



**Sabiduría  
Gnóstica**



# Tiempo Azul

**Una conexión con el espíritu**

**Jenaro Ismael Reyes Tovar  
María Guadalupe Rodríguez Licea  
Dibujos: Rubén Soto Orozco**

**Material didáctico de uso interno y exclusivo de estudiantes del  
Instituto Cultural Quetzalcóatl de Antropología Psicoanalítica, A.C.  
[www.samaelgnosis.net](http://www.samaelgnosis.net) | [www.samaelgnosis.org](http://www.samaelgnosis.org) | [www.samaelgnosis.us](http://www.samaelgnosis.us)**

*Rubén Soto Orozco*









## PRIMERA PARTE LA TERAPÉUTICA DEL REPOSO

Estamos en un momento de la historia en que ya no hay tiempo para nada, vivimos sin un objetivo trascendental verdadero, como autómatas. Hasta los niños llegan a tener enfermedades del estómago, debido a la ansiedad y estrés. Es urgente encontrar una terapéutica que nos salve de las decenas de enfermedades que hemos generado por la mala forma de vida que llevamos.

Nos hemos alejado de nuestra madre naturaleza, vivimos en desarmonía debido a nuestra forma de pensar, sentir y actuar. Es de admirarse que en un remoto pasado, las culturas del México antiguo, preincaicas, egipcias, tibetanas, chinas, etc., poseyeran una antiquísima ciencia que puede solucionarnos, cabalmente, toda nuestra problemática actual.

Se trata de un sistema de auto curación que pueda ayudarnos a sanar físicamente, mentalmente, emocionalmente, etc., a medida que se avanza en el campo de la medicina y la ciencia moderna, se confirma, una y otra vez, lo que en forma tan sencilla antes se predicaba en los misteriosos templos.

Hablamos de un sistema que nos pueda curar, fortalecer y ayudar; pero que esté al alcance de los más humildes, que no haga falta cambiarlo por dinero, que no haga falta comprar nada. Un sistema que se encuentra al alcance del más sencillo y del más complicado.

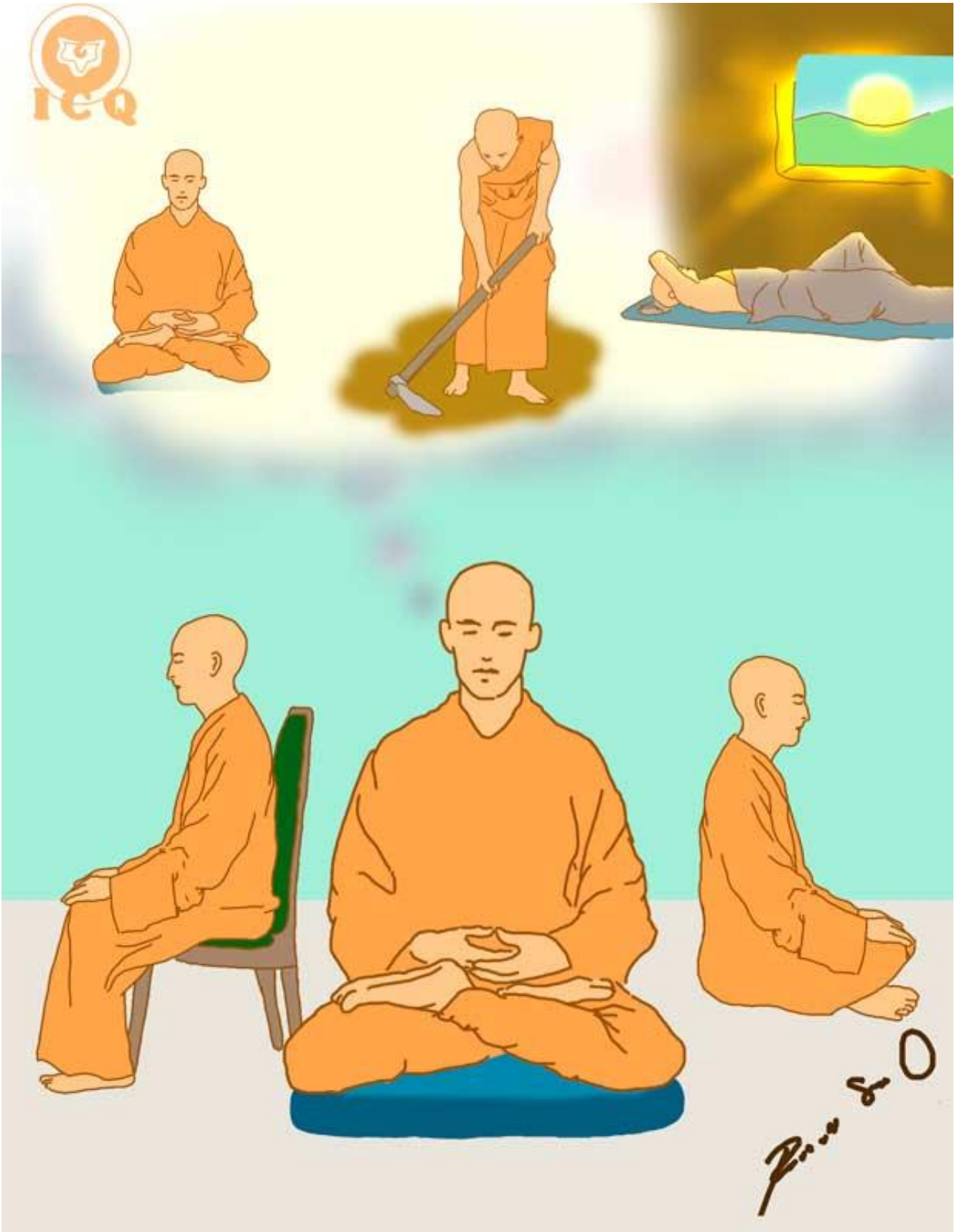
Nos referimos a una terapéutica del reposo o Tiempo Azul, de aprender a descansar realmente, de sumergirnos en el silencio y quietud de la mente.

*«La práctica diaria de la meditación nos transforma radicalmente. Las gentes que no trabajan en la aniquilación del yo viven mariposeando de escuela en escuela y no encuentran su centro permanente de gravedad, mueren fracasadas sin haber logrado la Autorrealización íntima del Ser.»* [Samael Aun Weor. La Revolución de la Dialéctica].



Escalinatas en la Zona Arqueológica de palenque Chiapas. Cultura Maya.

# Capítulo 1. Postura, relajación y retrospección





Cada parte de la meditación es fundamental, no hay un paso de menos importancia que otro. Todos son indispensables. Como estudiantes gnósticos, debemos aprender a meditar en cualquier parte, si hay ruido o no hay ruido, si hace calor o frío, si estamos solos o acompañados; nada debe impedir nuestro trabajo. Pretextos siempre habrá para no meditar, pero, para las esencias que anhelan la luz, no existe obstáculo que pueda detenerlas.



Quetzalcóatl, símbolo del Cristo Cósmico. El rostro emerge de las fauces de una serpiente, emblema de la sabiduría. Xochicalco Morelos México.

No obstante, mientras sea posible, podemos crear condiciones favorables para ayudarnos, como un lugar limpio, de preferencia si usamos una silla, que ésta sea utilizada sólo para meditar, que el lugar esté ventilado. Además, algunas imágenes que representen principios cósmicos universales nos ayudarían, ya que antes de entrar en la meditación, generalmente, los veríamos, como un símbolo del Cristo Cósmico representado en Jesús, Krishna, Quetzalcóatl, Osiris, etc. Un símbolo del eterno femenino divino también es de gran ayuda, puede ser una estatua o imagen de Isis, Tonantzin, Rea, Cibeles, Kundalini, María, etc.

De vez en cuando el incienso natural nos ayuda, de preferencia la resina, un poquito nada más, quemada en algún bracerillo. La música

clásica es una buena compañera y si utilizamos movimientos suaves como los adagios, tanto mejor; sugerimos a Beethoven, Mozart y Wagner pues sus melodías activan el centro emocional superior, ya que además de músicos fueron iniciados.

Las rocas siempre son un consuelo para los practicantes, por lo que en cada oportunidad que tengamos podemos acudir al campo a buscarlas y meditar en ellas.

Si estamos acostados, la cabeza puede ir al norte y así aprovechamos las corrientes magnéticas que fluyen de sur a norte. También puede ser con la cabeza al oriente, por su simbolismo, ya que como ahí nace el sol, símbolo de la verdad y sabiduría. Si estamos sentados podría ser con el rostro hacia el sol.

Son sólo sugerencias, no es nada determinante, en todo caso, lo importante es la actitud interna en el momento de realizar nuestra práctica.

Muy importante es que cerremos los ojos para meditar, ya que las percepciones sensoriales externas llegan a la mente y reaccionamos ante ellas, y lo evitamos, sencillamente, cerrando los ojos.







relajando. Podemos iniciar desde la planta de los pies, ir subiendo por cada parte del cuerpo hasta llegar a la coronilla.

*«Imagine que sus pies son sutiles, que de ellos se escapan un grupo de enanitos. Imagine que sus pantorrillas están llenas de pequeños enanos juguetones que se están saliendo de uno en otro y que conforme van saliendo, los músculos se van haciendo flexibles y elásticos. Continúe con las rodillas haciendo el mismo ejercicio. Siga con los femorales, órganos sexuales, vientre, corazón, garganta, músculos de la cara y cabeza en orden sucesivo, imaginando que esos pequeños enanos se escapan de cada una de estas partes del cuerpo dejando los músculos completamente relajados.»* [Samael Aun Weor. Introducción a la Gnosis].

## b) Respiración de los niños

Los niños recién nacidos nos dan una gran enseñanza para relajarnos. Imitando su respiración es posible relajar nuestro cuerpo físico. Si observamos a un bebé dormido, tanto la actitud, como el estado de relajación en que se encuentra, tendremos una de las mejores claves para relajar nuestro cuerpo.

Vemos su actitud al estar dormidos, no se preocupan por qué comerán, ni lo que hicieron en el día, ni lo que pasará mañana. Confían en sus padres que les han de dar lo que necesitan. Una actitud similar debemos adoptar en la relajación del cuerpo. Es importante vivir el aquí y ahora, si en este momento nos dedicamos a meditar, debemos hacer eso precisamente, y no divagar en el pasado o en el futuro. Confiados en nuestros padres espirituales internos, imitamos la respiración de un bebé, con tranquilidad y confianza. Nuestros brazos y piernas, tal y como los niños, parecen de seda y así, de esa forma, sentimos los nuestros.



El Señor de las Limas. Un sacerdote con un niño-jaguar en sus manos. Museo de Antropología de Xalapa.

*«Respirad ahora como respiran los niños recién nacidos; observad a los pequeños poned atención en su forma de respiración, imitadlos durante la meditación. Cuan bellos son los niños recién nacidos; su respiración es ciertamente la del alma del mundo. El olor de las criaturas recién nacidas, resulta silvestre, sabe a bosque, a montaña, tiene un no sé qué...»*

*En las inocentes criaturas sólo se manifiesta la esencia pura e inefable. Ahora podemos explicarnos por si mismos el motivo fundamental por el cual los recién nacidos son autoconscientes. Sin embargo, las gentes mayores con mucha autosuficiencia, suponen que el recién nacido es inconsciente.*

*Observad a los niños recién nacidos; sus cuerpecillos en la cuna, relajados tienen un aspecto inefable. Imitad a las criaturas recién nacidas, relajad vuestro cuerpo como los niños lo relajan.*

*Que ningún músculo quede en tensión, las piernas y los brazos de las criaturas recién nacidas perecen de seda.*

*Duermen los niños recién nacidos deliciosamente entre sus cunas felices y sin problemas de ninguna especie. Imitad a los niños inocentes durante la meditación interior profunda. Reconquistad la infancia en la mente y el corazón.» [Samael Aun Weor. La Ciencia de la Meditación].*

### c) Latidos del corazón

Hay una práctica gnóstica que desarrollándola nos permite aprender a dominar los latidos de nuestro corazón y que además podemos utilizar para relajar el cuerpo. Nos concentramos en el corazón, sentimos sus latidos, luego dirigimos la atención a la punta de la nariz y allí sentimos los latidos.

No es nada difícil, el pulso se siente en todo el cuerpo, basta con que uno se concentre en tal o cual parte del cuerpo y sentirá los latidos del corazón.

Entonces la práctica consiste en irnos concentrando en la oreja derecha, mano derecha, pie derecho, pie izquierdo, mano izquierda, oreja izquierda, volvemos a la punta de la nariz y, por último, de nuevo al corazón. Conforme vamos concentrándonos en las distintas partes del cuerpo, iremos también relajando el cuerpo.

*«Luego concéntrese en los latidos del corazón. Pase después esos latidos a la punta de la nariz, debe sentirlos allí; luego a la oreja derecha, mano derecha, pie derecho, pie izquierdo, mano izquierda, oreja izquierda, nariz nuevamente y corazón. Entonces se dará cuenta que usted puede dominar los latidos del corazón a voluntad.» [Misterios Mayas. Samael Aun Weor].*

### d) Concentración en cada parte del cuerpo

Si no somos muy buenos para la imaginación, no hay problema. Sencillamente, nos iremos concentrando en cada parte del cuerpo mientras vamos relajándolo, el cuerpo tiene su propia conciencia, por lo que si le ordenamos que se relaje, éste obedecerá. Así, que no hay más que ir pasando nuestra atención en cada parte del cuerpo y se irá relajando, eso es todo.

Iniciaremos desde la planta de los pies, talones, tobillos, dedos, empeine, muslos, rodillas, pantorrillas, órganos creadores, glúteos, cintura, vientre, corazón, pecho, espalda, brazos, manos, cuello, nuca y toda la cabeza.

*«Sentado cómodamente, relaje el cuerpo físico totalmente, desde la punta de los pies hasta la coronilla. Trate de ver uno por uno, con los ojos de la imaginación, los huesos, músculos, nervios, arterias, células, átomos, etc., etc.» [Misterios Mayas. Samael Aun Weor].*

## RETROSPECCIÓN

Existe un ejercicio formidable, que es útil para muchas cosas, muy importante y que el estudiante gnóstico debe aprender a realizarlo, porque sus beneficios son excelentes para muchas cosas que buscamos en la gnosis; nos referimos al ejercicio de retrospección, que consiste en recordar los acontecimientos que vivimos, desde el momento en que hacemos el ejercicio, hacia atrás.

La retrospección tiene la capacidad de **regenerar** el cerebro, muchas áreas no trabajan, generalmente, debido al abuso sexual y de la mente; con este ejercicio es posible ponerlas en actividad gradualmente.



La idea de realizarla en la meditación es la toma de **conciencia** de cada hecho de la vida cotidiana, ya que, generalmente, vivimos con la conciencia dormida y con este ejercicio es posible hacernos conscientes de estos hechos.

El tema central es **identificar** defectos, nos creemos casi ángeles, cuando en realidad tenemos miles de defectos, es importante darnos cuenta de lo que realmente somos.

Es útil también para el recuerdo de pasadas **existencias**, si hacemos este ejercicio antes de dormir y al día siguiente continuamos donde habíamos finalizado. Se necesita de mucha paciencia, pero si se tiene constancia, se podrá llegar a los primeros años de infancia y luego romper la barrera y recordar vidas pasadas.

Si realizamos la retrospectión al despertar, tomando como referencia el primer pensamiento que tengamos, se nos hará más fácil recordar nuestros **sueños**.

También nos ayuda a **despertar** conciencia en el mundo de los sueños o astral. Ya que, generalmente, repetimos las mismas cosas que hacemos en el diario vivir, esto se debe a la mecanicidad en que vivimos y también a que nuestro Real Ser quiere que logremos percibir el triple alcance de cada momento de la vida, y como vivimos inconscientemente, en el sueño se repiten las actividades del día con el fin de que terminemos el aprendizaje.

Por lo tanto, si realizamos una retrospectión antes de dormir, estaremos de “vacaciones”, pues tomaremos conciencia a voluntad de todos los hechos de la vida cotidiana, y quedaremos con más probabilidad de despertar conciencia durante el sueño.

En consecuencia, no debemos menospreciar este importante paso en la meditación por todos los beneficios que nos aporta y vamos tomando conciencia de cada hecho e identificando los defectos que se nos manifestaron en el día.

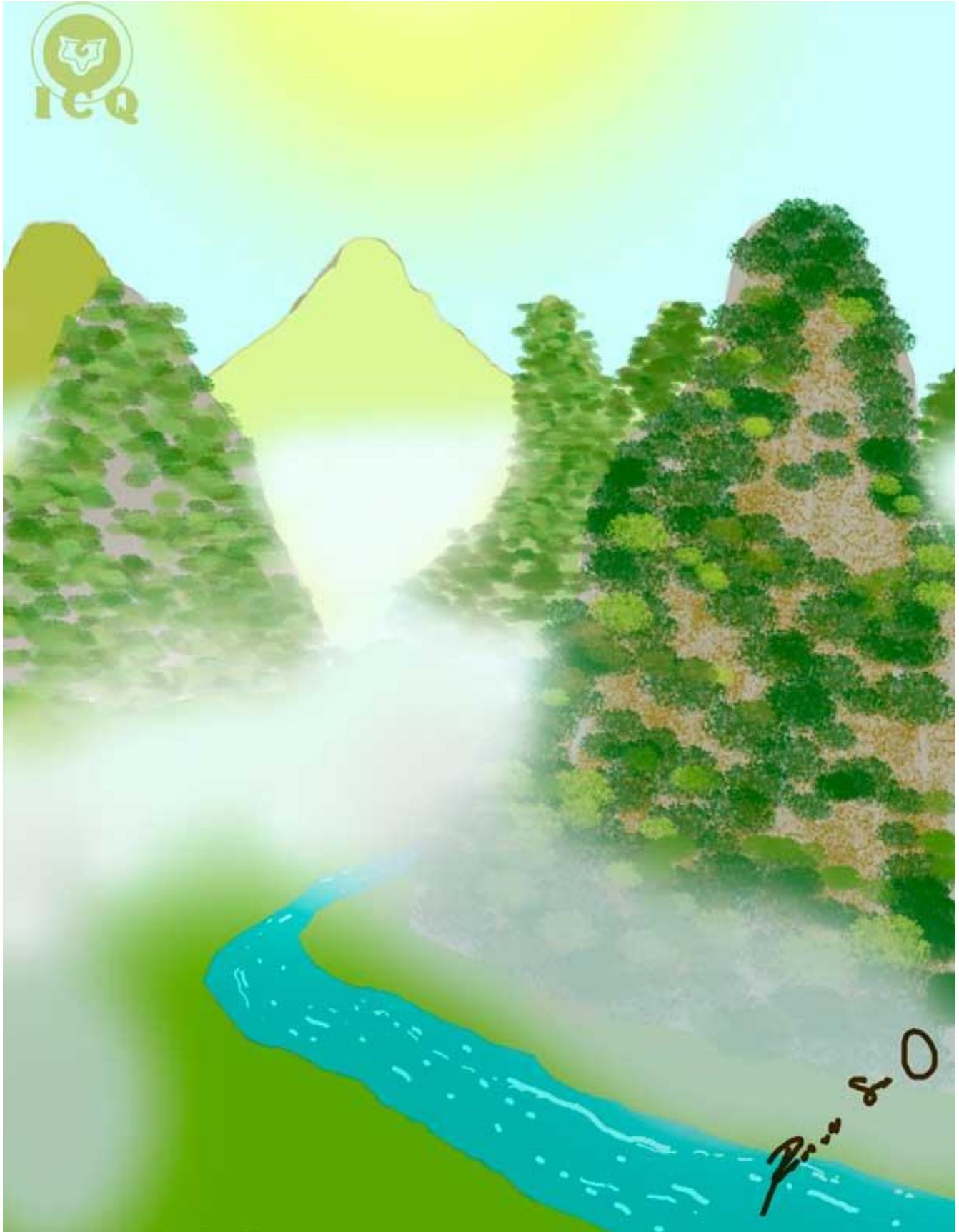
Lo que debemos hacer, una vez que estamos relajados, es iniciar revisando cada escena del día, en forma consciente, sin razonar, sin justificar, sin evadir, haciendo una lista de los Yoes que se nos manifiestan. Terminando un evento, nos vamos al anterior y así, sucesivamente, hasta llegar al momento en que nos levantamos.

Si hacemos la meditación en la mañana, veremos los pocos sucesos de la mañana, nos dirigiremos a lo que recordemos del sueño y nos iremos al día anterior. Cada día es el reflejo de toda la vida, por lo que vale la pena tomar conciencia de cada día de la existencia y reconocer nuestros errores.

“Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán”, dice el maestro Jesús, no debemos dejar que termine el día sin haber reflexionado en lo que hicimos.

*«¿Qué se busca a través de la retrospectión? El animal intelectual, debido a la vida mecánica que vive diariamente, se olvida de sí mismo y cae en la fascinación; anda con la conciencia dormida sin recordar qué hizo en el instante de levantarse, desconociendo los primeros pensamientos del día, sus actuaciones y lugares donde ha estado. La retrospectión tiene como finalidad la toma de conciencia de todas las actuaciones o acciones del pasado. Al realizar la retrospectión en la meditación, no pondremos objeciones a la mente; traeremos el recuerdo de las situaciones del pasado, desde el instante en el que se inicie la retrospectión hasta el momento de la vida que nosotros deseamos. Cada recuerdo debemos estudiarlo sin identificarnos con él.»* [Samael Aun Weor. La Revolución de la Dialéctica].

## Capítulo 2. Relajación Mental



**M**editar es la búsqueda de información, pero libre de toda actividad mental. La mente es útil para muchas cosas, pero es un estorbo en la meditación; por lo que la tarea primordial es emanciparnos de la mente.

Tarea nada fácil, pues desde que nacimos la hemos usado intermitentemente, aún más, se nos ha exigido, en la sociedad en que vivimos, que se necesita abusar de sus funciones para poder tener un mejor trabajo y vivir mejor.

Nos dice el maestro Samael Aun Weor, que Dios está tan cerca de nosotros, que lo único que nos separa de él, es la mente. Debido a la involución en que estamos en la actualidad, le hemos dado atributos a la mente que no merece, la valoramos como si fuera lo más exaltado; dentro de su órbita la mente es muy útil, pero para meditar no sólo es inútil, sino que es un verdadero obstáculo.

Afortunadamente, existen varios sistemas para relajar la mente, para llevarla a su estado natural, de quietud y silencio. Cuando la mente queda quieta, afloran, entonces, facultades superiores que nos permiten dirigirnos al mundo interior y auto descubrirnos.

Estudiemos algunos de estos sistemas, podemos realizar uno en cada meditación, irlos variando para enriquecer nuestro trabajo interno e inclusive practicar con mayor intensidad los que mejor nos hayan dado resultado.

El maestro Samael en su libro "La Revolución de la Dialéctica", nos sigue tres etapas en este proceso de relajación mental:

*«**Reflexión Serena:** Primeramente, hay que hacernos plenamente conscientes del estado de ánimo en el que nos encontramos antes de que surja cualquier pensamiento. Observar serenamente nuestra mente, poner atención plena en toda forma mental que haga su aparición en la pantalla del intelecto.»*

*«Es perentorio convertirnos en vigías de nuestra propia mente durante cualquier actividad agitada, y detenernos por un instante para observarla.»*

*«**Psicoanálisis:** Indagar, inquirir, investigar la raíz y el origen de cada pensamiento, recuerdo, afecto, emoción, sentimiento, resentimiento, etc., conforme van surgiendo en la mente.»*

*«Durante el psicoanálisis se deberá examinar, aquilatar e inquirir sobre el origen, causa, razón o motivo fundamental de todo pensamiento, recuerdo, imagen y asociación, conforme van surgiendo desde el fondo del subconsciente.»*

*«**Mantralización o koan:** Los objetivos de esta etapa son: a) Mezclar dentro de nuestro universo interior las fuerzas mágicas de los mantrams o koanes. b) Despertar conciencia. c) Acumular íntimamente átomos Crísticos de altísimo voltaje.»*

*«En este trabajo psicológico el intelecto debe asumir un estado receptivo, íntegro, unitotal, pleno, tranquilo y profundo. Con los koanes o frases que descontrolan a la mente se logra el estado receptivo unitotal.»*

Estas tres etapas en la relajación mental, pueden hacerse todas en una práctica de meditación, pero también es posible trabajar con sólo una de las fases o combinar dos de ellas.

En todo caso, se necesita disciplina para hacerlo, constancia, fe y devoción. En cada etapa se nos ha entregado variadas claves para profundizar en ellas, es importante que las vayamos integrando en nuestra disciplina.



## 1. REFLEXIÓN SERENA

Primero que nada, hay que descubrir el **estado emocional** en que nos encontramos y hacernos conscientes de él. De no hacer este paso, las emociones producirán oleaje intelectual, batallar de las antítesis, imposibilitando la meditación. Haciéndonos conscientes de qué emociones tenemos en el momento de meditar, conjuraremos ese problema fácilmente.

Si, por ejemplo, nos han pagado un dinero, estaremos muy contentos, si nos ponemos a meditar en ese estado emocional sin comprenderlo, lo más seguro es que nos la pasemos todo el rato pensando en todo lo que podremos hacer con ese dinero. Si alguien nos ha insultado, muy probablemente estaremos enojados, si no tomamos consciencia de ese estado emocional, durante el tiempo que supuestamente dedicaremos a la meditación, estaremos en el siguiente dialogo interno: Qué le dijimos, qué nos dijo, qué le hubiéramos dicho, etc.

Por lo cual, terminada la retrospectión nos sumergimos como buzos, pero en sí mismos, con la finalidad de descubrir nuestras emociones y tomar consciencia de ellas.

Se hace indispensable **no combatir los pensamientos**, no rechazarlos, no huir de ellos. En lugar de combatir a la mente, debemos poner atención en cada cosa que surja de ella. Si rechazamos, se crea conflicto, lucha, batalla, eso daña nuestra meditación. Así que lo indicado es poner atención consciente en toda forma mental que haga su aparición.

Necesitamos poner en actividad la conciencia, que la mente y la personalidad se vuelvan cada vez más pasivas. Para meditar no necesitamos de la mente; la personalidad es todo lo externo: el trabajo, los estudios, la comida. A la hora de meditar, todo ello es innecesario. Se debe poner la conciencia activa y, en contraparte, colocar en estado pasivo la personalidad y la mente.

Para que esta fase pueda realizarse con el mayor de los éxitos, podemos, en el curso común de la vida diaria, vigilar nuestra mente en cada actividad agitada que tenga. Detenemos, aunque sea un instante a observarla; si logramos esto, a la hora de meditar será mucho más fácil.



Personaje con los brazos cruzados el estilo de los sarcófagos egipcios. Para la gnosis significa que estamos dispuestos a desintegrar nuestros defectos. Zona Arqueológica de Toniná. Cultura Maya.







A través de los siglos se han usado frases enigmáticas (koanes) por muchísimos estudiantes y a través de la disciplina han logrado dejar la mente en silencio.

Lo que tenemos que hacer es concentrarnos en la frase y tratar (no con la mente) de capturar su significado, que está más allá de los conceptos, del batallar de las antítesis y que jamás habrá una explicación intelectual para ello.

Podemos entregarnos de lleno, después de la relajación física, con una de estas frases enigmáticas (koanes); también podemos pasar primero por las etapas de reflexión serena y psicoanálisis, y luego fijar nuestra atención en ellos.

Se trata de concentrarse en ellos, tratando de capturar su significado, pero no con la mente. Como no tiene respuesta alguna, la mente se cansará y nos dejará en paz, en silencio.

**a) “No es la mente, no es el Buda, no es nada”.**

Es una frase misteriosa (koan) que han usado miles de estudiantes, a través del cual algunos han logrado el objetivo: dejar la mente en silencio.

El mundo no es más que energía mental condensada, pero ¿qué es algo, que no es la mente? Entonces llegamos a la conclusión que sea, posiblemente, espíritu, el Ser, el Buda; pero el koan insiste, algo que no es la mente, ni tampoco el espíritu (o Buda); algo que no es la materia, ni el espíritu, algo que no es la mente con la que pienso. Llegamos entonces a la nada, pero resulta que el koan nos dice que tampoco es nada.

Ante este koan, la mente caerá desfallecida. No se trata de ponerle alguna teoría, lo que leímos en un libro, lo que alguien nos platicó, se trata de poner el aquí y el ahora. Nada de teorías, sino de vivencia práctica.

La mente, por fin, se dará por vencida, se cansará y quedará en imponente silencio.

**b) “Si le entregas los huesos a tu padre y la carne a tu madre, entonces ¿Dónde estabas tú?”**

Se trata de no consultar en los almacenes de memoria las teorías que hemos aprendido, sino de ver lo real que hemos llegado a experimentar. Por lo que este koan es de gran valor, ya que nos hace bajar de la nube en que andamos, pues no hemos comprobado, directamente, los



Ofrenda funeraria. Museo de Antropología de Xalapa.

misterios de la vida y de la muerte.

Nos refiere a la importancia del origen del ser humano, de la energía creadora que nos trajo al tapete de la existencia, cosas que, francamente, la mente jamás podrá comprender. Por lo cual, si nos proponemos concentrarnos en este koan, se quedará al final en silencio la mente y entonces podremos meditar.

### c) “Si todo se reduce a la unidad, ¿A qué se reduce la unidad?”

Todo lo creado, lo podríamos reducir a su parte más elemental; por ejemplo, nuestro cuerpo, es un todo, pero está compuesto de órganos, los órganos están compuestos de moléculas, las moléculas de átomos y los átomos de partículas infinitesimales. Si todo se reduce a la unidad, ¿a qué se reducirá la unidad?

Son elementos que la mente jamás podrá resolver, por lo que, si nos concentramos en ellos, de manera serena, sin artificios de ninguna especie, podremos dejar la mente en silencio.

### d) ¿Cuál es tu rostro original?

Frase enigmática de lo más hondo, pues nos remota al origen mismo de la creación. Pareciera que quiere ponernos en contacto con la chispa divina más elevada que pueda existir. Claro, la mente no tiene ninguna oportunidad de entenderlo.

Para darnos una idea, está el físico, luego el vital, el astral y el mental, hasta ahí llegamos con la mente, pero luego sigue el causal, la conciencia y el Ser; de eso ya nada sabe la mente. Pero más allá se encuentra el Espíritu Santo, el Cristo Íntimo y el Padre; y todavía más allá se encuentra esa chispa raíz, ¿qué podría saber la mente de eso?

Así que el meditar en tal frase, nos lleva también al silencio absoluto de la mente.

## Mantram

Los sonidos sagrados, en sánscrito Mantram, dieron origen al universo mismo. Existen mantram para salir en astral conscientemente (como el mantram Rusti), para desarrollar los chakras (los siete sonidos “i”, “e”, “o”, “u”, “a”, “m” y “s”), para transformar nuestras energías (como el mantram Ham Sah), existen mantram hasta para alejar a un perro (Sua).

No debe extrañarnos que existan muchos mantram que pueden ayudarnos a llegar al silencio de nuestra mente. Podemos usar el sonido sagrado (mantram):

### a) Om Mani Padme Jum

Este sonido sagrado (mantram) desarrolla el centro magnético (chakra) del corazón y nos pone en contacto con el Ser interior profundo. Al mismo tiempo, relaja nuestra mente. Tendremos que vocalizarlos con mucha emoción positiva para que tengan el efecto deseado, dicen las tradiciones milenarias: “Pronunciad con emoción positiva los mantram secretos y el maestro vendrá”...

Se escribe Om Mani Padme Jum, pero se pronuncia como: Om Masi Padme Yom. Tenemos la fortuna de tener en la gnosis la pronunciación, tal como era en los más antiguos tiempos. Es un sonido mágico (mantram) para ponernos en contacto con nuestro propio Ser, se traduce de varias formas, pero todas ellas nos acercan al Padre que está en Secreto.

Una de ellas es: Tú estás en mí, Yo estoy en ti. Prácticamente lo que los mayas dejaron con “In lak´ ech a lak´ en” (tu eres yo, yo soy tu). También lo encontramos traducido como: “Oh mi Padre en mí”.

## b) El mantram Aum

Éste es un sonido sagrado (mantram) muy importante, pertenece al lenguaje universal, aunque lo encontramos en sánscrito, es una forma de nombrar a la divinidad, por lo que es, realmente, trascendental.



Lo interesante de este sonido sagrado (mantram) es que atrae las tres fuerzas primarias de la naturaleza y del cosmos, conocidas como el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. La misión que tenemos aquí en el mundo es encarnar esas fuerzas, las cuales tienen sus atributos: El Padre es la verdad, el hijo es el Amor y el Espíritu Santo es el poder. Cuando mentimos nos separamos del Padre, cuando odiamos nos separamos del Hijo y cuando abusamos de las fuerzas creadoras nos alejamos del Espíritu Santo.

Todavía más interesante es el hecho que esta triada divina, cada ser humano tiene la suya propia, existe de manera individualizada. Cuando se trabaja en los tres factores de la revolución de la conciencia, estamos luchando por acercarnos a ellas. La muerte del ego nos acerca al Padre. Si uno se sacrifica por sus semejantes, eso es amor y se acerca entonces al Hijo. Si uno trabaja transmutando sus energías creadoras, entonces se acercará al Espíritu Santo.

Este mantram se escribe con una “u”, pero se pronuncia como una “o”, es decir: AOM, alargando cada letra así: aaaaaaaaaa oooooooooo mmmmmmmmm. La letra “A” es una invocación al Padre, la “O” llama al Hijo y la “M” es suplicar al Espíritu Santo nos asista.

Por lo que al hacer este mantram, es invocar a la triada divina, pidiendo que nos asista en nuestra práctica de meditación. Debemos, por tanto, hacerlo con mucha fe, devoción y entusiasmo místico.

*«Las ondas de la conciencia reúnen los pensamientos afines y armoniosos para fortalecerlos. Todo existe por AUM, todo vive por AUM, todo viene a la existencia por AUM, pero en el principio sólo existía el caos divino. La vocal “A” es la materia prima de la gran obra, es el Tatwa de todo cuanto viene a la existencia. La vocal “U” es la conciencia mística o las conciencias místicas. Y la vocal “M” (la M también es vocal) es la incesante transformación y existencia que los dioses crean con la mente. Concretemos para mayor comprensión: la tierra en estado nebuloso fue “A” en sus procesos de gestación o formación, dirigida por la conciencia cósmica, fue “U”; Poblada de toda clase de seres vivientes, fue “M”. El germen embrionario en los primeros días dentro del claustro materno, es “A”. El feto en gestación es “U”. El niño bienvenido a la existencia, es “M”. “AUM”, lo vive el animal, “AUM”, lo vive el hombre.» [Samael Aun Weor. Medicina Oculta y Magia Práctica].*

## c) Pander

Es un mantram poderoso que nos pone en contacto con el Real Ser interior profundo, es una invocación al bendito Anciano de los Días. Cada ser humano tiene su propio Padre divino. Decía la gran maestra iniciada Blavatski “Hay tantos, padres en el cielo como hombres en la Tierra”.

El Padre interior es la sabiduría, la verdad, la severidad, etc. Nos puede orientar en cada circunstancia de nuestra vida. En la cultura mexicana al Anciano de los Días se le representaba con el dios viejo del fuego (Huehuetotl). Podemos usar este mantram para contactar con él y suplicar su asistencia y, además, nos pondrá la mente en un estado de tranquilidad. Sólo hay que alargar cada letra, concentrados en esa chispa divina inmortal.



Dios viejo del fuego Huehuetotl. Museo Nacional de Antropología México

«El Anciano de los Días es la bondad de las bondades, la misericordia infinita, lo oculto de lo oculto. El Mantram Pander, seguido por la meditación nos permite llegar hasta Él.» [Samael Aun Weor. Magia Cristica Azteca].

#### d) Gate Gate Paragate Parasamgate Bodhi Suaja

Este mantram fue un regalo a un discípulo de Buda, que no podía controlar las objeciones de su mente, dicen las tradiciones que era tanto el fervor y dedicación que tenía, que se le presentó el mismo Buda y le instruyó con este mantram.

Este sonido sagrado puede ayudaros a eliminar las objeciones mentales, desarrolla también el centro magnético (o chakra) de la glándula pineal, para desarrollar la polividencia o visión espiritual.

En el budismo es un mantram que se considera como fundamental para la disciplina de la meditación. Algunos mantram tienen un significado, algunos otros no. En este caso, este mantram algunos lo traducen como: "Aquellos que han pasado a la otra orilla, ayudadme".

En el budismo se explica que los seres humanos, que estamos con la conciencia dormida, nos encontramos a la orilla de un río, y los que han logrado emanciparse de la mente, los iluminados, son los que han logrado pasar a la otra orilla del río. En consecuencia, los dormidos están pidiendo ayuda en la meditación a los maestros iluminados.

«El Mantram que les voy a dar es muy sencillo: gate, gate, paragate, parasamgate, bhodi, swá, ha. Este Mantram se pronuncia así: gaaateeeee, gaaateeeee, paragaaateeeee, parasamgaaaateeee, booodiiiiii, suaaaa, jaaaaa. En nuestros corazones tiene que haber quedado grabado.

Este Mantram se pronuncia suavemente, profundamente y en el corazón. Puede también usarse como verbo silenciado, porque hay dos tipos de verbo: verbo articulado y verbo silenciado. El verbo silenciado es poderoso.

Este Mantram, entiendo que abre el ojo de Dagma. Este Mantram, profundo, un día los llevará a ustedes a experimentar; en ausencia del ego, el vacío iluminador. Entonces sabrán lo que es el Sunyata, entonces entenderán ustedes lo que es el prajña-paramita. Perseverancia es lo que se necesita, con este Mantram ustedes podrán llegar muy lejos.» [Samael Aun Weor. Para los Pocos].

#### e) Wu

Este misterioso mantram, se vocaliza como el sonido del viento al pasar por las montañas o como las olas del mar al chocar en las rocas de una playa. No se hace verbalmente, en este caso es en verbo silenciado. Lo interesante de este mantram es que a la vez es un Koan, si uno medita en la "W" verá que es el mismo glifo del templo de las Serpientes en la zona arqueológica de Xochicalco Morelos en México.



Las serpientes van hacia arriba y luego hacia abajo y luego de nuevo hacia arriba, lo mismo que la letra "W". A toda subida le precede una bajada, si



Templo de las Serpientes. Zona Arqueológica de Xochicalco, Morelos, México.

queremos subir primero habremos de bajar, de descender. La letra "U" es la matriz cósmica de donde surge el mismo universo y todo lo existente.

Nuevamente, llegamos a cosas que la mente jamás podrá entender, no está hecha para ello, es un instrumento que debe usarse en cosas para lo que fue creado, querer entender los misterios del universo con la mente, es como querer ver las estrellas con un microscopio o querer ver los microbios con un telescopio.

### OTRAS CLAVES

Existe una serie de claves que podemos usar para relajar la mente, para dejarla quieta y en silencio, que pueden complementarse con todo lo anteriormente descrito. Pueden realizarse en conjunto con lo que se ha explicado o puede hacerse en forma individual.

### Música Clásica

Tenemos siete centros, de acuerdo con la Ley del Siete que todo lo organiza y perfecciona. De estos cinco centros pertenecen a la llamada máquina humana: el intelectual, el emocional, el motor, el instintivo y el sexual; dos son de carácter superior y, prácticamente, los tenemos olvidados completamente: El mental y el emocional superior.

El centro emocional superior podemos activarlo escuchando con infinita devoción la música clásica, especialmente, la de Beethoven.

Si aprendemos a escuchar esta música con mucha espiritualidad, totalmente concentrados en cada sonido, como en cada silencio, podríamos entrar en un tipo de arrobamiento místico que nos lleve al silencio de la mente. A tal estado místico se le llama embriaguez dionisiaca. Refiriéndose al polo opuesto del alcoholismo, en este estado la mente queda quieta y a su vez puede alejarnos de este vicio tan horrible.

*«Cuando realmente trabaja el centro emocional superior concluye, aunque sea por breve tiempo, el proceso del pensar. Es evidente que el mencionado centro entra en actividad con la embriaguez dionisiaca. Tal arrobamiento se hace posible al escuchar con infinita devoción las sinfonías deliciosas de un Wagner, de un Mozart, de un Chopin, etc. La música de Beethoven, muy especialmente resulta extraordinaria para hacer vibrar intensivamente al centro emocional superior. En ella encuentra el gnóstico sincero un inmenso campo de exploración mística, porque no es música de forma sino de ideas arquetípicas inefables; cada nota tiene su significado; cada silencio una emoción superior.»* [Samael Aun Weor. Doctrina Secreta de Anáhuac].

## Pranayama

La energía que nos trajo al tapete de la vida es muy fuerte, de hecho, es la energía más poderosa que hay en el universo, sólo hay que reflexionar que tiene el poder de crear la misma vida. Si aprendemos a canalizarla nos puede ayudar en muchas cosas, no sólo en nuestro trabajo para ganarnos el pan de cada día, también nos puede ayudar en la meditación.

Tanto en la India como en Egipto, estos ejercicios fueron estudiados y practicados. Nosotros en la gnosis no usamos el pranayama hindú, sino el egipcio.

Prana es la energía que hace vivir todo lo existente, es el hálito de vida, es la fuerza vital de todo lo creado. Es posible aprender a canalizar la energía creadora, a través de un ejercicio llamado pranayama.

Consiste en respirar el prana (hálito de vida) que existe en el aire, para que se produzca un cambio, una transformación y esta energía, convertida en algo superior, puede despejar el velo de la inercia y nos ayuda a lograr el silencio en la mente.

Con el dedo índice y pulgar de la mano derecha controlamos las fosas nasales.

1. Tapamos la fosa nasal izquierda con el índice y respiramos el prana de vida por la fosa nasal derecha, llevando esa energía crística a las gónadas, ese prana produce un impacto en la energía sexual y la transforma en energía etérica.



Anillo del campo de la bola religiosa de Chichén Itzá, representa las fuerzas creadoras femeninas, que es posible transmutar.

2. Tapamos la fosa nasal derecha, retenemos el aire, y con nuestra imaginación creadora vemos tal energía transformada, como si fuera un haz de luz, ascendiendo por un cordón tetradimensional que sube por la medula espinal hasta el cerebro.

3.- Destapamos la fosa nasal izquierda, exhalando el aire y llevando la energía transmutada al corazón y a la conciencia.

4.- Por la misma fosa nasal izquierda que hemos destapado, inhalamos de nuevo el prana de vida, llevando de nuevo a las gónadas, para impactar la energía sexual y transformarla.

5. Tapamos la fosa nasal izquierda y llevamos ese haz de luz al cerebro al retener el aire.

6.- Destapamos la fosa nasal derecha, exhalando el aire y llevando la energía transmutada al corazón.

Combinar la meditación con el pranayama, nos ayuda el buscar el silencio de la mente.

*«Prana es el gran aliento. Prana es el Cristo Cósmico. Prana es la vida que palpita en cada átomo, como palpita en cada sol. El fuego arde por Prana: el agua fluye por Prana; el viento sopla por Prana; el sol existe por Prana; la vida que tenemos es Prana. Nada podría existir en el universo sin Prana. No podría nacer el insecto más insignificante, ni brotar la más tímida florecilla sin el Prana. Prana existe en el alimento que comemos, en el aire que respiramos; en el agua que tomamos, en todo.»* [Samael Aun Weor. El Libro Amarillo].

## Ham Sah

En la gran cultura China también se estudió el fenómeno de canalizar sabiamente las energías creadoras y combinar el resultado de dicha alquimia con la meditación. En una escuela sagrada de nombre “La Orden del Dragón Amarillo” se reunían en círculo, sentados a la manera oriental con las piernas cruzadas, el dorso de la mano derecha sobre la palma de la mano izquierda.

Practicaban diversas técnicas para el dominio de la mente, entre ellas el mantram Ham (jam) Sah (saj), con las cuales es posible transmutar la energía sexual y lograr el silencio mental.

1. Se inhala profundamente, lentamente, imaginando la energía sexual transmutada ascendiendo por la columna espinal hasta el cerebro. Cantando mentalmente el sonido sagrado (mantram) Ham, el cual se pronuncia así: jaaaaaaammmmmmm. La inhalación se hace honda y profunda.
2. Se retiene el aire llevando la energía del cerebro al corazón.
3. Se exhala el aire rápidamente, pronunciando el mantram Sah, el cual se pronuncia así: Sssssaaaaaaaajjjj. Llevando del corazón a la conciencia esa energía transmutada. La exhalación se hace corta y rápida.

Así lograban los sabios chinos el vacío de la mente, y nosotros podemos imitar su ejemplo, a través de este ejercicio.

*«Se hace urgente usar el aparato generador, la bomba de succión y el dinamo, sabiamente. Incuestionablemente, el aparato generador produce energías que ascienden por los canales espinales de Idá y Pingalá. Debemos aprovechar la energía sexual para el Samâdhi. Formar el Sol Absoluto en el Vacío, es lo importante (y se puede).*

*Sentados nosotros (en cómoda posición) inhalamos, y al inhalar el Prana, imaginamos que la Energía sube desde los órganos creadores hasta el cerebro. Se inhala con el mantram Ham [Jam] y se exhala con el mantram Sah [Saj].*

*Ham Sah es el mantram de la meditación. Ham para inhalar, Sah, repito, para exhalar. Al inhalar, el mantram puede vocalizarse con la mente... ..Ham; pero al exhalar, se articula con la laringe creadora: Saj. La mente, en ese instante, debe estar completamente quieta, repito: Por dentro y por fuera. La inhalación cada vez se hace más profunda, y la exhalación cada vez más corta.»* [La Técnica de la Meditación. Samael Aun Weor].



### Capítulo 3. Comprensión y Juicio





La comprensión es fundamental cuando, realmente, se quiere desintegrar un defecto psicológico. Comprender es conocer algo por todas partes, por todos lados, por arriba, abajo, afuera, adentro; en todos los aspectos sea físico, mental, emocional, etc. En un defecto debemos saber de él, absolutamente todo, en todos los niveles de la mente.

La comprensión es muy elástica, lo que se comprende en una práctica de meditación, otros días más adelante, puede profundizarse en su estudio mucho más. Se trata de estudiar no con la mente, no es realizar análisis mentales. Recordemos que meditar es, sí, buscar información, pero libre de toda actividad mental.

Se necesita tomar una actitud en estas etapas, de contemplación, con la conciencia atenta, pero la mente en silencio.



Símbolo del planeta Venus en pintura mural en Teotihuacán México. Este planeta simboliza el amor, la ternura, la comprensión.

Dos actitudes negativas que llevamos muy arraigadas impiden la comprensión de los defectos, una es el **Pilatós** que todo lo justifica, pues en tanto disculpemos los defectos, será imposible comprenderlos, mientras nos lavemos las manos ante todo lo que hacemos, seguiremos igual.

La otra actitud es ser el **Fariseo** de la parábola del maestro Jesús, es decir, el sentirnos justos y buenos, considerar que hacemos muy bien nuestros deberes, que por lo menos no somos como fulanito. Cuando nos creemos buenos, se hace imposible cambiar, ¿para qué cambiar si ya estamos bien?, se necesita ser muy sinceros, reconocer en forma cruda lo que somos.

El maestro Samael Aun Weor, nos sintetiza todo el trabajo de comprensión en el llamado "Análisis Superlativo" en su libro "La Revolución de la Dialéctica", pero en sus obras y conferencias ahonda, profundamente, en este tema.

*«Análisis Superlativo: Consiste en un conocimiento introspectivo de sí mismos. Introversión es indispensable durante la meditación de fondo. En este estado se trabajará en el proceso de la comprensión del yo o defecto que se quiere desintegrar. El estudiante gnóstico se concentrará en el agregado psicológico y lo mantendrá en la pantalla de la mente. Ante todo, es indispensable ser sincero consigo mismo.*

*El análisis superlativo consta de dos fases, que son:*

a) **Auto exploración:** Indagar en lo profundo de la conciencia y en los 49 niveles del subconsciente cuándo fue la primera vez en la vida que se manifestó el defecto, cuándo la última y en qué momentos es que tiene más fuerza para manifestarse.

b) **Auto descubrimiento:** Investigar cuáles son los alimentos del yo. Fraccionar y dividir al defecto en varias partes y estudiar cada una de éstas para lograr conocer de qué clase de yoes proviene y qué clase de yoes derivan de él.»

Estudiemos a fondo este maravilloso tema, pues en la medida que comprendamos un defecto, en esa medida se podrá desintegrar, trayéndonos luz, sabiduría y una acción correcta.

Los elementos que a continuación van a señalarse, pueden estudiarse en el orden que se quiera, puede ahondarse en un punto, en una meditación puede faltar algún elemento y no pasa nada.

## 1. Concentración en el defecto

Escogemos un defecto a estudiar, sólo uno, de preferencia el más fuerte que se nos haya manifestado en el día; la vida nos ofrece una didáctica en el trabajo, y el Yo que más nos haya hecho daño, siempre es el mejor para estudiar; también podemos continuar con el que en días pasados estemos estudiando.

Hay que poner atención plena y natural en el defecto psicológico que queremos estudiar, concentrarnos en el profundamente, tratando de conocerlo hondamente, todas sus estructuras, sus partes, sus relaciones, sus raíces, etc.

## 2. Reconstrucción de una escena

Pasaremos a reconstruir una escena en donde el defecto se haya manifestado, no importa cuál sea, la primera que recordemos estará bien. Se trata de ver como una película, pero sin identificarnos con las escenas. La conciencia atenta en la serenidad del no pensamiento. Durante todo el proceso de comprensión, continuamos sin evadirlo, condenarlo o justificarlo.

El maestro Samael nos habla de lograr una **confrontación lógica**, esto es lo que hacemos, específicamente, en este paso, aunque se replica en toda la comprensión. Se trata de que la conciencia absorba el conocimiento del mecanismo del ego. Lógico es el arte de pensar correctamente y la mejor manera de pensar es no pensar, así que este proceso es en silencio mental. La confrontación es entre la conciencia y el ego.

«Sumergido así, en concentración perfecta y meditación de fondo, reconstruirá la escena donde aquel defecto surgió; analizará el defecto cuidadosamente, sinceramente, sin escapatorias, sin justificaciones de ninguna especie». [Samael Aun Weor. La Necesidad de Cristalizar el Alma].

## 3. Primera y última vez en que el Yo se manifestó y los momentos en que tiene más fuerza (Auto Exploración)

Con la misma actitud, de asecho místico, en un estado contemplativo, sin razonamientos de ningún tipo, ahora exploramos en el subconsciente, la primera vez que el Yo se manifestó en la vida o la más antigua que logremos recordar.

Es muy importante concentrarnos en el defecto, pero sin evasivas de ninguna especie, sin justificaciones, sin juzgarlo tampoco. La concentración en el defecto debe ser natural, espontánea, directa.

Una vez estudiado la primera manifestación, ahora nos dirigimos a la última, quizás hace unos momentos, el día anterior, etc.

Es muy importante descubrir y comprender los momentos en el día que tiene más fuerza para manifestarse. Pues habrá condiciones favorables, lugares, personas, horarios, etc., si los estudiamos tendremos más conocimiento de este ego.

#### 4. La forma en que se manifiesta a través de los 5 centros

La llamada máquina humana tiene cinco centros para su funcionamiento, éstos se encuentran, lamentablemente, controlados por el mí mismo, el ego. En su maquiavélica expresión, al ego le encanta engañarnos, pues entre menos lo conozcamos más podrá vivir a expensas de nuestros valores vitales.

En consecuencia, se puede expresar en un centro de una manera, que puede parecer inocente, noble y justa. Pero, al estudiar su manifestación en todos los centros, descubriremos cosas insospechadas.

Una amistad con una persona del sexo opuesto, en el trabajo, en los estudios, en el gimnasio, por ejemplo. Si vemos esa amistad en el centro intelectual, podríamos entenderla como un ideal; al estudiarla en el centro emocional, quizás descubramos cariño, amor, amistad; pero, sorprendentemente, al estudiarlo en el centro sexual, podríamos sentir morbosidad, pasión animal, etc.

Se trata de ver cómo el ego logra manifestarse en cada uno de los centros. Generalmente, controla uno con más intensidad, la ira, habitualmente, controla el centro emocional con mayor fuerza, sólo para dar una idea, pues en todos, la manifestación de los Yoes es siempre diferente.

Hay que pasar de centro en centro estudiando su manifestación, quizás algunos Yoes controlen todos, otros algunos centros nada más, algunos yoes suelen disfrazarse en algunos centros, a veces es más fuerte la manifestación en un centro que en otro, etc.



Jaguar de la zona Arqueológica de Tula Hidalgo México. Es la fiera con la que debemos enfrentarnos a sí mismos.

«“Yo”, descubierto in fraganti, debe ser observado cuidadosamente en nuestro cerebro, corazón y sexo. Un Yo cualquiera de lujuria podría manifestarse en el corazón como amor, en el cerebro como un Ideal, más al poner atención al sexo, sentiríamos cierta excitación morbosa inconfundible.»

[Samael Aun Weor. Psicología Revolucionaria].



## 5. Alimentos del Ego (Auto Exploración)

Si se quiere desintegrar un defecto, hay que dejar de alimentarlo en el curso corriente de la vida cotidiana, pues, de otra forma, será imposible este trabajo de eliminación. Para lograr tal tarea, se necesita descubrir cada uno de esos alimentos, con el fin de estar muy alerta y dejarlo de alimentar.

Si tratamos de eliminar un defecto dedicándole una hora diaria para comprenderlo, pero lo alimentamos, diariamente, durante horas y horas enteras, pues la eliminación será algo más que imposible. Debemos descubrir todas las formas posibles en que lo alimentamos.

«Ante todo, no debemos identificarnos con ningún yo-defecto si es que en realidad deseamos eliminarlo. Si parado sobre una tabla deseamos levantar ésta para colocarla arrimada a una pared, no sería posible esto si continuáramos parados sobre ella. Obviamente debemos empezar por separar a la tabla de sí mismos, retirándonos de la misma y luego con nuestras manos levantar la tabla y colocarla recargada al muro. Similarmente no debemos identificarnos con ningún agregado psíquico si es que en verdad deseamos separarlo de nuestra psiquis. Cuando uno se identifica con tal o cual yo, de hecho, lo fortifica en vez de desintegrarlo.»  
[Samael Aun Weor. La Gran Rebelión].

## 6. Análisis Transaccional (Auto Exploración)

Los primeros seis puntos que hemos colocado, podrían ser parte del análisis estructural, pues estamos comprendiendo los mecanismos de acción del Yo en estudio, las formas en que se manifiesta, sus partes que lo componen, etc. Existe otro análisis muy importante, el cual es llamado transaccional.

Existen transacciones en los bancos, en los comercios y los egos no son la excepción. Generalmente, andan juntos, muy rara vez se manifiestan aislados. Existen intercambios y luchas entre ellos.

Necesitamos analizar los yoes que suelen manifestarse con el Yo en estudio, identificar tales Yoes y la relación que tienen entre ellos. También es importante descubrir los Yoes que afloran como consecuencia del que estudiamos. Una cosa importante es saber la causa, origen, raíz (que son siempre otros defectos psicológicos).

Podemos hacerlo, directamente, tal y como se ha comentado, revisando primero los yoes con que se relaciona, los que afloran después y los que sirven de raíz.



El Jaguar siempre fue sagrado, es símbolo del valor tan grande que se requiere para reconocer nuestros errores psicológicos. Zona Arqueológica de Tula Hidalgo México.



También podemos hacerlo dividiendo el defecto en partes, una vez identificada cada parte, estudiamos una por una, y así descubriremos sus transacciones, los yoes de donde sale y los yoes que afloran por causa del yo en estudio.

## 7. Auto revelación

Entre más ganas pongamos en realizar nuestras prácticas, tanto en el día a día, como en la meditación, conforme más tenacidad exista, continuidad en el trabajo, anhelos por cambiar, el Padre que está en Secreto podrá ayudarnos a comprender el defecto.

La **auto reflexión evidente del Ser**, es la iluminación que viene de lo alto, del Padre que está en secreto, como un rayo de luz que ilumina las pavorosas tinieblas de ese universo interior. Lo único que hay que hacer en esta etapa es permanecer en silencio, sin concentrarse en nada, sin pedir nada, sin imaginar nada, sólo en silencio.

«La meditación se hacía exhaustiva, se tornaba cada vez más profunda y cuando me sentía desfallecer, dejaba la mente quieta y en silencio como aguardando alguna revelación; en esos instantes venía la verdad, capturaba eso que no es del tiempo, el hondo significado del defecto comprendido en forma íntegra.»  
[Samael Aun Weor. Las Tres Montañas].

### AUTO JUICIO

Durante toda la etapa de comprensión no debe juzgarse al ego, porque si lo hacemos, en consecuencia, perdemos la capacidad de comprenderlo. No hay que justificarlo, ni enjuiciarlo, ni evadirlo. Una vez terminada la comprensión, ahora sí, se requiere enjuiciarlo despiadadamente. Somos nosotros mismos y por ello esta etapa se llama Auto Juicio.

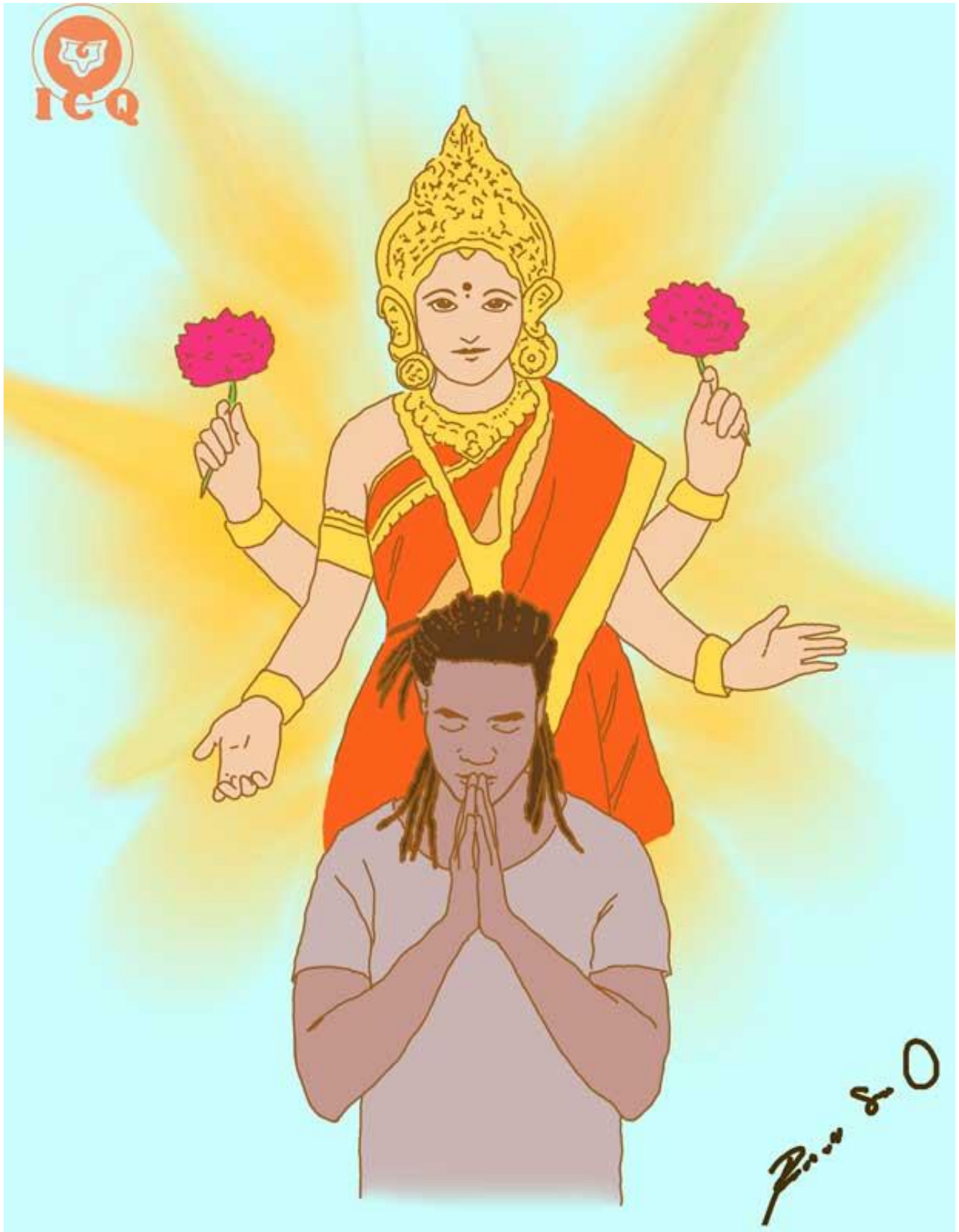
Necesitamos sentir, verdaderamente, que el ego es algo que no debe existir más en nosotros. Hay que comprender qué daño les causa a nuestros semejantes, a nosotros y a nuestra conciencia. Todo el daño que ha causado en el pasado, el daño que nos causa ahora y el daño que podría ocasionar de seguir existiendo; qué beneficios nos traería si dejara de existir.

«**Auto Juicio:** Sentar al defecto en estudio en el banquillo de los acusados. Traer a juicio los daños que ocasiona a la conciencia y los beneficios que traería a nuestra vida la aniquilación del defecto que se está juzgando.» [Samael Aun Weor. La Revolución de la Dialéctica].



Ritual de la decapitación de una figura humana de piedra, símbolo de la desintegración de los defectos psicológicos. Zona Arqueológica de Toniná. Cultura Maya.

### Capítulo 4. Oración en el Trabajo



Una cosa es la comprensión de un defecto, pero otra muy diferente es la desintegración del mismo, pero estas dos herramientas se complementan; en la medida que se comprenda un defecto psicológico se está en posibilidad de eliminarlo.

La mente tiene la capacidad de esconder los defectos psicológicos de los demás y hasta de sí misma; pero, nunca podrá desintegrar un Yo. Afortunadamente, existe un poder superior a la mente que si tiene la posibilidad de desintegrar defectos o como le llamaban los egipcios: los demonios rojos de Seth.

Ese poder extraordinario subyace en el interior del ser humano, pero se encuentra más allá de todo concepto, idea, mente, etc. Fue estudiado, profundamente, en todas las culturas del mundo, nos referimos a la divinidad en su aspecto femenino.

Dios como Padre es la verdad, la sabiduría, la luz y nos orienta y dirige. Dios como madre es comprensión, amor, ternura y tiene la capacidad de desintegrar nuestros defectos previamente comprendidos en todos los niveles del subconsciente.

Entre los egipcios la encontramos representada por Isis (esposa de Osiris), Nuit (la madre cósmica), Serket (diosa protectora de la magia), Maat (diosa de la verdad y la justicia). Entre los mexicas es Tonantzin (nuestra madrecita), Teteonina (la madre de los dioses), Chalchiuhtlicue (diosa de las aguas terrestres), Toci (nuestra abuela). Entre los griegos es Cibeles (diosa de la madre Tierra), Rea (diosa de la fertilidad femenina, la maternidad, y la generación). Entre los mayas es Antigua Ocultadora (la abuela del Popol Vuh), la virgen Ixquic (la de la sangre) madre de los gemelos divinos.

Todas las vírgenes del cristianismo la representan, es María la madre de Jesús, Stella Maris (la virgen del mar), la Inmaculada Concepción, la virgen del Carmen y decenas de representaciones más. Muy interesante es verla pisoteando una serpiente, venciendo un dragón (como la virgen del apocalipsis) o sobre una luna; todo esto representando el poder de dios madre para desintegrar nuestros Yoes defectos.

Lo que más asombra, es el hecho de que cada ser humano tiene su propia Madre Divina particular. Esto no se dijo a los círculos exotéricos de las distintas religiones, tanto en el cristianismo esotérico como en el budismo esotérico se instruyó el carácter individual de dios madre.

En consecuencia, cada ser humano tiene su propia madrecita divina en forma particularizada. Tenemos una parte divina que nos trata de guiar, proteger, instruir, curar y que es la única que tiene el poder de desintegrar los Yoes que se han comprendido.



www.samaelgnosis.net  
Diosa de las aguas terrestres (Chalchiuhtlicue), nuestra Divina Madre interior. Museo de Antropología de Xalapa. México.







Insólitamente, en forma muy poética, se refiere después a la posible manifestación de la Madre Divina en una mujer, cuando ella así permite que fluya esta fuerza cósmica en ella, con sus hechos, pensamientos y sentimientos orientados a ella. Pues la mujer, puede ser la sacerdotisa de la Gran Madre Cósmica. Por ello, nos asombramos al decir: Besando tus ojos amorosos, bebiendo el rocío de tus labios, aspirando el dulce aroma de tu cuerpo.

Al principio llamamos a nuestra Madre Divina con el nombre de Isis, pero ahora la llamamos con el nombre egipcio de Nuit, la madre del cielo, la madre de la noche, representada por una mujer haciendo el signo de la runa Ur (como un U) con su cuerpo, lleno de estrellas.

Entonces la oración nos dice que es el “alma primordial”, la primera manifestación de todo lo existente. Además, nos dice la gran realidad de que la Madre Divina es el alma de todo lo que ha sido y todo lo que será.

Entonces aparece una máxima egipcia maravillosa: “A quien ningún mortal ha levantado el velo”. Esta máxima la tenía Beethoven en su mesa de trabajo. Nos habla que los misterios y poderes de la Madre Divina, sólo son entregados a quien puede rasgar el velo adámico sexual, es decir, aquel que es capaz de destruir todos sus elementos psicológicos indeseables de la pasión animal.

Y nos dice las virtudes que necesitamos para llegar a nuestra Madre Divina, cuando menciona en la oración: “Cuando tú estéis bajo las estrellas irradiantes del nocturno y profundo cielo del desierto”. Ahora bien, las estrellas son las virtudes del alma; el desierto nos habla de apartarnos del mundo vulgar, de sus costumbres degeneradas, de sus vicios y abominaciones.

Finaliza dándonos una clave mágica de gran poder. Hay que llamarla con pureza de corazón (habiendo controlado todas nuestras emociones negativas como la ira, la envidia, etc.) y en la flama de la serpiente, nos habla de que la Madre Divina tiene su máximo poder para ayudarnos y desintegrar el ego, cuando se trabaja en la magia del amor. Si en el momento de unión amorosa se llamara la Madre Divina, ella podría realizar grandes prodigios.



La Venus de Tamtoc. Las fuerzas femeninas divinas en toda la creación. Tamtoc, San Luis Potosí, México.

«Amando a nuestra Madre Divina y pensando en ese gran vientre donde se gestan los mundos, oremos diariamente así: Dentro de mi Real Ser interno reside la luz divina. Ram... Ioooo es la Madre de mi Ser, Devi Kundalini. Raaaaammmmm Ioooo ayudadme... Raaaaammmmm Ioooooo, socorredme, iluminadme Raaaaammmmm Ioooooo, es mi Madre Divina, Isis mía, tú tienes al niño

















que salga adelante. Si continuamos en aquella actividad con gran entusiasmo, empezará a vibrar con la nota “Re”, entonces habremos avanzado un poquito.

Para lograr el éxito en todo esto tiene que haber constancia, voluntad, porfía; si no nos detenemos lograremos en un momento estar en la nota “Mi” y será algo maravilloso. Ahora bien, las cosas no son tan fáciles, la corriente del sonido nos da unas sorpresitas.

Imaginemos un teclado de un órgano o un piano, veremos unas teclas blancas y unas negras. Están en grupos de siete teclas blancas, que son: Do, Re, Mi, Fa, Sol, La y Si. Las teclas negras marcan un semitono de diferencia con las teclas blancas. Entre Do y Re vemos una tecla negra o sea un semitono, entre “Re” y “Mi” otra, pero entre “Mi” y “Fa” no existe. Aquí es donde encontramos una discontinuidad en el sonido.

Esto se presenta en nuestras actividades como dificultades y obstáculos, contratiempos. En un negocio no faltan los altos y a veces injustos impuestos, los requisitos casi imposibles de cumplir; de repente, dejan de venir los clientes, etc.

En la meditación suceden cosas similares; de repente, los familiares en forma insólita nos vienen a visitar, exactamente, a la hora en que estamos meditando, al vecino se le ocurre a esa hora, y no otra, poner música a todo volumen. Asombrosamente, hasta se les ocurre, exactamente a nuestra hora de meditar, pasar una película que hace tiempo queríamos ver.

Lo que no consideramos es que cuando nos falta continuidad, cuando detenemos esa actividad por pereza, por falta de voluntad, negligencia, la corriente del sonido nos regresará a la nota musical “Do”; de esa manera, un negocio nunca progresará y en la meditación jamás ahondaremos realmente.

Así que la solución es armarnos de una voluntad a toda prueba, una voluntad de acero, sólo así podríamos vencer estas discontinuidades del sonido, y en un solo grupo de siete notas existen dos discontinuidades. Sólo los estudiantes muy sinceros, que no se dejan abatir ante las adversidades, pueden lograr avanzar y en un momento dado pasar a otra octava musical, y, como consecuencia, a otro nivel de meditación.

### **Séptima: Salas de Meditación**

Uno de los objetivos fundamentales del Instituto Cultural Quetzalcóatl es que en cada instituto se forme una sala de meditación. En nuestras clases por internet también lo hemos logrado con un gran esfuerzo, alcanzando formar una gigantesca sala de meditación integrada con alumnos del mundo entero.

Si bien debemos meditar en forma individual, la meditación en grupo es una ayuda formidable; ya que cuando se reúnen personas afines a meditar se forma un vórtice de fuerza muy poderoso, que además de ayudar en la meditación a los que participan, la energía que se genera alcanza a esencias que tienen inquietudes espirituales, impulsándolas a buscar la luz, y a la vez forma un vórtice magnético formidable que por imantación cósmica tendrá el poder de atraer hacia todos nosotros cierto tipo divino de fuerzas muy necesarias. Así que de esta forma no sólo nos ayuda en nuestras meditaciones, sino que, además, es una forma de servir a nuestros semejantes.

Creamos también asociaciones psicológicas conscientes y éstas son de gran ayuda en el despertar de la conciencia en el mundo de los sueños. Es la antítesis de las asociaciones psicológicas que creamos normalmente, como ir a la cantina, al cabaret, a los antros de perdición, estar en el chisme, etc., esto crea, a la hora de irnos a dormir, asociaciones psicológicas en donde nuestros sueños estarán relacionados con esas actividades.





## Novena: Ojos cerrados

Después de ver todas estas reglas, el dejar los ojos cerrados parecerá algo sin importancia, pero al igual que las otras reglas es de gran trascendencia. Las percepciones sensoriales externas captadas por la vista, obviamente, son impactos que van a la mente y la agitan. Por tanto, si cerramos los ojos, las evitamos.

Parecerá muy fácil de hacer, pero a más de uno se nos dificulta. A veces estamos en la meditación y, de repente, sentimos que el instructor gnóstico que la está dirigiendo como que ya tardó mucho sin decir algo y pensamos: "a mí se me hace que ya se durmió", ante esto, medio abrimos los ojos para cerciorarnos, desde luego que, con esto, la mente ya se agitó.

Que de repente ya escuchamos un ruidito, nos acordamos que quizás dejamos la estufa prendida, que las luces del carro, que pasó un mosquito, que sentimos comezón y mil cosas más. Esta regla es sólo usar el sentido común, dejar los ojos cerrados en la meditación, eso es todo. Lograremos muchos avances si lo hacemos.

Una cosa incongruente, ilógica, disparatada, es meditar con los medios de comunicación modernos activos para recibir notificaciones, llamadas, etc., eso es como si quisiéramos que un pájaro se echara a volar y lo amarráramos de una piedra, es indispensable que nos concentremos en lo que vamos a realizar.

## Décima: Relajación y combinar la meditación con el sueño

Debemos actuar como los panaderos, aprender con gran industria a mezclar la harina y el agua, si hay mucha agua no queda bien la masa y si hay poca agua tampoco. Es igual con la meditación, si nos falta sueño no lograremos realizar nuestra meditación como es debido y si nos sobra terminaremos dormidos.

Así que necesitamos de la relajación del cuerpo para que nos de sueño y del Recuerdo de Sí para que ningún defecto se lleve la conciencia a deambular sin sentido y terminemos dormidos. La receta perfecta es 50% sueño y 50% meditación. Muchos nos quejamos que no avanzamos en la meditación y resulta que lo único que nos falta añadir es sueño.

Otros nos quejamos que llegamos muy tarde a la casa, a altas horas de la noche y que, además, tenemos sueño y justificándonos nos decimos así mismos: ¿cómo voy a meditar si tengo sueño? ¡Vaya! Si eso es, precisamente, lo que necesitamos para meditar.

La relajación del cuerpo físico, que algunos no le prestamos mucha importancia, es lo que atrae el sueño y éste es el medio ideal para meditar. Un sueño graduado a voluntad es lo que necesitamos adquirir. Si a la hora de meditar no perdemos el estado de alerta novedad, si no permitimos que nuestra conciencia se escape, si no dejamos que alguno de los yoes se la lleve, eso nos permitirá aprender a graduar el sueño a voluntad.

*«Combinad sueño con meditación en proporciones armoniosas. Nunca olvidéis la ley de la balanza. Necesitáis realmente de un 50% de sueño y de un 50% de meditación. Practicad la meditación cuando os sintáis predispuestos al sueño normal.» [Samael Aun Weor. La Ciencia de la Meditación].*



**E**xisten varias clases de meditación, cada una de ellas debemos desarrollarla e integrarla en nuestro trabajo por despertar la conciencia. Es formidable ver como la meditación permite que lo que hacemos, no importa lo que sea, el trabajo, el estudio, la relación con los demás, sea en un ámbito superior, logra un cambio real y definitivo.

## Comprensión de una enseñanza

El estudio mecánico, el querer almacenar información en la infiel memoria, es de poca utilidad. Si repetimos como loros las cosas que aprendemos, realmente, no lograremos un cambio verdadero en nuestras vidas. La cruda realidad, es que ahora, en este mundo en que vivimos, las cosas están muy graves, a pesar de que nos gobiernan y dirigen personas muy intelectuales.

Lo peor de todo, es que tantos años de estudio y a la hora de la muerte, se pierde todo. Esto quiere decir, que cuando volvemos a tomar otro cuerpo físico, nada recordamos de todo lo que estudiamos en la vida anterior.

Por otro lado, el centro intelectual es el más lento de todos, es muy notorio que beber alcohol es un error, sin embargo, terminamos tomando. Esto quiere decir, que no basta almacenar la información en el centro intelectual, se hace necesario que pase la información a los demás centros de la máquina humana.

Son ahora muchas las enfermedades que padecemos por el abuso de la mente, cada vez son peores, pues no existe un equilibrio en las escuelas, colegios y universidades; es indispensable tomar conciencia de lo que estudiamos. Todo esto, nos lleva a la reflexión, que se necesita algo más; eso que se llama comprensión.

*«El Ser y Saber deben equilibrarse mutuamente a fin de establecer en nuestra psiquis la llamada de la comprensión.» (Samael Aun Weor)*

Cuando un conocimiento llega a la conciencia, entonces se expresa en forma natural cuando lo necesitamos, entonces cambiamos en forma espontánea y gradual. Cuando una enseñanza queda depositada en la conciencia por medio de la comprensión a través de la meditación, entonces jamás se pierde, pueden sucederse varias existencias y este conocimiento estará en forma permanente.

Lo primero que se requiere es leer, estudiar, recibir una clase o conferencia en forma consciente, en Recuerdo de Sí, uniendo nuestra conciencia al estudio, a la lectura. Se trata de estar presente y que no huya la conciencia a otros lugares, permanecer con una atención plena y natural. Se requiere también que tengamos una emoción positiva al estudiar.

Eso que hemos aprendido, ahora hay que someterlo a la meditación. Debemos relajar el cuerpo y la mente. Así, en silencio mental, hay que tratar de comprender cada ley, cada fórmula, cada frase, cada enseñanza.

Este sistema no da resultados de un día a otro, se requiere de mucha constancia, ya que, de actuar con perseverancia y tenacidad, obtendremos que primero pase el conocimiento a la parte emocional del centro intelectual. Si insistimos en tratar de capturar el hondo significado de las enseñanzas aprendidas, entonces lograremos que se deposite en el mismo centro emocional, convirtiéndose en un conocimiento emotivo.



Todavía no es el objetivo final, tratando cada vez de comprender más a fondo, y buscando vivirlo en la vida cotidiana, por fin, después de mucha porfía, quedará en la conciencia. Entonces se manifestará de forma natural en cada acto de nuestra vida.

«Comprender es algo inmediato, directo, algo que vivenciamos intensamente, algo que experimentamos muy profundamente y que inevitablemente viene a convertirse en el verdadero resorte íntimo de la acción consciente.» [Samael Aun Weor. Educación Fundamental].

## Samyasin del pensamiento

La palabra Samyasin es oriental (sánscrito) y significa el pasar por las etapas en la meditación: concentración, meditación y éxtasis místico trascendental. Es posible aplicar un Samyasin a cada cuerpo, con el objetivo de libertarse del mismo, para fusionarse, momentáneamente, con el Ser y experimentar el Vacío Iluminador.

También puede usarse para meter el cuerpo físico a la cuarta dimensión (estado de Jinas), aplicando un Samyasin (concentración, meditación y éxtasis místico) al cuerpo físico, nos podría permitir lograr esta proeza.

El ser humano tiene siete vehículos para manifestarse en las distintas dimensiones de la naturaleza, aunque por el momento tales cuerpos son de naturaleza fría y lunar, podemos emanciparnos de su influencia en la meditación para integrarnos con el Ser.

La clave es que durante la meditación apliquemos un Samyasin a cada cuerpo. La tarea será la siguiente: Tomamos una postura cómoda, relajamos el cuerpo y la mente.



Zona Arqueológica La Venta. Altar cuadrangular, un hombre emergiendo de la Tierra. Representación de la importancia de auto explorarse para tener acceso a la verdadera sabiduría.

**Cuerpo físico:** Una vez realizado este proceso, entonces nos concentramos en el cuerpo físico, toda nuestra atención se centra en el vehículo de carne y hueso. Luego meditamos en el funcionalismo del cuerpo, en sus sistemas, órganos, alimentación, metabolismo, etc. Si hacemos este trabajo bien hecho, entonces podremos llegar a un estado de arrobamiento místico y entonces exclamaremos: "Yo no soy el cuerpo físico". Así quedamos, libre de su influencia, como esencia o alma.

**Cuerpo vital:** Ahora nos concentraremos en la base de la misma vida, que se encuentra en el cuerpo etérico o vital. Luego meditaremos, profundamente, en los diversos funcionalismos que tiene este cuerpo como: la imaginación, la voluntad, las percepciones, las extra percepciones, los cambios en el cuerpo, la reproducción humana. Sin cuerpo vital moriríamos, de hecho, primero se deña el cuerpo etérico y luego el físico. Una vez que meditemos en todo esto, llegaremos a ese estado de quietud mental, Samâdhi, como se dice en la India y con mucha emoción y fe solar, podremos decir: “Yo no soy el cuerpo vital”.

**Cuerpo astral:** El motivo de nuestra concentración será ahora el cuerpo astral o de deseos. Una vez lograda la concentración en este cuerpo meditaremos en ese funcionalismo que sucede a la hora de dormir, como se separa del cuerpo físico todas las noches, como se desenvuelve en el mundo de los sueños o quinta dimensión. En este proceso nos quedamos hasta lograr llegar al Satori (así también se llama el estado de quietud mental), y podremos pronunciar con infinita devoción: “Yo no soy el cuerpo astral”.

**Cuerpo mental:** Liberarnos de los primeros cuerpos será algo maravilloso, pero aquí no se acaba el trabajo, tendremos que concentrarnos ahora en la mente. Luego alcanzado este nivel, pasamos a meditar en la mente, sus procesos, la bipolaridad mental, las asociaciones, el cómo y el porqué de la mente, etc., tenemos que lograr desligarnos de ella, nos sentimos mente, pero no somos la mente, ella es tan sólo un instrumento, como un burro que montamos para ir a alguna parte, no somos el burro; hasta que logremos el silencio de la mente, entonces, podremos decir con gran énfasis: “Yo no soy el cuerpo mental”.

**Cuerpo causal:** Ahora nos concentramos en el cuerpo causal o de la voluntad, lograda esta atención consciente, pasamos a meditar en este vehículo, estudiando los distintivos aspectos de la voluntad y de la mala voluntad, hasta lograr el éxtasis místico y poder decir llenos de fe: “Yo no soy el cuerpo causal”.

**Cuerpo de la conciencia:** Llegar a estos niveles de meditación, será algo muy gratificante, es momento de concentrarse en la conciencia. Meditar en el alma o conciencia, la cual, como dice la maestra Blavatski, es como un vaso de alabastro fino y transparente a través del cual arde la llama de Prajna (o el Ser). La meditación será hasta que se entre en éxtasis místico y entonces llenos de emoción diremos: “Yo no soy el cuerpo de la conciencia”.

**El Ser:** Nos concentraremos en el Ser, meditaremos en el Ser, extasiados en esa parte de la misma divinidad, la raíz de quien somos y a donde deberemos volver. Cuando se llegue a ese nivel, podremos funcionar sin cuerpos de ninguna especie, en el mundo del íntimo. En este estado de conciencia, podremos decir: “Yo soy él, yo soy él, yo soy él”. Alcanzaremos participar de la plenitud del universo e investigar cualquier cosa.

*«Concentración, Meditación y Samâdhi, deben practicarse sobre cada cuerpo. Concentración, Meditación y Samâdhi, los tres son llamados en oriente, un Samyasi, sobre cada uno de nuestros vehículos. Para poder despojarnos de cada uno de nuestros vehículos inferiores, practicaremos un Samyasi sobre cada uno de nuestros vehículos.» [Samael Aun Weor. Rosa Ígnea].*

## Valores del Cardias

Uno de los problemas, para salir en cuerpo astral conscientemente, es el que abusemos de la mente. Lamentablemente, en esta sociedad en que vivimos se exalta mucho el abuso del intelecto. Los mejores trabajos son para quienes más han abusado de los procesos del pensamiento. Cuando se abusa de la mente, esto se hace a expensas de los valores del corazón. Perdiendo los valores del corazón, se dificulta las salidas conscientes en el mundo

astral. La oración científica, la caridad consciente, la fe solar y la meditación pueden restaurarlos.

Para recobrar los valores del corazón, un ejercicio es relajar, diariamente, nuestro cuerpo y mente y meditar en un bosque rodeado de altas montañas, con águilas en su altanero vuelo deslizándose deliciosamente, árboles de todos los tamaños, flores de todos los colores perfumando el ambiente, sonidos de grillos junto al de los pájaros interpretando una sinfonía inefable, arroyos cantarines deslizándose en su lecho de rocas.

Nos dirigimos extasiados al centro de ese bosque, disfrutando en todo momento del ambiente en su totalidad, para encontrarnos un altar de oro y en él, una maestra iniciada llamada en el oriente como Kakini, esta inefable mujer, tiene el poder de ayudarnos a restaurar los valores del corazón. Nos acercamos a ella, para que nos bendiga y le suplicamos que nos ayude.

*«El devoto debe concentrarse en su corazón, imaginando que allí hay rayos y truenos, nubes que vuelan perdiéndose en el ocaso impulsadas por los fuertes huracanes. Imagine el gnóstico muchas águilas volando por entre ese espacio infinito que está dentro, muy dentro de su corazón. Imagine los bosques profundos de la naturaleza, llenos de sol y de vida; el canto de los pájaros y el silbo dulce y apacible de los grillos del bosque. Duérmase el discípulo imaginando todo esto; imagínese ahora que en el bosque hay un trono de oro donde se sienta la Diosa Kakini, una mujer muy divina. Duérmase el gnóstico meditando en todo esto. Imaginando todo esto. Practique una hora diaria, y si practica dos o tres o más horas diarias tanto mejor. Puede practicar sentado en un cómodo sillón, o acostado en el suelo o en su cama, con los brazos y las piernas abiertas a derecha e izquierda en forma de la estrella de cinco puntas. El sueño debe combinarse con la meditación. Debe haber muchísima paciencia. Con paciencia infinita se logran estas maravillosas facultades del cardias. Los impacientes, aquellos que todo lo quieren rápidamente, aquellos que no saben perseverar toda la vida, es mejor que se retiren porque no sirven. Los poderes no se consiguen jugando; todo cuesta. Nada se nos da regalado».* [Samael Aun Weor. Matrimonio Perfecto].

## Transvalorización

Hacer la conjunción de nosotros con la gnosis es importante, si, verdaderamente, anhelamos un cambio trascendental. La gnosis y la vida cotidiana no están peleadas de ninguna forma, podríamos decir que la vida común y corriente, que el trabajo para ganarnos la vida, que los estudios para prepararnos en la vida y vivir la gnosis es lo mismo.

Para que la gnosis forme parte de nuestra vida, necesitamos amarla y para ello hay que darle el valor que merece, aunque, realmente, no es un valor físico como el que le damos a un anillo de diamantes, sino un valor mucho más elevado, más bien espiritual, más real que todo lo ilusorio que es el mundo.

Para poder comprender esta idea, nos tenemos que ir a la parábola de la perla del maestro Jesús, en donde un mercader vende todo con el fin de apoderarse de una perla preciosísima. Esa perla es el trabajo esotérico gnóstico, para que sea parte de nuestra vida, hay que ir deshaciéndonos de muchas cosas que sólo nos hacen perder el tiempo miserablemente, aunque en ese momento creamos que son muy importantes.

¿Cómo saber qué es, realmente, útil en nuestra vida? En este mar embravecido de la vida, realmente, qué será verdadero y cuánto habrá de ilusorio...

Solamente podremos saberlo si nos acostumbramos a realizar una transvalorización de la enseñanza gnóstica. Esto tiene varios puntos a tratar en la meditación; por un lado, hay que

meditar en cada actividad que tenemos, viendo por qué es útil o por qué es inútil. Cuando uno comprende a través de la meditación que hay actividades muy superficiales, que sólo alimentan nuestras debilidades y sinsabores, por ejemplo: El reunirnos a criticar gente, el asociarnos para beber bebidas embriagantes, etc.

Por otro lado, es importante, en el silencio mental, comprender un antes y un después de la gnosis, cómo nos ha auxiliado en nuestra vida, en el hogar, en el trabajo, en los estudios, etc. Si logramos captar esas ventajas en meditación, indudablemente, lograremos estar unidos a la gnosis en forma real y no fanática.

Podrá expresarse en nosotros la gnosis de manera natural, espontánea, libre, sin artificios, en cualquier circunstancia y lugar. Así que vale la pena realizar esta práctica, cuando menos una vez al año o cuando creamos que nos estamos “enfriando” espiritualmente hablando.

*«Es urgente valorizar el trabajo esotérico Gnóstico, es indispensable comprenderlo y apreciarlo si es que en realidad anhelamos un cambio radical.» [Samael Aun Weor. Psicología Revolucionaria].*

## Expansión de la conciencia

Un ejercicio formidable en la meditación es expandir la conciencia. La conciencia es como una luz, de hecho, luz y conciencia son dos fenómenos de una misma cosa. Una estrella entre más brillante es, en ella habitan seres iluminados que son aún más conscientes.

Cuando la mente se queda, verdaderamente, quieta, la conciencia se integra en todo lo que es, ha sido y será. Por tanto, este ejercicio nos ayuda a prepararnos para el vacío Iluminador, para esa experiencia que puede transformarnos.

Así mismo, es muy importante comprender que todos los seres humanos, al final de los tiempos, formaremos parte de un todo, como las gotas de un océano, como las chispas de una gran hoguera. Lo que los mayas llamaban el unimismo, sentirnos todos como parte de un solo ser, sentirnos uno con el prójimo.

La práctica consistirá en relajar el cuerpo y la mente, luego sentir la conciencia como si fuera una luz que inunda nuestro cuerpo, abarcando todo poco a poco. Al ir iluminado tal cosa, nos sentiremos como ese niño juguetón, como el obrero cansado que llega a su hogar, como el anciano lleno de recuerdos, como el insecto que vive solo una tarde de verano, como el elefante y la lombriz, ocupando todo, hasta llegar a cubrir todo el mundo, el sistema solar, la galaxia y el universo.

*«Después de una oración a Dios y a los maestros, la que le sea familiar, cada jueves debe usted dar principio al estudio del capítulo que esa semana le corresponda estudiar. Cuando haya terminado, siéntese cómodamente en su silla; esta debe ser la que usa regularmente en el sanctum sanctorum de su hogar y la que no debe usar para otros menesteres. Relaje todo su cuerpo, ponga su mente en blanco por unos minutos y aquíétese totalmente. Cuando lo haya logrado, expanda su conciencia desde adentro hacia afuera, vea que ella se agranda hacia arriba, hacia abajo, hacia los lados, siempre alrededor de su cuerpo. Vea el color de su camisa, de su corbata, de su traje, de sus zapatos. Vigile que su cuerpo se encuentre relajado y en posición estética. Observe la orientación de su habitación, los muebles, los cuadros; identifíquelo todo antes de abarcar las calles de toda la ciudad donde vive; identifíquelas, sienta el correr de los vehículos y, así, vaya expandiendo más y más su conciencia hasta que abarque toda la Tierra. Después, abarque el espacio sin límites donde se mueven los soles y mundos siderales. Este ejercicio debe durar una hora y hacerse durante treinta días con excepción de los domingos.» [Magia Cristica Azteca. Samael Aun Weor].*







*del Padre, así en la tierra como en el cielo, pero generalmente los hombres llaman e invocan a Dios para que Él haga la voluntad de ellos, o sea al contrario». [El Libro de la Virgen del Carmen. Samael Aun Weor]*

### La Meditación en la Madre Divina

Hemos estudiado que la Madre Divina tiene el poder de eliminar los defectos, previamente comprendidos, si en profunda meditación se lo solicitamos; así mismo, podemos, simplemente, meditar en ella para solicitarle que nos guíe, nos proteja, nos cure, nos de sabiduría, amor y poder.

La clave de la oración está en combinar la meditación con sueño para llamar a nuestra Madre Divina particular. La Madre Divina desde siempre ha buscado enseñar a sus hijos con mucho cariño, tratando de instruirles en los grandes misterios.

*«Cuando el devoto hace sus ruegos a la Madre Divina, debe tener sueño y estar sumergido en profunda meditación interna». [El Libro Amarillo. Samael Aun Weor].*

Si estudiamos el arcano no. 2 del tarot, veremos a la Madre Divina sentada con un libro en su regazo, pues ella puede entregarnos las más grandes revelaciones para salir victoriosos en los obstáculos de la vida.

La raíz de todo lo creado la encontramos en el eterno femenino divinal. El Padre le da sabiduría, el Hijo amor y el Espíritu Santo poder. Estas tres cualidades Él puede ofrecérselas si sabemos pedir con consciencia y veneración.



Zona Arqueológica La Venta. Figura en piedra llamada "La Abuela", para los antepasados de Mesoamérica la sabiduría estuvo representada por los venerados ancianos.

*«La causa causorum de la electricidad debemos buscarla en el fuego serpentino universal. Ese fuego mora en los electrones. Los sabios meditan en él; los místicos lo adoran, y aquellos que siguen la senda del Matrimonio Perfecto trabajan prácticamente con él.» [Matrimonio Perfecto. Samael Aun Weor].*

### El Vacío Iluminador

La experiencia del Vacío Iluminador es uno de los objetivos principales por los cuales es necesario aprender y practicar la meditación. Cuando la mente queda quieta, en imponente silencio, puede vivirse una experiencia espiritual que puede transformarnos. Cuando se logra experimentar el Vacío Iluminador la esencia queda libre del ego y se fusiona por unos instantes con el Real Ser Interior profundo, experimentando la verdad, lo real, lo que está más allá de la mente, de los conceptos, de las ideas, etc.







factores de la revolución de la conciencia, para poder encarnar a nuestro Espíritu Divino en forma permanente.

*«Es posible que, en una práctica de meditación profunda, pueda la conciencia de un ser humano escaparse de entre el ego y experimentar la dicha del vacío iluminador. Es obvio que si lo consigue trabajará con gusto sobre sí mismo, trabajará con ardor, pues habrá experimentado ciertamente, en ausencia del ego, Eso que es la Verdad. Eso que no es del tiempo, que está más allá del cuerpo, de los afectos y de la mente. [Samael Aun Weor. Para los Pocos].*

## La Fuerza de la contratransferencia

Cuando uno anhela desintegrar un defecto, es muy natural que aparezca una fuerza opositora, pues el ego, siendo una entidad viva, con sus propios pensamientos y sentimientos, no querrá dejar de existir. Así como el gato esconde sus uñas, pero las saca cuando las necesita, el ego actúa en forma similar.

Para desintegrar un defecto hay que descubrirlo, comprenderlo a fondo, para que la Madre Divina pueda desintegrarlo. En consecuencia, es imposible desintegrarlo si no lo conocemos, y no lo podemos comprender a fondo sin dirigirnos a nuestro mundo interior.

Ahí es donde el ego interviene utilizando una fuerza opositora que nos dificulta la introversión. Nos sentamos a meditar y resulta que, supuestamente, pasamos por cada paso y cuando terminamos ocurre que ni siquiera supimos con cuál ego, aparentemente, trabajamos. Otros sentimos desesperación, impaciencia, intranquilidad, calor, comezón, etc. Todo lo anterior, es producto del ego tratando de que no lo descubramos.

El desdichado ego no quiere morir, anhela seguir viviendo a expensas de nuestras fuerzas vitales. Los hemos alimentado por cientos y quizás miles de años, y resulta que ahora ¿lo queremos eliminar? Nos ha acompañado desde remotas épocas, algunos Yoes los creamos desde la Edad Media, otros en esta vida, pero algunos tienen siglos manifestándose en nosotros, destruyendo nuestros cuerpos, metiéndonos en problemas, siendo el origen del dolor.

Es tan astuto el ego, que llega a ponerse en contacto telepático con nuestros familiares, vecinos, amigos, etc., y cuando, precisamente, queremos meditar, los familiares llegan a visitarnos, el vecino pone su música a alto volumen, los amigos nos llaman por teléfono y mil ocurrencias más.

El ego toma videos, audios y fotos que tenemos guardados en nuestro interior, hace una selección inmejorable de ellos y en ocasiones, al momento de meditar, los hace aparecer, dificultando el que, verdaderamente, lo descubramos a él.

Otras veces sentimos hasta angustia, desesperación y miedo inexplicable, es el ego el que lo siente, porque se ve amenazado de muerte y lo ubica en nuestro corazón y mente como si fuera de nosotros.

La solución a este gran problema consiste en apelar al análisis estructural y transaccional, si estudiamos la forma de comprender un defecto, veremos que es el análisis el que debemos realizar, ya que, de esta forma, estudiamos cada una de sus partes (estructura) y las relaciones que tiene con otros defectos (transacciones).

En la medida en que avancemos en estos dos análisis, la fuerza de la contratransferencia será eliminada; de esta forma, podremos dar pasos verdaderos en el camino de la disolución del ego.

## Capítulo 7. Las Joyas del Dragón Amarillo



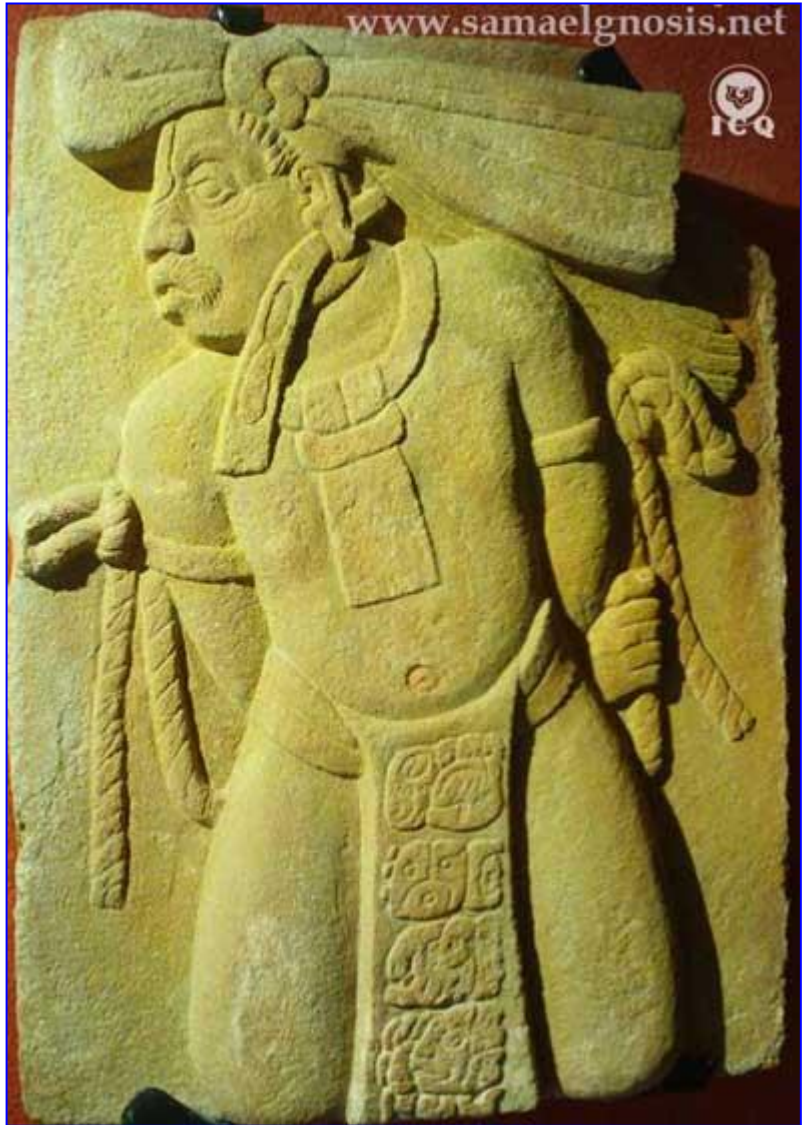
En la milenaria China se estudiaron a fondo los sistemas de meditación, una orden muy importante que profundizó estos estudios fue “La Sagrada Orden del Dragón Amarillo”, a la cual perteneció el maestro Samael Aun Weor en una de sus existencias anteriores, con el nombre de Chou Li.

Tenían una didáctica en la enseñanza con una metodología precisa para llevar al estudiante por los distintos niveles en el dominio de esta ciencia maravillosa de la meditación. Acostumbraban sentarse en círculo, con las piernas cruzadas al estilo oriental y sus manos las colocaban el dorso de la mano derecha sobre la palma de la mano izquierda. Prácticas que podemos imitar, quizás no seamos muy diestros en las posturas, pero lo demás podemos hacerlo en nuestras prácticas perfectamente.

Los chinos, los mayas, los egipcios heredaron muchos conocimientos de la antigua Atlántida, entre ellos, el sabio uso del poder del sonido. Existían entonces instrumentos musicales muy desarrollados, como el Ai-ata-fan, el cual constaba de 49 cuerdas, relacionadas con siete escalas de siete notas musicales, relacionado con la Ley del Siete que todo lo organiza o perfecciona. Tales sonidos de ese instrumento, hoy en día ya no es posible escucharlos; involuciones del tal instrumento son el piano, el violín, etc.

Imaginemos esos templos maravillosos que invitan a la meditación, inciensos naturales quemados en bracerillos embalsamando el ambiente con sus perfumes exquisitos, todos los miembros del templo sentados en la manera oriental formando un gran círculo, el dorso de la mano derecha sobre la palma de la mano izquierda. Todos con los ojos cerrados, cuerpo y mente, profundamente, relajados.

Un hermano de la orden, en el centro, tocando el instrumento musical... Cuando tocaba la nota “Do” de la primera escala de la música, todos se sumergían como buzos en el agua, tratando de dejar quieto el primero de los cuarenta y nueve niveles del subconsciente. Más tarde tocaba la nota “Re”, y entonces todos trabajaban por dejar en silencio total el segundo



Interesante figura de un prisionero amordazado, símbolo del dominio que debemos tener sobre nuestra propia mente. Zona Arqueológica de Toniná. Cultura Maya.



nivel. Claro que el trabajo consistía en enfrentarse a los agregados psicológicos de cada nivel del subconsciente.

Así seguían trabajando, de acuerdo a las notas tocadas de ese precioso instrumento musical llamado Ai-ata-fan, cuando llegaba a la nota 49, todos participaban del alma del universo, experimentaban el Vacío Iluminador, el éxtasis místico trascendental, donde el pasado y el futuro se hermanan en un eterno ahora.

Pedagógicamente, dividieron sus enseñanzas en siete grandes trabajos, que denominaron sabiamente: Las Siete Joyas del Dragón Amarillo. Al maestro Samael Aun Weor, por ser uno de sus miembros de esta milenaria orden, le dieron autorización y la orden de entregar estas misteriosas claves. De estas siete joyas, nos entrega dos en sus libros y conferencias.

## Primera Joya



Zona Arqueológica La Venta. El Gobernante, interesante figura de piedra, el verdadero gobernante es aquél que puede dominarse a sí mismo.

Todo lo que se enseña en el budismo Zen y Chang, y que en la gnosis se rescata en esencia, en forma práctica, es restaurado en su verdadero sentido milenario. Esto corresponde a la primera de las Joyas del Dragón Amarillo.

El trabajo con las frases enigmáticas (Koanes), el uso de distintos sonidos sagrados (Mantram), el trabajo con la comprensión de los opuestos (Pratyahara), que bien podríamos pasarnos varias vidas para dominarlas, corresponden tan sólo a esta primera de estas joyas.

Indudablemente, practicar y vivir todas estas claves, nos aseguran la experiencia del vacío Iluminador, la experiencia de la verdad, impulsarnos para trabajar en la Gran Obra del Padre.

### Las dudas

Durante la meditación surgen infinidad de obstáculos que se hace necesario aprender a trascenderlos. Las dudas son uno de estos problemas. Cuando se nos presentan, no se avanza en la meditación, pues nos producen un incesante parloteo mental.

Sin embargo, no debemos rechazarlas, cuando uno resiste una forma mental, se crea conflicto, y esto genera un fuerte oleaje mental. Esas dudas nos producen desatención imposibilitando la introversión.



Equivocadamente, consideramos que hay que poner atención en lo atento y olvidarnos de lo inatento, pero es un error. Más bien, debemos prestar atención en lo inatento, para que, al comprenderlo, se vuelva atento.

Duda que aparezca, se le pone atención, se le descuartiza, se le abre con el bisturí de la auto crítica, es necesario saber que de real tiene, que de verdad hay o que de mentira. Pero, esto no se hace con la mente, sino con la conciencia. Si nos ponemos a pensar, a razonar en la duda, sólo estaremos creando un diálogo estéril.

Cuando comprendemos a fondo la duda, cuando sabemos de ella en todos los niveles, entonces desaparece, mientras no la hayamos comprendido, la mente la mantendrá dándole vueltas una y otra vez. Además de ir controlando la mente, de ir dejando en silencio, va adquiriéndose más sabiduría por el camino de la vía de la experimentación directa.

Sin embargo, si a pesar de trabajar con todas las claves que se estudian en la primera Joya del dragón amarillo, aparentemente, estamos en silencio, pero no se experimenta el Vacío Iluminador, esto quiere decir que la mente continúa agitada en los niveles más profundos, por lo que habrá que apelar a la Segunda Joya...

## Segunda Joya

En la segunda Joya del Dragón Amarillo es imprescindible comprender que la mente no somos nosotros. Nos consideramos siendo la mente, estamos acostumbrados a decir cosas como: "Estoy pensando"; el Ser o espíritu no necesita de pensar, lastimosamente nos sentimos siendo la mente.

La mente es como un sujeto extraño que, si bien nos tiene dominados, y coloca los pensamientos que

quiere, no somos ella. Tiene todas las características de un burro, funciona como los burros lo hacen, es terca, es caprichosa, difícil de dominar, por eso Jesús, el gran maestro de maestros, entra montado en un burro el domingo de ramos, indicándonos que hay que someterla.



Zona Arqueológica La Venta. Altar triunfal. Hombre emergiendo del inframundo, sólo auto conociéndonos, podremos trascender.

Resulta que no es una mente, sino muchas mentes, pues cada defecto psicológico tiene la suya propia. La meditación consiste en dejar las “mentes” en silencio para escaparnos como esencia y fundirnos con el Ser, experimentando el Vacío Iluminador.

Al aplicar todas las claves de la Primera Joya, como la comprensión de los pensamientos, el uso de las distintas frases enigmáticas (Koanes), la vocalización de los sonidos sagrados (mantram) y resulta que si bien, como que estamos en calma aparente, pero no logramos el éxtasis místico trascendental, quiere decir que no hemos logrado la quietud total.

La mente en el fondo, en los niveles más profundos del subconsciente, aunque no lo percibimos, está gritando, dialogando en el incesante batallar de las antítesis, no está en paz, se siente amordazada, realmente, no está quieta.

Entonces podemos apelar a recriminar la mente, azotarla, regañarla, etc. Sin embargo, no estamos hablando de establecer un dialogo mental, cosa absurda, se trata de activar la conciencia y que ésta recrimine a la mente.

Para lograr este cometido, nos colocamos en el más absoluto Recuerdo de Sí, tomando conciencia de ese momento y lugar, con nuestra voluntad como si fuera un látigo o una espada, nos dirigimos a la mente, le preguntamos: ¿Qué es lo que tú quieres? Luego esperamos a que conteste, lo hará a través de una imagen, un recuerdo, un sentimiento, etc.

Eso que se nos presente habremos de comprenderlo, saber la realidad de eso, que hay de verdad o mentira, auto explorarnos profundamente; así le haremos entender a la mente que es absurdo que esté pensando en eso, que no tiene caso, que es inútil.

Si aun así no logramos la quietud absoluta de la mente, hay que azotar a la mente con el látigo de la voluntad, con mucha energía, en el tercer estado de conciencia, dirigirnos a la mente diciéndole: “Mente, déjame en paz, yo soy tu amo, tú eres mi esclava, obedece”.

La mente se sentirá de nuevo como un perro lleno de pulgas, como una lombriz cuando un niño maldoso le hecha sal. Clamará, suplicará, gritará, llorará; nunca ha estado quieta, ni siquiera cuando dormimos, siempre ha estado activa, en un constante dualismo; luchará hasta la muerte por seguir así, lanzará, nuevamente, cosas absurdas justificándose.

Nuevamente, esas cosas que manifieste la mente, con muchísima paciencia, se deben descuartizar, abrirlas para ver de qué están hechas, comprenderlas a fondo, saber su raíz, su origen. Hay que seguir con esta Joya hasta que, por fin, la mente quede en imponente silencio.

## La segunda Joya en la vida cotidiana

Como hemos dicho, la meditación no está divorciada de lo que hacemos en el curso común de nuestra vida. Podemos usar parte de esta técnica en el diario vivir. En ocasiones, tenemos una música que no nos deja en paz, está revoloteando, incesantemente, en nuestra cabeza; en otras ocasiones, tenemos un pensamiento lascivo o grosero; en fin, algo que nos esté molestando.

Podemos entonces dirigirnos a la mente con mucha voluntad y conciencia: “Mente, retírame este pensamiento, no te lo permito, yo soy tu amo y tú eres mi esclava, hasta la consumación de los siglos”.

La mente obedecerá si lo hacemos correctamente y lograremos avanzar en este camino de doblegar nuestra propia mente. No se trata de dominar la mente ajena, pues eso es pura y legítima magia negra, lo que necesitamos es dominar nuestra propia mente.

## El Judo Psíquico

Antiguísimas disciplinas nos dan la idea del trabajo que tenemos que realizar, y éste consiste en que logremos el dominio de la mente. Sin embargo, es una lástima que, generalmente, tomemos de ellas sólo el cascarrón, la superficie de estas milenarias ciencias.

Poco a poco hemos ido perdiendo los principios ancestrales de cosas muy sagradas como:

**El Tarot:** Es un conocimiento de carácter superior, contiene las enseñanzas del camino secreto, cada arcano tiene un conocimiento específico y fundamental para vivir. El arcano nueve, por ejemplo, nos habla de los misterios de la supra sexualidad. El arcano diez de la evolución e involución y el ciclo de vidas y muertes. El arcano ocho es la justicia. El arcano once el fuego sagrado. El arcano diecinueve la piedra filosofal, etc. Lamentablemente, lo convertimos en un juego de naipes, en un sarcasmo adivinatorio. El tarot, realmente, es un patrón de medidas y quien se salga de sus principios se perderá del camino.

**Los Toros:** Un milenario arte que viene desde la Atlántida, dedicado al dios Neptuno, representación escénica para instruir al centro emocional sobre la muerte de nuestros defectos (el toro) a través de la espada (la voluntad y el fuego sagrado). Pasando por los tres grados egipcios de aprendizaje interior: El picador (el aprendiz que empieza su enfrentamiento ante el ego, pero lo hace cargando un gran lastre psicológico: el caballo), el banderillero (el grado de compañero. Quien ya se enfrenta al ego, cuerpo a cuerpo) y el Matador (grado de maestro, quien puede ya dar muerte al ego). Eso tan sagrado, lo convertimos en un espectáculo cruel y despiadado, donde ahora sólo alimentamos la violencia.

**Los lagos y piscinas sagradas:** Representación de las aguas puras de la vida, de aprender a hacer un buen uso de ellas, de comprender que con transmutarlas podemos regenerarnos. Basta recordar el lago sagrado a un lado del templo donde se encuentra el Santo Grial, de acuerdo con las enseñanzas vertidas en la obra de Richard Wagner llamado el Parsifal. Ahora sólo las tenemos para divertirnos ya que han sido transformadas en piscinas para bañistas y lo sagrado de ellas se perdió completamente.

**El Kung Fu:** Preciosísimas enseñanzas eran entregadas hace cientos de años para el dominio completo de sí mismos, en las cuales estaba, indudablemente, la gnosis. Trabajo en la muerte del ego, la alquimia o ciencia de transmutación y todo lo que se enseña hoy en la gnosis. Enseñanza similar que tenían los guerreros jaguar y guerreros águila del México antiguo que podían transformarse, realmente, en águilas y jaguares a través de la ciencia jinas (claves para meterse con todo y cuerpo físico a otras dimensiones). Ahora bien, en el Kung Fu, podían también hacer lo mismo. Todo eso se perdió, si bien ahora sigue siendo una buena disciplina, pero ya sin esas sabias enseñanzas.

**El Judo:** Tiene como objetivo principal el dominio de la mente, las formas de combate que se aprenden son con el objetivo de dominar la mente, cuando vemos a dos monjes "luchando", ellos apenas ponen atención al cuerpo físico, su meta principal es dominar su mente. Lamentablemente, nosotros sólo nos quedamos con la superficie, considerar que solamente es una excelente disciplina física para estar sanos y como defensa personal, pero nos olvidamos que la verdadera lucha es contra nuestra mente. Es hora de rescatar esa milenaria ciencia, el trabajar con las Joyas del Dragón Amarillo es aprender un verdadero judo psicológico.

## Capítulo 8. La Meditación y la iniciación



$$T = \left( \frac{4\pi^2}{GM} \right) r^3$$







requiere, necesariamente, pasar por tres escalones obligatorios: Imaginación, inspiración e intuición.

Es la meditación la que, junto con la conquista de ciertas virtudes, nos puede asegurar la estancia en estos escalones precisos para encontrarnos con el camino a la luz de la sabiduría inmortal.

## Imaginación

El primer escalón es el trabajo que hay que realizar para el desarrollo trascendental de la imaginación creadora, ante todo, habrá que diferenciarla de la fantasía, son dos cosas totalmente opuestas, confundirlas es un comienzo equivocado.

Fantasía es el desecho de la memoria, cuando realizamos una relajación y sentimos que los ángeles bajaron y nos creemos un ser iluminado, pues tenemos aquí un claro ejemplo de fantasía. Cuando sentimos cosquillitas, vemos lucecitas, sentimos la presencia de alguien y cosas de ese estilo, no hay duda que se trata de fantasía.

La fantasía es el medio por el cual nuestros defectos se fortalecen, nos hipnotizan aún más y terminamos fracasados, sin hacer nada, pues si creemos que ya sabemos, que somos casi un ángel bajado del cielo, pues ya no habrá oportunidad de hacer un cambio radical, ¿para qué?, si nos creemos unas mansas ovejitas.

Imaginación es diferente, ésta es el traslúcido del alma. De hecho, clarividencia e imaginación son, exactamente, lo mismo. Todos tenemos un poquitito de imaginación, Un arquitecto primero imagina una casa, más tarde la plasma en un plano y luego la cristaliza en un terreno, esto es tener una pizca de clarividencia, muy pequeña, pero es un comienzo de lo que llamamos como imaginación.

Leonardo da Vinci, Praxíteles, Miguel Ángel Buonarroti son ejemplos de seres que desarrollaron ampliamente su imaginación positiva creadora, ellos fueron, por tanto, poderosos clarividentes y desarrollaron obras geniales en bien de la humanidad, transmitiendo conocimientos preciosos y trascendentales.

Tampoco hay que confundir la clarividencia positiva (o imaginación creadora) con la clarividencia negativa que abunda, hoy en día, en todas las escuelas falsamente esotéricas. Clarividencia negativa es andar viendo fantasmas, sombras, auras, enemigos, etc., sin que tenga que ver nuestra voluntad, esta facultad negativa es la misma que utilizan nuestros científicos para crear ametralladoras, proyectiles atómicos y todas las armas para destruir seres humanos indefensos.

El desarrollo de la imaginación creadora es un proceso muy delicado, lento y gradual, nada parecido a lo que se ve en la televisión, cine o lugares donde nos prometen el desarrollo de chakras por unas cuantas monedas.

Ciertamente, esta facultad, como la podríamos llamar, tiene que ver con el centro magnético del entrecejo o chakra Ajna, y está relacionada con el sexto elemento de la naturaleza o luz astral. Esta poderosa energía se fortalece cuando hay un uso adecuado y trascendente de nuestra energía creadora, pero cada vez que nos enojamos, nos impacientamos, tenemos resentimientos, odios, venganzas y cualquiera de esas emociones negativas, esta luz astral

se transforma en un veneno llamado Imperil, que daña, precisamente, esta preciosa flor de loto.

En otras palabras, mientras seamos iracundos, impacientes, intolerantes, berrinchudos, etc., no podremos desarrollar la clarividencia positiva.

Es la meditación diaria la que puede desarrollarnos la capacidad de la imaginación positiva unida a cultivar una rica vida interior. Sin embargo, hay que reconocer que tal desarrollo es sin espectacularidades, sin rayos que salgan de la cabeza, sin ancianos con batas blancas, sin nombramientos sonoros con nombres extravagantes. Más bien, es como una flor que sale en el pantano, como un árbol solitario que se desarrolla lentamente por años enteros hasta que, por fin, da frutos.

*«Es necesario adquirir la más profunda serenidad, es urgente desarrollar la paciencia y la tenacidad. Hay que permanecer indiferentes ante la alabanza y el vituperio, ante el triunfo y la derrota. Es necesario cambiar el proceso del razonamiento por la belleza de la comprensión.»*

[Samael Aun Weor. Disciplina Esotérica de la Mente].

Ahora bien, una rica vida interior se entiende como el desarrollo de la veneración, la paciencia, la previsión y el respeto. Es necesario que volvamos a los tiempos idos, tiempos en que se respetaban las cosas sagradas y divinas que se encuentran en la naturaleza y en los templos de misterios de las diferentes culturas del mundo.



Paisaje de la naturaleza de la Zona Arqueológica de Palenque Chiapas.

Se hace urgente que veneremos a los ángeles, maestros o devas que rigieron, rigen y regirán todo lo creado, como el ángel Raphael, Uriel, Michael, Gabriel, Tláloc, Ehecatl, Varuna y Osiris.

Debemos dar el mismo respeto a un campesino que a un rico, merece nuestra misma atención un obrero que el presidente de un país. Se necesita ser previsivos, pero eliminando la codicia y las ansias de acumulación que nos esclavizan al dolor. Se hace necesario que tengamos la capacidad de darle el mismo valor a un diamante que a un cuarzo amatista.

Es el triunfo sobre sí mismo la mejor de las conquistas alcanzadas por el ser humano.

Una práctica específica, para iniciar el desarrollo de la imaginación, es relajar nuestro cuerpo y mente, una vez logrado esto, debemos ver a través del traslúcido del alma (la imaginación consciente) como nace una planta, crece, se desarrolla, envejece y muere. Como se alimenta y reproduce desde lo infinitamente pequeño, hasta lograr el milagro de la creación.

*«La meditación también desarrollará ese chakra: Acostarse uno en su cama, tranquilo, con la cabeza hacia el norte; relajar bien su cuerpo, que ningún músculo quede en tensión. Elegirá, imaginarse una tierra fértil, lista para ser sembrada; imaginarse que está depositando la semilla de un rosal (en esa tierra); imaginarse que esa semilla está germinando, que va creciendo, que va desarrollándose, que va echando espinas y hojas, hasta que un día aparece la flor (la rosa, símbolo viviente del Logos Solar). Luego, ir un poco más allá: Imaginarse después cómo hasta los pétalos de la rosa van cayendo, cómo las mismas hojas se van marchitando, cómo la misma planta va envejeciéndose hasta convertirse en un montón de leños. ¡Eso es grandioso! Ese tipo de meditación, basado en el nacer y morir de todas las cosas, desarrollará la clarividencia; la desarrollará, ayudará, coadyuvará en el desarrollo de ese sexto sentido maravilloso». [Samael Aun Weor. Los Tres Peldaños Obligatorios de la Iniciación].*

Si logramos transitar este camino, poco a poco, iremos viendo en las prácticas de meditación imágenes acompañadas de luz, color, calor y sonidos, no resultado de la fantasía, sino resultado de un trabajo interior. Al principio tales imágenes no nos dirán nada. Esto irá a la par de chispazos de conciencia en el mundo de los sueños. Todo ello surgirá en forma gradual, lenta, paciente como cuando una gota de agua perfora una roca. Sin embargo, tales imágenes tendrán un respaldo sólido en la vida cotidiana, algo muy concreto en que sostenerse.

Hablamos de un trabajo integral, de eliminar defectos, conquistar virtudes, meditar a diario, prepararse con tesón, estudiar gnosis profundamente...

Nos auxilia también el meditar en los primeros años de vida, en nuestra infancia, ya que los átomos de la infancia permiten el desarrollo de la clarividencia positiva, átomos que se van al subconsciente cuando vamos creciendo. Podemos combinar esta meditación con los sonidos sagrados (mantras): Pa-pa, Ma-ma, y Ba-ba. Mantras que, de hecho, fueron, generalmente, las primeras palabras que pronunciamos de bebés.

Mozart, sabedor de todas estas enseñanzas gnósticas, puso, inteligentemente, uno de estos mantras en su maravillosa obra: "La Flauta Mágica", cuando el pajarero (Papageno) se encuentra con su pareja, se escucha, deliciosamente, un canto bellísimo con estos mantras. La primer sílaba de cada palabra se entona en un tono más alto y la segunda sílaba en un tono más bajo y se pronuncian mentalmente.

Estas enseñanzas nos indican que debemos reconquistar la inocencia en nuestra mente y corazón, para el desarrollo armonioso de la imaginación creadora o clarividencia positiva.

*«Y dijo: De cierto os digo, que si no os volviereis, y fuereis como niños, no entraréis en el reino de los cielos». [Mateo 18:3].*

El desarrollo completo de este primer paso indica conciencia continua, ya no se sueña, vivirá el estudiante en forma completamente consciente en los mundos superiores. Ha eliminado la ira por completo, se ha transformado.





Quienes penetran en el conocimiento intuitivo son los grandes maestros como Quetzalcóatl, Buda, Jesús, Krishna, etc.

Quien llega al conocimiento intuitivo sabe todas sus existencias pasadas, se libera de la rueda del Samsara porque ha eliminado, totalmente, el Yo. Aquí se encuentra la omnisciencia (el saber todo), es donde se penetra al mundo del Ser y en éste no puede entrar el ego.

Si bien nos encontramos muy lejos de este camino, podemos ir arando la tierra, es decir, prepararnos para que en algún momento logremos obtener ese cambio.

¿Qué podemos hacer para tratar de buscar esa inspiración? La meditación es el pan diario



Numerales y glifos mayas. Una barra significa cinco, un circulito uno. Zona Arqueológica de Palenque Chiapas, México. Cultura Maya.

de todo verdadero aspirante a la sabiduría. Sin embargo, ahora lo haremos en fórmulas matemáticas. Es necesario amar las matemáticas, sencillas o complicadas, son un mundo de exploración extraordinario para el desarrollo de la intuición.

Desde meditar en las fórmulas que tiene una simple receta de cocina, el teorema de Pitágoras, las fórmulas de Kepler que nos enuncian las distancias de los planetas y el Sol, todas nos sirven de mil maravillas para iniciar el trabajo en la meditación para el desarrollo de la intuición. Como beneficio extra, aquéllos que en estos momentos estudian en la escuela, se las facilitará, enormemente, el estudio.

El mundo del conocimiento imaginativo es un mundo de imágenes simbólicas. La inspiración nos confiere el poder de interpretar esos símbolos. La intuición nos da acceso a todo, por ejemplo, acerca de un sueño, una imagen, una vida anterior, etc.

Son tres etapas de trabajo, de preparación que, si las llevamos a cabo con infinita paciencia en toda nuestra vida, nos permitirán transitar, firmemente, en la senda hasta llegar al Padre interior.

*«Por medio de la Imaginación, puede uno ver el mundo Astral; a través de la Inspiración puede uno llegar al mundo Mental, pero la Intuición lo lleva a uno mucho más lejos, la Intuición lo lleva a uno al mundo del Espíritu Puro; entonces puede uno contemplar, allá, el espectáculo de la naturaleza, del universo; ver a la naturaleza, al universo, tal como es; moverse en el mundo del Espíritu Puro.»*

[Samael Aun Weor. Los Tres Peldaños Obligatorios de la Iniciación].



La meditación es una ciencia muy completa y profunda, no se trata sólo de sentarnos y cerrar los ojos, es indispensable un trabajo interno en cada momento de nuestra vida. La meditación es estudiar lo que ya en el día a día hemos observado, es profundizar en lo que hemos descubierto en nuestro mundo interior en la misma vida cotidiana.

Dos poderosas claves nos sirven para adentrarnos en la sabiduría maravillosa de la meditación, estas eficaces técnicas son: el Sentido de la Auto Observación Psicológica y el Recuerdo de Sí.

## El Sentido de la Auto Observación Psicológica

El material psíquico para trabajar en la meditación se extrae de la vida cotidiana. Muchos de nosotros quisiéramos tener un paraíso para trabajar sobre sí mismos. Algunos soñamos una casita en el bosque, con un río afuera, sin tener que trabajar y dedicarnos de lleno, supuestamente, a los trabajos místicos.

Sin embargo, eso es una fantasía que se aleja, totalmente, de la realidad. Quien se retira del mundo, del trabajo, de los estudios, realmente, pierde toda posibilidad de auto conocerse.

La vida cotidiana es la fuente para auto descubrirnos, para saber cómo somos realmente, los infinitos detalles, problemas, circunstancias adversas, muchas veces dolorosas, son el mejor de los gimnasios para auto descubrirnos.

Necesitamos de una atención dirigida hacia nuestro interior.

Existen dos mundos, el externo que podemos percibir con nuestros cinco sentidos y el interior que sólo podemos percibir desarrollando otro sentido, un sexto sentido, dijéramos, el sentido de la Auto Observación Psicológica.

Pensamos que el mundo externo es muy real y que el interno no tiene importancia alguna, pero es todo lo contrario. De hecho, andamos mucho más tiempo en el mundo interior que en el exterior. La prueba de eso, por ejemplo, es cuando vamos en un autobús, quizás hasta viendo por los cristales de las ventanas, realmente, vamos ensimismados, pensando miles de cosas, en el pasado o futuro, en lo que nos dijeron o dijimos; o sea, en el mundo interior.

Se requiere que dirijamos nuestra atención hacia dentro, que pongamos atención consciente en los pensamientos y sentimientos que tenemos. Una cosa es saber que estamos enojados y otra muy distinta es observar esas emociones negativas de coraje que tanto nos dañan. Es



Dios de la lluvia (Tláloc), sus anteojeras son el símbolo de la Auto Observación Psicológica. Museo de Antropología de Xalapa.



como saber que estamos sentados, pero distinto es observar cómo estamos sentados, la postura que tenemos, en dónde nos encontramos, etc.

Dicho está, órgano que no se usa se atrofia, así este sentido de la Auto Observación psicológica está menguado en los seres humanos, sólo a fuerza de usarlo, lograremos que se restaure tan preciado sentido y facultad.

El estado que debemos lograr es cómo el de un vigía en época de guerra, que se encuentra en un estado de asecho, pero, en este caso, es el de un vigía místico, cuyo propósito es descubrir al peor enemigo: nuestros defectos psicológicos.

Se trata entonces de tomar consciencia de lo que sentimos y pensamos, de momento en momento, de instante en instante. Por tanto, la idea es producir una división entre observador y observado.

Quien auto observa no es la mente, pues es demasiado lenta para lograr hacer algo, realmente, objetivo. La mente es 30,000 veces más lenta que los instintos y actividades del centro motor, el centro motor e instintivo son 30,000 veces más lentos que las emociones, el centro emocional es 30,000 veces más lento que el centro sexual.

De qué manera podría la mente, con esa velocidad de acción, observar una manifestación de ira que controla, generalmente, el centro emocional, o todavía más, vislumbrar una manifestación de lujuria que domina, completamente, el centro sexual.

Quien debe observar es la conciencia, y para lograr que lo haga, es necesario activarla, tratando de estar viviendo en la filosofía de la momentaneidad; viviendo el aquí y el ahora. Uniendo la conciencia a cada actividad que realicemos. No estar caminando y pensar en los proyectos del mañana.

No ir manejando el automóvil y en nuestra mente estar en la discusión que tuvimos con el familiar. Y en este estado de conciencia intensificada, vigilar nuestro interior.

Estamos muy acostumbrados a ver los errores de los demás, en eso somos unos especialistas, pero somos incapaces de ver los errores nuestros. Ya lo dijo el maestro Jesús "Vemos la paja en el ojo ajeno, y no vemos la viga en el nuestro".

Se trata de descubrir nuestros propios defectos, esa, como dice el maestro Samael Aun Weor, debe ser la mayor alegría para un estudiante gnóstico, ya que defecto descubierto, entonces es posible comprenderlo y desintegrarlo.



Vasija del dios de la lluvia (Tláloc), se distingue sus anteojeeras símbolo de la Auto Observación Psicológica. Museo del Templo Mayor México

La mayor parte de los seres humanos nos quejamos de que el jefe en el trabajo es muy corajudo, muchos de nosotros todo el día andamos diciendo que nuestra pareja nos ignora, los hijos nos quejamos de los padres y los padres nos quejamos de los hijos. Para la mayoría el gobierno es malvadísimo, los vecinos ni se diga, son unos metiches de primera, que decir de la suegra...

Cuando así nos quejamos de la vida, es que no hemos comprendido el camino interior. Las dificultades más tremendas que vivimos son las mejores para el auto conocimiento, si las sabemos aprovechar.

En estos momentos críticos por los que pasamos, que de por sí son difíciles, si estamos en auto observación, si tenemos nuestra atención consciente dirigida al mundo psicológico, podremos descubrir muchísimas cosas que ignoramos de sí mismos. Y entonces tendremos el material psicológico para meditar y auto descubrirnos.

Así como está constituida una gran ciudad como Nueva York, la ciudad de México, Bogotá, etc., así estamos por dentro; en las enormes urbes hay colonias bonitas y colonias donde suelen juntarse ladrones, lugares donde hay casas de prostitución, bares, drogas, etc. En nuestro interior así nos encontramos, con lugares donde hay muchos yoes ladrones, yoes iracundos, yoes lujuriosos.

En la ciudad donde vivimos, conocemos más o menos las calles por donde transitamos, a diferencia de nuestra ciudad psicológica, en donde, normalmente, no sabemos en qué lugar nos encontramos. Y esto es lo que nos impide ver muchas de las reacciones innecesarias que tenemos y por las cuales nos arrepentimos, ellas han surgido de esa ciudad interior, donde, frecuentemente, andamos con las malas compañías de Yoes indeseables.

Para lograr el desarrollo de la Auto Observación Psicológica, debemos tomar en cuenta que no somos uno, que no tenemos un Yo permanente e inmutable; los egipcios, los tibetanos y los mayas hablan de la Doctrina de los Muchos, es decir, que cada ser humano es una legión de Yoes pendencieros y gritones.

Los mayas les llamaron los señores de Xibalbá, los egipcios los demonios rojos de Seth, los mexicas los 400 surianos, en la India son los innumerables Ráxasas, etc., pero siempre se nos alegoriza como un ejército de demonios que acaban con el bien. Definitivamente, no son algo externo, sino interno.

Si comprendemos esa gran realidad, entonces nace en nosotros la necesidad de Auto Observarnos. De tratar de ver y conocer a esos demonios que nosotros mismos hemos creado a lo largo de las existencias y que son la causa de nuestras enfermedades, problemas, desgracias, infortunios y miseria.

Estamos hablando de un trabajo interno que nadie puede hacer por nosotros; estamos hablando de que la causa de nuestros problemas no está afuera, que son unas entidades energéticas negativas que moran en nuestro mundo interior, pero, que pueden ser descubiertas, estudiadas y comprendidas, si iniciamos ese mirar hacia dentro desarrollando el Sentido de la Auto Observación Psicológica. Además, se puede complementar el trabajo interno a través de la ciencia de la meditación.

*«El gimnasio psicológico es indispensable y éste es la vida; en la interrelación humana, en la convivencia con nuestros semejantes, existen infinitas posibilidades para auto descubrirnos, empero es obvio que la auto vigilancia debe siempre procesarse de momento en momento. La disolución del Ego se precipita si sabemos aprovechar hasta el máximo las peores circunstancias, ellas nos ofrecen las mejores oportunidades.» [Samael Aun Weor. Estudio del Yo].*

## El Recuerdo de Sí

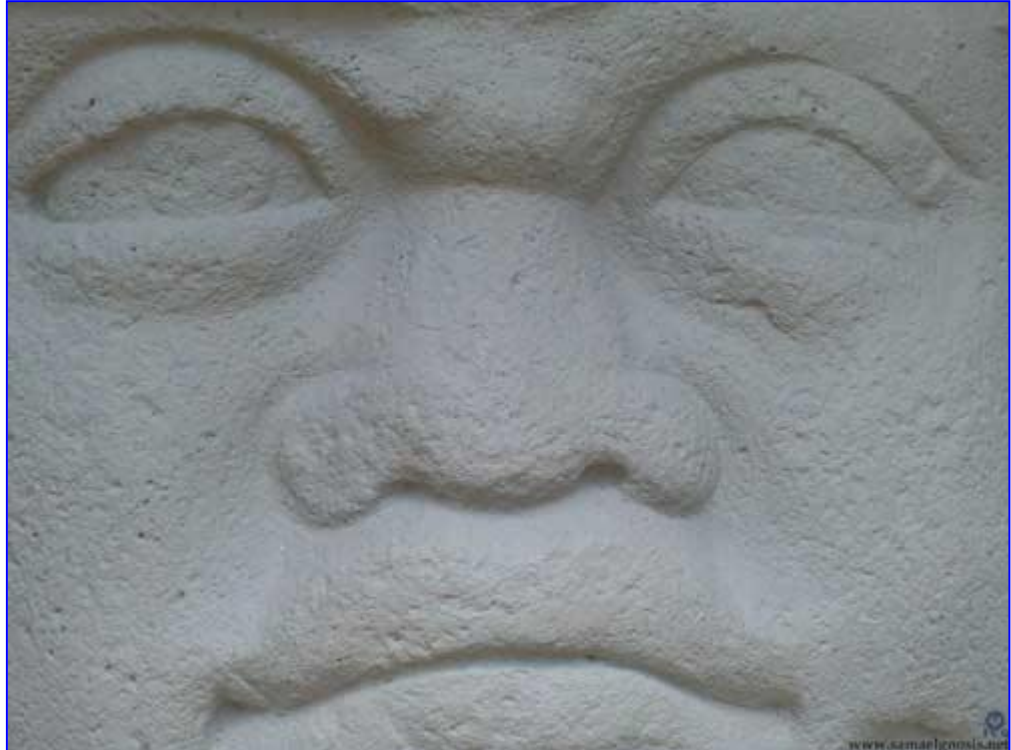
La meditación, la Auto Observación y el Recuerdo de Sí, son herramientas que se complementan, que nos ayudan en conjunto para lograr el Auto Conocimiento.

El Recuerdo de Sí, es una maravillosa técnica que nos permite una transformación radical, hace posible el Trabajo Esotérico Gnóstico, el cual consiste en la transformación de cada momento de nuestra existencia.

Recordarnos a nosotros mismos consiste en estar conscientes de quiénes somos en cada momento que vivimos, de tratar de colocarnos en un estado de consciencia superior, en donde es posible estar en comunicación con la chispa inmortal divina, llamada el Ser o espíritu.

Existen cuatro estados de consciencia en los cuales es posible que se encuentre el ser humano.

**Eikasia:** es la inconsciencia total, cuando el cuerpo físico duerme, nuestra consciencia también, deambulamos en el mundo de los sueños, proyectando nuestros deseos, en un caos total. **Pistis:** es el mal llamado estado de vigilia, pero de vigilancia no tiene nada, es otra forma de sueño de la consciencia. Allí, seguimos proyectando muchos sueños, vivimos inconscientes, como sonámbulos, en estado de hipnosis, viviendo el ayer y el mañana. **Dianoia:** es el Recuerdo de Sí, el que debemos alcanzar, una auto consciencia que nos pone en contacto con nuestro Padre interno. **Nous:** es cuando alguien se encuentra, plenamente, auto consciente cada momento de la vida.



Zona Arqueológica La Venta. Detalle de cabeza olmeca.

Toda nuestra existencia nos la hemos pasado en los estados de consciencia inferiores, y ése es el origen de tanto problema en la vida. Es como vivir en una casa de cuatro pisos y sólo hemos visitado el primer y segundo piso de la casa.

Lo contrario al Recuerdo de Sí, es el olvido de sí mismo; cuando nos olvidamos de sí mismos ante las palabras de un insultador terminamos agrediendo, peleando, discutiendo; Cuando nos olvidamos de sí mismos, frente a una copa de vino o cerveza, el resultado es que nos emborrachamos con todas sus desastrosas consecuencias para nuestro cuerpo, consciencia y familia.

Lograr estar en el tercer estado de conciencia: El Recuerdo de Sí, ante la coquetería, por ejemplo, de una persona del sexo opuesto, nos llevaría a tener más probabilidad de no caer en la tentación y terminar adulterando.

El Recuerdo de Sí es ver todas las cosas sin enfrascarse en la lucha de los opuestos mentales, sin razonamientos, en un estado de contemplación, como cuando vemos emocionados un arcoíris, un atardecer, una roca mojada por un torrencial aguacero, ver nuestro cuarto en el que todas las noches descansamos, como algo, completamente, nuevo.

Desde tiempos inmemoriales se ha estudiado esta clave maravillosa con la intención de que nos quede más claro el aprendizaje. Veamos algunas alusiones a esta técnica en relatos de maestros y discípulos que nos muestra el maestro Samael Aun Weor en su obra: Mensaje de Navidad 1964-1965.

*«Se le preguntó a un Maestro:*

*-¿Cuál es el Camino?*

*-¡Qué magnífica montaña! (dijo, refiriéndose a la montaña donde tenía su retiro).*

*-No os pregunto acerca de la montaña, sino acerca del Camino.*

*-Mientras no puedas ir más allá de la montaña, no podrás encontrar el Camino (replicó el Maestro).»*

Fascinante relato, todos pensamos que el camino interior o espiritual lo encontraremos retirándonos a una isla, monasterio, caverna o similar; que se trata de abandonar el mundo y sus costumbres. Sin embargo, en realidad, no es lo que hagamos o dejemos de hacer, sino la actitud interior que tomemos al hacer las cosas.

El camino es hacer lo que hacemos, no hay que dejar la familia, ni abandonar el trabajo, se trata de realizar las cosas que hemos hecho toda la vida, pero ahora en forma consciente.

*«Otro monje hizo la misma pregunta a ese mismo Maestro:*

*-¡Allá está, justo delante de tus ojos! (respondió el Maestro).*

*-¿Por qué no puedo verlo?*

*-¡Porque tienes ideas egoístas!*

*-¿Podré verlo, Señor?*

*-Mientras tengas una visión dualista y digas: Yo no puedo, y así por el estilo, tus ojos estarán oscurecidos por esa visión relativa.*

*-Cuando no hay ni yo, ni tú, ¿se le puede ver?*

*-Cuando no hay ni yo, ni tú, ¿quién quiere ver?»*

En forma muy bondadosa los maestros nos aclaran el camino, ir más allá de la dualidad, vivir de momento en momento, de instante en instante es el camino. Sin estar pensando en simbolismos, sin alegorías, porque la vida es un instante eterno.

*«Joshu, preguntó al Maestro Nansen:*

*-¿Qué es el Tao?*

*-¡La vida común! (respondió Nansen).*

*-¿Cómo se hace para vivir de acuerdo con ella?*

*-Si tratas de vivir de acuerdo con ella, huirá de ti. No trates de cantar esta canción, deja que ella misma se cante. ¿Acaso el humilde hipo no viene por sí solo?*

*Hermanos míos, recordad en esta Navidad esta frase: “La Gnosis se vive en los hechos, se marchita en las abstracciones, y es difícil de hallar aún en los pensamientos más nobles”.»*



Le hemos dado una importancia desmedida a la mente, el Recuerdo de Sí surge cuando dejan de fluir los pensamientos y sentimientos. Muchas veces tratamos de ver mensajes en todos lados, llenamos de significado todo lo que nos acontece, calificamos de bueno y malo las cosas, nos encadenamos así al dualismo de la mente.

«Le preguntaron al Maestro Bokujo:

-¿Tenemos que vestir y comer todos los días? ¿Cómo podríamos escapar de esto?

El Maestro respondió:

-Comemos, nos vestimos...

-No comprendo (dijo el discípulo).

-Entonces, vístete y come (dijo el Maestro).»

El camino interior es, realmente, la vida cotidiana, existir como celebrando místicamente cada actividad, el trabajo, la comida. Recordemos la ceremonia del té en el Japón, hacer de algo cotidiano toda una ceremonia espiritual, esto lo podemos llevar a cabo en todas nuestras actividades diarias.

Lo que más olvidamos es la **conciencia**; el Recuerdo de Sí consiste en tener presente la conciencia en cada actividad de la existencia. Sin embargo, hay algo más para lograr este estado, debemos lograr el equilibrio entre: conciencia, medio ambiente y cuerpo físico.

Si nos olvidamos del **cuerpo físico**, también es falta de Recuerdo de Sí, si alguien se dedica, exclusivamente, a la meditación y a los ejercicios espirituales olvidando de que hay que comer, bañarse, hacer ejercicio, termina enfermándose.

Si nos olvidamos del **medio ambiente**, fallamos de nuevo en el Recuerdo de Sí, el no pagar la renta, el no atender los impuestos del gobierno, la luz, el teléfono, nos lleva a tener conflictos, problemas y dificultades.

El recuerdo de Sí es vivir la vida plenamente, es la acción libre de los opuestos. Sabiendo que cada momento que vivimos es el más importante, es practicar la filosofía de la momentaneidad. Si comemos que nuestra conciencia se una a esa acción de comer, si caminamos ir cuerpo y conciencia caminando.

Si comprendemos esta clave, nos daremos cuenta que forma parte integral de la ciencia de la meditación, que se complementan sabiamente, que si la excluyéramos jamás podríamos aprender a meditar.

### TERCERA PARTE. EXPERIENCIA MÍSTICA DIRECTA

Los grandes maestros de la meditación nos han dejado, a lo largo de la historia, sus biografías. De lo anterior, nos preguntamos: Eso, ¿cómo para qué me puede servir? La respuesta la encontramos en el libro de “Las Siete Palabras” del maestro Samael Aun Weor:

*«No quiero asegurar que el patriarca José de Egipto no haya existido; lo que quiero es asegurar que dentro de la vida de cada iniciado se encierra el drama de la iniciación.»*

Vidas como la de Buda, Quetzalcóatl, Jesús, etc., encierran enseñanzas que tienen una relación con el camino interior, no sólo son bonitos relatos que podemos disfrutar leyéndolos o escuchándolos, son realidades que pueden ser vivenciadas por los aspirantes sinceros que anhelan encontrar la verdad.

Adentrémonos en algunas biografías de maestros iniciados de la China antigua, a fin de develar grandes misterios, muy útiles para quien quiere aprender a meditar, con el propósito de encarnar en nuestra vida práctica sus enseñanzas sagradas.

Abramos nuestro corazón, dejemos a un lado la mente y que estas milenarias enseñanzas logren hacer eco en nuestro mundo interior.



Zona Arqueológica La Venta. Diosa joven emergiendo de un ser fantástico felino (sabiduría) cocodriliano (el Ser).

## Capítulo 10. El Maestro Chino Han Shan

[Biografía original en: Mensaje de Navidad 1965-1966. Samael Aun Weor].



**E**l 12 de octubre de 1545 nació, en una comarca de China, un gran maestro llamado Han Shan, toda su vida estuvo relacionada con el eterno principio femenino divinal (nuestra Madre Divina interior) representada en la maestra iniciada de la compasión Kwan Yin.

A través de la Madre Divina, a una humilde mujer le fue anunciado en sueños el nacimiento de un niño; interesante enseñanza es plasmada aquí, ya que las parejas gnósticas que en verdad trabajen sobre sí mismas, sirvan a la humanidad desinteresadamente y busquen el matrimonio perfecto, lo mismo puede sucederles. Por tanto, nos damos cuenta que, más que una autobiografía, el maestro chino Han Shan nos deja enseñanzas importantes, prácticas para la vida, que tenemos que ir descubriendo.

A muy temprana edad enfermó gravemente y la muerte era inevitable, pero su humilde madrecita oró llena de fe a la Madre Divina. Ahora bien, de la misma forma es que debemos hacer nuestras oraciones, con consciencia, devoción y en meditación. En su plegaria, esta madre se comprometió a hacer hasta lo imposible con tal de que su hijo encontrara el camino espiritual y lo condujo a la edad adecuada al monasterio de la longevidad. De igual manera, debemos procurar que nuestros hijos reciban las enseñanzas gnósticas, objetivo que podremos lograr a través del ejemplo.

En efecto, el niño sanó milagrosamente y sus inquietudes espirituales fueron creciendo gradualmente, mostró mucho interés por los misterios de la vida y la muerte cuando un tío murió y un niño de su tía nació. Diciéndonos con esto, este gran maestro de sabiduría, que nosotros debemos aprovechar los acontecimientos difíciles de la vida para adentrarnos en el autoconocimiento.

Sabiamente, su madrecita equilibró la severidad y la dulzura, no se dejó llevar por los sentimentalismos vanos, a fin de lograr en el niño una educación íntegra, el objetivo era vencer la naturaleza mecánica y estudiar la sabiduría de forma adecuada.

Ingresa al monasterio de la longevidad, y este acontecimiento debemos entenderlo como el ingreso nuestro a una escuela de gnosis. Un monasterio es un centro de enseñanza, donde podemos recibir el conocimiento en forma didáctica, progresiva y ordenada; eso es nuestro Instituto Cultural Quetzalcóatl. Por tanto, podríamos decir que cuando nosotros ingresamos al instituto sucede algo



Los monasterios budistas al igual que las zonas sagradas mayas, lugares de meditación y superación espiritual. Zona Arqueológica de Palenque Chiapas. México.



similar a cuando el maestro Han Shan ingresó al monasterio.

Normalmente, tenemos una idea equivocada sobre los antiguos monasterios, y es pensar que se olvidaban de tener pareja, si estudiamos las enseñanzas de sus libros sagrados, podremos darnos cuenta de que, en realidad, sólo a la gente más preparada les enseñaban los misterios de la magia del amor.

Fue un gran devoto de la Madre Divina (Kwan Yin), elemento indispensable para todo aquél que transita la senda del autoconocimiento, pues sin la ayuda de la Madre Divina es imposible la muerte de nuestros defectos psicológicos. En una ocasión le recitó a su madrecita toda la enseñanza dejada por la maestra iniciada Kwan Yin, lo cual la dejó muy sorprendida, diciéndonos que es nuestro deber estudiar la gnosis a fondo, no de forma superficial, que hay que comprometerse con la enseñanza.

En una ocasión un gran maestro muy avanzado en la meditación de nombre Ta Chou Chao, al ver el gran entusiasmo, la devoción, la entrega, la sinceridad en el niño, aseguró con gran alegría que, de seguir así, podría convertirse en un maestro de la Tierra y los cielos. Claro, que lo que nos tratan de dar a entender es que debemos reunir en nuestra vida tales virtudes.

Este sabio maestro le pregunta al niño Han Shan si de grande quería ser un alto funcionario público o un Buda. Ésa es una pregunta que, realmente, nos hacemos en forma incesante en cada momento de la vida. Simbolizada por el arcano seis del tarot "La Indecisión", nos encontramos, incesantemente, ante dos caminos, el de la Medusa (ego) o el de la Madre Divina.

Hemos observado en la vida práctica como pasamos, a veces, por temporadas de "vacas flacas", que suelen alargarse incluso por años, batallamos bastante por tener dinero para las cosas básicas de la vida, y, de repente, nos encontramos ante la disyuntiva entre escoger un trabajo digno, honrado, pero de poca paga y un trabajo muy lucrativo donde explotemos a la gente o donde vendamos cosas inservibles o que induzcan al vicio; para la mayoría de nosotros se torna en una muy difícil decisión.

Más el niño Han Shan, sin vacilar, le dijo al sabio maestro: "Un Buda"; es decir, el camino del equilibrio, de la verdad, de la gnosis.

El entonces joven Han Shan, al estudiar la vida de otros iniciados, se motivó, grandemente, por seguir el camino interior, eso es lo que debemos sacar de la vida de los grandes iniciados, anhelos por el cambio, sabiduría y orientación.

Las tradiciones chinas nos indican que, en los mundos internos, recibió la visita de grandes maestros; entre ellos, fue asistido por la maestra iniciada Kwan Yin. Verdaderamente, todo estudiante gnóstico que se propone trabajar en sí mismo, es asistido por los grandes maestros de la Fraternidad Blanca. Lo normal es que no nos acordemos de nada, pero la ayuda es siempre recibida.

A la edad de veinte años, el gran maestro dirigente de su monasterio murió, dejándolo, a pesar de su corta edad, a cargo de los ochenta discípulos que tenía, mostrándonos que la edad es lo menos importante cuando se trata del desarrollo espiritual, que importa poco, realmente, tener diecinueve o setenta y cuatro años, ya que siempre es posible trabajar en bien de los demás, difundiendo la sabiduría a la humanidad desinteresadamente. Así el joven Han Shan inició una gran obra en bien de los demás.

Nunca se creyó un sabio, el estudio era una de sus características primordiales, pero no un estudio meramente intelectual. Jamás perdió su capacidad de asombro y eso le permitió encontrar trozos de sabiduría en forma continua. Indudablemente, es una actitud que debemos recuperar.

De esta manera, siendo humilde es que iba quedando iluminado, leyendo la anécdota de un anciano maestro cuando regresaba a su casa, la gente dijo al verlo: *“mira, el hombre de aquel entonces todavía existe”*. A lo que responde el maestro: *“Oh, no, parezco ser un viejo, pero en realidad no lo soy”*. Obviamente, cuando alguien conserva esa preciosa facultad de asombro y vive de momento en momento, es capaz de ahondar en los más grandes misterios y el maestro Han Shan afirmó: *En realidad los dharmas no tienen comienzo ni fin. ¡Cuán verdadero es esto, cuán verdadero!*

Un sabio maestro muy experimentado (Fa Kuang) le fue enseñando, en forma muy ilustrativa y pedagógica, sobre la técnica científica de la meditación, de la misma forma y con idénticas enseñanzas que en estos momentos nosotros recibimos, todas estas claves milenarias, de la gnosis.

Al igual que aprendemos con nuestras conferencias gnósticas y con las prácticas que realizamos en nuestras salas de meditación del Instituto Cultural Quetzalcóatl, sean físicas o, en vivo, por internet, se instruyó al maestro Han Shan sobre la disociación de la mente, el subconsciente y las percepciones sensoriales; es decir, sobre todo lo que tenemos que hacer para que la mente quede en silencio.

Algo muy interesante, que le fue enseñado y que debemos aplicar en nuestras meditaciones, es que durante la meditación debemos mantenernos alejados de los “senderos sagrados y mundanos”, en otras palabras, entender que lo que se busca es el silencio, no imágenes bonitas, paisajes, montañas, ancianos venerables, etc., buscamos la quietud y silencio mental, y esas fantasías, aunque sean muy bonitas, deben ser sacrificadas en la búsqueda de la verdad.

Una de las cosas más importantes que aprendió Han Shan de este sabio maestro fue cómo las asociaciones mentales forman frases, recuerdos, imágenes, ideas, deseos que producen, incesantemente, ese batallar de los opuestos y parloteo de la mente. La fórmula para evitarlas es la disociación mental que logramos por medio de la comprensión de cada forma mental que haga su aparición. Cuando son comprendidos los defectos psicológicos se obtiene, en consecuencia, el silencio no sólo a niveles superficiales, sino en todos los niveles del subconsciente. El maestro Han Shan, al desintegrar sus miles de egos, logró convertirse en un maestro iluminado de perfección y alcanzó la quietud y el silencio de la mente.

Los maestros sabios comentaban: *“Si no permites que tu mente se perturbe al escuchar el sonido del agua que corre durante treinta años, llegarás a la comprensión milagrosa del Avalokitesvara”*; dando a entender que debemos llegar a un estado mental en el cual no reaccionemos ante los impactos del mundo exterior, como ruido, pensamientos, recuerdos, etc. Dicho objetivo es posible en el trabajo de los koanes y mantras.

Un dato curioso, que parece no tener importancia alguna, es que comenta el maestro que comía granos, verduras y arroz; pero, en realidad, sí tiene gran importancia, pues nos dice que el trabajo con la semilla o simiente nos ayuda a meditar. Que debemos aprender a transmutar las energías creadoras y que, al hacerlo, esto nos da avances significativos en la búsqueda de la quietud mental.

Al igual que el maestro San Francisco de Asís, el maestro Han Shan nunca codició poderes, estos llegaron en forma natural y progresiva mediante el trabajo interior. Llegó el momento en que logró no sólo el silencio mental y la quietud durante la meditación, sino en toda su vida cotidiana y como consecuencia natural obtuvo facultades de clarividencia positiva, telepatía, intuición, clariaudiencia, etc. Para quien logra la iluminación en base a la muerte del Yo, todo lo demás (las facultades) le llegan por añadidura.

En uno de los poemas, escritos por el maestro Han Shan, vemos la profundidad de su trabajo interior: *“Cuando reine la serenidad perfecta se logra la verdadera iluminación, como la reflexión serena incluye a todo el espacio, puedo volver a mirar al mundo que está formado de sueños y solo sueños. ¡Hoy comprendo realmente la verdad y la justicia de las enseñanzas de Buda!”* La reflexión serena de la que se habla, es la conciencia atenta a todo, en la quietud y silencio de la mente.

Somos muchos los que codiciamos tener experiencias conscientes en el mundo astral, algunos, equivocadamente, hasta podríamos caer en el mundo de los alucinógenos creyendo engañados que es tan fácil. La verdad es que esto se logra cuando despierta la esencia de su sueño milenario; el maestro Han Shan lo obtuvo convirtiéndose en un atleta de la meditación y dejó de soñar mientras su cuerpo dormía, logrando vivir consciente, totalmente despierto en los mundos superiores.

Es, precisamente, ahí, en las regiones suprasensibles de la naturaleza, que ingresa al templo de la Gran Sabiduría, siendo recibido por grandes iniciados en sus cuerpos astrales. Este propósito es también lo que pretendemos en la gnosis, que nos preparamos para lograr aprender, directamente, la sabiduría de los mundos superiores de conciencia.

Lo que aprendió en estos centros de sabiduría fueron cosas inefables. Las leyes de evolución, con su hermana gemela la involución. Cómo la subconsciencia nos hace discriminar y nos corrompe, pero la sabiduría nos hace comprender y lograr la pureza; que uno u otro (la pureza o impureza) dependen de la mente. Las regiones búdicas, cómo se penetran y compenentran sin confundirse y que lo principal en esas tierras es el servicio a la humanidad. Hermosas enseñanzas que ahora tenemos en nuestras manos y que sólo nos hace falta practicar.

Pasaron muchísimos años y, por fin, regresó el maestro Han Shan a su tierra, los vecinos intrigados preguntaron que de dónde había venido, que cuál transporte habría utilizado para llegar; preguntas que pertenecen al mundo de la dualidad mental. Sin embargo, su madrecita, afirmó con gran verdad: “Viene a nosotros desde el vacío”, pues había logrado el Vacío Iluminador permanente, al desintegrar el ego, logró lo que se llama en el budismo “la ruptura de la bolsa” la unión con su Ser íntimo y, como consecuencia, con la verdad.

## Capítulo 11. El Maestro Wu Wen

[Biografía original en: Mensaje de Navidad 1966-1967, El Collar del Buda. Samael Aun Weor].



*Samael Aun Weor*







Como las paredes de una casa, por fin, su mente se derrumba y logra el tan anhelado Vacío Iluminador, puro, perfecto, libre de atributos. Fue un día que inició su práctica en la mañana y sólo hasta el atardecer se levantó.

Aquí no acaba todo, una vez alcanzado el Vacío Iluminador, debe lograrse la madurez del mismo. Wu Wen descubría pensamientos erróneos y, desde luego, su causa se encontraba en los Yoes que viven en los 49 departamentos del subconsciente, mostrándonos este maestro que el trabajo en la muerte del Yo es muy largo.

Confirmando lo arduo que es este trabajo, se nos dice que fue a la montaña Wung Chow donde meditó seis años; en la montaña Lu Han, seis años más; y en Kuan Chou, tres años. Es claro que se requiere de un trabajo de toda la vida, hay que tener infinita paciencia; después de todo esto logró la última iluminación.

Logra este portento, convirtiéndose en un verdadero atleta de la meditación, sabiendo que todo esfuerzo mental crea lucha, tensión intelectual, que no permite la meditación. No cometió el error, frecuente en nosotros, de dividirse en el Yo superior e inferior.

A pesar de tantos logros, jamás se consideró un iniciado, un maestro, mucho menos un ser divino, cosa que nosotros, generalmente, sí hacemos; siempre se consideró, en verdad, un ser humano común y corriente, dispuesto, constantemente, a morir en sí mismo. Lo que llamamos en la gnosis: cero radical, iniciar siempre como si no se hubiera hecho nunca nada.

Otra de las cosas que comprendió y que nos deja como enseñanza, es que en la meditación no debemos dividirnos, que los pensamientos y nosotros, somos un todo único, que se requiere ser íntegros. Con su ejemplo, el maestro nos enseña que en la meditación debemos lograr un estado receptivo, íntegro, con la mente en silencio, sin tensiones mentales, sin esfuerzos. El maestro acabó con el deseo de ser algo más, pues el ego jamás podrá ser más de lo que es. Es así, en ese estado mental, que sus trecientos mil clanes del cuerpo mental vibraron en el mismo tono, sin esfuerzo, captando y recibiendo amor y sabiduría.

Todos los estudiantes del maestro Wu Wen se ayudaron con las poderosas vibraciones de su aura luminosa en las salas de meditación. Con esto nos trata de decir que la meditación en grupo es de gran ayuda y no debemos subestimarla.

El maestro Wu Wen logró eliminar, radicalmente, el ego y alcanzó la iluminación final con grandes super esfuerzos, aprendiendo a vivir conscientemente. La meditación es la base para lograr estos niveles de conciencia.

## Capítulo 12. El Maestro Kao Feng

[Biografía original en: Mensaje de Navidad 1967-1968. Los Cuerpos Solares. Samael Aun Weor].







El objetivo de la práctica de las frases enigmáticas (koanes) en meditación es liberarnos del dualismo mental (base de la ilusión en que vivimos), pues mientras estemos en ese batallar de las antítesis, el silencio de la mente es imposible, las experiencias del Samâdhi (éxtasis místico trascendental) no llegarán jamás, nuestra esencia no podrá liberarse para experimentar lo real, la verdad.

No se dio por vencido, buscaba con gran vehemencia emanciparse de esa cárcel de la mente. Afortunadamente, quien busca encuentra y un gran maestro (Hsueh Yen), compadecido, le enseñó a trabajar con el poderoso mantram Wu, exigiéndole información de todos sus avances.

Cantaba Kao Feng el mantram como una doble U... U... imitando el huracán ya en la montaña o en las olas del mar, tratando de dejar su mente en silencio profundo tanto fuera como dentro, sin deseos de ninguna especie, sin pensamientos que agitaran el lago de la mente.

El estilo de este iniciado, al relatar su autobiografía, es muy peculiar, pues nos narra sus errores que cometió con el fin de que los detectemos y nos liberemos de ellos. Así, nos comenta que las enseñanzas de su segundo maestro le parecían muy sencillas y claras, pero cayó en negligencia y pereza. Algo que nos suele pasar, de repente, la enseñanza nos parece árida, repetitiva; la verdad es que no es así, pero al ego, sí le parece por conveniencia.

La gnosis es el conocimiento del Ser y el espíritu es una emanación de la divinidad, Dios no tiene límites ni orillas jamás; entonces, la gnosis no tiene fin. Sin embargo, nos estancamos, nos fosilizamos y nos petrificamos en la enseñanza y eso marcará la imposibilidad de que avancemos en cualquier sentido.

Afortunadamente, el maestro que le guiaba en ese momento (Hsueh Yen), equilibraba la dulzura y la severidad; con la finalidad de impactar la conciencia del discípulo, un día que Kao Feng llegó a su cuarto sin prevenirlo de ninguna manera y, en forma muy severa, le dijo: *¿Quién ha traído este cadáver en tu nombre?* Sacándolo de inmediato, sin explicación alguna.

A manera de relato, nos vuelve a indicar el camino a seguir; cualquiera de nosotros en una situación semejante se deprimiría, se saldría de la gnosis, se enojaría, se decepcionaría de la enseñanza. ¿Cómo es posible que mi maestro me haya tratado así? Yo que he luchado tanto por la gnosis. Pero Kao Feng, en lugar de ponerse a lamentarse y llorar, se refugió en las salas de meditación.

Se propuso descifrar, en absoluto silencio mental, la frase que su maestro le había dicho, a pesar de los días o el tiempo que pasara, necesitaba conocer su significado, pero sabía que en la mente nunca encontraría respuestas.

De forma gradual, la meditación diaria provoca el despertar de la conciencia, permite que vayamos adquiriendo conciencia del mundo astral, empezamos a darnos cuenta de que estamos fuera del cuerpo físico y, de esa forma, Kao Feng, estando en el mundo de los sueños conscientemente, recordó la frase enigmática (koan): *Todas las cosas se reducen a la unidad, pero ¿a qué se reduce la unidad?*

El maestro Kao Feng, como un verdadero iniciado, no se molesta en lo absoluto a la hora de relatar sus fracasos, con el evidente propósito de enseñarnos cuenta que entró en un estado de confusión total, no atinaba ni siquiera el distinguir los puntos cardinales. Así pasó varios días, pero no dejó en ningún momento de meditar.









Un despliegue de enseñanzas trascendentales encontramos en la autobiografía del maestro Meng Shan; comienza comentándonos que inició su camino en estas enseñanzas antes de los veinte años, dándonos a entender, de este modo, que para la gnosis no existe edad, ya que ella está dirigida para el alma y ésta no tiene edad.

Luego, nos advierte que la iluminación no se trata de cambios que puedan sucederse de la noche a la mañana, sino que es el resultado de arduos años de trabajo sobre sí mismos. Es muy enfático en que se requieren disciplinas durante toda la vida y así lo confirma al decirnos que tan sólo para iniciar el camino permaneció doce años bajo la tutela de dieciocho ancianos sabios; esto nos recuerda que, en Egipto, se duraba por lo menos siete años en el grado de aprendiz en el conocimiento de la gnosis.



Las sandalias nos indican que hay que pisar firme, no envanecerse, ser humilde. Zona Arqueológica de Palenque Chiapas. México. Cultura Maya.

Insiste el maestro, al igual que otros, que la humildad es una herramienta fundamental para el aprendizaje, si suponemos que ya sabemos se imposibilita el aprender más; es por ello que nos dice que con gran sencillez siguió su aprendizaje bajo la dirección de un anciano venerable de nombre Wan Shan, el cual le enseñó el poderoso mantram Wu, indicándole que lo hiciera como el aúllo del huracán en la garganta de las montañas.

«Sed humildes para alcanzar la sabiduría y después de alcanzada sed todavía más humildes.» [Samael Aun Weor. El Libro Amarillo].

Este anciano y sabio maestro le insiste en una gran realidad, que la meditación debe combinarse con el trabajo en el día a día, el vivir en un estado de alerta percepción, como un vigía en época de guerra, sabiendo que el enemigo lo cargamos dentro. Esto es fundamental para el despertar de la conciencia. Compara este maestro el estado en que debemos estar durante todo el día, vigilando nuestro universo interior, como el de un gato cuando quiere cazar a un ratón, como el de una gallina cuando está empollando un huevo, sin descuidar un

instante.

Reiteradamente, este sabio maestro le indicó a Meng Shan (y por supuesto a todos nosotros) que el trabajo es muy largo, que los esfuerzos no son suficientes, que se requieren de súper esfuerzos, mientras no logremos dominar la mente y alcancemos la iluminación para experimentar la verdad, debemos trabajar, trabajar y trabajar sin cansarnos, como el ratón que roe el ataúd.

En una ocasión, luego de mucho trabajo, pasados dieciocho días y noches de constante práctica, se sentó a tomar el té y, en ese instante, fuera de la meditación, en lo común de la vida, logró captar el hondo significado de ese pasaje maravilloso, tan narrado en las enseñanzas budistas, cuando el Buda en un sermón traía una flor en su mano y de todos sus

discípulos sólo uno de ellos, de nombre Mahakasyapa, entendió el mensaje, demostrando su comprensión con una sonrisa exótica imposible de olvidar.

Son enseñanzas que, por más que se expliquen intelectualmente, jamás se podrán captar hondamente, sino después de que se ha avanzado, profundamente, en la meditación. Meng Shan lo había conseguido y aún fuera de la meditación, lograba capturarlo. Mostrándonos con estas afirmaciones, que el camino está dentro de cada detalle de la vida. Al interrogar a sus maestros sobre esta experiencia, algunos permanecieron en silencio (pues es la elocuencia de la sabiduría) y otros le dijeron que se relacionaba con el éxtasis místico (Samâdhi) llamado “del océano”, lo cual le dio mucha confianza en sí mismo.

Nos narra el maestro Meng Shan algo que, definitivamente, rompe con las ideas equivocadas que tenemos de un maestro, nos dice que en el año 1264 contrae una terrible enfermedad: disentería. Creemos que los maestros nunca se enferman, que casi no necesitan ni siquiera comer. Siempre queremos que nos ayuden, que estén listos para orientarnos, jamás consideramos que deben trabajar para comer, que tienen todo un historial en sus vidas pasadas y que sus cuerpos también se enferman.

Ya en las puertas de la muerte, hizo testamento de sus bienes, dedicó sus últimos momentos al silencio mental, a la oración consciente en los Tres Bienaventurados y se concentró en los maestros de la gran Fraternidad Blanca. Todo ello, sinceramente arrepentido de sus malas acciones, cosa que sólo puede lograrse a través de la eliminación de los egos que las causaron.

Sus últimos votos fueron muy interesantes: *“Deseo que mediante el poder de Prajna y un estado de mente controlado reencarnarme en un lugar favorable en donde pueda hacerme monje (swami) a una edad temprana”*. Por tanto, es posible influir en nuestro futuro y si anhelamos en la próxima vida llegar a la gnosis a temprana edad, como deseaba el maestro Meng Shan, sí es posible, ¿cómo? Dando lo que queremos recibir.

Si anhelamos recibir gnosis, hay que dar gnosis, quien da recibe y entre más da, más recibe, ésa es la ley. Si nos preocupamos por los demás y nos sacrificamos levantando la antorcha del verbo para iluminar el camino de otros, la ley nos compensará y recibiremos la enseñanza a temprana edad.

También afirmó: *“Si por casualidad me recobro de esta enfermedad, renunciaré al mundo, tomaré los hábitos y trataré de llevar la luz a otros jóvenes budistas”*. Por tanto, renunciar al mundo hace referencia a los vicios del mundo, tomar los hábitos es dedicarnos a entregar la gnosis a la humanidad de forma desinteresada, con el único fin de que otros se beneficien.

Hecho esto, se sumergió en profunda meditación, en su interior sólo estaba el poderoso mantram Wu resonando incesantemente, la enfermedad le atormentaba, los intestinos lo mortificaban tremendamente, pero ya no les puso atención, al fin no supo más de sí mismo, quedó como muerto.

Lo que acaeció después fue algo formidable. Las enfermedades tienen su causa en la manifestación del ego, en las formas mentales que éste produce. Si tales egos son destruidos y logramos el dominio absoluto de la mente, es posible que la indisposición orgánica desaparezca. Y eso fue lo que ocurrió con Meng Shan, al levantarse de la meditación su curación ya estaba a medias, continuó con el trabajo interno y entonces fue sanado completamente.

A diferencia de muchos, el maestro sí cumplió su palabra a cabalidad e ingresó al sacerdocio (a prepararse para difundir la gnosis a la humanidad), después trabajó, intensamente, por







## Capítulo 14. El Maestro Chino Tieh Shan

[Biografía original en: *Mi Regreso al Tíbet*. Samael Aun Weor].



**E**l maestro Tieh Shan empieza señalándonos cuán importante es iniciarse en las enseñanzas gnósticas, pero cuando las realizamos con entusiasmo y fe, como lo hizo él desde los trece años. Al mencionar que a los dieciocho ingresa al sacerdocio, quiere indicarnos que debe nacer en nosotros el anhelo por ayudar a nuestros semejantes y la imperiosa necesidad de prepararnos para ello.

Explica, con su propia vida, la urgente tarea de no perder jamás la capacidad de asombro, pues ésta es muy necesaria para avanzar en este camino, por ejemplo, si estamos en el mundo astral o de los sueños y vemos un cocodrilo platicando con nosotros, podríamos saber que nos encontramos, efectivamente, en astral, si esta facultad estuviera presente en nosotros.

*«En principio, el niño no ha perdido todavía la capacidad de asombro. Obviamente, se asombra ante cualquier fenómeno: Un hermoso juguete despierta en él ese asombro; y se divierten los niños con sus juguetes. Mas, conforme va creciendo, conforme su mente sensual va recibiendo datos de la escuela, del colegio, la capacidad de asombro va desapareciendo, y al fin, llega el instante en que el niño se convierte en joven, y el joven ya ha perdido por completo esa capacidad.»* [Samael Aun Weor. La Organización de la Psiquis y la Intuición].

Esto nos lo explica comentándonos que un día leyó un ensayo de otro monje, llamado “Meditaciones avanzadas”, estando en ese estado de asombro, y siendo muy modesto, reconoció que no había llegado a ese nivel. Debemos imitar esta actitud, por ejemplo, cuando realizamos alguna lectura de la gnosis, debemos realizarla como si fuera la primera vez que lo hacemos, sin comparaciones ni preconceptos.

Se puso, con mucho entusiasmo y tesón, a trabajar con el mantram Wu, insistiéndole uno de sus maestros que lo hiciera día y noche poniendo toda la voluntad. De igual manera, nosotros debemos hacer nuestras meditaciones.

Varios días después de que siguiera al pie de la letra estas instrucciones, se le presentó el Hua Tou (el sonido mágico Wu) al levantarse, lo acompañó en todas sus actividades cotidianas (el trabajo esotérico gnóstico, consiste en la transformación de cada instante de la vida, no sólo en la meditación, sino cuando comemos, caminamos, trabajamos, etc.), comenta esta realidad diciendo: *“Si uno logra fundir su mente en un todo continuo y homogéneo, la iluminación está asegurada”*.

Una enseñanza trascendental, que recibiera de uno de sus maestros (el maestro Yen), fue cuando convocó a todos sus discípulos y los incitó a que trabajaran con gran ahínco en el estado de alerta novedad, alerta percepción, el cual los estudiantes gnósticos debemos lograr en el día a día. Entonces les dijo: *“Sentaos erguidos, refrescad vuestras mentes como si estuvierais al borde de un precipicio de diez mil pies y concentraros en vuestro Hua Tou”* (La palabra mágica Wu).

La tarea era trabajar en este estado durante la meditación y cada segundo de la vida, que se propusieran hacer esta labor en siete días sin fallar un segundo. El maestro Tieh Shan realizó el trabajo indicado. Al tercer día sintió como si su cuerpo flotara en el aire; al cuarto, como inconsciente del mundo (de las cosas vanas de la vida. Subsecuentemente, sintió en cada actividad su mente serena, llegó el momento en que parecía que su cuerpo se dividía desde la coronilla hasta los pies, que su cráneo hubiera sido roto, como si lo hubieran levantado hasta los cielos desde un pozo de diez mil pies.

Al contarle Tieh Shan a su maestro Yen su experiencia, la respuesta no fue la que muchos desearíamos escuchar. Le dijo que no era eso lo que se buscaba, que debía seguir



maestro lo hecho para fuera; cosa que no le mortificó, continuó trabajando, mejorando cada día.

Se dio cuenta que no había puesto atención en aspectos delicados y sutiles, esto, precisamente, le había presentado dificultades en los trabajos anteriores. El que el maestro nos platique acerca de esto es un señalamiento para todos nosotros, que debemos ir sin ansiedad, que hay que ir, paso a paso, disfrutando el camino, sin querer estar ya en la meta.

Nunca perdió la gratitud, nuevamente nos dice que nosotros tampoco debemos perderla, se sintió inmensamente afortunado por el maestro que tenía y los conocimientos que le otorgaba, así mismo, nosotros debemos amar la gnosis, abrazarla con todo el corazón, ser uno con ella.

«*Debemos cultivar la gratitud, porque la ingratitud y la traición se hermanan.*» [Samael Aun Weor. Rosa Ígnea].

Entonces entendió que la perfección no tiene límites ni orillas; que si se trabaja incesante e insistentemente siempre se podrá lograr algo más. Entonces su maestro le enseñó que la labor era como pulir una perla, cuanto más se pule, más brillante se hace. Toda la vida el discípulo se puede pasar puliendo la perla (meditando para conseguir el silencio mental), siempre tendrá algo más que hacer; por ello es que el maestro siempre le decía que le faltaba algo.

Siguió el maestro Tieh Shan trabajando, de forma ardua, en la meditación. Un día, estando en profunda concentración, se le presentó la palabra “faltar” y sintió que su cuerpo y mente se abrían en forma total, desde lo más profundo de su ser, como si una montaña antigua de arena se disolviera, de repente, bajo el sol ardiente, después de varios días oscuros...

Entonces Tieh Shan se rio a carcajadas, saltó de su asiento, tomó el brazo de su maestro preguntándole: ¿Qué me hace falta? El maestro Meng Shan lo abofeteó tres veces y le dijo: “*Oh, Tieh Shan, has tardado muchos años en llegar a este punto*”.

La perfección no tiene límites ni orillas jamás, pues la perfección es la misma divinidad, ¿Quién podría ponerle límites a Dios? El trabajo en la meditación es para siempre, la meditación y la vida deben fusionarse en una sola cosa.









a) Postura decúbito dorsal. b) Recuerdo de Sí y oración. c) Relajación: Latidos del corazón. d) Retrospección. e) Reflexión serena. f) Psicoanálisis. g) **Mantram o Koan**: Con mucha fe y conciencia vocalizaremos el sonido sagrado (mantram) Pander. Tratando de ponernos en contacto con nuestro Ser. Podemos hacerlo mental o verbalmente. Por tiempo indefinido, sintiéndonos identificados con esa chispa divina e inmortal. Agradecimientos.

<https://www.samaelgnosis.net/azul/16practica.html>

### **Día 9. Koan “No es la mente no es el Buda no es nada”**

a) Postura: Sentado. b) Recuerdo de Sí y oración. c) Relajación: Imaginación y Voluntad. d) Retrospección. e) Reflexión serena. f) Psicoanálisis. g) **Mantram o Koan**: Buscando un estado mental receptivo, ahora trabajaremos con una frase enigmática, imposible que la mente la resuelva. Ponemos toda nuestra atención consciente en: No es la mente, no es el Buda, no es nada.

No hay que permitir otra cosa. Solo el Koan, en forma incesante. Sin saber del tiempo, nos quedamos en ese estado lo que creamos conveniente. Agradecimientos.

<https://www.samaelgnosis.net/azul/16practica.html>

### **Día 10. Mantram Gate Gate Paragate Parasamgate Bodhi Swaja**

a) Postura: Estrella. b) Recuerdo de Sí y oración. c) Relajación: Respiración de niños. d) Retrospección. e) Reflexión serena. f) Psicoanálisis. g) **Mantram o Koan**: Ahora trabajaremos con un maravilloso mantram Gate Gate Paragate Parasamgate Bodhi Swaja, el cual tiene la capacidad de ayudarnos a no objetar y desarrollar el chakra de la glándula pineal.

Se realiza sintiéndose como un difunto, es decir, procurando desechar deseos, apetencias, proyectos, etc. Se pronuncia con gran fe, incesantemente, hasta lograr ese estado de quietud mental.

<https://www.samaelgnosis.net/azul/16practica.html>

### **Día 11. Koan “Si le entregas los huesos a tu padre y la carne a tu madre, entonces ¿Dónde estabas tú?”**

a) Postura búdica. b) Recuerdo de Sí y oración. c) Relajación: Concentración. d) Retrospección. e) Reflexión serena. f) Psicoanálisis. g) **Mantram o Koan**: Las disciplinas del dominio de nuestra mente son milenarias. Nos toca meditar en la frase enigmática “Si le entregas los huesos a tu padre y la carne a tu madre, entonces ¿Dónde estabas tú?”

No hay que cansarse, todo lo contrario, hay que considerarlo como un alimento espiritual, de tal forma que, si nos faltare, anhelamos un tiempo para recibirlo.

<https://www.samaelgnosis.net/azul/16practica.html>

### **Día 12. Mantram Wu**

a) Postura decúbito dorsal. b) Recuerdo de Sí y oración. c) Relajación: Latidos del corazón d) Retrospección. e) Reflexión serena. f) Psicoanálisis. g) **Mantram o Koan**: Ahora nos



adentraremos en el misterioso mantram-koan Wu. Nos concentramos en un sonido como una UUUUU UUUUU, pero imitando el viento pasando por entre las montañas o las olas del mar chocando entre las rocas de una playa.

El sonido debe resonar en nuestro mundo interior constantemente, una y otra vez, nosotros concentrados en él, como la abeja en la flor.

<https://www.samaelgnosis.net/azul/16practica.html>

### Día 13. Koan “Si todo se reduce a la unidad, a qué se reduce la unidad”

a) Postura: Sentado. b) Recuerdo de Sí y oración. c) Relajación: Imaginación y Voluntad. d) Retrospección. e) Reflexión serena. f) Psicoanálisis. g) **Mantram o Koan**: La práctica de las distintas frases enigmáticas (koanes) son de vital importancia. Éstos deben practicarse por años enteros y todos los días.

El estado psicológico receptivo unitotal puede lograrse al practicar estas milenarias prácticas. Después de pasar por las etapas primarias de la meditación, ahora concentrémonos en el Koan: “Si todo se reduce a la unidad, a qué se reduce la unidad”.

<https://www.samaelgnosis.net/azul/16practica.html>

### Día 14. Mantram Aum

a) Postura: Estrella. b) Recuerdo de Sí y oración. c) Relajación: Respiración de niños. d) Retrospección. e) Reflexión serena. f) Psicoanálisis. g) **Mantram o Koan**: Invocar a la divinidad es algo que podemos realizar con el sagrado mantram AUM, es llamar a los tres Logos para que nos ayuden en la meditación. Se vocaliza con toda la fe y devoción así: AAAAAAAA OOOOOOO MMMMMMM.

<https://www.samaelgnosis.net/azul/16practica.html>

### Día 15. Koan “Cuál es tu rostro original”

a) Postura búdica. b) Recuerdo de Sí y oración. c) Relajación: Concentración. d) Retrospección. e) Reflexión serena. f) Psicoanálisis. g) **Mantram o Koan**: Jamás debemos subestimar el poder mágico de los koanes. Ahora nos concentraremos en el koan: “Cuál es tu rostro original”.

<https://www.samaelgnosis.net/azul/16practica.html>

### Día 16. Pratyahara

a) Postura decúbiteo dorsal. b) Recuerdo de Sí y oración. c) Relajación: Latidos del corazón. d) Retrospección. e) Reflexión serena. f) Psicoanálisis. g) **Mantram o Koan**: Para quedar en silencio imponente de la mente, ahora tratamos de llegar a la síntesis de cada forma mental que aparezca en nuestro interior.

Lo lograremos si estudiamos los dos polos de las cosas que surjan en el entendimiento. Así lograremos llegar a la síntesis y lograr que esa forma mental se desintegre.

<https://www.samaelgnosis.net/azul/16practica.html>











