de corazón a los hermanos y hermanas. Hemos estado considerando el efecto de los ejercicios de respiración. Voy a seguir con la descripción de los efectos que ayer quedó a medio terminar. La totalidad del cuerpo vital asume un ritmo particular según los ejercicios de respiración. Esto, mantenido durante un período largo de tiempo, producirá un efecto de cohesión o de disgregación en el cuerpo físico, y correspondientemente, vitalizará o desvitalizará el cuerpo etérico. Más tarde os hablaré de este efecto de partición y del efecto de cohesión.

Cuando no tenemos una vida con un mínimo grado de pureza y con un mínimo grado de juego limpio, entonces producirá un efecto que le parte a uno. Para las personas que no intentan mejorar su voluntad, estos ejercicios no les sirven de mucha ayuda. Pero de momento, consideremos que cuando se ha adquirido un ritmo con respecto a la respiración, el cuerpo vital adquiere fuerza, le da cohesión al cuerpo físico y también lo vitaliza. De modo que para adquirir vitalidad en el cuerpo físico, se considera que el ejercicio de respiración es lo más beneficioso. El trabajo con el ejercicio de respiración ha de ser rítmico. Luego hay otro aspecto: Hay un efecto sobre los centros que es de lo más efectivo. Si los centros tienen que activarse positivamente, los ejercicios de respiración ayudan porque energizan el cuerpo etérico, y como todos los centros están localizados en el cuerpo etérico, estos ejercicios ayudan a despertar los centros del cuerpo etérico. El Maestro dice que es el modo más efectivo de activar los centros. De ahí la necesidad de los estudiantes de hacer la meditación en esos centros, para despertarlos.

Los centros que uno tiene que intentar despertar son los centros que están por encima del diafragma, porque los centros que hay por debajo del diafragma no son sino un reflejo de los centros que hay por encima del diafragma. Así que si son activados se reflejan mejor en los centros inferiores. Esto se ha de entender claramente: El Centro Laríngeo tiene su correspondencia con el Centro Sacro; el Centro del Corazón tiene su correspondencia con el Plexo Solar; el Centro *Ajna* tiene su correspondencia con el Centro de Base. Entonces, cuando se activan los tres centros superiores, al mismo tiempo se activan los tres centros inferiores. Trabajar con los tres centros inferiores está prohibido porque puede llevar a confusión y a malos entendidos. La gente que activa el Centro Sacro sin haber activado el Centro Laríngeo tiene la sensación de que tiene la visión de los Maestros, visiones de ángeles, que va por grandes *Ashtams*, que visita Sirio... De tanto en tanto nos encontramos con gente así. Pero su vida cotidiana no está en sintonía con lo que dicen que hacen. Entonces, su modo de vida dirá si eso es verdad o si es un espejismo. Esto se debe a la mala aplicación de la sabiduría. La gente que es excesivamente emocional intenta activar el Centro Sacro. Por lo tanto, existen esos peligros de espejismo. Del mismo modo, si se activa el Centro de Base sin activar el Centro *Ajna*, ello resultará en innumerables problemas físicos: dolor de espalda, inmovilidad, condicionamiento a cargo del cuerpo físico, dolor en las articulaciones,... debido a la activación del Centro de Base. Los centros inferiores pueden activarse únicamente en presencia de un Maestro avanzado de *Hatha Yoga*. Los centros superiores pueden activarse en el sendero del *Raja Yoga*, pero uno tiene que adoptar una mínima disciplina en la vida y comenzar a trabajar con la técnica dada. Puede pasar que la práctica no active los centros, pero no por ello habrá ningún mal efecto. El conocimiento recibido facilita la práctica y no exige la presencia física de un Maestro de *Raja Yoga*. Por eso los Maestros de Sabiduría promueven el sendero del *Raja Yoga*, para que todo el mundo pueda trabajar con las herramientas dadas de una manera segura; y también dan la disciplina de la ciencia que se pretende practicar. Entonces, cuando se practican los ejercicios respiratorios de la manera dada, junto con una disciplina mínima en nuestro modo de vida, la activación de los centros es muy tangible. Y cuando se activa un centro superior, su centro correspondiente inferior se activa al mismo tiempo.

Que nadie dude del efecto de los ejercicios respiratorios sobre el cuerpo vital. Está más allá de toda duda que el cuerpo vital recibe una fuerza enorme, y a su vez dará también fuerza vital al cuerpo físico. Tan seguro como el comer y el beber, construir o destruir el cuerpo físico y ayudar o dificultar su correcto funcionamiento. El alimento puede ayudar u obstaculizar el correcto funcionamiento, dependiendo del tipo del alimento. Lo que es el alimento para el cuerpo físico, lo son los ejercicios respiratorios para el cuerpo vital. De modo que siempre es mejor que se le dé alimento al cuerpo físico a través del cuerpo vital. Entonces se puede minimizar la cantidad de alimento para el cuerpo físico. La gente que practica regularmente los ejercicios respiratorios come muy poco y no necesita la comida

que contiene masa, que su cuerpo rechaza inmediatamente. De modo que nuestra orientación acerca del alimento ha de cambiar hacia lo etérico desde lo denso físico. La afirmación dice: Igual que el alimento afecta al cuerpo físico, la respiración surte un efecto similar sobre el cuerpo etérico. La única necesidad es que la práctica sea lo suficientemente larga. No basta con hacerlo durante unos pocos días, después desconectar, y después hacerlo cuando nos acordemos. Ha de ser tan regular como comer regularmente nuestra comida física. Al menos comemos tres veces al día. Así que como mínimo tenemos que hacer práctica de respiración tres veces. En la medida en que trabajamos con la respiración se va reduciendo la cantidad de ingestión de alimento físico. Sin embargo, tendremos mucha más vitalidad, seremos mucho más fuertes, estaremos mucho más sanos y a medida que avancemos en la práctica, llegaremos a eliminar casi por completo el alimento físico, manteniéndolo en su mínimo. Así, los ejercicios de respiración nos darán fuerza vital de una fuente diferente. Ése es el efecto de la respiración.

Ahora vamos a volver a la ciencia misma de la respiración. Está primero el aspecto de la inhalación. El ser humano respira profundamente desde las profundidades de su ser. Es decir, que no tira de la respiración, la respiración no se saca desde dentro, sino que desde la profundidad se atrae la respiración. El énfasis es en dónde se coloca la conciencia. Todos nosotros estamos posicionados en el Centro de Base. Ése es el punto tan profundo en el que estamos todos. Estamos profundamente abajo, en el subterráneo de la casa, y puesto que estamos allí, tenemos que llamar a la respiración para que la respiración llegue hasta ese punto. ¿Qué quiere decir eso? Que cuando inhalamos, contemplamos esa profundidad y sentimos que la respiración está pasando por todos los centros hacia abajo, hasta llegar al Centro de Base. Eso es respirar profundamente. Mediante la inhalación llegamos hasta el Centro de Base a través del centro que hay entre las cejas -el Centro del Entrecejo-, que no es *Ajna*, sino que es la pituitaria. El Centro del Entrecejo es diferente del Centro *Ajna*. Me refiero al que está en el puente del tabique nasal, la parte alta, en donde se juntan las dos cejas. Ése es el punto de la pituitaria, y justo por encima de ella está la pineal. El último puente hay que construirlo desde la pituitaria a la pineal, para que nazca el Hijo de Dios. Y luego desde la pineal hasta el Centro Superior, que está en la parte alta de la frente, está el puente superior. De modo que cuando inhalamos por las fosas nasales hemos de tocar conscientemente ese Centro del Entrecejo y sentir el movimiento de la inhalación que pasa a través del Centro Laríngeo, por el Centro del Corazón, por el Plexo Solar, por el Centro Sacro y que llega al Centro de Base. De modo que hemos de imaginarnos que el aire va pasando hasta el Centro de Base. Entonces es natural que cuando inhaledemos, inhaledemos desde ese punto. La idea es que el Ser, estando en las profundidades de su Ser, atrae a la respiración hacia sí. En ese proceso atrae la vida del alma. Ésa es la manera de inhalar. Es una consciente inhalación del alma que lo impregna todo, por dentro y por fuera. ¡El alma también respira! Así que del alma recibimos nuestra respiración y así atraemos la medida necesaria de vida. Éste es el primer estadio. En el proceso de desapegarse de la vida fenoménica, atrae desde las profundidades de su ser y experimenta la fuerza vital que puede entregársele de nuevo a la fuente de la que vino. De modo que aquí hay una regla, por la que uno tiene que desapegarse del mundo de los fenómenos. Es decir, desapegarse de vivir en relación con la mente, los cinco sentidos y todo lo que tiene que ver con la personalidad. La práctica de la respiración exige desarrollar la virtud del desapego.

El segundo día por la mañana expliqué con todo detalle en qué consiste el desapego. El capítulo V del *Bhagavad Gita*, que nos da todas las reglas relativas a la respiración, pone también el énfasis en el desapego. El desapego en este caso está relacionado con el fruto de la acción. No es un desapego de la acción. Mucha gente cree que el desapego quiere decir desapegarse de las acciones también. No podemos desapegarnos de las acciones. Sí podemos desapegarnos de los frutos de las acciones. Todo

el esquema del *Bhagavad Gita* durante los primeros seis capítulos pone el énfasis en la necesidad de hacer las cosas sin apegarse a los resultados de las acciones. En sintonía con la Ley, cumplimos con nuestro deber para con la vida circundante y no esperamos nada a cambio como fruto de nuestra acción. Si recibimos frutos nos apegamos, y si no obtenemos frutos de nuestra acción nos decepcionamos, nos hartamos y nos deprimimos. Así que todo el problema es apegarse al resultado de la acción. A nosotros no han de preocuparnos los resultados, pero sí la acción. Nosotros cumplimos con nuestro deber para con nuestros padres, pero no nos ha de preocupar qué respuesta dan nuestros padres. Nosotros cumplimos nuestro deber para con nuestros hermanos, pero no hemos de preocuparnos de cómo responden nuestros hermanos al deber que nosotros cumplimos. Nosotros cumplimos con nuestro deber para con nuestro compañero y no esperamos nada a cambio. Cuando no hay expectativas ni esperanzas de este tipo, la vida se mueve sin cambio de vibración. Cuando se espera algo a cambio, siempre hay decepción y si lo que se esperaba se cumple, hay más apego todavía. Si no se cumple, uno se disgusta. Sin embargo, hemos de cumplir nuestro deber en la sociedad de la misma manera. Hemos de hacer del mismo modo también, nuestras obras de buena voluntad. No debemos estar excesivamente apegados al trabajo de servicio que realizamos. Lo hacemos porque hay que hacerlo, porque se tiene que hacer, pero lo que salga de ello no es problema nuestro. Si tenemos que enseñar, enseñamos. No esperemos que haya una respuesta a esa enseñanza nuestra. Esta actitud es la actitud del desapego. Esto nos da un desapego del mundo de los fenómenos. Nosotros hacemos las cosas de acuerdo con las escrituras sagradas, que no son otra cosa sino la demostración de vida del Señor mismo o de aquellos Hijos de Dios. Su modo de vida se ha convertido en la escritura sagrada y nos da mucha luz para saber cómo vivir. Ellos vivieron con desapego y realizaron grandes obras. Pero a pesar de que cumplieron e hicieron grandes obras, nunca se apegaron a esos actos suyos, y si no hacen grandes acciones, tampoco se sienten infelices. Ellos cumplen con su trabajo sin esperar ningún resultado. Así ha de ser en todos los aspectos de la vida. Hacer el trabajo teniendo como punto de mira las Escrituras. A esa actitud en la vida se le llama funcionamiento desapegado, y en sánscrito *Sanyasa*, el mendicante.

El renunciante es uno que no abandona las acciones. Hay muchos mendicantes que debido a la ignorancia abandonan las acciones. Abandonar la acción le lleva a uno a la inercia y a la más absoluta oscuridad. Lo que hay que abandonar es el apego a los frutos de la acción. Hagamos lo que hay que hacer. La vida siempre nos da trabajo. Hagámoslo. Haciéndolo bien veremos que estamos en equilibrio. Pero intentar apegarnos a algo relativo a nuestros actos nos saca del equilibrio. Esto es lo que se nos exige si queremos seguir con la ciencia de la respiración. La gente excesivamente apegada a la vida de la personalidad no puede respirar bien. Éste es un secreto del *Bhagavad Gita*. En el capítulo V hay treinta estrofas y sólo una de ellas habla de la respiración, que es la estrofa número veintiocho. Las restantes veintinueve estrofas hablan de la disciplina que hemos de seguir si queremos trabajar con la ciencia de la respiración.

Hablaré brevemente de la disciplina tal y como aparece en el *Bhagavad Gita*. Aquí el Maestro Djwhal Khul hace una afirmación muy sorprendente. Dice que en el proceso de desapegarse uno de la vida fenoménica, este grupo de mundos se conciben a partir de un gran volumen de sabiduría, y se presentan en pocas palabras. Los libros de cualquier Maestro de Sabiduría no pueden leerse independientemente. Puede que un libro esté organizado de una forma, como éste que tengo en la mano, pero si uno lee página tras página, no recibe mucho, sólo información a nivel superficial. Este libro está interconectado con muchos otros libros, y esas conexiones se dan a modo de pauta en ciertas afirmaciones. De modo que un libro proveniente de un Maestro de Sabiduría no tiene existencia separada. Por eso, el conocimiento para conectar con el libro viene de dentro. Puede relacionarse con muchos otros libros, y en especial, el *Tratado de Magia Blanca*

está relacionado con el Yoga de Patánjali y con el *Bhagavad Gita*. A menos que sepamos cómo están colocadas las cosas en el Yoga de Patánjali o en el *Bhagavad Gita*, no podremos comprender por completo la Magia Blanca.

De modo que el ejercicio de respiración tiene un requisito previo: que sigamos el modo de vida sugerido en el quinto capítulo del *Bhagavad Gita* que habla del *sanyasa*. El significado superficial de *sanyasa* es mendicante o renunciante, que significa que hace las cosas y no se preocupa de los resultados. Éste es el proceso que culmina en el *sanyasa*, es decir, que resulta una respiración rítmica del alma dentro del cuerpo humano. *Sanyasa* quiere decir *Samyakgn Asha*, es decir, pulsación del *prana* equilibrada. A menos que uno conozca la clave etimológica, no sabe lo que significa *sanyasa*. La estrofa veintiocho del *Bhagavad Gita*, en el quinto capítulo, habla del método por el que se han de sintetizar las cinco pulsaciones, y no lo describe de una manera muy elaborada, sino solamente a modo de pauta. A medida que uno va trabajando, esto se despliega más en uno.

De modo que, para hacer efectivo este trabajar con la ciencia de la respiración, hemos de asegurarnos de tener también una actitud desapegada con respecto a la vida de la personalidad. Actitud desapegada no quiere decir que nos tengamos que desapegar de las acciones. Hemos de seguir haciendo, pero sin apegarnos demasiado a los resultados de esas acciones. Ésa es la versión simple de lo que es acción desapegada. Si uno une los ejercicios de respiración con este tipo de actitud, entonces puede experimentar la fuerza vital mediante la inhalación y atraerá a su interior una fuerza vital mucho mayor, y tendrá una vibración constante. Es decir, que no estará afectado por humores.

A veces feliz, a veces irritado, otras veces muy alegre... Si hay una variación tal en la vibración, los ejercicios de respiración no nos sirven de nada. Todas estas variaciones en la vibración se deben a las personas, a los acontecimientos, a los lugares diferentes y a nuestras preferencias. Estamos apegados a ciertos lugares con preferencia a otros; estamos apegados a ciertas personas con preferencia a otras; estamos apegados a ciertas situaciones con preferencia a otras. Pero la vida nos pone delante a ambas. Así que hemos de permanecer constantes en nuestra vibración, tanto si la situación es favorable como desfavorable. Cuando adquirimos esta vibración constante, aunque no por completo, al menos tenemos el gusto por ello y tenemos la intención de trabajar con ello. Entonces estamos preparados para trabajar con los ejercicios de respiración. Al cabo de 13 ó 14 años de enseñar a nuestros grupos me atrevo a dar la ciencia de la respiración. Todo depende de la actitud desapegada que tengamos hacia la vida. La única relación entre todos nosotros es la Verdad y es que como almas somos hermanos. Todas las demás relaciones cumplen un propósito limitado, sobreviven durante un período limitado de tiempo y cambian de cuando en cuando. Así que no les podemos dar excesiva importancia. La relación es de alma a alma, de hermano a hermano, y las demás relaciones son temporales. La vida, como dije el otro día, sigue adelante.

Como dije ayer, a pesar de que las civilizaciones se hundan bajo las aguas, a pesar de que desaparezcan sistemas solares, la Vida sigue adelante. Sólo Dos están juntos en la eternidad: el Padre y el Hijo. De modo que tenemos que llegar a comprender esto y seguir adelante sin apegarnos excesivamente a los éxitos o a los fracasos, ni tampoco a las dificultades ni a los momentos de armonía. En la vida, a la armonía le sigue el conflicto; al conflicto le sigue la armonía; a los períodos favorables les siguen períodos desfavorables; a los períodos desfavorables les siguen períodos favorables. De modo que esta Ley de la Alternancia siempre funciona en el mundo de los fenómenos. Reconozcámosla. Por eso, una persona está mucho más atenta cuando hay armonía alrededor. Porque a la armonía le sigue el conflicto. Es como la calma antes de la tormenta. Antes de la tormenta hay calma, y después de la tormenta hay calma otra vez. Pero cuando hay tormenta, no tenemos por qué hundirnos con ella. Porque es una profecía segura que el temporal se calmará. Del mismo modo, cuando hay calma, es una profecía segura que vendrá un temporal. El ser sabio

siempre toma nota o sabe ver la Ley de Alternancia en funcionamiento. En este mundo de los fenómenos, las cosas siempre son así. No hay manera de tener una armonía permanente en la vida de la personalidad. Siempre hay alguna cosa que resbala, que sale fuera de control. No todo está bajo control. Si la economía está bajo control, la salud no lo está; si el bienestar está bajo control, los hijos no lo están; si los hijos están bajo control, el compañero/a no lo está. Siempre hay alguna cosa que se escapa fuera de control. Hay una escritura que dice que el mundo de los fenómenos es como una cesta llena de ranas. Las ranas saltan y salen del cesto. Van saltando y saltando, y cuando agarramos una y la ponemos en el cesto, otra rana ha saltado y se ha salido del cesto. Así, cuando buscamos una rana, dos, tres, cuatro ranas habrán saltado fuera. Así que no existe la situación en que un día todas las ranas estén dentro del cesto. La sabiduría es saber que son ranas y que tienen la tendencia de saltar y salir, y nuestro trabajo consiste en agarrarlas sin esperar que ninguna otra rana salte y se salga. Siempre falta algo. Así que si uno vive en la personalidad, ¿para cuándo la vida en armonía? Mejor que no busquemos la armonía mientras sigamos en la personalidad, porque eso no es de sabios. Coloquémonos un poquito por encima, tomemos una mejor perspectiva desde donde podamos ver como un juego eso de salir fuera, volver a entrarla; salir fuera, volver a entrarla... Entonces sabremos que el juego creado por el Señor, es apasionante, y le diremos al Señor: “Este juego es demasiado hermoso para complicarme, prefiero quedarme contigo y disfrutar actuando en ese juego sin apegarme demasiado a él”. Esa actitud te ayuda mucho en la vida.

Todos hemos vivido suficientes vidas, no sólo esta vida. Hemos pasado por muchas y muchas encarnaciones humanas; hemos tenido muchas veces dinero, y lo hemos perdido; hemos tenido muchas relaciones con muchos, y lo hemos perdido todo; hemos ganado y perdido muchas veces la salud. Así que no creáis que no perdemos lo que ganamos. Sin embargo, seguiremos actuando. Ésa es la belleza de disfrutar de la acción, pero no de los frutos de la acción, y relajarnos en la acción, pero no en los frutos de la acción. El Maestro Morya dice: “La relajación viene de la propia acción, y no cuando uno ya ha dejado de hacer la acción”. Cuando uno ha terminado una acción está en inercia o en excesivo dinamismo de la mente. De modo que acción sin asociarla con los frutos es el modo de vivir una vida de renuncia. Pero la renuncia no significa que tengamos que dejarnos crecer la barba, ni ponernos ciertas túnicas y vivir fuera, apartados de la vida. Estas personas se han dejado engañar por la doctrina de la renuncia; lo han entendido mal. Son gente que ha dejado de actuar en la vida y no tiene la experiencia que de ello se deriva. En la vida ocultista, el discípulo, a medida que desarrolla un nuevo y más responsable uso de su aparato de respuesta (es un aparato que responde, un aparato interno), practica en la vida la ciencia de la respiración y descubre que mediante la respiración profunda se puede introducir en la actividad a su cuerpo vital con su centro de fuerza. Así que mediante la respiración profunda activaremos el cuerpo vital con su centro de fuerza. Es decir, que recibimos una energía suplementaria. Ese suplemento viene desde dentro, no desde fuera. Ésa es la belleza, cuando sabemos cómo trabajar con el aparato respiratorio en nosotros.

De ese modo, hay tres aspectos de la respiración: respiración profunda, respiración media y respiración alta. La respiración alta tiene que ver con *udana*; la respiración media tiene que ver con respirar hasta el Corazón, y la respiración profunda tiene que ver con respirar hasta el Centro de Base. La primera que hay que tomar es la respiración hasta el Corazón. La segunda consiste en respirar hasta el Centro de Base, y cuando se ha conseguido bien el segundo estadio, el *prana* y el *apana* (es decir, el aire por encima del diafragma y el aire por debajo del diafragma) encuentran su equilibrio. Sólo entonces es posible la respiración de tipo alto que es *udana*. La respiración de tipo *udana* sólo es posible cuando se ha neutralizado la respiración baja, porque cuando se neutralizan la inhalación y la exhalación, éstas elevan la pulsación hacia arriba, cosa que ya he explicado muchas veces

antes. De todos modos, lo voy a explicar de nuevo después de haber leído este texto del Maestro.

De modo que la respiración conlleva tres estadios de respiración. La primera es la respiración profunda, pero para nosotros puede ser respiración media hasta que nos acostumbremos a la respiración profunda. De modo que respiración media, respiración profunda y luego respiración alta, que puede poner en actividad el cuerpo vital y su centro de fuerza. Estos tres aspectos de la respiración recorren toda el alma y su relación con los tres tipos de respiración. Los tres tipos de respiración son *apana*, que regula la parte inferior del cuerpo; *prana*, que regula la parte superior del cuerpo; y *udana*, que regula la cabeza. Estos tres tipos de respiración se ponen en relación mutua, y cuando los tres están relacionados tenemos la completa experiencia del alma en el cuerpo entero. *Apana* abarca desde la parte superior del plexo solar hasta la punta de los pies (hasta el dedo gordo de los pies); *prana* recorre el cuerpo desde el diafragma hasta la punta de la nariz, y *udana* cubre la cabeza. Así que no queda ninguna parte del cuerpo por cubrir cuando estos tres aspectos de la fuerza se entrelazan. En el proceso, *apana* y *prana* quedan absortos o fundidos en *samana*, y *samana* asciende para quedar absorbido en *udana*. Esta parte está excelentemente narrada por Mme. Blavatsky en el volumen quinto de la edición inglesa de la *Doctrina Secreta*. El proceso se da; un proceso ya conocido en Oriente desde Edades. El *prana* y el *apana* han de estar equilibrados para fundirse en el *samana*, que es el principio pulsador.

Sabéis, en el principio pulsante hay una acción o unas fuerzas centrífugas y centrípetas que no son nada más que el aspecto sutil de la inhalación y la exhalación. La pulsación se percibe a la altura del diafragma, y trabajando con ejercicios de respiración, se consigue que el ave de la respiración se mueva hacia arriba y así está el elevarse hacia arriba del ave, el remontar. También se le llama el movimiento de la vida. Esa ave tiene un sonido doble, llamado *SO HAM*, que se asocia también con la inhalación y la exhalación. La inhalación lleva inherentemente el sonido *SO*, y la exhalación lleva inherentemente el sonido *HAM*. De modo que *SO HAM* es el sonido del ave que pulsa. A esa ave que produce el sonido pulsante de *SO HAM* se le llama *Hamsa*. Tenemos que relacionar todo esto con la ciencia del sonido y obtendremos todas estas claves. Una pequeña modificación del sonido *Hamsa* nos da el *Simha*. *So Ham* - *Hamsa* - *Simha*. *Simha* significa león exotéricamente. Así, hay algunas escrituras sagradas que dicen: “El león sale de la cueva”. Que el león asciende hacia un punto de luz, así se expresa en otro tipo de teología. En el *Mahabharata* se habla de esto mismo cuando alude al ave Garuda, el ave que remonta las alturas para adquirir la inmortalidad. De modo que el *samana vayu* es el resultado de la neutralización de la inhalación y la exhalación, lo que se deriva de trabajar apropiadamente con éstas. Eso es lo que da como resultado la pulsación *samana*. Luego, a medida que respiramos, la pulsación de *samana* va ascendiendo hasta el Centro Laríngeo, sigue ascendiendo hasta la boca, la sentimos en la nariz, llega hasta la pituitaria e intenta llegar hasta la pineal. Entonces sentimos el contacto de la resonancia de la pulsación en la frente, a eso se le llama la respiración superior, la respiración alta, que es el último paso para conseguir autorrealizarnos como alma. Así, cuando la fuerza vital se sintetiza una en otra, uno experimenta el alma en todos sus planos, y a partir de entonces experimentará el *vyana-vayu*, que es el quinto principio. Es ya el alma que impregna todo el cuerpo con su luz por los miles de nervios y *nadis*, y así se ve el hombre a sí mismo como una corporización de la luz, y experimenta el cuerpo de luz dentro del cuerpo de materia. Claro está que me he alejado bastante del texto, pero lo repetiré una y otra vez, y no dejaré de repetirlo para que lo registremos bien.

“Después concentra sus fuerzas”. A este estadio se le puede llamar retención de la respiración. La inhalación -que es de lo único de lo que estamos hablando ahora- se retiene. Primero hemos de trabajar con la inhalación. Estamos haciendo una inhalación profunda que automáticamente trae como consecuencia una exhalación profunda que pondrá en

actividad los centros del cuerpo etérico, así como la vitalidad correspondiente. Éste es el primer paso. El segundo paso consiste en inhalar y retener la inhalación. Esa retención puede ser uniforme y mejorarla gradualmente. Ahí hay que contar. Hay que inhalar y retener, contar y después liberar. Hagamos que ésa sea una práctica por un tiempo. Después, cuando nos resulte cómodo, inhalamos, retenemos y contamos hasta ocho. Cuando esto nos resulte bien, inhalamos, retenemos y contamos hasta doce. Y así, podemos contar hasta dieciséis. Hacemos una inhalación profunda y lo óptimo es contar hasta dieciséis. Esto de 4, 8, 12 y 16 obedece a las claves que provienen de la ciencia de la métrica.

Cuando cantamos, como hemos cantado esta mañana el *Vishnu Sahasranama*, hacemos una ofrenda al completar las dieciséis sílabas cada vez. Cuando cantamos el *Gáyatri*, estamos trabajando continuamente con la exhalación en medida de ocho sílabas, es decir, contamos hasta ocho, porque cada línea consta de ocho sílabas y cada sílaba cuenta por un número. Por eso estos himnos están asociados exactamente con las cuentas que hay que hacer para la retención de la inhalación. Todos los himnos védicos están en sintonía con la métrica. Los que los compusieron arreglaron estos tipos de metros para que, cuando uno los cante, incluso inconscientemente, la respiración se vuelva uniforme. Así se han hecho las composiciones métricas en variedad de himnos y *Stotras*. Esta mañana por ejemplo, durante unos 18 minutos hemos estado cantando un metro de 16. Eso le da a uno la oportunidad de trabajar con la exhalación con la uniformidad de contar hasta 16. No os preocupéis ahora por los himnos, solamente estoy intentando explicaros cómo el trabajo de respiración queda ya introducido con el canto de *Gáyatri*, en el que cada vez pronunciamos ocho sílabas, volvemos a inspirar y volvemos a contar otras 8 sílabas. Con eso estamos haciendo nuestra exhalación uniforme. Del mismo modo, aquí, cuando inhalamos y retenemos la respiración -el aire-, contemos en números y veamos hasta qué punto nos resulta cómodo. Contar reteniendo el aire no es difícil. Nos anima. Y nos anima saber que podemos contar hasta ocho reteniendo la respiración. A medida que practicamos esto regularmente, no será un problema llegar a contar hasta 12, hasta que al final nos resultará cómodo y agradable contar hasta 16. Entonces haremos una profunda inhalación y contaremos como máximo hasta 16. Después soltaremos el aire con la exhalación. Cuando retenemos el aire de esta manera, contenemos todas las fuerzas de la vida decididamente en el lugar del silencio. Respiramos, retenemos y dentro de nosotros hay silencio. En ese silencio contamos los números, y cuando somos capaces de hacer esto con facilidad y olvidamos ya el proceso (olvidar el proceso quiere decir que nos olvidamos de que tenemos retenido el aire, porque estamos ocupados contando mediante la familiaridad y la experiencia). Entonces el ser humano puede ver, oír y conocer de una manera cierta en otros campos distintos del mundo de los fenómenos. Podemos ver, escuchar y saber durante ese período en que retenemos la respiración y en ese estado de silencio. Entonces hay otros portales que se abren en nosotros, más allá de este mundo de los fenómenos. Entonces escucharemos, veremos y conoceremos. Dependiendo de la cualidad del alma, lo primero que hacen algunos es oír, y después saben o comprenden. Otros, lo primero que hacen es ver, y más tarde conocen o saben. Unos se vuelven clariaudientes y otros clarividentes. Esto sucede porque se han puesto en actividad los centros de fuerza, y se hacen posibles las visiones etéricas, y hemos transcendido y hemos ido más allá de este mundo de los fenómenos. De modo que la respiración nos puede transportar a mundos sutiles.

Lo vuelvo a leer de nuevo. Se trata de mantener decididamente quietas las fuerzas de vida en un lugar de silencio. Cuando esto se puede hacer con comodidad y olvidándonos del proceso mediante la familiaridad y la experiencia, nos olvidaremos de que estamos en ese proceso. Igual que guiar un coche: al comienzo, cuando uno conduce por primera vez, nuestro ser por completo está allí pendiente de conducir el coche, pero a medida que nos

familiarizamos y vamos ganando experiencia, conducir el coche se convierte en algo casual y podemos ir hablando con los que van con nosotros en el coche o escuchar música, y la conducción tiene lugar sola. También la mayor parte de nuestra conciencia está ocupada en otras cosas, pero no en conducir. Lo mismo ocurre con montar en bicicleta. El niño hace todos los esfuerzos para montar en bicicleta, pero una vez le resulta familiar ese proceso, sólo una pequeña parte de su conciencia está allí, dándole a la bicicleta, y el resto está disfrutando. De modo que todo consiste en que el proceso se nos haga familiar, sacar la suficiente y correspondiente experiencia, y después olvidarnos de que hemos retenido la inhalación y permanecer en silencio. Y en ese silencio podremos ver; podremos oír; podremos conocer. En el sentido superior, esto es la contemplación. Es de esperar que la contemplación nos lleve a este estadio, pero habrá ocurrido con una mayor facilidad. Y esa pausa entre dos actividades, entre inhalación y exhalación, se llama período de espera, de receso, de pausa. Esa pausa está rompiendo la inhalación y la exhalación, pero con un fin superior. Ésa es la pausa que nos permite pasar a través. En el capítulo IV del *Bhagavad Gita*, Krishna, el Señor, habla de este mismo proceso. Dice: “Contemplemos en el proceso de conclusión de la respiración”. Es decir, cuando concluye la inhalación se convierte en exhalación. Cuando la exhalación concluye, se convierte en inhalación. Krishna dice: “Observa con todo cuidado el punto en el que la exhalación se convierte en inhalación, y observa el punto en que la inhalación se convierte de nuevo en exhalación. Contempla profundamente en ese punto” -dice-, “ahí es donde ese punto nos da la fuerza, donde rompe el ciclo de inhalación y exhalación y nos ofrece una salida”.

En este caso nuestro, el Maestro Djwhal Khul nos está hablando del mismo proceso que se llama la pausa entre dos actividades. En esa pausa es donde veremos, donde oiremos y donde conoceremos. El alma, la respiración, la vida, se han retirado de los tres mundos en este estado. El alma está atada al cuerpo mediante la respiración, y cuando la respiración cesa, el alma queda liberada del cuerpo. Ahora estamos causando temporalmente un cese de la respiración, y así el alma se libera; la respiración también queda libre; la vida también se libera del cuerpo triple y del mundo triple, y en lugar sagrado del Altísimo permanece en descanso. Así que está descansando y en paz, contemplando la visión beatífica. Cuando vemos algo nos quedamos boquiabiertos mirándolo; cuando oímos algo, nos quedamos boquiabiertos escuchándolo. Mme Bailey salió de este mundo de los fenómenos debido a una música que venía y la visitaba. Si os fijáis, en *La Música del Alma* los discípulos del *Ashram* salen del mundo de los fenómenos o son arrastrados fuera de él cuando se ponen en sintonía con la música de la flauta. Salen del mundo así. Por eso tenemos diferentes tipos de músicas y diferentes tipos de visiones. En el pequeño libro titulado *Escuchar al Maestro Invisible* he hablado de todo esto. *Escuchar al Maestro Invisible* es en apariencia un libro pequeñito, pero tiene una sabiduría muy profunda en él, en lo referente a ver, escuchar y conocer o saber. Ese librito también habla mucho acerca de la respiración y de la consiguiente neutralización de los diferentes aires, lo que da como resultado la pulsación, y luego la pulsación sutil, y posteriormente las visiones y el poder escuchar también una variedad de música: desde pequeñas campanillas hasta tambores se pueden oír diferentes sonidos esotéricos, y desde pequeñas chispas de luz hasta el disco dorado del globo solar o el disco plateado del globo lunar tienen lugar las visiones, y el trabajo sigue adelante para llegar hasta el azul en el que se experimenta el alma. Aquí el Maestro está diciendo que el alma se ha retirado de los tres mundos y está descansando y en paz, en el lugar más sagrado del Altísimo. Ése es un descanso que nunca se puede alterar y ésa es la paz que cuando se experimenta nunca se puede cambiar o perder; es estar de lleno en una visión de beatitud. En la vida del discípulo activo se producen esos interludios que todo discípulo conoce cuando nada del mundo de la forma lo retiene.

Esta tarde seguiré a partir de este punto; el trabajo es profundo, de todos modos volveré a daros todos los pasos uno tras de otro para que los practiquéis, soy consciente de

que estoy haciendo una introducción a estos pasos muy rápidamente y que por lo general resultan nuevos. Así que sería mejor si hiciéramos una lista de estos pasos y se dieran al final de este tema, el tema quedará abierto para clarificar las dudas de manera que aquellos que estén preparados para trabajar puedan hacerlo. Gracias.

Estamos considerando la ciencia de la respiración. Una profunda inhalación produce su impacto, y cuando se retiene la respiración según la conveniencia en interludios de 4, 8, 12 y 16 veces, el estudiante de la respiración llega a tocar la consciencia más profunda y puede experimentar el vislumbre del mundo de la Luz más allá de los tres mundos. Esto se convierte gradualmente en una práctica regular en la que el interludio se hace cada vez más señalado. Cuando el estudiante llega a tal estado lo normal es que al mismo tiempo consiga el desapego en los tres mundos. También produce interludios en la vida externa el discípulo activo. A medida que va haciendo interludios más profundos y más largos de respiración va adquiriendo más desapego de las formas del mundo.

También en la vida externa tienen lugar para él otros interludios: desapego con la forma quiere decir desapego con la forma del mundo, pero no desapego del deber que se tenga que hacer en el mundo con la forma. De modo que comprende lo pasajero de todas las relaciones que le rodean, y por eso cumple con su deber para con los demás seres de una manera desapasionada: no hay pasión ni emoción al trabajar para los demás seres; lo hace como un deber puramente, se regocija cada vez más en la experiencia que está más allá del mundo fenoménico, en ese momento no se agarra a nada en el mundo de la forma. Recordemos que nada lo tiene agarrado, no es que él se desasocie, sino que las cosas no pueden agarrarlo. Las relaciones del mundo no pueden poseerle, él cumple con su deber con la más absoluta amistad y deja que la gente tenga la relación que quiera con él, pero él como tal no tiene ninguna otra relación, excepto la relación de alma. La gente que le rodea se apega a él, pero él no agarra a nadie. Su servicio hacia ellos es de amistad. La verdadera amistad es servicio incondicional, eso es amistad. La amistad basada en la ayuda mutua y en el entendimiento mutuo es una amistad de tipo inferior. Sin tener en cuenta lo que uno reciba de los demás, uno sigue ayudando; sin tener en cuenta el respeto que le muestran a uno, sigue ayudándolos. La actitud del discípulo hacia todas las personas es la misma: él ve la forma del alma y la sirve. Tanto si la otra persona responde con calor o si responde con un corazón frío, él no es prisionero de las actitudes de la gente, sino que sigue siempre ayudando en silencio, y tampoco se para a pensar o le da importancia a las opiniones de la gente porque él sabe que las opiniones viven muy corto tiempo. Las cosas le abandonan, le dejan, y así él queda liberado, por eso la práctica del desapego es importante.

Luego hay interludios en la vida externa también, que es el periodo en el que la espera parece ser larga, y nada se puede hacer sino seguir con el servicio de una manera desapasionada. A medida que está dirigiéndose hacia la perfección y todavía no ha conseguido estos intermedios de silencio, retiro y desapego, son frecuentemente difíciles el retiro y el desapego, y ahí comenzará el grito del alma. El grito de la personalidad es diferente del grito del alma: el alma no puede soportar ya más la separación del Uno, pero es un periodo de espera en el que el grito tiene que volverse intenso. Según la configuración astrológica, así será el periodo de espera. En ese periodo está el silencio vacío, todo está silencioso y él se siente confundido y sin saber qué hacer ante lo desconocido, como olvidado y maldito, porque nada le interesa en los tres mundos sino hacer su servicio. Todavía no está conectado con lo superior, así que no está ni aquí ni allí, él trabaja con las cosas de alrededor pero se pregunta “cuándo me llevarás”. Es el momento en el que la Gracia tiene que ponerse de manifiesto, y es cuando el estudiante tiene que ser elegido, está listo ya para dar el siguiente paso y está esperando. Es como un reloj preparado que está esperando en la tienda a que alguien lo coja para usarlo; y en la tienda hay muchos relojes de esos en el mundo. Viene un comprador, y aunque todos son de la misma marca y parecen lo mismo, escoge uno sólo de entre todos, porque el comprador necesita uno. Así

que no hay base para saber por qué escogió un reloj y no el otro que era parecido, no hay lógica en este caso. Uno va a la tienda y se compra un nicki, veremos que hay muchos y al final decidimos comprar uno, no hay un por qué, hay decenas de camisetas del mismo color, y de la misma forma en la percha cogemos el tercero, el cuarto, y no hay lógica, porque las camisetas que no hemos escogido no pueden decir “¿Por qué no me has escogido?” Están simplemente esperando en la tienda a que el Maestro que se las ponga las escoja. Aquí también el discípulo tiene que esperar hasta que se le escoja, y ése es un periodo muy doloroso, un periodo difícil y un silencio vacío permanece por todas partes. A eso se llama la noche oscura del alma, y la oscuridad es el momento antes del amanecer, la hora antes de que la luz salga.

En la ciencia del *Pranayama* todas las fuerzas del cuerpo han sido elevadas hasta la cabeza. Cuando retenemos la inhalación hay una presión nueva hacia arriba, en esa presión hacia arriba lo único que ocurre es que las fuerzas se elevan y son llevadas todas hasta la cabeza y concentradas allí antes del estadio de respirar. De modo que inhalamos tan profundamente como sea posible y luego retenemos para que las fuerzas se eleven hasta la cabeza, y ahí es, en el cerebro, donde entra muchísima fuerza vital. Cuando este movimiento de retención se lleva adelante apropiadamente produce un interludio de concentración intensa, de modo que el foco total está en el centro de la cabeza. En este momento el aspirante tiene que aprovechar esa oportunidad. Entonces recibe la pauta de abrir el Centro que se llama *Ajna*, y entretanto las células del cerebro se cargan bien, y cuanto más cargadas están las células del cerebro, más potencialidad adquieren de contactar con la mente superior que está alrededor o cerca de la cabeza. Entonces se construye el puente desde la pituitaria a la pineal. Lo dice el Maestro aquí en este pasaje de una manera muy secreta, cuando dice que el aspirante tiene que aprovechar la oportunidad, y aquí hay una pauta. La pauta es la pauta de la luz: hay una respuesta por parte de la luz proveniente de la mente superior que es *Buddhi*, se construye el puente con un fluido luminoso que tiene que ver con la luz y entonces ese puente se consolida. Eso ocurre como una secreción de la glándula pineal y construye el puente con el cuerpo pituitario. Cuando la pituitaria está haciendo el esfuerzo por ascender, la pineal responde con el tiempo, éste es el *electric hint* o estímulo eléctrico; hay el impulso pituitario y el impulso eléctrico también. Esto es lo que ganamos trabajando con la inhalación, y a partir de entonces comienza en el mundo exterior una vida activa, esta vez es puramente el trabajo del alma, y hace un trabajo impersonal, y el discípulo actúa muy impersonalmente y utiliza la personalidad para expresarse.

Luego viene el proceso de exhalación. Mediante la exhalación se lleva de él la forma-pensamiento: ahora los pensamientos se reciben en la mente superior, y la exhalación es un proceso de manifestar las formas-pensamiento. Así es cómo se trabaja personalmente con un pensamiento proveniente de los planos superiores y se pone de manifiesto. Ése es el trabajo de la Magia. Lo normal es que nosotros, en tanto personalidades, intentemos manifestar nuestros pensamientos de buena voluntad. Esto es sólo para purificar y desarrollar la personalidad, para alinearnos con el alma; no es igual en su calidad, en su longevidad ni en su efectividad que el pensamiento que se manifiesta proveniente del alma. El servicio de un discípulo que ha logrado serlo dura mucho más tiempo, porque no sufre o padece de limitaciones de tipo de la personalidad. El aspirante que vive en la personalidad hace también similares trabajos, pero la longevidad de éstos no es mucha, su efectividad no es tanta, y su capacidad de inspirar a la gente tampoco es grande. Por eso el aspirante ha de recordar que el servicio que hace es un servicio a sí mismo para su propio ascenso, y el servicio que un discípulo hace es un servicio relativo al Plan. Parecen ser la misma cosa, pero no son lo mismo: cuanto mayor es la luz que uno tiene en la cabeza, más largo es el periodo de efectividad. De modo que no hemos de comparar el servicio que hace un aspirante con el que hace un discípulo. Ambos están

plantando semillas, la semilla de un aspirante puede ser como una pequeña planta, la semilla de un discípulo podría ser una semilla de árbol de banian, *ficus bengalensis*. Ambas semillas, al ser semillas, parecen tener el mismo tamaño, pero cuando comienzan a crecer no hay comparación con el árbol de banian, la actividad se multiplica. El árbol de banian es un excelente ejemplo de multiplicación, de efectividad, es la multiplicación de la creatividad y durante un largo periodo de tiempo sigue dando sombra cada vez a un espacio mayor, y de ese modo sirve a muchos. De modo que el trabajo del discípulo es hacer que esas formas-pensamiento salgan de él y se manifiesten, y recibe un impulso intuitivo y entonces se pone a contemplar en ese impulso, y comienza a trabajar para manifestar, y sus profundas exhalaciones son el medio a través del cual le da fuerza vital a los pensamientos que manifiesta. Por eso la longevidad del pensamiento es muy elevada, así que aleja de él la forma-pensamiento. Éste es el resultado del paso final de la ciencia de la respiración.

De modo que la ciencia de la respiración tiene que ver con ascender a las altas áreas de luz y hacer que descienda el Plan desde el plano de luz para que se manifieste sobre la tierra. La forma-pensamiento, vitalizada por el que inspira, es enviada a hacer su trabajo y cumplir con él. Muchos tienen buenos pensamientos, pero no tienen la capacidad de manifestar porque no pueden energetizar el buen pensamiento que tienen. El grado de energía de vida que le demos a un pensamiento permitirá que el pensamiento se sostenga hasta que cristalice en el terreno. Aquellos que no inhalan profundamente no pueden exhalar efectivamente, y cuanto más profunda es la inhalación, más fuerte es la expresión a través de la exhalación de las formas-pensamiento. Mucha gente comienza muy buenos trabajos para cerrarlos al cabo de una semana, y si no al cabo de una semana, al cabo de un mes o al cabo de un año, o al cabo de unos cuantos años. Les parece que no funcionan y en el entretanto se sienten interesados por otra cosa y comienzan a darle una cierta energía a eso nuevo. Entonces habrá un tercer interés y a uno le gustará trabajar con él. Estos gustos de la personalidad no tienen un plano claro y definitivo de manifestación porque la forma-pensamiento no se vitaliza debido a que la fuente de lo que se manifiesta no está cargada vitalmente. La forma, vitalizada por el que inspira, es enviada a hacer su trabajo y completar su misión. Estudiar esta idea con cuidado porque esconde el secreto del trabajo creativo.

La creatividad viene de la personalidad y la creatividad viene de la impersonalidad. Que la creatividad viene de la impersonalidad quiere decir que viene del alma, es decir, que ya se ha adquirido, se ha hecho un acto de volición en los planos superiores y luego el discípulo coopera con él y sigue haciendo y trabaja con ello persistentemente. Si es desde la personalidad de donde viene, no hay demasiada energía para vitalizar un pensamiento que sale de ella. De modo que éste es el trabajo a realizar, en la medida en que inhalamos profundamente necesitamos exhalar profundamente.

Se han dado muchos detalles sobre la inhalación y no muchos acerca de la exhalación, porque el mismo proceso mencionado es aplicable a la expiración. Cuando hacemos la exhalación también experimentamos el interludio: la capacidad de retener el aire permite expulsar materia indeseable que está en nosotros. La inhalación llena las áreas en las que hay un vacío; debido a la exhalación hacemos desaparecer de la casa cosas indeseables, y luego entra en nosotros un flujo de cosas nuevas, útiles. Así que continuamente seguimos expulsando nuestra negatividad trabajando con exhalaciones profundas (la exhalación profunda se deriva de la inhalación profunda). Así que cada vez que exhalamos profundamente y retenemos el aire después de exhalar estamos llevando a cabo el proceso de expulsión para que pueda entrar en nosotros una nueva dosis de vida y nos vitalice; así que con la exhalación hay que trabajar de la misma manera que con la inhalación. De modo que la exhalación es el proceso de expulsar materia indeseable en el plano mental, emocional y físico. La siguiente inhalación vuelve a traer una materia deseable en el plano mental, emocional y físico, así habrá una transmutación de las células del cuerpo mediante un consistente trabajo con la ciencia de la respiración; y, en un estado

avanzado, la exhalación se utiliza para manifestar un pensamiento que hemos recibido a través de la inhalación, para ser expresado a través de la exhalación. Eso es lo que se llama expulsar la forma de pensamiento al mundo triple. La forma de manifestación del alma en los tres mundos se crea mediante la intensa meditación, que es siempre la actividad paralela a la respiración. De modo que cuando se esté trabajando la práctica avanzada de la respiración, las meditaciones se volverán también intensas, y luego la energía nos vendrá del alma y no del aparato de la personalidad. Entonces por el acto de voluntad la forma se engendra dinámicamente en el interludio de la contemplación o en la retención de la respiración se envía la forma creada al mundo de los fenómenos para servir como un canal de experiencia, un medio de expresión y un aparato de respuesta en los tres mundos de la vida humana. Este último párrafo es un resumen de todo lo que hemos dicho.

El respirar hacia afuera de un pensamiento es el resultado de un pensamiento que arraigó durante el interludio dinámico, cuando inhalamos y retuvimos, y en ese interludio se produce una meditación muy intensa, es decir, una sintonización de la mente inferior con la superior. Entonces se produce el descenso de la Voluntad en nosotros, es a lo que nos referimos cada vez que decimos:

DHIYO YONAH PRACHODAYAT

Ésa es la belleza de *Gáyatri*. *Gáyatri* dice “Meditamos en la Luz, aquí en el Centro de *Ajna*, pidiendo a la Voluntad Divina que actúe en nuestras voluntades”, o “que la Voluntad Divina ponga en alerta a nuestras voluntades”. De modo que tenemos que pronunciar este *mantram* conscientemente para que ese mismo impacto se produzca mediante lo intenso del pensamiento, que haga poner en alerta a nuestras voluntades a cargo de la Voluntad Divina. El mismo tema se nos da en la parte de la estrofa en que decimos “Desde el Centro, donde la Voluntad de Dios es conocida, que el Propósito guíe a las pequeñas voluntades de los hombres”. Esta parte de la estrofa es similar a una parte del *mantram* de *Gáyatri*. De modo que en meditación intensa, a fin de cuentas, se produce el reflejo de lo elevado sobre lo menos elevado. La meditación intensa se produce en la frente, no cuando está a la altura del Centro Laríngeo ni del Corazón. El medio para mantener elevadas nuestras fuerzas se visualiza como inhalación profunda; mediante la inhalación profunda, las fuerzas y retención, las fuerzas se mueven hacia arriba.

A veces, cuando hacemos retención, las fuerzas se mueven tan intensamente que en algunos casos tiene lugar incluso la levitación. Eso le pasaba a mi abuelo, que mediante su intenso ejercicio de respiración se podía levantar del suelo a la altura de dos pies y medio, como 70 cm, y era una maravilla verlo, y como niños esperábamos que se cayera al suelo como una patata, pero nunca se caía, sino que descendía poquito a poco. Dos horas de *Pranayama* desde las 4 a las 6 antes de que el mundo se despertara. Dejó su cuerpo, también a voluntad, y dijo a sus hijos: “El sentido de mi estancia aquí ha terminado, deseo marcharme.” Tenía cuatro hijos y dijeron que no estaban de acuerdo. ¿Quién va a estar de acuerdo en que se marche el padre de uno? En especial un padre así, un padre que levita. No estaban de acuerdo, pero al día siguiente, cuando vinieron, el cuerpo del papá no estaba ahí. De modo que seguro que recibió el impulso de la Voluntad que le dijo: “Ya puedes volver”, y volvió. No estoy hablando de una cosa que ocurriera hace mil años, sino dos generaciones antes de la mía. Con este tipo de práctica, marcharse del cuerpo resulta también muy fácil porque el aparato actúa a voluntad nuestra. Cuando somos capaces de elevarnos focalizándonos en esa altura, en el Centro de la Frente, recibimos un vislumbre del Plan, salimos con él, e intentamos expresarlo, y nos convertimos en un canal para la expresión del Plan divino, nos convertimos en un medio de expresión; pero la belleza es que cuando se está expresando a través de nosotros es nuestra. Así que nos hemos convertido en un canal de experiencia. A medida que la forma-pensamiento se envía afuera, hacia el mundo de los fenómenos, nosotros hacemos de canal de experiencia, un medio de expresión y un aparato de respuesta en los tres mundos de la vida humana. ¿Qué ocurre,

pues? Que nos hemos convertido en un aparato de respuesta para los círculos superiores. Nuestra personalidad es nuestro aparato de respuesta y nosotros somos el aparato de respuesta para los seres elevados. Así nos conectamos con lo superior para servir a la Humanidad en los tres mundos: en los planos mental, emocional y físico. Éste es el trabajo creativo.

Mediante la meditación y la disciplina el discípulo aprende a conseguir momentos elevados de interludio cada vez que concentra sus fuerzas en el plano de la vida del alma. Y luego nuevamente mediante un acto de su voluntad, vuelve a exhalar el propósito espiritual y el Plan, y los envía al mundo de la experiencia. No sólo manifiesta el Plan respirando, sino también dando nueva vida. Ése es el Plan especial llevado a cabo por el Maestro C.V.V. para dar vida adicional a aquellos que trabajan con él, para que tengan suficiente tiempo para practicar. Suponed que a mitad de camino morimos, a la mayoría de la gente que estamos reunidos aquí nos pasa esto. Por eso, a pesar y a través de las dificultades de nuestra personalidad, hemos llegado al punto de estar aquí. Algunos llegan a este punto al cumplir los 20 años, otros a los 30 años, otros a los 40 o algunos a los 50. Todo el mundo se conecta con el trabajo del alma a una determinada edad, pero hasta ese momento se ha perdido el tiempo. Para recuperar el hilo que se había dejado en la vida anterior tenemos que volver a nacer, crecer en nuestras propias condiciones, seguir buscando y luego eligiendo: “Ésta no es mi línea, ésta tampoco es mi línea”, hasta que al final nos establecemos en una cosa en la que conscientemente sentimos “Sí, éste es el sendero”. Ya no tenemos ninguna duda de haber existido nunca más. Pero llegados a este punto ya han pasado 3 o 4 décadas, y se han perdido. Por eso el Maestro C.V.V. dice: “Aparte del Plan, yo también os traigo Vida”. No creamos que sólo el Maestro C.V.V. hace eso, todo Adepto lo hace, lo único es que el Maestro C.V.V. puso el énfasis en este punto particular para que el alma no perdiera tiempo en reencarnar una y otra vez. La intensidad de nuestra actividad respecto a este trabajo nos traerá de nuevo a la misma línea, pero mucho antes en la próxima vida. Hay personas que entran en todo esto a la edad de 10 años, otros a la de 14, otros a la de 20, otros a la de 25, pero incluso en esos casos hay pérdida de tiempo porque el acordarnos tiene que ocurrir gradualmente, hay un descenso también de la vida. Uno respira hacia afuera el Propósito espiritual, el Plan y la Vida, y las envía a los tres mundos para la experiencia fenoménica. La forma-pensamiento que ha construido y según la parte que tenga que desempeñar, es decir, que él recibe el pensamiento de la parte del Plan total que le toca representar y la concentración de energía que ha conseguido crear se vuelve efectiva. De modo que según sea el grado de concentración, así la efectividad.

Ésta es tal vez la tercera repetición porque estos libros son también libros de enseñanza y no simplemente libros de comentario, muchas veces recapitula, mediante la repetición, a fin de que la idea se reciba y se registre bien. El alma exhala la energía, que baja hasta el cuerpo vital y galvaniza así el instrumento físico con la necesaria actividad constructiva. Ya la actividad ha pasado al plano del alma, ahora es el alma la que está respirando: el alma inhala, recibe el Plan y exhala la personalidad; y luego la personalidad es el aparato de respuesta respecto a los círculos superiores. El trabajo se expresa a través de su cuerpo vital y su cuerpo físico. Esto pasa a través de la mente superior hasta el cerebro y aparta de él la forma-pensamiento. A menos que se construya el puente no puede haber mente superior que conduzca el pensamiento hasta el cerebro para manifestar el trabajo. Al final en la ciencia del *Pranayama* este estadio cubre esa exhalación, y cuando prosigue con el pensamiento y con un propósito consciente sirve para vitalizar los centros y llenar cada uno de ellos con vida dinámica, manifestando el Plan. La inhalación es un proceso de moverse hacia arriba; y luego la retención es para hacer una petición, una fuerte llamada construyendo un punto de tensión, que cuando se le da una respuesta hará que se introduzca la vida del alma; y la exhalación causará el descenso de esa energía fresca por todos los centros de fuerza; y así la vitalización ocurre de una manera más avanzada, y

todos los centros de fuerza se llenan de vida dinámica. No es necesario decir nada más por ahora. De modo que basta con que conozcamos el proceso para que según sea nuestra inclinación podamos comenzar.

De este modo, en la ciencia de respirar profundamente tenemos todo el proceso del trabajo creativo, así como del despliegue evolutivo de Dios en la Naturaleza. De eso también se ocupa el suceder del trabajo creativo en la manifestación de la Divinidad en los planos concretos en el reino de Dios en la Tierra. Ése es el trabajo final, ascendemos y descendemos sólo para manifestar la luz. Es el proceso por el cual la Luz, es decir la Existencia Una, ha traído al Ser al mundo fenoménico. Incluso cuando expira la Existencia Una, a la que llamamos Dios Absoluto, la Creación se forma con todo su detalle. De modo que la primera existencia sistémica tiene que ver con la expiración de Dios y la consiguiente formación de todos los sistemas, globos, y la llegada de los seres con forma. En la segunda existencia sistémica el Señor inhala, con lo que vuelve a hacer que la Creación entre de nuevo en su interior, de modo que la exhalación de Dios es la manifestación de la Creación, y su inhalación es la retirada de la Creación a su interior. A éstos se les llama los dos grandes respiros, lo que se describe elaboradamente en los capítulos primeros de *Isis sin Velo*. Así que Él exhala y nosotros inhalamos; cuando Él inspira, nosotros exhalamos. Así que ocurre lo contrario. Cuando Él exhala nosotros salimos e inhalamos, cuando Él inhala nosotros exhalamos. Así es como se explica. De modo que la Ley de Pulsación se da como una de las leyes importantes que hay que comprender en todos los planos de actividad, desde la actividad cósmica a la actividad microatómica. El Maestro está diciendo, a fin de cuentas, “Así es como se produce la Creación, y en un modo minúsculo vosotros estáis haciendo lo mismo, estáis creando y estáis volviendo cada vez más y más a la Divinidad”. Sea cual sea la fórmula relativa a la Creación, es también la misma fórmula bajo la cual actúa el alma individual. De modo que lo que vale para lo Divino vale para nosotros, nosotros somos una forma minúscula de Él mismo.

El correcto uso de la respiración vital es todo el arte final con el que trabajan el aspirante, el discípulo y el Iniciado. Lo único que ocurre es que hay diferencia en el grado de efectividad. El aspirante trabaja para conectar, el discípulo trabaja con mucha más efectividad una vez ha conectado, y el Iniciado trae cosas desde los niveles superiores a través del discípulo hasta el mundo. La Ciencia del respiro físico es el aspecto de menor importancia y sigue secuencialmente al uso correcto de la energía, es decir, en la frase anterior está diciendo que “es el arte final”, y en la frase siguiente dice “es lo que menos importancia tiene si la energía no se utiliza correctamente”. Por eso en algún lugar el Maestro dice “No basta con agarrarse la nariz tapándosela. ¿Por qué queréis entrar a una vida más grande? y ¿Por qué se os debería dar entrada? Sólo porque lo exijáis no se os dará entrada. Vuestra intención tiene que ser una intención de buena voluntad y no una intención de engrandecimiento personal, sentirse grande cuando uno está trabajando con la ciencia de la respiración es lo que menos importa. Pero si trabajamos con la ciencia de la respiración con una actitud intensa de servir, entonces ése es el mejor arte que hay que practicar.

Hay almas suspendidas o en retención incluso después de la 3ª Iniciación, cuando no se han sintonizado con la vida de servicio mediante la actividad y la ciencia de la respiración. Es decir, que han trabajado con la ciencia de la respiración y perdieron el trabajo, incluso pasaron por la 3ª Iniciación y no tienen la actitud de servir. Esos seres están suspensos y separados de la actividad total porque no se han subordinado a sí mismos al servicio del Todo; esa suspensión puede darse y les puede llevar muchas encarnaciones volver de nuevo a la actividad de servicio. Este aspecto lo encontraremos en la astrología esotérica, y aquí se nos está advirtiendo de que como consecuencia de la respiración, hemos de tener una acumulación constructiva de la energía, porque nos hemos desapegado por completo del mundo de los tres planos. A medida que trabajamos más y más con la

respiración, corremos el peligro de separarnos del mundo. Hay un hombre que da vueltas por el planeta, una vez se le suspendió de esta forma que digo durante 35 años. Pasó por la experiencia de la muerte al cumplir los 49 años practicando rigurosamente la respiración y practicando también rigurosamente el desapego. Su práctica de desapego era de tipo veterinario, dejó a la mujer con los hijos y se retiró de la vida en nombre del desapego, y era una persona de fuerte voluntad. Trabajó con la ciencia de la respiración y experimentó la muerte y volvió con gran energía, pero hasta la fecha no ha podido encontrar la actitud de servicio, no deja de moverse de lugar en lugar, casi sin hacer nada excepto criticar a los demás, y hace ya 35 años de eso. Ahora tiene 84 años. Yo lo conozco personalmente. Eso puede ocurrir a menos que unamos la ciencia de la respiración con una profunda actitud de servir a la vida circundante. Entonces el proceso será más rápido y armonioso y estará en sintonía con la naturaleza y con los devas, que están trabajando todos en beneficio de la Creación y de los seres de la Creación.

Existe como veis el peligro de volverse egoístas incluso en la vida espiritual, y eso puede retenernos en muchos casos durante muchas encarnaciones hasta que haya un cambio en nuestra actitud, y hasta que el ego se subordine al servicio. Por eso incluso aunque seamos aspirantes, los Maestros quieren inculcarnos el hábito del servicio, para así progresar paralelamente en la Luz aumentando la actividad del servicio, aumentando la intensidad de la meditación, aumentando la capacidad de desapegarnos, de modo que haya una elevación simultánea y no una elevación unidimensional. Ésa es la belleza del sendero *Raja Yoga*, que es una elevación armónica con el desarrollo paralelo de todos los aspectos de la vida; no es unidimensional a costa de otras dimensiones de la vida. Por eso en este párrafo el Maestro dice que la ciencia de la respiración es el arte completo para el aspirante, para el discípulo y para el Iniciado, pero es de la más mínima importancia si no contemplamos una correcta utilización de la energía positiva que nos viene de la práctica de esta ciencia de la respiración. Al final en la vida mental del discípulo, su gran trabajo es el aprendizaje para ser un creador consciente en la materia mental y mediante ello producir fenómenos en el mundo material. Esta ciencia contiene la instrucción sobre la que se basa el trabajo entero. Está diciendo que todo el trabajo de Magia Blanca se basa en la piedra angular de la ciencia de la respiración. Así que se ocupa de todo el trabajo mágico, sólo para darnos el área de la que se ocupa esta ciencia cuando se la practica y por eso esta ciencia se merece la consideración y el estudio más de cerca. Si tenemos que considerar hacer algo relativo a prácticas ocultistas, el Maestro dice que esto es lo mejor a tener en cuenta, a considerar, a estudiar y a practicar. Correctamente comprendida y correctamente estudiada, pone el entendimiento antes que el estudio. Nuestro entendimiento es que primero estudiamos y después comprendemos, ¿verdad?

El primero quiere comprensión o entendimiento, y después estudio. Hay una gran verdad oculta en esto: a las personas que se ofrecen a sí mismas al servicio en los tres planos les llega un mejor entendimiento, a los demás los libros no se les revelan. Los libros no tienen obligación alguna de revelarse a sí mismos a cualquier lector casual, ni a cualquier intelectual que no esté interesado en la vida circundante. El libro se puede leer con el corazón o desde la mente. El Maestro dice en otro lugar: “Desarrolla el pensar desde el corazón, no sólo desde la mente; lo que pienses desde el corazón llévase a la mente, la mente lo analizará, hará un plan y lo manifestará, haz que la mente responda al corazón”. Primero el pensar ha de ser desde el corazón. Cuando pensemos con el corazón, al principio puede haber una cierta emoción en ese pensar, ¿verdad? La mente es un aparato excelente que filtra, que discierne, analiza, que coloca las cosas en su sitio para expresarlas. Todo el mundo tiene su propia fuerza. Así que empecemos a pensar desde el corazón, expongámoslo a la mente y expongámoslo afuera. Sólo aquellos que pueden pensar desde el corazón tienen una mejor comprensión de los seres que los rodean. Los demás están cerrados en su mente, tienen sus propias opiniones y juicios de valor acerca de los demás, y

no están abiertos a escuchar ni a responder. Por eso tenemos que aprender a trabajar desde el corazón y no directamente desde la mente: desde el corazón a la mente, y después expresarlo. Todo lo que el corazón propone o saca, lo equilibra la mente. La belleza de la mente es que mientras responda al corazón equilibra el impulso del corazón y le da una expresión muy sostenida. Si no se le da la adecuada importancia a la mente, el corazón se convierte en expresiones impulsivas que no funcionan bien; es más fácil tomar cucharada tras cucharada que tomarnos la jarra entera. El corazón es como una gran vasija que quiere dar, pero la mente dice: “Estoy de acuerdo en que des, pero da cucharada a cucharada para que pueda ser digerido por la persona que lo recibe”. Uno no puede arrojar sobre los demás todas las cosas que tiene en el corazón. Así que ésa es la belleza de la mente, por eso en otro lugar dice: “Pensad en el corazón y luego proponédselo a la cabeza y manifestadlo de una manera organizada.” Cuando nos inculcamos este hábito de pensar en el corazón tenemos un mejor entendimiento de la vida y un mejor entendimiento como base para nuestro estudio. Por eso dice: “Primero comprended, y después estudiad”.

Si leemos así, por encima, no entenderemos la profundidad de todas las frases. Correctamente comprendido y correctamente estudiado, llevará a todo aspirante del mundo fenoménico al reino del alma. Sus instrucciones, si se llevan a cabo, llevarán al alma de nuevo de vuelta al mundo de los fenómenos. Ésa es la belleza, no se trata de que una vez adquirido el nivel de alma diga adiós a todo. No hay adiós, sino que si uno pasa a un nivel mayor de luz, vuelve otra vez y tiene más responsabilidades para volver y servir. Ésa es la comprensión correcta. Si sus instrucciones se llevan a cabo, llevarán al alma de vuelta otra vez al mundo fenoménico como fuerza creadora en la magia del alma, y como factor manipulador y dominante de la forma, tomará el control de la personalidad. Entonces será un buen ejemplo para los demás, porque estará manifestando un trabajo tan bueno que causará efectos mágicos en la gente, que también se sentirá inspirada para trabajar y entrar a caminar por el mismo sendero, y experimentar el alma para de nuevo regresar y servir. Así se multiplica la Jerarquía y manifiesta el Plan.

En la formación o entrenamiento del estudiante occidental, no oriental, el Maestro nunca exige obediencia ciega porque sabe que no puede producirse. Es más fácil con un oriental que es un poco más suave, es más fácil de manipular; al estudiante occidental no resulta tan fácil dirigirlo o guiarlo. Él lo sabe, él dice: “Soy consciente de esto”. Cuando no se pueden dar guías o directrices, se hacen sugerencias. Ésta es una nueva técnica que utilizan cada vez más y más los Maestros. No se dirige a nadie, sino que se dan sugerencias y no se exige obediencia; uno puede adoptar la sugerencia y trabajar con uno mismo. Se da el método, se da la técnica, y esos métodos y técnicas han probado su efectividad durante miles de años y con muchos discípulos. Dice que “Las reglas de la respiración se os dan también a vosotros del mismo modo, para ser útiles en vuestro propio proceso de evolución”. La evolución comienza de un cuerpo enfermo a un cuerpo sano, pero no se detiene allí, sino que sigue adelante hasta que uno llega a la experiencia del alma; es importante poner en práctica las pautas prácticas en el plano físico, pero al formar al nuevo tipo de discípulo los gurús se mantienen mirando: dan la técnica y sugieren que su práctica es buena. Y luego esperan, pero no imponen nada: dejan que cada uno asuma las cosas según su inclinación. A los discípulos se les deja más libres que antes. Antes, cuando uno se ofrecía para ser estudiante de un Maestro, la condición era que el aspirante haría lo que le dijera el Maestro sin cuestionar nada. El Maestro asume la responsabilidad del estudiante, y asume incluso la responsabilidad del *karma* de la personalidad del estudiante. Ésa es la bendición, pero ello requiere un ofrecimiento incondicional por parte del estudiante para con el Maestro. Ahora no se exige ni esa entrega incondicional ni se construye esa especie de escudo protector. El Maestro no hace eso en torno al estudiante. Somos libres de experimentar nuestro *karma*, somos libres de practicar; ése es el nuevo rasgo, porque hay que fomentar el libre albedrío. A medida que uno evoluciona en su ser, no gobierna a los

demás. Ésa es una manera de tipo inferior de relacionarse con otro ser, porque el otro ser es igual que nosotros. Puede que no sepa tanto como nosotros, pero esencialmente es lo mismo que nosotros. Así que no podemos gobernarlo. Podemos cooperar con él, podemos amarlo, podemos simpatizar con él, podemos ayudarlo, pero no podemos gobernarlo. Ésa es la habilidad de la consciencia de Leo. “Yo me gobiernó a mí mismo y dejo que los demás se gobiernen a sí mismos”. Este concepto es tan antiguo como de hace 5.000 años. La democracia y la autocracia. Que uno se gobierne a sí mismo.

Esto se demostró por primera vez con el Padre de Krishna, el Señor, que iba a ser Rey y era tan evolucionado de consciencia que sintió que era un insulto que los demás seres fueran gobernados por él. Así que rechazó el trono y vivió entre la gente. Empezó a formar grupos compartiendo su conocimiento con ellos, son los llamados *Brindavan*. Son las pequeñas comunidades de pueblos que han desarrollado una vida armoniosa con las plantas, los animales, los seres humanos y los devas. Cada comunidad es autosuficiente e independiente, y puede desarrollar su comunicación o su cooperación con otras comunidades. No hay tampoco excesivos deseos. Se cultiva la tierra, cuidan del ganado vacuno, viven en armonía con los demás seres y sintonizan con lo Divino viviendo una vida sencilla, armoniosa e íntegra. Él demostró esa especie de autogobierno construyendo relaciones amistosas con otros grupos, y ninguno dominaba al otro. Este tipo de libre albedrío se considera cada vez más y más en los círculos superiores. Pero en Oriente hay muchos seres que confían extremadamente en el Maestro, se ofrecen por completo al Maestro. Una vez el Maestro acepta al estudiante, lo acepta con todo su *karma*. De modo que la responsabilidad es mayor en el caso de este Maestro. Por eso, antes de que el estudiante sea aceptado, el Maestro le pone a prueba de una manera más intensa. Ése es un sistema diferente. Pero el futuro está en el sistema actual. Aconsejar la técnica, pedirle al estudiante que trabaje con ella, luego pedirle que trabaje con su propio *karma*. Que el estudiante cause sus propios ascensos con un servicio paralelo. Así es el trabajo actual, esto puede significar un ligero desarrollo lento al principio, pero producirá un despliegue más rápido durante los últimos estadios sobre el sendero de la Iniciación. Se espera que sea así ahora.

A los estudiantes se les pide que sigan adelante, con coraje y alegría, sabiendo que hay un grupo de discípulos que siempre están a su alrededor para ayudar en todas las cuestiones de buena voluntad. El estudiante está aparentemente solo, pero no lo está. De modo que adoptemos esta ciencia y veamos qué podemos hacer. Mañana daremos algo más de información acerca de la ciencia de la respiración. Gracias.

Saludos fraternales de corazón y mis mejores deseos.

Hoy vamos a recapitular paso por paso acerca de la ciencia de la respiración en la práctica diaria. La ciencia de la respiración es la más esencial para el alineamiento de la personalidad con el alma y para la expresión del alma a través de la personalidad para llegar a tener un fuerte cuerpo etérico, y como consecuencia, un cuerpo pránico fuerte. Y por tanto, un cuerpo físico sano. El *prana* es un elemento subjetivo del aire y se nos suministra a través de los rayos solares y también a través del aire, a través del agua, y a través de toda una variedad de alimentos materiales. La ciencia de la respiración contempla la ingestión de mucho *prana* mediante la respiración, y el *prana* se considera el alimento por excelencia en la Era de Acuario. Acuario representa el aire y por eso el aire es el alimento más apropiado para el ser humano en esta era. Siendo además el aire el cuarto elemento, y siendo el *Pranayama* el cuarto estado del yoga, estando Acuario regido por el número cuatro, hay buena correspondencia con la Era de Acuario, el aire y el *Pranayama*. De modo que el elemento subjetivo que se transmite a sí mismo a través del aire entra en nuestro cuerpo, no sólo mediante el proceso de la respiración, sino que la entrada inicial es a través del rayo solar, a través del centro que existe en la espalda, entre los omóplatos, y a través del Centro Sacro. Y cuando el *prana* entra en el cuerpo a través de estos dos centros se expande a sí

mismo en forma de cinco aires por todo el cuerpo. Y consecuentemente estos aires actúan como las cinco pulsaciones del cuerpo.

Tenemos la primera pulsación del aire en forma de la inhalación, por medio de la cual tomamos el aire de afuera dentro de nosotros (*prana vayu*), después está la exhalación mediante la cual volvemos a expulsar de nuevo el aire tomado (*apana vayu*). *Prana vayu* dijimos que funciona desde la punta de la nariz hasta el Centro del Corazón. *Apana vayu* funciona desde el plexo solar hasta la punta del pie. Estos dos aires están conectados mediante un tercer aire (*samana vayu*) que conecta los Centros del Corazón y del Plexo Solar, y así se construye el puente entre el *prana vayu* y el *apana vayu*. De modo que ése es el puente entre la inhalación y la exhalación; es importante construir ese puente mediante la ciencia de la respiración. Después dijimos que estaba el *udhana vayu*, que es la puerta pránica que se mueve por la cabeza, desde la punta de la nariz hasta el Centro Coronario (*Sahasrara*). De modo que es el aire que se mueve en la parte superior del cuerpo. Estos cuatro aires se difunden desde la cabeza hasta la punta del dedo gordo de los pies. Y luego tenemos el quinto aire (*dyana vayu*), que es la vida, la fuerza vital que todo lo impregna, y esa fuerza actúa a través de todos los *nadis* del sistema nervioso. Éste es el aspecto quintuple de la fuerza vital actuando en nosotros. La ciencia de la respiración tiene en el punto de mira sintetizar todos estos aires para tener un cuerpo etérico muy fuerte y resplandeciente.

Cuando trabajemos con estos aires estaremos oxigenando el cuerpo, desecharemos el dióxido de carbono, así que estaremos invocando más materia sutil dentro del cuerpo, y expulsaremos de él la materia densa. De modo que se ha explicado el proceso de transformar el cuerpo con todos los detalles de cómo hacer esto de la respiración. También se ha explicado la importancia que tiene trabajar con la respiración para todo aspirante que quiera ser un discípulo. Trabajar con la respiración tiene dos requisitos fundamentales. El primero es tener ritmo en la vida diaria, el segundo es tener una actitud desapegada respecto al mundo fenoménico. La importancia de ser conscientes de que el mundo está hecho de cinco elementos es una magia, así como también lo es que el alma entre en el mundo para funcionar y para hacer las cosas y para retirarse a través de la personalidad. Y es importante recordar que todo lo que se hace en la vida de la personalidad y las relaciones que construimos a nuestro alrededor, así como los estados del mundo, como el estatus social, cumplen con un propósito limitado y nunca pueden sobrepasar al individuo. Es de esperar que cada día temprano por la mañana nos acordemos de que somos el alma y de que hacemos las cosas a través de la personalidad. Y que es sólo para jugar durante el día el juego que nos toca, comprendiendo que todas las relaciones construidas son sólo papeles de una película o de una representación teatral.

Las relaciones no son sino las máscaras, pero detrás del velo hay una sola alma actuando como muchas, como muchos seres. Hemos de entenderlo de esta manera. Recordar que esencialmente somos el alma que actúa a través de la personalidad, y en este juego no se ha de olvidar esta verdad. Igual que un actor no se olvida de su identidad original aunque esté desempeñando el papel que sea en una película. Reconocer esto es muy importante. Todas las relaciones que va construyendo mediante el papel que le toca hacer en la película no son reales, cumplen sólo un propósito en esa película, en esa obra. Esto hemos de asirlo muy fuertemente en nuestro interior, de lo contrario no tiene demasiado sentido hacer ejercicios de respiración. A medida que uno va progresando con la ciencia de la respiración ha de progresar también en términos de ritmo y en términos de tener una actitud desapegada en cuanto a la actividad en los tres mundos, que son el mundo mental, el mundo emocional y el mundo físico. Éste es un resumen muy breve respecto a la explicación de los dos últimos días. Y ahora entramos en el ejercicio respiratorio como tal.

El primer paso consiste en buscar un lugar tranquilo y un momento libre, es decir, que no tengamos ninguna obligación inmediata, ningún trabajo. Ha de haber suficiente tiempo para hacer la práctica. Esta práctica no se puede hacer de una manera apresurada y

ha de realizarse durante las horas tranquilas del día, que son por lo general las horas de la madrugada, horas que también vienen muy bien para el ejercicio porque el *prana* está disponible en abundancia durante las dos horas antes del amanecer. Hay un adecuado suministro de fuerza vital y hay también un tiempo suficientemente tranquilo para hacer el ejercicio a esa hora, la mente no está con prisas para entrar en el trabajo. Entonces, vayamos a un lugar tranquilo y adoptemos una postura cómoda, que puede ser una postura de sentarse en posición de loto o también sentados en una silla, pero lo que es importante es que el cuerpo esté cómodo y que la espina dorsal esté recta y la cabeza en esta posición, de modo que la columna vertical a la altura del cerebro esté vertical para que la energía se mueva más fácilmente. Pongamos la espalda tan recta como nos sea posible, no forcemos demasiado porque entonces obtendremos dolor de espalda, sino que hagamos lo que podamos conseguir cómodamente con la espalda recta. A medida que avanzamos con la práctica de la respiración el cuerpo etérico se revitaliza, como consecuencia de lo cual podremos mantener la espalda suficientemente recta. Así que, sentémonos de un modo en el que nos aseguremos de que la espalda esté recta. Un lugar tranquilo, tiempo libre y la postura recomendada son las cosas preliminares para trabajar con la respiración.

Si situamos esto como preliminar, el primer paso sería aplicar la mente a la respiración y hacer una inhalación muy lenta y una exhalación muy lenta. Si podemos llegar a esa lentitud, eso aquietará la mente. La importancia de respirar lentamente es para aquietar la mente. Cuando la mente está aquietada la respiración también se vuelve más lenta, y una respiración lenta tranquilizará aún más la mente, de modo que una trabaja sobre la otra hasta el grado requerido en el que sentimos la frescura de la mente, que es muy suavizante para nosotros, de mucho alivio, porque la actividad mental es siempre de hiperactividad. De modo que de la hiperactividad se la pone a ritmo normal y todo el sistema se tranquiliza hasta llegar a su situación normal. Se quema mucha energía debido a la hiperactividad de la mente, por eso la primera cosa esencial es respirar lentamente.

El segundo paso consiste luego en conseguir que esa respiración sea suave. Una respiración suave impedirá que mediante el fuego del aire dañemos los canales por los que el aire se inhala y se exhala. Si la respiración no es suave, el fuego pueda causar úlcera a la altura del tabique nasal al inhalar y puede causar también úlceras en el cuello al exhalar. Cuando pensemos en hacer una respiración suave hemos de asegurarnos de que no haya ruido al respirar, y ha de ser tan silenciosa como sea posible, ni siquiera nuestros oídos deben oír ese sonido tangible de la respiración.

El tercer requisito es respirar profundamente. Esto es muy importante. Respirar profundamente es esencial, y si es posible hemos de respirar hasta el Centro de Base. Cuando conscientemente hacemos una respiración lenta y profunda, movámonos con la mente desde la punta de la nariz a través del puente de la nariz hasta llegar al interior del centro de la garganta y sentir el centro del tabique de la nariz, sentir el centro a la altura de la garganta, el centro que se llama Centro del Corazón, así como el Plexo Solar, el Centro Sacro y el Centro de Base. El aire ha de pasar conscientemente mientras que la mente está ocupada tanto con el aire como con los centros. Imaginémonos que nos estamos moviendo hasta el Centro de Base con la inhalación. Luego, al exhalar comenzamos a hacer el sendero en el sentido inverso ascendiendo *chackra* tras *chackra*, sólo quedan *chackras* hasta que nos estimule el *Ajna*. Sólo cuando el *Ajna* se estimula, los *chackras* se convierten en lotos. Así que visualicemos de nuevo durante la inhalación todos los *chackras* desde el Centro de Base hasta el tabique de la nariz y luego liberamos el aire por las fosas nasales. Así tiene que hacerse la inhalación profunda.

Luego, para asegurarnos de que la respiración sea uniforme, tenemos que ser conscientes: cada vez que nos movamos a través de cada plexo podemos contar un número. Si contamos a la altura de cada centro un número seleccionado, cuando regresemos volvemos a contar el número seleccionado para ese centro para mantener la

uniformidad. De modo que de esta manera lenta, suave, profunda y uniforme han de hacerse las inhalaciones y las exhalaciones. Normalmente cuando hacemos una inhalación y exhalación profundas es muy fácil que bostecemos, y como nos autoimponemos un nuevo ritmo de respiración, no se puede hacer continuamente. Por eso se recomienda que hagamos 3 respiraciones profundas y hagamos una pausa, lo que significa que en la pausa podemos tener el viejo ritmo de respirar; luego de nuevo podemos hacer otro grupo de 3 respiraciones y luego hacer una pausa, y de nuevo otro grupo de 3. Así han de hacerse 9 respiraciones. Después de las 9 respiraciones hacemos una pausa mayor. De nuevo comenzamos a hacer otro grupo de 3 respiraciones con 3 interludios. Ya habremos hecho 18 respiraciones, es un grupo grande de 3, entonces, 3 veces 3. El primer grupo pequeño es de 3 respiraciones y el siguiente grupo es un grupo grande: 3 x 3, hemos hecho entonces 9 respiraciones. Así hagamos en total 3 grupos de 9 respiraciones. En total hacemos 27 respiraciones. Se recomienda hacer 27 respiraciones para recorrer las 27 constelaciones que nos rodean. Esas 27 respiraciones en su totalidad tienen 9 pausas y tienen 3 pausas principales o más largas y 3 pausas más pequeñas. Las pausas menores están entre cada grupo de 3 respiraciones. La pausa mayor está al cabo de 3 grupos de 3 respiraciones. Éste ha de ser el primer paso y nos tiene que resultar cómodo y familiar.

Habremos hecho suficiente trabajo mágico si hacemos suficiente inhalación de fuerza vital y si expulsamos las fuerzas contrarias a la vida en nosotros. Entonces podemos adoptar nuestro ritmo normal de respirar. Pero gradualmente durante ese tiempo, al cabo de 27 respiraciones profundas habremos activado la resonancia de la pulsación. De modo que al cabo de 27 respiraciones podremos percibir tangiblemente la resonancia de la pulsación. Ocupemos la mente con ella, cuando la mente está profundamente ocupada con ello ya no estamos tan preocupados con la inhalación y la exhalación, incluso muchas veces nos olvidamos de ellas y ocupan un lugar secundario, pasando la resonancia de la pulsación a un lugar preponderante. Cuando sentimos la resonancia de la pulsación, cuando estamos profundamente metidos en ella, el tercer aire, el *samana vayu*, se activa. Así construimos el puente entre el *prana* y el *apana vayu*.

Anteriormente en muchos seminarios he hablado justo hasta este punto diciendo que hemos de hacer una respiración lenta, suave, profunda y uniforme, y que hay que hacer 27 respiraciones en grupos de 3 con su pausa, y durante la pausa hemos de percibir la pulsación. Al cabo de 27 respiraciones podemos ocuparnos con la resonancia de la pulsación; al llegar a ese momento la mente se interioriza bastante aceptablemente y no se le permite que vaya de un lado para otro, porque cuando ocupamos la mente con la respiración durante 27 veces, la mente se queda ocupada de manera aceptable en el interior, y mucho más profundamente cuando percibimos la resonancia de la pulsación. De modo que paralelamente se cumple también con los propósitos de la meditación. Lo normal es que cuando cerramos los ojos e intentamos concentrar nuestra mente, la mente se ría de nosotros y nos lleve por ahí, por todas partes; la mente nos lleva a variedad de lugares y a visitar a variedad de personas, y siempre estamos de picnic. Ésta es, pues, la mejor manera de ocupar la mente. La mente así se interioriza, y se interioriza aún más cuando está ocupada con la pulsación. El trabajo relativo a este primer paso puede tener lugar en 24 minutos en que nos sentiremos tan confortables por dentro: una sensación, un sentimiento de que todo el sistema se ha refrescado como si por el cuerpo estuviera circulando una fresca brisa. El organismo se refresca porque la mente se ha refrescado, y mientras la mente está ocupada con la resonancia de la pulsación, la inhalación y la exhalación se funden en el tercer aire, el *samana vayu*, y así se habrá construido un puente entre el Plexo Solar y el Centro del Corazón.

Primero hemos de sentir la pulsación de un modo aceptable y saber también que las respiraciones (la inhalación y la exhalación) se han ido al fondo -es decir, que se han vuelto sutiles, tan sutiles que nos parece que han dejado de ser. Entonces la pulsación ocupa el

lugar prominente y nos ocupamos de ella. Después la pulsación se mueve: si oímos la resonancia de la pulsación en el corazón notaremos también que se mueve hacia arriba, y gradualmente sentiremos su resonancia en la garganta e incluso en la boca. Tomemos nota, por favor, de un punto importante: Cuando hagamos estas respiraciones, mantengamos nuestra lengua pegada a la parte superior del paladar, esto es muy importante en el trabajo de meditación o de *Pranayama*. La lengua ha de estar tocando la parte superior del paladar, sin dejar que pase el aire entre el paladar y la lengua. Entre el paladar y la lengua no ha de haber ningún espacio por donde pueda entrar el aire, y la punta de la lengua ha de estar tocando las encías del paladar superior, pero no tiene que tocar los dientes. Ésta es una ley, y se necesita para dar el siguiente paso. Así que aunque practiquemos el paso previo de la inhalación y la exhalación, hemos de asegurarnos de que la lengua esté completamente pegada al paladar superior y que la punta de la lengua esté tocando la encía del paladar superior, que es la base de los dientes; pero no toquemos ni los dientes superiores ni los inferiores con la lengua, porque en el siguiente paso habrá unas pérdidas si no lo hacemos así. Eso también impide que se inhale y se exhale por la boca, porque no hay ni siquiera una molécula de aire que se pueda inhalar ni exhalar por la boca cuando se coloca la lengua de ese modo, cosa que es esencial para la ciencia de la respiración. De modo que es también una cosa importante de la cual hemos de tomar nota. Hemos de intentar mantener la lengua pegada al paladar superior, y que la punta de la lengua no se alargue hasta que llegue a tocar los dientes. Ésta es la ley de la boca. También durante el día, cuando no tenemos que hablar, para prevenir palabras innecesarias podemos cerrar la boca de este modo, a esto se llama “echarle el candado a la boca”. Para las personas evolucionadas la lengua siempre está asociada con el paladar superior y nunca descansa sobre el paladar inferior. Sólo en el caso de los animales la lengua descansa sobre el paladar inferior. Si la lengua descansa sobre el paladar inferior significa que la persona está excesivamente orientada hacia las tendencias animales. Pero cuando el hombre está orientado hacia las energías más sutiles, la posición normal de la lengua es haciendo amistad con el paladar superior. Cuando se cantan los *mantrams* internamente, se recomienda este mismo proceso sobremanera: entonces no es la lengua, sino la mente la que pronuncia el *mantram*. Y asegurémonos de que los dientes de arriba y de abajo no estén unidos en la parte delantera, eso le da también una postura relajada a la mente, a la boca; si los dientes de arriba y de abajo están juntos, delante puede haber tensión y en ocasiones también ciertos efectos eléctricos. Así que esta postura que digo es importante por variedad de razones: Primero, para no dejar que el aire pase por la boca; todas las personas enfermas o no sanas respiran por la boca.

Ahora llegamos al segundo paso, en el que hacemos una profunda inhalación y retenemos. Retenemos cada vez de una manera uniforme, por eso tenemos que contar. Os dije que se puede contar en grupos de 4. Dependiendo de nuestra capacidad de retener podemos contar hasta 16, que es lo que se considera óptimo. En estadios avanzados la retención es muchísimo más extensa, pero inicialmente no vayamos más allá de 16. Cuando retenemos la inhalación, desde dentro se produce un tiro hacia arriba para empujar el aire hacia afuera, porque hay una excesiva entrada en el sistema, y es natural que el sistema quiera expulsarlo mediante la exhalación. Este tiro hacia arriba se llevará el aire hasta las áreas de *udana* en la cabeza. Mediante la resonancia de la pulsación en los estadios previos *samana* nos había llevado el aire a la nariz y a la boca, ¿no? Ahora, con la retención del aire, el tiro hacia arriba intentará empujar la resonancia de la pulsación más allá del puente de la nariz, más allá de las cejas, e intentará tocar el centro pineal en el que está el Tercer Ojo. Así que dejemos que ocurra así. De ahí que la retención sea importante: cuando sintamos la resonancia de la pulsación a la altura del puente de la nariz nos sentiremos cada vez más interesados por hacer ese ejercicio de retención. Luego, cuando la mente está ocupada junto con la resonancia de la pulsación y se esfuerza por conectar con la pineal, habrá ciertas experiencias agradables como las que se leyeron ayer. Escucharemos ciertas notas

musicales, ciertos sonidos musicales como campanillas o como grandes campanas o como música de flauta o como música instrumental de una sola cuerda. Es tan agradable que uno se quiere meter de lleno en ello cada vez más. La experiencia referida en *La Música del Alma* se refiere a esto. La experiencia de Madame Bailey antes de la visita de la Energía Maestra también tiene que ver con esto. Tendremos vislumbres de una música suavizante, también de una luz interesante, la variedad es grande, toda esa variedad relativa al sonido y a la visión está bien descrita en el libro titulado *Escuchar al Maestro Invisible*. Así se mueve uno hacia arriba con ayuda de la retención de la inhalación; éste es el estado, también, en el que a uno se le revela el conocimiento. Se produce un proceso de revelación del conocimiento desde nuestro interior. De modo que a veces veremos cosas, a veces oiremos cosas, a veces sabremos cosas. En ese proceso hasta nos olvidaremos del proceso de retención del aire. Entonces soltamos el aire, pero no creáis que cada vez que retenéis el aire vais a tener este tipo de experiencias. Primero hemos de asegurarnos de neutralizar *prana* y *apana*; y la resonancia de la pulsación ha de ser ya lo suficientemente tangible y su movimiento hacia arriba ha de ser ya un hábito. Normalmente se tarda tres años en sentir la resonancia de la pulsación a la altura de la garganta y a la altura del paladar superior. Estoy dando el paso siguiente al cabo de seis años de haber dado el paso primero. El primer paso lo di en enero de 1995. Para los buenos estudiantes la resonancia de la pulsación ha de haber llegado ya a la altura de la boca y de la nariz; tendría que haber llegado ya a esa altura en tres años. Entonces se concede otro periodo de gracia de tres años más. Así que, al cabo de seis años, que es ahora, se nos da el segundo paso.

Durante todos estos años las enseñanzas han sido en espiral, y aquellos que las hayan seguido atentamente habrán llegado con toda seguridad a ese estado. Hay una asociación con la enseñanza a tiempo parcial y una asociación a tiempo pleno. Los que están ocupados con la enseñanza a tiempo pleno (son pocos, que yo sepa) ya son capaces de sentir la resonancia a la altura de la boca y la nariz. Eso quiere decir que el *prana* y el *apana* han sido neutralizados y el *samana* se ha puesto en actividad, y ya se ha establecido una vitalidad y el sistema ha sido energetizado sin tener en cuenta el cuerpo físico y sus cosas. El trabajo tiene lugar, para esas personas la retención del aire es benéfica. Practiquemos, pues, de nuevo la retención de la manera que hemos dicho antes (los grupos de respiración), pero en este caso hay una cosa más que hemos de notar.

Cuando se dio el primer paso ya se mencionó que teníamos que escuchar el sonido *SO* cuando inhaláramos y el sonido *HAM* cuando exhaláramos, porque estos son los dos sonidos naturales que se producen cuando el aire entra y sale. Cuando inhalamos podemos escuchar el sonido *SO* y cuando exhalamos podemos escuchar el sonido *HAM*. Así nace el *SO HAM*, así se concibió originalmente el *SO HAM*, que significa YO SOY. *SAHA AHAM* es YO SOY, que significa AQUELLO YO SOY. *SAHA* es AQUELLO, *AHAM* es YO SOY. Ése es el significado en sánscrito de estas dos palabras: “Aquello Yo Soy”, es decir, en verdad yo soy la base de Aquello que es la base del universo, lo que significa “Yo Soy Existencia”. De modo que está resumido lo que se escucha por la inhalación y la exhalación, y ese mismo sonido se escucha en la resonancia de la pulsación, porque la pulsación es también una actividad doble, es un funcionamiento centrípeto y centrífugo, y ese mismo sonido se oye en ese funcionamiento doble. Este sonido tiene también una trascendencia o significación mayor: la inhalación es recibir Aquello en nosotros, y la exhalación es nuestro llegar hasta Aquello. Cuando inhalamos estamos invocando a la energía llamada Dios, cuyo nombre es Aquello, y por eso la inhalación es *SO*; y con la exhalación estamos llegando hasta Aquello, así que por eso es *HAM*. Cuando retenemos la respiración en este segundo paso, el tiro hacia arriba lleva con él el sonido *HAM* porque el tiro hacia arriba es el esfuerzo que hace la exhalación. Y también escucharemos el sonido *HAM*, y *HAM* es el sonido semilla del *Ajna*; por eso veremos en los libros que el sonido *HAM* es el sonido dado como propio del Centro de *Ajna*, porque el sonido del tiro

superior es HAM, así que YO SOY HAM. Está ahora pidiendo asociarse con AQUELLO. En este proceso estamos llegando a una meditación más profunda y nos estamos manteniendo en la cabeza, que es el cuarto aire, el *udana vayu*. *Udana* (*ud- ana*) significa arriba, como “Aúpa”. El aire se mueve arriba, hacia la cabeza. Cuando retenemos el aire estamos, pues, trabajando con el cuarto aire. Ahí el Maestro Djwhal Khul nos está dando una pauta cuando nos dice: “Ahora tenéis que aprender a hacer diferentes cosas al mismo tiempo, y utilizar por consiguiente los tres cuerpos sincronizados”. De por sí, cuando uno lee esto, esta frase no revela demasiado. Hacer diferentes cosas simultáneamente significa que cuando retengamos la respiración hemos de contar. Cuando aprendimos a hacer la respiración uniforme, aprendimos a contar, y también tenemos que asociarnos con el sonido de la inhalación y de la exhalación, y además estábamos pasando conscientemente por cada uno de los *chackras*. De modo que la mente está trabajando con tres aspectos: está trabajando con los *chackras* cuando pasa en sentido descendente; y en sentido ascendente está trabajando con el sonido y con el número, porque se cuenta; y luego estamos trabajando también con la resonancia de la pulsación, y al llegar a la culminación del ejercicio de la retención del aire se ocupa uno con la luz y el sonido. Introduzcamos una cosa y practiquémosla repetidamente, y cuando nos resulte familiar, introduzcamos otra cosa más. Lo primero que podemos introducir es la cuenta; después podemos introducir el reconocimiento consciente de los centros; en tercer lugar podemos introducir el sonido. Si introducimos así las cosas, cada una a su tiempo, la mente será capaz de trabajar con todas las cosas al mismo tiempo. El potencial de la mente es inimaginable, por lo general se utiliza por debajo de lo normal, en algunos casos ni siquiera se utiliza, las mentes pequeñas sólo pueden hacer una cosa a la vez. La Mente Maestra hace diez cosas a la vez, de modo que el Maestro dice que con respecto a la ciencia de la respiración nos inculquemos el hábito de hacer varias cosas al mismo tiempo. Esto es lo que hay que hacer, pues, y a medida que nos vaya resultando más confortable y más familiar habrá una revitalización mayor del cuerpo, y todos los centros del cuerpo se activarán, porque ahora la acción estará entre la pituitaria y la pineal. Todo el sistema de energía orienta hacia arriba, y éste es el segundo estadio.

Después tenemos que trabajar similarmente con la exhalación, es decir, exhalamos y no inhalamos. Cuando inhalamos y no exhalamos hay un periodo de interludio, cuando exhalamos y no inhalamos hay un periodo de interludio. Inicialmente, cuando cesan la inhalación y la exhalación y nos ocupamos de la pulsación, hay un interludio también. Estos tres interludios son los más importantes. En estos tres interludios la mente tiene la capacidad de quedarse fundida cada vez más profundamente, por eso tenemos la ayuda del *Bhagavad Gita* en el que Krishna, el Señor, nos dice: “Contemplad en esa serie de interludios” es decir, ocupémonos cada vez más de esos interludios.

El primer interludio es el acuerdo de la inhalación y la exhalación en su equilibrio, que es *samana*. El segundo interludio ocurre una vez hemos inhalado y retenido la respiración, y estaremos escuchando el sonido *HAM* y moviéndonos por encima del punto de las cejas; ése es el segundo interludio en el que hay que contemplar. El tercer interludio se produce una vez hemos exhalado y retenido la respiración. Retener quiere decir no respirar hacia dentro, no inhalar, y sólo nos quedará la resonancia pulsadora que se mueve en la región entre el Centro del Corazón y el Centro de *Ajna*: éste es el tercer paso o estadio. Para completar los tres estadios o pasos se tardará 72 minutos de trabajo. Cada estadio dura 24 minutos, y los tres estadios juntos 72 minutos, que es a su vez un número muy significativo. Habremos hecho 27 por 3 respiraciones que son 81, número que también es muy significativo y trascendente, por eso aparece una sola línea en el libro *Astrología Espiritual*, en que se dice: “Cuando el *Pranayama* se hace adecuadamente, nos llevará 72 minutos”. Una vez que se logra llegar a estos tres pasos, los aires vitales estarán sintetizados en nosotros, porque los dos primeros sintetizan el tercero; el tercero nos lleva

al cuarto; y cuando se construye el puente entre la pituitaria y la pineal, el cuarto aire se logra para que se sintetice con el quinto, en el que se experimenta por todo el sistema la luz del alma. Cuando se conecta también con el quinto aire, el alma está libre de la personalidad triple y puede incluso salir del cuerpo con su vehículo etérico. Éste es, pues, el trabajo de liberación del alma del condicionamiento de la personalidad. Ya se trabajó antes con el condicionamiento de la personalidad, para debilitarla mediante el proceso de adaptarnos a la virtud del desapego. De otro modo no estaremos cooperando con esta ciencia de la respiración, con la que nuestra actividad diaria también ha de cooperar.

Las dos cosas esenciales son ritmo y una actitud desapegada respecto a las acciones del mundo. El desapego se define muy claramente en el *Bhagavad Gita*, el desapego es “desapego de los frutos de la acción”, y en ningún caso significa desapegarse de la acción. El desapego suele ser más mal entendido que bien entendido. Una persona desapegada es desapegada de la acción también: entender eso así es tener un entendimiento muy erróneo de lo que es el desapego. Lo que se precisa es desapegarse de los frutos de la acción; el apego a los frutos de la acción se deriva de los motivos. Cuando hay un motivo personal al hacer algo, hay un apego por los frutos de la acción, de modo que la causa de la acción no ha de ser un motivo egoísta, sino que en todo caso ha de ser un motivo de buena voluntad, pensar en el bienestar general de toda la vida. Cualquier cosa que yo me proponga hacer no ha de ir ni en pérdida ni en daño ni en detrimento de la Vida en general. A menos que practiquemos la inofensividad de pensamiento en la propuesta de actuar, no desaparecerá el apego por los resultados; nuestras acciones no han de resultar en pérdidas ni en dolor para los demás. Pensar en el provecho personal es un acto de la personalidad; pensar en el bien general es un acto del alma. Por eso tener amor, caridad, en todos los motivos, es lo que nos recomiendan las personas de sabiduría. Todo motivo que tengamos ha de significar beneficio y bienestar para la gente, o por lo menos no ha de significar un detrimento para los demás seres. De modo que si rectificamos el motivo y lo hacemos cada vez más puro, el apego hacia las cosas desaparecerá.

Muchas veces podemos comenzar con un motivo correcto, pero en el proceso mismo de ir trabajando con ese motivo podemos volvernos ambiciosos, avariciosos. De modo que aunque comencemos con un buen motivo, en su camino se puede distorsionar. Así que de cuando en cuando y en relación con el trabajo que hacemos, hemos de verificar los motivos y hacer una búsqueda interna para ver si hay un motivo egoísta inherente al hacer algo. Incluso los esfuerzos que se hacen para lograr la autorrealización, tanto en términos del mundo material como del mundo espiritual, han de entenderse como un paso previo para conseguir un beneficio en general de toda la vida que nos rodea. Si yo pienso en el mundo material, en ganar cada vez más y más, ha de ir paralelo con la intención de ganar más dinero para ayudar cada vez a más y más gente; o aprendo cada vez más y más técnicas o conocimiento para ayudar cada vez a más y más gente; intento ser cada vez un ocultista mayor para que incluso los poderes ocultistas puedan ser utilizados en beneficio de los demás. En ningún punto se ha de permitir que impere el egoísmo, porque sino, lo que se ha logrado con la respiración puede cerrarle la llave a una persona durante muchas encarnaciones en un capullo de separatividad. Todo lo que tenemos en nosotros ha de ir dirigido hacia los demás, hacia la totalidad. Se requiere que al mismo tiempo esto se practique, y cuando se haga eso, habrá también en nosotros una actitud de desapego. A no ser que tengamos esta actitud de desapego en nuestra vida diaria, tampoco puede haber en nosotros la consistencia y la constancia de vibración. A menos que se mantenga esta consistencia y constancia, el trabajo relativo a la respiración no procederá bien, y tendremos muchos obstáculos para practicar esta ciencia de la respiración. Una mente que vibra con gran variación no se pondrá a trabajar con la ciencia de la respiración. Por eso, tener un ritmo en relación con el trabajo cotidiano, una actitud de desapego y un sentido de ofrecimiento en relación con todas las acciones de la vida diaria son cosas esenciales que

nos ayudan a mantener una fluctuación mínima en nuestra vibración. Variaciones extremas en la vibración nos arrojarán fuera de la práctica de la ciencia de la respiración. Así es, pues, como ha entenderse esto.

Esta tarde podremos hacer preguntas relativas a la práctica de la ciencia de la respiración para que redondeemos este tema y se pueda completar o aclarar. Todo tema ocultista sólo puede expresarse en una cuarta parte de su totalidad porque todas las cosas ocultas tienen tres cuartas partes más de lo que se habla. Sólo una cuarta parte puede expresarse con palabras. De modo que si esta cuarta parte queda clara, si desarrollamos gusto por ella, y si la mente siente la inclinación, uno puede asumir y comenzar este trabajo, hacerlo regularmente. Si es así, llegará a lograr todos los propósitos del alma incluyendo la purificación de los tres cuerpos y el alineamiento de las herramientas internas con las externas, y el alma acabará presidiendo sobre todo el sistema, mediante lo cual el aspirante se convertirá en discípulo y en canal para manifestar la luz divina, el Plan divino, e incluso podrá manifestar la vida abundante que le rodea. Éste es el resumen del procedimiento de estos dos días con ciertos datos adicionales. Ahora podéis revisar todo lo dicho y nos volveremos a encontrar aquí mismo a las 4 en punto para que si ha habido lagunas puedan subsanarse, para permitir que la práctica se adopte teniendo cierta claridad, porque cuando se habla de ciertas cosas a veces no quedan claras; muchas cosas se clarifican mediante la práctica, y a medida que uno practica puede ir aprendiendo más cosas. Gracias.

Ahora vamos a abrir el tema de clarificaciones o preguntas, y aquellos que queráis saber más cosas acerca de lo que se ha dicho podéis preguntar.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Pregunta: Ayer dijo que no se debe fijar la atención en los centros inferiores. Que en el proceso de respiración hemos de fijar la atención en los centros superiores, y que luego éstos se reflejaban sobre los inferiores. Y la otra pregunta es acerca del Centro del Corazón, situado entre los omóplatos; si puede aclarar más al respecto, se nos ha dicho que no visualicemos los centros dentro del cuerpo físico, cómo entender eso.

Respuesta: No es en el cuerpo físico, sino en el cuerpo etérico donde podemos visualizar los centros. En todo lo que he mencionado acerca de visualizar los centros, me he referido a visualizarlos en el cuerpo etérico y no en el cuerpo físico. Su situación en el cuerpo está más o menos tal como lo he indicado. Los centros etéricos están en el plano etérico, más o menos en la columna vertebral, así que quede claro que la visualización no es en la parte física, sino en la parte etérica. El segundo aspecto es que he dicho que no focalicemos en los centros que se encuentran por debajo del diafragma, y también he dicho que viajemos a través de todos los centros con la respiración. Focalizarse en un centro es diferente que viajar a través de los centros. La focalización es sólo sobre la inhalación y la exhalación, a medida que pasa a través de los centros del puente de la nariz hasta el puente de Base. Es una observación de cómo pasa el aire, pero sin focalizar. La idea es hacernos cada vez más conscientes de la existencia de este proceso en el cuerpo. Entre nosotros, muchos no conocen verdaderamente la existencia de estos centros porque no se preocupan excesivamente por ellos. En la medida en que vamos siendo conscientes de su existencia los podremos experimentar. El reconocimiento de una fuerza determinada hará que esa fuerza actúe a través de nosotros. De ahí que no lo interpretemos como focalizarse en los centros inferiores. En todo este ejercicio la focalización total es sobre el tabique nasal; los demás centros son objeto de una observación casual para reconocer su existencia. Este proceso también propicia una respiración más profunda y ayuda a trabajar conscientemente con el elemento del *prana*, cuyo vehículo es el aire, para que la fuerza pránica viaje hasta el Centro de Base y retorne. Si bien todo lo que respiramos, inhalamos y exhalamos es aire, el

aspecto etérico del aire es la fuerza vital. De modo que en el plano etérico estamos suministrando una dosis nueva de vida mediante la respiración. Así ha de comprenderse.

Después cómo entender la relación entre el Centro a la altura de los omóplatos y el Centro del Corazón: por la sencilla razón de que el Corazón es el cuarto centro y el elemento es el aire, que funciona a través del Corazón. Por eso el Corazón, el aire y la fuerza vital están interconectados. El Corazón es el centro en el que funciona la fuerza vital, pero en los omóplatos está el Centro por el que entra la fuerza vital. De modo que cuando se trata de la entrada de la fuerza vital, el Centro que se halla entre los omóplatos (que está más o menos entre el Centro Laríngeo y el Centro del Corazón pero más próximo al Centro del Corazón), es el centro a tener en consideración.

Pregunta: La base para que sea útil la práctica de la respiración es no quedar afectado por nada. Si nos puede decir algo más de cómo conseguir esto.

Respuesta: Lo primero que desarrollaremos es un fuerte cuerpo etérico mediante la práctica de la respiración, y después aprenderemos a tener una actitud de desapego con respecto a la vida. Cuando conseguimos estas dos cosas paralelamente, ya no nos afectan los sucesos de la vida, porque cuando uno tiene una actitud de desapego, verá la parte de espejismo que tiene el acontecimiento de que se trate, el que nos causa la preocupación innecesaria. Por esa razón el segundo día por la mañana dediqué mucho tiempo a explicaros qué es espejismo, qué es ilusión y cómo acercarnos a ella.

Y luego, para conseguir desapego en la vida hay diversas prácticas que mencioné. Se encuentran en los capítulos III, IV y V del *Bhagavad Gita*. Pasado mañana intentaré hablarlos un poquito con el énfasis específicamente fijado en el capítulo V. También durante la charla me he ocupado brevemente de este tema, siendo el principio básico desapegarnos de los frutos de la acción, aunque no desapegarnos de la acción como tal. Y luego comprender que las relaciones del mundo son todas temporales, y que sólo tienen que ver con la personalidad y que nosotros somos el alma. Y en la medida en que continuamente reconozcamos nuestra realidad como alma dejaremos ya de asociarnos con la personalidad; la personalidad es sólo un aparato por el que actuamos, pero al final del día podemos retirarnos de ese aparato de la personalidad. Lo que tenemos que practicar es sobre todo el excesivo apego a las relaciones mundanas a través de los planos mental y emocional, por lo que nos sentimos afectados. Pero los conceptos mentales y los sentimientos emocionales se derivan sólo de la ilusión, del espejismo. Os recuerdo, pues, la historia del rey cuya ilusión desapareció: ilusión en relación con otra alma que él creía que era su hijo. Por eso en la primera charla de todo el seminario siempre hablo del alma, y siempre digo que hemos de reconocer la presencia del alma de preferencia a las personalidades. Cuando nos encontramos con gente en verdad nos estamos encontrando con el alma que se nos acerca en forma de una personalidad. Si somos capaces de observar el alma en todas las formas en que está envuelta -por sus cualidades, por su color y por su forma-, dejaremos de identificarnos tanto con el aspecto personalidad de lo que se nos acerca. Esta observación llevada a término en la vida diaria establecerá poco a poco en nosotros la realidad del alma y la dualidad de las acciones de la personalidad. Ésta es una práctica que hay que hacer cada día. Así es.

Pregunta: La pregunta es respecto a retener el aire: si uno debe cerrar la garganta cuando está reteniendo el aire, o cómo hacerlo.

Respuesta: Es una buena pregunta. Lo primero que hace uno al principio es cerrar la garganta, y luego sentirá la resonancia de la pulsación a la altura de la garganta, lo que es cosa muy buena para activar el Centro Laríngeo, que es el centro de una extremada purificación (En sánscrito se le llama *Vishuddi*. *Shuddi* significa purificación, y *Vi-Shuddi* significa purificación extrema). Cuando el Centro Laríngeo se purifica, los tres centros

inferiores automáticamente quedan purificados. El Centro Laríngeo es también el centro relacionado con el Discipulado. De modo que cerrad el Centro Laríngeo, y entonces el tiro hacia arriba funciona a modo de resonancia en el mismo punto; sigamos observándolo y sintiéndolo y apreciaremos el efecto pulsante a la altura del cuello. Después de una práctica continuada, en vez de cerrar a la altura del cuello, cerraremos al comienzo de la boca, al comienzo de la tráquea. Por eso he dicho que había que cerrar con la lengua contra el paladar, para impedir que entrara aire por la boca. Entonces, el tiro hacia arriba comienza a hacer su efecto en el paladar superior y puede incluso llegar al canal por el que sentimos que la pulsación está a la altura de la nariz, y subirá hasta el puente nasal. Así que para comenzar es bueno empezar por el cuello de la botella, que es el Centro Laríngeo (el centro de la garganta), y el siguiente paso es cerrar en la parte superior del cuello. Así que se puede hacer de ese modo. En el *Hatha Yoga* se visualiza contener el aire visualizando el Centro de Base, pero nosotros lo hacemos en el Centro Laríngeo. Ésa es la respuesta a esta pregunta de Frank.

Pregunta: ¿Desde cuándo puede uno comenzar con los niños con esta técnica, con estos ejercicios, y de qué modo puede uno comenzar el tipo de técnica?

Respuesta: El trabajo con los niños puede comenzar desde los 14 años. Uno puede iniciar este trabajo con los niños de los 14 a los 21 años. Antes de hacer eso, se les tiene que dar a los niños la disciplina relativa al uso de la palabra, así como la disciplina relativa al uso de los sentidos y la relativa a las *asanas*. A los niños entre los 7 y los 14 años se recomienda muy sobremanera que se les introduzca en las *asanas* de yoga. Eso les servirá de mucha ayuda para que consigan tener una columna vertebral muy tierna, y para que las energías se mantengan siempre flexibles y no se produzca su cristalización. Así que lo que pensamos hacer con respecto a los ejercicios de respiración está ya parcialmente conseguido si les podemos enseñar a los niños las *asanas* de yoga. Por eso -y ahí destaca el libro *Mithila*-, si bien parece que las *asanas* son ejercicios físicos, ellas producen un impacto etérico, y durante el tiempo que se hacen hay una excelente respiración: cuando al hacer una *asana* se doblan, inhalan; y cuando dejan o sueltan un ejercicio, exhalan. Cada vez que hay expansión del cuerpo, inhalan; y cada vez que hay contracción del cuerpo, exhalan. Ésta es la mejor manera de comenzar las *asanas* con los niños, y después podemos enseñarles cómo se usa la palabra, hablar cualitativamente. Y luego enseñarles acerca de la alimentación. Después de los 14 años les podemos introducir en los ejercicios de respiración. Es demasiado pronto si empezamos con los ejercicios respiratorios antes de esa edad.

Pregunta: El Maestro E.K. en el libro *El Yoga de Patánjali* dice que en el *Pranayama* se han de evitar los dos movimientos de *kumbaka* (que es contener la respiración al inhalar) y *rechaka* (que es contener la respiración al exhalar).

Respuesta: Si veis lo que os he dicho leyendo *Tratado sobre Magia Blanca*, se recomienda la retención de la respiración en las reglas 4ª y 5ª, así como en la 14ª regla se da la práctica. Lo que se dice en el comentario dado por el Maestro E.K. se refiere esencialmente al primer paso. Los estadios avanzados son para los estudiantes avanzados; por eso he dicho que éste es un tema avanzado. Para la salud y para tener equilibrio, neutralizar el *prana* y el *apana* es suficientemente bueno, basta con ello. Pero en este caso el Maestro Djwhal Khul está teniendo en el punto de mira la concentración profunda que es *dhyana*, que es el séptimo estadio del yoga. De hecho, como dije anteriormente, en ciertos libros se dicen ciertas cosas, y otras cosas se dicen en otros determinados libros, y nunca hemos de tomar un libro como un sistema de agua impermeable, porque todos están entrelazados. Hay un proceso de trabajar con lo que se llama la neutralización de *prana* y *apana*. A partir de ahí, cuando el *samana vayu* se activa, como ya dije, se mueve hacia arriba, y a medida que se mueve hacia arriba, cesa de manera natural la respiración. Eso es lo que

también he explicado en seminarios anteriores: que la respiración de la pulsación se mueve hacia arriba y hacia arriba, y que más tarde uno retendrá de manera natural esta respiración.

De modo que a fin de cuentas *Pranayama* significa *prana* regulado. En el proceso de regulación tiene lugar este paso avanzado, y es mucho más detallado en las reglas 4, 5 y 14 del libro *Tratado sobre Magia Blanca*, pero no debemos pasar al segundo paso hasta que no hayamos experimentado claramente el primero. De hecho, en el *Katha Upanishad* se dice de manera muy sutil lo que se ha dicho aquí en el libro *Tratado sobre Magia Blanca*. Se llama la sabiduría de Nachiketha, y en ella el Señor de la Muerte, Plutón, le enseña a un chiquillo cómo trabajar con la respiración. Hay muchas cosas, pues, que hay que entrelazar, tomando como base la enseñanza proveniente del Maestro Djwhal Khul. Lo que se ha dicho ha de tomarse como un paso avanzado. De hecho, en este libro, el *Tratado sobre Magia Blanca*, no se da el primer paso dado por el Maestro E.K. El primer paso proviene de la ciencia de la respiración, y el paso siguiente viene del *Tratado sobre Magia Blanca*. Así es como hay conexiones o lazos entre un libro y otro. Otro ejemplo es la *Astrología Esotérica*, de Bailey, y la *Astrología Espiritual*, del Maestro E.K. Son libros que no se duplican mutuamente, sino que lo que se dice o afirma en la *Astrología Espiritual* es totalmente diferente de lo que se dice en la *Astrología Esotérica*, pero han de interpretarse como complementarios entre sí. Ciertas revelaciones se dan en un libro, y otras revelaciones se dan en otro libro. A veces encontramos afirmaciones aparentemente contradictorias, y al estudiante le toca llevar a cabo la síntesis entre estas cosas aparentemente opuestas. Por esa razón he dicho que no leamos las frases sin más, sino que haya un entendimiento básico, que es la base cuando se lee un libro. Toda la sabiduría para la Nueva Era está dispuesta entre los libros de H.B. Blavatsky, Alice Bailey y el Maestro E.K., y entre ellos hay mucho suplemento y complemento de los conceptos de sabiduría entre sí. Así es.

Pregunta: ¿Puede explicar algo acerca del simbolismo del cisne y de la sílaba *HAM* en el Centro de *Ajna*?

Respuesta: Al cisne se le llama en sánscrito *HAMSA*. Como he dicho, están los cuatro sonidos *SO HAM*, *ASOUM*, *HAMSA* y *SIMHA*. El sonido del cisne es en sánscrito *HAMSA*, que significa *A HAM SA HA*, Yo Soy Aquello. *SO HAM* es Aquello Yo Soy. *HAMSA*, pues, es el estado en el que la consciencia de Yo Soy está conectándose con Aquello. En su proceso, *HAMSA* se desconecta de la personalidad. Por eso se dice que el cisne se mueve por aguas puras, limpias. El *Hamsa* real se mueve por aguas muy puras. El cisne sabe cómo distinguir la leche del agua. La belleza de *Hamsa*, la belleza del cisne, es que si le damos a beber leche mezclada con agua, se beberá sólo la leche y dejará el agua. Eso significa que cuando el alma y la personalidad están mezcladas, el concepto de Cisne indica aceptar el alma y dejar el concepto de personalidad. En la medida en que nos hacemos cada vez más conscientes del Centro del Entrecejo y practicamos una actitud desapegada en la vida, discerniremos entre lo mutable y lo inmutable, entre lo permanente y lo temporal, entre los valores eternos y los valores pasajeros, y nos adaptaremos más y más a los primeros y quedaremos liberados cada vez más y más de los últimos. El sonido *HAM* está relacionado con el Centro de *Ajna*, y la persona que ha llegado a ese centro se dice que es un *Hamsa*: quiere decir que se mueve sólo en las aguas puras de la vida, distinguiendo entre acciones de la personalidad y acciones del alma, distinguiendo entre voluntad divina y voluntad de la personalidad, y cada vez más y más hace las cosas en sintonía con la voluntad divina. De modo que es como el cisne que se mueve por las aguas puras de la vida y nunca ingerirá acciones de la personalidad, es decir, el agua, sino que sólo tomará la leche. De modo que es una expresión poética para indicar al ser que ha llegado al estado de *Ajna*. Por la misma razón, también el cisne moviéndose por las aguas claras se da como símbolo para transmitir este mismo mensaje a aquel que lo mira. Así es.

Pregunta: Cuando estamos en un periodo entre dos actividades en la vida externa, si tenemos un interludio, ¿podemos practicar la respiración?

Respuesta: Sí. En estas ocasiones podemos practicar la primera parte de la respiración. Se recomienda muy mucho hacer esto para que nos interioricemos y no estemos demasiado ocupados con los tres mundos que nos rodean. De modo que también entre actividad y actividad podemos, de una manera muy discreta, asociarnos con la respiración. El primer paso de la respiración es interiorizarse cuando no hay nada que exteriorizar.

Pregunta-Respuesta:

Hay un centro entre las cejas. Está lo que se llama el Nacimiento de Indra, otro centro, un tercer centro llamado Tercer Ojo, y también hay otro centro que se llama el Ojo de Shiva en nosotros. Estos 4 centros han de entenderse cada uno como superior al otro. El Centro entre las Cejas no ha de confundirse con el Centro de *Ajna*: el Centro del Entrecejo es el punto más elevado al que puede llegar la consciencia humana, es decir, el punto máximo al que se puede elevar la personalidad, ése es el punto relativo a la pituitaria. El Tercer Ojo en nosotros se llama *Ajna*, que es la sede del alma para gobernar la vida humana mediante el aparato humano. Ésa es la glándula pineal, y cuando la pineal y la pituitaria se conectan en el espacio que hay entre ellas, se produce el Nacimiento de Indra en nosotros, que está entre el Centro del Entrecejo y el Centro del Tercer Ojo. A través del Centro del Tercer Ojo el alma manda, y a través del Centro Superior del Entrecejo, que es el lugar de Nacimiento de Indra, la personalidad comienza a actuar. De modo que cuando se produce la acción en los tres mundos desde el *Ajna*, el alma se encuentra con la personalidad en el centro llamado el Nacimiento de Indra y hace las cosas a través de la pituitaria. El Nacimiento de Indra es el centro superior pituitario y el centro inferior pineal. Cuando se construye el puente entre la pituitaria y la pineal, este punto medio entre el alma y la personalidad se activa, y es el centro en el que el alma se manifiesta en la personalidad, y cuando esos dos arcos se encuentran se produce la luz. Estos dos puntos, Entrecejo y Centro de *Ajna*, se consideran como las dos puntas del cuerno, y se llaman simbólicamente “Caduceo de Aarón” o “Báculo de Aarón”. Cada vez que el alma tiene la intención de manifestar un acto de Dios, se produce la unión que manifiesta la luz. Cuando estos dos aspectos del arco se unen, se produce la manifestación de la luz, es decir, la manifestación del acto del alma a través de la personalidad. Cuando no hay necesidad de acción, el alma vuelve hasta el Tercer Ojo.

De modo que es el descenso del alma y el ascenso de la personalidad para una acción del alma. Hay un punto entre el Centro del Entrecejo y el Centro de *Ajna* que se llama Lugar de Nacimiento de Indra. Indra significa *Idamdra*; *Idam* significa Esto. Hay dos palabras en los *Vedas*, Aquello y Esto. Aquello significa “lo de Más Allá”. Esto significa “el mundo de los fenómenos”. De modo que *Idamdra* significa “El que protege Esto”. Al descender, el alma se convierte en Indra, que es el que protege y preside los tres mundos. El trabajo principal de Indra o Centro del Medio es mantener en su sitio a la personalidad triple y no dejar que ninguna fuerza diabólica entre en la personalidad. Por eso se dice que Indra es el rey celestial o rey del cielo que expulsa a los diablos. Todo el tema de los *Puranas* consiste en que Indra lucha contra los seres diabólicos porque la personalidad está abierta a la dualidad y para que retengamos lo que tiene valor; para eso está el trabajo de Indra, y el alma funciona a través de ese Lugar. De otro modo el alma reside en el Tercer Ojo, más arriba. Otro nombre que se le da al Tercer Ojo es Vishnu, el nombre del alma es Vishnu. Por eso en los libros orientales se habla mucho de Indra-Vishnu. Asociándose con Vishnu, Indra logra realizar todos los actos en los tres mundos. El significado de *Ajna* también es la Voluntad Divina, de modo que la voluntad del alma individual actúa a través de *Ajna*.

Después está el Ojo de Shiva en nosotros, que está por encima del Centro de *Ajna*. Si tomamos el Centro de la frente sería el Centro de *Ajna*, y si tomamos la parte alta de la frente ése sería el punto del Ojo de Shiva. Está el Centro de la Frente, y después está la parte alta de la frente: el punto medio entre los dos es el aspecto superior de Tercer Ojo en el que existe la Voluntad Cósmica, y se abre cuando se decide en los círculos superiores si hay necesidad de complementar y de impulsar la voluntad del alma individual. Así pues, tenemos que ver el Ojo de Shiva en el Centro de *Sahasrara*. Antes de todas las manifestaciones, todo existe en su estado potencial, y ese estado potencial se va manifestando a través de todos los centros. Así que lo que existe en la Creación existe también en los seres humanos: el centro relativo a la fuente de todos, o de todo, está más allá de la triplicidad. Si consideramos el Ojo de Shiva, es el centro del Primer Rayo cósmico; si tomamos el Centro de *Ajna*, es el centro del Segundo Rayo; si tomamos el Centro Pituitario, es el centro del Tercer Rayo, y los tres rayos juntos tiene su origen en el Ser o en lo que no se puede hablar, en lo que no se puede pensar; están en relación con Aquello, con el Dios Absoluto, y el conducto a través de todos los centros hasta Aquello se llama el conducto de Acuario, el que está en nosotros como el espacio potencial más allá de la manifestación, y todas las manifestaciones ocurren a través de ese centro. Así es.

Pregunta: Cuando la lengua está pegada a la parte alta del paladar, que es para asegurarnos de que no se escapa nada de aire, si hay una segregación de líquidos en la boca, ¿qué hacer con esos líquidos: retenerlos o tragarlos?

Respuesta: Uno los puede tragar sin más. Eso le ayudará a uno a saciar la sed, especialmente cuando está en marcha el proceso del trabajo de fuego a través del aire. Aunque no tiene que ver con el ejercicio del que se está hablando, en estadios más avanzados habrá secreciones especiales desde la úvula (la campanilla), que permiten alimentar al cuerpo sin tomar otro alimento durante seis meses. Antes de llegar a ese punto uno puede seguir bebiendo la saliva que uno produce.

Pregunta: ¿Recomienda el primer aspecto de la respiración a gente enferma, que no tiene cuerpos sanos y que frecuentemente se pone enferma o lo recomienda también a la gente a quien no le preocupa para nada estos aspectos de creer en Dios, que no creen en esto vamos...?

Respuesta: Sí. Yo lo recomiendo pero con una condición: que hemos de respirar tanto como nos lo permita el organismo, y nunca forzar. Es simplemente como lo que se ha dicho sobre el ritmo, pero se puede hacer más profundamente. Si normalmente estamos respirando una dosis de aire, comencemos por aumentarla un 10% más. Esto se recomienda especialmente a personas que tienen enfermedad y debilidad, y cuando ya les resulta agradable la dosis original de aire, uno puede ir aumentando otro 10%. De modo que la respiración irá aumentando lenta y gradualmente, y eso le permitirá suministrar fuerza vital al cuerpo vital, y cuando el cuerpo vital se refuerce ayudará al mecanismo de curación más rápidamente. Pero no hemos de ser superambiciosos y forzar demasiado.

Pregunta: ¿Nos puede dar la correspondencia sánscrita y astrológica de estos centros de la frente mencionados anteriormente?

Respuesta: Aries cubre la pituitaria y también el Centro del Nacimiento de Indra, así como *Ajna*. Los centros superiores por encima del *Ajna* están ocupados por Acuario. El pasadizo es Acuario, y el pasaje final es Piscis. O sea, es de Aries a Acuario y a Piscis. Y luego, viniendo a los nombres sánscritos: al Centro del Entrecejo se le llama en sánscrito *Vrubh*, con aspiración al final, *Vrubh Madhya*. *Vrubh* significa cejas, y *madhya* significa centro. Así que literalmente significa “Centro de Cejas”. Y luego, el lugar de Nacimiento de Indra se llama *Indra Yoni*. *Ajna* es *Ajna*. Y luego el Ojo de Shiva: el nombre sánscrito es *Pala*

Lochana; *pala* significa la frente, *lochana* significa el ojo. *Pala Lochana* es el nombre de Shiva poniendo el énfasis en su Tercer Ojo, es decir, que Él es el centro de la Voluntad cósmica. Esos son los nombres sánscritos.

Pregunta: Al retener el aire y contar, ¿A qué velocidad hay que contar? ¿Qué velocidad ha de adoptarse cuando uno cuenta los números?

Respuesta: Es una buena pregunta. Hay que contar la resonancia de la pulsación. Una-uno, uno-dos, uno-tres, uno-cuatro, y así uno puede contar en grupos de cuatro

Pregunta: Uno cuenta cuando retiene la respiración, ¿verdad? ¿Tenemos que hacer lo mismo cuando trabajamos con la exhalación?

Respuesta: La respuesta es sí. El proceso es el mismo, tanto en el caso de la retención de la inhalación como en el caso de la retención de la exhalación.

No hay necesidad de contar mientras se inhala o mientras se exhala; la cuenta ha de empezar cuando se retiene. El primer aspecto es inhalación y exhalación sin hablar ahora de retenciones, y el segundo paso es la retención de la inhalación. Y cuando estamos trabajando con la retención de la inhalación y soltamos el aire, no lo retengamos después de la exhalación, sino que eso ha de ser otro paso; de lo contrario resulta muy difícil practicar. La retención de la inhalación ha de practicarse durante un cierto tiempo. Cuando practicamos el primer paso hemos de sentir tangiblemente la resonancia de la pulsación, así como el movimiento de esa resonancia hasta el Centro Laríngeo. Hasta que no ocurra eso no demos el segundo paso de la exhalación, porque no funcionará.

El primer paso nos llevará a la neutralización de la inhalación y la exhalación haciendo que confluyan en el tercer aire, llamado *samana*, donde experimentamos de manera tangible la resonancia de la pulsación. Primero la experimentaremos en la gruta del corazón, es decir, en la punta del diafragma. Luego, esa ave que pulsa va ascendiendo cuando continuamos trabajando con el primer paso, cosa que sentimos cada vez más y más durante el interludio que llamamos la pausa. En el tiempo de pausa sentimos cada vez más intensamente la resonancia moviéndose hacia arriba, hasta llegar incluso a la parte alta de la garganta, donde está la boca de la mandíbula. Ése es el momento en que tenemos que empezar a retener la inhalación, y luego la retención de la inhalación producirá que la resonancia de la pulsación vaya subiendo cada vez más hasta que llegue a la pituitaria, y a surtir efecto más allá de ella. Ésa es la llamada de la personalidad, el llamar la aldaba de la personalidad a la puerta del alma. Entonces tendremos las experiencias que he narrado, como escuchar sonidos, sonidos musicales, y visualizar luces, conocer ciertas cosas. Es un trabajo grande en el que estaremos logrando llegar hasta el alma. En ese punto podemos empezar a practicar la retención después de la exhalación y seguiremos el mismísimo método. Eso nos permitirá el poder de manifestar. A menos que se adquiriera también el poder de manifestar, el trabajo no será completo, y por eso ese paso es el número tres. Uno no tiene que tener prisa por pasar al segundo paso antes de que el primer paso esté claro. El primer paso, que es la teoría, ha de experimentarse mediante la práctica, y luego llegamos a la teoría del segundo paso, que también ha de experimentarse, y después a la teoría del tercer paso. Que así sea.

Pregunta: Ahora es respecto a la inhalación y la exhalación lenta, suave, profunda y uniforme. Me he dado cuenta de que es un proceso muy natural porque respirando así, uno tiene que detenerse, dejar de respirar al final.

Respuesta: Sí. Ése es el momento en el que uno siente la resonancia de la pulsación. Entonces lo que hacemos ahí es observar la resonancia de la pulsación, estaremos contemplando en la pulsación, y a medida que practicamos más, veremos cómo sube el

principio pulsador, para llegar hasta la región del cuarto aire, y entonces comenzaremos con el segundo paso.

Pregunta: Es sobre los 7 centros, no es directamente acerca de la respiración, no sé si es el momento de hacerlo. De los 7 centros, 3 se llaman superiores y 3 inferiores, y hay uno que enlaza los 3 superiores con los tres inferiores. Desde el punto de vista simétrico y visual parece un poco extraño que el que sirve de unión entre ellos sea el Laríngeo, que está por encima del Cardíaco, si lo he entendido bien. Quisiera saber si hay alguna explicación.

Respuesta: La pregunta se ha explicado. Se ha dicho que el Centro Laríngeo es el punto de unión entre los tres centros superiores y los tres inferiores; y hay tres centros por encima del Centro Laríngeo y otros tres por debajo de él, pero en lo que se refiere a los tres centros por encima de la garganta, uno de ellos está físicamente por debajo del Centro Laríngeo, que es el Centro del Corazón. Físicamente está por debajo.

Los tres centros inferiores se expresan a través del Centro Laríngeo, los tres centros superiores se expresan a través del Centro del Corazón, y así el Corazón llega hasta el Laríngeo también. Por lo general el Centro *Sahasrara* no tiene mucho que ver con nosotros, sino que funciona a nivel abstracto en casos muy avanzados, muy excepcionales. De modo que es el Centro de *Ajna* el que actúa a través del Corazón y llega hasta el Centro Laríngeo para que se exprese el alma. De modo que las acciones del alma se expresan a través del Centro Laríngeo, y las acciones de la personalidad se expresan también a través del Laríngeo, pero en el caso de las expresiones de la personalidad hay una conexión entre el Laríngeo y el Plexo Solar. De modo que hay expresiones de la personalidad y expresiones del alma. Por eso se dice que el Laríngeo es precisamente el Centro, porque es el centro de expresión hacia el mundo y los centros superiores desde *Sahasrara* al *Ajna*, del *Ajna* al *Anahata* (el Corazón) estos tres centros encuentran también su expresión a fin de cuentas en el Centro Laríngeo. Por eso se dice que el Centro Laríngeo es el punto medio, el fiel de la balanza, así que aunque el Centro Laríngeo esté físicamente por encima del Centro del Corazón, es el punto común para la expresión tanto de la personalidad como del alma.

Pregunta y Respuesta

La pregunta es: Yo he dicho que pronunciar el OM llevará a la comunicación telepática. Cuando estábamos con el primer tema dije que el OM le llevaría a uno a las comunicaciones telepáticas y también dije que necesitamos estar en soledad y en silencio. ¿Cómo podemos pronunciar y al mismo tiempo estar en silencio? Soy incapaz de comprender esto. Pronunciar en este caso es algo que ocurre solo, no algo que hacemos nosotros verbalmente. Dije que la pronunciación verbal precede a la pronunciación del OM que se produce en nosotros como una cosa continua. El OM silencioso es el original y el que pronunciamos verbalmente es su duplicado. Nuestra pronunciación verbal es sólo para sintonizar con esa pronunciación original que ocurre sola; luego viene la capacidad para pronunciar el OM silencioso, en este segundo caso la pronunciación no es verbal, sino que es telepática. Así que hay una comunicación telepática sintonizando con la pronunciación que ya tiene lugar en nosotros de por sí. De modo que las comunicaciones telepáticas se realizan con la ayuda del OM natural, tal y como ocurre en nosotros. De modo que tanto para la pronunciación verbal como para la pronunciación silenciosa, sólo tenemos una palabra, que es pronunciación, porque la pronunciación tiene muchísimos niveles. La pronunciación verbal es la más densa de todas. Cuando nos asociamos mediante el silencio y la soledad con el OM que ocurre sólo en nosotros (teniendo en cuenta que esa pronunciación del OM se produce sola proveniente de los círculos más elevados), ese OM hará posible las comunicaciones telepáticas cuando no sean posibles las articulaciones verbales.

Pregunta: Cuando usted nos mira, ¿qué tipo de efecto se produce en nosotros?

Respuesta: Una respuesta es que yo miro a la gente con frecuencia. Pero también se produce una comunicación telepática cuando se mira a la gente frecuentemente, y puesto que es telepática, es silenciosa, y porque es silenciosa, no se puede expresar verbalmente. Creo que podemos concluir con esta carcajada. Podemos hacer una pausa y reunirnos de nuevo aquí.

Eso sí, os pido por favor que no tengáis prisa por pasar a los estadios avanzados a menos que tengáis muy claro y hagáis bien el primer paso, porque hay ciertos miembros que están buscando más herramientas para trabajar con ella. Para algunos todo lo que se ha hablado los dos primeros días acerca del uso de la palabra y de los conceptos es una repetición; pero para muchos ha sido beneficioso repetirlo. De modo que hay mil maneras de expresar la sabiduría, pero a menos que no se dé algo nuevo, el intelecto no se queda satisfecho. De modo que esto es una cierta información más que práctica para nuestro crecimiento, y es lo que se ha dado al cabo de 15 años de enseñanza. Algo nuevo que mantiene a la mente ocupada. Sin embargo, eso no quiere decir que sin más, tengamos que adaptar esta práctica ya. Toda la enseñanza desde el 88 ha sido de modo espiral, y hay un grupo dentro del grupo grande que sigue el sendero conscientemente. Ellos necesitaban recibir algo más adicional. Pero porque se les haya dado a ellos, no todo el mundo tiene por qué empezar a practicar una cosa así, que es ya avanzado. Basta con que hagamos el primer paso que se dio desde enero del 95 muchas veces y en muchos lugares, y por eso ahora, al cabo de 6 años de aquella ocasión, estoy intentando dar un paso más avanzado a aquello que se dijo de la respiración. Pero os pido que no saltéis de golpe a las prácticas avanzadas sin haber completado bien antes los pasos precedentes, porque sino producirá confusión.

Saludos fraternales de corazón y mis mejores deseos.

Durante los últimos seis días hemos aprendido algunos aspectos acerca del sonido y del uso de la palabra, y hemos hecho una cierta introducción a la ciencia de la respiración.

La ciencia del sonido tiene la regulación relativa al uso de la palabra. A menos que se sigan las regulaciones relativas al uso de la palabra, no se puede conocer la ciencia oculta del sonido. Y lo mismo ocurre con la ciencia de la respiración o con la ciencia de la meditación. Ciencias que no se pueden conocer, a menos que se sigan ciertas reglas. Lo mismo ocurre con la ciencia de la telepatía. O con la ciencia de la astrología, la ciencia del color y la del número.

La mente humana siente entusiasmo por las muchas ciencias ocultistas, pero al hombre se le impide la entrada a las ciencias ocultas, a menos que conozca claramente el propósito de su aprendizaje. Hasta que no conozca claramente el motivo de su aprendizaje, conocer por conocer, saber por saber, no tiene sentido, no cumple con ningún propósito. Y por consiguiente, la gente que siente entusiasmo por conocer muchas cosas no tiene entrada en la parte ocultista del mundo. El entusiasmo y el interés tienen que ser cuestionados para saber cuál es su propósito y su motivo. Esto no está muy claro para la gente, la gente oye ciertas cosas y se siente inquisitiva acerca de ellas, y quiere saber. Igual que nosotros tenemos muchos deseos, también tenemos un deseo por saber. Pero no basta, no es suficiente con el sólo deseo de saber. ¿Para qué queremos saber? ¿Tenemos una idea clara acerca de para qué queremos saber y para qué queremos saber más y más? ¿Acaso nos lo hemos preguntado alguna vez en nuestro interior? ¿Cuál es el motivo para sentirnos especiales o para sentirnos grandes? ¿O para sentirnos egoístas? ¿Para sentir el orgullo de decir “Si yo ya conozco estas cosas”, o para utilizarlas en nuestro beneficio personal? ¿Para qué? Ésa es la pregunta. A menos que uno responda claramente a esta pregunta y la responda correctamente, uno no puede ser aspirante. Todos aquellos que simplemente quieren saber, no por ello son aspirantes. Quieren saber y tienen la claridad de cuál es el propósito de querer saber. Sólo a aquellos se les abre un pequeño orificio para ver

un poquito. Se les da una simple cucharadita para saber cómo la utilizan en su vida; y si la asimilan bien, mediante la práctica correcta, se les da otra cucharadita.

La gente quiere la autorrealización y quiere la liberación, como si alguien se la hubiera robado. Nadie le ha robado a nadie su liberación. Como si algún Maestro o algún dios estuviera reteniendo nuestra libertad. ¿Le preguntamos cuándo alcanzaré la liberación? ¿Cuándo tendré la libertad? Si nos la proponemos ahora, en este mismo momento, la obtendremos. La única cosa es que no estamos preparados. ¿Cuándo alcanzaré la luz, cuándo llegaré a la luz? Pues ahora mismo si estás preparado. Todas estas preguntas, no me entendáis mal, se derivan sólo de la curiosidad. ¿Cuánta medida de luz tengo? Pues nosotros mismos deberíamos saberlo mejor. No hay ninguna escuela que dé certificados, como tenemos escuelas en el mundo externo. ¿Cuántos trozos de pan he comido yo esta mañana? Pues tenemos que saberlo cada uno por nosotros mismos mejor que nadie, ¿no? Nuestro vecino no sabrá cuantos trozos de pan hemos comido, y tampoco es asunto de nuestro Maestro saber esas cosas. En general todas esas preguntas surgen cuando no hay claridad.

Otro aspecto de la mente humana es que quiere saber todo lo nuevo, y nunca saberlo por completo, sino que se siente satisfecha con saber el envoltorio, el nivel más externo de la cosa, y después presumir de que ya la conoce. Eso no sirve. Lo que de verdad ayuda es el cuestionarnos, preguntarnos internamente. ¿Para qué quiero yo ir a una convivencia de grupo? Y eso conlleva tiempo, dinero y energía. ¿Qué he conseguido yo habiendo estado en una convivencia de grupo? ¿Y por qué debería ganar yo algo? Suponiendo que hemos ganado algo, ¿para qué tenemos que ganar o adquirir conocimiento?, pregunto. Esto es lo que hay que ver para permitir una comprensión más profunda. Y cómo está mi propio equipo para entender un conocimiento que se enseña. Muchas son las preguntas que tenemos que hacernos a nosotros mismos. Se da un cierto conocimiento únicamente, dando unas ciertas herramientas, pero en la medida en que se trabaje con estas herramientas, con un motivo correcto, se derivará el correlativo conocimiento; hasta que no llegue ese momento será como una guardería. Una guardería no es una escuela, porque en la guardería no se enseña nada, sino que es sólo para inculcarles a los niños el hábito de ir a la escuela. De modo que de la escuela infantil a la escuela normal hay una manera de entrar. Como de la escuela a la universidad, a la facultad. A menos que se trabajen sistemáticamente los pasos a dar de una manera organizada, sólo seremos un mazo de confusión, con cientos y cientos de conceptos que no significarán nada para nosotros, que no nos darán ninguna visión interna, sino que servirán sólo para presumir de que parezco saber ser tal o cual cosa.

La gente ha abandonado la moral y la ética porque se les han estado repitiendo estas cosas, y todo lo que se dice repetidamente pierde su valor. Pero la importancia de la ética y de la moral está en su trasfondo científico. La gente que no tiene ni ética ni moral no puede entrar ni siquiera al portal más externo del campo de las fuerzas. Todas las religiones simplemente nos dan una moral y una ética, pero queremos ser científicos, así que no queremos seguir el sendero del misticismo; el misticismo es sólo para aquellos que no siguen el sendero de la ciencia. La ciencia del misticismo, la verdadera, lo vela todo hasta que se realiza un acercamiento apropiado. Lo que es místico para un ignorante, es una ciencia para el discípulo y un arte para el Adepto. Para el ignorante todo es místico. Para el discípulo es ciencia para practicar, y para el Adepto es un arte de jugar lúdicamente con esa ciencia. De modo que la moral y la ética enseñan a tener una actitud correcta hacia las cosas, para entrar en el campo de las fuerzas. La gente que no tiene moral y que no tiene ética no abre la puerta correcta para entrar en el campo de las fuerzas. Lo único que estarán haciendo es golpear la cabeza contra un espeso muro.

Estudio avanzado no quiere decir que uno tenga que olvidarse de las cosas más fundamentales, porque hoy día hay muchos libros disponibles acerca de los muchos

aspectos de la sabiduría. Y estamos expuestos a un bombardeo de la sabiduría por medio de los libros. A fin de cuentas, cuando un libro cae en manos de una persona, esa persona puede creer que puede estudiar, comprender y adquirir esa sabiduría; pero nunca es así, nunca será así, y nunca fue así. El propósito del Discipulado es construir el templo ladrillo a ladrillo. A menos que se construyan bien las cosas fundamentales, y se construya también un fuerte carácter, los escalones no se nos revelan ni siquiera para ascender. Los cuerpos que tenemos son todos cuerpos de energía, hay en ellos variedad de energía. No tenemos ni idea de la variedad de energías que nos proporciona el cuerpo humano.

El cuerpo humano es un compendio de fuerzas, no sabemos qué fuerza está actuando, y muchas veces las fuerzas en nosotros actúan en contra de nuestra voluntad. No queremos irritarnos, y a pesar de nosotros, nos irritamos. Queremos ser felices, pero no siempre tenemos la felicidad. Lo que nosotros queremos y lo que el cuerpo nos da es diferente. Queremos la salud, pero el cuerpo nos muestra la falta de salud. ¿Por qué ocurre eso? Porque no sabemos cómo utilizar las energías del cuerpo. Como dije, el cuerpo está lleno de fuerzas, y no todos los cuerpos tienen la misma suma total de energías. Algunos pueden ser excesivamente irritables. Así que se desarrolla un patrón mediante la frecuente irritación. Otros pueden ser excesivamente parlanchines, habladores, entonces se establece en el cuerpo un patrón. Otros pueden ser críticos. Otros pueden ser personas que planeen mal en la agenda de su día. Otros pueden ser completamente materialistas, y otros pueden ser completamente intelectuales. Otros pueden ser de tipo psicótico. Así, hay tantos patrones como seres humanos. Pero todos estos billones de patrones surgen del mismo cuerpo humano. De modo que un cuerpo es capaz de muchas manifestaciones, y la mayoría de estas manifestaciones no están bajo control de aquel que tiene el cuerpo que lo sostiene. El cuerpo es el campo, y nosotros somos el jugador en el campo. Si comprendemos el campo, y sabemos también las áreas en las que nos quedamos atollados en el campo, tendremos que trabajar para saber cómo tenemos que superar la limitación.

Todo ser humano tiene deficiencias en su cuerpo, de modo que el propósito del conocimiento es suplir estas deficiencias. Estas deficiencias causan limitación, y la limitación se deriva de la mala comprensión. Y por eso se nos pide a cada uno de nosotros que miremos qué deficiencias tenemos cada uno. Así que el conocimiento del campo es fundamentalmente el conocimiento importante, para que así nos convirtamos en reyes de nuestro propio reino.

Las teologías nos proporcionan soluciones, pero son demasiado ambiciosas o amplias para poder trabajar con ellas y cumplirlas. Por ejemplo, un libro habla del cosmos: hay muy poco que uno pueda comprender y trabajar con ese concepto, a menos que comencemos a trabajar primero con nuestro cuerpo. El campo de juego es nuestro cuerpo, y en él están las fuerzas de la luz y de la oscuridad, y nosotros somos el que está en medio, entre los dos ejércitos. Ése es el estado de Arjuna, él está entre los dos ejércitos y llega a confundirse acerca de cuál es el propósito. La historia de Arjuna es nuestra historia, tenemos que ver cuáles son las fuerzas que nos condicionan. Para algunos el cuerpo físico es un condicionamiento: siempre necesita alimento, siempre necesita sueño, siempre necesita comodidad. Tenemos que ver hasta qué punto estamos condicionados por estas cosas, y si hay una manera para entrenar el cuerpo, hay que empezar a trabajar con ella. Si nos condicionan las necesidades físicas, no nos dejan hacer nada más sutil. ¿Somos capaces de superar nuestras necesidades físicas? ¿Hasta qué punto estamos condicionados por la comodidad? ¿Hasta qué punto estamos condicionados por el dinero? ¿Hasta qué punto estamos condicionados por los patrones sociales de comportamiento y cómo nos hemos de liberar de estas situaciones? Tenemos que preguntárnoslo.

Del mismo modo, el campo siguiente es el campo emocional. ¿Cuánto estamos condicionados por el deseo? ¿Es el deseo o es el deber la fuerza motriz de nuestra vida? De modo que uno ha de hacer examen con el deseo, con el deber, deseo y deber. Si la fuerza

conductora es el deseo, su producto es la ignorancia, y todas las emociones negativas son producto suyo. El deseo trae su opuesto, que es la aversión, la indiferencia, el odio, el enfado, la irritación, la envidia: éstos son los productos si nuestra misma acción se basa en el deseo. Pero si se basa en el deber, no generamos estos productos secundarios, derivados. Todo el manejo que está anclado en las emociones es arrastrado por el deseo más que por el deber. Ésta es la amarga verdad. Las emociones son el producto derivado del deseo, que no es el deber. El producto derivado del deber es la devoción. Es decir, que estamos en sintonía total con el deber y en completa armonía con él. No hay aversión hacia él; cuando estamos en lo que tenemos que hacer y estamos dedicados a ello no sentimos aversión, ni siquiera nos cansamos, y por supuesto no nos irritamos.

Cien veces se nos habla en el *Bhagavad Gita* acerca del *karma*. *Karma* significa el acto que es deber. Porque no todos los actos son *karma*; el *karma* del que se habla frecuentemente es un *karma* derivado del excesivo o inadecuado hacer. Todo lo que hacemos en exceso tiene sus consecuencias, todo lo que hacemos inadecuadamente conlleva sus consecuencias, y estas consecuencias son lo que se suele entender generalmente como *karma*, pero esas consecuencias son sólo el resultado de un *karma* inadecuado. *Karma* significa lo que tenemos que hacer. Si hacemos tanto como es necesario hacer, y esto se convierte en nuestro patrón o medida de vida, la otra cara del cuerpo emocional no saldrá al frente, ¿verdad? Si la gente tiene orgullo, eso es un aspecto de la emoción, si la gente desconfía o sospecha, eso es un aspecto del orgullo. Por lo general la humanidad está prisionera en sus emociones negativas porque no tiene una sintonía total con el deber. Y cuando hay sintonía con el deber, también hay sintonía con los frutos de esas acciones del deber. Pero en el campo del conocimiento no hay sintonía con los resultados de las acciones. El resultado no ha de ser el que conduzca a la acción. Ha de ser el deber el que conduzca a la acción. Para un médico, el deber es trabajar para la salud. Puede que le dé o no le dé la salud a un paciente, pero si está preocupado por el resultado no se focalizará lo suficiente como para curar. Y lo mismo le ocurre al maestro, al enseñante, al profesor. Su deber es enseñar, pero si se preocupa por el resultado de su enseñanza, se decepcionará. Pudiera decepcionarse. Y lo mismo ocurre con el deber del padre y de la madre. El poder de la madre, del padre, es educar a sus hijos, enseñándoles buenas costumbres. Si los niños no aprenden buenas costumbres, es problema suyo. Así, lo nuestro es mirar al deber y no a los frutos de ese deber, la única cosa que debemos ver es si hemos cumplido correctamente con nuestro deber. Todo esto es lo que se llama la construcción del carácter.

Hoy en día no tiene importancia eso de construir adecuadamente el carácter, la gente cree que puede llegar a las más altas cosas sin construir el carácter. Pero eso es simplemente un espejismo. La necesidad de trabajar para formar y construir las fuerzas correctas en el cuerpo y cerrar la puerta de los cursos erróneos ha de entenderse como formación del carácter. Ha de entenderse como la moral y ética, sin la cual no se puede construir mucho. La necesidad de construir el carácter paso a paso, ya desde los siete años, es algo esencial, y es inexistente en las escuelas de hoy en día. La experiencia normal en Occidente es que al entrar en la adolescencia el niño está expuesto a muchos peligros, porque no se le explican cuáles son las consecuencias del abuso emocional excesivo. No se le explican las reglas del comer, no se les habla de las reglas del habla, y no se les enseñan las reglas del correcto uso del tiempo. De modo que no han manejado las fuerzas preliminares en el cuerpo, y crecen así hasta los 25 ó 30 años. Y luego se ponen a mirar vagamente alrededor, no se ha desarrollado nada en ellos, y no saben qué hacer, porque nunca se les ha dicho qué hacer, ni cómo hacer, cuándo hacer y qué no hacer, cuándo no hacer y cómo no hacer. Cuando todo eso no se enseña, entramos en todo tipo de confusión. Así desarrollamos alguna tendencia psíquica peculiar y caemos en depresiones con mucha frecuencia. Una de cada diez personas tiene depresión. ¿Por qué estoy diciendo

todo esto? Digo todo esto porque en tanto que aspirantes hemos de empezar de nuevo. Os he dicho que el sólo querer no es aspiración

Si queremos ser aspirantes hemos de comenzar de nuevo. Para ver cómo nos condiciona el cuerpo físico, y si estamos listos para trabajar superando el condicionamiento del cuerpo. No podemos dar el paso siguiente a menos que hayamos puesto en orden el cuerpo. Luego viene el cuerpo emocional. Para poner el cuerpo físico en orden, ya desde la niñez se le deben enseñar a uno ejercicios para poner orden en lo físico y en lo sutil. Aquellos que conocían la armonía dentro de los cuerpos sutil y denso concibieron las *asanas* de yoga. Aquellos que no las hacen o que no pasan por ellas, a pesar de que las conocen, no han hecho lo suficiente para permitir superar el condicionamiento del cuerpo físico. El condicionamiento físico es lo peor. Hemos de tener siempre las energías muy flexibles y volubles, y el cuerpo físico debe ser como un botón flexible. Ha de ser capaz de plegarse de ese modo y no se ha de romper cuando se le doble. Donde hay bloqueos que se desarrollan en el cuerpo físico, el cuerpo físico detiene nuestras nobles aspiraciones y no nos permite ir más lejos, no nos permite que hagamos un largo viaje. Por eso os pido por favor que penséis en hacer un mínimo de ejercicio físico, para mantener el cuerpo físico flexible. Ahora bien, cuando se trata del cuerpo emocional, lo que hay que ver es el motivo correcto. ¿Qué es correcto? ¿Qué es erróneo? Una vez más es una pregunta que vale un millón de dólares. Es erróneo lo que nos condiciona y nos hace pedir una y otra vez. ¿Qué hay de malo en comer helado, si no nos exige que volvamos a comer helado una y otra vez? ¿Qué hay de malo en el sexo? No hay nada malo en él, si no exige una vuelta a él. No nos debe decir “nos vemos enseguida”.

Siempre hay como un cebo que nos hace volver a ello. Con cualquiera de los cinco sentidos hay una experiencia limitada, pero todos tienen un cebo para que volvamos a ellos. Y de ese modo, por ese cebo, la gente está condicionada por los cinco sentidos. El ojo exige sus propias condiciones: tener un paisaje bellissimo, ver bellísimas formas. Cuando nos sentimos atraídos hacia una forma hermosa, el ojo quiere verla repetidamente, y a ese querer verla repetidamente, ignorantemente se le llama amor. Eso no es amor. Eso es la lujuria del ojo. Por lo general se suele entender la lujuria como amor. Los cinco sentidos tienen su cebo. La palabra tiene su cebo, el sexo tiene su cebo... así es como podemos caer en la trampa siete veces.

¿Cuál es la libertad que podemos pedir? Es de esperar que miremos al interior de nuestro ser y veamos qué es lo que nos tiene excesivamente prendidos por el anzuelo, y si somos aspirantes, nos aseguraremos de liberarnos de esos anzuelos. Podemos trabajar con todas las cosas, pero sin caer presos en el anzuelo. Por eso, lo mejor que podemos hacer es seguir los motivos correctos en cualquier cosa que hagamos, tener un motivo correcto. El motivo de comer es para alimentarse. Si recordamos eso, no proseguimos con la actividad de comer más allá de un punto que nos afecta, más allá de la pura nutrición. Hasta ahí, es el motivo correcto. El motivo correcto de hablar es expresar un pensamiento constructivo, y lo mismo acerca de cualquier otro sentido. De modo que construir, formar el carácter, y tener un motivo correcto, son cosas muy importantes si queremos caminar por el sendero de las ciencias ocultistas. Cuando adoptamos un motivo correcto y formamos el carácter, nos equipamos a nosotros mismos. Hay mucha gente que ha superado el condicionamiento del cuerpo y el condicionamiento emocional, pero están atollados intelectualmente. Porque asumieron los dos aspectos primeros para desarrollarlos, pero se olvidaron de que todo desarrollo de uno es para el servicio. Si yo estoy estudiando bien, es para servir bien en el futuro. Pues la humanidad suele olvidar esa segunda parte. La tendencia es apropiarse de lo mejor para uno mismo en la sociedad, lo que se considera como el medio principal para adquirir virtudes y medios. Esta orientación es la que ha producido la caída de esta humanidad. Hay muchos seres que tienen tendencias animales, porque sólo viven para satisfacer sus necesidades físicas. Y muchos más están prisioneros de las emociones; y muy

pocos son los que están fuera del condicionamiento físico y emocional, y por eso son mentalmente capaces, pero utilizan todas sus capacidades para su propio egoísmo, y por eso se construyen su propio infierno, avenidas hacia el sufrimiento. Porque la adquisición de virtudes es para el servicio.

La adquisición de capacidades tiene el propósito de servir. Si uno simplemente acumula cosas a su alrededor, sin comprender en lo más mínimo que las cosas nos vienen para que las distribuyamos, estaremos bloqueando el mismísimo y fundamental movimiento de las energías. Y lo que nosotros bloqueamos, nos bloquea a nosotros. Si bloqueamos el dinero cuando nos llega, sin utilizarlo apropiadamente, el dinero nos bloquea a nosotros. No se espera de nosotros que poseamos y acumulemos. La gente acumula sabiduría y no recibe los frutos de su sabiduría porque no la libera. Todo lo que llega a nuestras manos viene para ser distribuido entre los demás. Si tenemos energías de curación no son para nosotros, la gente viene a vernos y nosotros tenemos que curar; y si no respondemos de esa manera, curando, nuestras energías se bloquean. Algunos saben astrología y tienen que trabajar para la gente a través de la astrología. Otros reciben muchísimo dinero y tienen que distribuir el dinero de una manera constructiva. Esta actitud de ofrecer o poner a disposición de los demás las capacidades que uno tiene ha de ser completamente demostrada en la vida. Siempre miramos a ver qué hay para mí. Llevo doce años haciendo la invocación del Maestro CVV, ¿qué consigo? ¿Qué voy a conseguir? Es una pregunta de sentido común. Pero la pregunta del Maestro es ¿Qué estás haciendo? Sólo invocar las energías es para bloquearte si las energías no se expresan en términos de servicio a los demás; por eso existe la palabra ofrecimiento, u ofrenda. ¿Qué les hemos ofrecido a los demás? ¿Les hemos ofrecido ayuda física? ¿Les hemos ofrecido ayuda material? ¿Les hemos ofrecido ayuda emocional? ¿Les hemos ofrecido ayuda intelectual? ¿Qué es lo que hemos hecho? Las energías sutiles o elevadas no tienen ninguna obligación para con ningún ser, a menos que esos seres se hayan dado cuenta de la importancia que tiene ofrecer lo que tenemos. Así ocurre con todo Maestro, no sólo con el Maestro CVV. Todo profesor o Maestro inspira sin lugar a dudas, y no sólo inspira, sino que da instrucciones. A menos que se sigan esas instrucciones, la inspiración no continúa ni causa una elevación de las energías. Cualquier escritura nos habla del ofrecimiento. ¿Cuánto hemos ofrecido? ¿Cuánto hemos sido capaces de ofrecer? ¿Hemos ofrecido nuestro tiempo en beneficio de los demás? Ofrecemos una hora a la semana y lo llamamos la hora de Dios, pero, ¿Qué decir entonces del resto de las horas de la semana, no le pertenecen a Dios también? Una simple hora a la semana. ¿Cuántas horas tiene una semana, cuantas? 168 horas. Dios nos ha dado 168 horas, y nosotros hacemos algo una hora, así que lo que estamos ofreciendo es una 168ª parte. Incluso esa hora que hacemos, la hacemos con sumo orgullo: “He ofrecido una hora para el servicio”. Eso no funciona, eso significa sólo un medio para mejorar el sentido de ofrecimiento en nosotros.

A menos que aprendamos el sentido de la ofrenda, no puede uno desapegarse. Todo el tiempo estoy hablando del desapego. Ofrecer es la mejor manera de superar los apegos. El sentido de ofrecimiento puede empezar por la mañana. Cuando nos lavamos la boca o nos duchamos, hagámoslo con un sentido de ofrecimiento a nuestro cuerpo; cuando comamos alimento, hagámoslo con un sentido, ofreciendo al fuego que hay en nosotros. ¿Sabéis? El ofrecimiento de la comida, siempre y cuando sigamos creyendo que somos nosotros los que estamos comiendo, es robar; desde el punto de vista sutil, es un ladrón o un derrochador el que cree que come para sí mismo. El propósito de comer alimento es un ritual de ofrecimiento al fuego, y el fuego es una cosa tal que no lo retiene para sí mismo, sino que lo distribuye entre todas las diversas inteligencias del cuerpo. Y las inteligencias no son egoístas para recibir la energía, sino que suministran al cuerpo la energía que reciben. El cuerpo no es egoísta. El cuerpo nos da la suficiente energía para que trabajemos. El único individuo egoísta somos nosotros, de modo que el circuito se

detiene con nosotros, y allí se bloquean las energías. Las inteligencias del cuerpo no trabajan para sí mismas, las inteligencias de los alrededores tampoco trabajan para sí mismas. Ésta es la sencilla verdad: que toda la Creación trabaja sobre el principio del ofrecimiento, el uno ofreciendo con amor al otro, y el segundo le ofrece con amor al tercero, y el tercero le ofrece con amor a un cuarto. Así que es un ciclo, y en la medida en que hay un ofrecimiento, hay un recibir. Una plenitud mediante la circulación. Allí donde falte este entendimiento, esa persona lo bloquea, y cuando lo bloquea, los problemas se le acumulan y esa persona se convierte en un factor de alteración de todo el sistema.

De modo que si estamos meditando es para adquirir poderes sutiles, pero no para quedárnoslos, sino para dárselos a los demás. El motivo final en todo es el servicio. La meditación es para servir mejor, el estudio es para servir mejor. Si mediante nuestro estudio demostramos que podemos servir con lo que sabemos, aunque sea en una pequeña medida, en la siguiente dosis de estudio se nos revelará un poquito más. De no ser así, la sabiduría no tiene ninguna obligación de revelársenos. Pues se trate de la sabiduría o de un Maestro de Sabiduría, ellos sólo tienen obligación para con nosotros si lo que nos han transmitido lo usamos bien. Si damos a un niño 100 marcos y se los gasta haciendo un buen uso de ellos, nos sentiremos inspirados para darle 200 marcos. Pero si con esos 100 marcos se causa problemas a sí mismo, la próxima vez no le daremos ni siquiera 10 marcos.

Ésa es la ley, usar bien lo que se nos da en beneficio de los demás. La meditación es una técnica por la que podemos contactar con las energías superiores, y en algunos casos con la más alta energía. Pero todo depende de cómo se utilice, a menos que haya un uso correcto de lo que se nos haya dado, no se nos puede dar nada más profundo o sutil. Ésa es la transcendencia o significado profundo del servicio. El servicio no es para el autoengrandecimiento de uno. Para sentir o decirme: “¡Ah, qué gran servicio estoy haciendo!” Si creemos tal cosa, estamos fuera de la segunda cosa, que es el motivo del servicio. Por eso, la formación del carácter, el motivo correcto y el servicio correcto han de ser aspectos que hemos de analizar uno respecto al otro. No porque uno esté haciendo servicio tiene que destruir su carácter. El carácter se destruye y el servicio también nos trae destrucción si el segundo factor, es decir, el motivo, no continúa siendo el motivo correcto. La gente también muerde el anzuelo del servicio, eso quiere decir que el motivo que se tiene en el servicio no es correcto. Uno se acostumbra a la alabanza de la gente que dice: “¡Oh, esta persona hace mucho servicio!” Entonces servimos porque la gente lo aprecia o porque nos halaga. En ese caso nos estamos asociando más con el resultado del servicio que con el servicio como tal. Así el motivo se tiñe. Por eso tenemos que preguntarnos día a día cuál es nuestra situación respecto al carácter, cuál es nuestra situación respecto al motivo, y cuál es la calidad de nuestro servicio.

La gente inspira mediante una enseñanza y comienza a servir al principio por la devoción que siente hacia su Maestro, pero ahí la cosa se detiene: ahí es donde tiene lugar la formación de los cultos. Si un Maestro dice “Servid”, la gente empieza a servir en nombre del Maestro y todo se relaciona con él, y todo se le atribuye a él. Si es así, esas personas no crecen. Hay muchos Maestros, hay muchos instructores, que repetidamente nos hablan de que tenemos que servir. La gente capaz de ver al MAESTRO UNO en los muchos Maestros puede servir mejor que los que se limitan o circunscriben a sí mismos con el nombre o la forma de un Maestro determinado nada más. El MAESTRO, a través de las muchas formas de los Maestros, nos da variadas enseñanzas acerca del servicio. Si somos suficientemente abiertos, veremos muchas maneras de servir, y eso nos hará servir a un grupo de Maestros y al Principio Uno que actúa a través de todas las formas de Maestros: es lo que se llama el “Maestro del Mundo”. Y por consiguiente transcenderemos nuestra propia circunscripción para dedicarnos con amor a una Jerarquía de Maestros. Y toda la Jerarquía de Maestros culmina en el “Maestro del Mundo”. No le nombremos, no le demos una forma, porque entonces nos estaremos circunscribiendo o limitando. Las enseñanzas

colectivas de todos los tiempos por venir, y las enseñanzas colectivas de todos los tiempos que han pasado, así como todas las enseñanzas colectivas de los tiempos presentes, si las sumamos todas, todo junto es lo que se llama el Maestro del Mundo. Y la enseñanza nos puede venir de nuestros hijos, a través de nuestro compañero o compañera de vida, a través de nuestros hermanos, a través de aquellos que no nos gustan; la enseñanza puede venirnos de cualquier parte si estamos abiertos. Si estamos tan abiertos para recibir la enseñanza, seremos ilimitados en nuestra actitud de aprender y de servir. Porque aprender por sí solo no tiene significado; no tiene sentido a menos que vaya asociado con el servicio. En la medida en que aprendamos, en esa medida tendremos responsabilidad de servir, y si no estamos listos para la siguiente responsabilidad, no aprendamos más.

De este modo, hay personas que van incluso más allá de la Jerarquía de los nombres y las formas, y se convierten en seres cada vez más ilimitados. Desde un culto a grupos de cultos. Porque en torno a todo Maestro o enseñante hay un culto. Eso es una circunscripción. No queremos escuchar a ningún otro Maestro ni ninguna otra enseñanza. La humanidad demostró muy firmemente esta tendencia o instinto de ser celosos seguidores de un Maestro particular. Los que siguen a Moisés no siguen a Jesús, los que siguen a Jesús no siguen a Budha, los que siguen a Budha niegan a todos los demás. Así que los hemos estado negando a todos a favor de uno, eso es una limitación. La única situación ilimitada es dejar que la enseñanza venga de cualquier fuente, y que estemos siempre listos para ser estudiantes y aprender de cualquier suceso de la vida y de cualquier encuentro con cualquier ser y en cualquier momento. El aprendizaje tiene su contrapartida, que es servir a toda situación en la vida, y servir a todo ser que nos encontremos, y servir en todo momento. Estos son los dos aspectos del Uno. Aprender y servir son cosas que van juntas: servir sin aprender le hace quedarse a uno donde está, aprender sin servir también le hará quedarse a uno donde está. Ambos aspectos son las dos alas del ave una, llamada alma.

Entonces aquellos que están sirviendo extremadamente bien han de acompañar su servicio con un aprendizaje. Y aquellos que están aprendiendo extremadamente bien han de unir su aprendizaje con el servicio, de modo que las dos alas han de ser igualmente fuertes: si un ala es más débil y la otra más fuerte, el vuelo no se puede producir. Ése es el aspecto doble del Uno. Veis, hay hermanas monjas que sirven su vida entera. Si el servicio por sí solo iluminara, todos aquellos que sirven en los hospitales o misiones deberían haberse convertido ya en seres iluminados. Porque están trabajando regularmente para los pacientes se deberían haber iluminado ya con el simple servicio, ¿no es verdad? Pero no es así, porque su comprensión sigue siendo la misma a pesar de décadas de servicio. Yo sí las veo a las monjas. Debido a mi profesión, he estado viendo a estas personas sencillas que han dedicado toda su vida al servicio, pero que no se han dedicado por igual a aprender. Y veo que no han subido al rango superior de la espiral. Todos tenemos muy buenos ejemplos de que son personas que están aprendiendo durante décadas, pero que no han pasado a niveles superiores de comprensión. Nosotros somos personas que llevamos estudiando muchas décadas, mucho tiempo, pero no hemos llegado a niveles superiores porque no tenemos grados adecuados de servicio. Entonces, ¿cuál es el grado adecuado de servicio? Y lo apropiado es saber que en la medida en que aprendamos, hemos de tomar espirales superiores de servicio. Por eso hay una afirmación del Maestro Morya que dice: “De entre todos los servicios, servir al espíritu es el mejor de los servicios”. Y ello incluye las bases iniciales: servicio a través de lo material, servicio de reconfortar a nivel emocional, y servir para neutralizar el conflicto en los seres, lo que se llama servir en el plano mental; enseñar sabiduría se llama servicio para superar los conceptos mentales, y enseñar el conocimiento para llegar al alma. Todo ello le permitirá al ser humano convertirse en una unidad de autoservicio, por así decirlo. Y enseñar la sabiduría para que el alma se sienta subordinada al espíritu de la creación. Enseñar eso es lo máximo del servicio.

El buen Maestro enseña servicio en todos los planos de existencia sin preferencias, de modo que se desarrolle un simultáneo grado de comprensión a todos los niveles. Estos tres factores son fundamentalmente los que permitirán al ser humano recibir para dar. Recibir horizontalmente para dar, es decir, recibir de los seres humanos, de cualquier ser, y también recibir verticalmente para dar. Recibe desde abajo, desde el lado, desde arriba, desde alrededor. Siempre que esté orientado a servir abajo, al lado y por arriba. Así se convierte uno en una esfera de actividad. Ésa ha de ser la actitud, de otro modo las meditaciones no nos sirven. La persona que tiene un firme impulso por servir a la Creación, por servir al Plan, por servir a una idea, por servir al Plan de una Jerarquía, o como mínimo servir a una instrucción del Maestro....ésa es la cosa básica, por esa razón ha de mirar de tener alineamiento interno. Lo Divino se siente obligado cuando ve estas semillas en nosotros; no tenemos que buscar a ningún Maestro, el Maestro vendrá hacia nosotros. En vez de buscar o preguntar cuándo se me aparecerá el Maestro Morya o el Maestro Kut Humi. Hay una manera de exigir su presencia, que es ocupándonos intensivamente de servir y enseñar, y entonces estos seres se sienten obligados a venir hasta nosotros. Así es como Dios viene a aquellos que están dedicados al conocimiento y al servicio. Dios es un devoto de aquellos que son devotos del conocimiento y del servicio. Y como consecuencia Dios prefiere residir en los corazones de los hombres. Eso es lo que le dijo al más alto de los Iniciados, eso es lo que Nárada le preguntó a Dios:

- ¿Cuál es tu morada, para que yo te pueda encontrar con frecuencia? Porque muchas veces te tengo que buscar.

El Señor le dijo:

- La mejor manera y la más fácil de buscarme es buscarme en esa morada que es el corazón de un santo o en el corazón de un yogui. Yo resido en el corazón de aquellos que conocen y sirven, pero que no sólo conocen, no sólo sirven, sino que además permanecen en silencio. Y no sólo conocen, sirven y permanecen en silencio, sino que además se atreven.

Esto es algo que dijo Krishna el Señor a Nárada, porque Nárada estaba buscando al Señor entre los gnósticos, y el Señor aparecía y no aparecía, y Nárada se quedó confundido. Esa morada del Señor no parecía mucho de fiar, porque a veces los gnósticos tienen el problema del orgullo, y cuando hay orgullo el Señor no está allí. Sólo cuando el conocimiento puro reside en el corazón, allí está Dios. A veces Dios aparece en el corazón de aquellos que sirven, otras veces aparece en aquellos que saben estar silenciosos, y otras veces aparece en el corazón de aquellos que se atreven a hacer las cosas en Dios.

- Dime por favor dónde puedo verte con toda seguridad.

Nárada es una alma elevada que se puede mover por los siete planos por arriba de la tierra, por lo siete planos por debajo de la tierra, incluido el infierno.

Entonces Dios le dijo:

- Estate seguro de que dondequiera que existan esas cuatro cualidades, allí me encontrarás con toda certeza. Ésa es mi morada permanente. En otras moradas a veces estoy manifiesto y otras veces no, mientras que en todos los seres estoy durmiendo. Porque el Señor Dios es la base de todos los seres, y en todos aquellos que ponen de manifiesto esas cuatro cualidades Dios está activo, pero permanece permanentemente en aquel que pone de manifiesto estas cuatro cualidades: el que sabe, el que sirve, el que se atreve y permanece silencioso.

Esto es también lo que se ha elegido de los libros que nos ha dado el Maestro Djwhal Khul. Querer, atreverse, servir y guardar silencio: de modo que necesitamos desarrollar estas cualidades en nosotros. No sólo aprender por aprender, sino aprender para servir, aprender y servir en silencio, y por encima de todo, atreverse. Sólo los osados, los atrevidos, pueden llevar a cabo un trabajo de pioneros. Y allí es donde está el orificio; sino, uno no rompe nunca. Ese romper y hacerse una salida le viene a uno mediante el poder del conocimiento y del servicio. Estos tres están con aquel que burbujea con tanta energía que

es capaz de atravesar rompiendo, abriéndose paso, haciendo un trabajo de pionero, y produciendo las necesarias reformas. Todo discípulo se convierte en Maestro mediante una significativa reforma que hace en la sociedad, pero eso no se da en aquellos insignificantes seres que se quedan en sus capullos y buscan la autopenitencia, la autorrealización. En la medida en que uno dé plenitud a la vida que le rodea, en esa misma medida se autorrealizará. Ése ha de ser el fundamento del estudio ocultista. Y entonces se nos revelará más y más, porque las revelaciones son ilimitadas. De modo que tengamos esto como las cuatro esquinas de nuestra piedra angular. Los grupos no están hechos para cocinarse entre sí y comérselo todo, porque no se han alimentado suficientemente estas cuatro cualidades. Esto ocurre por esta razón.

De modo que consideremos profundamente estas cuatro cualidades para que se produzca una impregnación y una manifestación de ellas y también de nuestra actividad en la actividad social. En la medida en que nos manifestemos a través del servicio, cosa que es un trabajo horizontal, habrá el trabajo de las energías verticales que se manifestarán en nosotros. De modo que el servicio a los seres que nos rodean significa la medida de luz que ganaremos. La medida de profundidad que ganemos y adquirir profundidad es solamente para ir luego a la horizontalidad, de ahí ese trabajo de lo vertical y lo horizontal, ha de ser paralelo. De otro modo sólo nos causará indigestión y estreñimiento conceptual, y no podremos ingerir nada más. En esto hemos de pensar muy seriamente. En el triángulo básico formado por la meditación, el servicio y el estudio. Siempre que el estudio sea para el servicio, la meditación nos ayudará. De lo contrario, la meditación no nos servirá. Y tomemos nota de este punto, por favor: es peligroso meditar si no tenemos actitud de servir. Si somos egoístas no meditemos, porque eso significa que nuestro huerto está lleno de malas hierbas. El motivo correcto dará una cosecha buena, y el motivo erróneo es la cizaña. Así que si en el jardín hay plantas y cizaña, cultivemos ese huerto y hagamos que la tierra se vuelva fértil mediante la meditación.

Sabéis que en Estados Unidos, entre la planta y la cizaña o la mala hierba, la mala hierba es más rápida en asimilar la tierra o los fertilizantes que la semilla de la hierba buena. Ésa es la belleza de la cizaña. La cizaña come con más abundancia el fertilizante que la semilla de la hierba buena, de la cosecha. Entonces se convierte en una selva salvaje y no en un huerto. Así que tenemos que eliminar esas hierbas malas, y luego fertilizar a través de la meditación. Fertilizar a través de la meditación, para que los motivos correctos, que son la semilla, crezcan. Por eso muchas veces la meditación nos trae más confusión y más problemas. A alguna gente le hace surgir más emociones, a otra gente le hace tener un impulso sexual más intenso, a otros les da una excesiva ambición por controlar a los demás. Incluso en otros crea orgullo. Pero no le echemos las culpas de todo ello a la meditación, porque no hemos limpiado el terreno antes de echarle el fertilizante de la meditación. Así que tengamos cuidado de que el campo esté limpio cada vez que trabajemos con cualquier ciencia. A menos que se haga eso, en lugar de tener Magia Blanca, ocurrirá a través de nosotros magia negra. Muchas veces nos olvidamos de estas cosas fundamentales, por eso cada vez se nos da un poquitito de sabiduría oculta, diciéndonos que esto se nos ha de decir necesariamente. Porque sino, es como llevarnos la electricidad a casa sin guantes aislantes. Cualquier dosis excesiva de conocimiento puede resultar más destructiva que constructiva. Gracias.

He cerrado la charla con la última palabra que ha sido destrucción. Comenzaremos de nuevo esta tarde, gracias.

Para aceptar el trabajo correcto mediante las ciencias ocultistas, hemos estado considerando esta mañana la necesidad de formar el carácter, de tener un motivo correcto, de hacer servicio y de estar dispuestos a tener modelos de vida o formas de vida que mejoren las actuales maneras de hacer.

Volviendo al punto de formar el carácter, hay un gran servicio que consiste en dar seguridad a los niños que viven en estos tiempos. Darles seguridad significa no permitirles que entren en la corriente de cómo van las cosas hoy en día. Se les ha de enseñar cómo desear, cómo pensar y a qué aspirar. Incluso en las familias de los miembros de nuestro grupo, en las que este conocimiento está disponible, no se les ha podido pasar a nuestros hijos. Eso se debe a que todo lo que se dice en casa, nuestros hijos no lo ven fuera, en la vida, cuando entran en las escuelas. Entonces en muchos de ellos surge el conflicto. Porque a los niños no se les ha hablado de los valores en casa; y los maestros, que no enseñan los valores mientras imparten su enseñanza, demuestran tener otros modelos de comportamiento diferentes. Como consecuencia de ello, los niños están en conflicto y la mayoría se siente arrastrada por la energía de sus contemporáneos, y los padres se convierten en simples testigos de ello. Pero son incapaces de hacer que se quede en el niño la correspondiente inspiración, porque están trabajando a contracorriente de la actual sociedad. Pero nosotros no podemos quedarnos únicamente como simples testigos del mal de la sociedad que entra en nuestras casas. La mayoría de nosotros se siente sin fuerzas para hacer nada, y después le echa la culpa al gobierno y a las escuelas. Pero incluso en esas situaciones hay algo que nosotros tenemos que hacer como deber nuestro. Hay muchos padres frustrados porque estos valores no se imparten en las escuelas. Estos padres hemos de unirnos en asociaciones y exigirles a los profesores, a los maestros, que en las escuelas se enseñen los valores morales. Eso puede ser un trabajo de servicio sustancial que puede manifestar un grupo. Que los padres de los niños que van a la escuela, se unan formando una plataforma, y se manifieste la necesidad de darles una orientación correcta a los estudiantes, para que se vuelvan ciudadanos responsables de la nación. Eso ha de introducirse en la conciencia de todos los padres. Puesto que todo padre está interesado por sus hijos, ello puede encontrar su propia expresión poderosa. De no ser así, muy pronto las naciones serán arrastradas hacia abajo por las generaciones posteriores. El futuro de una nación depende del carácter de los niños actuales. Los líderes del mañana son los niños de hoy, y ya sabemos qué tipo de líderes tenemos. No podemos echarle las culpas a Dios. Ellos son lo que son debido al trasfondo en el que se han educado, a través del cual han venido.

En muchas naciones falta hoy el espíritu nacional, falta incluso en los mismos líderes. Y al pequeño grupo que tiene ese espíritu, se le suprime. Es decir, lo suprime el poder del dinero que gobierna el mundo entero, desde un determinado punto del planeta. Es una situación bastante triste, que afecta profundamente a todas las economías y todas las políticas y actitudes de las naciones. Una nación está dirigiendo la economía mundial de una manera tan sutil que propaga su interés mundialmente e introduce disturbios internos en el país que se opone a tal propagación. Mi tema no consiste en hablar de política ni en criticar a ciertos gobiernos, pero el hecho es que una comunidad que tiene 3000 años de edad está siendo dirigida por una comunidad que tiene sólo 300 años. Europa tiene una cultura más profunda que la actual cultura norteamericana. Y la cuestión es quién está escuchando a quién. Es como el abuelo que está siguiendo los dictados del nieto. El nieto no sólo exige beber Coca-cola él mismo, sino que insiste en que el abuelo también tiene que beber Coca-cola, y también insiste en que el abuelo no debe beber la bebida que se ha bebido toda la vida. Ahora el nieto quiere insistir en que el bisabuelo cambie también su modo de vida, según su ignorancia. Europa está enteramente dominada, y la cultura, especialmente desde la Segunda Guerra Mundial, ha sido erosionada. Una de las grandes características de Kali es que a la persona que tiene más dinero se la considera más virtuosa; antiguamente se decía que el rey siempre tenía razón; ahora, en la era actual, el rico siempre tiene razón, e impone todas sus costumbres para imponer su riqueza. Y las naciones no tienen nada que decir en este asunto. El rico reúne en torno a sí todo tipo de armamento, de modo que hay una venta mundial de productos insanos para la humanidad. Hay una

venta mundial para satisfacer los deseos de tipo inferior de los seres humanos. Y todo esto se ha desarrollado en un período de 60 años, y la gente no puede hacer nada. Entonces se comprometen a beber Coca-colas y a comer Kentucky *chickens*. Incluso estamos dispuestos a comprometer a nuestros hijos si nos exigen ir a discotecas y abusan de todo tipo de bebidas y del sexo. Esto seguirá así, a no ser que haya una manifestación colectiva, pero ¿quién la tiene que hacer? No creáis que los gobiernos vayan a hacerlo, el gobierno no controla el país. El control ya ha sido exportado. En semejante situación los únicos que tienen que hacerlo es la misma gente. Pero el 80% de la gente son como ovejas, si los dirigimos hacia el monte, van al monte; si los dirigimos al precipicio, van al precipicio. Del 20% restante, el 15% busca el dinero y el poder. De modo que el otro 5% son personas de buena voluntad y pueden hacer muy poco, a no ser que reúnan la fuerza de las ovejas. Que la vuelvan a reconstruir mediante la información y la educación, produciendo un despertar. Haciéndoles pedir las cosas correctas. Y si esto no ocurre, con toda seguridad las naciones se hundirán y estaremos creando nuestra propia Némesis.

Ahora todo este trabajo se está extendiendo también a Asia, que es la única parte del globo que todavía no ha recibido la influencia de esta nueva ola. Hay una gran resistencia en Asia. En Asia la gente prefiere ser pobre a vender sus valores, a comprometerlos. Y ésa es la lucha psicológica que está teniendo lugar hoy en día. Con China, que ocupa una parte sustancial de Asia, y que de algún modo ha sido doblegada, parece haberse creado un eje que va hasta Asia, y el Lejano Oriente está lleno de pequeñas naciones que ya han sido ocupadas por la tercera ola. La primera ola fue la Primera Guerra Mundial, la segunda ola la Segunda Guerra Mundial, y la tercera ola, la ocupación o la guerra económica que está teniendo lugar. Hoy en día los EEUU reconocen una crisis que produce el hecho de que muy pocos de su generación joven entren en las facultades. Y que sólo un puñado de ellos saque títulos universitarios. Quienes llevan las universidades son los inmigrantes. Inmigrantes de Asia ocupan los asientos de las universidades, y los norteamericanos ven esta situación como muy patética. Entonces haciendo análisis, se dan cuenta de que les han dado demasiados derechos a los niños, y ahora intentan hacer una venta para ver cómo vender y quitarles algunos de estos derechos a los niños. Daos cuenta de cómo una nación puede verse afectada muy a fondo en el próximo ciclo de 60 años, si la generación joven no ha desarrollado la suficiente capacidad intelectual. Una nación se construye o destruye en función del poder del cerebro de la inteligencia de la generación que sigue.

De modo que hay gran necesidad de eliminar los efectos negativos a largo plazo de los juegos de dinero, la gente quiere hacer simplemente dinero a costa de los niños, a costa de la nación. Dándoles drogas, dándoles bebidas, abriendo discotecas, todo este tipo de night clubs. Todo tipo de publicaciones de material indeseable, películas, música... No hay control, no controlamos nada, y los niños no tienen discernimiento. Aunque se les enseñe no funciona, porque la ola entera es demasiado fuerte para ser contrarrestada. ¿Por qué se hace todo esto? Para ganar dinero. Digamos que una persona gana 50 millones de francos en toda su vida, haciendo esta actividad. ¿Pero qué hará con todo ese dinero si sus hijos tienen un intelecto por debajo de lo normal? Todo el sentido de ganar todo este dinero será en vano. De modo que hay un beneficio a largo término a tomar en consideración. En aras de un beneficio a largo término, se han de estudiar bien los beneficios a corto plazo.

Si seguimos adelante de esta manera no habrá ningún pensador en el planeta. Y si hay algún espíritu nacional, se les saca a la luz como si fueran terroristas. En toda nación hay gente que tiene espíritu nacional. Pero esto del espíritu nacional está mal entendido, y se les proyecta al público en general como gente antisocial, elementos antisociales, vestidos con aspecto socialista. Y luego a estos elementos socialistas, los llaman elementos antisociales. Entonces esa gente antisocial tiene acceso al dinero y al poder. Al que es socialista, que entiende que las cosas deben socializarse, se le llama antisocial. Y al ser que

es asocial, se le pone la vestimenta de ser muy social. De una persona que no tiene espíritu nacional tampoco se puede creer que tenga espíritu internacional. El espíritu internacional ha de basarse en el espíritu nacional. No se construye el espíritu internacional sacrificando el espíritu nacional, eso es una manera destructiva de hacerlo. Es como intentar construir una estructura o superestructura quitando los fundamentos. A los jóvenes que demuestran tener espíritu nacional no se les anima, se los quita del medio.

Todas éstas son las cosas que tenemos que saber leer entre líneas cuando leamos los periódicos o escuchemos las noticias de TV. Los medios de comunicación están totalmente bajo control, y no podemos fiarnos de que toda la información que recibimos contenga la verdad. Una pequeña distorsión de los hechos le dará al tema entero un color, un cariz completamente diferente. De modo que no sabemos realmente lo que está sucediendo. Sólo sabemos aquello de lo que se nos informa, y sobre eso se forma la entera opinión pública. Observemos ese juego tan infantil que está teniendo lugar hoy día en Oriente Medio. Cualquiera de las dos partes comete un acto de violencia, y al día siguiente se ponen a mirar los periódicos y la TV europea y norteamericana, a ver qué piensan de ello, cómo lo ven. Los líderes de ambas partes buscan con frecuencia la opinión europea y la norteamericana. A su vez ellos tienen sus propios medios de propaganda, sólo para saber si pueden seguir adelante con su sinrazón, o con su estupidez. Si ven que no tienen demasiado apoyo, guardan silencio. Uno bombardea 17 veces con misiles un objetivo y después convoca un alto al fuego y después mira a ver qué dice la opinión occidental. Occidente no estaba contento con eso. Occidente dijo “Por favor, controlaos, no hagáis tales cosas”. Entonces la simpatía se pasó al otro bando. Entonces el otro bando, inspirado, entró en una ciudad, y en medio de un montón de población hizo saltar una bomba humana. Se perdieron 70 vidas y otras 100 personas tuvieron que ser hospitalizadas. Entonces querían saber la opinión de Occidente. Daos cuenta de que estamos actuando tomando como base la opinión que se tiene en otro lugar.

De ese modo, las soluciones nunca pueden llegar. Sí, eso es muy infantil. Un hijo le da una bofetada al otro, y el padre acaricia al segundo, que creyendo que tiene el apoyo del padre, le da dos bofetadas al otro hermano. Y encima le comunica al padre lo que ha hecho. Entonces ambos hijos invitan al padre para tener conversaciones de paz. Y no es el padre nacional, sino que es un padre adoptivo que no está interesado. De modo que cada uno ve su propio beneficio. Es como la historia del gato y los dos monos. Dos monos subieron a un árbol y pusieron al mismo tiempo la mano sobre una manzana. Cada uno de ellos decía: “A mí me toca la mitad. La fruta ha de dividirse por la mitad. Y así los dos podremos comer y satisfacernos”. Pero, ¿quién decidiría cortarla por la mitad? Entre los dos monos no se ponían de acuerdo. Entonces fueron a ver a un gato. Le explicaron al gato que los dos tenían derechos iguales sobre aquella manzana, y que el gato era el que tenía que cortarla por la mitad y repartirla entre los dos.

Ésta es la historia tal y como yo la estudié en mi primer curso. Es un error fundamental que los dos monos tengan que ir a ver al gato. Porque más o menos, 50%, podían haberlo decidido entre los dos monos. De modo que el gato se quedó encantado con el problema, y pidió a los monos que trajeran una balanza. Y el gato cortó adrede la manzana en dos partes desiguales. Y colocó cada una de esas partes desiguales en cada uno de los platillos de la balanza. Y es natural que un platillo bajara más que el otro. Entonces el gato dijo: “Oh, esta parte de la balanza es más pesada, tengo que hacerla igual que la otra”. Y se comió una parte de la manzana. Luego la colocó de nuevo en la balanza. Ahora era el otro platillo el que bajaba más que el primero. Entonces dijo: “Oh, ahora esta parte pesa más que la otra”, y se comió otra parte de la manzana. Y los monos miraban, creyendo que algún día se les haría justicia. El gato no está interesado en el bienestar de los monos. El gato tiene otros planes: comerse la manzana entera.

Ésa es la inteligencia que tienen hoy los dos luchadores, decírselo a un tercero. Por eso la sabiduría de los tiempos antiguos nos dice que nunca le expongamos disputas domésticas a un extraño. Si nosotros se las referimos, él no estará tan interesado como los miembros de la familia; puede que sea casual o indiferente, puede que también intente explotar la situación poniendo al uno contra el otro. Y en particular, se recomienda que las peleas o disputas entre marido y mujer las resuelvan ellos mismos y nadie más. Y que no se permita a una tercera parte entrar en litigio.

Daos cuenta, valores de estos se han perdido incluso a escala nacional. Nuestras disputas son un motivo de explotación por parte de gente de fuera. De modo que hay sabiduría en saber resolver nuestros propios problemas. Más que en buscar cualquier otro punto externo de la tierra que los resuelva. O más que en mirar al cielo, pensando que alguien vendrá y pondrá las cosas en su sitio; ese alguien que esperamos nunca llegará. Ese alguien quiere que nosotros nos inspiremos en Él, pero que nosotros resolvamos nuestros propios problemas. Desde los pequeños problemas familiares hasta los problemas internacionales, es mejor que sean las personas afectadas las que lleven a cabo las conversaciones. Y no es de sabios llamar a ningún extraño a que haga de mediador. Eso no es sabiduría en absoluto. Hay personas que están interesadas en que dos naciones discutan, en que haya problemas; o mismamente dentro de una misma nación, dos comunidades. Hay personas que siempre buscan introducirse de algún modo en una nación. Y dos comunidades que están en guerra o en oposición, son terreno fértil para su entrada. Hemos de pensar e intentar resolver nuestros problemas. Y hemos de saber suficientemente bien que aquél a quien pedimos ayuda, sabe lo suficiente y tiene nuestra confianza.

Daos cuenta de la inversión que ha ocurrido en Europa. La densidad de población en Europa fue la que la empujó a buscar tierras en otras partes. Como consecuencia se encontró con un vasto territorio, y todo lo que hoy día llamamos continente americano, sea norte o sur, es una opción de Europa. Algo que ha surgido, un retoño de Europa. Lo que ha surgido es una parte de Europa. La gente que ha poblado América es esencialmente europea. ¿Dónde tiene sus raíces? Sus raíces están en Europa. Todo lo que han adquirido y tienen, lo han adquirido y lo tienen de la cultura europea. Pero después la comunidad más antigua y madura es sometida a un tipo de magia tal, que hoy día nos encontramos en una situación en que el abuelo está siguiendo los dictámenes del nieto. Así que nosotros tenemos un papel que desempeñar si es que de verdad presumimos de formar parte del nuevo grupo de servidores del mundo. Es de esperar que el pensamiento de los servidores del mundo esté por encima del pensamiento de la media del mundo. Sin embargo, nosotros estamos ocupados en problemas de personalidad nimios entre dos miembros del grupo, entre uno y otro. ¿Qué se ha de esperar de los nuevos grupos? Que sea una especie de reforma, de reorientación, de reorganización. De modo que ello requiere una capacidad de pensar tremenda.

Volviendo, pues, al problema de los niños: ¿Quiénes son los jugadores? Los padres, los maestros y los niños. Se espera que los maestros, profesores, trabajen en beneficio de los niños; se supone que ellos son los que tienen que desarrollar constructivamente el sistema de energía de los jóvenes. Los padres están igualmente interesados en esa misma actividad; los padres no se pueden quedar de brazos cruzados viendo cómo los maestros no les pueden dar el tipo de cosas que hay que darles a los niños, y los maestros no pueden decir que son los padres los que les tienen que dar los valores a los niños. Los maestros echan las culpas a los padres, y los padres echan las culpas a los maestros. Ésa no es la solución: la solución es que maestros y padres se encuentren y lleguen a solucionar el problema encontrando una solución duradera para los niños. Ésa es la única manera de asegurarnos de que los jóvenes, los niños, no se pierdan en la corriente actual. Ya se ha perdido una generación de niños de esta manera: los que nacieron en los años 60 y 70 se han quemado por las emociones, y les queda muy poquito para vivir la vida con sentido.

No podemos permitirnos que una segunda generación o formación pase por el mismo tipo de hoguera. Tenemos que hacer algo al respecto, tenemos que trabajar colectivamente por este concepto de formación del carácter. Primero pensar en nosotros, y luego pensar en aquellos que podrían quedar afectados. Lo que está ocurriendo es una especie de vampirismo. Hemos visto tantas películas sobre vampirismo, no podemos salvar a los que están afectados, sino que tenemos que impedir que los vampiros ataquen a seres que no estén afectados.

Seguro que habréis visto películas de Drácula. Pues lo que está ocurriendo actualmente en nada se diferencia de eso. En la película vemos a Drácula, aunque el afectado no lo vea, porque Drácula viene por detrás y hace su trabajo. Del mismo modo, el que está siendo afectado no lo sabe. De modo que hay una manera de mirar y ver. ¿Quién ve en la película que hay alguien nuevo que va a ser objeto de vampirismo? Los espectadores desapasionados que ven la película a distancia. En este caso los espectadores son la gente sabia que ve este vampirismo económico que está promoviendo todo tipo de negocios no éticos, y que hará que la cualidad en general de la raza humana descienda. Tenemos que pensar en esto y trabajar para ello. Eso será un gran acto de servicio. Es de esperar que sepamos la mecánica de cómo ocurren las cosas en el mundo. Puede que por nuestra parte no seamos capaces de presentar soluciones globales a las situaciones, pero sí, con toda certeza, podemos aportar soluciones locales. Para un problema global podemos empezar de manera local. Por algo hay que comenzar. Tenemos que ingeniárnoslas para hacerlo. Si esta demostración se vuelve tangible, también podemos mostrar el camino, porque siempre se necesita un ejemplo para otras escuelas y poco a poco la cosa prende. Todos los actos de buena voluntad se han vuelto mundiales partiendo de una manifestación local. Y nosotros hemos de hacer algo en esta línea, esto es lo que quiero decir cuando digo que los grupos hemos de ser efectivos en la vida social. La manera de detener la tendencia actual es con el poder del alma, y el poder colectivo del alma hará posible que cosas de éstas ocurran con toda facilidad.

Hay una crisis con respecto a lo del carácter hoy día en las naciones civilizadas; no ocurre así en los países pobres. Sólo cuando hay una excesiva agresión contra esos países, entran todos estos problemas mencionados. Yo soy testigo de esta verdad de la vida. Debido a las exigencias de mi trabajo, yo solía y suelo ir al interior de la India para hacer de auditor de una industria de minerales. Era una jornada, un viaje de 36 horas internados en una espesa selva en la que hay mucha gente nativa. Si viajas en el tren en clase ordinaria, común, puedes viajar con ellos, eso es en segunda clase; si viajas en primera clase no puedes viajar con ellos. Muchos habitantes de ciudades ricas y aristocráticas prefieren viajar en primera. Yo simplemente quería saber cómo hablan, cómo se comportan, y qué modo de vida tienen estos nativos. Estuve llevando a cabo este trabajo de asesor financiero en esa empresa mineral durante 4 años, y me di cuenta de que estas personas tenían y tienen un modo de vida muy cohesivo. Las familias están bien entrelazadas, bien formadas, y también me dio la impresión de que era mejor que no se les diera lo que llamamos una educación moderna, porque ellos ya de por sí están bien educados, mejor educados que las llamadas personas educadas. En muchas ocasiones, las mujeres de estos nativos no llevan ninguna ropa sobre la parte superior del cuerpo, y eso no significa nada para los varones de su mismo grupo, ni tampoco significa nada para las demás mujeres del grupo. Una vez, ya en el viaje de regreso, había en el tren una mujer joven con los pechos desnudos, y algunos habitantes de la ciudad de Vishakapatnam también estaban en el mismo compartimento. Uno de aquellos jóvenes que miraban a aquella mujer joven con los pechos al descubierto no se pudo sustraer a la tentación, y fue y se puso a abrazarla, sus manos en sus pechos. ¿Qué ocurre normalmente en esos casos? Los nativos en la India no son como los nativos de Estados Unidos o de América en general. Son gente muy pacífica, no creen en la lucha. Entonces el padre de aquella mujer joven se quedó mirando al joven y le dijo: “Has

cometido un gran error, Dios te proteja. Rezo a Dios para que te proteja”. Eso fue todo. Nosotros nos quedamos sorprendidos. Este joven regresó a casa, tres días más tarde le entró una fiebre muy venenosa, y cuatro días después murió.

Os estoy contando esto, veréis por qué. Para hablaros de la gente educada respecto a la gente no educada. La persona educada es la que de verdad practica la inofensividad. Cuánto más educado está uno en el espíritu de la palabra educación, más inofensivo e inocuo debe volverse. Hoy la educación fomenta y crea la agresividad, la anexión, el quitar la libertad a los demás. Todo esto está ocurriendo en nombre de la educación, y se está alimentando una terrible competición. La educación ha sido y está siendo completamente comercializada, la enseñanza está comercializada, la curación está comercializada. Estos son los males que vemos, pero no podemos hacer nada. Lo importante es que lleguemos a conseguir el correcto tipo de educación. Seguro que habéis visto una película que se llama “Los dioses deben estar locos”, en la que un norteamericano entra en una selva y observa cómo viven los nativos, y llega a comprender que los nativos están mucho más desarrollados en todos los aspectos de la vida que los norteamericanos civilizados. La actitud de los nativos respecto a la naturaleza conlleva muchísima más educación que la que nosotros intentamos enseñar como equilibrio ecológico, etc. Un nativo tiene mucho más conocimiento de los valores familiares, un nativo valora mucho más lo que es un congénere humano.

A nosotros se nos ha enseñado mediante libros, por alguna razón misteriosa se nos ha inspirado para leer estos libros de los grandes seres. Es suficiente con que podamos poner de manifiesto uno de los aspectos del servicio como derivado de nuestro estudio, pues de otro modo, se quedará sólo en el aire y no podremos lograr mucho en nuestra vida. La capacidad de manifestar un buen pensamiento está con aquel que tiene un fuerte carácter bien entendido; cuando tenemos un fuerte carácter nuestra palabra tiene poder. De modo que entendamos esto como una importante facultad que hay que desarrollar en el Ser: de otro modo, somos como una persona encadenada que habla de boxeo. Una persona atada de pies y manos que entra en un *ring* de boxeo, lo único que hará será recibir bofetadas, no tiene ninguna posibilidad de evitar algún golpe ni de dar ninguno. Ésta es una de las principales cosas que hay que desarrollar en el ser humano ya desde su infancia. Todo lo que nosotros no hayamos aprendido bien, se lo podemos dar como enseñanza a nuestros hijos, y ponernos nosotros mismos como ejemplo diciéndole: “Mírame, querido hijo, yo sé que no encuentras en mí nada que te inspire, y que tampoco me consideras como ejemplo en ninguna cosa. ¿Sabes por qué? Porque todas éstas son las cosas que he hecho”. Y hacemos una lista, como dije el otro día. “Si no haces ninguna de estas cosas, te irá bien en la vida”. Ésta es una manera de iluminar a la gente diciendo: “No me imites, que yo estoy perdido”. De hecho, uno de los más grandes Iniciados da esta misma forma de enseñanza al comienzo mismo del *Bhagavatam*. El gran Iniciado Nárada habla del error que retrasó su progreso y advierte a sus discípulos que no entren en la misma área. Explica que debido a su apego por una persona y el consiguiente condicionamiento mediante la ilusión, no pudo llegar a la plenitud durante una de las encarnaciones, y sólo lo pudo completar a la siguiente encarnación. Y dice: “Si cometéis el mismo error, vosotros también perderéis el tiempo y la capacidad de servir a los demás, y eso producirá una caída”. Es como una precaución, un cartel de peligro que ponga: “Peligro, no pasar”. Eso es ya de por sí una enseñanza. Podemos comunicar abiertamente a nuestros hijos nuestras faltas o errores, y las consecuencias de tales errores y acciones. Si demostramos con ejemplos las consecuencias de nuestros errores, no caeremos en ellos. Ésta es también una manera de enseñar a nuestros hijos. No creáis que no estamos preparados para enseñar a nuestros hijos. Si hay cariño y sentido de pertenencia siempre hay maneras y modos de enseñar a nuestros hijos. De modo que preocupémonos no sólo por formar nuestro carácter, sino mucho más el de nuestros hijos.

Estoy hablando tanto de esto hoy porque quería hablaros del cuerpo y de sus fuerzas. En el grupo de edades entre los 7 y los 21 años, las fuerzas constructivas o destructivas ganan el reino llamado personalidad. Entonces, quienquiera que lo conquiste, lo habrá hecho para el resto de la vida. Si las fuerzas destructivas se apoderan del reino de la personalidad, el rey será expulsado del trono. El rey es el alma, y tendrá que esconder su cara en una selva. Y si alimentamos en el niño a las fuerzas correctas, el rey se sentará en su trono y tendrá con él el báculo de poder a través del cual puede hacer magia. El báculo de poder de un rey Iniciado se llama el báculo del mago, que todos nosotros, en cuanto almas, tenemos. Los atributos del rey son el trono de pavo real y una corona de diamantes, así como un cetro de mago. Es decir, que si permanece como alma, el simbolismo de estar sentado sobre un trono quiere decir presidir sobre la personalidad. Si ése es el caso, entonces tendrá la capacidad de trabajar con *Ida*, *Píngala* y *Sushumna*. Que es lo que se dice que es el cetro, que está rodeado por una serpiente de dos cabezas, y tiene dos bocas. Eso es lo que recibió Moisés como el cetro de Aarón, debido al dominio de la Persona sobre la personalidad. Le hubiera resultado muy conveniente haber ignorado sus raíces.

Moisés era un príncipe muy famoso en Egipto, incluso el faraón admiraba más a Moisés que a su propio hijo Ramsés, pero una vez Moisés supo la verdad de su Ser, empuñó lo que era verdad en contra de todas las oposiciones y dificultades; no le importaron todas las dificultades a las que fue sometido. Fue expulsado del reino con toda la vergüenza sobre su cabeza. Moisés era el que había construido toda la capital y fue tomado prisionero en la ciudad que él había construido, y se le expulsó; y también aprisionaron a la mujer a la que amaba, y toda la gloria que tuvo en el periodo inicial de su vida simplemente la sacrificó en aras de la Verdad, y lo dejó todo para irse al desierto y casi murió en lo que respecta a la personalidad y al cuerpo. ¿Y qué fue lo que le reconstruyó de nuevo? El espíritu de la Verdad. Eso fue lo que no le dejó morir. Ese espíritu de la Verdad fue lo que le condujo por el desierto y lo que le permitió volver a conseguir la sabiduría. Moisés conocía cierta magia en virtud de haber sido uno de los miembros de la familia real de Egipto. Ramsés también tenía acceso al poder de la magia, porque en las familias reales el conocimiento de la magia era algo común. Lo que Moisés había adquirido estaba más allá de la magia, Moisés había conseguido tener la bendición del Padre de la Magia. Por esa razón, cuando regresó lo hizo con su cetro, y es ese cetro caduceo el que funciona y obra milagros para la Verdad.

De modo que el alma puede volver a conseguir el cetro del mago si el trabajo se lleva a cabo a través de la construcción inicial del carácter. Si no hacemos eso perderemos nuestro reino, perderemos nuestra corona, perderemos el trono, y seremos tratados e insultados como un pelele, y viviremos una vida de incógnito. Semejantes cosas constituyen la base de la educación. Si muchas personas, algunas como Moisés, están ayudando a la Humanidad, es necesario recordar y narrar la historia de Moisés en este contexto, porque esta historia a todos nos resulta más o menos familiar.

Del mismo modo, hay muchos seres en Oriente que siempre representaron los valores y no la conveniencia. Ajustar la Verdad de acuerdo a la conveniencia es diabolismo. Tenemos que ajustarnos por necesidad a la Verdad. Mañana os enseñaré la cita exacta del Maestro Djwhal Khul respecto a esto. “No intentemos ajustar la Verdad para que se ajuste a nuestra conveniencia”. En vez de ajustar la Verdad a nuestra conveniencia, ajustémonos nosotros a la Verdad. Nosotros siempre intentamos defender nuestra conducta, no tengamos ese mecanismo de defensa, con eso lo único que estaremos haciendo es poner un escudo protector a disposición de la ignorancia y de las fuerzas de la ignorancia en nosotros. Expulsemos de nosotros sin piedad a las fuerzas de la oscuridad. Utilicemos la linterna de búsqueda para ver las fuerzas oscuras que nos tientan de un modo u otro, y mediante la ayuda de los grandes seres a través de nuestra plegaria, fortalezcámonos para expulsar a las fuerzas de la ignorancia y asegurémonos de que nuestro carácter se reoriente,

se reorganice y se reordene para llegar a ser magnéticos, para que entonces las fuerzas de luz puedan funcionar. De modo que el campo de batalla es nuestro cuerpo con toda su variedad de capas. El cuerpo físico (la capa física), el cuerpo de deseos, el cuerpo pránico, el cuerpo sutil, luego el cuerpo mental inferior, el cuerpo mental superior, el cuerpo causal y el cuerpo del alma. En cada punto hay crisis, entre plano y plano está la fuerza del conocimiento y la fuerza de la ignorancia. Si la ignorancia es más fuerte promueve, el deseo; si el conocimiento es más fuerte, promueve el deber. Ésa es la esencia del *Bhagavad Gita*.

Cuando el hijo del Hombre se encuentra entre las fuerzas de la oscuridad y las fuerzas de la luz Arjuna dice:

- Querido Krishna, coloca tu carro de batalla entre los dos ejércitos, porque yo quisiera ver quiénes son los luchadores de un bando y de otro, quién está de qué lado.

Con una sonrisa, Krishna guió su carro hasta el medio. Krishna es el Hijo de Dios, y Arjuna es el Hijo del Hombre, siendo el carro el cuerpo. Krishna es el alma, Arjuna es la personalidad, y el cuerpo es el carro de guerra. Ese carro de guerra, según la historia, se le dio como bendición a manos de Agni, el Señor. El cuerpo humano en todos sus niveles es obra de Agni, el Fuego (eléctrico, solar y por fricción). Ése es el carro. Por eso una vez terminada la guerra, Arjuna descendió del carro y Krishna también descendió del carro. Ambos descendieron del carro, y el Fuego consumió ese carro para la más absoluta sorpresa de Arjuna. Entonces Arjuna, mirando a Krishna, le dijo:

- ¿Qué es este carro que se quema todo entero, con los caballos incluidos, y no quedan ni siquiera cenizas?

Todo se convirtió en una sola llama y desapareció. El cuerpo es obra del fuego, y se le da al Hijo del Hombre para que luche y se ilumine. Ése es el cuerpo que tenemos. Cuando terminó la guerra, Arjuna era todo orgullo y le dijo a Krishna:

- Durante 18 días, has estado trabajando día y noche; de día trabajabas para mí como el auriga de mi carro, y durante la noche arreglabas los ejes de las ruedas de mi carro, alimentabas a los caballos, y te asegurabas, cuidándolos para que fueran lo suficientemente fuertes para la lucha del día siguiente. De modo que has estado trabajando toda la noche para que los caballos estuvieran en forma, los caballos y el carro; y luego te acercabas sentado en el carro, como su auriga, y yo montaba en ese carro para luchar. Por la tarde, mientras tú seguías sentado en el carro, yo desmontaba y tú te lo llevabas y lo arreglabas bien para que estuviera listo al día siguiente. Así has estado trabajando durante 18 días, día y noche, y me has ayudado a ganar la guerra. Ahora que la guerra ha terminado, te pido que primero bajes del carro tú, y yo lo haré después de ti.

Krishna miró a Arjuna, le sonrió y le dijo:

- Gracias por tu simpatía, es una simpatía mal colocada. Todavía sigues siendo ignorante, es mejor que primero salgas tú, ¿sabes? Y más tarde lo haré yo.

Pero Arjuna le dijo:

- No, por favor, no es de buenos modales eso; no solamente eres mi primo, sino que también eres el Señor, eres mi Maestro, eres todo para mí, y me estás sirviendo como un sirviente. Al menos déjame tener el placer de dejar el carro después de que tú lo hagas. Krishna le dijo:

- Gracias por tu simpatía, pero es una simpatía fuera de lugar, no funciona bien en tu caso, mejor baja tú primero.

Así que Arjuna tuvo que bajar primero. Entonces Krishna bajó, y enseguida las llamas consumieron el carro. Arjuna se quedó sorprendido y le preguntó a Krishna cuál era el secreto de aquel carro. Krishna le dijo:

- El secreto está en que si lo hubiera dejado antes que tú, te hubieras ido junto con el fuego. El alma tiene que retirarse conscientemente del cuerpo, habiendo disuelto antes la personalidad; sino, el alma pegada a la personalidad muere junto con el cuerpo.

Una buena historia al final del día para que os olvidéis de todo lo que he dicho desde esta mañana. Ha habido un poco de amargura en toda la enseñanza al hablar de la formación del carácter. Arjuna estaba en el campo de batalla con semejante carro y con semejante Maestro, y miraba a un lado y a otro, y entró en conflicto. No sabía qué hacer, no sabía cómo luchar contra las fuerzas de la ignorancia, y decía:

- ¿Por qué no hacemos un compromiso con la ignorancia? ¿Por qué no dejamos todo en favor de la ignorancia?

Y ése es el concepto con el que amanece toda la sabiduría del *Bhagavad Gita*: lo que se presenta en el primer párrafo del primer capítulo es una crisis de carácter. Es el capítulo que habla del conflicto: Le decía a Krishna que por qué no podía él abandonar el campo de batalla, y citaba todas las escrituras sagradas para abandonar la guerra. Eso es lo que se llama ajustar la Verdad a nuestra conveniencia. Krishna tuvo entonces que ajustar la conveniencia a la Verdad y tuvo que poner de nuevo a Arjuna en la vía justa para que Arjuna no cayera en la ilusión de querer ajustar la Verdad. Tiene que haber alguien que nos diga que no ajustemos o moldeemos la Verdad, sino que nos ajustemos nosotros a la Verdad. Ése es el verdadero Maestro, ése es el primer paso. Después hemos de tener la capacidad de empuñar las herramientas para mejorar las fuerzas de la luz y hacer desaparecer las fuerzas de la ignorancia. El campo de batalla es el cuerpo del ser humano. Las dos fuerzas son la fuerza de la ignorancia y la fuerza del conocimiento. Las fuerzas de la ignorancia son muchísimo más numerosas que las fuerzas de la luz. La proporción es como de 13 a 5. Trece escuadrones de fuerzas de ignorancia contra cinco escuadrones de fuerzas de la luz. Pero el Maestro de luz está de parte de la minoría. Éste es el escenario en el que comienza el trabajo. Arjuna al final saldrá triunfante gracias al consejo a tiempo de cuando en cuando por parte del Maestro. Hubo muchas crisis a lo largo de la guerra, pero el consejo a tiempo de Krishna le permitió a Arjuna superar la crisis. Ésa es la fuerza del que se agarra a un Maestro de verdad, y de ahí todas estas enseñanzas provenientes de los grandes seres para la minoría. Ellos quieren ayudar a la minoría dentro del ser humano, a esa minoría que se está escondiendo en la selva. En la historia del *Mahabharata* se desterró a los Hijos de la Luz a la selva debido a la manipulación de los ignorantes; las fuerzas de la ignorancia manipularon a las fuerzas de la luz, y los desterraron. Las fuerzas de la luz eran muy poco numerosas, y las fuerzas de la oscuridad eran muy numerosas. De modo que el Maestro puso su peso del lado de la minoría.

Así, aunque tengamos muchas limitaciones insuperables, si tenemos la correcta inspiración, con la ayuda de los grandes seres, que son nuestros Maestros, podemos triunfar. Esto es lo que llamamos, inicialmente, la construcción del carácter. Y después hablemos de tener los motivos correctos. Estas dos herramientas nos equiparán bien. Es como tener un arco en la mano preparado con una flecha, aparte de que nuestro guía sea el Maestro. Entonces podremos trabajar efectivamente y neutralizarnos en 18 días. Cosa que podemos interpretar aproximadamente como 18 encarnaciones. Si llegamos a lograrlo todo en 18 encarnaciones, eso ya es un gran logro. No tengamos gran prisa, pero trabajemos con esto poco a poco. “Hagamos que la prisa se haga lenta”, ése es un *mantram* del Maestro Djwhal Khul. Conduzcamos despacio para llegar antes. Si conducimos deprisa no creáis que podremos llegar, porque si conducimos deprisa puede resultar en un desastre. De modo que conduzcamos despacio y llegaremos más deprisa. “Hagamos la prisa lenta”: todos estos *mantrams* hemos de tenerlos en cuenta a la hora de hacer las cosas. Si hoy en día sabemos algo acerca de la Jerarquía, por favor recordemos bien que nos habrán ido excesivamente bien las cosas si nos encontramos con alguno de ellos al cabo de 12 encarnaciones. Eso ya es hacer las cosas muy rápidamente. Las dimensiones del tiempo, tal como nosotros las entendemos, son muy diferentes de la comprensión del tiempo que tienen los grandes seres. La idea es, pues, trabajar con lo poco que sabemos.

Mañana entraremos a considerar otro tema. Gracias.

Saludos fraternales de corazón y mis mejores deseos. Hoy la idea es dar ciertas correspondencias entre el cuerpo y el cosmos a modo de información.

Todos sabemos que el cuerpo humano se puede comparar con los 12 signos zodiacales, desde Aries a Piscis. Esto seguro que todos lo sabéis.

Desde la parte alta de la cabeza hasta las cejas es Aries.

Desde el puente de la nariz hasta la parte baja de las mandíbulas es Tauro.

La garganta, los omóplatos, los brazos, así como los dos pulmones son Géminis.

Todo lo referente al corazón, la circulación y pulsación tiene que ver con Cáncer.

El diafragma tiene que ver con Leo.

La parte entre el diafragma y el ombligo tiene que ver con Virgo.

El ombligo como tal tiene que ver con Libra.

Los órganos generadores pertenecen a Escorpio.

Los muslos pertenecen a Sagitario.

Las rodillas tienen que ver con Capricornio.

Los tobillos tienen que ver con Acuario.

Y los pies tienen que ver con Piscis.

La astrología esotérica nos dice que después de Escorpio hay también un sendero de retorno en el que Sagitario está situado en la parte superior del *Mulhadara*. Capricornio está situado en el Centro Superior del Corazón, y Acuario está relacionado con el Tercer Ojo superior, es decir, el Ojo de Shiva, y Piscis tiene que ver con la parte más alta de la cabeza, y las 7 energías planetarias están relacionadas con los 7 centros del cuerpo. Así se conocen los planetas y los signos zodiacales.

Ahora voy a dar los aspectos dimensionales en relación al ser humano:

El *Ajna* es el Este. El Centro del Corazón es el Sur. El Centro superior del *Mulhadara* es el Oeste. El punto en el que tenemos la coronilla, donde crece el cabello, ése es el Norte (es el punto que yo estoy mostrando en la coronilla). El Este es el *Ajna*, el Sur es el Corazón, el Oeste es el *Mulhadara* superior. Luego está la dirección entre el Norte y Este como Nordeste, que es el centro que encontramos en la parte alta de la frente. Entre el Este y el Sur está el Sureste. Sabemos que el Este es el *Ajna* y el Sur es el Corazón, el Sur representa al fuego. Volveré a hablar más tarde acerca de las cualidades de las direcciones. La boca es el lugar del fuego. Ahí es donde tiene que tener lugar el ritual de fuego. ¿Veis como en el ritual del fuego colocamos todos los materiales dentro de los triángulos que hemos construido y se le ofrece al fuego? De modo que el lugar del fuego, o el fogón del ser humano, es la boca, que es donde todo se coloca para ser distribuido entre los devas. Ése es el Sureste. Entre el Sur y el Oeste está el Suroeste, que es el *Mulhadabara*. Entre el Oeste y el Norte está el Noroeste. El Noroeste son las fosas nasales. Y luego está la dirección de arriba, que es la parte alta de la cabeza, y luego la dirección de abajo, que está bajo las plantas de nuestros pies. Ésas son las direcciones.

El Norte representa el silencio absoluto, que también tiene que ver con el Dios Absoluto, que está más allá de la Creación. Luego viene el Este, que tiene que ver con la luz, donde tenemos la manifestación de la Voluntad de Dios. Entre el Norte y el Este, que llamamos Nordeste, está el punto de encuentro entre el Dios Absoluto y el Dios como luz, que es lo que se llama el Dios masculino y femenino (*ardurari* en sánscrito y *adonai* en griego). Entonces el Norte es el Dios Absoluto y el Este es la Luz. La Luz es el aspecto femenino del Dios Absoluto. El punto de encuentro entre el Dios más allá de la Creación y el Dios en la Creación es el Nordeste. Es el punto en el que la aparente Nada se transforma en el algo aparente. Por eso el Nordeste se considera como la dirección más agradable, en la que el Padre y la Madre del Mundo están juntos. Así que el Norte, el Nordeste y el Este. El Norte es el silencio que es el Dios Absoluto, el Nordeste es el Dios masculino femenino.

El Este es el Dios femenino, la Madre del Mundo en la que el Padre permanece oculto. Y luego el Sudeste es fuego. De la Madre del Mundo sale la creación mediante el fuego.

Luego está el Sur, que está en el Centro del Corazón, y representa la compasión y el amor (el aspecto amor de Dios). De modo que el Este es el aspecto Voluntad, el Sur es el aspecto Amor. Por eso a este sistema se le suministra la Energía desde el Sur, en donde tenemos el gran sistema de Sirio. Todos los Maestros, toda la jerarquía de Maestros viene del Sur. Todos los detalles se dan en el librito *Dattatreya*. De modo que el Centro del Corazón es el centro de la Jerarquía. Por eso, si queremos mantener silencio, hemos de orientarnos hacia el Norte; si queremos hablar mediante el Silencio, debemos orientarnos hacia el Nordeste; cuando decimos “Hablemos el silencio sin romperlo”, es ya el Nordeste. Si queremos mirar a la luz y contemplar en la voluntad de Dios, es el *Ajna*. Si queremos generar fuego, es mediante la apropiada pronunciación del sonido por la boca. Si queremos conectar con las energías de amor, entonces hemos de mirar al Sur.

Y luego nos queda el Sudoeste, que es el Centro de Base; el Sudoeste es el punto más remoto hasta el que llega la materia, por eso se le llama el *Mulbadara* inferior. La energía de este centro protege lo material. Luego tenemos el Oeste, donde tenemos la actividad inteligente; y el Noroeste, que está en las fosas nasales, que regula el aire. La característica del Noroeste es el aire. Y luego la dirección que llamamos arriba es el mundo del *Noumenon*, y la dirección que llamamos abajo es el mundo infernal, es decir, el mundo inferior de la materia. Y de arriba a abajo hay una línea vertical. Si conectamos todos los puntos de todas las direcciones, habremos construido una doble pirámide, y una pirámide de ocho lados. Es una pirámide octogonal, una con la punta hacia arriba y la otra con la punta hacia abajo; su presentación artística es lo que produce la esfera. Hay una manera de invocar a todas estas energías: desde el Silencio a la Luz, de la Luz al Amor, y del Amor a la Actividad Inteligente. Entremedio del espíritu y la materia se une el Nordeste, y luego el punto de fuego, y el punto de la materia densa, y el punto de aire. Todos estos puntos pueden invocarse en las partes correspondientes del cuerpo. El sol físico y su correspondiente energía pueden invocarse a través del ojo izquierdo. Y luego el corazón del sol, que es lo que se llama el Centro Solar, puede invocarse en el ojo derecho. Y el sol cósmico puede invocarse en el Tercer Ojo. El sonido y la energía jupiteriana pueden invocarse en los oídos. Los oídos, el sonido y Júpiter van juntos. La mandíbula superior tiene que ver con el aspecto divino de la Manifestación, y la mandíbula inferior representa la Manifestación del mundo material a partir del mundo de la Luz. La lengua tiene que ver con el fuego que conecta el mundo divino con el mundo material. Los 16 pares de dientes están en relación con las 16 variaciones de la luz de la Luna con su orden ascendente y descendente. La cabeza como tal está relacionada con el cielo, con la luz o con la Consciencia. La parte que hay entre el cuello y el diafragma puede relacionarse con la fuerza de la luz, y la parte entre el diafragma y el Centro de Base puede relacionarse con el mundo material. En otras palabras, *Noumenon*, fenoménico y material.

Cuando decimos *BHUR BHUVA SUVAH* podemos sentir el mundo de lo material desde el Centro de Base al diafragma como *BHUR*, y luego *BHUVA* entre el cuello y el diafragma, y luego *SUVAH* hasta la pituitaria en la cabeza. Después el *SAVITUR* tiene el *Ajna*. Cuando decimos *VARENYAM* estamos buscando que la energía del *Ajna* nos abraza, que la energía del *Ajna* abraza el punto de la pituitaria, que es el trabajo fundamental de la Magia Blanca. Todo el libro titulado *Tratado sobre Magia Blanca* contempla la construcción del puente luminoso entre el punto de la pineal y el punto de la pituitaria. Cuando decimos *TAT SAVITUR VARENYAM* estamos pidiendo que la energía del Tercer Ojo se abraza con la de la pituitaria. Y luego, cuando decimos *BHARGO DEVASYA* puede interpretarse como el Tercer Ojo. Así pues, cuando cantamos *Gáyatri* podemos recorrer conscientemente todo el cuerpo, desde el Centro de Base hasta la

pituitaria en tres fases, y del *Ajna* a la pituitaria como cuarta fase, en la que se produce la conexión con el Centro Solar y luego se hace otra conexión ulterior, que es el puente superior entre el Ojo de Shiva y el Tercer Ojo del ser humano. Éste es el trabajo que tenemos que hacer cuando cantemos el *Gáyatri*.

No todas las cosas se pueden poner en un libro, sino que de vez en cuando la sabiduría florece o amanece según el tiempo, el lugar y la audiencia. Así, podemos encontrar la alineación de la luz tomando en consideración las tres partes del cuerpo. Las manos pueden interpretarse como que llevan las energías protectoras: las manos tienen la energía del gobierno; el trabajo del gobierno es proteger, alimentar y cultivar a la gente y tener cuidado en general del ser o del reino. Por eso, si uno está por caerse, los primeros órganos que intentan protegernos son las manos. Si hay demasiada luz, también intentamos taparnos los ojos con las manos; si hay un mal olor, intentamos taparnos la nariz o protegerla con las manos; si hay algo que nos pica en el cuerpo, son las manos las que van y rascan, y son las manos las que nos dan el alimento y las que dan, también, alimento a otros.

De modo que en las manos está la energía regia, y las palmas de las manos desempeñan un gran papel en relación con el sistema de energías de una persona. Unas manos que dan, unas manos que alimentan y cultivan a los demás, unas manos que otorgan bendiciones a los demás, unas manos que dan protección a los demás, son manos iniciáticas. Semejantes manos utilizadas para tales propósitos benevolentes son las mejores manos para curar. Nadie puede ser un curador a menos que tenga en él o en ella la capacidad de dar, de compartir, de soltar. El uso de las manos se considera como uno de los aspectos del Discipulado. Se recomienda lavarse las manos frecuentemente y no tocar sin discernimiento todas las cosas con las manos, eso también se recomienda sobremanera. Asegurarnos de que las manos tengan la correlativa energía, y cada vez que llevemos a cabo un acto en beneficio del mundo, volvamos y lavémonos las manos para recibir nuevamente las energías. Ésta es una práctica sugerida para los discípulos en el *Ashtam*. ¿Qué existe hoy día con los médicos cuando tratan a los pacientes? Cuando se examina a un paciente el médico va a un rincón, se lava las manos en aguas puras y luego se las seca. Cada vez que se utiliza la mano se la purifica de nuevo con ayuda del agua y se invoca conscientemente la energía de la cabeza y del corazón para distribuirla a través de las manos. Una mano que distribuye es una mano divina. Puede distribuir cosas materiales, puede distribuir energías de curación, puede distribuir energías de bendición (mediante dar la bendición). Y cuando no se utilizan las manos, se recomienda sobremanera que las dos manos estén juntas. Eso es lo que se llama cerrar a candado las energías de las dos manos, para que cuando la energía tenga que ser liberada se separen las manos para liberarla. Pero sino, por lo general no se las mantiene en esa posición, separadas. Por eso cuando estamos de viaje o descansando se nos pide que juntemos las manos, así como también los pies, para que no se descargue la energía de nuestro sistema, éste es otro aspecto.

Al estómago se le considera como el hombre de negocios. La cabeza es el sacerdote, la persona espiritual, el Maestro o el brahmán o el cohen. El cohen está en la cabeza, el rey está en las manos. El estómago es el hombre de negocios: recibe energías, y las distribuye entre todas las partes del cuerpo. La cabeza no busca recepción de energías, sino que su trabajo es enseñar y sanar. El trabajo de las manos es también el de proteger. Las manos reciben la energía del sistema superior y el estómago lo recibe y lo distribuye a todos. De modo que el estómago es el ejecutivo. Luego, las piernas serían los trabajadores. Ésta es otra división en relación con el cuerpo humano.

Luego está también la división del cuerpo respecto a sus capas. El número uno es el cuerpo material que todos vemos. Está dirigido por el cuerpo del deseo, que es un aspecto inferior de la voluntad. Cuando la voluntad se refleja en el mundo de la materia se convierte en deseo, y mediante el cuerpo del deseo se mueve el cuerpo físico. El cuerpo físico tiene

también el apoyo del cuerpo etérico y de las fuerzas pránicas, que se reciben a través del cuerpo etérico y desarrollan o crean lo que se llama el cuerpo de *prana*. Así, dentro del cuerpo astral hay tres cuerpos: el cuerpo etérico 1, que se llama el cuerpo de luz dorada, en sánscrito *shukma sarira*. Luego está el cuerpo del prana 2, al que se le llama *prana sarira*. El tercero es el cuerpo de deseos, al que se llama también la materia gris. Estos tres cuerpos juntos forman lo que se llama el cuerpo astral. Si el deseo está en sintonía con la Ley, la densidad de la materia gris desaparecerá y el cuerpo astral brillará como el gris plateado. Así, las visiones etéricas son de color gris plateado. De entre los cuatro cuerpos que hemos descrito ahora, uno, como digo, es físico; el otro es el cuerpo del deseo; el otro es el cuerpo pránico, y el cuarto es el cuerpo etérico. Hay un cuerpo que necesita que nosotros lo regulemos, que es el cuerpo del deseo. Es el primer paso en el Discipulado.

Luego está el quinto cuerpo, que es el cuerpo mental. El cuerpo mental también incluye el cuerpo mental emocional y el mental intelectual, así como el mental intuitivo. De modo que el cuerpo mental intuitivo está lleno de luz, y el cuerpo mental intelectual está lleno de color naranja brillante. Siempre que siga teniendo color naranja brillante será un cuerpo mental claro y flexible y no estará demasiado cristalizado. Y después tenemos el cuerpo mental emocional, que está entre el color naranja y el rosado, entre la luz dorada y la luz anaranjada. Luego está el cuerpo intuitivo, que se llama también cuerpo búdico y es de luz blanca azulada y blanca. En estos tres cuerpos lo importante es retener el cuerpo intuitivo y el cuerpo intelectual, y el aspecto emocional se transformará en el amor relativo a la sabiduría.

La fuerza motivadora del cuerpo de sabiduría se llama cuerpo causal. Los Seres de Sabiduría trabajan según un Plan, y siguen desarrollando la luz de su cuerpo, la luz causal, y la construyen tan grande como se pueda. Esta parte del cuerpo se llama la cúpula del templo, y permite que sea tan grande como sea posible; cuanto más grande es su altura más amplia es su efectividad a la hora de transmitir las energías de amor, de luz y de sabiduría. Cuando el trabajo se ha logrado, incluso este cuerpo se disuelve. El cuerpo causal está considerado como el templo de Salomón y se eleva hasta alcanzar grandes dimensiones para proteger a todos los seres, iluminarlos, dirigirlos y asegurarse de que caminen por el sendero desde cualquier estado en que estén hasta la Luz. Ése es el trabajo del Adepto. Serán capaces de salir fuera del templo a voluntad, o retener el templo para trabajar a través de él. En casos muy raros, una vez terminado el trabajo, lo destruyen. Cuando este templo es destruido se llama el Nirvana (*Nirvana* significa muerte de todo aquello que se ha construido), y el alma se relaciona a sí misma con lo Absoluto y cuando sea necesario, según el tiempo y el lugar, ellos pueden manifestar el templo y trabajar a través de él. Inicialmente, cuando se construye este templo, se logra con un enorme trabajo y después la mente supera incluso este aspecto causal y entonces comprende que el alma es la fuente del templo, y que el templo es el medio para que Él actúe a través suyo, y por eso decide destruir el templo, porque sabe que lo puede volver a reconstruir a voluntad y volver a llevar a cabo el trabajo y volver nuevamente al estado de Nirvana (*Nirvana* es permanecer como aquello Yo Soy). El templo es el medio para trabajar.

De modo que ése es el significado ocultista de aquella frase que dijo Jesús: “Yo destruiré este templo y lo reconstruiré en tres días y tres noches”. Ésa es una frase que tiene que ver con un altísimo grado de masonería. El que ha experimentado a Dios, cuando regresa tiene la posibilidad de manifestarse según el tiempo, el lugar y la necesidad. Ése es el último paso en el camino del Adepto. El Adepto no vive como triángulo, sino sólo como un centro con circunferencia, que es el símbolo del alma. Los Adeptos pueden construir un triángulo con el vértice hacia arriba como su cuerpo de sabiduría, cuando el trabajo así lo exija. De otro modo ellos permanecen como un alma en sintonía con el alma universal. El centro tiene que ver directamente con el alma, y la circunferencia tiene que ver directamente con el Alma Universal. El Adepto está en relación con el Alma Universal, y

esa relación entre el alma individual y el Alma Universal es el radio desde el centro a la circunferencia. Su valor es Pi. La relación entre el alma individual y el alma universal, cuyo otro nombre es *Vyasa*, es la relación que revela toda la sabiduría, porque entre el Padre y el Hijo hay una buena ecuación. A través de esa ecuación puede llegar toda la sabiduría cuando el tiempo y el lugar lo exijan. De modo que ése es el sendero de la sabiduría desde lo absoluto a lo individual. Ése es el último estado al que uno llega, y eso es lo que quiere decir Budha cuando habla del Nirvana y lo pone en relación sólo el plano Para que significa el Ser del Más Allá; y estando así, los Adeptos siempre pueden adoptar el estado de triángulo, es decir, construir el cuerpo causal, que es el cuerpo de luz. Si no hay necesidad, los Adeptos han de quedar también liberados del cuerpo de luz para quedarse sólo como almas. Por eso hay un estadio en el que incluso las herramientas de sabiduría se rompen, uno no tiene ya por qué llevarlas consigo, pero uno puede manifestarlas a voluntad.

Los reyes Iniciados siempre llevaban con ellos instrumentos mágicos, como el cetro de poder, para hacer las cosas. Pero Iniciados más avanzados no llevan con ellos ningún instrumento mágico, porque pueden manifestar el instrumento cuando lo precisen. Arjuna llevaba con él muchas armas celestiales; Krishna no tenía arma ninguna, pero podía hacer a voluntad que cualquier arma viniera a su mano. De modo que permanecer en la sabiduría es un aspecto, pero incluso llegar al punto de romper las herramientas de sabiduría y permanecer más allá de todo eso manifestando la herramienta cuando y como sea necesario es el estado superior, aspecto que se ha descrito como la destrucción del cuerpo causal una vez hecho el trabajo. Eso es lo que quiso decir Jesús cuando dijo: “Ahora me elevaré e iré hasta mi Padre”. Es decir, que una vez realizado el trabajo, ya no tenía razón alguna para seguir estando en el cuerpo causal. Destruyó el templo por el que había distribuido las energías y se puso en relación directa con el Padre, y así se quedó para estar con nosotros, y según el Plan, es capaz de volver a manifestar el Templo. Eso le ocurre a todo Iniciado. Se dice que todos esos Iniciados esotéricamente hablando han ido más allá de las esferas de la Tierra. Las Escrituras dicen que volvieron al Padre, dicen que se fueron al Cielo. De todos esos seres a quienes conocemos de nombre, y que estuvieron encarnados hace 5.000 años, ninguno ha ascendido más allá de la esfera de la Tierra. Lo único que ocurre es que no están a disposición de la Humanidad en general, sino que están a disposición de aquellos que están trabajando a través de su cuerpo-templo (o sea, de su cuerpo causal). Ellos tienen sus discípulos y trabajan con aquellos discípulos que todavía tienen los templos. Si necesitaran construir un templo, lo construirían a voluntad. Así ocurre el trabajo.

De modo que hay tres NO negativos que hemos de superar: Un NO tiene que ver con los deseos, el segundo NO tiene que ver con los conceptos mentales, el tercer NO tiene que ver con la sabiduría. La experiencia pura está más allá de las herramientas de la sabiduría ya experimentada en uno. Por eso, en la masonería se dice: “Una vez se han utilizado al máximo los instrumentos de masonería, éstos han de ser destruidos”. Y también dicen que el cuerpo ha de ser arrojado a los buitres. Muchas veces os digo que el Discipulado es un proceso de cortar el cuello, arrancar la lengua y volver a poner una nueva cabeza. Cortar el cuello significa producir la necesaria reorientación del buen uso de la garganta; arrancar la lengua se refiere a una lengua que se mueve excesivamente, una lengua que pincha, una lengua que difunde veneno, una lengua que puede producir daño mediante la palabra, que puede herir hablando, una lengua que siempre busca el gusto. Ese tipo de lengua ha de ser arrancada, arranquémosla. Luego, la lengua de fuego se manifestará. Eso es lo que se dice que les ocurrió a los discípulos el día de Pentecostés, y tomad nota: No los doce recibieron la Iniciación, eso no puede ocurrir. Entre los 12 discípulos sólo uno llegó al estado de Adepto, y es el que llamamos Maestro Hilarión. Él era el que estaba más cerca de la Verdad cuando habló de las enseñanzas de Jesús, era el más joven de los discípulos, al que la gente llamaba Juan. El resto de los evangelios ha de olvidarse con toda seguridad. Las copias son duplicados, y los originales son originales. Si queremos seguir el Nuevo

Testamento, el libro del Apocalipsis es el libro que se respeta en los *Ashtams*, porque ese libro contiene todas las dimensiones de la construcción del universo. Ese libro habla de la existencia cuádruple y habla de los 24 elementos; tiene en él todos los secretos numéricos y astrológicos, así como todos los secretos de los ciclos del tiempo. Otros evangelios son en gloria del Uno cuyo trabajo esotérico se menciona. Recordemos siempre que todo gran Maestro es un gran curador, y por tanto, todo Maestro hace muchos milagros y también enseña. Pero sólo un discípulo puede ver a un Maestro en el marco de la personalidad. Está el marco del Maestro y está el Maestro como tal, trabajando a través de ese marco suyo. Algunos identifican al Maestro con el marco y establecen un culto que se transforma en una religión. Sólo uno sabe ver el principio que actúa a través de ese marco, y ése es el que tiene la túnica, y a ése es al que se le enseña la Verdad y es a través del cual se revela la Verdad un poquito más, pero no totalmente. Ahora volvamos, pues, a aquello de nuestras lenguas.

Cuando es tiempo de que la lengua de fuego se manifieste, la lengua que tenemos pasa por las necesarias transformaciones para ser capaz de recibir el fuego de la Palabra, del Verbo. El mensaje del cuello para la gente que tiene problemas de garganta regularmente es que tenemos que cortarlo, y la lengua también tiene que pasar necesariamente por transformaciones. Cuando el cuello y la lengua actúan según los requerimientos del Discipulado, la cabeza es reemplazada, es decir, todos los modelos de pensamiento han cambiado sus reflejos y uno está ya libre de reflejos. Cuando la cabeza está libre de reflejos, lo superior se puede reflejar en ella o a través de ella; cuando la cabeza está ocupada, no hay manera de que ningún impulso superior pueda entrar en ella. Ha de ser como un globo abierto. Cuando un globo florece es un loto, así se dice en el mundo ocultista. ¿Cuál es la función del loto? Orientarse únicamente hacia la luz solar. Así está conectado, y ya no hay una cabeza individual, sino que está ya libre de todo reflejo mundano para que lo Divino se pueda reflejar a través de la cabeza y la lengua hable de ello, las manos bendigan a esa divinidad, y las piernas lleven a esa divinidad a los lugares donde se necesita llevarla. La mente, los sentidos y el cuerpo están orientados al Plan solar. Entonces la segunda parte de la frase (la primera parte dice: “Se corta el cuello”) dice: “Se arrancó la lengua”; la tercera parte dice: “La cabeza reemplazada”; y la cuarta parte: “El cuerpo es arrojado a los buitres”. ¿Quiénes son esos buitres? La Humanidad actual. Tanto en el caso de Moisés, como Jesús, Krishna o Budha, su cuerpo fue arrojado a los buitres, es decir, que todos ellos han hecho trabajo pionero. Ningún discípulo se convierte en Maestro hasta que no ha destruido los aspectos negativos de ciertas tradiciones y ha liberado a una parte sustancial de la Humanidad. Eso exigirá el sacrificio de todo lo que tiene, incluyendo su cuerpo. Y el trabajo que hacen sembrará una nueva semilla que, poco a poco, germinará y dará una nueva dirección en sintonía con el tiempo y con el lugar.

Así, todo gran Iniciado es un reformador, es un pionero, y contribuirá substancialmente a destruir lo que cristalizó; lo que destruyen es la cristalización de la Verdad, pero no la Verdad como tal. ¿Sabéis lo que ocurre cada vez que viene un Iniciado? Enseña la Verdad de nuevo y destruye ciertas tradiciones que son distorsiones de la Verdad, y sólo uno entre la multitud recibe el Verbo que transmite el Iniciado y continúa el trabajo hasta llevarlo a su fin lógico.

Pero el resto de la gente ajusta la Verdad a su propia comprensión, ése es el problema. Ayer os hablé de que hay dos modos: uno era ajustarse a la Verdad, y el otro es ajustar la Verdad a la necesidad. Si es necesario, intentamos citar al Maestro para defender nuestra necesidad. Eso es lo que se llama ajustar la Verdad, y, generación tras generación, ha habido demasiados ajustes que se han hecho a la Verdad, y al final, una verdad blanca se convierte en una mentira blanca, y son los ciegos quienes guían a los ciegos.

Así que un Iniciado más viene para dar de nuevo los principios esenciales. El Iniciado insiste en los principios esenciales y deja libertad en las cosas no esenciales. Pero

quiere que toda la gente tenga el amor como motivo en sus acciones: unidad en lo esencial, libertad en lo no esencial; pero amor, caridad en todos los motivos. Éste es el patrón de funcionamiento de la persona que tiene el Verbo o la Palabra. Es amoroso, caritativo en su motivo tanto hacia las personas de conocimiento como hacia las personas de ignorancia. Y cuando alguien tiene la intención de seguir el Camino, le dice las cosas esenciales de la Verdad, y en relación a las cosas no esenciales, deja libertad. Así ocurre el trabajo. Cuando la Verdad se está reajustando de su distorsión, lo normal es que uno atraiga oposición: todo reformador encuentra oposición entre las autoridades del país, que se distribuyen entre el rey y el sacerdote. De algún modo, los sacerdotes oficiales nunca han sido grandes Iniciados; oficialmente se les conoce como cabezas de una religión, y por lo general llegan a serlo por antigüedad, aunque se pueden hacer excepciones. Ningún Iniciado nace nunca a través de una religión estructurada, sino que siempre da una nueva estructura. La destrucción de una estructura en beneficio de la mayoría es el trabajo principal de un Iniciado, y por eso no se le ve en la perspectiva correcta. Siempre se adelanta a su tiempo y por eso no es comprendido, y se tarda entre doscientos y trescientos años en encontrar los vislumbres de la Verdad con respecto a lo que dijo. La Humanidad tiene la mala costumbre de edificar a una persona mucho más tarde de que se haya marchado, y de no reconocerle nunca cuando está en vida, o disponible. Si queréis ser dioses, mejor que os marchéis, que partáis.

A Moisés no le escucharon las tribus que sacó de la esclavitud, él llegó a comprender que su trabajo consistía en sacar a la comunidad de la esclavitud, y más allá de eso, parece ser que no había ningún otro plan. Entonces dijo que iba a buscar a una de las tribus, que estaba perdida, pero nunca regresó. Encontró una razón o un modo de liberarse de las tribus que no podían establecer ninguna comunicación con él. Su único seguidor, Josué, a quien su Maestro, Moisés, le había dado ciertos instrumentos mágicos, fue el único que estableció la comunidad en una tierra específica. Moisés, pues, se marchó. La leyenda dice que se marchó hasta los Himalayas, y que hay sólo dos tumbas en un lugar llamado Phehlgam, que significa el Primer Pueblo, y las dos tumbas se orientan hacia Jerusalén, y todas las demás tumbas se orientan hacia La Meca. En Srinagar, en el estado de Cachemira, los hindúes no tienen tumbas porque se los incinera, ¿verdad? Y los parshis ponen su cuerpo a disposición de los buitres debido a un entendimiento distorsionado proveniente de un concepto ocultista; pero todavía contiene cierto propósito el hecho de que, una vez dejado el cuerpo, se lo den a los buitres. Las águilas y los buitres se los comen. Eso es lo que hacen los parshis. De modo que sólo se identifica a los musulmanes, porque tienen tumbas, y las orientan hacia La Meca. Los parshis no tienen tumbas, los hindúes tampoco tienen tumbas. Así que la leyenda dice que las dos únicas tumbas que están orientadas hacia Jerusalén en ese pueblo llamado El Primer Pueblo, pertenecen a Moisés y a Jesús. En esos lugares, en esas áreas se habla de todo esto así, corrientemente, porque también es cierto y era cierto que una de las tribus más evolucionadas de los judíos vivía en uno de esos valles de Cachemira. Todas las religiones basadas en la sabiduría nacen en el valle de Cachemira, y puesto que estamos en la Era de Kali, ese valle está ahora en gran conflicto. Ese conflicto es propio de la naturaleza de los tiempos en que estamos.

De modo que, volviendo a nuestro tema de arrojar el cuerpo a los buitres, los Iniciados, los Adeptos, sacrifican todo lo que tiene que ver con el cuerpo; cuando digo cuerpo también me refiero al cuerpo de luz. De modo que, desde el punto de vista de las más altas Iniciaciones, lo que se dedica a la Humanidad no es solamente el cuerpo de carne y hueso sino también el cuerpo de sabiduría, que se llama cuerpo de luz. Y así se libera el Iniciado de la deuda que tiene para con la Humanidad, y después de eso vive en un estado nirvánico, hace las cosas a través del éter del planeta, y dependiendo de las exigencias del tiempo, puede manifestarse. Pero sino, lo que hará será trabajar a través de una cadena de discípulos. Todo Adepto tiene un discípulo que se encarga de preservar el aspecto de

sabiduría, quiere decirse que ese discípulo está trabajando a través del templo de Salomón, es decir, a través del cuerpo causal o cuerpo de luz diamantina. Y ese discípulo a su vez tiene otro discípulo que tendrá el cuerpo de luz etérica amarillo dorada, y ese discípulo, a su vez, tiene otro discípulo que trabaja para él en el plano físico. Así, todo Adepto tiene tres sucesiones para llegar hasta el plano físico denso, ésa es la manera en que el Iniciado tiene una existencia cuádruple.

PARAH PRASHANTI MAICHAMA VAIKARI... son los 4 aspectos de la palabra, la existencia cuádruple es completa para el Adepto mediante una cadena de tres discípulos. De modo que él es el centro del triángulo y tiene acceso a los tres. Por eso, la jerarquía de un Adepto estará completa cuando encuentre sucesivamente a tres personas capaces de llevar en ellas la Verdad. Entonces será un miembro activo trabajando para la Jerarquía. Estos 4 aspectos existen también en nosotros, pero tenemos que trabajarlos. Por ejemplo, el aura alrededor de nosotros es el cuarto aspecto. Está conectada con el *Buddhi* en nosotros, y de ese modo pues, conectada con el *Ajna*, así que a través del *Ajna* la persona manifiesta. *Ajna* se convierte, pues, en el primer discípulo; las órdenes del *Ajna* son recibidas por el Corazón. De modo que el Corazón, el estado de estar en el corazón, es el segundo discípulo del aura. Luego, el corazón se comunica a través de la garganta, así que el Centro Laríngeo es el tercer discípulo. Tomemos la parte áurica, que es la parte no manifestada con respecto a nosotros, ése es el Dios del más allá, el Dios que está más allá de este sistema creado de nuestro organismo. Y luego está el Dios dentro del organismo, entre el sistema nuestro que funciona como la luz del *Ajna*, y a él se le llama Dios en el Hombre. Él se comunica con el Centro del Corazón. Y desde el Corazón el Hombre de Dios lo recibe a la altura del Centro Laríngeo. Por eso el Centro Laríngeo representa a la Humanidad, el Centro del Corazón representa al Discípulo, el Centro de *Ajna* representa al Maestro, y el aura representa al Adepto. Estos son los cuatro estados.

En los *Puranas Orientales* al estado áurico se le denomina *Narayana*; al estado de Morador, es decir, Dios dentro del sistema, se le llama *Vasudeva*. *Deva* significa lo Divino y *vasu* significa el morador, el que vive dentro de. De modo que el Dios morador en el interior se llama *Vasudeva*. Así tenemos a *Narayana*, *Vasudeva* y después *Pradhyumna*, que es el que está en el corazón, y más tarde también a *Anirudha*, el que se expresa ya en el mundo exterior. Estos son los cuatro estados que se mencionan. Y sin embargo, sólo se conoce el cuarto estado, los otros tres estados anteriores permanecen invisibles. Estos son los cuatro aspectos que nos conciernen, y tenemos un quinto aspecto que está en el Plexo Solar: por eso todo nuestro esfuerzo está en elevarnos del Plexo Solar hasta el Centro Laríngeo, y construir comunicaciones con el Corazón. Porque el Corazón tiene sus comunicaciones establecidas con la cabeza, y la cabeza tiene establecida la comunicación con el entorno, esto es algo en relación a nosotros. Esta tarde hablaré acerca de un detalle más con respecto a *Narayana* y después tendremos una sesión de preguntas y respuestas. Gracias.

Volviendo al tema nuestro acerca de *Narayana*. Hay muchos miembros del grupo que tienen intención de trabajar para los que están a punto de morir. Ése es un trabajo muy importante, y también un trabajo muy profundo. Es fundamental que se dé la información relativa a la reencarnación a personas que están a punto de morir, para que se sientan cómodas al dejar el cuerpo, con el reconforte psíquico de que van a volver. Hay muchas personas en Occidente que no son capaces de dejar el cuerpo, y viven así inconscientemente dentro del cuerpo, aprisionadas en él. La doctrina de la reencarnación es reconfortante psíquicamente hablando, y se puede ayudar a la persona que está a punto de morir con el *mantram* de *Narayana*, tanto silenciosa como verbalmente, dependiendo de la situación en que nos encontremos.

Pronunciamos el *mantram* OM NAMO NARAYANAYA y hacemos un contacto consciente con el alma de esa persona, y le congregamos en el Corazón todas las partes del

cuerpo dispersas, y nos imaginamos que estamos guiando a ese ser a través del color azul del *Narayana* hasta el Centro de *Ajna*, y le proponemos que se libere. Éste es un trabajo que se puede hacer conscientemente. En una persona que está a punto de morir, todas las energías, desde todos los rincones de su cuerpo, se mueven generalmente hacia el Centro del Corazón. Más tarde puede escapar por cualquiera de los orificios del cuerpo, dependiendo de la evolución del ser. Ese movimiento de salida puede guiarse hacia el Centro de *Ajna* y proponer la liberación de esa alma. Este trabajo se puede hacer con seguridad, y reconfortará y dará comodidad a la persona agonizante. En los casos avanzados puede dirigirse también hacia el *Ashram* por el que el alma ha estado anhelando mediante este mismo *mantram*. No somos nosotros los encargados de transportar a esa alma hacia el *Ashram*, sino que ese *mantram* le permitirá al alma llevar su vibración consigo. Así podemos ayudar a una persona agonizante. Ésta es una de las prácticas más antiguas, la de dirigir al alma a través del color azul para que tenga una mejor oportunidad en la vida siguiente. Éste es un aspecto del *mantram* del cual podéis tomar nota, además del uso del *mantram* con fines curativos, de sanación.

Y ahora invito a que haya preguntas acerca del tema del que se habló ayer, o respecto al tema general que se ha presentado a lo largo de toda esta semana. Puede que mañana no haya clase porque hay una boda a las nueve en punto, a la que seguirá un ritual del fuego. Por eso creí conveniente que tuviéramos ahora la sesión de preguntas y respuestas. Esta tarde hay un programa cultural como conclusión del seminario, aunque la verdadera conclusión será mañana a través del ritual de casamiento. Se dice que si al final de una convivencia de grupo hay un matrimonio de este tipo, será una buena conclusión de la convivencia. Ahora podéis preguntar cualquier clarificación que queráis acerca del tema para nuestra práctica. Podéis exponer vuestras preguntas para que según sepa os pueda responder. También ha habido algunos que no tuvieron la oportunidad de hacer preguntas el miércoles por la tarde y que pueden hacerlas ahora.

Pregunta: La pregunta es respecto a cómo colocar las manos cuando se trata de mantener la energía en uno. Ha hablado de juntar las manos, pero no sabe si se ha de agarrar la izquierda con la derecha, o al revés. Dice que en la Iglesia Católica nos han enseñado a poner las manos así (juntar las manos en señal de rezo) y quiere saber algo más de todo esto, que nos hable en general de la postura de las manos y también para la curación. ¿Cómo utilizar las manos para la curación?

Respuesta: Cómo poner las manos es una ciencia de por sí, se llama la ciencia de los *mudras*. Hay muchas maneras de poner juntas las palmas de las dos manos.

El aspecto principal es establecer primero la necesaria pureza.

El segundo aspecto es el poder del pensamiento para poder dirigir la energía.

El tercer aspecto es utilizar las manos.

Por lo general y con fines de sanación, uno puede utilizar las manos en torno a los centros de la enfermedad. Hemos de llegar a ese centro a través de un centro superior. Eso es exactamente lo que hace la gente que se dedica al reiki; se les da también una palabra que mantienen dentro de ellos. El nombre de cualquier Maestro es un *mantram*. O también podéis utilizar el *mantram* *Narayana* e invocar su presencia en nosotros, y luego, en la medida en que nuestro instrumento sea puro, podemos invocar el color azul y causar la transformación. En la sanación ha de contemplarse siempre en los centros etéricos de fuerza. Con este propósito y para transmitir energía, tenemos que hacer imposición de manos con la energía proveniente de los centros superiores hacia el centro afectado. Pero para mantener la energía en nosotros sin que se disipe en momentos en que no se utilizan las manos, es mejor que las mantengamos entrelazadas, de la manera que se quiera. Lo importante es que las dos manos estén juntas.

Cuando se trata de esta postura de *Namaskarams*, se hace para unir las energías de la izquierda y de la derecha. Lo mismo ocurre cuando juntamos las palmas de las manos, pero la postura de *Namaskarams* significa ofrecerse uno mismo a algo más elevado que nosotros. Eso lo hace uno normalmente en la plegaria, pero aparte de eso, que la mano izquierda agarre la mano derecha significa que estamos buscando la ascensión, es decir, que estamos buscando energías elevadas; lo contrario, la mano derecha agarra la izquierda, es para hacer que las energías descendan. Aparte de eso hay muchas otras posturas, un total de dieciséis que se utilizan en estadios avanzados. Cuando las dos manos se mantienen una sobre la otra, los pulgares tienen que estar también juntos. El pulgar derecho tiene que ver con el alma, y el pulgar izquierdo tiene que ver con la personalidad. En cualquier postura los pulgares tienen que unirse en la punta, la parte baja del dedo, sea como sea que tengamos las manos, pero los dos pulgares han de estar unidos. En la postura de *Namaskarams* las yemas de los dedos se tienen que unir. Hay muchos otros mensajes y posturas que se pueden aprender más tarde. Hay una postura así, como ésta que estoy haciendo: de dos pulgares y dos índices. Otra con las palmas unidas y los dedos corazón cruzados y los otros dedos levantados. Hay una postura con las manos cruzadas y los pulgares juntos. Todo esto se nos enseñará cuando hayamos comenzado a trabajar bien con las manos. De momento asegurémonos de que nuestras manos estén limpias y de que sean utilizadas sólo para obras de buena voluntad, y no las utilicemos con fines egoístas.

Cuando aprendemos a ofrecer la vida en los tres mundos tenemos que tener la efectividad de las manos y una limpieza mental, emocional y física. Es una condición primordial. Tener buenos pensamientos es otra condición esencial, todas las reglas normales del Yoga han de aplicarse. Por encima de todo, lo que he dicho, hay que ser conscientes del poder de las manos y por eso tenerlas limpias, y cuando estemos en descanso asegurarnos de que las manos estén juntas. Que ésta sea una práctica para comenzar. Las demás prácticas ya se enseñarán poco a poco, porque además de las dieciséis posturas, la ciencia completa comprende sesenta y dos posturas. Una vez que adquiramos la necesaria energía, se nos puede dar con más detalle la ciencia entera. También hay una forma de trabajar con el ojo.

Ahora nuestro énfasis está en trabajar con el Centro Laríngeo, que es el requisito previo para los demás trabajos. Un Centro Laríngeo que habla de la personalidad, de la suya o de la de los demás, no está preparado para ningún fin de sanación. Normalmente hablamos bien de nosotros mismos y mal de los demás; si es así, significa que estamos hablando desde un punto de vista de la personalidad. Esto es lo primero que debe cesar; y que nuestra palabra sea sustancialmente constructiva.

La garganta y las manos están bien conectadas; de hecho, el centro de energía de las manos actúa a través de la garganta. Muchas veces, cuando hablamos de manera inconsciente, movemos las manos, y cuando somos incapaces de expresar las cosas mediante la palabra, intentamos expresarnos con las manos. La palabra no sale, pero las manos lo expresan. Cuando habla, mucha gente danza muchísimo con sus manos. La fuente por la que le llega la energía a las manos es la garganta. Lo primero que hemos de hacer es trabajar con la palabra y el silencio, con el OM. Eso nos permitirá cesar de hablar de las personalidades, de uno mismo. Generalmente cuando uno habla de sí mismo dice más de lo que uno es, y cuando uno habla de los demás suele decir mucho menos de lo que son. Si nos gusta una persona, decimos más de lo que tiene o de lo que es; si no nos gusta, decimos menos de lo que tiene o es en realidad. Estas distorsiones tienen que desaparecer. Ahora, en muchos lugares el trabajo de curación espiritual está en su infancia. El verdadero trabajo de curación llegará cuando el hombre haya aprendido cómo hablar. Cómo hablar está unido a cómo pensar. Lo que se recomienda es que pensemos desde el Corazón y no pensar desde el Plexo Solar ni desde el Centro Sacro.

Así que adicionalmente a todo esto y para asegurarnos de que no perdamos energías, porque muchos de los miembros del grupo pierden energías por nada, sería de gran ayuda si juntáramos las dos manos y cruzáramos también los dos pies, a la altura de las rodillas o a la altura de los tobillos. Si uno se sienta así, como yo estoy ahora, despatarrado y con las manos abiertas, todas las energías se descargan. Es como mantener los cuatro grifos abiertos: la energía se escapa, se va hacia fuera. Éste es un punto del que me gustaría informaros esta vez, igual que nos hemos ocupado de escribir la otra parte de la respiración seis años después de la primera vez que se explicó. Cuando estemos acostumbrados a mantenernos así, cerrados de ese modo mientras no estemos trabajando, entonces se podrá explicar con seguridad el resto de las posturas. Se han abierto unos portales de la baranda del pórtico, el próximo portal se abrirá cuando el trabajo se haya hecho bien. Ya sé que Cristina Ambach es una persona muy energética, sin embargo ésta es toda la información por el momento.

Pregunta: Por la mañana, si no hay sol, ¿Cómo nos cargamos de energía, por la mañana o por la tarde?

Respuesta: Basta con la luz del sol, aunque no nos den directamente los rayos del sol. Incluso en un día como éste (lluvioso) hay luz de sol y estamos expuestos a ella. El día es casi igual a la noche, a menos que se trate del fin de un ciclo, así que la disponibilidad de la luz del sol no es ningún problema. Lo único, hemos de distinguir entre la luz del sol y los rayos del sol. Cuando se trata de los rayos del sol, los rayos de la mañana y de la tarde tienen mucha más energía.

Pregunta: ¿En qué momento tenemos que contener la respiración?

Respuesta: Cuando hayamos equilibrado el *prana* y el *apana*, que es el primer paso, entonces cuando más tarde seamos capaces de sentir la resonancia de la pulsación en el Centro Laríngeo de manera tangible, cuando sintamos con toda facilidad y comodidad, y también con felicidad, ése es el momento de retener la respiración. Inhalamos y luego retenemos el aire a la altura de la garganta. Ése es el momento correcto de hacer la retención y también el centro correcto para hacerlo es la garganta.

Pregunta: Es respecto a las casas que son como nidos de paloma, dice, respecto a la luz solar que no entraba en ellas. ¿Cómo es posible que entre luz en casas de ese tipo?

Respuesta: Bueno, ya he dicho algo al respecto. Primero se trata de abrir ventanas o claraboyas en los lugares en que sea posible, para que entre más luz en la casa. También que tiremos alguna pared o algún tabique, si es posible, y si tenemos una ventana pequeña, hagámosla más grande. Y veamos el movimiento del sol según la latitud en que vivamos, y veamos de qué modo puede entrar más luz en la casa. Si no somos los propietarios de la casa, tenemos que decirle al propietario que si el inquilino tiene que vivir pacífica y sanamente, si quiere que paguemos el alquiler regularmente, sería mejor que considerase la abertura de una ventana para que entre más luz en la casa. A veces con una mínima modificación uno puede conseguir las cosas, pero si nada es posible en absoluto, lo mejor es cambiarse de casa. Es muy fácil dejar una casa si es alquilada, el apego que se tiene por esa casa no es tan grande. Si es una casa propia, uno es libre de romper por donde quiera. En algunas casas, incluso abren el techo y ponen paneles de vidrio o de cristal fuertes como claraboyas, para que la luz entre cuando el sol se mueva por la terraza. Hay muchas maneras de hacer que la luz entre en las casas.

Pregunta: La pregunta es respecto al proceso de electrificación con agua de los ríos, cataratas o cascadas.

Respuesta: Claro, no he entrado con profundidad en este tema, porque llegaríamos a desanimarnos mucho más con este tema que con el de los nidos de paloma. Pero las aguas que corren y fluyen tienen vida. Las aguas estancadas no tienen vida. Así que si uno tiene la oportunidad de darse una ducha con agua de una catarata, cascada o de un río que corre, la amplificación pránica será más grande. Las aguas estancadas no tienen demasiada vida, claro que sí que tienen vida, pero en la medida en que están estancadas o en un depósito, en esa medida se pierde la vida. Incluso el agua subterránea, que es agua corriente, si tenemos un sistema para bombear el agua y ducharnos con ella es mucho más sana. Por eso bañarse con agua de pozo es también una costumbre muy sana. La nota clave es el agua corriente y no el agua estancada. Para la información de los miembros del grupo tengo que decir que nuestro amigo Andreas es el primero que se lanza a los ríos, cualquier río, o que se atreve a meterse en el agua de cualquier catarata. Pero tened precaución, porque también hemos manipulado la cualidad de los ríos mediante la contaminación industrial. Asegurémonos entonces de que esa agua corriente es lo suficientemente pura, porque sino, atraeremos hacia nosotros otras cosas en nuestro espejismo de que es agua corriente, así que aseguraos de que sea agua limpia y no tenga contaminación. ¿Natalia?

Pregunta (Natalia): ¿Puede hablar sobre el *Pranayama* en relación con el Centro que hay entre los omóplatos y el Centro Sacro?

Respuesta: El *prana* nos llega a través de la luz del sol y de los ejercicios de respiración. Os pediré a todos vosotros que no utilicéis la palabra *Pranayama* para referiros a eso. Porque el *Pranayama* es el resultado de los ejercicios de respiración, igual que la gente utiliza la palabra Yoga para referirse a las *asanas* de Yoga. Así que os pido que por favor, siempre que habléis de esto, digáis ejercicios de respiración o simplemente la respiración. Cuando respiramos, el *prana* recibido es extremadamente bien distribuido por todos los centros, y una dosis adicional de *prana* entra también a través del aire, de modo que es una inhalación adicional de *prana* así como también una distribución del *prana*.

El *prana* recibido de la luz del sol está haciendo este mismo trabajo también, así que cuando la luz del sol esté haciendo este trabajo, hemos de trabajar sólo con estos dos centros. La distribución se hace a través de la respiración. A medida que nuestra respiración se va haciendo más efectiva, no sólo estaremos inhalando más *prana*, sino también distribuyéndolo por todos los centros, incluyendo el Centro de Base. El *prana* se distribuye por todos los centros mediante ejercicios de respiración consciente. Así tenemos que entenderlo. La luz recibida a través del sol llega a estos dos centros, y el trabajo de su distribución lo lleva a cabo el cuerpo etérico, porque estos dos centros están en el cuerpo etérico y de ahí se distribuye a los demás centros.

Cuando trabajemos con la práctica respiratoria, estaremos inhalando más *prana* a través del aire que está repleto de *prana*, y se distribuirá por los siete centros del cuerpo y también energizará las cinco pulsaciones pránicas que ocupan todo el cuerpo, los cinco *vayus*. Éstos recorren todo el cuerpo de la cabeza a los pies, y funcionan de manera mucho más efectiva, de modo que el trabajo de respiración consiste en invocar más *prana* y hacer una distribución igualada de la fuerza vital, de la fuerza pránica.

Pregunta: ¿Cuál es el efecto del rocío de la mañana?

Respuesta: La mejor función que cumple el rocío de la mañana es bajar la presión sanguínea. Si tenemos un fuerte Centro Laríngeo, es decir, una garganta que no se pone frecuentemente enferma debido al cambio de tiempo, se considera muy sano caminar por el rocío de la mañana descalzos, eso hace que la presión del cuerpo se equilibre. El rocío de la mañana tiene mucho impacto pránico también. Así habla el *Ayurveda* acerca del rocío matutino.

Ella lleva levantando la mano desde el miércoles para una pregunta pequeñita.

Pregunta: Me gustaría saber algo más acerca de cómo lavar la lengua. Si hay que hacerlo una vez al día, por la mañana o por la tarde.

Respuesta: Si nos limpiamos la lengua dos veces al día, es lo mejor. La lengua está conectada con el estómago, igual que los treinta y dos dientes están conectados con los treinta y dos centros de energía del cuerpo. Una boca limpia y que tiene gusto quiere decir que el gusto tiene que ser aceptable para la propia persona. No pidáis que los demás examinen si les gusta o no el olor de vuestra boca.

La lengua tiene un sabor natural; eso es una manifestación divina, y cuando nos limpiamos la lengua lo comprendemos mucho mejor. La boca no huele, ni produce las enfermedades correspondientes, si se limpian tanto la lengua como los dientes. Y más que limpiar los dientes, lo más importante es masajear las encías. Es lo primero que hay que hacer para que permanezcan lo suficientemente fuertes para sostener los dientes; luego podemos limpiar los dientes. Asegurémonos de que no quede ningún resto de alimento entre diente y diente, porque eso puede ser una fuente de bacterias y puede producir el decaimiento de las encías. Pero igualmente importante es mantener la lengua limpia siempre que tengamos la sensación de tener una capa sobre la lengua. El color natural de la lengua es anaranjado o rosado, y cuando está sucia tiene tendencia a aparecer sobre ella una capa blanca, y si esa capa blanca es muy fuerte significa que el sistema digestivo se ha ido al traste. El río se ha destruido. El impacto de no tener la lengua limpia se siente en el hígado, en el estómago y en los intestinos. De modo que es bueno limpiar la lengua dos veces al día. Mantenerla limpia al final del día y durante la noche, la acumulación sobre ella se debe al proceso de combustión que tiene lugar en el cuerpo, y por eso hemos de limpiarla por la mañana.

De aquí a veinte años esto será una práctica mundial para todos. Si nos limpiamos la lengua, los problemas de estreñimiento y de estómago se reducen sustancialmente, y nuestra boca no olerá y seremos capaces de pronunciar los sonidos con mucha más agudeza. La precisión en la pronunciación depende de la sutileza y de la suavidad de la lengua. Así que es muy importante que nos limpiemos la lengua cuando pensemos en limpiar la boca en general y generalmente dos veces al día, igual que la ducha; pero si nos damos cuenta de que nuestra lengua no tiene buen gusto para nosotros, podemos limpiarla otra vez. Haciendo esto estaremos complementando de energías al estómago para que tenga una mejor digestión. Esto es acerca de la limpieza de la lengua.

Pregunta (Gabi): En nuestro camino hacia el desapego hay un montón de piedras. Kumar dice: “No sólo piedras, sino peñascos”.

Respuesta: En nuestro proceso de trabajar hacia el desapego, hay ciertas áreas en las que hay bloques de piedra, en las que no podemos practicar el desapego. Entonces nos apegamos de forma emocional. La pregunta es ¿Hay una manera de superar esos bloques de piedra?

Hay una manera, que es la más sencilla y que además se olvida con toda facilidad cuando llega el caso. Consiste en visualizar a aquel ser con quien somos incapaces de superar el apego. Hemos de ver y considerar esa situación como manifestación del Ser Divino, diciendo: “Hay divinidad en esa forma, y es lo que me está causando el espejismo”. Donde hay un espejismo necesitamos ver lo Divino en una mayor medida, así podemos ver las manchas por las que padecemos el espejismo, y no sólo eso, sino que cuando tengamos problemas, puede haber problemas en la vida, hemos de visualizar la suma total de ese problema con esa manifestación de lo Divino, eso es lo que nos está causando el espejismo. Ésa es la mejor manera de quedar liberados del espejismo que estamos sufriendo por un acontecimiento, por una persona o por un problema. El apego puede producir sufrimiento y también placer. Aunque no queramos pensar en algunos problemas, la mente nos los

sigue trayendo, y por lo general la mente es experta en traernos cosas desagradables, y en especial en las horas de la meditación. Ése es el truco, el engaño de la naturaleza. Para engañar al engaño hemos de decirnos: “Vale, ésta es la forma en que se presenta Dios y que está intentando proyectarse, es una máscara”. Nos ponemos una máscara de tigre y miramos al niño. El niño cree que es un tigre, pero entonces nos la quitamos y sonreímos, ese acto sencillo y simple que hacemos respecto al niño se puede aplicar también respecto a estas situaciones. Las personas a través de las cuales recibimos los problemas son una fuente de disgusto, asegurémonos de que son lo Divino en esa forma. Cuanto más veamos lo Divino, menos veremos el problema; y cuando no vemos el problema, no le suministramos energía a ese problema. Inconscientemente les suministramos muchísima energía a nuestros problemas, el problema es una verdad sustituida. Quiere decir que la Verdad es sustituida en el caso del problema, pues lo que hemos de hacer es instituir la Verdad y contemplar que eso es una forma de la verdad y la Verdad misma, entonces ese problema no nos afectará. Ésa es la manera de ver lo Divino incluso en los problemas.

Si no os importa, os contaré una pequeña historia al respecto. Respecto a un rey Iniciado que se llama Ambarisha. Su práctica principal consistía en ver a Dios como todas las formas. Ambarisha, que era rey emperador, gobernaba su reino con la más absoluta armonía y distribuía armonía con esta práctica sencilla, y tampoco tenía enemigos. Estaba ocupado en este solo pensamiento de que todo es divino y que no hay nada que no lo sea, hasta los animales feroces se comportaban en su presencia como amigos. Tenía ministros, sacerdotes, generales de guerra, militares a su cargo, como cualquier rey. Considerando la energía del año solar, el sacerdote real le pidió al rey que hiciera un ritual. Él se lo tomó como que era la voz de lo Divino quien le hablaba, así que hizo un ritual durante todo un año. El ritual consistía en que cada undécima fase de la luna él ayunaría y adoraría al Segundo Logos, y al día siguiente cuando comenzase la duodécima fase ofrecería de comer a doce personas, y después comería él mismo. Eso debería hacerlo antes de la conclusión de esa duodécima fase lunar. Éste es un ritual muy famoso en India.

Entonces el rey lo estaba haciendo y habían pasado ya veintitrés undécimas fases, cuando llegó la vigésimo cuarta. Al final de la undécima fase lunar llegó un gran Iniciado con once discípulos. El rey se sintió muy feliz de poder servir al Iniciado y a sus discípulos dándoles de comer y después poder romper su ayuno. Aquel Iniciado era una persona como un cometa, altamente inflamable, era su especialidad. Llevaba a cabo precipitaciones de cierto *karma* en el plano solar y el plano cósmico. Así que se inflamaba con mucha facilidad, y la gente le temía porque no sabía cuándo o cómo recibiría el estímulo de inflamarse.

Normalmente, cuando alguien se enfada de repente le damos Nux Vómica. Pero en este caso no funcionaría, así que se queda abierto en el cosmos y precipita ciertas acciones que, a fin de cuentas, traerán bendiciones. Así que cuando el rey le invitó a comer, también le explicó a este Iniciado que era una conclusión aparente, o sea muy buena para el ritual, y el rey también le dijo:

- Es la Divinidad en forma tuya lo que ha venido a bendecirme el día final de este ritual anual.

Aquel Iniciado dijo:

- Estoy cansado, me iré hasta el río con mis discípulos, me bañaré y volveré.

Así que fue hasta el río. Normalmente cuando la gente se introduce en un río hace pequeños rituales, como abluciones. El Iniciado entró en profunda contemplación y se olvidó del tiempo, de la hora, y no regresaba. La duodécima fase estaba a punto de terminar, así que los sacerdotes se empezaron a preocupar porque el fruto de todo el ritual, del año entero, dependía de dar de comer a doce invitados, y luego el rey podría tomar alimento. Esa parte estaba ahora en suspense, así que miraban la hora con frecuencia y se

pusieron tensos. Y se dijeron: “El ritual de todo el año no servirá de nada”. Pero para el rey eso era también una manifestación de la voluntad divina. ¿Qué podía él hacer? Estaba sentado tranquilamente, mientras que los sacerdotes se estaban agitando. Entonces los sacerdotes consultaron las escrituras sagradas y vinieron con una solución: si el rey tomaba un vaso de agua, equivaldría a tomar de comer; de todas maneras las doce personas han debido tomar algo de agua en el río, verdad, con la mano. Porque nosotros lo primero que hacemos antes de entrar en un río es tomar tres palmaditas de agua con la mano. Las Escrituras dicen que así se le da plenitud al ritual.

Así que le sugirieron hacer eso al rey. El rey se lo tomó como un mensaje divino, y bebió agua. Nada más beberse el agua, y entrar el agua en su estómago, el Iniciado que estaba en el río abrió los ojos y volvió con sus once discípulos, diciendo:

- He completado el baño, ahora puedes darme de comer.

Miró al rey a los ojos y se dio cuenta que el rey había ingerido algo o bebido agua. Ese fue el punto de estímulo, de modo que se inflamó y se convirtió en la corporeización del fuego. Llamó de todo al rey y le insultó con todos los nombres, diciéndole:

- Eres un mentiroso, has insultado a los invitados, me has invitado a comer, pero tú has comido antes.

Y así toda una completa sesión en este sentido. El rey veía el enfado del Iniciado como divino, como Dios en ese Iniciado.

Si alguien os echa la bronca y seguimos teniendo una cara sonriente, eso produce más enojo en la persona que nos echa la bronca.

Así que el Iniciado empezó un segundo *round*, pero el aura de la energía del rey no cambiaba, porque se tomó todo el insulto contra él como de lo Divino; lo Divino era lo que estaba haciendo todo esto, y no podía alterarse. Hasta que el Iniciado se cansó, y arrancándose una partícula de cabello de su larga cabellera la golpeó contra el suelo, y entonces se produjo un gran monstruo. El Iniciado instruyó al monstruo para que atacara al rey y lo matara, pero para el rey aquel monstruo también era divino, porque el rey entendía lo Divino por completo: no podía existir nada que no fuera divino. Así que él miraba al monstruo, y no se sabe cómo ni dónde, la rueda celestial del Señor vino como un relámpago y mató a aquel monstruo; y la rueda celestial fue hacia el Iniciado, y el Iniciado se preocupó entonces y se puso a correr, pero la rueda lo perseguía.

A esa rueda se la llama *Sudarshana*, que significa buena visión. Aquel rey tenía buena visión, su única visión era ver siempre lo Divino en cualquier tipo de manifestación.

De modo que el Iniciado no dejaba de correr y correr. Tenía la capacidad de moverse por el aire como un relámpago, pero esta rueda, *Sudarshana*, era superior en estos temas, no le mataba pero le perseguía. Así que el Iniciado fue a ver al Tercer Logos, pero el Tercer Logos le dijo:

- Yo no te puedo ayudar, porque has transgredido la Ley; mejor es que vayas a ver al Segundo Logos.

Este Iniciado era un discípulo del Primer Logos, del Fuego Cósmico, y fue a ver al Primer Logos, Shiva. Shiva visualizó toda la situación y dijo:

- Yo no te puedo ayudar, sólo te puede ayudar el Segundo Logos.

Entonces por desesperación fue a ver al Segundo Logos, el que tenía esa arma celestia. Fue y tocando los pies del Segundo Logos, le pidió protección.

El Segundo Logos está lleno de síntesis, que incluye un poquito de humor, y le dijo al Iniciado:

- Yo deseo protegerte, pero ¿qué puedo decirle yo a esta arma? Dame una razón de por qué te tengo que perdonar la vida, para que pueda decírselo a esta rueda, *Sudarshana*. Esta rueda está conmigo porque yo soy el protector de la Ley en la Creación, y porque yo protejo a la Ley ella me admira. Y soy un estricto seguidor de la Ley. Así que tengo que decirle algo a *Sudarshana*, a esa rueda, para que te obedezca. Tiene que haber una buena razón, y que esté

en sintonía con la Ley para que esta rueda no te mate. ¿Qué le puedo decir yo a la rueda *Sudarshana*?

¿Qué podía decir el Iniciado cuando había hecho algo equivocado? Había ido demasiado lejos y eso había enfurismado a *Sudarshana*, que estaba en cooperación con el Segundo Logos.

Entonces el Iniciado le dijo:

- Dame una solución, ya que tú eres todo sabiduría.

Entonces el Segundo Logos dijo:

- Tengo una solución para ti, pero puede que no te guste.

El Iniciado le dijo:

- Con tal de salvar mi vida me tiene que gustar cualquier solución, no tengo otra alternativa.

El Segundo Logos dijo:

- Ve y ponte a los pies del rey y pídele perdón, tienes que rectificar el error allí donde lo has cometido. Has cometido un error en aquel punto y estás corriendo por todo el universo para salvarte. La única solución es que vayas ante el rey y le pidas perdón, entonces puede que la rueda *Sudarshana* considere tu caso, no te lo puedo asegurar, no puedo decirle a la rueda “éste es amigo mío, no le hagas daño”. Si yo tengo favoritismo y nepotismo, el *Sudarshana* no trabajará más conmigo.

Así que aquel Iniciado fue ante el rey y le pidió perdón, pero el rey no se sintió orgulloso por aquello, porque seguía viendo lo Divino en aquel Iniciado que le pedía perdón. Aunque aquel Iniciado hubiera cometido un cierto error -que era la razón por la que el Iniciado le pedía perdón al rey-, el rey seguía viendo lo Divino incluso en aquella situación y en aquel Iniciado. El Iniciado pidió perdón al rey y pidió la protección del *Sudarshana*. Entonces el rey se puso a mirar a la rueda *Sudarshana*, que también era divina para él, le ofreció sus saludos con las manos juntas en señal de respeto, y le dijo:

- Soy una persona que lo único que he hecho durante toda mi vida ha sido ver lo Divino y nada más. Si tienes alguna consideración hacia mí, te pido por favor que consideres salvar a este Iniciado.

Entonces la rueda *Sudarshana* se retiró.

Esta historia se cuenta popularmente en India a la gente que tiene crisis en la vida, para recomendarles que vean las crisis como manifestaciones de la Divinidad. De esa manera somos capaces de neutralizar crisis tras crisis en nuestra vida. Eso también es lo que dice el Maestro Morya: Todo problema aparente esconde tras él un regalo que ofrecerte siempre y cuando trates el problema adecuadamente. De modo que si tomamos nota de esta historia y seguimos el sendero del rey, quedaremos autorrealizados aquí y ahora. No hay ninguna cosa que no veamos como divina. Veremos como divino nuestro trabajo, veremos como divino nuestro compañero de vida, veremos como divinos a los hijos si los tenemos, veremos como divinos a los colegas, no habrá nada que no sea divino. Entonces, ¿dónde está el problema? El problema está en no ver lo Divino, que es un espejismo. Ésta es la clave de la escritura sagrada llamada *Bhagavatam*. Todo problema es una inversión de lo Divino, que se nos presenta al revés: vemos la travesura frente a lo Divino. Eso es espejismo, porque no lo vemos como divino.

Hay una gran devota de Krishna que se llama Mirah. Era una princesa del Rajastán que sentía una gran devoción por Krishna. Para ella todo era Krishna, y cuando ella cantaba decía:

“Tú y la ilusión que tú produces es una sola cosa para mí. La ilusión es toda tuya, yo también soy tuya, así que somos colegas, ambas te pertenecemos y por eso veo a la ilusión como tú mismo, y por eso no me importa caer fruto de la ilusión en tus manos. La ilusión es el juego que tú tienes conmigo: acepto con placer todos los juegos de ilusión que tú haces. A pesar de todo te sigo viendo con o sin ilusión; veo el espejismo en la ilusión como tú, te veo a ti sin ilusión, sin espejismos, y veo tu ser como si fuera mi ser”.

A seres de este tipo no hay nadie que les pueda hacer caer. Tal es el trabajo con la ilusión, con los espejismos. De modo que los bloques dejan de ser bloques, son una manifestación de lo Divino. De ese modo podemos atravesar por todo en la vida. A ésta se la llama la clave del capítulo XV del *Bhagavad Gita*. También se dice así, de manera que puede llevar a engaño en el *Bhagavad Gita*. Krishna le recomienda a Arjuna: “Haz la postura del arma del *asanga*, que es una espada, y corta por medio la ilusión, corta sin piedad los apegos”. Eso parece ser algo muy brutal, porque *asanga* quiere decir el antiapelo. *Asanga* es apelo, *aasanga* es no-apelo, ése es el significado normal. Pero *Asanga* esotéricamente significa apelo a “A”, *A-sanga*, *sanga* es apelo, apelo a “A”. En el capítulo XII dice: “Entre todas las lenguas yo soy la A, así que te apegas a Yo Soy en todo y no ves otras cosas, estás ya con la persona cósmica”. Porque el capítulo XII habla de asociarse con la persona cósmica, a la que se llama *Purushotama*. *Purusha* significa persona, y *Purushotama* significa persona cósmica, así que restituir el original en la verdad sustituida. Así se dice en las escuelas esotéricas.

Krishna dice: “Toma, empuña la espada y cruza por la jungla del mundo”. Muchas personas, incluso las autoridades religiosas, hablan de cortar sin piedad los apegos del mundo, un sendero que es muy doloroso.

Uno que conozca la ciencia de la etimología diría que en vez de cortarlo todo habría que verlo todo como “A”. “Entre las letras del alfabeto yo soy la A, así que ve la consciencia del Yo Soy en todo”, que otra vez no es más que la Divinidad de la que he estado hablando en la historia anterior, ésa es la mejor manera de superar las ilusiones. Ése es el sendero del *Bhagavatam*, en el que jugaremos con lo Divino que nos circunda. De cualquier modo que juegue, nosotros disfrutaremos. Eso es lo que se llama entrar en una especie de romance con lo Divino. Es relacionarnos con lo Divino dentro de la vida, en todo lo que haces, con quienquiera que se nos acerque y de la manera que sea. Nos convertimos en una hoja de loto sobre la que cae una gota de rocío. Muchas gotas caen sobre la hoja, viven en ella por un momento y luego pasan de largo y la hoja no queda afectada por el agua porque ha recibido el contacto de lo Divino y nada más le puede afectar.

Esta historia explica mejor el concepto; por eso se narra una historia respecto a toda práctica.

Las historias tienen que ver con los seres que han alcanzado la plenitud en ese aspecto del ocultismo, así que Ambarisha sobresale como un gran ejemplo, como un modelo primordial. Modelos puros, modelos de este tipo, se dan en cantidad en el *Bhagavatham*. Esta historia puede servirnos de alguna ayuda en el proceso de desapegarnos de las ilusiones...

AVISO

Este trabajo es una transcripción literal de la traducción simultánea de esta conferencia/seminario. El trabajo no ha sido revisado por el autor, por lo que puede contener errores y omisiones.

Más información:

edicionesdhanishtha@wttes.org

www.edicionesdhanishtha.com

www.wttes.com