

"No hay nada en el mundo que sea más importante que el amor que los seres conscientes tienen unos con otros, ya sea que lo expresen o no"

(Del Cap. I)

"La iluminación es cualquier experiencia de expandir nuestra conciencia más allá de sus actuales límites. También podríamos decir que la iluminación perfecta consiste en darnos cuenta de que no tenemos límites y de que el universo entero está vivo".

(Del Cap. II)

"... puedes experimentar tu realidad presente en niveles mucho más profundos de placer y tranquilidad"

(Del Cap. IX)

"No hay una sola línea de este libro que deba su presencia solo al hecho de que suene bonita.



La información, práctica y confiable, ha permitido a mí y a otras personas superar ciertos estados mentales extremos.

Del Prólogo

Manual de iluminación para volgazanes estadílicos estáticos



TITULO EN INGLES:

THE LAZY MAN'S GUIDE
TO ENLIGHTENMENT

Amer mio:

¡Feliz Cumpleaños!

Hermosa edad los 20 años, disfrutalos
Pasan rápido.

Espero te guste el libro, considero que
es el punto medio entre las ideologías
y las milas. Sobre todo por que
preconiza amarse a si mismo. Al
igual que tú, Considero que el Universo
está ordenado y Cada cosa que
hagamos va a repercutir en algo.

Te quiero mucho

Tu amiga - amante y polola

Conselina Cortés



20 - XI - 2001

Cuatro Vientos Editorial
Casilla 131 - Santiago 29 Chile

Este libro es traducción de:
The Lazy Man's Guide to Enlightenment
Seed Center, P.O. Box 591, Palo Alto, California

© Thaddeus Golas, 1971, 1972
© Cuatro Vientos Editorial 1980

Diseño: Allan Browne E.

Fotografía: Juan Hernández T.

Inscripción N° 51.729

Derechos reservados para todos los países
de habla española
10^a edición

Impresores: Salesianos S. A.
Bulnes 19, Santiago de Chile

Manual de Iluminación para Holgazanes

Thaddeus
Golas

TRADUCCION
Alejandro Celis H.
Gonzalo Pérez B.



Cuatro Vientos Editorial

El objetivo de *Editorial Cuatro Vientos* es la publicación de ideas y medios que la persona pueda usar en forma independiente, con el único fin de llegar a ser más verdadera, de alcanzar el crecimiento como ser humano y de desarrollar sus relaciones y su comunicación con los demás.

I.S.B.N.: 84 - 89.333 - 15 - 7

Indice

| | |
|--|----|
| Introducción a la Primera Edición en Español | 11 |
| Prólogo | 15 |
| 1. ¿Quiénes somos? | 19 |
| 2. Mira, mami: me iluminé | 31 |
| 3. Cómo sentirse bien | 41 |
| 4. Salvavidas | 47 |
| 5. Cómo llegamos aquí | 51 |
| 6. Desarrollo personal | 59 |
| 7. Tiempo y vibraciones | 67 |
| 8. Atravesando los cambios | 73 |
| 9. ¿Qué es real? | 81 |
| 10. Cómo llegar allí | 89 |
| Una fábula | 97 |
| Aún más flojo | 99 |

*Dedicado a
la memoria de mi padre
VALENTÍN GOLAS*

*y con gratitud
a los del Yellow Submarine
de la Calle Belcher:
el Capitán Bill y Liz
Patrice, Kathy, Bernie
Fran, Ian, Helene
Joe, Don y todos.*

Introducción a la primera edición en español

La experiencia mística ha sido considerada tradicionalmente como el resultado excepcional, inalcanzable para la mayoría de nosotros, de un esfuerzo tenaz de búsqueda durante el cual hay que someterse a privaciones, ejercicios y apartamiento de la vida social normalmente compartida. Pero Thaddeus Golas carecía de aficiones ascéticas y ese camino tradicional no le atraía.

Eran las décadas de 1950 a 1970, en que los productos psicodélicos habían abierto las puertas de la realidad interior, y Golas halló en ellos un camino fácil, aunque incierto y a veces peligroso, pero que muchos estaban entonces recorriendo porque estimaban que podían llevar a experiencias estéticas, religiosas o, en general, creativas.

Los productos psicodélicos no llevan específicamente a ninguna parte, sino que aportan energías que remueven las estructu-

ras psíquicas normales en las personas que los ingieren, y lo que entonces se viva dependerá de lo que haya más allá de los condicionamientos personales. Alterado el orden psíquico cotidiano, hay que dar algún sentido a lo que nos sucede.

Para Golas, tales circunstancias fueron justamente el atractivo principal. Su espíritu de buscador se encontraba de inmediato en el ámbito de su exploración: su mundo interior en un estado diferente del usual.

Golas no era, sin embargo, un aventurero impreparado. Muchos años de estudio, experiencias y reflexiones lo habían llevado a dar unidad y sentido a una concepción del universo que para él podía dar razón del nuevo mundo que se abría ante el hombre de nuestro siglo, removido por las grandes innovaciones científicas y técnicas.

No todos los aventureros del lisérgico, la marihuana y otros psicodélicos estaban igualmente aptos para liberar su mente de los condicionamientos adquiridos. Golas logró superar todos los obstáculos y salir airosa de las encrucijadas más tenebrosas, debido a las concepciones a que había llegado sobre la naturaleza y esencia última del hombre y del universo. Y eso es lo que ofrece a los que se encuentren en las difíciles circunstancias en que él se halló.

Podría estimarse que el libro de Golas, editado en inglés en 1972, hubiera perdido actualidad bajo el imperio de las leyes prohibitivas del uso de psicodélicos. Sin duda

que ése sería el caso si no hubieran otros caminos hacia la iluminación.

Estas prohibiciones se hicieron necesarias e inevitables ante la avalancha incontrolada de usuarios que buscaban el camino de las drogas para alivio de sus tensiones y conflictos, y que a veces cayeron en procesos psicóticos irreversibles.

El texto de Golas ha perdido así actualidad para el buscador de la verdad del hombre por la vía química, pero no ha perdido su interés humano, porque la iluminación o la psicosis se dan también en otras y múltiples circunstancias.

Dijo Aldous Huxley, en "Cielo e Infierno", que para vivir la experiencia mística era necesario ir más allá de todas las dualidades. ¿Dónde hemos de situar a Golas con respecto a la dualidad terminal concebida por el espíritu humano? ¿Cómo hemos de superar la dualidad del Cielo con el Infierno, de Dios y el Diablo?

La solución de Golas no es nueva, ya que el tema ha sido bondamente examinado en toda la historia de la humanidad, aunque puede ser sorprendente para muchos. La iluminación no es, para Golas, un estado definido: es "toda experiencia de ampliación de la conciencia más allá de sus actuales límites".

Estamos experimentando constantemente estados superiores y también otros menos felices y esclarecidos. Vivimos en un constante vaivén, en un equilibrio dinámico va-

riable, pendular, y nunca podremos ser sólo bondadosos, sabios y buenos; todos participamos siempre en la maldad, el error y la ignorancia. Nos movemos entre dos límites ideales y extremos, avanzando y retrocediendo en la escala de los niveles de conciencia.

Podemos expandirnos o contraernos. Si es lo primero, nos abrimos hacia el mundo y los demás, ampliamos nuestras percepciones y contactos, comprendemos. Si es lo segundo, ponemos distancia entre nosotros y el mundo, ignoramos y tememos.

Ambas posibilidades están constantemente presentes y disponibles para todos, porque somos esencial y potencialmente iguales y libres.

Hay que aceptarse como uno está, en su nivel propio, bajo cualquier circunstancia en que se encuentre, porque sobre todo reina una ley de interacción y armonía que da unidad y destino al universo y a todo lo que en él hay. Bajo tal ley nos unimos y nos separamos, bajo tal ley se quiebran y se rebacen los vínculos particulares dando paso a nuevos sentimientos, ideas, actitudes y posibilidades.

Golas tiene la frescura pragmática y utilitaria que es la herencia norteamericana de James, y vierte sus experiencias en una serie de enunciados prácticos para recordarlos fácilmente en cualquier situación de crisis mental en que nos hallemos.

HÉCTOR FERNÁNDEZ PROVOSTE

Prólogo

Soy un holgazán. La flojera me impide creer que la iluminación requiera esfuerzo, disciplina, una dieta estricta, dejar de fumar y otras demostraciones de virtud. Esta es quizás la peor herejía que podría plantear, pero debo ser sincero antes que reverente. Me estoy dando el trabajo de escribir este libro para evitarme la molestia de tener que hablar acerca del tema.

Existe una remota posibilidad de que esto sea lo que alguien necesite leer para sentirse mejor consigo mismo. Si eres una persona bondadosa y deseas saber qué esperar de la iluminación y el motivo por el cual la iluminación te llega —con o sin ayuda de sicodélicos—, entonces esto es para ti.

Estas son las reglas del juego, tal como yo las veo. Estoy consciente de que muchos de nosotros nos estamos abriendo con gran rapidez en estos días, y una de las ilusiones

más comunes en que caemos es la creencia de que el modo como experimentamos la revelación es único. La sensación de conocer la verdad no es suficiente. Mi intención no es lograr la verdad final, sino sugerir ciertas actitudes simples que le serán útiles a cualquiera, y que pueden acompañarte en los momentos de mayor oscuridad o de mayor éxtasis, aun cuando estés totalmente volado o tu mente se encuentre totalmente arrasada. Estas actitudes son tan sencillas que las he acompañado de un cuadro del universo para mostrar por qué dan resultado, aun cuando no creas en ellas.

El universo es tan vasto y complejo que si necesitáramos libros como éste para iluminarnos, nunca lo lograríamos. Pero, por otra parte, el diseño del universo es tan simple que no existe motivo alguno para que alguien sufra o se encuentre confundido. Aun cuando te parezca muy complicada, tu existencia es fácil de controlar. He abandonado una cantidad de veces la idea de escribir esto, pensando que la gente no sabe estas cosas sólo porque no desea saberlas. Pero, finalmente, da lo mismo escribirlo que no escribirlo; no hay motivos de fondo que apoyen una u otra alternativa.

Estoy escribiendo lo que yo desearía leer si algún día me encontrara atascado en algún lugar extraño. Frecuentemente, en un momento negativo de una experiencia con alucinógenos, he pensado: ¿Qué podría decirle a alguien que se encontrara en este es-

tado que le sirviera de algo? Ese es el tipo de prueba que ha tenido esta información. No hay una sola frase en este libro que deba su presencia sólo al hecho de que suene bien. La información es práctica y confiable. Me ha permitido a mí y a otras personas superar ciertos estados mentales extremos, y puede ser reducida a unas pocas frases que podrás recordar con facilidad en cualquier crisis.

El primer capítulo comienza con el breve esbozo de una concepción del universo, y el resto del libro discute nuestras vidas en base a este punto de vista. Es una idea de mucho alcance, que se extiende a todos los campos del conocimiento; y, puesto que transcurrieron muchos años antes que se me aclarara, no espero que nadie la acepte así como así. Todo lo que puedo sugerir es que juegues al juego de las ideas, veas dónde te conduce, y luego confróntalo con lo que tú ya sabes. ¿Qué tiene que ser verdad para que el universo nos parezca como nos parece? ¿Existe un puente creíble entre la materia y el espíritu? Como muchas otras personas, he luchado con estas inquietudes durante años, y este libro contiene algunas de mis conclusiones. Quizás estas conclusiones tengan algún sentido para ti si sigues tu propio proceso de verificación y comprobación. Si es así, el primer capítulo contiene todo lo necesario para mantenerte ocupado por mucho tiempo. Por otra parte, si

todo lo que deseas es un manual de viaje, también lo encontrarás aquí.

En realidad, no espero que nadie tome estas frases y las expanda nuevamente a una experiencia de comprensión. Pero si alguno de ustedes —del cual nunca tendrá noticia— sube un poco de nivel y vive más feliz, escribiría esto de nuevo mil veces. Espero que las vibraciones te resulten placenteras.

CAPITULO 1

¿Quiénes somos?

Somos seres iguales y el universo es la relación que existe entre cada uno de nosotros. El universo está hecho de un solo tipo de entidad; cada ser está vivo, cada ser determina el curso de su propia existencia.

Esto es, en realidad, todo lo que necesitas saber para comprender este libro o para escribir el tuyo propio. Todo lo que digo tiene sus raíces en ese primer párrafo; puedes resolver cualquier duda volviendo atrás y meditándolo por tu cuenta.

El universo está hecho de un solo tipo de "lo-que-sea", que no puede ser definido. Para nuestro propósito, no es necesario intentar definirlo. Sólo es necesario asumir que existe sólo *un tipo* de lo-que-sea, y ver si esto nos conduce a una explicación razonable del mundo como lo conocemos.

La función básica de cada ser es expandirse y contraerse. Los seres expandidos

son permeables; los seres contraídos son densos e impermeables. Así, por tanto, cada uno de nosotros, solo o acompañado, puede aparecer como espacio, energía o masa, dependiendo del grado de expansión o contracción elegido, y del tipo de vibraciones que cada uno de nosotros emite al alternar la expansión y la contracción. Cada ser controla sus propias vibraciones.

Un ser totalmente expandido es espacio. Puesto que la expansión es permeable, podemos estar en el "mismo espacio" con uno o más seres expandidos. En realidad, todas las entidades del universo tienen la posibilidad de transformarse en un solo espacio.

Experimentamos la expansión como darse cuenta, comprensión, toma de conciencia, o como queramos llamarlo. Cuando nos encontramos totalmente expandidos, tenemos la sensación de conciencia total, de ser uno con la vida entera. En ese nivel, no presentamos resistencia a ninguna vibración o interacción de otros seres. Es éxtasis perpetuo, con posibilidad ilimitada de elección de conciencia, percepción y sentimiento.

El espacio es un nivel de experiencia que cualquiera de nosotros puede alcanzar, pero es difícil hablar de ello en el plano donde estamos ahora, precisamente porque es ilimitado. El espacio es aquello que escoge los límites y formula las definiciones. Podríamos decir: la Mente Unica puede vivenciar todas las experiencias, y la Mente Uni-

ca es todos nosotros o cualquiera de nosotros en el nivel más alto de expansión. O bien, podríamos teorizar: Dios no podría crear algo que persista que sea más limitado que El Mismo, pero si El se duplica a Sí Mismo, El puede disfrutar de un universo persistente. Cada entidad, por tanto, es un duplicado de Dios, "creado a Su imagen y semejanza".

No importa las palabras que utilicemos: nosotros existimos y el universo existe, y es posible comprobar esta idea de la expansión-contracción dentro del campo limitado de lo que es real para nosotros como seres humanos, especialmente en estudios atómicos y subatómicos.

Cuando un ser está totalmente contraído es una masa de partículas, totalmente implotado. Dependiendo del grado de su contracción, un ser es incapaz de estar en el mismo espacio con otros, de modo que en la contracción se experimenta miedo, dolor, inconsciencia, ignorancia, odio, maldad y todo un conglomerado de extraños sentimientos. En el extremo, el ser tiene la sensación de estar totalmente demente, de resistirse a todos y a todo, de ser incapaz de elegir el contenido de su conciencia. Por supuesto, éstos son sólo los sentimientos apropiados para los niveles-masa de vibración, y puede salir de allí en cualquier momento, con sólo expandirse, con sólo abandonar toda resistencia hacia lo que piensa, ve o siente.

Un ser es energía cuando alterna la expansión y la contracción. Yo supongo que en el punto intermedio, cincuenta por ciento expansión y cincuenta por ciento contracción, un ser sería lógico, no-subjetivo, carente de ego y predecible. Este puede ser el "cero", que es uno de los lados de las ecuaciones físicas de energía, como también la "muerte del ego" que atravesamos al expandirnos a niveles de conciencia más elevados.

Es importante tomar nota de que la energía no es una cantidad de algo "objetivo". La energía, como el espacio y la materia, es lo que muchos seres vivos están produciendo. Por lo general los seres-energía reaccionan frente a sus vecinos en una forma que es frecuentemente predecible y aparentemente automática, como una hilera de fichas de dominó que se desploman, una tras otra. Cuando se relacionen con seres-espacio, los seres-energía aparecerán elevados, vibrando a alta frecuencia, con una sensación cada vez mayor de libertad subjetiva. Relacionados con seres-masa, su energía será baja, vibrarán a menor frecuencia, con una sensación subjetiva cada vez mayor de compulsión y desorden.

El universo es una armonía infinita de seres que vibran en una elaborada gama de proporciones de expansión-contracción, modulaciones de frecuencia, etc.

Existe un conjunto particular de sentimientos e ideas que acompaña a cada va-

riación, a cada combinación, a cada nivel de vibración. Desde cada uno de estos diferentes puntos de vista, existe también una percepción diferente del modo como otros seres se relacionan. La idea de estas posibilidades es tan abismante, el intento de comunicarlas en su totalidad por medio de la escritura es tan ridículo, que me resulta difícil seguir moviendo mi lapicera. Sin embargo, lo que intentamos es definir ciertas actitudes básicas que restablecerán la conciencia de nuestra libertad de movimiento dentro de este laberinto, o de elevarnos por encima de él.

Lo que necesitamos recordar es que nosotros, los pollitos, somos los únicos que estamos aquí. El universo entero está formado por seres iguales a nosotros. Cada partícula de cada átomo es un ser vivo. Cada molécula o célula es una tribu de seres. La energía es la vibración sincrónica de muchos de nosotros. El espacio es una cantidad infinita de nuestros hermanos y hermanas en perfecto éxtasis.

No existe diferencia importante entre materia viva y materia muerta, pues ambas se componen de entidades vivas. No sólo la masa es convertible en energía, sino que la energía es convertible en espacio, y viceversa. Es el sustraernos al darse cuenta, es nuestra propia condición de masa lo que nos hace ver a nuestros hermanos y hermanas como materia objetiva, energía y espacio. Siempre estamos teniendo las experiencias

y percepciones apropiadas a nuestro nivel de vibración.

Las mismas reglas se aplican a todos nosotros. Estas reglas no provienen de ninguna parte externa a nosotros mismos. Surgen de la verdad de que somos todos iguales y que tenemos el mismo rango posible de conductas y experiencias. Somos libres de hacer cualquier cosa que queramos, dentro de las necesarias leyes de nuestras relaciones como seres iguales. Y el amor debe ser la primera ley. El amor es la *acción* de estar en el mismo espacio con otros seres, lo que significa que el amor es real, tan real como nosotros mismos. El amor no es una idea limitada; es algo que hacemos, en un sentido último, con todo nuestro ser.

Quizás a muchos de nosotros nos disguste el lugar que ahora ocupamos en el universo, pero podemos estar seguros de que llegamos a donde estamos a través de nuestras propias decisiones de expandirnos al amor o de evitarlo.

El tipo de cerebro y cuerpo que tienes, tu familia y sociedad, el tiempo histórico en que naciste; sólo tú determinaste éstas y otras cosas, con tu grado de expansión, con tu disposición a amar. Nadie te hizo nada. Nadie te forzó. Existe completa justicia en lo que cada uno de nosotros experimenta en cada segundo del día. En cierto sentido, podemos estar tranquilos, porque nada es secreto, nada se pierde, nada se olvida, nadie queda abandonado.

Cada uno de nosotros es el mismo tipo de ser, capaz de fluir en total atención y conciencia o de sustraerse a ellas. Y eso es todo lo que necesitamos hacer: entregar una atención total, permisiva y amorosa a absolutamente todo lo que vemos en nuestras mentes, en nuestros cuerpos, en nuestro medio ambiente, en otras personas.

La expansión en el amor es algo que cualquier ser del universo puede hacer en cualquier momento. Una conciencia dispuesta nos llevará al cielo, una actitud amorosa nos hará libres. Nada más controla nuestro destino. El comportamiento malo o bueno es algo secundario. Cualquier cosa que hagas, ámate a ti mismo por el mero hecho de hacerla. Cualquier cosa que pienses, ámate por pensarla. El amor es la única dimensión que debe ser modificada. Si no estás seguro de lo que se siente al amar, ámate a ti mismo por no estarlo. No hay nada en el mundo que sea más importante que el amor que los seres conscientes sienten unos por otros, ya sea que se lo expresen o no.

No tiene sentido preocuparse o plantearse interrogantes acerca de condiciones espirituales peores o mejores, aunque ese juego está a nuestro alcance. No te será posible elevarte por sobre tu nivel actual de vibraciones hasta que ames tu actual situación.

Independientemente de tu condición espiritual y de tu lugar en el universo, tu elección es siempre la misma; expandir tu con-

ciencia o contraerla. Y debes comenzar desde donde estás ahora. No hay nada malo en tu situación actual: es una de las infinitas experiencias que podemos vivenciar. Lo que tú eres, yo puedo serlo. Lo que yo soy, tú puedes serlo.

Lo que sea que hayamos hecho para apartarnos de la conciencia total de la Mente Única, lo estamos haciendo ahora. Lo que sea que estemos haciendo, siempre estará en nuestro interior, aún si no lo estamos haciendo; y, por tanto, no se trata de resistirlo, sino que de trascenderlo. Estos son recordatorios que utilizo con frecuencia: *Eso está siempre dentro de mí. Esto también puedo conocerlo con total conciencia.*

Podemos confiar en el flujo del universo. Si estas reglas respecto al amor son verdaderas, serán efectivas, ya sea que estemos o no de acuerdo con ellas, ya sea que estemos conscientes de ellas o no lo estemos; ya sea que utilicemos palabras para referirnos a ellas o no lo hagamos. La realidad del amor es algo que haces por ti mismo, con o sin palabras, y juzgas los resultados en base a tu propia experiencia. Toda información como ésta existe en el espacio en todo momento, y su realidad no necesita de libros. Está siempre en tu interior.

Se deduce entonces que no estoy escribiendo este libro basándome en ningún sentimiento de objeción a las actuales creencias de nadie. Más allá de todo razonamiento, se encuentra el misterio del amor: tú sabes

que todos somos iguales, que nadie en verdad necesita ayuda de nadie, que nadie necesita que se le diga algo o se le dé algo; y entonces, de todas maneras, actúas de la manera más compasiva, das lo mejor de ti por tus hermanos y hermanas. Yo estoy comunicando lo que me fue entregado cuando sentí que lo necesitaba: si yo sentí de esa manera, quizás a algún otro le ocurre lo mismo. Esta es una carta a mis hermanos y hermanas, una carta de amor que intenta mostrar cómo, cuando creímos que el amor no estaba funcionando, sí lo estaba, y perfectamente.

Es un interesante ejercicio mental el poner todo el juego al revés: el problema no es cómo liberarse del nivel-masa, cómo iluminarse. La verdadera interrogante es: si eres un ser totalmente libre y que se auto-determina, ¿cómo llegaste a encerrarte en un cuerpo para jugar juegos en el plano material? ¿Cómo lograste que tú y otros aceptaran este juego? ¿Cómo lograste hacer de ello algo compulsivo?

Varias veces, cuando he estado muy expandido, este pensamiento me cruza por la mente: si es tan fácil salir, podría igual volver a jugar el juego. Quizás ésa es la tentación última. Y quizás nadie quiere saber, en realidad, lo fácil que es; nadie quiere perturbar el juego. Todos podríamos estar jugando al "hagamos como que creemos que", a las escondidas.

La realidad física es una de las peores películas de horror, y todos sabemos cuánto nos gustan las películas de horror. Si el universo, tal como lo vemos desde nuestro nivel de vibración, es ilusorio, sólo parcialmente verdadero, entonces ésta es una razón más para disfrutarlo y amarlo, en lugar de desesperarnos con él.

Todo lo que ocurre en el mundo puede ser vivenciado en cualquiera de los miles de niveles diferentes de vibración, desde el más eufórico hasta el más tenebroso. Somos totalmente libres de elegir el nivel que queremos. No necesitamos cambiar nada, salvo nuestra atención y nuestro amor, nuestra propia expansión y amor.

Dado que el universo está compuesto sólo de seres vivos, y que cada uno de ellos controla su propio nivel y sus propias relaciones, no hay absolutamente nada en el universo que deba ser, de un modo u otro, corregido. No tenemos que hacer absolutamente nada al respecto. Existe conciencia por todo el universo, y podemos confiar en que todo ser vivo decida por sí solo. Independientemente del modo como lo veamos, el amor nunca pierde el control: las leyes de nuestras relaciones son tan honestas y exactas como las leyes de la física.

No puedo decir que conozca todas estas leyes. Pero todos sabemos, en algún grado, que estamos obteniendo exactamente lo que merecemos.

La armonía es infinita, única y divina. ¿Cuál crees que es tu lugar dentro de ella? No seas demasiado duro contigo mismo. Un poco de amor da para mucho.

CAPITULO 2

Mira, mami: me iluminé

¿Qué es lo que se hace para alcanzar la iluminación? ¿Cuáles son los indicios que demuestran que lo estás logrando? ¿De qué modo cambia tu vida a medida que te vas iluminando?

No hay nada que tengas que hacer primero para lograr la iluminación.

Ya se encuentran todas las experiencias potenciales en tu interior. Puedes abrirte a ellas en cualquier momento, en forma instantánea, sólo estando allí.

Pero no hay apuro. La expansión total se encuentra siempre allí, más allá del tiempo, adentro y alrededor tuyo. Sólo necesitas abrir tu percepción al ritmo que te resulte seguro y confortable. Si el LSD es demasiado rápido para ti, anda más lento. Este es tu hogar. Todos pertenecemos al universo.

Nada se interpone en nuestro camino, pero la mayoría de nosotros tendemos a abrirmos en forma gradual, por etapas. Tendemos a ascender en ciclos de emoción: después de cada estallido eufórico de comprensión, podemos tropezar con un tipo nuevo y diferente de negatividad, que es lo que ahora debemos aprender a amar. Pero mientras más te elevas, más fácil resulta seguir.

La experiencia de conciencia total, de ser espacio, no significa el estar consciente en ese momento de cada detalle del universo, de toda posible relación entre entidades limitadas y apartadas. Ser espacio es una disposición a estar totalmente consciente de todo lo concebible. Significa que no presentamos resistencia, que no negamos ningún concepto o relación. Así, por tanto, para lograr la iluminación no necesitamos reunir ningún conjunto específico de ideas o experiencias, virtudes o sufrimientos. Todo lo que existe puede ser experimentado con una conciencia totalmente expandida.

Independientemente de la forma en que hayas limitado tu percepción, tu darte cuenta, eres un ser libre que se autodetermina.

Ningún otro ser vivo, ni agrupación de seres vivos, puede controlar tu nivel de vibración. De modo que no hay nada en el universo —especialmente en su aspecto físico— que pueda oponerse a tu libre arbitrio.

Eso significa que el mundo físico no tiene absolutamente ningún poder sobre ti; no te tienta, no te pervierte, no te corrompe, no

se interpone en el camino de tu iluminación, no te hace absolutamente nada.

Tú eres el único causante de tu nivel de existencia. Tu condición interna nunca se halla programada. La experiencia de ser forzado o controlado, en contra de tu voluntad, puede presentarse sólo cuando te densificas, cuando contraes tu capacidad de darte cuenta.

Nuestra realidad, en cualquier nivel, está formada por aquellos seres conscientes y únicos que percibimos como vivos, y el proceso de la iluminación es la expansión de nuestra comprensión a otros seres, hasta que experimentamos todas las cosas como una interacción viva.

Mientras más rehuyamos el amar a otros seres, más tendremos que enfrentarnos al mundo "físico", más nos obsesionamos con la masa. Por otra parte, mientras más nos abrimos a nuestros hermanos y hermanas, menos sólido se nos presenta el mundo.

La iluminación es cualquier experiencia de expandir nuestra conciencia más allá de sus actuales límites. También podríamos decir que la iluminación perfecta consiste en percarnos de que no tenemos límites y de que el universo entero está vivo.

La dificultad que presenta el escribir acerca de esto, así como la de todos los esfuerzos por transmitir el modo de llegar a esto, proviene de la utilización de términos limitados para referirse al ir más allá de los límites. Estar iluminado es estar en un

estado flexible de conciencia, con la mente abierta. La iluminación es el proceso mismo de expandirse, no el de llegar a un conjunto diferente de límites.

No existe forma correcta de considerar al mundo "después" de la iluminación. No existe obligación para nosotros de ser o no ser algo, siempre y cuando seamos una unidad en nuestros corazones y mentes.

¿Qué significa el estar unificado? Significa el estar dispuesto a concebir, a contener en nuestro interior, cualquier cosa que sea "lo otro" que alguna idea limitada. Significa saber que si destacamos algo positivo, creamos al mismo tiempo algo negativo. Cuando elegimos un ideal de conocimiento, debemos enfrentarnos a la ignorancia, que es "lo otro" que el conocimiento. Cuando enfatizamos un ideal de santidad, debemos vivir con el pecado que le acompaña y aceptar nuestra responsabilidad por haberlo creado.

Si nos negamos a hacerlo, caemos en una contracción de conciencia; nos densificamos, nos transformamos en entidades de nivel-masa, nos encontramos encarnados en cuerpos físicos. Y no podemos controlar aquello que no reconocemos como nuestra creación; ésta entra forzosamente en nuestra atención, nos guste o no, de modo que vivimos en un mundo de pecado e ignorancia.

Sin embargo, si permanecemos constantemente abiertos y no-resistentes ante estas negatividades, no nos veremos forzados

a quedarnos con ellas: si reconocemos que la fealdad está siempre en nuestro interior, seremos libres de crear la belleza. Si sabemos que la estupidez se encuentra siempre en nuestro interior, seremos libres de destacar la inteligencia.

El amor es la acción más elevada y sagrada, porque siempre contiene en su interior a todo aquello que no es amor; siempre incluye y busca incluir también al desamor.

Con cuánta frecuencia intentamos imaginar una secuencia de causa-y-efecto en nuestras experiencias, cuando lo que en verdad ocurre es una mera oscilación de condiciones que se alternan. Podemos elegir una tarea negativa, como la disciplina monástica, y luego sentirnos recompensados. O, reciprocamente, podemos perseguir un placer seductor para luego sentirnos engañados. Nunca observamos la situación con la perspectiva suficiente como para darnos cuenta de que sólo estamos oscilando como un péndulo.

Y muchos de nosotros insistimos en concebirnos a nosotros mismos sólo como bondadosos, buenos y sabios: intentamos ser péndulos que oscilan sólo hacia un lado.

El remedio para esta confusión consiste en ser amoroso, en experimentar la vida sin resistencia mental, hasta que nos elevamos por sobre la masa y la energía, al nivel-espacio. En ese nivel, donde el amor es constante y nuestra conciencia se encuentra abierta, comprenderemos más fácilmente el

milagro en virtud del cual contenemos contradicciones, opuestos y paradojas. Seremos libres de vivenciar lo que elijamos, porque no negaremos la realidad de que siempre contenemos *lo otro que* lo elegido. El *karma* no es "pagar por" todo lo que hiciste en el pasado. Es sólo que, al elevar tu nivel de vibración, puedes encontrarte con el *tipo* de experiencias de las que te apartaste en el pasado, o bien, puedes tropezar con "lo otro" de aquella cosa en la cual te encuentras ahora empecinado. Si tratas de cerrar tu mente, bajarás a un nivel inferior de vibración. Pero si observas tranquilamente los sucesos que no deseas, los absorbes mentalmente, *y te amas a ti mismo por rechazarlos*, seguirás elevándote. Podría decirse que, por un momento, debes considerar tu espacio negativo desde tu expansión.

Al enfrentar y amar cada nuevo fenómeno perturbador, comenzarás a darte cuenta de que ni un poco del mal amenazante que te complicaba la vida ha desaparecido de la faz de la tierra. Pero tus sentimientos compulsivos de desaliento y desamparo sí habrán desaparecido, aprenderás a rodear o a atravesar las vibraciones turbulentas; y, con el tiempo, no te toparás más con ellas. Aprenderás a modificar tus emociones y experiencias al comprender la relación que tienen con tu nivel de conciencia.

Por ejemplo, si tus sentimientos se desvanecen después de una profunda experiencia amorosa con alguien (posibilidad alta-

mente probable si estabas volado en ese momento), podrás comprender lo ocurrido como el desvanecimiento de la vivencia de compartir el mismo espacio, ahora que ambos están vibrando nuevamente en un nivel inferior. Cuando llegas a saber eso, y a saber que la depresión puede desaparecer tan fácilmente como apareció, es menos probable que tomes grandes decisiones o te pongas a discutir con motivo de lo que ocurrió. Puedes relajar tu mente y verlo pasar.

Muchos de nosotros estamos experimentando con frecuencia "altas" temporales y ráfagas de iluminación, especialmente usando alucinógenos. Si las cosas se ponen raras después de estos momentos de euforia, no es necesario que te inquietes. Puede ser una señal de que sigues elevándote.

Mientras tanto, debiéramos darnos cuenta que tendemos a regresar al nivel de vibración en el cual nos sentimos estables, algo "con lo que podemos vivir". Lo que debe ser modificado es el nivel de estabilidad, ahí donde nos sentimos cómodos vibrando en el mismo nivel que los demás. Y esto puede hacerse sólo a través de una actitud mental de no resistencia, un amor que se expande constantemente.

Es totalmente natural, en la búsqueda de la iluminación o en el simple intento de ser más feliz, el observar las experiencias cotidianas buscando indicios de algún resultado. Por cierto que tu vida cotidiana no

es más que la expresión de tu condición espiritual. Tu vida cambiará a medida que seas más amoro so, pero este cambio no se dará en formas que puedas predecir con exactitud. Lo que ocurre no es tan importante como la forma en que reaccionas frente a lo que ocurre.

Existe una actitud positiva que podemos asumir frente a cualquier meta: está bien si ocurre, está bien si no ocurre. Mucho antes de hallarte en situación de escoger confiablymente para el futuro, puedes encontrarte con que ya no te interesa tanto predecir. No te importará dejar ir una hermosa experiencia, porque el amor hará que la siguiente resulte igualmente satisfactoria.

De igual modo, no hay muchos consejos específicos que dar acerca de la forma como desarrollar una existencia iluminada sobre la Tierra, y me siento algo reticente a formular predicciones brillantes en cuanto a lo que es posible. Como hemos visto, tan pronto como estamos totalmente dispuestos a crear una condición determinada, ésta se transforma en algo diferente si nuestras mentes se encuentran bloqueadas frente a las alternativas. En nuestro nivel-masa, ese "algo diferente" tiende frecuentemente a resultar desagradable, y tan pronto como intentemos evitar nuestros sentimientos al respecto, nos encontraremos estancados en esa situación. Esa es una forma de explicar el motivo por el cual los sucesos ideales y hermosos se desvanecen de nuestras vidas y los

malos y tristes permanecen: lo mismo se aplica al predecir un futuro halagüeño.

Pero sin importar cuán vago y difícil de manejar nos parezca este proceso, el amor lo superará. Puede predecirse con seguridad que, a medida que ames más, a ti mismo y a los demás, comenzarás a ver, en el transcurso de esta vida, a cada persona y objeto como una forma perfecta, tal como son ahora. Sentirás un exquisito placer a cada instante. Y puesto que —en realidad— la belleza se encuentra en el ojo del espectador, tus vibraciones serán también hermosas.

CAPITULO 3

Cómo sentirse bien

Está bien pasarlo bien. Ese es uno de los mensajes más importantes que nos entrega la iluminación.

Deberíamos, eso sí, intentar reconocer el nivel del más alto placer, el placer de Dios, por decirlo así, en todo lo que percibimos. Nadie que se encuentre en un nivel elevado de conciencia desea que alguno de nosotros sufra desdichas en la tierra.

Existe un paraíso adentro y alrededor tuyo en este mismo instante; y, para estar allí, no necesitas hacer ni un solo movimiento, ni siquiera levantar los ojos de esta página. Puedes abrirte a la perfección del diamante en todo lo que ves y sientes. Si no crees que esto pueda ocurrir con tanta facilidad, límítate entonces a ser amoroso en cada instante, y confía en que este estado vendrá a ti.

Nunca ocurre que alguien del nivel-espacio coloque barreras o pruebas en el camino del que intenta elevar su nivel espiritual. Podría parecerte que te están probando; pero, en realidad, siempre se te permite decidir por ti mismo, definir el universo que para ti es real.

Los seres más elevados están demasiado felices cuando te muestras lo bastante amoroso como para elevarte. Toda ayuda y oportunidad que pidas te será concedida, ya sea que la solicites tomando LSD o de cualquiera otra forma, como una simple plegaria o escribiéndole una carta a Santa Claus. Nunca se te pide que te atormentes o te frustres. No tienes que probar nada. *No puedes* probar nada: tus vibraciones siempre evidencian la verdad, no puedes falsearlas.

Y es fácil elevarse en las alas del amor. No importa cuán convincente sea tu percepción de cualquier nivel de la realidad, o cuán abrumadora, intrincada y compleja; estás, igualmente, contemplando sólo un fragmento de nuestra verdadera realidad: ser nosotros mismos, sin presentar resistencia, sin apego, amándolo todo.

También está bien pasar un buen momento en las relaciones sexuales. En verdad un orgasmo satisfactorio es, más bien, una realización espiritual que un logro técnico. La carne no se encuentra separada del espíritu. El cuerpo es una creación dichosa de muchos seres que vibran en otros niveles

de conciencia. Un orgasmo profundo es una realización de amor en muchos niveles, incluyendo aquellos que muchos de nosotros consideramos "animales". El amor, entrar en el mismo espacio o en la misma vibración con otros, es el fundamento mismo de nuestro ser, y adquiere una infinidad de formas. Como en toda otra experiencia, siempre tenemos las experiencias sexuales que merecemos, dependiendo de nuestra amorosa benevolencia hacia nosotros mismos y hacia los demás.

El éxtasis del sexo puede ser considerado un espejo de nuestra disolución síquica en el espacio de nuestros divinos hermanos y hermanas en los niveles más elevados de expansión. Hacer el amor constituye una demostración del modo cómo las relaciones-espacio requieren que nos entreguemos al amor y absorbamos las diferencias, imperfecciones y hermosura de otros seres.

Si esto es así, ¿por qué se recomienda con tanta frecuencia el ascetismo como camino espiritual, y por qué a veces parece dar resultado? Como vimos en el capítulo anterior, es muy posible que cuando te empeñas en un solo sentido, resultes balanceado hacia un estado diferente al que estás buscando. Cuando insistas en obtener sólo placeres sensuales, serás lanzado a un estado donde te parecerá que el ascetismo es el camino más correcto —a menos que tú mente esté abierta—. Y si perseveras lo suficiente en el ascetismo, podrás ser lanza-

do a la felicidad y al éxtasis, como muchos santos nos lo han hecho saber.

También, si reclamas con la suficiente fuerza, te será permitido vislumbrar un estado de conciencia más alto. Si te niegas el alimento, el sexo, la comunicación o el sueño, estás, de alguna manera, informando a la central que tu estilo de vida no anda bien, y quizás se te permita un breve regreso al espacio para revisarlo. Pero aun cuando estos destellos son casi todo lo que la humanidad conoce actualmente del espacio, no son la luz total, a pesar de lo convincentes que puedan ser. Y estos destellos no ofrecen estabilidad, no son la forma más confortable de llegar a casa. No te será posible permanecer en niveles más altos si te elevas con un énfasis tan negativo.

Sin importar lo inteligentes que sean las racionalizaciones con que te consuelas por regresar a la tierra, el ascetismo te traerá una y otra vez de vuelta al plano físico, hasta que ames lo suficiente como para elevarte a través de un camino positivo. Por cierto que el amor mismo es el camino positivo hacia el espacio. No hay sabiduría o santidad que sea excusa suficiente para no amarnos a nosotros mismos y a los demás.

Y también en las relaciones sexuales, el amor supera el efecto pendular, el *yin-yang* de los conceptos; y por fin tenemos una forma racional de explicar por qué el amor debe ser la motivación principal en el sexo. Pero el amor, en este sentido es mucho más

amplio que la pasión romántica, y debe comenzar por el amor por sí mismo. Si amas todo lo que sientes y haces, incluyendo tus estados de ánimo áridos y vacíos, el placer seguirá volviendo a ti. Si el sexo no te resulta gratificante, sólo significa que en esta vida o en otra has insistido demasiado en el otro lado de la balanza. Es el acto de contraer tu percepción lo que hace que cualquier condición resulte compulsiva.

También es importante no juzgar a los demás por sus placeres carnales. Lo que le niegues a los demás también te será negado, por la simple razón de que estás siempre legislando para ti mismo: todas tus palabras y acciones definen el mundo en que deseas vivir. Una de las leyes que necesariamente rigen nuestras relaciones como seres iguales es ésta: lo que dices, se cumple; pero sólo para ti mismo y para los que estén de acuerdo contigo. Si afirmas que un hombre no debiera recibir ayuda si no la merece, es posible que su vida no resulte muy afectada, pero lo que dijiste será válido para ti: no recibirás ayuda que no merezcas. Si calificas de vulgares los placeres sexuales de otras personas, sus experiencias no se verán alteradas, pero tus placeres se te harán vulgares. Es precisamente tu poder ilimitado de controlar tu experiencia lo que te tranca. ¿Cuánta compasión y perdón deseas para ti? Dáselo a los demás. Lleva esto hasta el extremo: perdónales a todos los seres sus deudas kármicas para contigo.

Concede a los demás la libertad, el amor, la conciencia que deseas para ti mismo.

La música nos muestra cómo mantener el placer y el éxtasis. Generalmente, tendemos a creer que un momento de comprensión eufórica es insostenible y que no podemos mantenerlo. Se nos escabulle, y volvemos a perseguirlo una y otra vez. Sucede así porque no estamos dispuestos a dejarlo ir, no estamos dispuestos a concebir que se aleje. Pero, si tomamos el ejemplo de la música: dejando ir una nota para oír la siguiente, nuestro deleite puede ser constante, aunque cambien las vibraciones.

Si "escuchamos" al mundo y permitimos que actúe sobre nosotros sin anteponer juicios o ideas del tipo esto-o-lo-otro, podremos aprender a percibir cada destello de placer como un tono dentro de la infinita armonía. La orquesta del mundo ejecuta las melodías familiares una y otra vez, y los ancianos también están ahí llevando el ritmo con los pies mientras los jóvenes bailan.

CAPITULO 4

Salvavidas

Antes de seguir adelante, extendámonos en algunas de las actitudes básicas que anteriormente dejamos en el tintero. No pretendiendo que nadie recuerde todo el pensamiento transistorizado de este libro, pero recomiendo enfáticamente memorizar las líneas en cursiva que vienen más adelante. Son lo bastante sencillas como para recordarlas, y te serán útiles frente a cualquier crisis mental. Tenlas en mente.

Una de mis excursiones con sicodélicos había tenido un mal comienzo, y me estaba hundiendo en un hoyo realmente diabólico. Al ver que las personas a mi alrededor se volvían malignas, arrugadas, descoloridas, viejas y raras, me surgió este pensamiento: "¿Bueno, y qué creíste que era lo que tenías que amar?". Y, así no más, las puertas se abrieron y me encontré en el paraíso.

Abandona tus resistencias. Esto no significa que debas ser físicamente pasivo o sumiso frente a vibraciones negativas o malas jugadas. Significa: ninguna resistencia en tu mente. Sé libre en tu cabeza, actúa desde tu amor, y haz lo que realmente te siente bien. No hay acción alguna que sea siempre correcta o errada; el único factor verdadero es el amor con el cual actúas. Al abrir tu percepción, la vida mejorará por sí sola; no será necesario que hagas nada. Es una hermosa paradoja: mientras más abres tu conciencia, menos sucesos desagradables invaden tu percepción.

Ama tanto como puedas desde donde sea que estés. Es especialmente apropiado recordar esta frase cuando te sientas asustado, loco o has tomado mal alguna droga. Escríbela en la pared de tu cuarto. Puedes no estar dispuesto a amar lo que sientes o ves, puedes no ser capaz de convencerte de que te sea posible amarlo. Pero, decide amarlo. Di en voz alta que lo amas, aun si no lo crees. Y di, "Me amo a mí mismo por odiar esto".

Amalo tal cual es. El modo como ves el mundo depende enteramente de tu propio nivel de vibración. Cuando tu vibración cambia, el mundo entero parecerá distinto. Es algo similar a lo que ocurre aquellos días en que todos parecen sonreírte, porque te sientes contento. El modo de elevar tu nivel de vibración es sentir más amor. Comienza por amar tus sentimientos negativos, tu pro-

pio aburrimiento, torpeza y desesperación. Es difícil de creer: cambiando el *contenido* de tu mente, no cambiarás tu nivel de vibración.

Si lo que quieras es elevar tu conciencia, es inútil cambiar tus ideas, tu fe, tu conducta, tu lugar de residencia o tus compañeros.

No es algo arbitrario, ni tampoco un accidente, el que estés donde estás, de modo que podrías corregir tu actitud antes de cambiar nada. De otro modo, te encontrarás recorriendo toda la creación en busca del lugar correcto, y ni siquiera el Mar del Extasis Infinito será un buen lugar para ti.

Vas contigo mismo a donde quiera que vayas. Como dicen en el Zen: si no puedes encontrarlo ahí donde estás parado, ¿dónde piensas merodear para encontrarlo? No hay un solo lugar en el universo donde puedas estar, si no es entre tus iguales. La dirección del cambio que hay que buscar no es en una de nuestras cuatro dimensiones: es profundizando en lo que eres, en donde estás, algo así como aumentando el volumen del amplificador.

Amate a ti mismo. Pero, ¿el amor no se define acaso como compartir el mismo espacio con *otros*? De hecho, gran parte de lo que ahora concebimos como nosotros mismos —nuestros cuerpos, nuestras mentes, nuestras emociones— implica a billones de otros seres. Ser la conciencia-ego de un cuerpo humano es un poco como ser el alcalde de la ciudad de Nueva York. El ego no es

la única conciencia comprometida con la supervivencia o el funcionamiento de tu cuerpo.

Somos libres, como entes individuales y únicos, de abandonar cualquier agrupación (como por ejemplo, la agrupación que forma nuestro cuerpo), pero en cualquier nivel al que vayamos encontraremos a otros seres con quienes armonizar.

Cuando te amas a ti mismo estás, en realidad, expandiéndote en amor a muchos otros seres. Y mientras más ames, más amorosos serán los seres en tu interior y a tu alrededor. En todos los niveles, somos vibraciones mutuamente dependientes. Toca una alegre melodía y vendrán alegres bailarines a unirse a tu danza.

En otro sentido, amarte a ti mismo es una disposición a estar en el mismo espacio con tus propias creaciones. ¿Cuán contraído podrías llegar a estar si intentaras apartarte de tus propias ideas?

Amarte a ti mismo no es cuestión de reforzar tu ego. El egotismo es probar que eres valioso después de haberte hundido en el odio a ti mismo. El amor que te brindes disolverá tu ego: no sentirás necesidad de demostrar que eres superior.

CAPITULO 5

Cómo llegamos aquí

Tenemos una gran cantidad de ideas y nombres para referirnos a muchos tipos diferentes de conducta humana; sin embargo, gran parte de lo que hacemos obedece a ciertas leyes comunes de expansión y contracción. Como ya dije, estas leyes no surgen de algo externo a nosotros mismos. Si aceptamos la idea de que somos seres iguales, veremos que de ella se desprenden ciertas verdades en cuanto a nuestras interrelaciones. Podríamos llamar a estas verdades, la fuente de la equidad y la justicia; pero estos nombres no importan. Las cosas sólo son tal como tienen que ser para que este universo de vida exista. Parece inútil tratar de ser convincente acerca de esto con palabras, comparado con el entendimiento que obtendrás por ti mismo cuando vislumbres el orden y justicia divinos, meditando o elevado con sicodélicos. Sólo puedo ofre-

cer una limitada especulación acerca del modo cómo estas reglas se evidencian en nuestra experiencia humana.

La idea de la igualdad ha sido frecuentemente interpretada como un descenso al mínimo común denominador, o el asentarse en un amorfo promedio general. La igualdad a la que me refiero es la unión de todos nosotros en el nivel más alto de conciencia, espacio puro, sin apego o resistencia, con total libertad de experiencia y conciencia, amalgámonos unos con otros en el estado de éxtasis o de calma que elijamos. En todos los niveles de vibración inferiores al más elevado, existen ilusiones de cantidad y valor, de mayor o menor amor, inteligencia, y poderes. La apariencia que ofrecemos a los demás está dada por las vibraciones que escogemos destacar; pero, en lo que a potencial se refiere, somos todos iguales.

Si esto es cierto, ¿cómo logramos sumergirnos hasta tal punto en la masa que la realidad física nos parece la única realidad? ¿Y que estos comentarios acerca del espacio nos parezcan una peregrina e inverificable fantasía? En cuanto a la verificación, pienso que el concepto de entidades iguales puede conducir a una reintegración de los datos de que hoy se dispone en la física, y que podremos entonces extrapolar a partir de esa información para describir las leyes de nuestras relaciones, en una escala universal. Mientras tanto y primeramente tendré que permitirme algunas burdas conjeturas

acerca de la forma cómo llegamos al nivel-masa.

Podemos comenzar con una 'paradoja' del nivel más elevado: los seres expandidos, los que han abandonado toda resistencia, son también totalmente irresistibles. Los seres-espacio son enteramente permisivos con otros seres; pero, cuando alguno de nosotros se contrae, se densifica al mismo grado de su contracción, y entonces es aparentemente *propulsado* por los seres-espacio. La experiencia de ser propulsado y luego forzado se debe enteramente a la densidad de los seres contraídos. Los seres-espacio no tienen intención alguna de propulsar o forzar a nadie a hacer nada en absoluto.

Todos los universos concebibles en todas las dimensiones concebibles existen en la Mente Única como idea pura o arquetipo. Cuando cualquiera de nosotros evita el *estar dispuesto* a crear cualquier aspecto de estas ideas o arquetipos, desciende a un nivel de vibración inferior. Como un ejemplo, imaginen que somos gran cantidad de seres-energía, y que la idea del Perro Pluto nos resulta indiferente. Puesto que nuestra densidad es mayor que la de los seres-espacio, seremos propulsados por ellos, y apareceremos en el espacio como una imagen fluctuante y centelleante del Perro Pluto, quizás con aspecto de fuegos artificiales.

Imaginemos ahora que algunos de nosotros, más que indiferentes, *negamos* el concepto del Perro Pluto, retrayéndonos al ni-

vel-masa. Nuestra masa, siendo aún más densa que la energía, se halla forzada a adoptar la forma negada, y a contemplar la manifestación física del Perro Pluto. De esta forma, lo que es negado en el plano conceptual —el nivel-espacio—, se vuelve manifiesto en el plano físico.

Por supuesto, la realidad no es tan clara y nítida, pero el ejemplo les dará la idea. El espacio parece propulsar energía y la energía parece forzar a la materia. Pero estas reacciones no podrían presentarse sin la densidad de los seres más retraídos. Al negar tu capacidad de crear un concepto o al rehusarle a otro la libertad de hacerlo, desciendes a un nivel de vibración donde no sólo es palpable el Perro Pluto, sino también muchas otras formas materiales. El negar la verdad es lo que abre la caja de Pandora.

No tienes que suponer que tú personalmente negaste todas las calamidades que ocurren en la tierra: si niegas el café, también te verás enfrentado en forma compulsiva a la realidad del té y del chocolate. Hubo *algo* que te trastornó, o, con mayor probabilidad, hubo toda una serie de ideas que no estuviste dispuesto a concebir o a amar; tus vibraciones bajaron gradualmente a un nivel-masa, hasta que te encontraste siendo un cuerpo. Pero no hay nada que te retenga en el nivel-masa, a pesar de todas tus experiencias de ser empujado y tirado por otras masas, por la energía y por el espacio. Es tu propia ignorancia, tu densidad,

lo que posibilita que te empujen. Sólo siendo tonto puedes sentir dolor. El dolor es la sensación de no ser capaz de entrar en el mismo espacio con otros.

Pero todo lo que necesitas para librarte del dolor, para dejar de ser bobo, es estar *dispuesto* a darte cuenta de cualquier cosa que se presente a tu conciencia.

Existen muchas circunstancias más cercanas a la tierra donde podemos ver en acción el proceso de compulsión-por-negación. De todas las paradojas a las que nos vemos enfrentados en el plano material, el fracaso de las buenas intenciones es quizás una de las más asombrosas. Gente buena intenta hacer buenas cosas, y obtiene malos resultados. La juventud pacifista es encarcelada, se ataca a las comunidades espirituales y los jóvenes de la década del 60 dejan las flores para hacerse terroristas. Es frecuente en la historia de la humanidad que a un resurgimiento espiritual sucedan matanzas y persecuciones. Quizás ahora podamos entender por qué ocurren estas cosas.

Lo que no puedas pensar, no podrás controlarlo. Te tropezarás en tu camino con aquello que no puedes concebir en tu conciencia. Las personas violentas son, precisamente, las que en algún momento se negaron a concebirse como tales. También ocurre que, si no estás dispuesto a aceptar que la gente pueda ser víctima de la violencia, puedes transformarte tú mismo en su víctima, pues no estarás lo bastante consciente

de ella como para evitarla. Todo lo manifiesto se origina en el espíritu: todo mal que se nos manifieste está ahí porque nos rehusamos imaginar la posibilidad de causarlo, o bien, porque negamos a algún otro la posibilidad de concebirlo. En breve, el camino de salida, por difícil que sea creerlo, no es una mayor resistencia, no es la modificación de los contenidos, sino la disposición a concebirlo, a amarlo, como debimos haberlo hecho desde un principio.

Desgraciadamente, la mayoría de las personas bien intencionadas intentan negar o eliminar lo que ya es manifiesto. Y muchos resurgimientos espirituales son una negación más profunda de las realidades de nuestro nivel de vibración.

¿Qué podemos hacer con el mal? Mucho, si nuestras mentes están claras. Mi frase incluyelo-todo para esto es: "Yo no negaría esta experiencia a la Mente Unica".

Una vez que te hayas aclarado al respecto, haz lo que sientas correcto. El mal aparece como una realidad secundaria sólo después que te has apartado hacia un nivel inferior de vibración. La seducción que ejerce el mal reside precisamente en que nos induce a eliminarlo.

Cuando tu conciencia se encuentra abierta, cualquier acción que emprendas en referencia al mal no tiene más significación que el cavar una zanja que canalice el agua de una inundación apartándola de una casa. Sin dudarlo un segundo, acude al médico

cuando estés enfermo; deja fuera de combate al que trate de herirte; solicita a las personas desagradables que abandonen tu casa; inicia una revolución: tan sólo mantén tu percepción abierta todo el tiempo y reconoce que el mal se ha manifestado en tu vida debido a tu falta de amor. El verdadero enemigo —de haber alguno— está en ti, en tu falta de disposición a amar lo suficiente. Pero no existe juicio moral en nuestras experiencias con el mal. Si te rehúsas a admitir que los automóviles existen, uno de ellos te atropellará: no porque seas pecador o neurótico, sino sólo porque no ves a los automóviles. No los verás cuando se te acerquen.

Algunos creen que "los pensamientos son cosas", y que debes evitar los pensamientos negativos; de lo contrario, aparecerán en tu vida. Como ya hemos visto, los pensamientos son realmente poderosos cuando son los seres expandidos quienes los conciben. Sin embargo, fue justamente el intento de apartarnos de pensamientos lo que nos hizo encarnar en un nivel-masa. Si rehúyes los pensamientos negativos, se te manifestarán, tarde o temprano, en el plano físico. Tu resistencia al pensamiento negativo —estés o no consciente de ella— lo hace manifestarse en tu vida.

¿Qué estoy haciendo en un nivel de conciencia donde esto es real? Esto es lo primero que debes preguntarte cuando te percatas de algo feo, malo o estúpido. Siempre nos encontramos rodeados de nuestros iguales,

y la justicia del amor es siempre perfecta. El universo es un tapiz infinito de relaciones amorosas perfectamente ordenadas; y, cuando amas lo suficiente, subes de nivel. Ni siquiera es asunto de esperar que tu vida termine. Tu desplazamiento como ser no es horizontal a través del tiempo, por así decir. Todos los estados de conciencia se encuentran a tu disposición ahora mismo. Toda posibilidad del pasado o del futuro existe más allá del tiempo, está siempre allí en el No-Tiempo, y tú activas tu nivel de realidad por medio de tus propias vibraciones.

El ser lo que eres, es una joya de perfecto éxtasis. Te encuentras en el nivel de conciencia que tiene el máximo de placer y éxtasis que eres capaz de aceptar. Independientemente de lo que me digo a mí mismo o de lo que he vivenciado algunas veces, mi mayor placer, en este momento, es estar sin un centavo encerrado en un cuarto de San Francisco escribiendo este libro.

Prueba estas frases al meditar: *Me entrego a esta realidad. No ofrezco resistencia a esta realidad. Soy uno con esta realidad. Me entrego a la justicia de nuestra igualdad. No ofrezco resistencia a la justicia de nuestra igualdad. Soy uno con la justicia de nuestra igualdad*

CAPITULO 6

Desarrollo personal

Espero que te resulte alentador conocer cómo estas ideas generales se aplican para eliminar males en ti mismo y lograr un mayor desarrollo espiritual. Mientras más sean los malos pensamientos y sentimientos que trates de arrancar de ti, más habrá.

Puesto que yo mismo tengo ciertas preferencias en relación a lo que deseo hacer, debo cuidarme de entregarles esto como si tuviese la dignidad de la ley. Así, por tanto, deberé necesariamente ser aún más personal en este capítulo, y dejar en claro mis predisposiciones. *Soy holgazán*, y me inquieta ver a la gente perseguir esforzadamente el desarrollo personal a través de métodos que no funcionan, urgiéndome, además, a hacer lo mismo. Frecuentemente son personas encantadoras y me gustaría mucho unirme a ellas si creyera que van a lograr su objetivo. Por otra parte, quizás ellas *saben* que

nunca alcanzarán su meta con esos métodos, y yo soy el bobo, por poner de manifiesto lo que todo el mundo secretamente sabe. Si no tuviéramos estos juegos, dejaríamos un Vacío, ¿no? Estoy jugando al juego de rechazar los juegos sin sentido; éste es quizás el más sin sentido de todos.

Obviamente hay aquí el peligro de errar en círculos; pero si alguien más supiera lo que debe escribirse en este capítulo, me gustaría que me lo dijese, así que debo correr este pequeño riesgo.

Una estructura es cualquier relación entre entidades que evite disolverse. El yo que conoces como ser humano es una estructura, una organización compuesta de billones de entidades.

Algo extraño en relación a las estructuras es el hecho de que se disuelven tanto por éxito como por fracaso; de modo que si deseas una estructura, el problema consiste en mantener tensión en algún punto entre estos dos polos.

La idea de que las estructuras se desintegran al obtener éxito completo me pareció singular, y establecí una lista rápida de ejemplos: un imperio victorioso inevitablemente se divide o se viene abajo cuando alcanza su clímax y no encuentra oposición. Un hombre hereda una fortuna y "se arruina" en la disipación. El genio pierde la razón. "El poder corrompe". "Los buenos mueren jóvenes". Las religiones se dividen en cismas y herejías. Una especie dominante se extin-

gue misteriosamente. Una célula se divide en dos. El mago se vuelve loco.

De aquí que la gente se muestre cautelosa respecto al éxito o al poder obtenido con demasiada facilidad. En algún nivel, la estructura autolimita su propio éxito, incluyendo el éxito obtenido en la búsqueda de una mayor conciencia espiritual. Los líderes espirituales nos dicen todo el tiempo que el ego debe morir para que se produzca un renacer, pero ahí nos quedamos. La estructura se preserva a sí misma.

El ego, la estructura mental, "se siente mejor" cuando debe luchar con la tensión que representa el sentirse amenazado. Nos sentimos "de alta" y energéticos cuando las contingencias negativas nos ponen a prueba: trabajo duro, disciplina, paracaidismo, carreras, guerras (hasta la de Vietnam: los norvietnamitas salieron encumbrados; los norteamericanos no, porque no estuvieron amenazados directamente), enfermedad, ayuno, ascetismo, juego, drogas, conducir descuidadamente, discutir, paranoia (amenazas imaginarias), el enfrentamiento con el demonio y la magia negra, y así sucesivamente.

Por supuesto, si la definición negativa va demasiado lejos, la estructura se desploma; pero de algún modo, eso no nos inquieta. Nos encanta preocuparnos de los peligros para la supervivencia humana (a menos que el peligro sea real, como la bomba atómica o la guerra bacteriológica. En ese caso, el riesgo es "irreal", somos reticentes a pensar en ello).

Como un proceso normal, nos definimos a nosotros mismos, llegamos a saber quiénes somos, subrayando aquello con lo que no estamos de acuerdo, e identificamos a los demás por medio de sus defectos: los observamos hasta encontrar alguna diferencia entre "nosotros" y "ellos". En los demás, las virtudes son invisibles; no son interesantes.

Nosotros, los seres humanos, somos prácticamente la única especie que ha resuelto el problema que implica el mantener la tensión negativa transformándonos en nuestros propios peores enemigos. Nunca logramos superar totalmente la "naturaleza humana" en nosotros ni en los demás: así, el juego continúa.

Es evidente que en el fondo nos gratifican todos los hechos espantosos de los cuales tanto nos quejamos: es lo que vende periódicos.

El énfasis de lo negativo produce un reforzamiento de la estructura y del ego. Aun cuando algunas de estas actividades —como las que implican autonegación— se emprenden bajo el estandarte de la búsqueda espiritual, el resultado es el mismo. En un nivel sutil sabemos que la mayoría de los esfuerzos espirituales no tendrán éxito, pero seguimos manteniendo la fantasía de que son admirables. Muchos de nosotros no tenemos intención *real* de disolver nuestro apego a la estructura y avanzar a otro plano de existencia.

Pero, ¿qué hay de aquellos sabios y serios que buscan celosamente la iluminación a través de métodos tradicionales? Dado que sabemos que los métodos negativos de elevación no nos llevan a una experiencia estable del nivel-espacio, ¿qué hace que el yoga sea una práctica gratificante?

El motivo por el cual el yoga da resultado, cuando lo da, reside en el amor expresado entre maestro y discípulo, y en la disposición del alumno a prestar atención. Si limitas tu experiencia sólo a fenómenos que estés totalmente dispuesto a concebir —como por ejemplo, lo que pueda haber dentro de una caverna en el Tibet—, con toda seguridad que tarde o temprano te volarás.

Pero tan pronto salgas de la cueva, te encontrarás con gente que se comporta igual como lo hacía antes. Y si no estás dispuesto a ser la causa de su conducta y a amarlos tal como son, tu nivel de vibración caerá. Y, entonces, puede que prediques acerca de cuánta maldad existe en el mundo, cuánta corrupción hay en las ciudades, qué pecadora es la gente.

En la medida en que estemos seriamente preocupados del mal —no sólo como un juego de tensión negativa— veremos que no necesitamos preocuparnos de él como manifestación *física*: estas manifestaciones se originan en conceptos del nivel-espacio que existen atemporalmente. Es únicamente como *concepto* que el mal es real y está siempre dentro nuestro. Si no podemos aprender a mane-

jarle en la tierra, seremos atormentados por él aun en el cielo.

Aún si no estás sólo probando tu estructura, la *motivación* para purificarte —el sentirte espiritualmente impuro— impedirá cualquier beneficio genuino hasta que aprendas a amar la impureza con la que comenzaste. ¿Puede algún ser realmente creer que va a atravesar la infinidad del tiempo sin cometer jamás otro error?

Con frecuencia, un destello de iluminación te entregará este mensaje: regresa al punto donde partiste y aprende a amarlo más.

Los métodos convencionales de autodesarrollo tienen otro inconveniente: el identificarte con un sistema establecido de valores espirituales puede producirte una actitud *snob* de desamor por tus hermanos. La justicia de nuestras relaciones es perfecta: si no amas, los resultados se manifestarán en forma explícita.

Entonces, podrás quejarte: "Si estoy trabajando tanto para purificarme, ¿por qué ocurren estas cosas, por qué la gente me odia?". Pero no hay mayor pureza que el amor, aun cuando sea corrupto e impuro.

La forma positiva de definir tu ego es ser uno con su causa: ámalo tal como es, y luego elige libremente cualquier conducta que sientas bien para ti. No vas a desaparecer; puedes vivenciar tu actual estructura como una interacción de nivel-espacio, y luego subir más alto sólo si lo deseas.

Cambiar tu nivel de vibración, elevar tu nivel de amor, es la única acción que produce un verdadero cambio positivo. Los grupos de encuentro, la libertad sexual, la revolución, el yoga, las dietas, el ascetismo, la música rock, las drogas, todos los medios dependen de tu interés y poder creativo para ser efectivos. Son todos buenos juegos, pero no trates de forzarte en ellos más allá del momento en que tu interés se agote. Dan resultado sólo mientras esté despertada la atención que les dedicas. Y cuando tienen muy buen resultado, cuando tienen mucho éxito, es posible que "pierdas el interés". Cuando sientes que tu estructura se transforma en energía y luego en espacio, es muy probable que retrocedas, a menos que aceptes lo que está ocurriendo y te estabilices en un nuevo nivel.

En realidad, existen juegos más amorosos que el de mejorarte a tí mismo, el de reformar a otras personas o cualquier otra forma de usar tensión negativa para endurecer tu estructura.

Ten presente que tu supervivencia no depende de ninguna estructura. Eres una entidad igual a todas las demás del universo. Cuando no tienes nada, no tienes nada que perder.

No hay nada "malo" en utilizar circunstancias negativas para definir tu ego, siempre que lo hagas en forma consciente, porque deseas hacerlo. El único error que cabe en cualquier actividad es no tomar conciencia

de lo que estás haciendo. Podemos jugar estos mismos juegos necios con mucho mayor placer cuando estamos conscientes de lo que estamos realmente haciendo.

Cuando ofreces soluciones espirituales a la gente —o soluciones de cualquier tipo para lo que sea, es lo mismo— les estás pidiendo que dejen de lado aquello que les hace sentir activos, vivos, definidos. La estructura de su ego. Ten cuidado: *¡es peligroso!*

Bien, sólo para los principiantes; asuman que todo ser humano es un perfecto sea-lo-que-sea en este preciso instante. Todo estado de conciencia es perfecto y completo, y no necesita modificación. Y todo cambio de conciencia es perfecto y completo, y no necesita ser estático.

He intentado cubrir todas las posibilidades con un par de máximas.

Esté o no consciente de ello, soy uno con la causa de todo lo que existe.

Lo sienta o no lo sienta, soy uno con todo el amor del universo.

CAPITULO 7

Tiempo y vibraciones

Podemos alterar nuestra vivencia del tiempo modificando nuestras vibraciones, del mismo modo como alteramos nuestra percepción del resto del universo físico. Nuestros conceptos, sentimientos y relaciones finitas tienen comienzos y finales en el tiempo, pero nosotros no. Cuando estamos totalmente expandidos en el nivel-espacio, el tiempo es siempre ahora.

No hay agua en tu mente cuando contemplas un lago. Dicho de otra forma, la percepción de un objeto duro no posee, en sí misma, dureza. La conciencia de la confusión no se encuentra confundida. La conciencia de la locura no está loca. La conciencia del paso del tiempo no demora tiempo alguno: no hay tiempo en ella.

"Medimos" el tiempo por medio de la repetición compulsiva de interacciones en el nivel-masa. Y mientras más expandida se

encuentre nuestra conciencia, menos estamos implicados en la compulsión. Nuestra vivencia subjetiva del paso del tiempo se diferencia frecuentemente de lo que indica el reloj.

Muchos de nosotros ya conocemos las distorsiones temporales que ocurren cuando nos encontramos volados con marihuana; y, por supuesto, los sicodélicos más fuertes extreman aún más las cosas. ¿Cómo ocurre esto? Nos será muy útil echar una ojeada a la fuente misma de la vivencia del tiempo, porque veremos lo práctico que es observar tu propio nivel de vibración antes de reaccionar frente a lo que piensas que es una realidad externa.

Imagina que la percepción es una especie de radar: emites una onda, que luego rebota contra un objeto y regresa. No es necesario decir que los hechos son más complejos que esta imagen, pero el parecido es suficiente para que nos resulte útil.

Por ejemplo, digamos que alguien sacude una mesa, y una taza comienza a deslizarse. Si tus vibraciones perceptuales son muy lentas, tus ondas te entregarán un mensaje referente a la posición de la taza cuando comience a caer, otra ráfaga cuando esté a medio camino del suelo y otra cuando se estrelle. Pero si estás vibrando rápidamente, tendrás muchos mensajes cuando la taza comienza a caer, informándote de la dirección que lleva, y sentirás como si tuvieras

mucho tiempo para estirar la mano y atraparla si lo deseas.

Toma cuidadosamente nota de que cuando tus vibraciones son lentas, sientes que todo lo que ocurre se desenvuelve demasiado rápido como para que logres controlarlo. Puede que entonces te sientas obligado a esforzarte mucho más por ejercer algún control. Puede que trates de establecer hábitos ordenados de conducta, y que te resientas con la gente desordenada. Este es uno de los orígenes del juego del poder. Puede que trates de escapar de las cosas que te perturban, yéndote al campo o ahogando tu conciencia con drogas pesadas o alcohol.

Pero mientras más rápido estés vibrando y más mensajes obtengas de tu ambiente, los sucesos parecerán desarrollarse con mayor lentitud, y mayor será tu sensación de que controlas la situación. Mientras más amas, más rápido vibras, menos necesitas sentir que controlas algo, y no temes al cambio ni a la variedad. Experimentas todo en forma más profunda, más pausada y con mayor amor.

Mientras más alta la proporción de expansión a contracción en ti, más expandido y amoroso eres, más rápido vibras.

La realidad secundaria es útil, en el sentido de que siempre te entrega un cuadro nítido de tu nivel de vibración. Si el mundo parece hermoso y seguro, estás vibrando rápido; si parece sombrío, aburrido o temible, estás vibrando en forma lenta, y necesitas

amarte a ti mismo por estar vibrando de esta forma.

Nunca tienes que cambiar lo que estás viendo, dentro o fuera de ti; es la forma como lo ves lo que tienes que cambiar. Es inútil intentar huir de cualquier dificultad trayendo tu conciencia. Tendrás que escalar nuevamente el mismo cerro por el que rodaste cuesta abajo: tendrás que hacerlo tarde o temprano, en esta vida o en otra, porque nuestra verdadera naturaleza está más allá del tiempo.

Nunca apartes tu atención en forma impulsiva de una escena porque se vea fea, desagradable o dolorosa.

Toma una decisión consciente —las palabras bastan— de amarte a ti mismo por sentir rechazo. Si te es posible, mantén tu atención en ello hasta sentirlo hermoso, o al menos hasta que te sea indiferente.

No es necesario que busques escenas desagradables para probarte, o acordarte de todo lo malo que hay en el mundo; pero cuando una escena se manifieste en tu presencia, permanece ahí lo más conscientemente que puedas.

Quedarse con ella es importante. Si te apartas repentinamente, podrás esconderte en tu cuarto o abandonar la ciudad, pero tú, como entidad, seguirás atascado en un nivel bajo de vibración, en una negación. Podrá parecer una extrañísima coincidencia si después de haber apartado tu atención bruscamente de una escena desagradable, te andes

topando a cada instante con escenas similares. Esto te va a desconcertar, y seguirá ocurriendo hasta que puedas tolerar o amar el desagrado que sientes; sólo entonces subirán tus vibraciones.

¡Míralo, ámalo y *entonces* apártate! Está muy bien canalizar tu atención hacia lo que te resulta agradable. ¿Para qué otra cosa es la libertad? Y, mientras exista el libre albedrío, siempre habrá seres cuya vibración no te agrade, independientemente del nivel en que estés. Todo consiste en apartarte en una forma tal que no te quedes atascado.

Después de unas pocas veces en que logres amar sucesos raros, estarás lo suficientemente sensible como para darte cuenta cuando alguien va a aprovecharse de ti o a provocar vibraciones negativas (cuando la taza comienza a caer, por decirlo así) y podrás moverte en la forma correcta antes de encontrarte demasiado comprometido.

No sientas que es "poco espiritual" percibir posibilidades malignas en otras personas: no se trata de una paranoia si el objeto de tu miedo es real.

No es ni más ni menos que un karma de negligencia el que ignora los primeros avisos de alarma. Mantén tu mente abierta y sin resistencia a ninguna posibilidad: de ese modo obtendrás la información que te permitirá alejar la manifestación del mal en tu vida. Pon atención, aquí y ahora. Está bien decir que No.

No importa lo que otros hagan: tú eres el único responsable de lo que te ocurre. Lo que ocurre afuera no determina, ni siquiera en un grado mínimo, tus sentimientos y experiencias: tu vida está enteramente gobernada por tus vibraciones, por lo que ellas te comunican y por la forma en que tú respondes.

Mientras más lentas sean tus vibraciones, más desgradable será tu vida: bregarás con más conflicto, masa y dolor. Los hechos se desarrollarán demasiado rápido para que logres controlarlos; sin embargo, el tiempo parecerá interminable, porque no verás salida.

Pero cuando elevas tu nivel de vibración, puedes esquivar limpiamente los choques síquicos y físicos; y, literalmente, te es posible cambiar al mundo para mejor. El amor es la magia más poderosa de todas.

Cuando aprendas a amar al infierno, te encontrarás en el cielo.

CAPITULO 8

Atravesando los cambios

Si nada nos amarra al plano físico, ¿entonces qué nos retiene? ¿Por qué nos encontramos apagados a las estructuras? ¿Por qué nos aferramos a nuestro nivel de vibración? ¿Por qué tememos al cambio?

Para responder estas preguntas, comenzemos una vez más desde el principio. Existen muchas palabras para referirse a lo que se siente al estar totalmente expandido: conciencia total, plenitud, libertad, amor, éxtasis, certeza, estabilidad, inteligencia suprema, compasión. Pienso que será menos vago, en este caso, referirse a nuestras interacciones en términos de estabilidad.

La estabilidad absoluta existe en forma natural en el nivel-espacio, porque *todas las relaciones son persistentes, en la medida en que los seres que participen en ellas tengan la misma expansión*.

Pero en los niveles más contraídos, donde por definición existe en algún grado el apartarse de la conciencia, tenemos concordantemente menor control sobre la duración de la condición estable. Y cuando nos relacionamos con seres cuyas vibraciones son más altas o más bajas que las nuestras, sentimos inestabilidad e inseguridad.

En una relación inestable se nos presentan, básicamente, dos caminos, independientemente de las sutilezas de los cambios: uno de ellos, hacia la estabilidad, hacia un nivel común de vibración; el otro camino conduce a la desintegración, apartándose tanto en cuanto a vibraciones que ya no estamos en absoluto conscientes el uno del otro. Puesto que nos incomoda la presencia de vibraciones más altas o más bajas que las nuestras, tendemos a reaccionar en ciertas formas típicas y "naturales". Si la otra persona está más abajo, intentamos generalmente elevarla hasta nuestro nivel, ayudarla y animarla. Pero si la otra persona está más alto, es frecuente que en un principio intentemos bajarla y lograr que el nivel de sus vibraciones descienda. Toma nota de que cuando tratas de ayudar a alguien, estás trabajando contra su esfuerzo natural —y quizás inconsciente— de bajarte. La persona que vibra en un nivel más bajo (que podría ser cualquiera de nosotros, dependiendo de las circunstancias) aparecerá drenando la energía del más elevado, a menudo con las mejores intenciones morales y

sociales. Este esfuerzo puede asumir la forma de alabanza exagerada, golpes bajos disfrazados de palabras de cortesía, peticiones de ayuda por problemas, mostrar miedo y depresión, volverse loco, comenzar una discusión, citar mejores autoridades, y mil otras formas, en una escala que llega hasta apriisionar o liquidar a la persona más elevada.

Por otra parte, si te ves enfrentado a este tipo de conducta, el remedio consiste en mantener el flujo del amor, en no tener ninguna resistencia en tu mente. La persona que vibra en un nivel inferior puede llegar más y más lejos en sus intentos de hacerte descender; sin embargo, cuando vea que no bajas, cuando se dé cuenta de que no le presentas resistencia interna, tendrá que elevarse a tu nivel de vibración para sentirse estable y cómodo; es demasiado doloroso permanecer donde está. Y él sí se elevará, a menos, por supuesto, que siga el otro camino y se aleje de la relación. No estás, sin embargo, obligado a esperarlo: si sientes que no hará nada más que tratar de bajarte, eres libre de producir la desintegración cuando quieras. En otras palabras, lárgate. No te quedes ahí, y no te sientas culpable por ello. Está dentro del orden natural de las cosas.

Si vas a tomar sicodélicos o a meditar y te vas a abrir a la comunicación con seres de niveles superiores, debieras estar consciente de lo que implican estas interacciones automáticas entre distintos niveles de

vibración. Es posible que te sientas abrumado, forzado, obligado, degradado, lleno de terror síquico (la mala volada) hasta que abandones tu resistencia, te expandas en amor y te eleves hacia la vibración de los seres más altos. Ellos no tienen intención alguna de asustarte o ponerte a prueba; es tu propia densidad la que te provoca esos sentimientos.

Cualquier cosa que realmente te asuste puede contener una pista hacia la iluminación. Te puede estar indicando la profundidad de tu apego a la estructura, sea mental, física o social. El apego y la resistencia son dos aspectos de una misma cosa: cuando te resistes, apartando tu conciencia, la emoción que surge es el miedo; y la contracción se experimenta como un tirón, como el del magnetismo o la gravedad; esto es, apego.

Es por eso que frecuentemente tememos abrir nuestras mentes a seres espirituales más elevados. Creemos que el miedo es una señal para escapar, cuando lo que en realidad nos indica es que ya nos estamos escapando más de la cuenta.

Aquí hay algunas frases que me han hecho sentir bien, tanto en tiempos de perturbación emocional como al meditar:

*Soy nada, estoy vacío, estoy en silencio.
No me resisto a las vibraciones de otros seres.*

No me resisto a las expansiones y contracciones de otros seres.

Cuando tenemos miedo de ver lo que está más alto, podemos intentar adquirir un sentimiento de seguridad o de poder, manteniendo nuestra atención en lo que está más abajo. Este proceso adopta muchas formas en la vida humana.

La caridad, entendida como un impulso hacia aquellos que se encuentran en situación inferior a la nuestra, tiene con frecuencia un infeliz resultado. Muchos de nuestros sentimientos impulsivos tienen su origen en suposiciones erróneas acerca de la situación de otras personas. No hay nada malo en los sentimientos: los sentimientos en el nivel-espacio son de una riqueza increíble. Pero es sabio intentar comprender de dónde vienen nuestros sentimientos y hacia dónde nos están llevando. Podemos ser seducidos por los sentimientos de libertad, poder o diversión que experimentamos al relacionarnos con aquellos que consideramos más débiles; o podemos retroceder ante el miedo y la depresión que sentimos en presencia de aquellos que consideramos más fuertes.

El principio de la igualdad es un guía seguro, pues nos libra tanto de la necia condescendencia hacia gente perturbada como de la autolimitación que representa el temor hacia personas superiores.

La solución para todas nuestras tensiones de tira y afloja es tratar a todos, a cada uno de los seres en que reconoces vida, como un igual a ti mismo. Siempre mira más profundamente que cualquier evidencia de des-

igualdad. Si otra persona demuestra gran sabiduría o genialidad, pinta extraordinariamente bien, o aún, se envanece lo suficiente como para escribir un libro de consejos como éste, simplemente NO CREAMOS que eso demuestra de algún modo que su potencial es mayor que el tuyo. Está bien que sepas que cualquier cosa que haya hecho, tú también puedes hacerla, no en el sentido de degradarlo a él, sino de elevarte a ti mismo. No lo "admires" en forma excesiva: eso te separa. Déjalo ser lo que es, ámalo como tu hermano, disfruta lo que él produce, trátalo como un igual. Y, sea lo que sea lo que estés viendo en un viaje sicodélico, sólo di: *Yo soy igual a eso; todos somos iguales a eso.*

Por otra parte, si una persona muestra enfermedad y locura, degradación, sufrimiento emocional, desamparo y desesperación, simplemente no creas que esto constituye evidencia de que su potencial es menor que el tuyo. Ten presente que cualquier cosa que tú estés haciendo, él también puede hacerla. No le sigas ciegamente el juego; no reacciones como si lo que hace fuera real. Permítele ser lo que es, ámalo como tu hermano, ten compasión por él, trátalo como tu igual. Comienza sabiendo que puede salir de donde está metido. No lo ignores necesariamente, a menos que sepas que ha estado repitiendo la misma película una y otra vez, y estés aburrido de ella. Tu atención es siempre vitalizante, le hará sentirse estable y amado y podrá salir de ahí si desea

hacerlo. Incluso puedes expresarle en palabras que no le crees su juego: hazlo mientras le vendas sus heridas, lo alimentas o le das dinero. No actúes como su superior: no lo eres, eres igual. Ignora el pecado y ama al pecador.

No es una afrenta personal contra ti el que alguien esté en discordia; ésa es una medida de su dolor. Te está mostrando cuánto le duele, y cuánta compasión necesita. Pero ten también en mente que no todas las víctimas son inocentes. En un cierto sentido kármico, ninguna víctima es inocente; pero eso no significa que no debemos ayudarles, puesto que es nuestro destino existir en relación con ellos y el modo como nos comportemos determina nuestro propio karma. Pero debiéramos ayudar en una forma que no aumente nuestro apego a las vibraciones bajas. Eso significa que debiéramos dar lo que esperaríamos recibir —bueno o malo— en la misma circunstancia, y partir de la base que todos los seres son iguales.

Mientras sigamos creyendo que hay personas superiores o inferiores a nosotros, tendremos a aferrarnos aún más a nuestro actual nivel de vibración, nos quedaremos atrapados a las personas que nos hacen sentirnos bien. Nos quedaremos estancados con nuestras ideas, nuestros hábitos emocionales, nuestros trabajos, nuestros cuerpos. Temeremos al cambio, debido a la inestabilidad que experimentamos al intentar alcanzar un nivel "más alto". Tendremos miedo

de caer a un nivel "inferior" si abandonamos nuestra estabilidad actual.

Una vez que has comenzado a actuar sabiendo que ningún ser es más grande o pequeño que tú, serás libre de cambiar, porque te sentirás estable independientemente del nivel en que estés. Te sentirás sereno y seguro de ti mismo con o sin un cuerpo, con o sin un trabajo, un cerebro, un libro que leer o un libro que escribir.

Apartar la conciencia de la expansión de los demás, centrando la atención en sus contracciones, nos ata al mundo de la materia. Es reconfortante saber que este proceso, que nos llevó, en primer lugar, a encarnarnos en un cuerpo, está también ocurriendo a diario en nuestras vidas, y puede ser revertido muy fácilmente, comenzando desde ahora.

Es una hermosa verdad que el camino que conduce hacia el alivio de tus infORTUNIOS en el plano físico es el mismo que te llevará a las más elevadas realizaciones espirituales. Y el camino es sencillo: *No te resistas.*

CAPITULO 9

¿Qué es real?

El concepto de un universo formado por seres iguales puede dar un sentido a todas las religiones y contener todas las actitudes metafísicas. Es la balsa más fácil de abandonar cuando alcanzamos la otra ribera, que no es en realidad ribera alguna. Puede indicarnos cómo vivir en este plano, puede integrar nuestro conocimiento científico, puede mostrarnos de qué modo nuestra existencia física es la expresión de leyes espirituales. Nos entrega una comprensión absolutamente segura de lo que es verdad y de lo que es real.

Los seres vivos, únicos e iguales, son todo lo que hay completamente verdadero y real en el universo. *Somos el universo.*

Experimentamos el sentido más profundo de la realidad sólo en la máxima expansión en perfecto amor. En niveles inferiores de vibración no vemos las relaciones entre

otros seres en forma totalmente verdadera o real.

Yendo a un ejemplo concreto: consideremos que las personas que forman un público son reales, pero "el público" es un nombre para algo que desaparecerá cuando las personas se vayan a casa. En este sentido, el público es una ilusión; una realidad temporal, parcial y limitada: no tiene existencia independiente ni causativa.

Podemos establecer una probabilidad estadística acerca de la conducta del público, pero cada miembro es libre de ir y venir a voluntad, del mismo modo como los átomos que forman nuestros cuerpos van y vienen. Es en este sentido que podemos decir que el universo físico, incluyendo nuestros cuerpos, es una ilusión.

Somos reales: los seres que participan en el universo —nosotros, las partículas de los átomos, los seres-energía y los seres-espacio— somos todos reales, somos todos iguales, todos somos del mismo tipo.

Pero las relaciones, agrupamientos y masas, vistos desde cualquier nivel dado de vibración, son ilusorias. Así, por tanto, tal como el público está formado por personas, las ilusiones se forman a partir de seres reales. Ciertamente, no hay forma de crear una ilusión si no es utilizando lo que es real; no hay otro material.

Sin embargo, en lugar de referirnos al mundo como algo ilusorio —lo que puede ser interpretado como una licencia para ro-

bar y para otras formas de desamor, y puede resultar muy fastidioso cuando uno se siente atascado en el lugar donde está— es mejor llamarlo una realidad secundaria. El mundo es suficientemente real cuando estamos vibrando dentro de un cierto rango, pero sólo mientras estamos en ello.

Los hechos son verdades limitadas: representan la forma como vemos las relaciones entre otros cuando hemos limitado nuestra propia percepción y amor, o cuando ellos han limitado los suyos. Pero los hechos tienen raíces en la verdad: podemos tener sólo una visión limitada de los seres participantes en lo que captamos como materia, pero estos seres son reales, se determinan a sí mismos y actúan en armonía.

Sin embargo, no necesitamos hechos para ser sabios y amorosos. Conjuntos diferentes de hechos resultan reales en diferentes niveles de vibración. La verdad es la misma para todos; los hechos son siempre un poco diferentes para cada uno.

Los hechos son, sin duda, igual de fascinantes que los chismes: quién le hace qué a quién, qué le hace qué cosa a qué. La acumulación de hechos es interminable. A veces sentimos que podríamos alcanzar la verdad si obtuviéramos la cantidad suficiente de hechos. En otras ocasiones, intentamos locamente negarlos, aun cuando estamos apegados a un nivel de vibración del cual no desaparecerán.

Las ilusiones y los hechos son confiables en la medida en que contienen algo de verdad; pero también son, en cierta forma, engañosos.

Los delirios son negaciones de la verdad. Si nos valemos del plano físico para negar la realidad superior, nos engañamos. Pero también nos engañamos si negamos la realidad del mundo material. No podemos elevarnos por sobre el plano físico negando su realidad: debemos amarlo y confirmar la realidad de los seres vivos que lo componen.

Algunos de nosotros nos descorazonamos con los esfuerzos de tipo espiritual, porque las experiencias iluminadoras no siempre nos ayudan a enfrentar de mejor forma los hechos de la existencia física. Podemos incluso confundirnos aún más: un viaje con LSD puede mostrarnos lo etéreo que es el mundo; y luego, al descender, nos irrita comprobar que la dura realidad de nivel-masa está aún allí.

Las experiencias iluminadoras pueden ayudar en el enfrentamiento con los hechos al mostrar que eres un sea-lo-que-seas totalmente flexible, que puede existir en muchos niveles diferentes de vibración, tanto en el plano físico como sobre él.

Cuando comprendes que los hechos son diferentes en cada nivel, es menos probable que luches en contra de los hechos que se dan en un plano particular. A medida que tu conciencia se abre, te será posible elegir

el nivel que deseas, y te encontrarás con hechos más placenteros.

No hay en el universo un ser más poderoso que tú, pero tampoco hay ninguno que tenga menos poder que tú. Toda tu conducta hacia otras personas debiera basarse en este predicamento. Frecuentemente me digo a mí mismo: *Que mis intenciones no pretendan contradecir las leyes necesarias de nuestras relaciones como seres iguales* (es una frase larga, pero igual me la digo).

Puesto que cada ser se autodetermina, no puedes cambiar el nivel de vibración de nadie contra su voluntad, ni tampoco estás tú obligado a hacerlo. En realidad, no puedes herir ni ayudar a otros sin que ellos acepten jugar ese juego, ni tampoco nadie puede herirte o ayudarte sin tu consentimiento.

Por supuesto, tu percepción de los demás está teñida con tus propias y limitadas vibraciones hasta que alcances los niveles más altos; de modo que no tienes forma de saber qué es exactamente lo que estás tratando de cambiar. Por otra parte, si tienes un control absoluto de tu propio nivel de vibración, y ésa es toda la libertad que necesitas para gobernar tus relaciones y experiencias.

Eres libre de estar donde quieras en el mundo que es real para ti en este momento. Y aún más: tienes la posibilidad de estar en cualquier tiempo, en cualquier nivel de

vibración, en cualquier sistema, con quienquiera que deseas.

A pesar de lo atrapado que te sientas, del peso que cada día que pasa represente para ti, tu libertad fundamental permanece inalterable.

Si observas ahora el ambiente que te rodea, podrás ver una gran cantidad de "realidad" que te hace sentir seguro, aun cuando te duela o te agote. Está muy bien que te afirmes ahí mientras meditas todo esto. Nada va a ocurrir inesperadamente sólo porque estés leyendo acerca de lo libre que eres.

En todo caso, nunca estás solo, hay muchos seres que están conscientes de ti en todo momento, amándote, listos para hacerte sentir cuando quiera que estés listo para recibirla, cuidando de que no te hundas demasiado, alentándote a amarte a ti mismo.

El mundo que ves es, en verdad, una realidad de conveniencia: en cierto sentido, el universo se ordena compasivamente en la forma que tú lo necesitas para desarrollar tus preferencias. Tienes una elección infinita de mundos en que puedes vivir.

Tienes también la libertad de vivir de acuerdo a muchos planes cósmicos diferentes. El hecho de que puedas elegir no significa que alguno de ellos sea menos válido. Puedes vivir en un universo en el que haya un Dios en la cúspide, con una jerarquía que descienda hasta las almas en oscuridad ex-

trema. O bien, un mundo materialista en donde no se experimente vida después de la muerte: tan sólo una anulación completa del pasado. Puedes tener un cielo y un infierno.

Lo que sea que elijas, sea cual fuere la vibración que te parezca bien, te sintonizarás y estabilizarás con otros que comparten tus creencias. En el nivel-espacio, lo semejante generalmente se atrae entre sí.

Puedes sintonizar tus vibraciones con la conciencia de Cristo o con la conciencia de Buda, y experimentar la divina compasión. Puedes sintonizarte con la magia negra y vivir en un mundo de extrañas formas y fuerzas violentas. Puedes sintonizarte con el Ratón Mickey o con cualquier personaje del libro cósmico de historietas. Puedes hacerte uno con la Madre Divina, y vivir un increíble esplendor sensual.

Puedes experimentar todo esto y más cuando meditas o formas sicodélicos. Quizás no recuerdes este libro en ese momento, pero podrás recordar tres palabras: *No te resistas*. Estas tres palabras se aplican en forma aún más clave en esos niveles que en éste. Recuérdalas especialmente cuando estés muriendo.

Puesto que no vamos a ir a ninguna parte —en forma estable— con más rapidez que lo que nuestro amor nos lleve; y puesto que tenemos que amar primero el lugar donde estamos, es necesario decir algo para

no volverse demasiado ambicioso frente a la infinidad de posibilidades.

Pero es bueno saber que existe algo más allá de lo que ves ahora frente a ti, y que puedes experimentar tu realidad presente en niveles mucho más profundos de placer y tranquilidad.

CAPITULO 10

Cómo llegar allí

Existen muchos caminos hacia la iluminación. Algunos de los que se han expandido hasta la iluminación, han predicado después la certidumbre dogmática de un camino determinado.

Pero a la iluminación no le importa la forma cómo llegues allí. Y si no vas a estar pensando en eso en el paraíso, no te preocunes con ello ahora.

Mis sugerencias sólo intentan mostrarte por qué, en realidad, debes hacerlo tú mismo. Actúa en base a lo que sabes que es verdad. Mi propia actitud, a la que llegué con un exceso de trabajo y de duda, es que no tomaré ningún camino que sea difícil —o que excluya enteramente por muchas vidas— a la mayoría de las personas, tal como yo las conozco.

Para mí, debo emprender el camino que esté disponible para todos. Cuando llego

allí —por medio del LSD u otra vía— me ocurre que regreso a ayudar a aquellos que no son atletas espirituales. Tomando el camino que está al alcance de todo el mundo, sabré que los que se quedan atrás lo hacen por su propio libre albedrío, y no tendré que volver de nuevo.

Al igual como existe la iluminación perfecta, también existe el medio perfecto hacia ella: un camino simple y a disposición de todos los seres del universo, *en todo momento*. El amor es el camino perfecto hacia la iluminación. Se encuentra siempre al alcance de todos los seres: nada ni nadie tiene el poder de bloquear ese camino.

Y tan pronto como decides emprender el camino que está al alcance de todos, ya está: te encuentras *en el camino* que está al alcance de todos.

Este libro gira en torno a la hipótesis del primer párrafo del Capítulo 1, pero permítanme dejar en claro que muchas veces he estado realmente en todos los estados de conciencia aquí comentados, al igual que muchos otros seres humanos. No se trata tan sólo de conjeturas. Estos estados no se encuentran más lejos de nosotros que un soplo de aire. Y frecuentemente he tenido que abandonar incluso este concepto; por lo tanto, puedo decirlo con confianza: ve más allá de la razón, hacia el amor, eso sí es seguro. Es la única seguridad. Ama todo lo que puedas; y, cuando estés listo, todo te será revelado.

El estado mental que más necesita iluminación es aquel que ve a los seres humanos como *necesitados* de guía o iluminación.

El pecado que más necesita de amor y perdón es el estado mental que ve a los seres humanos como pecadores.

Aquellos que llegamos a vislumbrar el espacio a través de un énfasis negativo podemos intentar confortarnos con la idea de que estamos en un viaje de Bodhisattva, regresando a la tierra a ayudar a los demás. Si es así, debiéramos discernir mucho mejor nuestros motivos.

Toda persona que permite que otros lo traten como líder espiritual, tiene la responsabilidad de preguntarse a sí mismo: de todas las percepciones a mi disposición en el universo, ¿por qué estoy poniendo de relieve la ignorancia de mis hermanos? ¿Qué estoy haciendo en un rol en que esto es real? ¿Qué tipo de pautas estoy concibiendo, donde tanta gente aparece sufriendo, mientras yo soy el iluminado?

Estas preguntas me surgieron con un gran golpe, y ésta es una forma en que pudiera responder para mí mismo: Todo lo que sucede en tu cuerpo está sucediendo en un rango infinito de niveles de vibración. Si tú amas tu falta de información más de lo que yo amo este conocimiento, te encuentras en un nivel superior al mío. No existe absolutamente ninguna evidencia externa que me diga cuánto te amas, porque te estoy viendo con la visión limitada de mis pro-

pias vibraciones. En este sentido, lo que veo soy yo mismo.

Sin importar lo confundidas, estúpidas o sin amor que puedan parecernos otras personas, no tenemos jamás el derecho a asumir que su conciencia se encuentra en un nivel inferior a la nuestra. Podrían estar realizando dimensiones de amor mucho más profundas. El modo como las vemos es una medida explícita de nuestro propio nivel de vibración.

Las mismas personas que ahora vemos como vulgares, oscuras, estúpidas, parásitas, locas: estas personas, cuando aprendemos a amarlas *y a todo lo que sentimos hacia ellas*, son nuestros pasajes al paraíso. Y eso es todo lo que necesitamos hacer: amarlos. Podemos expresar ese amor o no expresarlo, como queramos y en la forma que queramos. Ni siquiera importa la forma cómo las tratemos. Sin embargo, debemos verlas *y amarlas tal como son ahora*, porque no podemos negarles la libertad de ser lo que son, del mismo modo como debemos amarnos a nosotros mismos tal como somos ahora.

Recordemos que cada persona es algún tipo de opuesto de aquello en lo que insistió en el pasado o de lo que podría ser en el futuro. Mientras nos concibamos a nosotros mismos como seres limitados, nos encontraremos todos a la misma distancia del centro; seamos buenos o malos, cuerdos o locos.

Si un hombre tiene alguna conciencia de niveles superiores y sabe que es libre de es-

tar en cualquier parte del universo, puede que busque entonces una justificación por estar tomando parte en un juego del plano físico. La forma más autoaduladora de disfrazar su apetito consiste en verse a sí mismo como portador de iluminación, pureza y virtud. Nadie, ni siquiera él, pondrá en tela de juicio sus motivos y resultados: ¿no está acaso haciendo lo que dice hacer? Si los demás, no logran alcanzar su altura, no es culpa suya; así entonces, mantiene el juego eternamente. Es un círculo vicioso que seguirá mientras no esté dispuesto a ver que sus propias vibraciones son las que ponen de relieve el mal y la ignorancia que ve. Mientras más odie al mal, más mal habrá para odiar. Mientras más aconseje a la gente que se resista al mundo material, más los amarrá a él.

Y aun estos comentarios son consecuencias de mi propia resistencia al "error" de resistirse al mal. Este es un ejemplo perfecto de cómo somos siempre culpables de lo que condenamos en los demás. Lo que vemos es siempre nosotros mismos. Es inútil corregir la conducta de nadie. Si él se diera cuenta de lo que está haciendo, no lo haría —eso es bastante cierto—, pero él es tan capaz de darse cuenta como nosotros. Si él no lo ve con su propio libre arbitrio, ¿habrá acaso una mayor probabilidad de que lo vea si se lo decimos? Al negarle su libertad de equivocarse, estamos igualmente equivocados. Darle a los demás la libertad de ser es-

túpidos es uno de los pasos más importantes y difíciles en el progreso espiritual. Convenientemente, la oportunidad de dar ese paso se encuentra siempre a nuestro alcance.

Aquellos de nosotros que alardeamos de mayor conocimiento que nuestros hermanos, que relatamos más experiencias iluminadas, tenemos más que explicar, precisamente porque sabemos más.

Este libro es la descripción y educación de mi propia ignorancia. Y, más allá de la información entregada, intento mostrar cómo un ser humano puede manejar el tipo de experiencias que yo he tenido sin imponer juegos raros a sus hermanos y hermanas. En cualquier oportunidad que entreguemos lo que se nos revela, debemos hacerlo con el mismo divino amor con el que nos fue revelado. No somos sino canales de goce espiritual; y, para seguir disfrutándolo, sólo necesitamos ser canales abiertos.

Si estamos siempre enfrentando a la luz más alta, como si miráramos al sol, nuestra visión de la gente que nos rodea se verá distorsionada. Pero si tenemos a la luz vieniendo por sobre nuestros hombros, brillando a través de nosotros, veremos la belleza de los demás, estaremos abiertos a la luz manifestándose a través de todas las formas, y conoceremos la gloria de la creación.

Y lo digo con frecuencia: *Gracias, hermanos y hermanas, por dejar que mi conciencia esté en este lugar.*

Mientras tengamos la humildad y la dignidad suficientes para actuar sabiendo que existimos en una infinita armonía, que no somos ni mejores ni peores que ningún otro, podremos disfrutar de exquisitos placeres y riquezas espirituales.

Deja que toda joya te recuerde la luz de diamante del amor. Ten presente que la menor muestra de bondad es una faceta en la joya infinita de la iluminación.

Una fábula

Erase una vez un viejo Rey que habitaba en un palacio. En la sala principal había una mesa dorada, en cuyo centro brillaba una enorme y magnífica joya. Cada día de la vida del Rey, la gema relucía en forma más resplandeciente.

Un día, un ladrón robó la joya y huyó del palacio, escondiéndose en un bosque. Mientras contemplaba la piedra con profunda alegría, vio con asombro que la imagen del Rey aparecía en ella.

"He venido a agradecerte" dijo el Rey. "Me has liberado de mi apego a la Tierra. Creí que estaba libre cuando adquirí la joya, pero entonces supe que sólo me vería liberado cuando, con un corazón puro, la entregara a otro".

"Cada día de mi vida pulí esa piedra, hasta que finalmente llegó este día, en que

la joya estaba tan hermosa que la robaste;
y yo, al entregarla, me he liberado".

"La joya que posees es la Comprensión.
No puedes aumentar su belleza escondiéndola e insinuando que la tienes, ni tampoco luciéndola vanidosamente. Su belleza proviene de la conciencia que los demás tienen de ella. Honra aquello que le da su belleza".

Aún más flojo

Una selección de recordatorios del texto

Somos seres iguales y el universo está formado por nuestras interrelaciones.

¿Qué estoy haciendo en un nivel de conciencia donde esto es real?

No te resistas.

Amalo tal cual es.

Ama tanto como puedas en este momento.

Esté consciente o no de ello, soy uno con la causa de todo lo que existe.

Lo sienta o no lo sienta, soy uno con todo el amor del universo.

El amor es la única dimensión que debe ser modificada.

Ve, más allá de la razón, hacia el amor: es seguro. Es la única seguridad.

Todos los estados de conciencia se encuentran a tu alcance en este momento.

Siempre está en nuestro interior la posibilidad de relacionarnos de esta forma.

A la iluminación no le importa la forma como llegas allí.

Cualquier cosa que hagas, ámate a ti mismo por hacerla.

No hay nada que debas comenzar a hacer para lograr la iluminación.

También esto puedo conocerlo con total conciencia.

Yo no negaría esta experiencia a la Mente Unica.

¿Y qué creíste que era lo que tenías que amar?

Cuando aprendas a amar al infierno, te encontrarás en el cielo.

Gracias, hermanos y hermanas, por dejar que mi conciencia esté en este lugar.

DESTACAMOS OTROS LIBROS DE ESTA EDITORIAL

I CHING, El Libro de los Cambios
Richard Wilhelm, Traducción y Comentarios de la Dra. Lola Hoffmann

SUEÑOS Y EXISTENCIA
por Fritz Perls

EL DARSE CUENTA,
Ejercicios y experimentos en terapia guestáltica
por John Stevens

EL REENCANTAMIENTO DEL MUNDO
por Morris Berman

DENTRO Y FUERA DEL TARRO DE LA BASURA
por Fritz Perls

ESTO ES GESTALT,
Colección de artículos sobre terapia y estilos de vida guestálticos.
Fritz Perls, Wilson Van Dusen, Stephen Tobin, Barry Stevens, John O. Stevens, Robert K. Hall, John B. Enright, Stella Resnick, Cooper C. Clements, Marc Joslyn, Adriana Schnacke y Francisco Huneeus

FRITZ PERLS, AQUI Y AHORA
por Jack Gaines. Prólogo de Adriana Schnacke

LA VIEJA Y NOVISIMA GESTALT, Actitud y Práctica
por el Dr. Claudio Naranjo. Prólogo de Paco Pefarrubia

LA PROFUNDIDAD NATURAL EN EL HOMBRE
por Wilson Van Dusen. Prólogo de la Dra. Lola Hoffmann

EL CALIZ Y LA ESPADA, Nuestra Historia, Nuestro Futuro
por Riane Eisler. Prólogo del Dr. Humberto Maturana

USE SU CABEZA PARA VARIAR
por Richard Bandler

NO EMPUJES EL RIO (porque fluye solo)
por Barry Stevens

EL ENFOQUE GESTALTICO -
TESTIMONIOS DE TERAPIA
por Fritz Perls

LA ESTRUCTURA DE LA MAGIA
por Richard Bandler y John Grinder. Prólogo de Gregory Bateson

LENGUAJE, Enfermedad y Pensamiento
por el Dr. Francisco Huneeus

IMPRO, Improvisación y el Teatro
por Keith Johnstone