

Juan Pedro Bordes Serrat

Espiritualidad Práctica

Una visión espiritual a los problemas del hombre de hoy



Título original: **Espiritualidad Práctica**

Primera edición: Marzo, 2004

Segunda edición Septiembre, 2006

Autor: Juan Pedro Bordes Serrat

Copyright: Aarom ediciones

Diseño portada: Alfonso Martínez

Corrección: Mercedes Engel

ISBN – 10 : 84-935266-1-4

ISBN – 13 : 978-84-935266-1-0

Depósito Legal: B- 41-695-2006

Impreso en Lito Stamp Impresión Gráfica S.A.

Perú 144

08020 – Barcelona

España

Índice

Introducción	9
¿Qué somos?.....	19
¿Por qué estamos aquí?.....	39
La regla de oro.....	75
Para lograr la Paz.....	97
La importancia del perdón.....	117
La Fe que mueve montañas.....	133
El poder de la Oración.....	149
Los Ángeles.....	171
Vivir desde el Alma.....	185
Bibliografía comentada.....	199
Comentarios y solicitudes.....	205

*El camino del Cielo no tiene favoritos,
está siempre al lado del hombre bueno.*

Tao-Te-Ching

Espiritualidad Práctica

Una visión espiritual a los problemas del hombre de hoy

Introducción

Estamos viviendo una época de la historia del hombre, al menos en el mundo occidental en donde vivimos, en muchos aspectos extraordinaria. En realidad, todas las épocas tienen algo de especial y diferente de las anteriores pero en nuestros días se están produciendo situaciones nunca antes vividas y es por ello que debemos empezar analizando qué es lo que caracteriza la forma de vivir de nuestro tiempo.

Uno de los rasgos más importantes que define el siglo XXI es sin duda la tecnología. El desarrollo tecnológico ha sido espectacular en todos o casi todos los campos, y lo que es más importante, por primera vez está al alcance del público en general. Los grandes inventos del siglo pasado supusieron realmente un cambio en las vidas y la economía de la población, pero su uso, y sobre todo su control, quedaba en manos de pocas personas. Ahora esto no es así, pues si la tecnología no se pone a disposición de la gran masa de población es como si no existiera. Es cierto que ese acercamiento de los ciudadanos a la técnica se debe a motivos económicos, ya que en nuestros días parece que lo que no está de acuerdo con la ley del beneficio no puede existir. Así la tecnología está al alcance de todos y nos hemos habituado tanto a ella que ni siquiera damos importancia a todo lo que nos aporta.

El *e-mail* e internet, esa maravilla que hoy es tan habitual, apenas tiene a nivel popular mas de 10 años de existencia; el móvil, que hoy en día cualquier chaval tiene, es también más reciente de lo que por su utilidad pudiera parecer y si nuestro hijo nos preguntase – Papá, tu de pequeño ¿ qué móvil tenías? – no será preciso que seamos muy mayores para decirle que de niño esas cosas no existían, y así podría decirse de muchos de los adelantos “imprescindibles” de nuestro tiempo. Si por un momento nos paramos a pensar en la cantidad de cosas que habitualmente realizamos como lo más normal del mundo, por ejemplo pagar con ese trozo de plástico que es la tarjeta de crédito, retirar dinero de un cajero automático o comprar entradas por ordenador, veremos que eran acciones impensables hace tan sólo veinte años y que desde luego si a nuestros abuelos alguien les hubiera dicho que llegaría un momento en que se podrían enviar fotos usando la línea telefónica, como se hace actualmente por internet, sin duda no nos hubieran creído y eso es hoy una realidad tan corriente que no nos sorprende y que, por lo cotidiano que resulta, ni consideramos como tecnología. Nos gustan los adelantos tecnológicos pues nos hacen la vida más fácil y así nos hemos acostumbrado tanto a esperar que el progreso nos facilite las cosas, que a la “madre“ de todos esos inventos, es decir la ciencia, la hemos entronizado, casi divinizado, esperando todo de ella.

La realidad de todo lo que existe parece como si para nosotros, los hombres del siglo XXI, tuviera que superar dos preguntas:

1ª) ¿Es útil?

2ª) ¿Es científico?

La ciencia manda para darnos aquello que nos es útil, pues sólo el criterio de utilidad es lo que nos importa.

Dicho en otras palabras: buscamos aquello que es práctico y lo buscamos en la ciencia, es decir en el desarrollo de nuestra razón. Lo que caracteriza a nuestro tiempo es el disponer de una ciencia práctica, una ciencia para todos y para todo, que nos facilite la vida. Amamos lo que es PRÁCTICO y sólo eso.

Pero hay otra característica propia de nuestro mundo occidental desarrollado: se trata del llamado Estado del Bienestar. Por primera vez en la historia, pertenecer a un país nos permite cubrir nuestras necesidades básicas, algo que antes nunca se había dado. Si a nuestro abuelo, en los tiempos de su juventud, cuando los niños pobres no iban al colegio, cuando si enfermaba o tenía un accidente dejaba de tener ingresos, cuando si perdía el trabajo veía el fantasma del hambre, cuando si se ponía malo tenía que ser cuidado solamente por su familia, si a ese abuelo se le hubiese dicho que llegaría un día en que los colegios serían gratuitos, que se cobraría de la Seguridad Social si se caía enfermo y en caso de quedarse sin trabajo se percibiría dinero del Estado en forma de subsidio de paro, sin duda no nos hubiera creído y nos habría tomado por locos, de la misma manera que lo haría cuando le hablásemos de que en el futuro existiría internet, móviles o faxes.

La sociedad se encarga de darnos protección. Vivir ahora parece más fácil que nunca, de acuerdo que hay cosas que mejorar, que las listas de espera de la Seguridad Social deberían ser menores y las prestaciones por desempleo mayores, pero sea como sea tenemos unas coberturas impensables hace apenas cincuenta años y estamos tan habituados a ellas, que ya ni siquiera les damos importancia. Nos ocurre lo mismo que lo que hemos comentado acerca de la tecnología: que a fuerza de ser habitual deja de sorprendernos. La razón de la

existencia de ese Estado del Bienestar hay que buscarla precisamente en lo práctico que resulta, es decir que nos hace la vida más fácil.

Sin embargo algo falla en todo este montaje tan práctico. Así unido a todo lo bueno que se ha dicho, vemos que el ser humano, a nivel individual, parece cada vez más débil. El hombre del siglo pasado, que calificaría de irreal los avances de la ciencia y la existencia de coberturas sociales como las descritas, también consideraría irreal el hecho de vivir en una sociedad que, teniendo tanto, tenga problemas como los de nuestra época: depresiones, familias rotas por divorcios, alta tasa de suicidios, adicciones a drogas destructivas como la heroína o la cocaína y tantas otras tristes realidades de la vida de nuestros días. Evidentemente no podría entender cómo teniendo más que nunca estemos peor que nunca.

A todo lo bueno ya dicho se le une la soledad más grande que el hombre ha vivido desde su existencia. Incluso las nuevas tecnologías responden a esta nueva tendencia de soledad humana. Por internet puedo tener amigos en un *chat* a los que nunca haya visto la cara, incluso puedo pedir mis compras al tendero sin ni siquiera ver su rostro ni el aspecto de lo que compro, todo para mantener mi soledad disfrazada, en este caso, de comodidad. Hay grupos de solteros/as y divorciados/as para que gente solitaria se relacione, cuando desde siempre la conexión con las personas se realizaba buscando actividades paralelas, y así sucede en multitud de casos. Los famosos números de charla telefónica de búsqueda de amigos, tipo 906, aparecieron en Suecia por un error telefónico: resultó que al llamar a ciertos números se producían cruces de conversaciones y eso hizo que debido a ese error personas que no se conocían pudiesen hablar entre ellas. La gente efectuaba adrede llamadas a

esos números para poder charlar con desconocidos, hasta que finalmente la compañía telefónica, viendo que sería un buen negocio, decidió crear números especiales para que las personas pudiesen hablar y hablar los unos con los otros, aun cuando no se conociesen. Esto que parece una anécdota es reflejo de la soledad en que viven los habitantes de un país tan desarrollado y con tanta protección social como es Suecia. En resumen: estamos solos, nos sentimos cómodos, pero estamos solos.

La idea de felicidad parece lejana a nosotros y todas las opciones que buscamos para conquistarla resultan al final engañosas. Hemos crecido con la necia idea de perseguir la felicidad a base de conjugar el verbo tener, pero cuanto más se tiene más se desea y la carrera parece no tener fin. Creemos que la muerte es lo más horrible, el final de nosotros mismos, sin darnos cuenta de que realmente el fin de todo ser vivo es morir, de la misma manera que la finalidad de un estudiante es llegar al examen de final de carrera por más que ello le produzca pavor. Aprendemos y aprendemos conocimientos técnicos sin desarrollar todo aquello que no esté aprobado por la ciencia, incluso se desprecia todo lo que no se ajusta al “aquí y ahora”, como sería el plantearse el sentido de la vida y otras preguntas profundas. Los griegos decían eso de “primero comer, después filosofar” pues bien, nosotros estamos ya hartos de “comida” pero en vez de aprovechar la situación para desarrollar nuestro interior parece que sólo nos interesa seguir “comiendo” más y más.

¿Qué nos pasa? ¿qué pasa con este hombre rico en materia como nunca y pobre en otros asuntos trascendentales como jamás lo había sido? La respuesta es simple, tanta materialidad, tanto querer tener, ser y parecer, nos ha hecho olvidar algo muy importante, nuestra parte más profunda, nuestra conexión espiritual.

Nos hemos alejado de la espiritualidad, intentándola sustituir por la tecnología, por el dinero, por el conocimiento científico pero todo eso no nos lleva en absoluto hacia el logro de la felicidad. Nos ocurre como en el chiste de la llave:

“ Un hombre por la noche está buscando en el trozo del suelo de la calle que ilumina una farola. Otra persona se le acerca y le pregunta:

– ¿Qué está buscando? –

– Una llave que se me ha caído –

Y el nuevo personaje decide ayudarle y se pone a buscar también. Pasan unos minutos y por más que buscan no encuentran nada, hasta que el segundo hombre pregunta:

– Perdone, pero..., ¿está seguro de que se le ha caído por aquí? –

– ¡Ah! no, se me ha caído en la otra esquina, pero es que aquí hay mucha más luz para buscar. –

Como chiste (aparte de malo) es absurdo ¿no?, pues bien, los hombres a menudo hacemos algo parecido, buscamos las cosas allí donde nos sentimos más seguros y no donde hay que buscarlas. Creemos que a la luz de la ciencia, de la razón, del dinero, de la fama lograremos ser felices, pero estamos buscando donde no podemos encontrar la felicidad.

La felicidad es un estado interno de plenitud que la ciencia, el dinero y la fama son incapaces de proporcionar. Le darán éstas, eso sí, muchas comodidades, pero nada más y nunca olvide que no por tener más se es más feliz. Para muestra de esto último piense en la vida de los personajes famosos, son ricos, guapos, admirados y sin embargo no hacen más que meterse en líos, incluso de drogas. Para explicar cómo llegar a ser feliz disponemos de todo el libro, pero no olvidemos que siempre que

pretendamos encontrar la llave de la felicidad en causas externas estaremos buscando debajo de la farola, donde nos es más fácil buscar, pero donde no encontraremos la llave.

Volviendo al chiste, la solución para ese hombre que busca, está en ir a ese rincón oscuro con una linterna y entonces seguro que encontrará la llave. Lo importante está en dar luz a ese rincón, eso es obvio, ¿no? Pues algo así debemos hacer nosotros: debemos iluminar nuestra Parte Espiritual, que a fuerza de no prestarle atención tenemos olvidada, pues es allí donde está lo que buscamos.

Hablar de Espiritualidad Práctica parece de entrada, para muchos de nosotros, un contrasentido. En los tiempos actuales, en que lo material prima sobre todo lo demás, tendemos a separar estos dos conceptos: por una parte está lo práctico, entendido como la consecución de bienestar, que a menudo asociamos a logros y posesiones económicas, es decir a cosas tangibles y terrenales; por otra parte, estaría el componente espiritual que se entiende como algo individualizado, íntimo, que pretenda lo que pretenda, no es de este mundo. Frecuentemente incluso se oponen, y de hecho, en nuestra opulenta vida basada en la ciencia, todo lo que no responda a ésta es tildado, despectivamente, de atraso, superchería, escapatoria psicológica y otras categorías parecidas. La pérdida de la fuerza de la religión en nuestra sociedad occidental es un reflejo de ello. Pero incluso cuando aceptamos este componente trascendente, solemos verlo como un hecho individual que si bien busca nuestro equilibrio interior, está muy alejado del concepto de eso que llamamos “tener los pies en la tierra”, es decir que no creemos que los temas espirituales sean prácticos en nuestra existencia terrenal. De manera que espiritualidad y pragmatismo,

parecen ser por naturaleza conceptos, sino antagónicos, sí alejados.

El científico y material hombre moderno se pregunta: ¿para qué creer en algo que escapa a las leyes de la ciencia?, ¿para qué creer en algo que no puede comprarse o venderse, que no reporta dinero alguno, que no es práctico?

La respuesta la tenemos en que si no somos capaces de entender la razón de nuestras cortas vidas, de dar un sentido a nuestra existencia y a lo que nos sucede, entonces la vida es absurda y eso es algo que ningún ser humano puede aceptar. Vale la pena, pues, investigar en qué nos basamos para no vivir en un absurdo, pues de aceptar eso sí que la idea de felicidad sería inalcanzable.

Lo que queremos decir en este libro no es tan sólo que los problemas de nuestro tiempo vienen producidos por una falta de espiritualidad, eso sería simplificar el problema, lo que sí queremos indicar es que todo componente espiritual tiene una acción práctica, y que es debido a los resultados que produce por lo que vale la pena que vivamos ese enfoque en nuestras vidas. En resumen, debemos ver la espiritualidad no como un hecho aparte, aislado y separado de nuestro mundo terrenal, sino como algo que contribuye a que nuestra existencia “aquí y ahora” sea mejor, más fácil y más feliz.

En las páginas que siguen vamos a intentar demostrar la validez práctica de la vida espiritual. Antes de poder hablar del uso práctico de la espiritualidad, es preciso introducir una serie de conceptos previos de cara a poder entender a qué hacemos referencia, de la misma manera que para dar un salto es preciso antes tomar carrerilla. La finalidad de todo ello será ver cómo debemos comportarnos en la práctica y el premio será lograr una

Paz Interior que mejore nuestra existencia, no sólo en el otro mundo, sino también en éste.

El *planning* de trabajo que vamos a seguir es el siguiente: inicialmente habrán unos capítulos para contar con unas bases sólidas a partir de las cuales se va a desarrollar nuestra labor. Luego definiremos el sentido de la vida, pues es fundamental entender hacia dónde vamos para saber cómo ir y finalmente veremos cómo debemos comportarnos para unir Cuerpo y Espíritu a efectos de enriquecer ambos.

Una última aclaración, este libro no defiende una religión concreta ni expone creencias particulares de ninguna escuela esotérica, agrupación o secta. No se pretende hacer proselitismo de ningún tipo de creencia o fe, sólo se persigue que el conocimiento sea útil. Debe decirse también que todas las ideas que aparecen han sido desarrolladas por religiones y por escuelas de conocimiento, es decir que nada hay de original en lo que se expone y debemos, pues, agradecer a todas las ramas del Conocimiento Espiritual, que incluyen desde la religión cristiana, a los conceptos taoístas y budistas que se utilizarán a lo largo del libro. Pero repetimos que no se pretende hacer apología de nada ni de nadie y que las fuentes usadas lo han sido en función de la facilidad con la que permiten soportar el criterio que se quiere demostrar. Hecha esta aclaración, ya podemos empezar. Vamos allá.

¿Qué somos?

La primera pregunta a plantearnos es qué somos en realidad los hombres. Es de vital importancia formularse esta cuestión, pues nos llevará a entender la finalidad de nuestras vidas. Por ejemplo, si vemos el largo cuello de una jirafa, aun cuando no hayamos visto nunca ninguna mientras come, podremos deducir que su finalidad en la vida es la de alimentarse de las altas hojas de los árboles; de la misma manera, cuando vemos a un hombre vestido con un mono azul y una llave inglesa en la mano, deducimos fácilmente que va a reparar algo. Es decir, que así por los “instrumentos” que o bien da la naturaleza o bien hace el hombre, se puede entender la función que se va a realizar, de la misma manera vamos ahora a analizar en profundidad qué es lo que compone al hombre, para a partir de esto ser capaces de definir su finalidad o lo que es lo mismo la razón de ser, de existir, en la tierra. Para este proceso vamos a ir desde lo más básico y simple hasta lo más complejo y espiritual, pero esto último no supone en absoluto dificultad alguna para llegar a la comprensión deseada.

Empecemos por lo más elemental: ¿qué es el hombre? Si no le damos muchas vueltas, a nivel básico y rudo podemos decir que somos simples pedazos de carne, es decir, somos materia. Somos un conjunto de átomos de carbono, agua, minerales y otros elementos químicos distribuidos de una manera determinada, que generan

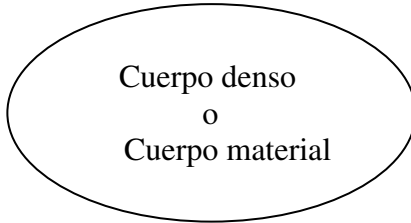
nuestra forma. La ciencia, que cree saberlo todo, podría definir el hombre a la perfección e indicarnos en qué proporciones estamos hechos. Somos carne, es decir un conjunto de átomos, de la misma manera que lo son las rocas y los minerales, eso es lo que somos. Ahora bien, en defensa de esta descripción tan baja y casi soez de lo que es el hombre, diremos que la disposición de esas moléculas es algo..., extraordinario. Todas las formas minerales a las que podríamos compararnos en este plano elemental son fascinantes, pero la distribución de las partículas físicas que componen nuestros cuerpos son sin duda algo maravilloso. Antes de llegar siquiera al concepto de célula, vemos que quien planeó la idea de los hombres, animales y plantas, era un gran arquitecto y sabía bien lo que hacía: los átomos se agrupan en formas para originar simples células en las que empieza la vida, y este esquema de construcción es maravilloso.

Dicho de otra manera: somos materia y es por eso que ocupamos un lugar y un espacio y hasta es por eso que vivimos en una dimensión temporal¹. En resumen, nuestro cuerpo es materia y por lo tanto el hombre es un ser “denso” y precisamente ése es el nombre que vamos a darle al primer ladrillo del edificio que compone al ser humano. Por lo tanto tenemos:

¹ La física moderna habla de una dimensión espacio-tiempo y no del espacio y del tiempo por separado. No se trata ahora de hablar de eso (pues no somos físicos) sino que basta con decir que sin espacio no hay tiempo y viceversa.

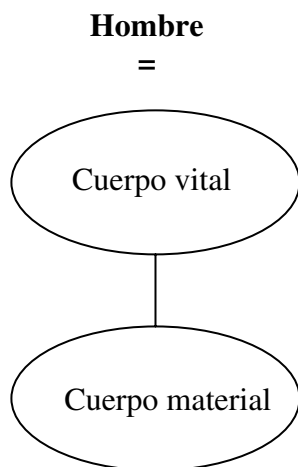
Hombre

=



Sin embargo, es evidente que somos más que un simple conjunto molecular, pues en ese caso seríamos como las rocas y piedras. Precisamente la diferencia de nosotros con ese reino mineral, que también está compuesto de moléculas, es que nosotros tenemos algo más, tenemos eso que llamamos “vida”. Y si la estructura molecular comentada era fascinante, ahora con este nuevo añadido que es la “vida”, que hace que todos sus elementos se pongan en conexión y trabajen juntos, resulta ya algo imposible de definir. Cada vez que simplemente movemos uno de nuestros dedos para tocar las teclas del ordenador, la cantidad de elementos que intervienen en un proceso tan simple es innumerable. Estudiar medicina es, en realidad, estudiar una obra de arte extraordinaria. Párese por un momento a pensar en la maravilla que es su cuerpo y sin duda me dará la razón cuando hablamos aquí de lo fascinante que resulta ese cuerpo denso o material dotado ahora del soplo de la vida.

Vamos a poner ahora otro ladrillo más a ese edificio en construcción de nuestra definición de lo que es el hombre y dado que la característica de este nuevo añadido es la vida, démosle nombre de “cuerpo vital”. Por consiguiente ahora tenemos:



Ahora bien, la pregunta a formularse en estos momentos (todo el libro pretende responder a preguntas de carácter lógico que se formularía usted) es por qué colocar este cuerpo nuevo encima del cuerpo denso o material, ¿por qué no ponerlo simplemente al lado? De hecho lo que estamos haciendo es construir el cuerpo del hombre en su totalidad por “pisos” y cada uno de ellos, posteriormente, nos dirá algo sobre su función, pero hay algo más que decir al respecto. La vida es lo más importante que tenemos, sin esta característica no somos nada, de modo que si tiene mayor importancia, es normal que lo situemos encima del cuerpo material. El hombre, sin ese cuerpo de vida, sólo sería un bulto que ocupa espacio, y si el hombre

es algo, sin duda es por esa capacidad nueva que le otorga llevar el “traje” de la vida.

Hay más preguntas a formularse: ¿qué indica esa raya que une los dos círculos donde se definen esos dos cuerpos que nos constituyen? Pues bien nos está definiendo la relación que existe entre nuestra vida y la disposición de la materia de la que estamos formados.

Para entender esto bien, es mejor retroceder un poco. El cuerpo material queda claro lo que es, sobre el cuerpo vital decir que es la vida es decir mucho y definir poco. El concepto vida es muy amplio, basta con que pensemos en todos los fenómenos fisiológicos que supone la vida, así como en todos los actos instintivos que la acompañan. Entonces tenemos una relación entre nuestra materia y el impulso que produce, y a su vez tenemos la misma relación entre el cuerpo vital y el cuerpo material en que éste se apoya. Pongamos un ejemplo: basándonos en la idea del instinto de comer, un animal o ser humano cuya forma física sea muy grande tenderá a alimentarse mucho para mantener esa forma densa y a su vez el instinto de alimentarse hará que su masa material crezca.

A menudo, y dado la gran relación que tienen estos dos cuerpos puede parecernos que sean uno solo, pero es mejor tener presente la dualidad de que el hombre a nivel puramente “animal” es una materia dotada de vida, y verlo así es conveniente para ser capaces de entender dos fenómenos de los que más tarde se hablará: se trata del sueño y de la muerte, pero todo llegará a su debido tiempo.

Llegado a este punto, debemos hacer una aclaración importante: a la naturaleza le encanta la originalidad, no hay dos formas dispuestas de igual manera, ni siquiera en el reino que “sólo” es materia, como es el caso de los minerales (las comillas que se han

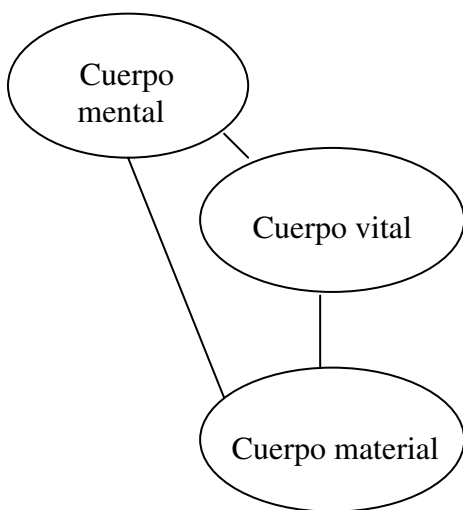
puesto en la palabra *sólo* se deben a que en realidad todo, incluso los minerales, son representantes de una Forma Espiritual, pero ello no es el tema del presente trabajo). Nadie es igual a nadie en su cuerpo material ni en su cuerpo vital, y lo que se está haciendo ahora es intentar generalizar los componentes que forman al hombre, pero no olvidemos que ni en estos ni en los otros cuerpos que se definirán, no hay dos seres con una misma identidad.

Ahora bien, hay más. El hombre no sólo es una masa de carne viva, el hombre tiene algo de lo que se siente muy orgulloso y proclama incluso, de manera equivocada, que es el único ser que posee: nos estamos refiriendo a la razón. El hombre se llama a sí mismo animal racional. Y claro, si esa es la condición que decimos nos define, no podemos olvidarla para nuestra construcción de entender lo que somos, de modo que vamos a poner un ladrillo más en el edificio humano.

Ahora tenemos:

Hombre

=



Bajo esta idea de cuerpo mental queremos recoger todos los procesos racionales. El porqué lo colocamos encima de los otros es evidente: gracias a la razón, nosotros controlamos nuestra vida de manera que merece una posición superior. Decir esto significa que la mente controla nuestro instinto y los seres que nos llamamos civilizados nos caracterizamos precisamente por eso. Si no existiera la dirección racional en nuestras vidas seríamos como animales salvajes que tan sólo buscan colmar sus instintos, pero los hombres tenemos una mente rectora de nuestra vida y en función de eso es, o debería ser, soberana de los otros cuerpos.

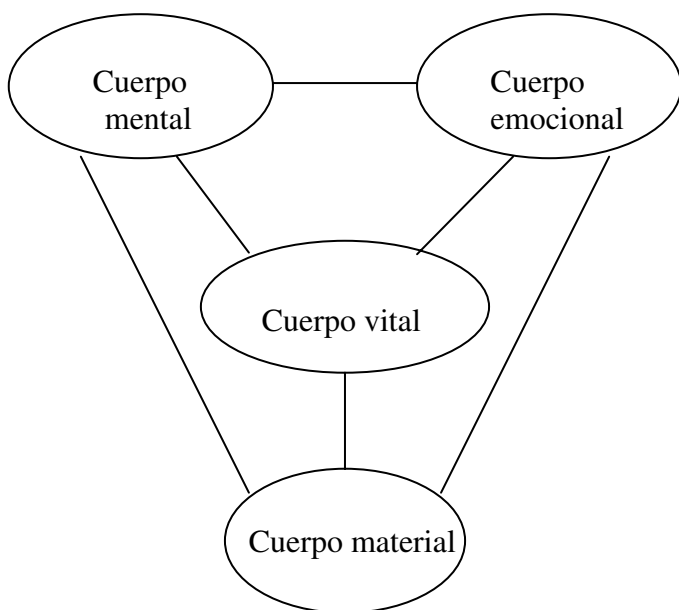
Ahora nos encontramos con que de nuevo hemos puesto esa línea de conexión. Eso se debe a que entre los cuerpos existen conexiones importantes. En función de las necesidades de nuestra vida y para mantener el cuerpo material de lo que somos, pensamos de una determinada manera y en función de lo que pensamos tenemos un tipo de vida determinada y hasta una estructura física concreta. Vamos con ejemplos para dejar las cosas más claras. Supongamos una persona que sea vegetariana, es decir que se rija por el principio mental de solamente comer vegetales. Desde luego eso hará que su nivel energético de vida, su forma de afrontar las situaciones de manera natural, es decir su instinto propio, sea particular. Asimismo, su cuerpo físico, a base de comer sólo lechugas y tomates, también se verá alterado, de manera que el pensamiento mental acaba afectando a los cuerpos vital y material. Análogamente podríamos ver el caso contrario, por ejemplo en cómo los pensamientos son influidos por los instintos ubicados dentro del cuerpo vital. La psicología, que precisamente trata sobre ese cuerpo mental, nos dice que los humanos llegamos a modificar nuestros pensamientos en función de nuestros instintos

irrefrenables más básicos, y de hecho la evolución de la moralidad privada de cada uno se debe en muchos casos a esto. Es decir, y resumiendo, existen conexiones entre esos cuerpos. Ahora sólo queda formularnos otra pregunta: ¿por qué se ha puesto arriba y a la izquierda? Eso se responde en el siguiente párrafo.

El hombre tiene algo diferente a la materia, al instinto y al pensamiento, me refiero a que posee emociones y sentimientos. De hecho, lo que sentimos nos condiciona tanto o más la vida que lo que pensamos o instintivamente somos. Aparece pues en escena un nuevo cuerpo: el cuerpo emocional. De manera que tenemos:

Hombre

=



Gran parte de nuestras acciones son debidas al dictado de nuestro nuevo cuerpo emocional sin que seamos capaces

de someter las mismas al dictado de la razón. El filósofo racionalista Pascal dijo eso de “el corazón tiene razones que la razón no entiende” y es bien cierto. Si Pascal hubiera conocido el esquema de cuerpos facilitado, quizá nos hubiera dicho: “el cuerpo emocional no está sometido al cuerpo mental”, en consecuencia, y debido a esa independencia, no podemos situarlo por debajo, pero tampoco por encima del cuerpo mental, de manera que lo situamos al mismo nivel.

De nuevo tenemos las rayitas para reflejar las conexiones entre todos esos cuerpos. Como ejemplo de ellas imagínese un problema en el cuerpo emocional, por ejemplo un desamor. Evidentemente, la persona que sufra esta circunstancia, tendrá un tono vital bajo (es decir se ve afectado su cuerpo vital), perderá peso (influencia en el cuerpo material) y sin duda no se concentrará ni tendrá las ideas claras (señal de que el cuerpo mental ha sido “tocado”). Por otra parte, si pensamos en el caso contrario veremos cómo la mejoría en el cuerpo emocional llevará a mejoras en los niveles de los otros cuerpos, es decir que existirá de nuevo una influencia recíproca entre ellos. Pero sobre esto ya se ha hablado bastante y se ha dejado claro la interconexión existente.

Cuando tengamos un problema en nuestra vida, todos los cuerpos se verán afectados por causa de esas relaciones pero habrá sin duda uno que será el epicentro del problema y es allí hacia donde nos hemos de dirigir. La ciencia médica se centra solamente en tratar el cuerpo físico o material y por eso sus resultados a menudo no son todo lo satisfactorios que la persona desearía, aunque a nivel externo, por los resultados conseguidos sobre el cuerpo material, dé la impresión de que se ha logrado solucionar el problema. Por ejemplo, si un médico combate la acidez de estómago con bicarbonato, sin duda

reducirá el dolor, pero a la larga, si la dolencia es provocada por un desorden emotivo, si éste no se arregla, su manifestación en forma de dolor en el cuerpo se producirá de otra manera, y ya que lo que “pretende” el dolor es informar de que algo va mal, ahora ya que no se le ha “escuchado” cuando presentó “su denuncia” en forma de acidez, será su aviso más fuerte que antes. La ciencia puede creer que ha triunfado y que el actual problema es otro nuevo, pero por lo general están siempre conectados. Es decir, si la medicina sigue aplicando fármacos conseguirá calmar momentáneamente el dolor, lo cual es muy agradable para quien lo está pasando mal, pero si no se soluciona la causa del problema, las complicaciones se repetirán de forma más intensa y de otra manera.

La psicología pretende, desde su razón, arreglar la vida de las personas, olvidando en muchas ocasiones que frente al cuerpo mental está un cuerpo emotivo al mismo nivel y que por mucho que los planteamientos mentales sean brillantes, no tienen por qué ser escuchados. La idea del “piense como quiere sentirse y así se sentirá” o del “como un hombre piensa, así se siente”, son brillantes siempre que se puedan leer con frialdad y lejos del problema, pero cuando el mismo está presente no resulta posible el pensar para cambiar el sentir.

De todo esto y a efectos prácticos debe quedarnos claro que una situación problemática que pase en nuestra vida se reflejará en la totalidad de nuestra persona, es decir en todos los cuerpos citados, sin embargo hay uno que es más responsable que los otros, de manera que intentemos averiguar cuál es y actuemos sobre éste y no sobre sus reflejos, como normalmente hacemos todos los humanos, pues solemos centrarnos en buscar la solución allí donde nos es más fácil actuar aun cuando no sea ése exactamente

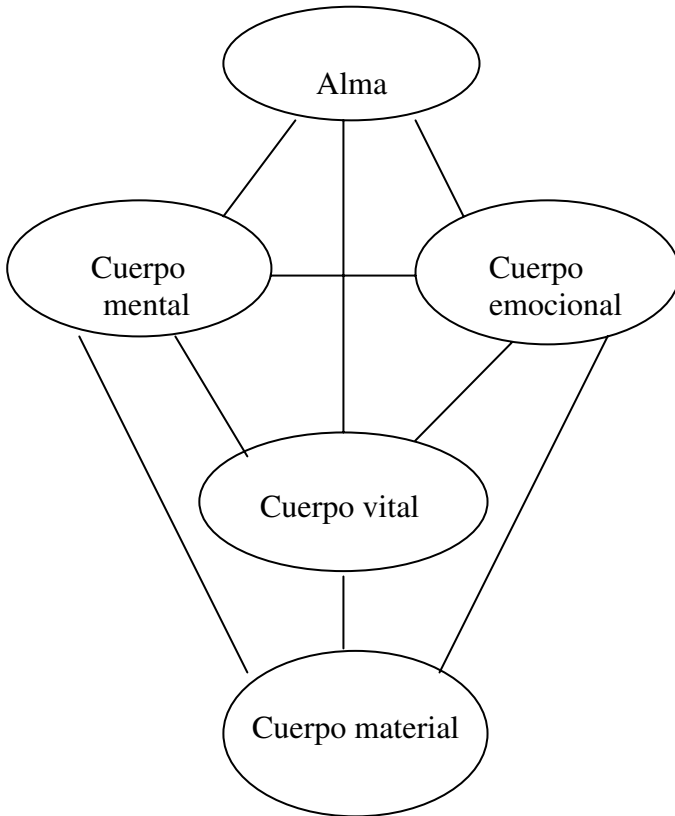
el punto originario del problema. La medicina *standard* que normalmente trata del cuerpo físico basa su gran éxito precisamente en que nos parece más fácil tratar con ese cuerpo que con los otros. Así es más simple tomar una pastilla para superar una depresión que tomarse la molestia de enfrentarse a ver y solucionar el problema emotivo que la ha creado. El auge actual de las medicinas holísticas se basa precisamente en que éstas miran, o deberían mirar, la totalidad de los integrantes del hombre y no sólo el aspecto material.

Esos cuatro cuerpos citados configuran lo que somos y todos estaremos de acuerdo en reconocer al hombre como ser material, dotado de vida, con pensamientos y emociones. A esa unidad resultante vamos a darle un nombre, nos referiremos a ella como el “yo” (en minúsculas).

Ahora bien, hay algo más. Si recordamos en otros tiempos no muy lejanos (aunque por la evolución de nuestra civilización el tiempo de una vida parece ahora una eternidad), cuando la ortodoxia católica quería definir al hombre decía que éste era un ser compuesto de cuerpo y Alma. Pues bien, tenemos ahora otro cuerpo, el cuerpo anímico que también es parte, y vaya parte, de lo que somos. El Alma es quien se ocupa de dar coherencia a nuestro existir y es sin duda lo que más define al hombre, es la puerta espiritual de lo que somos y en consecuencia está por encima de todo lo que hasta ahora hemos dicho. De modo que podemos situarla encima de los demás cuerpos resultando el esquema como sigue:

Hombre

=



Decir tan sólo que el Alma es la que da sentido a nuestro ser, no es decir mucho, de modo que es preciso definirla un poco. Así, de la misma manera que hemos identificado al cuerpo mental con los pensamientos, al emocional con los sentimientos, al vital con la vida y el instinto y al cuerpo denso con la materia de la que estamos hechos, ahora hay que hacer lo mismo con el Alma. Pero

esto es algo más difícil. Intentar expresar qué es el Alma mediante la escritura supone usar tan sólo la razón y nada más que la razón. Si pudiéramos hablar, tal vez podría sentirse la fuerza emotiva de todo lo que queremos expresar, pero por más que esa fuerza intente estar a lo largo de todo este escrito y por más que en ciertos momentos mis emociones me hayan llevado a presionar con más fuerza el teclado, el resultado que llega a las páginas impresas, es totalmente racional. Estamos intentando definir la totalidad por una de sus partes, lo que viene a ser como querer entender un árbol mirando tan solo una de sus hojas. Aunque por otra parte, hemos de decir que para identificar y conocer los árboles, el estudiar cómo son sus hojas nos ayuda mucho, de manera que sí que podemos sacar alguna utilidad al intentar explicar con palabras lo que es el Alma, si bien será siempre una aproximación a su totalidad.

En el concepto de Alma se englobaría todo aquello que nos hace “valiosos” como seres, es decir todo lo que hace que nuestra existencia valga la pena, tanto para nosotros mismos como para el resto de seres que pueblan la tierra, o dicho en otras palabras: nuestra contribución para hacer un mundo mejor.

¿Y qué es lo que nos da valor a nuestras vidas? Pues el grado de Amor (en mayúscula) que somos capaces de desarrollar. Si el Alma es la puerta a la Espiritualidad, el Amor viene a ser su carnet de identidad. El concepto Amor es complejo, pues a menudo se confunde con su homónimo, que vive en el cuerpo emotivo. Nos estamos refiriendo al hablar del Amor del Alma al Amor Incondicional, que en realidad es el único con derecho a llevar tal nombre, y no al amor que se forma en el “yo”, al que podríamos llamar amor egoísta. La palabra egoísta está cargada de un significado peyorativo y parece algo

malo, pero en realidad lo único que define esa palabra es toda actuación de ese “yo”, del que hemos hablado antes, cuando se separa de la dependencia que tiene o debería tener del Alma con la que está conectado.

Vamos a poner unos ejemplos para dejar claro la diferencia entre el Amor del Alma y el emotivo del “yo” o ego (a menudo se emplea este nombre en muchos libros). Si tiene la suerte de tener hijos, y si es, cosa que no dudo, un buen padre / madre, y en consecuencia quiere a sus hijos, los querrá siempre con independencia de lo que hagan. Puede ser que realicen actos que no le gusten, puede que roben, maten, sean terroristas, asesinos o lo que más rabia le dé, pero por el hecho de no estar de acuerdo con sus actuaciones no dejará de quererlos. Una madre o un padre quiere a sus hijos pase lo que pase, en ellos el Amor es Incondicional, querrán a sus hijos siempre, más allá de las actuaciones que estos hagan.

Un caso muy corriente de Amor Incondicional es el que nos brindan los animales domésticos. Si tiene la suerte de tener un perro o gato y para él es su dueño (pues en realidad son ellos los que eligen a su dueños y no los dueños a sus animales), él le querrá por más ingrato que sea, por más mal que se porte, por más que le olvide, su capacidad de perdonarle es muy superior a la media de los humanos. Precisamente el éxito que tienen los perros y gatos en nuestra sociedad tecnificada es, precisamente, que en ellos sí se puede confiar, su Amor es Incondicional cosa que no pasa, desgraciadamente, con las personas.

Si de nuevo tiene usted la suerte de tener una pareja, sin duda habrá amor con ésta, pero posiblemente sea de otro tipo. Querrá mucho a su marido pero..., ¿le querrá lo mismo si se entera de que tiene un lío con la secretaria?, querrá mucho a su mujer pero..., ¿ la querrá igual si sabe que se lo monta con el butanero? Es decir,

que el amor a nivel del ego, del “yo”, pone condiciones mientras que cuando es a nivel de Alma éstas no existen. Jesucristo no se cansaba, en todos sus actos de vida y en sus palabras, de predicar el Amor Incondicional, el Amor desde el Alma y eso es lo que deberíamos vivir todos, entonces la tierra sería perfecta. Pero todo llegará.

El hecho de que hayamos colocado el Alma como rectora de todos los otros cuerpos supone, naturalmente, que el Alma debe regir al ego, pero ¿es así siempre? Desde luego que no, pero es que algo similar ocurre en los otros cuerpos. Así se ha dibujado el cuerpo mental y emotivo por encima del vital, en consecuencia deberían aquellos regir a éste, pero no siempre es así. Tomemos el caso de una adicción: quien fuma sabe que fumar es malo, pero le gusta a su cuerpo vital y prescinde totalmente de escuchar a su “cuerpo superior”, y ejemplos de rebeldía de esta naturaleza los podríamos ver en todos los vicios. El que nuestros cuerpos no respeten la jerarquía es una de las causas más comunes del caos de nuestras vidas. Usted puede ser plenamente conciente de que su proceder en un asunto determinado no es el correcto y que le ocasiona graves perjuicios, pero aún así, a pesar de saberlo, es incapaz de dominarse y la consecuencia final es o bien la autodestrucción en los casos más graves, o bien la infelicidad en la mayor parte de los casos. Piense en un drogadicto, alcohólico, mujeriego o ninfómana, para ver las consecuencias que tiene que el cuerpo vital tome el mando frente al mental o emocional.

Pero es que hay más. El ego, esa suma de los cuatro cuerpos inferiores, debería someterse a lo que el Alma le dictase, pero a menudo esto no es así y la sublevación del ego hace que el Alma se oculte. Precisamente el libre albedrío del que dispone el ser humano consiste en la posibilidad de seguir o no seguir los

dictados anímicos. Y si ya hemos ejemplificado lo que sucede cuando hay revolución en los cuerpos inferiores, ahora el tema es todavía más grave, pues alejarnos de nuestra Alma supone alejarnos de nuestro auténtico Espíritu Divino. Vamos a ver con un ejemplo cuándo actuamos de acuerdo con los dictados de nuestra Alma o cuándo lo hacemos con los de nuestro ego.

Supongamos que debido a un naufragio acaba en una isla desierta. Tan sólo hay dos supervivientes, usted y otro hombre bajo, delgado, enclenque, físicamente mucho más débil que usted y a quien no le une relación amistosa o emotiva de ningún tipo. Tras dar una vuelta por la isla ve que no hay animales que cazar y que debido a una extraña enfermedad los árboles, tras dar sus frutos, se han secado; es decir, que los recursos para que ambos sobrevivan son limitados. Si no tuviera usted conciencia, es decir, si no escuchase a su Alma, lo más normal para que usted viviese más tiempo a la espera de que alguien le rescatase, sería matar a su debilucho compañero y así tener más alimento, eso es lo que haría el ego por su cuenta, pero probablemente usted no actuaría así ¿verdad?

Podemos decir que el ego es capaz de sacrificar todo para el bien de su propia individualidad (mata a su compañero) mientras que el Alma es capaz de sacrificar la individualidad para el bien del todo. Resulta así claro que el egoísmo es debido a que el ego toma el mando de nosotros, mientras que los actos de altruismo, de Amor, de entrega a los demás, son manifestación de que es el Alma la que está actuando.

El ejemplo está tomado por los pelos, pero esperamos sea útil para definir cuándo se actúa desde el ego y cuándo se hace realmente desde el Alma. Hay, sin embargo, otra indicación más clara para saber si nuestro soberano es el ego o es nuestra Alma. De hecho en la

mayor parte de los seres humanos se produce una alternancia entre ambos y no un dominio permanente de uno sobre el otro. Así, por ejemplo, el más egoísta de los hombres puede tener un Amor incondicional hacia sus hijos, como se ve en esas películas de mafiosos que asesinan sin piedad y en la vida privada son amantísimos padres.

Lo que distingue claramente la actuación desde el “yo” o desde el Alma es la existencia de dualidad o unicidad. Nosotros, los hombres de nuestra época, hemos crecido creyendo que todo es dual, bien-mal, blanco-negro, alto-bajo y que para que exista algo es preciso poder entender su contrario, pero esto no es exactamente así. Es cierta la dualidad cuando actuamos desde esa tercera dimensión que supone el “yo”, el ego compuesto de los cuatro cuerpos inferiores, pero no cuando se ve lo mismo desde la dimensión del Alma. Tomando de nuevo el ejemplo anterior, cuando pensamos si debemos matar o no a nuestro compañero para tener más víveres, estamos actuando desde el “yo”, mientras que si lo hacemos desde el Alma, el principio de “NO MATARÁS” no admite contrario. La conciencia de cada uno de nosotros que impide esa dualidad, es patrimonio total del Alma y es un claro indicador de que la actuación que estamos llevando a cabo proviene de la misma.

El Alma debe ser soberana de nosotros y si así ocurriera en todas las facetas de nuestra vida estaríamos en armonía interna, ejecutaríamos siempre la voluntad divina de la que el Alma es exponente y seríamos plenamente felices. Podríamos decir “viva usted desde su Alma y todo le irá bien” o dicho en palabras de Jesucristo: “Buscad primero el reino de Dios y sus santas obras y todo eso se os dará por añadidura” (San Mateo 6, 33), pero esto no es tan fácil. Si los hombres tenemos dificultad para dejar el

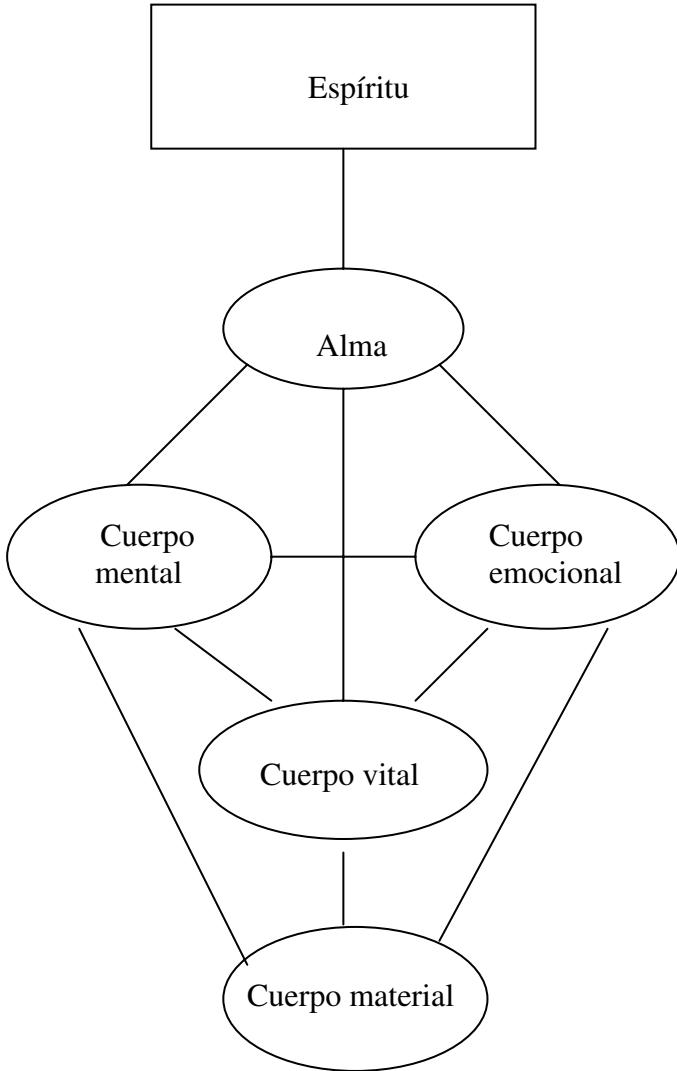
tabaco, cuando sabemos que es malo, y cuando en las cajas pone “fumar puede matar”, bastante más nos costará ser capaces de regir nuestra vida desde el Alma aunque en eso radique nuestra felicidad. De manera que como el decirlo no es suficiente hay que seguir con el tema para que, a través de indicaciones más simples, seamos capaces de hacerlo.

Se ha dicho que el Alma es reflejo del Espíritu Divino, es decir que en el Alma no acaba nuestra realidad, sino que hay algo más allá de la misma que la configura. Podemos completar ya el esquema de lo que es el hombre con una adición más: el Espíritu.

Es en este Espíritu donde se esconde la Semilla Divina de la que nos habla la Biblia al decir que “Dios creó al hombre a su imagen y semejanza”. Así que tenemos ahora el siguiente esquema:

Hombre

=



Hablar de la conexión entre Espíritu y Divinidad, aparte de resultar complicado, precisa conocimientos previos y poco aportaría a los efectos prácticos que estamos buscando. Además, mientras que los cuerpos que componen al hombre todos podemos conocerlos, es decir todos podemos notar que tenemos vida, emociones, pensamientos, y algún tipo de Amor incondicional, las vivencias del Espíritu no son inmediatas, serían más bien dones otorgados por la propia Divinidad previo trabajo intensivo por nuestra parte. Bástenos retener el esquema dado de los cuerpos del hombre para a partir de aquí supeditarnos al Alma, llamada también Cuerpo Superior o Yo Superior en contraposición con la idea de ego o yo inferior. A lo largo de los capítulos siguientes se utilizarán estos términos como sinónimos.

Hasta aquí hemos descrito la estructura del hombre, en el próximo capítulo veremos por qué somos así y por qué estamos en este mundo.

¿Por qué estamos aquí?

Hemos visto ya cómo somos, ahora vamos a explicar el porqué, es decir por qué somos así y para qué estamos aquí, pues la constitución de cualquier cosa existe siempre en función de aquello para lo que va a servir.

En realidad, esta pregunta seguro que todos nos la hemos formulado alguna vez y en el caso de que hayamos intentado buscar una respuesta por otros, ésta nunca nos ha llegado. Precisamente la pregunta más básica, aquella que se debiera dar al iniciar nuestra vida, nadie nos la responde y a menudo se oculta o ignora. Parece entonces como si el hombre fuera una máquina compleja sin libro de instrucciones y luego se espera que la máquina funcione a la perfección. A la ciencia no le importa esa pregunta del porqué estamos, sólo se centra en que estamos y punto, pero el obviar una cuestión de ese calibre resulta finalmente contraproducente, pues de la misma manera que en el mundo material para hacer bien un trabajo es preciso saber cuál va a ser su finalidad, con mayor motivo deberíamos aplicar eso a nuestra existencia. El entender nuestra realidad como el producto biológico de lo que una vez hicieron nuestros padres, es desde luego insuficiente y no responde en nada a la pregunta del porqué existimos en la tierra.

Pero es que hay más. Eso de la razón de ser, que la ciencia no puede contestar, podría no considerarse importante si no existiera la muerte, pero resulta que no es

así: tarde o temprano todos dejaremos este mundo, por eso sería bueno saber para qué hemos venido. Hay muchos que no ven razón de ser a nuestra vida, se basan en lo que ven, en las injusticias, en el dolor y viven la vida sin encontrarle razón, pero sin embargo, todo esto tiene un error de base: no puede ser que quien creó un Universo tan perfecto crease seres sin sentido, eso sería como decir que el Creador es un chapuzas y la perfección de todo cuanto existe, empezando por nosotros mismos, demuestra que no lo es. Evidentemente nos basamos para decir todo esto en la existencia de un Dios Creador, no es ahora el momento de defender su existencia (eso es trabajo de la filosofía), pero tampoco lo haremos pues no procede: usted ya cree en Dios, de lo contrario no estaría leyendo este libro, pero es más, en el fondo todos los hombres somos creyentes. Puede ser que no lo digamos o que a nivel de nuestro yo inferior nos engañemos y lo neguemos, puede ser que no entendamos muchas cosas o que nos basemos sólo en lo que la miopía científica ofrece, pero en el fondo todos creemos. Pero no nos desviemos del tema y volvamos a ver cuáles son las razones de nuestro paso por la tierra.

Acabamos de ver cómo partiendo de la idea más material del ser humano, es decir de un simple pedazo de carne, hemos subido hasta llegar a la idea de Alma, pasando por considerarnos un soplo de vida dotada de pensamientos y emociones. Hemos visto además que la disposición de las figuras no era aleatoria, sino que respondía tanto a las influencias de un cuerpo sobre otro como a la jerarquía en la que deberían actuar. Finalmente hemos hablado de la importancia de actuar desde el Alma y de hecho esta consideración será tratada a lo largo de la presente obra. Pero también hemos explicado que el Alma, a pesar de que parezca ser la soberana de todo lo que somos, tiene por encima de ella otro concepto que por su

complejidad no se ha entrado a definir, nos referimos al Espíritu. Y es, precisamente, en el Espíritu donde reside la “semilla” divina de la que nos hablan las religiones al decir que “Dios hizo al hombre a su imagen y semejanza” y esa misma Divinidad se reconoce en el Padrenuestro, ya que si Dios es nuestro padre, los hijos (es decir nosotros) tenemos su misma naturaleza divina.

Pues bien, la razón de ser de nuestra existencia definida en los cuerpos explicados es permitir nuestra evolución y enriquecimiento con experiencias que permitan al Alma ascender hasta el Espíritu, y ya que en el mismo se encuentra la esencia divina, eso nos permite fundirnos con la Divinidad. En resumen: hemos venido al mundo para desarrollar nuestra Alma hasta ser parte de Dios.

Dicho así, esto parece un poco extraño, y es posible que piense que se nos ha ido la cabeza al decir que estamos en una tierra de injusticia, dolor, sufrimiento y muerte para llegar a ser dioses. Para “demostrar” esta afirmación tomaremos tres referentes y aunque no nos alargaremos en ellos, pues no procede, sí que queremos hacerlos aparecer a fin de que apoyen nuestro discurso (discurso que como ya hemos dicho anteriormente no es original nuestro).

En primer lugar, tenemos a los griegos. Pues bien, en sus mitos, que frecuentemente no se han entendido y que por eso se han manipulado, lo que pretendían era que el hombre llegase a ser Dios, incluso existía una categoría intermedia que eran los semidioses. La pluralidad del panteón griego en realidad no era más que una forma de mostrar los diferentes rostros de la divinidad, pues el concepto de Dios como causa originaria de todo no permite la pluralidad. Me explico: en la vida todo tiene una causa y un efecto. Si vemos que el suelo está mojado,

podemos decir que la causa es que ha llovido, y la causa que haya llovido es que hay nubes, y la causa de que haya nubes es que se ha evaporado el agua de mar, y la causa que se ha evaporado agua del mar es que hay un gran calor de sol y la..., y así sucesivamente. Dios se considera en el pensamiento griego la Causa originaria de todo, éste fue precisamente el pensamiento del gran Aristóteles. No puede concebirse nada más grande que el concepto de Dios. Por tanto Dios debe ser, como concepto, único y ello nos vale para entender lo dicho en el final del capítulo anterior sobre la inexistencia de la dualidad en todo lo que concierne al Alma, pero de eso ya volveremos a hablar más adelante, ahora sigamos con nuestro tema.

Si vamos un poco más lejos, en la India encontramos la historia del anacoreta Mandakarni, cuya penitencia hace exclamar a los dioses: “este anacoreta tiene la ambición de arrebatar nos nuestros puestos”, es decir que ese ermitaño que busca la perfección es quien aspira a ser dios y así lo reconocen los ya existentes. De nuevo aquí el pluralismo divino es una forma de describir atributos.

Y por último, y para nosotros de manera más definitiva, la expresión más clara de cuál es nuestra razón de ser en la tierra, nos la da el filósofo y poeta cristiano, Novalis, (1772 – 1801) quien dice: “Dios quiere dioses” es decir, eso es lo que debemos ser.

Que fuentes tan dispersas en el espacio y el tiempo lleguen a las mismas conclusiones no puede explicarse por la simple influencia de una cultura sobre otra, sino que son producto de la confluencia de las visiones de los Iniciados de las diferentes culturas. Que el camino a seguir o la descripción del mismo sea diferente en distintos lugares es normal, pero las diferencias no pueden nunca negar que el fin es el mismo, y así el Nirvana hindú, el paraíso cristiano

o el paraíso árabe son y representan lo mismo: nuestra fusión con la Divinidad.

Volvamos al tema de lo que hace que estemos por este mundo. El Alma, al objeto de enriquecerse y ser digna de ascender por esa senda que la lleve a la Divinidad, se encarna en un cuerpo humano. Lo que busca de esta manera son “experiencias”. Tenemos, pues, que el hombre no es un ser con cuerpo y Alma, como hemos dicho antes basándonos en toda la tradición, sino que es más exacto decir que el hombre es un Alma encarnada en un cuerpo. Tradicionalmente, cuando hablamos de temas duales ponemos lo que más nos gusta, o lo más importante, primero; hablamos de blanco-negro, bien-mal, arriba-abajo, por eso es más apropiado decir Alma con cuerpo que no a la inversa, pues de hecho lo segundo no es más que una extensión de lo primero. Como ya dijimos antes e iremos repitiendo y repitiendo, para todo lo elevado no hay dualidad y el cuerpo no es más que una manifestación del Alma para que ésta se enriquezca y en consecuencia son la misma cosa.

Finalmente después de todo lo que hemos dicho tenemos la primera gran conclusión: **la razón de ser de nuestra vida en la tierra es la adquisición de experiencias que permitan al Alma continuar su camino ascendente hacia el Espíritu.**

Estamos vivos para experimentar. Si ésta es la razón principal de nuestra vida, el ser o no ser felices pasa a un término secundario, por cruel que parezca. En realidad, la felicidad es una opción que podemos elegir, pero no es la finalidad de la vida, pues el motivo por el cual hemos venido a este mundo es para recoger las experiencias que permitan a nuestra Alma evolucionar hasta donde debe llegar.

Ahora bien, si damos esta idea de felicidad como algo secundario es posible que se sienta estafado pues está leyendo un libro para que le ayude a estar mejor y ahora vamos y decimos que eso no tiene importancia. No tema, el título del libro no es un engaño.

En realidad la felicidad supone alinearse con la búsqueda de experiencias que permitan el progreso anímico, de manera que la consecución de la felicidad no está en absoluto reñida con el objetivo de existir. Para ponerlo más claro: en el colegio le hicieron aprender matemáticas, es posible que no le gustaran nada, que se aburriera mucho estudiándolas y que continuamente estuviese quejándose de tener que hacer problemas que no le importaban. Pero fuera como fuese usted finalmente aprendió a sumar, restar y todo eso, si lo hizo a regañadientes fue su elección, pero aprendió, le costó más o menos tiempo, pero lo aprendió. Pues bien la felicidad sería como hacer comprender al alumno que las matemáticas pueden ser divertidas, que son prácticas y muy reales. Eso es lo que se va a hacer en este libro: demostrarle que vivir para la espiritualidad es muy grato en la tierra además de práctico en otro plano. Negarse a aceptar el principio espiritual de la vida es negarse a ser feliz, por más dinero, fama o poder que se posea.

Ahora aparece la siguiente pregunta: si estamos aquí para vivir experiencias, ¿de qué clase de experiencias estamos hablando? Pues bien, en la medida que Dios es Amor, en la medida que el Espíritu al que quiere conectarse el Alma está dotado de la chispa divina, resulta que las experiencias que venimos a buscar serán experiencias de Amor (en mayúscula).

En el esquema que anteriormente hemos dibujado sobre lo que es el hombre hemos visto que existen canales comunicantes entre los diferentes cuerpos inferiores y el

Alma. Esas líneas con las que hemos representado las conexiones no tienen una dirección, son ascendentes y descendentes, van y vienen. En consecuencia las actuaciones de los cuerpos inferiores al ganar experiencias que permiten al Alma enriquecerse y hacerse más plena, permiten a su vez que el Alma pueda volcarse hacia los otros cuerpos y de esta manera los mejore. Si el resultado final de este *feed-back* entre cuerpo superior y cuerpo inferior llega a nuestro cuerpo material tenemos que enriquecer al Alma supone que el Alma enriquecerá al cuerpo, o dicho en otras palabras: **lo que es bueno para nuestro paso a la otra vida es bueno para lo que tenemos en ésta.** De manera que si el fin del hombre es alimentar al Alma a través de su actuación en la tierra, el Alma enriquecerá al cuerpo hasta darle la felicidad que todo hombre busca. Pero lo que debemos tener claro es que esto que llamamos felicidad no es más que el corolario de la experiencia de Amor, es decir un producto secundario, importante pero secundario y en realidad sólo se produce si somos capaces de vivir esa experiencia de Amor; buscar la felicidad de otra manera es un engaño.

Puede ser que esto parezca un discurso barato y el lector moderno pida pruebas. Pues bien, Napoleón, uno de los hombres más poderosos de la tierra en su momento, dijo: “No he tenido más que tres días felices en mi vida”, y ello con todo el poder y riqueza que le rodeaba. Sin embargo, la Madre Teresa de Calcuta, que se pasó toda la vida cuidando pobres y leprosos en la India dijo: “Me siento como un bolígrafo en las manos de Dios que escribe las más hermosas líneas a través mío”. Ella fue feliz porque amaba, era igual su pobreza y la dureza de su tarea, su Amor le permitía ser feliz.

De vez en cuando aparecen en los periódicos historias de ejecutivos ricos que han decidido ir a los

países pobres a ayudar a los demás. El mensaje que todos ellos venden es que ahora han encontrado un nivel de felicidad en su vida del que carecían en su mundo de lujos. La felicidad es el efecto de vivir el Amor, el Amor es la causa de todo lo que podemos ser y esperar, la causa única de la felicidad, todo lo demás, el dinero, el poder, el placer, la fama o la gloria, son pobres sustitutos que siempre parecen insuficientes. No olvidemos que el verbo “tener” es infinito, siempre se quiere más. Fue el poeta Campoamor quien escribió:

*Tarde vi lo inútil que es
dar gusto a nuestra esperanza
pues cuando una cosa se alcanza
se quiere otra después.*

Y lo bueno que tiene este poema es el decirnos lo que, por lo general, nos pasa a todos: que tardamos mucho tiempo en darnos cuenta de que lo que buscamos no es lo que nos aporta felicidad. Buscando una frase más “espiritual” que soporte esa idea vemos que la Biblia en el Eclesiastés 5,9, nos dice: “Quien ama al dinero no se harta de él...” y es cierto pues cuanto más se tiene más se quiere. La Madre Teresa de Calcuta nunca pensó en aparecer en el libro Guinness, ni en recibir premios o ganar el Nobel por la gente a la que curaba y eso le permitió vivir feliz.

Ahora llega el momento de formularse otra pregunta importante: ¿Qué se entiende en esta definición de búsqueda de experiencia de Amor? Muchos de nosotros, por la educación recibida, entendemos la palabra Amor como sentimiento hacia otras personas; es el Amor a nuestros padres, hermanos, mujeres, maridos, hijos, amigos, animales, plantas y poco más. La idea de convertir nuestra vida en búsqueda de experiencias amorosas parece restringida a las relaciones que tengamos con esos seres de manera que nos parece poco factible ser capaces de

desarrollar en nuestra vida el plan de enriquecer al Alma con Amor. Todo esto, al hombre moderno que trabaja, que tiene que pagar su hipoteca, que le cuesta llegar a fin de mes, le parecerá un planteamiento idílico que aunque sea aceptado en teoría, le va a resultar imposible llevar a la práctica. Pues bien, no es así. Lo primero que debemos hacer es ensanchar nuestro concepto de Amor, pues no es tan sólo una relación con otra persona.

Y el primer Amor que debemos de desarrollar es el Amor hacia nosotros mismos. Esto parece ser un canto a favor del egoísmo, pero no es exactamente así. En realidad hay dos tipos de egoísmo: el egoísmo inteligente y el necio. Pongamos un ejemplo: supongamos que una persona X tiene una relación con Y. Esta última da mucho a X, mientras que X no da nada a Y. Se podría decir que X es un egoísta, pero es de un egoísmo necio, pues el egoísmo inteligente consistiría en dar a Y, de este modo al estar Y mejor, podría dar más a X y continuar la historia hasta formar una espiral cada vez mayor de dar y recibir. El caso de antes, del ejecutivo que se va a la India a ayudar, es un caso clarísimo del egoísmo inteligente: él da y de esta manera se encuentra mejor. La característica más notoria de este tipo de egoísmo inteligente es que se empieza dando y luego se recibe mucho más de lo que se ha dado. Si alguna vez realiza alguna obra altruista, cuida a niños o ancianos o da clases a analfabetos, en el acto de dar, de entregarse a los otros, podrá experimentar un gran bien para usted. Pruébelo y verá los resultados. En unas declaraciones por radio de un voluntario de una ONG que realizaba trabajos de apoyo a inmigrantes dijo: “Lo que parece mentira es que por esto que hago no tenga que pagar”, y es que la mejor recompensa es ayudar; en esto consiste el egoísmo inteligente. Y de nuevo esta tampoco es una idea nuestra, sino que aparece recogida en una

oración de San Francisco de Asís en que dice: “Dando se recibe”.

Dejando aparte el tema de lo que es el egoísmo, de lo que se trata ahora es de que se dé cuenta de la importancia del Amor hacia sí mismo. Si no desarrolla Amor hacia sí mismo, difícilmente lo podrá dar a los demás. Amarse a uno mismo es algo que la sociedad parece empeñada en evitar. Nadie es perfecto y los medios de comunicación y propaganda que nos envuelven no dejan de recordárnoslo. Si eres gordo/a te hablan de productos para adelgazar, si eres delgado te muestran aparatos para fortalecer tus músculos, si eres calvo te presentan crecepelos asombrosos, si eres cano tintes para recuperar tu color natural (como si no fuera natural el color blanco para una persona de 60 años) y así en todo. La imagen de perfección, en el supuesto caso que exista, nunca la alcanzaremos, pero ello deja una huella profunda en la personalidad de casi todos. Hay dos enfermedades de nuestro tiempo, la bulimia y la anorexia, que representan el máximo exponente de lo que es el no quererse a sí mismo. Cuando la lección fundamental, sobre todo en los primeros años de nuestra vida, debería ser la de decirnos lo maravillosos que somos, todo el sistema se encarga de decirnos lo contrario.

Primer punto a cambiar en su vida: **ÁMESE A SI MISMO**. Si lo recuerda, en la Biblia se dice “Amarás al prójimo como a ti mismo”, ¿cómo puede cumplir eso si ya de entrada no se ama a sí mismo?, y sobre todo, si no tiene Amor ¿cómo puede darlo?

Una vez logrado este punto (que desde luego no es poca cosa) se trata de vivir el Amor para alimentar al Alma. Lo fácil para lograrlo sería tener una definición de Amor y así sabríamos si estamos en línea con él o no, pero lamentablemente eso no es posible, pues la grandiosidad

del concepto impide todo intento de simplificarlo en unas palabras.

Sin embargo hay al menos dos pilares en los que se asienta la idea de Amor: en el dar y en la alegría del dar. El Amor hacia uno mismo del que hemos hablado sería la particularidad de dar, no a otro sino a nosotros mismos, aunque eso no supone quitar importancia a este concepto capital de dar. Y el mismo dar lleva al concepto del “tu” y es por eso que nos resulta fácil entender un acto de Amor hacia una persona, animal, planta, mineral, cosa, incluso ideas o conceptos. A nuestro juicio la más brillante definición del Amor se encuentra en las palabras de San Pablo cuando en Corintos I 13, 4-7 dice:

“El Amor es paciente y bondadoso;
no tiene envidia, ni orgullo,
ni jactancia.
No es grosero ni se irrita,
no lleva cuentas del mal,
no se alegra de la injusticia
sino que encuentra su alegría en la verdad.
Todo lo excusa,
todo lo cree,
todo lo espera,
todo lo aguanta
El Amor no pasa jamás.”

¡ Qué bien escribía! Bonito, ¿verdad?

Pues bien, todo aquello que hagamos en la vida que no responda a estas líneas son actuaciones que realizamos sin Amor y en consecuencia la semilla capaz de producirnos felicidad, que es el Amor como ya hemos dicho, no la estamos plantando. En cualquier actividad que realice, por básica que sea, puede existir el Amor si así nos

lo proponemos. Incluso en el mismo acto de freír un huevo podemos poner amor si lo hacemos con cariño, con atención, con la presentación más linda que podamos componer y se lo entregamos a otra persona o incluso si lo hacemos para nosotros. Es en las pequeñas cosas donde se pone a prueba la solidez de nuestras creencias y actuaciones, de manera que empecemos por allí. La posibilidad de crear Amor está inmersa en cualquier situación humana, porque en todo puede haber un reflejo de “dar”.

No siempre es fácil vivir así, no somos santos, a veces tenemos trabajos que no nos gustan, mal pagados, con un jefe déspota, tal vez en casa haya discusiones con nuestra mujer o marido y los hijos no nos hacen caso. Entonces las líneas anteriores, por bonitas que sean, no parecen aplicables a nuestras vidas.

Que sea posible no quiere decir que sea fácil. Tomemos el ejemplo del trabajo. Hablar de hacer el trabajo con Amor puede parecer fácil cuando estamos hablando de empleos o profesiones vocacionales, como médico, músico, maestro, en las cuales puede sentir Amor al ayudar a los demás, pero para los que no tienen ese tipo de trabajo parece imposible la receta de poner Amor en el trabajo. A menudo el trabajo es una fuente grande de infelicidad. Siempre parece que hacemos demasiado y que cobramos poco, con frecuencia caemos en la rutina, los compañeros parece que no nos apoyan todo lo que creemos que nos merecemos y el jefe nos presiona demasiado y a su vez éste es presionado por sus superiores. La especialización en el puesto y el estar atado por las obligaciones contraídas, como la hipoteca y colegio de los niños, nos ligan a un trabajo que no nos hace felices. La respuesta fácil sería “cambiemos de trabajo por otro que nos guste más” pero soluciones tan

simples no son aplicables, además nada nos garantiza que pasado un tiempo no nos volvamos a encontrar con las mismas condiciones opresoras que no soportamos en el actual empleo. La solución, ya que no podemos cambiar, es que se produzca un cambio en la forma de ver el trabajo, esto es que pongamos Amor en nuestro trabajo, que intentemos disfrutar de lo que hacemos, que nos demos cuenta de la importancia de lo que hacemos, pues si hacemos algo y nos pagan en la empresa es desde luego porque nos necesitan. Personalmente, en todas las empresas en las que he estado, he visto quejas y quejas siempre del mismo tipo, añadiendo odio hacia el puesto de trabajo, lo que hace que éste se vuelva todavía más duro de soportar. Y ése es uno de los pilares de la infelicidad en que nos encontramos en nuestros días. La persona que está en una cadena de producción atornillando piezas es de una importancia fundamental, pues sin ese giro de destornillador la máquina en cuestión no funciona. Intentemos disfrutar de nuestro trabajo, no lo dramaticemos y pongamos todo el Amor que podamos en el mismo, intentemos hacerlo lo mejor posible, aunque nadie nos aplauda por ello, hagámoslo como un homenaje a nosotros mismos y aunque ello no hará que a corto plazo nos suban el sueldo sí que nos permitirá ir más felices a desarrollar nuestro oficio.

En la Edad Media se construían iglesias en montañas que si ahora son difíciles de acceder, en los tiempos en que se hicieron lo debieron ser mucho más. Pero en aquellos tiempos el trabajo era una forma de vida y no como ahora que parece que trabajamos para vivir y diferenciamos lo que es “vida” (“esto es vida”, decimos en vacaciones) de lo que es trabajo. En resumen: mientras vayamos a trabajar sólo por el salario que nos pagan, vamos por mal camino, pues el trabajo será un

“contrincante” y no algo a lo que Amar. Pongamos todo el interés posible en nuestro trabajo y démonos cuenta de la importancia que tenemos, hagamos que nos guste lo que hacemos ya que no podemos hacer lo que nos gusta. Eliminemos toda expresión despectiva sobre los lunes, los compañeros, el jefe y en definitiva intentemos pasarlo bien. Es un tema de poner buena disposición al asunto, algo difícil pero posible y sobre todo muy productivo para usted mismo ya que usted es más importante que la producción de la empresa o el sueldo que le paguen. Y lo curioso del caso es que actuando así la producción aumentará y su salario también, aunque quizá ahora le cueste creerlo.

Análogamente se puede decir lo mismo a los empresarios. En la medida que fomenten un buen clima de trabajo, y esto no tiene nada que ver con aumentar salarios, si consiguen trabajadores más felices, ello repercutirá en la productividad.

El hecho de poner por todas partes Amor en el trabajo es algo que no se da y así van las cosas. Hoy en día a pocos empresarios les tiembla la mano al firmar un plan de regularización de empleo, ni tampoco a los sindicatos para ir a la huelga en el momento en que más daño se puede hacer a la empresa. Todo el mundo va a la suya, no hay Amor en el trabajo y a la larga todos pierden. Los chinos que son o eran un pueblo sabio (actualmente su locura por producir y producir a toda costa, sin respetar nada, nos lo hace dudar) tienen un proverbio que dice “ Cuando el mal lucha contra el mal sólo el mal puede vencer”, pues eso es lo que pasa a menudo en nuestros días, en los que se busca la confrontación en lugar de la colaboración. Quizá no podamos cambiar el sistema económico de este egoísmo estúpido descrito, pero sería

bueno cambiar nuestra visión hacia el trabajo y los trabajadores.

Si ante cualquier problema al que tengamos que enfrentarnos en la vida nos detenemos y analizamos cómo poner una dosis de Amor, veremos que eso nos traerá la felicidad, al menos a nivel interno y privado. Ahora bien no olvidemos las condiciones de las palabras de San Pablo sobre lo que es y lo que no es Amor. Veámoslo con un ejemplo. Supongamos que alguien quiere ser cantante. Eso puede ser un objetivo a lograr desde dos puntos de vista totalmente dispares. Puede que uno quiera que los demás disfruten de su voz, de sus conocimientos musicales, de la armonía de las canciones, pero también puede que lo que se quiera es, a través de usar la bonita voz, ser famoso, importante y ganar mucho dinero. Supongamos ahora que dos personas logran este objetivo, uno canta en bodas y residencias de ancianos mientras que la otra gana fortunas vendiendo discos, aparece en las revistas y tiene lujosas mansiones. Tenemos que la primera quiere dar su arte a los demás mientras que la segunda sólo quiere que los demás le den dinero por ello. Si analizamos las palabras de San Pablo, el Amor “no se jacta”, es decir no persigue reconocimiento, en consecuencia, pone más Amor en su trabajo la primera persona que la segunda por lo que “recogerá” mayor cantidad de felicidad. Para la primera la música es vocacional y le sirve para DAR, para la segunda es una forma de ganar bienes materiales, pero **NUNCA** olvidemos que **el TENER NO da la felicidad**. Nos lo puede parecer, pero basta con observar un poco la vida de las personas famosas para ver la de líos que tienen en sus vidas. Los actores/actrices de cine, que son ricos/as, guapos/as , famosos/as y que parecería que tienen todas sus necesidades cubiertas, no hacen más que tener problemas, incluso de drogas o alcohol. No queremos con

ello decir que no se pueda ser rico, famoso y feliz, pero sí que el secreto está en el Amor que pongamos en nuestras acciones y no en los intereses mundanos. O dicho con otras palabras y para recordar la idea del final del capítulo anterior, la felicidad se logra cuando el yo inferior se pone al servicio del Yo superior o Alma y esto se expresa en los actos de Amor, mientras que el falso triunfo se produce cuando el yo inferior se hace el dueño y señor de nosotros y esto nos lleva a vivir en el egoísmo estúpido descrito anteriormente. La receta “ Ponga Amor en su vida “ es la clave de toda felicidad y para saber lo que es Amor y lo que no lo es, recuerde siempre las palabras de San Pablo.

Ahora bien, la extensión del concepto Amor parece imposible de abarcar en sólo una vida. Por muchos años que viva un hombre, siempre habrán facetas del Amor que no habrá podido vivir. Además existe la triste realidad de que, llevado por los principios de ese egoísmo necio, muchas veces el hombre no habrá desarrollado el Amor que las circunstancias le ofrecían, es decir, que estando todo a favor para lograr realizar el Amor o comportarse amorosamente, esto no se ha hecho. ¿Qué pasa entonces? Pues pasa lo mismo que en el colegio cuando no aprobábamos un curso, es decir, hay que repetir y esto en términos de una vida se traduce en decir que nuestra Alma vuelve a reencarnarse.

Hablar en Europa de reencarnación se hace raro y extraño. Tales consideraciones parecen propias de la filosofía oriental y nosotros los europeos, influidos por el ortodoxo cristianismo, estamos alejados de dichas creencias. La Iglesia nunca ha aceptado eso. Bueno, evidentemente la Iglesia, que sin duda es una institución sabia, no dice todo lo que sabe. Si leemos con detenimiento el Evangelio hay varios lugares donde la idea de la reencarnación aparece.

Tomemos por ejemplo a San Mateo, el Evangelista más claro (a nuestro entender) de todos. Así, en San Mateo 17, 12-13 Jesucristo dice:

“ Pero yo os digo que Elías vino ya, y en vez de reconocerlo lo trataron como les dio la gana. De la misma manera tendrá que padecer el Hijo del Hombre de parte de ellos. Los discípulos se dieron cuenta entonces de que les había hablado de Juan Bautista.”

Entendemos que lo que se nos está diciendo aquí es que Elías y Juan Bautista eran el mismo Ser, es decir que Juan Bautista fue una posterior reencarnación del ser que anteriormente había sido Elías. Fíjese como Jesucristo habla de Elías y los discípulos entienden San Juan Bautista, ¿es que eran tontos o duros de oído?, de ninguna manera, lo que se nos está diciendo es que Elías y San Juan Bautista eran la misma Entidad Espiritual.

Pero aún hay otra más clara, definitiva y sobre todo explicativa. La tenemos de nuevo en San Mateo 11,13-15, que dice:

“Todos los profetas y la ley han profetizado hasta Juan. Y si queréis recibirlo, él es Elías, el que ha de venir. El qué tenga entendimiento que discurra.”

Es decir, ahora y más claro que antes todavía nos está diciendo que Juan Bautista y Elías son la misma persona y debido a que Elías murió mucho antes esto sólo puede entenderse a través de la idea de la reencarnación. Pero aún hay más, nos dice también que Elías/Juan Bautista volverá, es decir que hay una continuidad en el tema. Pero lo más indicativo de este último versículo sobre los anteriores es cuando dice “quien tenga entendimiento que discurra”, es como decirnos “ Os lo digo claro, pero caray, pensad un poquito”.

La primera pregunta que creemos se hará ahora es por qué la Iglesia oficial no lo reconoce, por qué niega con

tal fuerza la reencarnación. Sin embargo, la idea era aceptada en los primeros tiempos del cristianismo, aunque posteriormente se negó, ¿por qué? No se trata en este caso de una decisión para lograr tener más poder en la tierra como se puede pensar en nuestros días cuando la Iglesia no está de moda, se trató de ocultar una realidad por el bien de la sociedad de entonces, teniendo en cuenta su nivel evolutivo. Jesucristo, cambió las Leyes que rigen la humanidad al redimir al hombre y al darle el poder del perdón, pero éste no es el tema del presente libro. Las sociedades y religiones como la Hindú, que aceptan abiertamente la reencarnación, se basan en el planteamiento de que las Almas se reencarnan de una manera u otra en función de lo que han realizado en la vida anterior, de manera que cada uno es responsable de sus acciones pasadas, eso es a grandes rasgos, lo que llaman el Karma. Si cada uno es responsable de su persona no hay lugar para el concepto de Amor al prójimo, pues su “desgracia” puede entenderse como producto del mal causado en otra existencia y por lo tanto no procede sentir compasión. Jesucristo, precisamente, rompió la Ley del Karma con su sacrificio e instauró la redención de los pecados, es decir, que se convierte Él en Señor del Karma al permitir saltarse esa ley gracias al perdón de los pecados, e inaugura el principio de Amor al prójimo como Ley básica de toda la construcción del mundo.

Si a la Iglesia le costó imponer la idea de la Piedad, del Amor al otro y del Perdón, el hacerlo con la presencia de la reencarnación que arrastra un Karma, le hubiera resultado casi imposible, y es por ello que tenía que negarlo. No se habla de reencarnación para que no se hable de Karma. Las sociedades que sí aceptan abiertamente la reencarnación, como en la India por ejemplo, han desarrollado unas civilizaciones en donde a

pesar de que su posición de partida era superior a la nuestra (la cultura espiritual budista o brahmánica es muy elevada), han dado lugar a formas de vida muy estáticas, precisamente porque no hay la idea del prójimo y cuesta más expandir el concepto de Amor. Lejos de complementar la idea de Karma con el nuevo orden impuesto por Jesucristo, al no producirse el paso cualitativo de la incorporación Krística² a las creencias originales, se producen formas de vida poco altruistas. La idea de que cada uno es responsable de sí mismo, ya sea por esta vida o por otras, es lo que llevó al maestro chino Yang Zhu a decir: “No sacrificaría ni uno solo de mis cabellos en beneficio de otro aunque con ello pudiera salvar al mundo”. Y no es que este sabio fuera un grandísimo hijo de..., es que la concepción de que cada uno tiene su camino hace irrelevante la ayuda a los demás, es decir el concepto de prójimo.

La frase de Jesucristo citada de “Quien tenga entendimiento que discurra” nos indica que en el Evangelio hay mucha información oculta y sólo al alcance de aquellos capaces de entrar en la profundidad del mensaje y no para los que se quedan en las formas. De manera que es normal que incluso entre los mismos sacerdotes tales revelaciones fueran secretas y totalmente individuales, vaya, que ni se hablaba del tema. Ahora bien, en el interior de sus celdas, una persona inteligente, como suelen ser ellos, sí que deben darse cuenta de este hecho, aunque por lo que representa deben callarlo y guardárselo sólo para ellos. Las Verdades Reveladas son siempre a

² Escribir las palabras relacionadas con Cristo con K se hace para no identificar las ideas que supone solamente con la religión cristiana. El fenómeno que produjo la llegada de Cristo es muy superior al que acota una creencia en particular y por eso se escribe con K, para quedarnos con la esencia de lo que representa.

nivel interno y ni son origen de comunicación humana ni pueden ser producto de las mismas.

Ahora, en los tiempos que corren, la idea del prójimo está tan presente en nuestras vidas que ya no puede causar daño alguno el revelar la idea de la reencarnación y es en base a ello por lo que me atrevo a desvelar algo básico para entender la razón de nuestra estancia en la tierra. El que la Iglesia Católica siga negándolo es normal dado su carácter universal. Una declaración suya llega tanto a la más culta Europa como a la más primitiva sociedad africana, en donde sí podría causar el mismo daño por el que se ocultó desde el principio la idea de muchas vidas. Es mejor callar para todos que hablar para todos si en ese mensaje puede haber algún peligro.

Volvamos al tema en cuestión. A través de las experiencias que vamos viviendo a lo largo de las sucesivas reencarnaciones, enriquecemos (o no) al Alma, o dicho de otro modo, “aprendemos”. La pregunta inmediata que surge ahora es por qué no las recordamos conscientemente. El motivo es que si nos acordásemos, las experiencias nuevas que venimos a buscar toparían con las antiguas, pues el apego humano haría infructuoso el buscar algo más de lo que se ha hecho. Pongamos un ejemplo. Supongamos que en una vida anterior he vivido en China, siendo un gran músico, creando arte y además allí conviví con mi alma gemela, pero en esta nueva reencarnación, se espera que desarrolle la faceta del Amor de cuidar a los demás a través de cuidar su salud siendo enfermero. Pues bien, si yo pudiese recordar la felicidad vivida en China, es muy posible que en lugar de dedicar mis esfuerzos a estudiar enfermería me propusiese viajar a China o hacer algo musical para volver a ser lo feliz que fui, en lugar de tener que destinar tanto esfuerzo en

intentar aprender algo que ignoro cómo me saldrá y que me cuesta mucho esfuerzo. Los hombres (y las mujeres también, pues por supuesto me estoy refiriendo a los dos géneros) tenemos mucha tendencia a centrarnos en aquello que sabemos hacer mejor y no en aquello que tenemos que aprender mejor. Si usted recuerda sus tiempos juveniles y le gustaba más estudiar historia que matemáticas, seguro que le dedicaba más tiempo a la primera, que a la segunda y el resultado era probablemente que suspendía las mates. El chiste de la llave perdida explicado anteriormente es algo que continuamente realizamos todos.

Siguiendo con el asunto que nos ocupa, en el ejemplo sobre el apego a nuestras vidas anteriores se ha tomado un caso favorable, pero también podría ser el caso contrario, por ejemplo: ¿cómo podría yo vivir sabiendo que en mi anterior reencarnación fui un nazi de las S.S. y quizás en ésta soy judío? Por eso es mejor no saber demasiado sobre las otras vidas, baste saber que si se realiza lo que el Espíritu espera de nuestra existencia ¡perfecto!, se pasa a otra faceta de crecimiento pero en caso contrario, como en un colegio, se repite curso y las circunstancias vuelven a producirse, sólo que los repetidores, esta vez, lo tendremos más difícil.

¿Qué queda pues si no se recuerda nada? Queda la conciencia, entendiéndolo por ésta lo que está bien o mal, esto es lo que enriquece o empobrece a nuestra Alma. Robar en grandes almacenes parece tan simple que hacerlo resulta casi una invitación, sin embargo hay mucha gente que busca a un vendedor para pagarle. No es por miedo a que nos cojan, pues podemos ser más listos al robar que los vigilantes, y el castigo es nulo, sino simplemente no robamos porque consideramos que no está bien, porque nuestra conciencia nos dice que no hay que apropiarse de lo que no es nuestro. En el ejemplo explicado del

nafragio en la isla desierta con un compañero y donde los alimentos son limitados, el matar o el ni plantearse hacerlo es una cuestión de desarrollo de la conciencia, es decir de escuchar al Alma como representante del Espíritu.

Por otra parte tampoco es cierto que exista una desconexión total entre las vidas, dependerá por lo general de la influencia de la anterior y de la fuerza de los acontecimientos que en ella se hayan vivido, así como del desarrollo interior que seamos capaces de hacer para tener una mayor conexión con los otros períodos de paso por la tierra. En general, las fobias que se pueden tener sin motivo aparente, ni emocional ni racional, en una vida son provocadas por una experiencia parecida en la vida o vidas anteriores. Por ejemplo, si yo en una vida pasada morí ahogado, es muy posible que en la siguiente, aunque no haya tenido problema alguno con el agua, le tenga pánico a ésta. E igualmente tendríamos para los casos positivos, esto es, si mi existencia anterior fue feliz, pues era un gran músico, muy posiblemente en la presente seré un melómano y la música me traerá mucha paz.

Ahora aparece otra pregunta a responder, ¿qué pasa entre una reencarnación y la siguiente?, o lo que es lo mismo ¿qué pasa cuando estamos muertos? Debemos hacer antes una aclaración. En las cosas básicas y para simplificar, consideramos al mundo como dual: blanco-negro, bien-mal, arriba-abajo, y por supuesto vida- muerte. La dualidad existe en todo aquello que está en la dimensión espacio-tiempo, pero en los planos superiores tal posibilidad es inexistente como ya se ha explicado anteriormente al hablar del Amor incondicional. Mirando desde el Alma la dualidad es un engaño. Todo lo dual es aquello que en la filosofía india se llama “maya”, es decir lo aparente, lo real (es decir la visión desde el Alma) no presenta dualidad. Vayamos pues a deshacer esa dualidad

de vida-muerte. En nuestra tierra podemos un día “no hacer nada “ pero en realidad eso no es posible, SIEMPRE estamos haciendo algo: o dormimos, o miramos la tele, o lo que sea, pero no es posible la idea de no hacer, porque siempre que creemos que no hacemos nada estamos haciendo algo. E igual pasa con todo, si un gimnasta antes de empezar a dar saltos está parado podemos pensar que no está haciendo nada, pero en realidad no es así, está haciendo algo que consiste en estar parado en una esquina del rectángulo del suelo donde realiza sus ejercicios. Que por motivos prácticos se considere la nada como algo real es evidente, pero en realidad no existe el no hacer. Es chocante quizá pero es así, hablamos de una dualidad “hago - no hago” por motivos prácticos de la vida terrenal, del concepto de aquí y ahora, pero si entendemos las líneas anteriores, y es muy importante que lo hagamos, nos daremos cuenta que no podemos “no hacer”.

Pues de esa misma manera **NO EXISTE LA NO EXISTENCIA**, con lo cual el concepto que tenemos de muerte como contrario al de vida **NO** es cierto. **La muerte no es lo contrario a la Vida, la muerte es una fase de nuestra existencia y no su negación.** “Somos” más allá de la muerte, por lo que el sentido que le hemos dado a ésta como punto y final, es falso. La pregunta entonces es: ¿Qué somos cuando estamos, lo que llamamos normalmente, muertos?

El hombre, como hemos dicho, viene a este mundo en busca de experiencias para las que está dotado de los cuerpos mencionados anteriormente, pero llega un momento en que pierde uno de ellos: el cuerpo material o denso. Es decir que nosotros seguiremos siendo los mismos una vez hayamos abandonado nuestra carne, sólo que si hasta entonces teníamos ese cóctel de átomos de carbono para vivir en la tierra, ahora iremos a otros planos

en donde no habrá ese soporte material. Morirse es como quitarse el abrigo, nosotros seguimos siendo los mismos con abrigo o sin él y de la misma manera seguimos siendo nosotros sin nuestro cuerpo.

Pero hay otra pregunta: ¿Por qué tenemos que dejar nuestro cuerpo?, pues la verdad es que nos hemos acostumbrado tanto a él que nos parece imposible ser si no lo llevamos. Supongamos que un amigo nuestro, llamémosle Sr. X, lleva una gran barba y gafas oscuras. Con tal aspecto nos será fácil reconocerlo cuando le veamos, e incluso si alguien se disfraza convenientemente es posible que le confundamos. Ahora bien, si el Sr. X un buen día decide afeitarse y ponerse lentillas, seguirá siendo el Sr. X ¿no?, pues bien, lo mismo nos sucede en nuestra muerte, que somos pero con un cuerpo menos. Y la razón por la que no disfrutamos de ese cuerpo es porque allá donde vamos a ir no nos es necesario.

El cuerpo físico nos ha sido muy útil para materializar en hechos concretos las manifestaciones de nuestro cuerpo vital, emocional y mental, es decir que gracias a él hemos podido plasmar sobre la tierra el producto de nuestros pensamientos y emociones, pero ahora ha llegado el momento de recapitular sobre lo que hemos hecho, y en la naturaleza cuando algo no sirve se elimina. Pero, ¿dónde y cómo va nuestro Yo sin el cuerpo material?

Responder a esto es responder a lo que hay detrás de nuestra existencia. El tema puede ser tan complejo como queramos que sea y las posibilidades de investigar sobre el tema, dado lo difícil que resulta comprender la literatura al respecto, es un asunto profundo y complejo. Sin embargo, y a efectos de ser prácticos una vez más, vamos a resumir y simplificar la situación. Entienda que

esto es una gran simplificación y no un tratado sobre la muerte.

Tras la muerte, es decir tras dejar el cuerpo, viene un examen, ¿de qué?, pues evidentemente si hemos venido a la tierra para vivir el Amor, de eso tratará el examen, ¿lógico, no? De nuevo aquí, la idea no es una ocurrencia nuestra ni de libros esotéricos complejos ni nada de eso, pues ya San Juan de la Cruz dijo “a la tarde te examinarán en el Amor”³. En toda la literatura esotérica se habla a menudo de videntes, y han habido unos cuantos capaces de traspasar la dimensión terrenal estando en este mundo, pero sin duda los grandes videntes, entendiendo por este concepto aquellos capaces de captar supra realidades, han sido los místicos. Ellos tenían conexión directa con ese mundo del Espíritu al que nos hemos referido y es por ello que comprender su mensaje es una ayuda importantísima. No hace falta decir que San Juan de la Cruz lo era, como también Santa Teresa de Jesús, de quien también se hablará. Pero sigamos.

En ese examen de Amor se visualiza lo que ha sido nuestra existencia y la primera fase consiste en recoger todo lo sembrado. Si lo sembrado ha sido el mal, el Yo revive en su propio ser el mal realizado a todo nivel, tanto el mental como el emotivo. Esta fase sería la que la Iglesia tradicional llamaría Purgatorio. Es fundamental reconocer su existencia para no considerar la vida como un absurdo. Las posibilidades que tiene el hombre de establecer la justicia en la tierra son muy escasas y es preciso un tratamiento de limpieza de este tipo para restablecer lo que es correcto. Pongamos un ejemplo. Los defensores de la pena de muerte se basan en que quien ha realizado ciertos actos a la humanidad no tiene derecho a la vida sobre la tierra y es mejor para todos matarlo. Parece muy lógico,

³ Aparece recogido este pensamiento en “Dichos de Luz y Amor ”

incluso responde a la idea de “ojo por ojo, diente por diente“, pero esa ley está abolida desde la llegada de Jesucristo. Ahora bien, ese proceder es o puede ser desigual. Imagínese que capturamos a Hitler, quien mató a más de seis millones de personas por el hecho de ser judíos. Si lo matamos tan sólo lo podremos hacer una vez, es decir que estamos en proporción de seis millones a uno por lo que respecta al tema de las muertes, evidentemente no podemos darle seis millones de vidas para ir quitándoselas una a una. Lo que se encarga de poner las cosas en su sitio, es decir que quien hizo sufrir a seis millones de seres sufra por cada uno de esos seis millones, es la fase citada del Purgatorio. Cuando la Biblia dice: “La venganza es mía dice el Señor”, nos está señalando precisamente que debido a que no podemos realizar compensación alguna de los malos actos de los hombres, es mejor dejarla en manos de esa fase llamada Purgatorio. También en ese estado hay fases y una especie de “escalonado” pero ello sería profundizar demasiado en el tema y lo importante a nuestros efectos es dejar constancia de este paso de limpieza que es el llamado Purgatorio (de purgar = limpieza). Esta fase se conoce en ciertas escuelas como Tribunal Kármico, pero no se trata de un tribunal con jurado como los de la tierra, sino que por jurado estamos nosotros mismos viviendo en nuestro ser todo lo bueno y lo malo que hemos producido. Tengamos esto siempre presente: si queremos hacer mal a alguien por el motivo que sea, porque creemos que la venganza es justa o creemos tener razón (ya se hablará mas delante de eso de tener razón) todo el mal que causemos lo recibiremos en nuestro ser cuando dejemos nuestro cuerpo. Esto sólo ya es un motivo de egoísmo inteligente para no hacer daño a nada y a nadie. No lo olvidemos.

Una vez superada esta etapa, entramos en el mundo de las ideas y de los sentimientos. Aquí empieza realmente el Paraíso de los justos del que nos hablan las escrituras. Para darnos cuenta de las posibilidades del mundo de las ideas y de las emociones en comparación con nuestra realidad, vamos a comparar una realidad física de nuestro mundo real con otra de nuestro mundo del pensamiento. Si queremos ir al Amazonas tendremos que tomar un avión, un barco o montar una expedición, todo ello en el mundo real o material, pero si pensamos en el Amazonas inmediatamente podemos sentirnos allí. Lo que hoy está tan de moda y a lo que llamamos virtual, es lo que vivimos al 100 % en el mundo de las ideas y emociones. Al no existir la materia todo es construido con la sola idea de quererlo hacer, ¡es mágico!

Ahora bien, hemos dicho que después de la muerte seguimos siendo lo que somos ahora, es decir que seguimos con los sentimientos y emociones que teníamos en la tierra, de manera que aquello que podamos crear a través de nuestras ideas y sentimientos en ese nuevo plano de la realidad en que nos encontramos, dependerá de lo que hayamos recogido en nuestro paso por la tierra. Por ejemplo, si yo no conozco los edificios de oriente en vida terrenal, en el mundo de las ideas y sentimientos no podré construir para mí una pagoda en donde habitar. De manera que del enriquecimiento emocional y mental que hagamos en nuestra existencia dependerá la “calidad” de nuestro paraíso.

Sin embargo, se puede dar una situación de incomodidad en esta etapa, la tenemos para aquellas personas que han vivido la vida buscando sólo placeres terrenales. Quien ama el dinero, el vino, el sexo, el juego y actividades parecidas se encuentra ahora en un mundo en donde todo eso no es posible de colmar. Su

enriquecimiento ha sido hecho sólo para placeres carnales y ahora la inexistencia de carne con que satisfacerlos le impide disfrutar de su nueva realidad. Estos seres, los que están en otros planos pero añoran los placeres de nuestro mundo material, son lo que se llaman los desencarnados o Almas en pena y en lugar de quedarse en el plano en que están se acercan a los humanos vivos para a través de ellos disfrutar de los placeres que ahora les son imposibles de lograr. Al hombre de nuestra tierra que vive un vicio fácilmente se le puede “pegar” algunos de estos seres. En las películas de terror vemos espíritus que van a matar a humanos, pero ello sólo indica el poco conocimiento de estos temas que tienen sus directores, porque lo que realmente quiere un desencarnado es un socio que le permita vivir vicios que ahora le son negados. Es como si una persona que no puede fumar porque no tiene dinero para cigarrillos, se acercara a gente que fuma para asimilar el humo que desprenden. Todo aquello que nos ata a esta existencia, es decir todo aquello a lo que tenemos apego, ya sean vicios, sentido de la propiedad, celos, nos bloquea nuestra existencia en eso que hemos llamado primer paraíso y decimos primero porque también en el Paraíso hay grados.

Si en el mundo terrenal la razón de ser era la de adquirir experiencias, en el mundo de las ideas – emociones la razón es desarrollar al máximo las mismas. En este último plano, por ejemplo, los amantes de la música serán capaces de oír y componer las más bellas melodías, los amantes de la filosofía comprenderán los sentidos ocultos de todas las teorías, los hombres de ciencia entenderán el funcionamiento de la materia que buscaban en su vida y no encontraban, los obreros que aman de verdad el oficio de la construcción serán capaces de crear edificios de ensueño, los jardineros que hayan

vivido con pasión su trabajo diseñarán bellos jardines y así podríamos decir de todas las actividades. Lo importante de esto es que realmente en el plano tierra se haya hecho algo que llene, que sea el trabajo que nos ha dado de comer o no, no es importante, lo realmente importante es desarrollar actividades que nos apasionen, es decir que hayamos puesto Amor en ellas. Si a usted le gusta pasear por la montaña en el Paraíso lo hará por los más bellos prados y bosques. La posibilidad de ser y disfrutar de todo aquello que se desee hace que sean imposibles los celos, las envidias, los rencores, las posesiones y además es cierta la conexión con otros Seres que partieron de nuestro planeta con anterioridad. Habría mucho más que decir pero de momento nos basta con saber esto.

Así el Alma se enriquece ahora pero no por la realización física de lo hecho sino por la perfección en un mundo donde sin la limitación de la materia todo es posible. Pero ¿ y después qué?

Existen dos posibilidades al respecto; la primera que el desarrollo del Alma haya llegado ya a su punto culminante y entonces es cuando ese Ser pasa a vivir en el mundo Espiritual/Divino. Este sería el caso de los seres cuya capacidad de Amor ha sido excepcional, como es el caso de los Santos (y no nos referimos sólo a los reconocidos por la Iglesia) y de lo que en muchas escuelas esotéricas se llaman los Maestros Ascendidos. Estos Seres superiores ya han alcanzado su plenitud, sin embargo, a menudo pueden reencarnarse, pero no ya para incrementar su riqueza de experiencias amorosas, sino para ayudar a la humanidad en la búsqueda de las mismas. El caso citado de Elías reencarnado en San Juan es uno de ellos, pero hay muchos más.

Para aquellos que todavía no han alcanzado el grado máximo, llámese la Santidad, Ascensión o

Iluminación, el Alma, tras permanecer en el mundo de las ideas – sentimientos quiere volver a la tierra a adquirir nuevas experiencias. Es como si ya no estuviera contenta con lo que tiene o le pareciera poco. Quienes han recibido poco Amor en la tierra y han realizado actos crueles, aparte del peaje del Purgatorio, el mundo paradisíaco les parecerá muy pobre, pues en el Paraíso se disfruta de la plenitud de actos de Amor sembrados en la tierra y quien no ha sembrado Amor no se encuentra con nada, de manera que querrán, a nivel del Alma, volver a reencarnarse para ganar experiencias, ser mejores y acercarse más a la Luz. De la manera que es la sociedad actual no debería extrañarnos que hubiera *overbooking* para volver a bajar a la tierra.

El Alma tiene aquello que ha recibido de las anteriores vidas en la tierra, de modo que su reencarnación dependerá de lo que persiga aprender en la nueva vida que le toca. Aquí, es como si el Alma “pactara” con los ángeles encargados de las reencarnaciones aquello que quiere desarrollar. Eso es lo que determina lo que llamamos destino. Sobre la idea de si existe el destino se podría hablar muchísimo, pero es cierto que de entrada sí que tenemos, a pesar de nuestro libre albedrío, condicionantes producidos por el destino que se manifiestan por el dónde cómo y cuándo venimos a la tierra. El destino hace que nazcamos hombre o mujer y eso implica que biológicamente ya estemos destinados a tener un tipo de experiencias u otras y lo mismo se puede decir en relación a la familia, el tiempo o el lugar en que venimos a este mundo. Debemos reencarnarnos de una manera u otra en función de lo que hemos sido y de lo que nos queda por aprender. Puede ser que no nos guste la familia en que hemos nacido, el país, nuestra condición económica, el tiempo, nuestro físico, incluso nuestro sexo,

pero en todo ello no hay error, recordemos que a nivel elevado no hay dualidad correcto-falso y por lo tanto todo lo que viene del Cielo es más que perfecto. Puede ser que no nos guste todo eso, pero **lo pactamos a nivel de nuestro Ser más elevado**, eso que llamamos Alma, antes de venir y lo pactamos para de esta manera vivir formas de Amor que nos permitieran enriquecer nuestro Espíritu. Aunque se ha simplificado mucho el tema, no nos olvidemos de que lo que somos, nosotros lo pedimos, no a nivel mental, sino a nivel de Alma.

Ahora llega el momento de la pregunta que se formula uno siempre que oye estas cosas: ¿Quién nació ciego o mudo o cojo..., también lo eligió? Si le digo que sí pensará que esa Alma que eligió venir para sufrir es idiota, y si le digo que no, mi explicación anterior le parecerá falsa, de manera hay que tener antes una visión más amplia para entender la respuesta.

La idea de reencarnación, como sabemos, proviene, y es ampliamente aceptada, de la India. Una religión de este país, el brahmanismo, quizá de las más antiguas, tiene una concepción particular de la reencarnación. Para ellos nacer con unos atributos u otros, y hasta en el seno de una familia u otra, es debido a que cada uno de nosotros arrastramos un karma, es decir malas acciones cometidas, que hay que “pagar”. Por eso dividen a la sociedad en castas, de manera que la diferenciación social se produce desde el nacimiento y no por medio de lograr mayor poder económico como sucede en nuestra cultura. Existen muchísimas castas y la adscripción a una de éstas es de por vida, es decir que no puedes desvincularte de la casta a la que perteneces. Incluso es en base a la pertenencia a una u otra casta lo que determinará el oficio que se realizará y eso se refiere tanto a las consideradas ocupaciones superiores, por ejemplo el

sacerdocio, como a las inferiores, entre los que ellos consideran las relacionadas con la piel y el cuero. La casta más inferior de todas, es la de los llamados intocables, que como su nombre indica, está formada por personas con las que no se debe tener trato, ni siquiera se pueden tocar. La pertenencia a una casta u otra viene determinada por los méritos efectuados en la vida anterior, así que según esta concepción lo que uno se encuentra en esta vida es producto de lo hecho en la anterior o anteriores y la ley del karma se defiende como si fuera una ley de causa-efecto: según lo que has hecho, recibes, o dicho de otra manera: quien la hace, la paga.

Pero en realidad el karma no encierra tal grado de crueldad, no se trata tanto de pagar por lo hecho como de aprender de lo que se ha hecho. La fase de “pagar” por nuestras maldades es la que se realiza en el ya definido como Purgatorio, el karma es el aprendizaje de lo que teníamos suspendido y no un castigo por el mismo. Tomemos un ejemplo: Usted, al igual que todos los niños, seguro que dejaba su cuarto hecho un asco, tirando los juguetes por el suelo etcétera. Y su madre, al igual que todas las madres, le reñía por eso e incluso le castigaba. Un niño no puede entender por qué es tan importante el orden y la limpieza en la casa, como quieren tener todas las madres; soportará el castigo por lo que ha hecho, pero no será hasta que ese niño sea padre o madre cuando entienda el porqué el desorden de la habitación y tener los juguetes dispersos por toda la casa molestaba tanto a sus padres. Igual pasa con los jóvenes, que no entienden por qué sus padres ponen horarios a sus salidas nocturnas, pero cuando ellos sean padres seguro que entenderán el motivo que llevaba a sus progenitores a actuar de manera tan restrictiva. En algunas cosas, o mejor dicho en muchas, la mejor manera de aprender es pasar por esa situación, y

de eso es de lo que se encarga el karma. El karma no es un castigo por haber ido por el mal camino, sino una lección para no ir más por allí. Así, quien nace en una familia humilde, en la India no tiene por qué haber sido muy malo en otra vida, quizá tiene que aprender la lección de Amor que se esconde en la humildad.

Incluso si una persona nace con defectos físicos no tiene que ser solamente para que ésta aprenda, sino que puede ser para que lo haga su entorno. Estamos en el caso de Seres capaces de sacrificarse para la evolución de su entorno y por ello son siempre dignas de admirar estas Almas.

Un ejemplo del funcionamiento de cómo va todo esto lo vemos en el Evangelio de San Juan 9, 1-3 que nos dice:

“Cuando pasaba vio Jesús a un ciego de nacimiento y le preguntaron sus discípulos: «maestro, ¿por qué pecados nació ciego este hombre, por los suyos o por los de sus padres?»” La respuesta de Jesús fue:

“«La causa de su ceguera no ha sido ni suya ni de sus padres. Nació así para que el poder de Dios pudiera manifestarse en él»”.

Aquí tenemos otra vez una prueba clarísima de que el Evangelio reconoce la reencarnación, pues si el ciego lo era de nacimiento ¿Cómo se le podía decir que la culpa era suya si no se admite que ese ciego de nacimiento tuvo una vida anterior donde tal vez hizo algo que debería aprender a no cometer?

En la respuesta de Jesucristo se nos indica que el funcionamiento de lo que consideramos “desgracias” está motivado para que nos sirva de ayuda y aprender o bien nosotros o bien nuestro entorno. Por ejemplo, quizá los padres del ciego del Evangelio debían desarrollar la faceta de Amor de cuidar a un impedido y tal era la dureza de sus

actividades que tan sólo en una situación como ésa lo podían realizar.

Personalmente, una vez conocí a una chica sorda y ciega, me cuesta pensar en mayor desgracia; se comunicaba por las manos y debo decir que a pesar de ese gran *handicap*, pocas veces he visto a una persona con más Luz interior que ella. Así vemos que las simplificaciones de la Ley del Karma son muy peligrosas y como hemos expuesto, fue la causa de que la Iglesia negase y niegue la reencarnación. Cuidado, pues, con eso. Lo que sí es cierto es que en cada reencarnación se va adelante y no hacia atrás en términos de enriquecimiento del Alma, la forma y el precio terrenal que para eso tengamos que pagar carece de importancia.

Otra pregunta típica es pensar ¿y después de tantos años la humanidad está tan mal que las Almas deben reencarnarse en situaciones tan duras como las que vemos?, ¿tan poco hemos aprendido los humanos? Pues realmente el mal realizado por el hombre a lo largo de la historia ha sido de tal magnitud que la velocidad de evolución es muy lenta. Pero para ser optimista fijémonos en el progreso que hemos hecho: hace quinientos años a nadie le importaba lo que sucediese en el país vecino y hoy tenemos organizaciones humanitarias que mejor o peor intentan mejorar la vida de otros que ni conocemos ni probablemente conoceremos; hace cien años a nadie le importaba que alguien que no fuera de su familia perdiese el empleo y hoy tenemos prestaciones para los parados e incluso socialmente se les busca trabajo, y lo mismo podríamos decir de la medicina, que ahora es para todos, o de las pensiones de jubilación. Es decir, que sí que tenemos mayor conciencia del prójimo, lentamente pero sí que la vamos teniendo. Ahora falta tener conciencia del

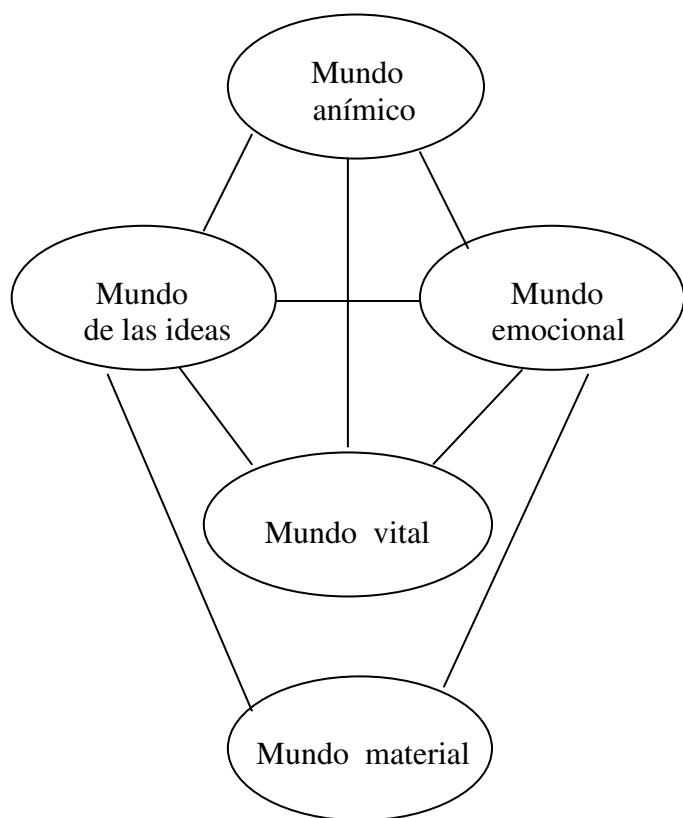
medio, de la ecología y ser capaces de vivir sin destruir nuestro hermoso planeta.

Bueno, ahora haciendo una recapitulación de lo dicho ya sabemos qué somos, por qué somos así y adónde vamos. En los próximos capítulos se tratará de establecer cómo comportarnos para que nuestra estancia en la tierra sea efectiva, eficaz y grata, y ver que alimentando el plano superior hacemos lo mismo con el más terrenal. Ahora se han acabado las explicaciones introductorias y empieza de verdad la materia práctica de lo que tenemos que hacer. ¡Ánimo!

La regla de oro

Después de todo lo dicho y comentado en los capítulos anteriores, ahora ya sabemos cómo somos, seres con cuerpo, vida, emociones y razón, todo eso al servicio del Alma, y también sabemos para qué estamos aquí, que resumiendo sería para lograr experiencias de Amor que permitan la evolución del Alma llevándola a conectarse con la fuente de todo, que llamamos Divinidad. Ahora hay que ser un poco más prácticos, no sólo hemos de ver cómo comportarnos en esta dimensión terrestre en la que discurre nuestra vida para lograr ese fin último de enriquecer el Alma, sino que hemos de saber cómo mejorar nuestra vida aquí y ahora pues, como ya vimos en el esquema de los diferentes cuerpos, éstos están conectados.

En realidad, el esquema comentado de los cuerpos del hombre tendría un paralelo en el esquema de los mundos donde estos cuerpos actúan. Así, si hemos hablado de un cuerpo material y vital podríamos decir que éste se desarrolla en la tierra, en lo que conocemos como la dimensión espacio-tiempo. Por lo que respecta al cuerpo mental tendría un equivalente en el mundo de las ideas, de la misma manera el cuerpo emocional se vería traducido, en este nuevo esquema, en el mundo de las emociones, mientras que el Alma lo haría en un mundo Anímico. El esquema resultante quedaría de la siguiente manera:



Ahora bien si el cuerpo vital es el que nos proporciona el soplo de la vida, podría parecer imposible separar su actividad del mundo material en que se manifiesta, y por lo tanto la idea de separar el mundo de la vida del mundo de la materia no sería correcta. Parece pues que el razonamiento expuesto de separación de mundos no es correcto, pero esto no es exactamente así. Y

para demostrar que hay un mundo vital independiente, pero por supuesto relacionado con los otros, tenemos un ejemplo muy claro: lo que nos sucede durante el sueño. Mientras dormimos, nuestro cuerpo apenas se mueve, nuestra materia pura y dura no actúa, el mundo material en el que nos desenvolvemos cada mañana desaparece, pero a pesar de todo ello mientras soñamos “vivimos”, tenemos emociones, pensamientos, e incluso podemos sentir dolor o placer corporal en unas circunstancias en las que nuestro cuerpo físico no interviene. Eso es debido a que nuestro Yo se manifiesta en el mundo vital como base, de la misma manera que cuando estamos despiertos se manifiesta en el mundo de la materia. El porqué de lo que soñamos está influido por los acontecimientos vividos, por nuestros pensamientos y emociones, es fácil de entender si aceptamos la conexión existente entre los diferentes cuerpos que nos componen y en consecuencia entre los diferentes mundos donde los mismos actúan.

Ahora se trata de ver la importancia de las actuaciones que llevamos a cabo en cada uno de estos mundos, para ver que los efectos prácticos que estamos buscando se producen en nuestra realidad de aquí y ahora, es decir en la tierra. Tomemos un ejemplo para simplificar la idea.

Supongamos que ve una casa (salga y mire la que tenga más cerca o imagínese una que conozca bien), ese edificio está dentro del mundo físico y material, ocupa un lugar en el espacio y también existe en un momento determinado. Pero en realidad antes de que existiera esa casa en este mundo físico que ve, fue preciso que existiera en los otros mundos. Fue preciso que se tuviera el sentimiento de construirla, es decir que existiera en el mundo de las emociones ganas de construirla y así se plantara la semilla “casa” en el mundo emotivo; fue

preciso también que se plantase la misma semilla “casa” en el mundo de las ideas de la mente de un arquitecto que diseñó los planos y estructuras precisas, y fue también preciso que germinase esa semilla “casa” en el mundo vital, ya que sólo a fuerza de aplicarle vida, es decir construyendo, la casa puede existir. Así el producto material que usted ve, sería matemáticamente hablando éste:

casa = emoción + ideas + vida + materia.

O dicho en otras palabras, para explicar el ejemplo: todas las emociones, todos los pensamientos, toda la acción de vida, toda la materia, se relacionan para constituir todo lo que Es. Y viceversa, todo lo que Es en esta tierra es producto de lo que Es o ha sido anteriormente en los otros planos. Y a partir de aquí vamos a extraer la conclusión a la que queremos llegar.

En el mundo material, el que podemos ver con nuestros ojos y que por eso nos es el más familiar, todos tenemos muy claro que recogemos lo que sembramos. En la tierra, es decir en nuestro mundo denso, a nadie se le ocurriría plantar cebollas y esperar recoger patatas, por ejemplo. Nunca hemos oído a nadie decir algo como “fui a mi campo donde había sembrado cebollas y no pude recoger ninguna patata”. Ridículo, ¿verdad? Sabemos perfectamente que si se siembran patatas se recogen patatas y si se siembran cebollas se recogen cebollas, pues eso es lo natural y está de acuerdo con las leyes de la naturaleza.

Pues bien, en lo que hemos llamado “otros mundos”, es decir en el campo mental y el campo emocional, sucede exactamente lo mismo. Cuando en la vida algo nos hiere, nos molesta, nos duele o por el contrario nos place, nos alegra, nos satisface, es simplemente porque con anterioridad hemos plantado en

el campo emocional y del pensamiento esas semillas de las que ahora recogemos sus productos.

Debido a que, como ya se ha dicho, todos esos mundos están relacionados, el plantar algo en uno de los mundos repercute en los otros. Y si como se ha dicho en el ejemplo de la construcción de la casa, la realidad material se inicia con el sentimiento de crearla, a menudo ocurre lo mismo con las semillas que plantamos. Lo que pasa es que sólo nos damos cuenta de que hemos estado plantando semillas de tal o cual clase cuando las mismas se manifiestan en el plano terrenal, pero para que aparezcan en el mundo físico ha sido preciso que crecieran y se desarrollaran en el mundo de las ideas y emociones.

A menudo nos pasan cosas que no entendemos por qué nos suceden, parece como si la vida fuese un juego de locos, sin normas y caótico, en el que a veces se producen circunstancias que producen alegría y otras que nos traen tristeza. Pero no es así. Lo que nos sucede tiene una explicación debido a tres causas: como respuesta a lo que hemos plantado a título individual, de manera que lo que nos sucede en la tierra es lo que nosotros nos hemos empeñado en que aparezca; lo que acontece como consecuencia de la unidad del ser humano, y lo que pasa a consecuencia del karma y el dharma. Empecemos por ver la causa primera.

Hemos dicho que hay cosas que nos suceden por iniciativa propia, lo que no significa por voluntad propia. Por ejemplo: supongamos que un trabajador que realiza su trabajo con otras personas, dedica mucho tiempo a criticar a sus compañeros, a decir que si Fulanita no trabaja, que si Menganita lo hace todo mal, etcétera. Si este trabajador X no es apreciado por su jefe, que ni le sube el sueldo (¡con lo bien que X cree que lo hace!), ni le da nunca las gracias, muy posiblemente X pensará: “¡qué

injusto es el mundo!, ¡qué mala suerte tengo de tener un jefe así!”. Y, sin embargo, lo único que está sucediendo es que el mismo desprecio que tiene hacia sus compañeros lo está recibiendo ahora, sólo que en la dirección que le viene le lastima, y entiende como injusto algo que en realidad es lo más natural, es decir, que si se siembran patatas se recogen patatas y si se siembran cebollas se recogen cebollas. Como X sembraba el desprecio hacia sus compañeros con sus críticas, recoge ahora el desprecio de su jefe que no reconoce su labor. Que pase esto, es decir, el desprecio del jefe, evidentemente no es la voluntad del trabajador, X pero sí que es propiciado por él; por eso hemos dicho antes que estas cosas suceden por iniciativa propia de X, aunque la voluntad de X no fuera recoger el desprecio de su superior.

Si hemos puesto un ejemplo de un caso negativo es porque generalmente resulta más claro y fácil de entender que cuando se trata de situaciones positivas, en las que uno mismo se da el mérito de haber alcanzado algo bueno. Si hacemos el bien, pensamos en el bien, acabaremos recogiendo el bien, es ley del Cosmos, por extraño que nos parezca. Como prueba le invito a que haga lo siguiente: sea amable cuando conduzca durante un tiempo, pongamos un mes. Deje pasar a los peatones cuando vea que van a cruzar, permita el giro a la izquierda a los que se lo pidan si puede hacerlo, no grite, no toque la bocina y verá que si es capaz de hacerlo de manera continuada la gente reaccionará amablemente con usted. A nivel particular, a todas las personas a las que he propuesto el juego de dejar pasar a los peatones en un paso cebra, me han dicho que cuando ellos han sido peatones les han dejado pasar. Claro que el problema está en mantener en el tiempo esta actitud, pues parece que el mundo se confabula para hacernos perder los nervios continuamente.

De este modo vemos que, si queremos recoger algo, primero tenemos que darlo. En consecuencia, si queremos recibir algo bueno de la vida, debemos primero dar cosas buenas a la vida, o dicho en otras palabras más simples, seamos buenos para que todo nos vaya mejor.

En general, siempre que he expresado esta idea me he encontrado con la respuesta de alguien que te dice “pues yo conozco a X, que es un grandísimo hijo de p., que pisa a los demás, que roba, que engaña y todo le va bien”. Normalmente quien dice eso de que todo le va bien a esa mala persona se fija principalmente en la situación económica del individuo, pero en realidad eso no quiere decir nada. No podemos decir absolutamente nada sobre la felicidad de nadie, nada de nada, pues no estamos en su piel, sólo podemos opinar por nosotros mismos, pero por nadie más, ni siquiera por los seres más cercanos de nuestra familia. Puede ser que esa persona de la cual creemos que todo le va bien, porque roba y no es detenida por la policía, o estafa a hacienda y no la cogen, tenga un hijo drogadicto, o problemas de salud que ignora, u odios familiares. No sabemos nada de la totalidad de su vida, de manera que no podemos afirmar que siendo mala persona las cosas le van bien. Con anterioridad se ha dicho que Napoleón reconoció haber tenido sólo tres días de felicidad en su vida ¿alguien en su época hubiera podido llegar a pensar que un ser tan inmensamente poderoso podía ser tan infeliz? Sin duda Napoleón fue un gran hombre en muchos aspectos, pero en otros no, en sus guerras se mataba, robaba, saqueaba y sólo por eso ya se nos está diciendo que no podía recoger felicidad si infligía dolor a los demás. No intentemos romper esta afirmación tan básica (quien planta patatas recoge patatas y quien planta cebollas recoge cebollas) por la imagen externa que

alguien dé, pues el interior es lo importante y sólo uno mismo puede hablar del suyo propio.

Ahora bien, ocurre a menudo que la conexión entre lo que nos pasa y lo que hemos hecho no es tan clara como en el ejemplo del trabajador que habla mal de sus compañeros. Además, resulta que la forma en que los acontecimientos se manifiestan es distinta para cada persona y eso puede hacernos dudar de las afirmaciones expuestas. Por ejemplo, si hoy le roban la radio del coche, desde luego no me aceptaría que le dijese que es debido a una acción suya en este sentido, pues usted nunca ha robado nada, ni siquiera en unos grandes almacenes. Lo que sucede es que la forma que tiene de manifestarse el principio de que se recoge lo que se siembra es muy sutil, tanto en lo que se refiere al tiempo de conexión entre causa y efecto como en la materialización de este último. Por ejemplo, ¿no robó nunca una gorra cuando hizo la mili (si la hizo)?, ¿ha pagado todas sus multas de tráfico?, ¿ha declarado todos sus ingresos en los impuestos? (no hacerlo es una forma de robar), ¿nunca copió en un examen? (el copiar es apoderarse de un aprobado que no le corresponde, en consecuencia es robar), etcétera. Además, para cada persona el resultado de lo que ha plantado es diferente, tanto en el lapso de tiempo en que sucede como en la forma en que se produce, es decir que no a todos los que han robado gorras en la mili les roban la radio, pero sí que en algún momento se manifiesta la mala acción, de la misma manera que por hacer cosas buenas se acabará recogiendo algo positivo. Si siembra usted patatas recogerá patatas sólo que la forma de las mismas será diferente para cada persona y el tiempo entre la siembra y la recolección también.

Incluso puede pasar que la manifestación de lo que hemos realizado mal no se de en el campo en el que hemos

actuado así, sino en otro. Un día vi por la calle a una chica paseando a un pequeño perro, y cuando este se paró a oler un árbol, la chica empezó a darle tirones con la correa e insultarle. Evidentemente el pobre animal no puede hacer daño alguno a su dueña, pero seguro que si esa chica actúa así siempre, tarde o temprano, y tal como están los tiempos más temprano que tarde, recibirá un trato déspota de alguien que ocupe una posición superior en algo que haga, ya se trate de un jefe o de un cliente.

En general, todo aquello que nos sucede a un nivel *light* (es decir suave o ligero) y que diríamos que es una injusticia que nos pase a nosotros, es debido a algo que anteriormente hemos plantado. Hemos utilizado la palabra *light* para designar este tipo de situaciones, pero desde luego el que sea *light* no quiere decir que sea flojo, ya que de hecho lo que nos amarga más la vida son las pequeñas contrariedades, esas que creemos que no nos las merecemos y sin embargo son provocadas por nosotros.

Como el hombre desarrolla el Amor en interacción con los demás, resulta que debemos ser “buenos” en relación a los otros y cosas como las que hacía el trabajador X del ejemplo no las debemos hacer. Pero claro, ahora aparece la pregunta de ¿qué es ser bueno y qué no es ser bueno con los demás?, pues bien, la respuesta nos la dio Jesucristo hace más de dos mil años con sus palabras que dicen: **“Así pues todo cuanto queráis que os hagan los demás, hacédselo igualmente vosotros. A esto se reducen la Ley y los Profetas”** (San Mateo 7,12). Ya tenemos el patrón para saber cómo actuar, pongámoslo en marcha. Al trabajador X no le gustaría que le criticasen, así pues que no critique él a sus compañeros.

Lo que nos está diciendo San Mateo es que si plantamos patatas recogeremos patatas y que en ese

principio se resumen las páginas y páginas de todo lo que han escrito los profetas. La regla de oro con la que se titula el presente capítulo es la expresada en las letras en negrita de unas líneas atrás. De manera que si queremos que nos quieran empecemos queriendo, si queremos recibir comencemos por dar. El resultado de la aplicación positiva, es decir el actuar para recibir frutos de lo que realmente queremos, es decir ser más felices, no es inmediato, como tampoco lo es el hecho de plantar una semilla y que inmediatamente se obtenga un árbol, pero es plenamente seguro al 100 %, y no porque lo digamos nosotros sino porque son palabras de Jesucristo y Él sí que merece respeto.

Y si ya sabemos lo que tenemos que hacer para lograr que la vida nos dé aquello que deseamos, también sabemos lo que no tenemos que hacer para no recibir eso que no queremos. Pero no nos olvidemos de que los cuerpos que nos forman están conectados, de manera que cada vez que nos enfadamos con otra persona, hablamos mal de alguien, despreciamos, odiamos, detestamos, calumniamos, insultamos, golpeamos, humillamos, estafamos, incordiamos a nuestro prójimo, estamos ensuciando nuestro mundo emotivo y en consecuencia acabaremos pagándolo, de manera que no lo hagamos. No hagamos a los demás lo que no nos gustaría que nos hiciesen, pensasen o sintiesen hacia nosotros. La explicación de los mundos conectados nos sirve para darnos cuenta que si plantamos algo en un mundo acaba floreciendo en otro y finalmente se materializará en nuestra vida, luego hemos de tener cuidado con los sentimientos y pensamientos que emitimos.

Podríamos objetar que esto es muy fácil de decir pero más complicado de hacer, ya que por más que estemos de acuerdo en el hecho de que no hay que hacer,

pensar o sentir hacia los demás lo que no nos gustaría que ellos hicieran, pensasen o sintiesen hacia nosotros a veces no lo podemos evitar y ello por dos motivos: porque hay casos en que nosotros “tenemos la razón” y en otros porque “somos así”. Vamos a analizarlos.

El trabajador X cree firmemente que tiene razón al decir que el resto de sus compañeros son unos vagos y por eso lo dice. Para él, tiene r-a-z-ó-n y en consecuencia lo dice y lo siente. Pero es que en todo lo que hace una persona en la tierra hay una razón, en todo. Otra cosa es que la razón de alguien no sea la nuestra, pero eso no supone que no exista una razón para realizar algo, con independencia incluso de las consecuencias que produce.

Supongamos que una pareja discute porque la mujer está viendo una telenovela y el marido quiere ver el fútbol, el marido, enojado, coge la televisión y la arroja por la ventana. Evidentemente la reacción del hombre es absurda, pues podía haber hablado con su mujer, ver si el fútbol se podía grabar en video o irse al bar, pero por excesiva que sea la acción de arrojar la tele por la ventana el hombre tenía “su” razón: él quería ver el fútbol y no un serial.

Siempre, siempre que se hace algo es por alguna razón, incluso en comportamientos terribles, como el terrorismo, hay una razón para quien lo hace. Siempre. Cuando una persona nos comenta una diferencia que ha tenido con otra, y nos pregunta eso de “¿tengo razón?” lo que realmente está preguntando es “¿compartes ‘mi’ razón frente a ‘su’ razón?” Este concepto será ampliado en el siguiente capítulo, de momento basta con que nos quedemos con la idea de que “tengo razón” no es un argumento válido para criticar, insultar, despreciar o cualquier forma de ensuciar nuestro cuerpo emotivo, pues

finalmente recogeremos en nuestra realidad material la misma suciedad que plantamos.

El otro justificante para no seguir la “regla de oro” es eso de “yo soy así”. El trabajador X de nuestro ejemplo puede decirse a sí mismo que es su carácter el que le lleva a criticar a ese conjunto de vagos que trabajan con él, aun sabiendo que a él no le gustaría que le llamasen así, y por supuesto si X es así no puede cambiar su forma de ser.

Leer la regla de oro es fácil, es simple entenderla y estar de acuerdo, pero otra cosa es aplicarla en los casos en que la vida nos pone en unas circunstancias en las que la realidad va contra nuestra forma de ser. Si hay gente que nos crispa los nervios, nos irrita, nos molesta, por más que mil libros digan que en nuestro desprecio y odio hacia esas personas nos estamos contaminando, nada nos hará cambiar, sencillamente porque no podemos. De manera que si no podemos evitar (y en muchos casos es imposible) ensuciar nuestro cuerpo emotivo con emociones negativas y nuestro cuerpo mental con pensamientos negativos, se trata de explicar ahora cómo “limpiar” lo que inevitablemente ensuciamos.

Para eso, lo primero que debemos hacer es no dar más fuerza a lo que hemos plantado y no impulsar el crecimiento de lo negativo que hemos sembrado. En todos los jardines, en todas las macetas, acaban por aparecer malas hierbas; por supuesto lo que sería absurdo si no las queremos tener es ponerles abono, ya que no podemos evitar que aparezcan al menos no vamos a hacer que crezcan ¿no? Pues bien, esto no sucede así cuando realizamos malas acciones en nuestros mundos emotivos y mentales. Así, lo más normal cuando uno siente alguna sensación de ira, odio, enfado o cualquier otro sentimiento negativo hacia una persona, es comunicarlo a los demás, como si quisiéramos hacer partícipes a los otros de nuestra

posición, es decir que no sólo hacemos algo malo, sino que además hacemos publicidad de ello. El criticar negativamente es poner abono a lo peor que sentimos hacia alguien, es como intentar que sean muchos, cuantos más mejor, quienes compartan ese sentimiento de deprecio hacia otros. Así vemos que en general mucho de lo que se habla no es bueno y la boca es la gran cloaca de nuestro cuerpo. Parece como si al ser humano le gustase sacar excrementos emotivos, incluso hay programas de televisión especializados en eso: en criticar y dejar verde a alguien. Si como hemos dicho cada uno tiene “su razón” no es correcto buscar motivos de crítica negativa, como se hace en esos programas, y en el caso de que algún personaje haya hecho algo malo ya se encargará la vida, aplicando el principio de “quien siembra patatas recoge patatas”, de pasarle el peaje correspondiente. Criticar es como enorgullecerse de los malos sentimientos y emociones, en consecuencia NO lo debemos hacer, pues nos ensuciamos con eso.

Se atribuye a Sócrates la idea que sólo se debe hablar si se reúnen tres condiciones:

- que lo dicho sea totalmente cierto
- que lo dicho sea bueno
- que lo dicho sea útil

Si no es así, mejor callarse. De manera que si el trabajador X no puede evitar irritarse por lo que ve que hacen sus compañeros, es mejor guardárselo que ir por allí diciéndolo, pues con ello sólo hace daño y acabará por hacerse daño a si mismo. Es difícil lograr esto, pero es importante, muy importante.

Ahora bien, a pesar de todo lo dicho muchas veces no reaccionamos así. No siempre actuamos bien, nos irritan los demás, incluso hablamos mal de otros. Es normal, pues al fin y al cabo no somos santos ni perfectos,

de hecho si lo fuéramos ya no estaríamos en este mundo. ¿Qué hacer? Como se ha dicho antes si algo se ensucia hay que limpiar. Y esta limpieza se consigue a base de reconocer lo que ha pasado. Cuando nos damos cuenta que NO es correcto menospreciar a otro, hemos dado el primer paso para cambiar, y también el más efectivo para lograr que lo que hemos pensado o sentido no tenga influencia en el mundo material. Es como cortar las comunicaciones entre planos para que lo que se ha ensuciado en uno de ellos no lo pase al otro. Para conseguir esto existe una formula muy antigua: la confesión.

Esta palabra puede sonar a curas y todo eso, pero dados los tiempos que corren ya no es preciso que se realice con un sacerdote ni nadie parecido, basta una autoconfesión para hacer efectivo lo que pretendemos. Y la mejor hora es la noche, antes de acostarnos. Durante todo el día nos hemos ido contaminando, por eso antes de dormir es bueno realizar una recapitulación sobre lo que hemos pensado y sentido. La idea de la confesión como Sacramento es precisamente esa, el limpiarse de pecados⁴, que no es más que limpiarse de los errores cometidos y, por supuesto, plantar malas semillas en uno mismo es un error. Es muy bueno que pasemos lista a lo realizado durante el día antes de dejar descansar a nuestro cuerpo físico, es decir antes de acostarnos.

Hasta aquí se ha hablado del porqué nos suceden esas cosas imprevistas en nuestra vida producidas por lo que nosotros mismos hemos hecho en los diferentes mundos comentados, pero otro problema grave que tenemos los hombres son las enfermedades. ¿Pueden nuestras actuaciones producir enfermedades? Muchas (no

⁴ La palabra pecado de las iglesias oficiales es útil traducirla internamente por error, por lo que no hay que hacer. Robar es un pecado, pues no hay que apropiarse de lo ajeno, por ejemplo.

todas) de las enfermedades son debidas a nuestras formas de pensar sentir y por supuesto vivir. En la bibliografía comentada que se cita al final de esta obra, se indica un libro que explica las enfermedades y su conexión con nuestra forma de pensar y sentir. Nuestro cuerpo físico que es el que enferma está conectado con los otros planos a través de una especie de ventanas llamadas chakras. El mal funcionamiento de un chakra viene motivado por actitudes mentales, emotivas y espirituales o bien ausentes o bien desviadas de la famosa regla de oro y los males de nuestro cuerpo material se deben a eso. Hablar de chakras no es el tema del presente libro y en la bibliografía del final se dan referencias donde podrá ampliar la información, baste decir que también existe relación entre lo que plantamos en los mundos señalados y las enfermedades de nuestro cuerpo físico.

Ahora nos toca ver la segunda causa de aquello que nos sucede, que podríamos decir se debe a la unidad del Ser. Al hablar del “yo” lo hemos definido como la suma de materia + vida + emociones + razón, pero con la existencia de un Alma que hace que seamos más que la suma de esos términos definidos. Pues bien, la multitud de “yos” que somos la humanidad se completa también dando una Entidad global y superior a cada una de las partes que la componen. Esto, dicho así, es difícil de entender, por lo que imagínese que existe una Super Alma que recoge los productos y experiencias de cada una de ellas, es decir: que todos somos Uno.

De manera análoga habrá un super mundo emotivo formado por cada uno de los munditos de cada persona y lo mismo cabría decir de los demás mundos. Si el grupo emite continuamente pensamientos, emociones y acciones malas, me acaban afectando a mí, de la misma manera que si mi casa esta limpia pero los vecinos tienen en su terraza

la basura acumulada de los últimos meses, los gérmenes me llegarán a contaminar. Por lo tanto, recibimos lo que el grupo como un todo emite y eso causa problemas. Al hablar de la reencarnación hemos dicho que Elías vino como Juan Bautista, además la Escritura nos dice también que volverá. De acuerdo con el esquema dado sobre la consecución de fundirse con la Divinidad, parece que la Entidad Elías – San Juan se hubiera ganado el Cielo ya hace tiempo, ¿por qué tiene que volver? Pues para conseguir que seamos todos los que nos alcemos a la situación superior, sus venidas son de servicio.

Cada vez que emitimos malos pensamientos, tenemos malas emociones o realizamos malas acciones, estamos sembrando nuestra desgracia, pero en la medida en que todos somos Humanidad, su desgracia es la mía. Es por ello que las religiones insisten en el concepto del prójimo, no sólo la cristiana sino también la musulmana, pues el Bien para cada uno de nosotros reside en el Bien de todos y viceversa.

¿Qué podemos hacer para evitar esto? En el tema anterior sí que hemos dado orientaciones para no contaminarnos e incluso se ha explicado como limpiarse, pero si hay cosas que nos vienen por la actuación de la totalidad del grupo, parece que sea imposible protegernos. No es así, la solución, aunque parcial y difícil, es servir y ayudar a los demás. Procure, siempre que pueda, hacer de éste un mundo mejor, ayude a los demás porque ayudando a los demás se está ayudando a si mismo. El hombre como ser individual tiende al egoísmo, pero que sea éste un egoísmo inteligente y así se dará cuenta de que lo bueno para los demás es lo bueno para usted. Esto parece reñido con todas esas tonterías del “o pisas o eres pisado” y bueno, precisamente por pensamientos como ése es por lo que los humanos, teniendo más que nunca, somos

infelices. Aunque eso será tema del próximo capítulo, esperemos un poco pues.

Nos queda todavía una de las causas que explica el que nos pasen las cosas “incomprensibles e injustas” que decimos nos suceden en la vida. Se trata de los temas de karma y dharma. Son términos que están de moda en nuestros días, dada la influencia de la espiritualidad hindú, pero a menudo no son correctamente comprendidos. Bajo el término karma no hay que entender un castigo por lo hecho en otras vidas, de eso ya se encarga la fase primera de lo que nos sucede tras la muerte, sino que el karma supone la vivencia de algo que hay que aprender y que anteriormente en otra vida no se ha hecho. Se trata de vivir experiencias para entender y no de vivir experiencias para recibir un castigo, aunque a veces, para ciertas experiencias, parezcan esos términos sinónimos. La palabra dharma englobaría lo que recibimos por lo que ya hemos aprendido pero sobre todo el DEBER de lo que tenemos que hacer con los dones dados.

Por más que nos choque esta afirmación, las cosas no son en sí mismas, son en la medida que queremos que sean y en consecuencia lo serán en la dirección que nosotros queramos darles. Como esto es un poco confuso pongamos un ejemplo. Supongamos que se le rompe un jarrón chino precioso del siglo XVI, supongamos que ese accidente es un tema kármico de su vida pues tiene que aprender a soltarse de la historia pasada (por lo general los temas kármicos son más graves pero tomamos este a modo de ejemplo). Sin duda me dirá que es una gran pérdida. Hay dos reacciones que se pueden adoptar:

- Puede pensar que esto es una desgracia, que pierde una fortuna, que si tenía que haber ido con más cuidado, que si, y llorar por la pérdida.

- Puede pensar que ya es hora de modernizar un poco su salón y aprovechar este accidente para hacer algo al respecto.

Elija la posición que elija, el resultado final será el mismo: tendrá que ir a por la escoba y recoger los mil pedazos en los que ha quedado el precioso jarrón de la dinastía Ming (creo que existió una con este nombre). En este caso, la lección que tendría que vivir con el karma de la caída del jarrón, sería la de barrer el pasado, pero una cosa es la lección a aprender y otra la actitud que se adopte al respecto. El karma supone una imposición, sí, pero no obliga a la actitud que adoptemos ante ella.

Tal vez el ejemplo tomado sea muy simple y hay temas kármicos mucho más duros de aceptar, entre los cuales estaría una enfermedad grave. En el capítulo anterior se ha citado a una chica sorda y ciega con gran Luz Interior. Sea ese karma para que sus padres aprendan o lo haga ella, lo cierto es que la muchacha tenía una actitud vital asombrosa, hacía deportes de riesgo que yo soy incapaz de hacer, sabía informática, se escribía con otras personas con problemas como los de ella, tenía amigos y en definitiva: vivía. En consecuencia el concepto de karma como algo malo se elimina cuando se es capaz de transmutar el karma hasta colaborar con lo que aporta. Casos como éste hay muchos narrados en los libros de autoayuda, pero del que cito doy fe personal. La existencia del karma hace que como se dice en un libro extraordinario⁵, no seamos los dueños de nuestro destino, pero sí los capitanes de nuestra Alma. Aprender a transmutar el karma es una póliza de seguro para ser felices, pero no es fácil.

Evidentemente, si estamos pasando por una de esas pruebas que a veces nos pone la vida y que somos

⁵ Javier Moro. *El pie de Jaipur*. Barcelona: Seix Barral, 1995

incapaces de entender, ya se trate de una enfermedad grave, de la pérdida de un ser querido, de vivir en condiciones extremas, el que este o mil libros nos hablen del karma y de la necesidad de transmutarlo, nos parecerán monsergas, pues lo que queremos es solucionar nuestro problema y parece que no hay medio humano de hacerlo.

En esos casos sólo nos cabe una posibilidad: aceptar. Debemos aceptar eso que creemos malo y que por mucho que digamos que lo pactó nuestra Alma en el momento en que se reencarnó en la tierra, no nos satisface pues sólo vemos el dolor presente. De hecho, deberíamos ver la película entera para entender al 100 % lo que nos sucede. Pero eso no es posible desde nuestra mente racional, lo sería desde el Alma, pero en los momentos duros pocos somos los que dejamos que sea ella la que dirija la vida y no nuestro yo inferior capitaneado por la mente. Como lo que pretendemos aquí es ser prácticos y no teóricos, la solución en tales casos es siempre el aceptar; esa fue la aceptación del mismísimo Jesucristo cuando dijo “Padre en tus manos encomiendo mi Espíritu” (San Lucas 23, 46) y es lo que debemos hacer todos. No nos es posible, desde nuestra pequeña pero orgullosa razón, entender los males terribles en los que nos vemos envueltos, pero sí nos es posible no luchar contra ellos y seguir el proceso de la Vida en busca de Amor (aquí las mayúsculas no son accidentales). Si es capaz de hacer esto el karma diluye su poder negativo en nosotros y permite, en nuestra existencia terrenal, dotarnos de aquello que pretende enseñar sin causarnos daño.

Vamos a resumir lo que hemos dicho para tener las ideas claras:

- Si se recibe lo que se siembra y si el secreto de la Felicidad es el Amor, siembre Amor en su vida,

por su propio bien y por el de los demás (todos somos Uno).

- No emita pensamientos ni sentimientos negativos hacia los demás, pues está ensuciando su propio ser. Pero si no puede evitarlo, al menos NO les dé fuerza verbalizando sus pensamientos y emociones contrarios hacia los otros. Recuerde los **tres principios que deben regir lo que sale por su boca: la verdad de lo que se dice, la bondad de lo que se dice y la utilidad de lo que se dice**. Si no se dan estas condiciones es mejor callar.
- Siempre que haga algo erróneo recuerde recapitular en soledad sobre el hecho, es decir autoconfesarse, esto le permitirá al menos mantener limpios sus mundos y librarse de la contaminación que en ellos usted mismo ha producido. Recuerde que un hombre no se mide por las veces que se cae, sino por las que se levanta.
- Ayude a los demás en todo lo que pueda, pues todos somos Uno, de la misma manera que todas las células de su cuerpo son partes de su única persona.
- En los casos en que la vida le conduzca a situaciones duras fuera de todo control y razón, es decir a pruebas kármicas, procure transmutar ese karma y si no es capaz de esto, pues es muy difícil, acéptelo y siga viviendo en plenitud.

Por favor, que no quede esto como palabras, póngalo en marcha, aplíquelo a su vida y verá como funciona. Y no olvide, en todo su actuar, esa regla de oro que tiene más de 2.000 años de historia y que dice:

“Así pues todo cuanto queráis que os hagan los demás, hacédselo igualmente vosotros”. Imagínese qué bonito

sería este mundo si se hubiera hecho esto desde que se dijo, pero no, los hombres nos empeñamos en ir a la nuestra sin darnos cuenta de que el mal que hacemos al otro es mal que nos hacemos a nosotros mismos. Ser “bueno” no es una cuestión pues de búsqueda de santidad, es una cuestión de inteligencia.

Para lograr la paz

Después de haber explicado la regla de oro que debe regir todo nuestro actuar, y no sólo el hacer, sino también el pensar y el sentir, llega el momento de encontrar nuevos complementos a esa nueva forma de vivir. Se trata ahora de lograr algo muy importante y que pocos tenemos, se trata de lograr la Paz, la paz interior que se convierte por la ley de consecuencia en una paz también exterior. Vamos a explicar ahora tres “trucos” para conseguir tal fin, truquillos, que por simples que parezcan son de una eficacia extraordinaria y que si somos capaces de aplicarlos y ponerlos en práctica, nos permitirán vivir una vida mejor de la que nunca hemos tenido.

Hasta ahora las citas de *Espiritualidad Práctica* se han tomado del Evangelio. Ya hemos explicado que esto no tiene interés propagandístico de religión alguna, y si se han tomado de allí ha sido por dos razones: porque el Ser de quien se habla en el Evangelio, es decir Jesucristo, fue extraordinario y porque es la ideología más cercana a los hombres de nuestra cultura. Pero en realidad, todos los mensajes religiosos pretenden decirnos cómo actuar, sólo que lo hacen de diferentes formas y maneras, de manera que en todo credo de cualquier confesión podemos encontrar algo bueno, algo que nos guíe y sirva de ayuda. Y dos de los tres trucos que vamos a dar vienen de otras fuentes, concretamente de la China y la India y es que

claro hablando de Paz parece normal irse a Oriente para ver como la logran por allí. Eso sí vamos a poner la sabiduría oriental al servicio de nuestros problemas actuales.

Empecemos pues por el primer consejo para lograr la paz. Lo encontramos en la lejana China, en un libro extraordinario llamado *Tao Te Ching*⁶ escrito por Lao-Tse hace más de 1.500 años. La historia de la redacción de este libro es muy bonita: se cuenta que el sabio Lao-Tan (este era el nombre real de Lao-Tse que quiere decir “viejo maestro”) decidió abandonarlo todo e irse a vivir en soledad hacia el Oeste, pero el guardián de la frontera, un tal Guang Yin (no sabemos lo que puede significar este nombre pero seguro que quiere decir algo), no le dejó pasar hasta que le escribiera toda la sabiduría que conocía el viejo sabio, y así fue como éste redactó el *Libro del Tao*, que podría traducirse como “Libro del recto Camino”, pues eso es lo que se persigue en los aforismos que encierra la obra. El Tao es una explicación de cómo vivir. Vayamos al mensaje que nos interesa. En el capítulo 78 dice:

“No hay nada en el mundo más blando y débil que el agua.

Y no obstante nada puede superarla para atacar lo duro y lo fuerte, pues no se puede usar nada que la substituya. El agua puede derrotar a lo inflexible, lo débil puede derrotar a lo fuerte”.

Y es bien cierto, por más que golpeemos al agua no conseguiremos partirla, su blandura la hace indestructible y sin embargo cuando ella interviene..., no hay quien la pare. El mensaje que se nos está dando y que debería

⁶ Edición de Luis Racionero. *Tao Te Ching*. Barcelona. Ediciones Martínez Roca S.A. 1999

quedar grabado en nuestra mente es que **lo débil vence a lo fuerte**, éste es el primer paso para lograr la paz de la que hemos hablado al inicio del capítulo.

Así de entrada, puede que creamos que esta concepción de la victoria de lo débil sobre lo fuerte fue adecuada en la China milenaria pero nos parece muy alejada de lo que sucede en la Europa de nuestros días. Nos han enseñado eso de “o pisas o te pisan”, y eslóganes del tipo “en el mundo hay dos tipos de hombres: los ganadores y los perdedores”, y así podríamos encontrar muchísimos más. El cine de Hollywood es el gran publicista de la idea del triunfo y de cómo hay que ser de duro para conseguirlo. Y de tanto repetirnos esas ideas hemos llegado a integrarlas, haciendo de nuestras vidas un juego de competición. Sobre esto hablaremos en el capítulo que trata sobre la unicidad, pero por ahora seguro que estamos de acuerdo en que todo nos impulsa a reconocer dos bandos: los vencedores y los derrotados, los primeros tienen la fuerza y los segundos son los débiles.

Y sin embargo la afirmación taoísta es totalmente correcta en nuestros tiempos. Y no nos referimos sólo a que sea correcta y efectiva para lograr un equilibrio interior, como a menudo busca quien se acerca a las filosofías orientales, sino que a todo nivel, en todo lugar y en todo momento, la afirmación de que lo débil vence a lo fuerte es cierta.

Tomemos de nuevo un ejemplo, pero ahora no se trata de una situación imaginaria sino de algo que podemos vivir, o incluso ya hemos vivido en algún momento. Supongamos que tiene un pequeño choque con otro coche, de esos que pasan tan a menudo en las ciudades, un accidente pequeñito que ha causado a ambos coches rayadas y golpecitos en la plancha. Lo más normal de este mundo es que la otra persona salga del coche y le

diga gritando “¿es que no miras por donde vas?”, es decir adopta una postura fuerte, y usted decide adoptar también una postura de fuerza y sale gritando “¡idiota! ¿es que no has visto que la derecha era mia!” y así la discusión es interminable y de consecuencias imprevisibles. Se gritan y se insultan por unas rayas en su querido coche basándose cada uno en que la razón está de su parte. Pero si usted en vez de adoptar la postura de fuerza adopta la postura débil y sale del coche diciendo: “bueno esto será trabajo para las compañías de seguros, que para eso cobran”, el otro puede ser que le grite una vez más, pero no podrá perpetuar esa posición de fuerza por mucho tiempo, pues no hay nada más imposible que insultar a alguien que no te devuelve los insultos.

Recuerdo un caso divertido al respecto. Una vez, al hacer marcha atrás para salir del lugar donde estaba aparcado mi coche, di un golpecito al coche aparcado detrás del mío ya que a su vez también quería salir y yo daba marcha atrás y él hacia adelante. Fue un golpe pequeño, pues no llevábamos velocidad y sólo los parachoques se golpearon. El propietario del otro vehículo salió gritando “pero es que hay que ser idiota para no saber mirar atrás”, si hubiera dicho yo “pero es que hay que ser idiota para no saber mirar adelante”, no sé cómo hubiera acabado aquello, pero al decirle yo “pues sí, debo de ser idiota para no haberlo visto”, el hombre empezó hasta a ponerse rojo y se disculpó diciéndome que no, que no era idiota, que a esas horas de la mañana todos vamos dormidos, que si esto, que si aquello. Desde luego no se parecía en nada a la persona que antes me había insultado, es decir que “mi victoria” (y la llamo así, pues no pasó nada) se produjo por no adoptar la posición de fuerza contra la fuerza.

Por supuesto que se ha hecho referencia a un simple accidente pero lo cierto es que en el caso de situaciones graves, con heridos y daños, entonces hay menos “gritos” insultantes y más ver cómo se puede arreglar la situación, como llamar a la policía, a las ambulancias etcétera. No se adoptan entonces posiciones de fuerza, se adoptan posiciones prácticas.

Pero no queremos rehuir situaciones más complejas que pasan en el mundo, de modo que examinemos ahora un caso real, que lamentablemente es noticia en los periódicos todos los días. En Oriente Medio, Israel y Palestina están en guerra encubierta como todos sabemos. Los palestinos realizan un atentado suicida en Jerusalén y matan a judíos inocentes, cuantos más puedan mejor. Luego los israelitas envían sus tanques a invadir los territorios de donde proceden los terroristas y matan a palestinos, niños y mujeres. Para vengarse entonces aparecen nuevos terroristas suicidas que ... y así la historia es interminable. Es decir a la fuerza responden con la fuerza de modo que lo que consiguen ambas partes es una destrucción cada vez mayor. Ya hemos dicho anteriormente que el “ojo por ojo diente por diente” hace que todos nos volvamos ciegos y mellados, es decir se está cada vez peor. Pero lo de los judíos y palestinos no hay manera de arreglarlo según parece.

En casos como estos si preguntamos a cada una de las partes el porqué de todo esto, la respuesta será la misma: “ellos empezaron”. En realidad el conflicto histórico en esos territorios tiene miles de años, incluso se nos habla de eso en el Antiguo Testamento, por lo que la idea de intentar descubrir quién empezó el tema carece de importancia, lo realmente importante sería solucionar el asunto y que dejen de matarse unos a otros. Y la solución, la única solución, es que una de las partes o las dos sean

capaces de “poner la otra mejilla” (idea *copyright* de Jesucristo) en caso contrario el tema no se solucionará.

Ya se ha hablado de ese proverbio chino que dice: “cuando el mal lucha contra el mal sólo el mal puede vencer”, (esto no está en el Tao, sino en su sabiduría popular) y es muy cierto. Probablemente estaremos de acuerdo en que el problema palestino – israelita sólo se solucionará cuando se hable y se acabe con la idea de venganza; es bastante evidente. Este ejemplo tomado de la realidad es sin duda un caso extremo y por eso mucha gente está de acuerdo con la solución de “poner la otra mejilla”, pero sin embargo en nuestra vida diaria continuamente nos están sucediendo asuntos en los que deberíamos dar la misma respuesta, es decir poner la otra mejilla y somos incapaces de hacerlo. Veamos un caso *light* para empezar.

En el trabajo todos hemos sido víctimas alguna vez de comentarios sarcásticos, hechos con mala uva, a pesar de su presentación suave. Frases del tipo “tú sí que vives bien” o “qué poco trabajo tienes hoy” y similares, que se hacen con la idea de picarnos, y generalmente, aunque sea a nivel interno, lo consiguen. En el fondo nos duele lo que nos han dicho y alguna vez responderemos a esos comentarios con otros, aunque sea enviando a la mierda a quien los emite. Si hacemos esto ya hemos caído en la provocación. Si contestamos o nos sentimos heridos es que estamos enfrentándonos a la fuerza con la fuerza. E igual podríamos decir de todas aquellas frases cínicas, irónicas o del tipo que sea que nos lanzan para hacernos daño. La solución es “poner la otra mejilla”, es decir “pasar” de lo que nos dicen y ya se cansarán de meterse con nosotros. Un auténtico maestro taoísta a una frase que fuera contra él, esas del tipo “tú sí que vives bien”, respondería con un simple “la montaña es bonita en

primavera” o cosas así. Esta respuesta está tomada precisamente de un cuento chino, de modo que desde la sabia China se nos está diciendo cómo debemos comportarnos con quien trata de hacernos daño. Llegará un momento en que si quien busca la pelea, aunque sea a nivel sutil como esas indirectas en el puesto de trabajo, no la consigue, cesará en el empeño. Hay que “pasar” de los que quieren guerra, practiquémoslo en nuestras vidas y ganaremos mucha tranquilidad, de veras. Personalmente cada vez que alguien dice algo malo de mí buscando que responda, interiormente me digo eso de “la montaña es bonita en primavera” y es muy efectivo. No demos peso a quienes intentan herirnos.

En el Evangelio encontramos otro ejemplo que nos viene bien para explicar eso de “pasar” de quien nos dice algo para molestarnos. Leemos en San Mateo 27, 12 “Y por más acusaciones que lanzaban contra Él los jefes de los sacerdotes y los notables del pueblo, no respondía una palabra”. Jesucristo sabía que lo que querían esos sacerdotes era condenarlo y que todo lo que decían de Él era para hacerle daño, de manera que “pasó” olímpicamente de contestarles. No se dice que dijese eso de “la montaña es bonita en primavera”, pero seguramente, por dentro, sí que debió de pensar algo así. De manera que cuando alguien emita un comentario hiriente hacia nosotros, hagamos como Jesucristo, pasemos de eso.

Y para poner un ejemplo de peso, es decir, no un caso *light* como antes, vamos a ver en qué parte de la Espiritualidad que muestra la vida de Jesucristo, se nos muestra esto de forma más clara. Jesucristo, Él, que era capaz de resucitar a muertos, cuando iban a capturarlo no se defendió ni dejó que los suyos lo hicieran por Él y al cortar uno de los suyos la oreja a un criado del sumo

sacerdote (asumiendo la postura de fuerza contra la fuerza) dijo: “Vuelve tu espada a la vaina; todo el que empuñe espada a espada morirá” (San Mateo 26,52). Es decir, que además de reafirmar lo dicho en el capítulo anterior de que quien siembra patatas recoge patatas, evita adoptar la posición de fuerza. Pero es que hay más, sus primeros seguidores ¡hicieron exactamente igual!, toda la fuerza de los sinedrines judíos primero y luego toda la fuerza del propio imperio romano, fueron incapaces de vencer a la postura “débil” de los seguidores cristianos. Los perseguían, los torturaban, los mataban en público y nunca se organizaron como grupo violento frente a sus agresores. El fin que perseguían San Pedro, San Pablo y todos esos mártires era algo que estaba más allá de sus vidas y por ello el concepto de vencer no estaba asociado a ver ellos ese triunfo. Sin embargo aquel grupo de personas, simples hombres del pueblo, fueron capaces de salirse con la suya, y ni el mismísimo y poderosísimo imperio romano fue capaz por la fuerza de evitar que incluso el tiempo de la historia del mundo se divida entre el antes y el después del nacimiento de Jesucristo. No oponiendo fuerza consiguieron lo que pretendían y seamos creyentes o no, en Europa el cristianismo ha sido la doctrina más influyente en nuestra conciencia, con independencia de lo malo que en su nombre, y por la codicia humana, no por el mensaje original, se haya hecho.

Otro ejemplo más moderno y que demuestra lo mismo es el triunfo de Gandhi sobre el imperio británico con su práctica de la “no violencia“. Resumiendo: pensemos en lo de poner la otra mejilla o en lo de la montaña es bonita en primavera, recordemos que siempre lo débil vence a lo fuerte.

Ahora bien en todos los conflictos antes de ser capaces de adoptar la posición débil pensamos que

nosotros tenemos razón en la postura que defendemos y que en consecuencia le corresponde al otro abdicar de su posición y adoptar la nuestra. Ya hemos visto en el capítulo anterior que todos hacemos algo siempre por una razón, por lo que no procede ahora repetir eso, sí que nos vale sin embargo para que sea la antesala del segundo truco en la búsqueda de Paz.

Como cada uno tiene una razón, estamos siempre frente a una pluralidad de razones en función de las concepciones particulares de cada momento y esto desemboca en la segunda idea a desarrollar para vivir en Paz: **no juzgar**.

Se trata de la idea expresada una vez más por Jesucristo recogida en el Evangelio de San Mateo 7,1 al decir “No juzguéis y no seréis juzgados”. Y no podemos juzgar, pues por una parte no conocemos la totalidad del mundo interior en que se mueve la persona que juzgamos y por otra parte, aún cuando tuviésemos ese conocimiento, juzgar sólo puede hacerse desde una posición de superioridad y en la medida en que todos somos hombres, todos somos imperfectos, de manera que no tenemos derecho alguno a juzgar a nadie ni a nada. Hay ciertas normas de convivencia que obligan a que existan jueces y policías, pero en nuestra vida por lo general no nos encontramos con ese tipo de situaciones.

Nos pasamos la vida considerando que lo que ha hecho Fulanito está bien o está mal, cómo si nosotros fuéramos alguien mejor que él. Si acudimos a cualquier reunión veremos la cantidad de tiempo que en las conversaciones se dedica a criticar a los demás, parece el deporte nacional, y si un día nos mantenemos al margen de los grupos de criticadores veremos como nuestra conversación social se reduce. Además es mucho más común hablar mal de alguien que bien. El que A hable mal

de B, B hable mal de C, A y C se junten para hablar mal de B es muy normal, tanto que lo hacemos sin darnos cuenta. Llevamos tantos años haciendo eso, que si se llama la atención a alguien sobre el hecho de que está criticando (es decir juzgando) la respuesta casi inmediata es “yo no critico”, parece como si quisiéramos ocultar este hecho tan cierto.

El aprender a no juzgar negativamente no es fácil debido a la fuerza de la costumbre, sin embargo es necesario por la siguiente razón. Cada vez que emitimos una mala emoción o pensamiento hacia otro, aparte del daño que podemos causar en el mundo material a la otra persona (“calumnia que algo queda”, dicen los franceses poniendo de manifiesto el poder de la crítica), estamos arrojando basura en nuestro propio mundo emotivo y mental, es algo como si escupiésemos en el suelo de nuestra propia casa. Así nos empobrecemos en esas dimensiones y aunque a nivel particular podría parecer que no puede ser muy fuerte el impacto de tales “manchas”, lo habitual del proceder crítico hace finalmente que sí sea importante. Es como la ceniza, si arrojamamos al suelo un gramo, apenas se nota, ahora bien si arrojamamos un gramo cada día, dentro de un año no podremos entrar en casa. Pero además hay otra razón para que nos inhibamos en nuestro afán de criticar negativamente, y es que si tal como hemos visto en el capítulo anterior se recoge todo aquello que se planta, si criticamos seremos criticados y el mal que con nuestras palabras hayamos podido causar a los demás, de alguna manera nos será devuelto e incrementado.

De nuevo parece fácil el leer esto y estar de acuerdo en que no hay que juzgar, pero basta que salgamos a la calle y si un coche pasa muy rápido y casi nos atropella diremos o pensaremos “¡será cabrón el

imbécil éste!"; es decir que por mucho que queramos se nos escapan los juicios. Quizá tengamos razón al llamar cabrón a ese conductor, pero si supiéramos toda la historia, si supiéramos que quizá tiene a su pareja en el hospital y que por ello corre así, no nos atreveríamos a insultarle. En consecuencia como no sabemos nada ni estamos por encima de nadie no debemos juzgar. Pero ¿qué pasa cuando lo hacemos olvidando lo expuesto hasta aquí?

Eso es muy normal, es muy humano al fin y al cabo. En esos casos debemos recurrir de nuevo a lo explicado anteriormente referido a la recapitulación nocturna, esa autoconfesión de lo que hemos realizado mal y que nos gustaría no haber hecho. En esos momentos resulta muy importante que seamos sinceros, nos olvidemos de la idea de "tener razón" y entendamos que lo cometido queda perdonado por nuestra conciencia mediante la autoconfesión de lo que hemos realizado mal.

El proceso de recapitulación nocturna es tan importante como el ducharse cada día para mantener limpio el cuerpo, y si a alguien le va mejor hacerlo a otra hora no hay problema, lo importante es hacerlo. Cada uno de nosotros es su propio confesor y Dios el único juez, de modo que practiquemos el analizar lo que hemos hecho durante el día para ganar en crecimiento de nuestra Alma.

Claro que el hombre es un ser social, de manera que lo que hagan los demás le influye y es por eso que nos resulta imposible vivir sin opinar sobre las actuaciones de los demás. Sin embargo existe una diferencia, sutil pero importante, entre el opinar y el juzgar. Lo que estamos diciendo aquí es que a efectos de mantener nuestro cuerpo emotivo y mental limpio no debemos juzgar, aunque estamos en nuestro derecho de opinar lo que queramos. ¿Y cuál es la diferencia entre uno y otro?

Juzgar supone ver la situación desde un punto de vista superior al agente que ha realizado la acción, considerándola correcta o incorrecta y poniendo carga emotiva. Opinar supone valorar si la acción realizada por otra persona está de acuerdo o no con nuestro parecer pero sin ponerle carga emotiva y sin considerar que lo que nosotros creemos al respecto es lo absolutamente correcto. Veamos un ejemplo para dejarlo todo más claro.

Supongamos que está en una comida de Navidad en la que se reúne toda la familia. De repente uno de los miembros decide a mitad de comida irse al cine. Usted puede reaccionar de dos maneras:

- Juzgando, es decir considerará que es un insulto lo que ha hecho ese pariente y posiblemente le insulte, añadiendo que no olvidará nunca tal ofensa, pues ha sido una falta grave de educación. En toda esta reacción ha emitido emociones negativas y a medida que insultaba al pariente el ritmo de su corazón se ha incrementado, respiraba más rápidamente debido a su estado de excitación nerviosa y la concentración de adrenalina en su cuerpo ha subido. Esas son reacciones fisiológicas muy propias de todo juicio.
- Opinando, es decir viendo que la actuación de esa persona no le parece bien, pero no permitiendo que eso le altere. Puede incluso comentar con los demás su parecer pero en ningún momento se deja llevar por la rabia, es decir por la emoción de lo que ha hecho tal persona, aun cuando le parezca incomprensible su actuación. Es decir, no está de acuerdo pero respeta la acción u opinión del otro, y sobre todo no dice las palabras “esto está mal”.

La línea divisoria entre juzgar y opinar es, a menudo, muy estrecha y en general se dice que estamos opinando

cuando lo que hacemos es juzgar. De nuevo somos nosotros y sólo nosotros los únicos jueces. En ese proceso de recapitulación nocturna debemos ser sinceros con nosotros mismos y reconocer los hechos, aunque anticipamos que por lo general, en caso de duda entre si se está juzgando o no, la respuesta es afirmativa. Es como cuando uno se hace una pregunta del tipo : “¿es Fulanito/a el hombre/mujer de mi vida? El plantearse la pregunta supone que no lo es. Pues aquí el plantearse si estamos juzgando o no supone que sí que lo estamos haciendo.

Hasta aquí se ha hablado de que no debemos juzgar, pues no somos nadie para hacerlo, por mucho que a menudo creemos estar en posesión de “la verdad” absoluta. Pero es que las ventajas de ser capaces de vivir sin juzgar son muchas, muchísimas. Atención pues a esto que viene: si somos capaces de vivir sin juzgar lo que hacen los demás estaremos totalmente inmunizados a que los otros en sus actuaciones nos hagan daño, nada podrá alterarnos. En realidad no son las cosas que nos hacen los otros lo que nos duele sino la forma en que las interiorizamos, es decir lo malo es malo en la medida que nosotros permitimos que lo sea. **Si no juzgamos seremos inmunes a lo que los otros nos hagan.** Cada vez que juzgamos queremos, de alguna manera, “castigar” al inculpado de nuestro juicio. En general pocas veces se logra eso, pero sí que nos hacemos daño a nosotros mismos. Así en el ejemplo del pariente que abandona la comida de Navidad, por mas que juzgue que su acción está mal, a esa persona no le produce nada, irá al cine como era su deseo, pero usted al emitir tales juicios se ha lastimado y no me refiero solo aquí a que ha ensuciado su cuerpo emotivo, sino que a su cuerpo físico no le beneficia la subida de adrenalina que ha tenido. En resumen pues: **si queremos vivir en Paz no juzguemos a los demás.**

Estamos hablando en este capítulo de cómo lograr la Paz y muchas veces pensamos que esa Paz nos la traería no tener que pagar la hipoteca o no perder nuestro puesto de trabajo. Siguiendo en la línea materialista de nuestros días, podríamos pensar que la auténtica Paz se logra con una buena cuenta corriente en el banco. Tener mucho dinero sin duda es cómodo, pero no es algo que nos ayude a lograr la Paz buscada, pues ese estado proviene del Alma y el dinero sólo sirve para comprar y tener en el plano físico, es decir el más bajo de los que hemos visto hasta ahora. De manera que ha llegado el momento de dar el tercer gran “truco” para lograr esa Paz prometida al iniciar el capítulo. Si somos capaces de asimilar en nuestra vida este último punto tendremos más seguridad en nosotros mismos que si tuviésemos todo el oro del mundo. Y esto es algo que como todo lo importante es extremadamente simple.

De nuevo volvamos a la filosofía oriental, sólo que esta vez miraremos la vertiente budista. No se trata de profundizar en lo que es esta doctrina, sino en centrarnos en el punto que nos ocupa y para esto comentaremos un poco las afirmaciones del famoso sermón del Benarés dado por Buda. En él habló de las “cuatro nobles verdades” que son:

- la existencia es dolor
- el origen del dolor es el deseo
- la supresión del dolor se logra por la supresión del deseo
- el camino para ello pasa por seguir la vía óctuple (recto creer, recto querer, recta palabra, recta profesión, recto afán, recto pensamiento, recto meditar y recta acción)

Esta visión budista parece muy alejada de la concepción del mundo que tenemos en nuestra sociedad occidental,

pero seguro que podemos extraer algo bueno pues siempre de todo y en todo se puede sacar algo positivo.

Nosotros, tal como somos y hemos sido educados, no podemos negociar con eso de “suprimir el deseo”, pues el deseo es precisamente el motor de la vida. Así no podemos aceptar que nos digan que si no deseamos nada todo estará arreglado, ya que nuestra traducción sería que si no deseamos nada no tenemos nada y la vida carecería de sentido o sería horrible vivirla, de manera que hay que profundizar algo más en eso de eliminar el deseo que nos propone el budismo.

En realidad, lo que nos quiere decir no es tanto eso de vivir sin deseos, sino que **lo importante es vivir sin apego a lo que deseamos** y ésta es nuestra tercera idea para lograr la Paz. Para eliminar nuestros problemas hemos de ser capaces de vivir sin apego a todo aquello que nos produce el deseo (la idea de apego es totalmente budista, de modo que no nos estamos inventando nada nuevo y sí dando las gracias a dicha filosofía por haber creado el concepto de liberación). Como el concepto de apego puede ser nuevo en nuestras tierras occidentales, vamos a desarrollarlo un poco.

¿Qué es el apego? Decimos que tenemos apego a algo o alguien cuando confundimos lo que esa cosa o persona nos da con la persona o cosa en sí misma. Como dicho así puede ser un tanto confusa la definición del término, nos serviremos de nuevo de un ejemplo simple que seguramente hemos vivido o conocido.

Supongamos una pareja joven, de adolescentes, que conoce su primer amor, llamémosle a él Mario y a ella Teresa. Mario siente un gran amor por su amada y cree que no puede vivir sin ella, le dice cosas tan comunes como “eres lo más importante para mí”, “sin ti mi vida no tendría sentido”, “si me faltas tú no tengo nada”, etcétera.

(Estas frases todos las hemos dicho u oído alguna vez en la vida ¿no?). Evidentemente para Mario la Paz supondría el saber que “su” Teresa estará siempre a su lado y es precisamente este enfoque de la vida lo que produce su infelicidad. Para Mario, el Amor está encarnado en Teresa, tiene su forma, está totalmente representado por esa persona y el dolor lo recibiría, y de qué manera, en caso de perderla. Mario tiene apego hacia Teresa, confunde la forma (es decir Teresa) con aquello que representa (es decir el Amor). Si Teresa deja a Mario por un jugador de voley-playa, Mario se sentirá fatal, pues creerá que ha perdido el Amor, cuando lo único que habrá perdido en realidad es a la persona que lo representaba. Así, el dolor que siente, en realidad es producido por el apego que tenía hacia su amada y no por la pérdida en sí misma.

Por supuesto no hay nada malo en que Mario quiera a su chica, lo “malo” está en la idea de necesitar a su chica, eso es precisamente el apego. Si el amor del joven fuera sin apego podría decir: “estoy muy bien contigo y prefiero estar contigo sobre todas las cosas, pero puedo también estar sin ti”. Eso sería estar desapegado.

Y el ejemplo que hemos tomado, para ejemplificar el dolor que un apego nos produce, podríamos generalizarlo a todo, desde las relaciones personales como a las materiales de las que hablaremos a continuación. En cuanto al apego referido a la relación con otras personas, ya sea en casos como el de nuestra joven pareja, o la que mantienen los miembros de una familia entre sí, a menudo se confunde la idea de apego con la idea del amor (en minúsculas). Creemos que necesitamos a una persona como consecuencia de que la amamos y decimos que ambos términos van conectados, pero no es así. De hecho en nuestro ejemplo, si hubiera verdadero amor, Mario debería estar conforme con la elección de Teresa, pues

querer a alguien es desearle lo mejor y no acotar el sentimiento amoroso a ser correspondido. En un Amor sin apego, si lo mejor para la chica es que se vaya con el jugador de voley-playa, Mario debería aceptarlo y no sufrir, pues si esa es la elección de la chica que haga lo que quiera. El vivir sin apego supondría aceptar el hecho y en consecuencia no sufrir. El verdadero amor exige libertad y eso va en contra de la restricción que supone el querer con apego. De hecho la idea de apego puesta en el Amor contamina a éste, le embrutece y hace que algo que debería ser un acto de dar se convierta en una necesidad de tener.

En la vida nuestro apego va mucho más allá de las simples necesidades emotivas como la descrita, por lo general el hombre moderno se crea un apego en todo cuanto desea con intensidad. Como no es cuestión de enumerarlos a todos, citamos uno de los más importantes: el dinero.

El dinero es una forma de energía, y el hombre, muy a menudo, no se caracteriza tanto por el dinero que tiene como por lo que éste le tiene atrapado. Hemos dicho en la introducción que el tener no da la felicidad y seguro que todos estamos de acuerdo, otra cosa es que el tener nos de una vida más fácil, pero eso no quiere decir una vida más feliz. Podemos pensar que el no “tener” nos producirá una vida infeliz, pero si es así es que tenemos apego a nuestros bienes. No es algo extraño, es muy normal, pero si perdiéramos todo lo que tenemos, seguiríamos siendo nosotros mismos, por eso no debemos tener apego a nuestros bienes.

Es muy difícil que eliminemos al cien por cien los apegos, pero si fuéramos capaces de hacerlo no habría nada ni nadie que nos pudiera causar daño, ni la pérdida de nuestro trabajo, ni la pérdida de nuestros seres queridos, ni

la pérdida de nuestros bienes, serían capaces de afectarnos. **Querer todo lo que tenemos pero no precisar nada de lo que tenemos, en eso consiste vencer el apego**, y las ventajas de vivir sin apegos son mayores que las de tener una Visa oro.

Ahora bien, nos queda todavía un apego muy poderoso, se trata del apego al “yo”, más concretamente a nuestro cuerpo físico. Queremos a nuestro cuerpo, lo necesitamos porque creemos que todo lo que somos es gracias a nuestro cuerpo pero somos mucho más que nuestro cuerpo. Inconscientemente al hombre de occidente le cuesta asimilar que es un Alma con más cosas y no un cuerpo con atributos, esto no pasa en otras culturas, donde los términos se invierten dando más peso a la vertiente espiritual de cada uno, como sucede en la India. El resultado es que en nuestro mundo tememos a la muerte mientras que en la India la ven como un fenómeno natural. El miedo a la muerte es apego al cuerpo, al mundo terrenal.

Para entender la muerte hay que entender la vida, entender porqué estamos aquí, entender que la muerte es el “fin del curso” para empezar otro mejor. Si lo que queremos es librarnos de la turbación de nuestra muerte o de la de los nuestros, debemos profundizar en el tema hasta darnos cuenta de que la muerte es una fiesta. Personalmente me gustaría que en mi entierro se diera a los que asistan pasteles y bombones y se ponga música alegre tipo *El carnaval de los animales* de Saint Saens. Al fin y al cabo, si Dios quiere, me iré a un mundo donde no hace falta matar para vivir, donde no hay lucha ni competencia por nada, donde podré reunirme con todos los que amé a lo largo de existencias, donde para hacer lo que quiera no tendré el impedimento que supone mi cuerpo físico ... y creo que el ir a un sitio así vale la pena

que lo celebren quienes me quieran en la tierra, al fin y al cabo la lástima ¡la sentiré yo por los que se quedan!

En cuanto a los seres amados resulta imposible, humanamente hablando, no sentir pena porque nos dejen. Pero recuerde que esta pena es producto de nuestro egoísmo, de nuestro apego hacia ellos, de la misma manera que una madre está triste cuando sus hijos se van de colonias, aunque sabe que allí se lo pasarán muy bien. La madre sufrirá si no tiene a sus hijos en la medida en que esté apegada a ellos. En realidad no lloramos por los muertos, lloramos por nosotros que nos quedamos, temporalmente, sin su compañía.

En resumen: el problema no está en el deseo, sino en el apego que nos creamos de aquello que nuestros deseos nos dan. Siempre que en nuestra vida tengamos miedo a perder algo es signo de que hay un apego por medio.

Ahora bien nuestro solo deseo de vivir sin apegarnos a las cosas no resultará suficiente. Llevamos años, siglos, si lo consideramos desde el marco cultural en que nos desenvolvemos, apegándonos a los deseos y ahora nos vamos a borrar de un plumazo todo eso. Tendremos que trabajarlo. Debemos darnos cuenta cuando en nuestra vida hay un apego y luchar contra él. De nuevo debemos autoconfesarnos, no ya de nuestros actos sino de todo aquello que nos tiene atado de alguna manera. El trabajo es nuestro y debemos saber que esa lucha estará presente a lo largo de toda nuestra vida, pero hemos de tener ánimo, no desfallecer, pues eliminar los apegos supone vivir sin miedos y ... ¿hay algo que pueda traer más Paz que el vivir sin miedos?

La importancia del perdón

Mucho de lo que hasta ahora hemos venido comentando son cuestiones que, de algún modo, todos intuimos o conocemos. Incluso nos pueden resultar tan cercanas que ni siquiera nos parecerán que son principios espirituales. La citada regla de oro de “haced a los demás lo que queráis que los demás os hagan” además de en el Evangelio está recogida en la sabiduría popular a través de numerosos refranes. Son temas que en el fondo de nuestra Alma ya sabemos y precisamente lo que se pretende en todas estas líneas es que lo que está en nuestra Alma, lo esté también en el ego, en el comportamiento de nuestro yo inferior.

Sobre lo que es el concepto de ego o yo inferior ya lo hemos explicado en el primer capítulo al hablar de qué somos, pero recordemos que es lo que mueve nuestra existencia basándose en los cuerpos físico, vital, emotivo y mental, y el ego, para lograr la evolución que buscamos todos los seres, debería ponerse al servicio del Alma, pero, lamentablemente, esto no es así. Es por eso que actuamos pasando olímpicamente de lo nos dice la regla de oro, regla que toda persona y Alma conoce. Nuestro ego cuando se adueña de la situación tiende a considerarse diferente de todo y de todos, quiere imponerse como algo propio y es por eso que se producen todos los problemas en la tierra. El ego entiende que el Ser al que representa es

diferente y único, pero en realidad esto no es así, en realidad todos los egos que deberían estar al servicio de cada una de nuestras Almas, forman una supra entidad llamada Ser Humano y esto hace que todos seamos Uno. En el capítulo II cuando hemos hablado de la segunda causa por la que nos suceden cosas malas, ya hemos introducido un poco la idea de considerar que todos somos Uno, y ahora vamos a profundizar un poco más en esta idea. Pongamos un ejemplo para verlo más claro.

En una empresa hay diferentes departamentos: está la producción, el marketing, el departamento comercial, la administración, etcétera. En general (y quien ha trabajado en una empresa ya lo ha vivido) los integrantes de cada sección consideran que la suya es la parte más importante de la empresa. Los de comercial le dirán que son el alma de la empresa pues si ellos no venden no hay negocio, pero también los de producción nos podrían decir que nada sería la compañía si ellos no produjesen los artículos, de manera que es a ellos a los que les corresponde el título de sección más importante. Aunque claro, administración podría decir que si no existieran ellos, que controlan el dinero y son los que cobran y pagan, el negocio no tendría sentido de manera que el corazón de la empresa son ellos y así se podría decir de cada sección. En realidad si lo miramos desde fuera y con una visión amplia tan importante es el gerente de la empresa como el conserje, pues si no hay el primero no se tomarán decisiones importantes, pero si no existe el segundo no habría quien se encargue de abrirle la puerta al director general, es decir todos son importantes.

Pues en el tema del Ser Humano pasa lo mismo: todos somos Uno. Esto puede resultar chocante pero es muy cierto. Realmente para comprender esto no deberíamos ver nuestra vida en la tierra como lo único,

sino como un paso de evolución global, pero entrar en este tema sería un poco más complicado, de modo que volvamos al tema que nos ocupa ahora.

El hecho de que cada uno de nosotros haya olvidado que “todos somos Uno” es lo que hace que cada persona vaya sólo a la suya y entonces aparezca el egoísmo destructor. De la misma manera que cuando en una empresa se da más importancia a una sección que a otra empiezan los problemas, lo mismo sucede con la humanidad. La humanidad va mal por culpa de los comportamientos egoístas, porque cada uno va a la suya sin importarle los demás, y ése es el gran error. A menudo nos gusta culpar al Cielo, a Dios, de lo mal que van las cosas, así una de las estúpidas preguntas de quienes dicen no creer en nada es -si Dios es tan bueno ¿por qué permite que haya guerras, que haya hambre?- La respuesta sería:

-¿y qué tiene que ver Dios con que los hombres seamos unos cerdos egoístas?- Porque todas las guerras y las hambrunas se producen porque un grupo quiere dominar a otro. África es un continente riquísimo y sin embargo hay millones de seres que pasan hambre, Dios ya lo hizo bien poniendo recursos naturales allí, son los hombres quienes lo han hecho mal explotándose los unos a los otros en provecho de un grupo, y de esto nuestra civilización occidental no es en absoluto inocente.

La idea de que “todos somos Uno” de nuevo es algo que recogen todas las religiones a través del concepto de prójimo. Cuando dice la Biblia “amarás al prójimo como a ti mismo” (San Mateo 22, 39), lo que nos está diciendo precisamente es que el prójimo, el otro, y yo somos a nivel espiritual lo mismo, de manera que dañar a otro es dañarme a mí. El egoísmo inteligente reside en ser bueno con los otros, pues Yo soy, a nivel superior, a un nivel más allá de la vida terrestre, el Otro. Soy un Ser, una

Entidad Individual, que a la vez es única y que forma parte de un todo. Veamos otro ejemplo: cada una de las células de mi mano son seres vivos, pero a su vez se agrupan y forman mi mano, que es también vida, es decir que cada célula es por sí misma y forma algo que es también por sí mismo. Y es preciso que cada una de estas partes esté bien con las otras para estar bien consigo misma. Explicaremos a continuación una historia para dejar clara la importancia de la interrelación entre las partes.

Érase una vez, los órganos de un cuerpo humano decidieron elegir quién de todos ellos recibiría el honor de ser considerado “rey”. El corazón quiso tener tal distinción y dijo: “Yo debo ser el rey, pues sin mi continuo latir la sangre no circularía y todos moriríais, por lo que soy el más importante y me corresponde ser el rey”; a lo que el pulmón replicó: “el rey debo ser yo pues reparto el oxígeno por lo que soy el más importante y me corresponde ser el rey”; también el ojo optaba a lograr el título y dijo “el rey debe ser la visión, pues sin mí el cuerpo no sabe adónde va, por lo que soy el más importante y me corresponde ser el rey”. Finalmente el ano decidió presentarse a la elección para ser rey y todos los órganos rieron y rieron: “¿Ser tú el rey?, ¿cómo va a ser rey aquel por donde pasa toda la mierda?, ja ja ja”. Y así fue como el ano, muy enfado, decidió dejar de funcionar y se cerró totalmente, de manera que de ese cuerpo no salía excremento alguno. Pasadas dos semanas, el corazón latía con mucha dificultad, los pulmones apenas podían funcionar y los ojos parecían que se iban a salir de las órbitas. Moraleja: todos tienen el honor de ser reyes pues todos son importantes para el funcionamiento del cuerpo. Lo mismo pasa con los hombres, todos somos parte de ese “gran cuerpo” que es la Entidad Ser Humano.

Esto es importantísimo que lo entendamos pues supone que cuando lastimamos a otro nos estamos lastimando, a nivel profundo, a nosotros mismos, de la misma manera que en nuestro cuerpo cuando una célula va mal repercute en todas. Si nuestro hígado enferma, todo nuestro cuerpo enferma, el grado dependerá de la relación entre órganos, pero en mayor o menor medida todas las células se verán afectadas. Esto nos obliga a entender el concepto prójimo del que tanto nos hablan las religiones.

Todos somos Uno, en consecuencia tener algo contra alguien es estúpido, pero eso nuestro egoísmo no nos lo deja ver. ¿Por qué? Porque nuestro ego tiene de “capitán” a la mente y no acepta nada más que eso, mientras que el concepto de que todos somos Uno proviene del Alma. Si los cuerpos inferiores no se ponen al servicio del Alma, nuestra existencia en la tierra es absurda y “repetiremos curso” como ya se ha dicho. Nuestro egoísmo nos lleva a creernos diosecillos y a pensar sólo en nosotros, esto ha producido todo lo malo de este mundo, todo. Dios nos dio un mundo precioso y el actuar bajo la premisa de “primero yo, después yo y si sobra algo para mí” ha producido todas las desgracias que tenemos.

Decir esto es muy fácil, de hecho el gran Jesucristo se hartó de explicar eso del Amor al prójimo, y sin embargo parece que somos incapaces de practicarlo. Se trata ahora de dar el ingrediente básico para lograrlo, un ingrediente nada original por otra parte, pero que nunca se recomendará bastante para lograr mejorarnos a nosotros y a nuestro entorno: se trata del **PERDÓN**. A través del mismo eliminaremos todo lo que podemos tener contra los demás y ese es el primer paso para considerar a nuestro prójimo como parte nuestra.

No podremos ir muy lejos en nuestro camino de enriquecimiento para el Alma, y en consecuencia tampoco en la búsqueda de felicidad en la tierra, si dentro de nosotros guardamos algo contra alguien o algo. El mismo hecho de tener resentimiento es perjudicial, pues nos hace daño a nosotros mismos, mientras que el causante de la “ofensa” ni se entera.

Supongamos que usted pensara de mí que soy un grandísimo imbécil, que me tuviera mucha manía, rabia o lo que fuera, con esos pensamientos se estaría creando mala sangre, pero yo ni me enteraría y en el caso de que me enterase procuraría pasar lo máximo posible de su posición (recuerde eso de “la montaña es bonita en primavera”). En consecuencia el primer perjudicado de tener algo contra alguien es usted.

El perdonar es algo que al ego, cuando va de “por libre”, esto es sin someterse al Alma, no le gusta y en consecuencia pone a su “capitán” en marcha, es decir a la mente, y construye eso que tantas veces hemos oído o incluso dicho, eso de “yo perdono pero no olvido”. Ese ardid no es válido, pues de lo que se trata es de perdonar en su totalidad y ello exige olvidar la ofensa. Claro que el hombre, que como hemos dicho tiene una razón para todo aquello que hace, de forma muy sutil piensa siempre que hay una razón para su odio, es decir que hay una razón para su falta de perdón. Pero por más que compartamos “su” razón (y ya hemos hablado de que toda razón es subjetiva), mientras falte perdón en su vida no podrá evolucionar demasiado, y en consecuencia no podrá ser feliz.

Vamos a plantear un caso concreto, un caso duro. ¿Se puede perdonar a un hombre como Pinochet después de las atrocidades que hizo en Chile, en donde mató, torturó y secuestró hasta niños? Parece difícil el decir que

sí, en especial si alguien ha sido una de sus víctimas, pero el tema no está tanto en plantearse si se puede o no se puede, lo importante es que se DEBE perdonar y olvidar, por más difícil que emocionalmente resulte para nosotros. Actualmente dada su edad, a las puertas de la muerte, intentar darle un castigo es un ejercicio desequilibrado de venganza y decimos desequilibrado porque no se le podrá aplicar todo el mal que él ha causado, de manera que ese asqueroso dictador se reiría de nosotros a carcajadas. El ha matado a miles y nosotros sólo le podríamos matar una vez. La Biblia dice “La venganza es mía dice el Señor” y tan pronto como Pinochet abandone este mundo empezará a recibir lo cosechado, pero no dejemos que el mal se desarrolle en nosotros haciendo que odiemos a un viejo decrepito ya inofensivo, y si no fuese inofensivo hagamos que lo sea, pero desde el plano práctico, no desde el odio y rencor. Encerrémosle en la cárcel, pero que no nos encierre a nosotros la rabia y la impiedad. De manera que si el secreto de la vida es la búsqueda del Amor, uno de sus lugartenientes es el Perdón.

Y puestos a perdonar, por quien debemos empezar es por nosotros mismos. No podemos pretender ser buenos perdonando si antes no lo somos con nosotros mismos, de manera que el perdón auténtico empieza por uno. A menudo hay muchas cosas en nuestras vidas de las que no nos sentimos orgullosos. Algo que dijimos o no dijimos, hicimos o no hicimos, pensamos o no pensamos, puede haber traído unas consecuencias en nuestras vidas o en las de nuestro entorno que creemos que son nefastas y en consecuencia no nos perdonamos el haber actuado de esa forma que creemos responsable de nuestra mala situación actual. Sin embargo cuando actuamos de esa manera, de la que ahora no nos sentimos orgullosos, teníamos “nuestra razón” de manera que aunque las cosas hayan sido

diferentes a lo esperado, lo cierto es que respondían a un motivo. Pero es que por otra parte por muy terrible que haya sido la acción por la que no nos perdonamos, por más odio y resentimiento que tengamos hacia nosotros mismos, no lograremos cambiar nada, es decir que la falta de perdón y el odio y rencor que el mismo produce, no son en absoluto prácticos y como mientras estamos vivos debemos desarrollarnos y ganar experiencias para enriquecer nuestra Alma, la falta de autoperdón nos está bloqueando. ¡No seamos tontos y miremos hacia delante! ¡Perdonémonos!

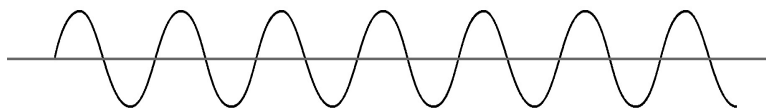
Hemos hablado de la importancia de la recapitulación nocturna para revisar nuestras actuaciones, pues bien se trata ahora de incorporar a la misma el principio del perdón hacia nosotros y hacia los demás. Repasemos esta noche, o mejor aún ahora mismo, contra quien tenemos algo. No importa en absoluto el porqué tenemos algo contra esa persona, eso es lo de menos. Si Cristo fue capaz de pedir que se perdonase a quienes le estaban matando diciendo “Padre, perdónalos porque no saben lo que hacen” (San Lucas 23, 34), seguro que sea cual sea nuestra situación o nuestras “razones” para no perdonar, seguro que no estamos en una posición tan dura como la de J.C. El perdón es una fuerza milagrosa, cuyo poder hasta que no se vive no se puede ni imaginar. ¡Practiquémoslo!

Ya conocemos uno de los requisitos fundamentales para la Paz, que es implantar el perdón en nuestras vidas y corazones. Para esto hemos tomado el concepto de prójimo cristiano, aunque existe igualmente en otras religiones. Ahora vamos a tomar un ingrediente oriental: se trata de “acallar la mente”. De todos es sabido la tranquilidad que aportan las filosofías y prácticas

orientales, ya sean chinas o hindús, veamos en qué se basa ese logro.

La ciencia moderna ha descubierto que el cerebro mientras trabaja emite ondas. Éstas al igual que todas, se caracterizan por una longitud de onda y por unos ciclos por segundo. Pero a diferencia de otros instrumentos la frecuencia vibratoria del cerebro no es constante. Cada velocidad de onda se mide por ciclos por segundo (cps). El cerebro se pone a emitir ondas a una velocidad u otra según lo que tenga que hacer. No se trata ahora de hacer un tratado de funcionamiento del cerebro ni de física ondulatoria, nos basta tener en cuenta que se distinguen cuatro tipos de ondas:

- Ondas Beta. Son aquellas que están por encima de los 14 cps por segundo. Es el estado normal, cuando estamos activos y despiertos, en una palabra es cuando somos conscientemente enérgicos. En los momentos en que segregamos adrenalina, nos irritamos y nos ponemos furiosos la velocidad de las ondas cerebrales supera los 20 cps. La imagen gráfica de esta emisión sería de este estilo:



- Ondas Alpha. Están comprendidas entre los 7 a 14 cps. Son las que emite el cerebro cuando estamos muy relajados (piense en un masaje), estamos soñando despiertos o estamos en ese tipo de

situaciones en que vivimos la calma interior. El dibujo que las representa sería así:



- Ondas theta. Van de 4 a 7 cps. Son propias del estado de sueño profundo, de cuando se aplica la anestesia sin dolor etcétera. Dibujaríamos entonces:



- Ondas Delta. Menos de 4 cps. Aparece en estados especiales tales como el coma, en los que la profundidad de la situación es muy acusada. Podemos ya imaginar que el dibujo sería con mayor distancia entre las fases de cada onda.

Los dos últimos tipos de ondas no nos son de demasiada utilidad a efectos prácticos a este nivel. Si queremos entrar en estados de “mediumnidad”, de conectarse con otros planos sí que tendremos que aprender a desarrollar ese nivel, pero no es, por ahora, el caso. Fijémonos sólo pues en las ondas beta y alpha. Si las ondas alpha son las que emitimos cuando estamos relajados y en Paz o dicho en otras palabras cuando somos felices, mientras que las beta son las emitidas en la vida corriente de cada día, cuando

estamos agitados, activos, despiertos, en guardia, está claro que el secreto de la felicidad consistirá en pensar en ondas alpha en lugar de en ondas beta. Las técnicas de relajación del método Silva se basan precisamente en hacer que seamos capaces de vivir emitiendo esas ondas alpha, y lo mismo producen las técnicas del Yoga o Tai – Chi. Tengamos en cuenta que el cerebro puede acostumbrarse a emitir con mayor asiduidad un tipo de ondas que otro y este es el motivo por el cual practicar las técnicas señaladas conlleva grandes beneficios prácticos en la vida corriente. No vamos a hablar de técnicas de relajación, sino de consejos prácticos que aplicar a nuestra vida diaria.

Si cuando nos enojamos las ondas de nuestro cerebro superan los 21 cps, es decir se alejan de ese ideal de vivir en alpha, de lo que se trata es de no enojarse. Esto se aplica también a las situaciones momentáneas en las que perdemos el control, algo nos enerva, nos ponemos a chillar a los demás, etcétera. Los gritos hacen mucho daño a la estabilidad y por ejemplo sólo en caso de incendio u otro percance grave estarían justificados. Una historia china explica que cuando dos personas están muy enojadas se gritan porque sus corazones están muy distantes y eso obliga a levantar la voz; en consecuencia no nos enojemos. Una cosa es dar una orden imperativa o una opinión y otra perder los nervios, eso debe evitarse a toda costa si queremos vivir en alpha. Ahora bien, supongamos que tenemos un carácter que nos lleva a menudo a perder la calma, a enojarnos con los demás, por mucho que después sintamos el haberlo hecho. Creemos que no podemos hacer nada para frenarnos y que ni siquiera la idea de la recapitulación nocturna nos parece suficiente para cambiar los prontos de nuestro carácter. En este caso tendríamos que tomar medidas profilácticas, es decir protectoras, para

que los enfados no sucedan, se trataría de evitar caer en toda provocación, en toda agresividad, en todo lo que alimenta una reacción de enojo o enfado.

El primer punto sería evitar, en lo que podamos, ver escenas agresivas. Actualmente el cine y la televisión nos han acostumbrado a un tipo de películas donde la violencia es brutal y lo que es peor, donde la agresividad es premiada, el héroe es quien venga a sus compañeros, quién más mata, quién hace estallar por los aires las construcciones de los malos. Hay películas en las que se anuncia como gran reclamo publicitario la palabra “venganza”. Se disfraza todo con una capa de que “los buenos ganan”, pero el hecho de destruir y matar es un continuo en las películas de hoy. Para los niños la situación todavía es peor, se les acostumbra a jugar con videojuegos y consolas en donde hay actividades tan “bonitas” como dar patadas a la cara del adversario, y las series de dibujos, en especial las japonesas, son brutalmente crueles. Cada vez que miramos una película en donde la venganza es un factor primordial, resulta imposible no segregar adrenalina e ira, y en consecuencia aumenta la velocidad de nuestras ondas cerebrales, es decir es como si nos entrenáramos para conseguir un fin diferente al propuesto de lograr la Paz a base de que nuestro cerebro se ponga en alpha. En el caso de los niños, el ejemplo del mal que les hace tanta violencia se ve en las matanzas que cada año se producen en los colegios. Es ya lamentablemente habitual, especialmente en Estados Unidos, que un adolescente entre armado en la escuela y se líe a tiros con todos⁷. En su mente, el asesino es el

⁷ Como referencia de la violencia absurda en EEUU podemos ver el documental “Bowling for Columbine”, de Michael Moore, en donde se habla de matanzas en los colegios. Esta obra fue premiada con un Oscar

héroe, de manera que lo que él está haciendo no es más que representar en la vida real lo que tantas veces ha visto en el cine o en la tele. Afortunadamente no todos los jóvenes reaccionan así, pero lo cierto es que ahora las películas y juegos fomentan la violencia más que nunca.

El cine, como arte, debe servir para elevar al hombre, no para embrutecerlo, y hacen mucho más daño las películas en donde se ensalza la muerte y la violencia que aquellas tan censuradas de sexo, al fin y al cabo en estas últimas no se hace daño a nadie, siempre por supuesto que no muestren violencia. En resumen: tenemos que protegernos y proteger a los nuestros de lo que vemos pues algo siempre queda y se asume.

El otro apoyo para lograr que comportamientos agresivos se diluyan es la correcta alimentación. Tanto los monjes budistas actuales como los católicos (al menos antiguamente) son estrictos vegetarianos. La razón que aducen los budistas (los de por aquí no dicen nada pero el fundamento es el mismo) es que cuando se mata a un animal parte de su última sensación se queda impregnada en su carne, de modo que al consumirla los humanos absorbemos la fuerza y la ira del animal al ser muerto. La carne roja da energía, pero también ayuda a la agresividad. Cuanto mayor sea la evolución del animal que consumimos mayor es la carga negativa que tomamos, es decir que no es lo mismo comer pollo que comer un caballo, que siempre ha considerado al hombre como su amigo y al que ahora se le parte el cuello de un golpe para comérselo. Un niño precisa la energía de la carne para ser fuerte, pero un adulto no, o al menos no en gran proporción. No estamos proponiendo un vegetarianismo estricto pero sí que el reducir la cantidad de carne, en especial de especies evolucionadas como la ternera, el cordero y el caballo reduce con el tiempo (nada o muy

pocas cosas son inmediatas) la agresividad; en consecuencia viviremos más en Paz y más felices.

Por último hemos de llamar la atención sobre otro factor contaminante muy importante que puede bloquear nuestra evolución anímica, nos referimos a los llamados en general “malos ambientes”. Los límites para considerar un lugar como nocivo o no son muy frágiles. Así en principio una discoteca no tiene nada de malo, pero una discoteca donde se trafique con droga, sí. Quien tenga algo de experiencia de la vida sabe ya perfectamente lo que se puede encontrar en un lugar inicialmente destinado a oír música y bailar.

Los burdeles serían perfectamente aceptables si quienes trabajasen allí realizasen la actividad por decisión propia. Serían entonces como una especie de gimnasio donde los hombres o mujeres (pues hoy en día hay muchos tipos de prostíbulos) irían a desfogar su energía, pero lamentablemente muchas de quienes trabajan allí han sido vendidas de niñas y son explotadas por las mafias o están atrapadas por las drogas. Debemos tener claro que yendo a ciertos lugares se promociona lo que en esos lugares se hace. Así por ejemplo muchos hombres están en contra de la prostitución infantil, lo ven como algo inhumano, ruin y asqueroso, sin embargo cuando estas personas se van de turismo sexual a Cuba o Tailandia con su viaje están promocionando que las pobres niñas tailandesas sean vendidas a los 12 años a mafias explotadoras o que las chicas cubanas no vean otra solución a sus vidas que la de vender su cuerpo. Lo mismo podría decirse de los burdeles de Europa. Si las mujeres que trabajan en éstos no son libres de hacer lo que hacen, ya sea por estar atrapadas en la droga o por mafias, estaremos alimentando un negocio repugnante basado en explotar por necesidad algo tan hermoso como es el cuerpo humano.

Resumiendo todo lo dicho:

- perdonémonos y perdonemos, pues todos somos Uno
- vivamos emitiendo ondas alpha y no nos enojemos
- cuidemos nuestra alimentación
- evitemos los lugares de “mal rollo”

Si lo practicamos veremos los resultados.

La Fe que mueve montañas

Actualmente la palabra fe es usada en muchos campos lejos del contexto espiritual que tenía en un principio. Siempre que se quiere indicar la necesidad de creer en las posibilidades para alcanzar un logro, se utiliza la palabra fe. “Debes tener fe en” es hoy en día una frase hecha que indica una creencia por encima de los resultados inmediatos. Fe en la victoria en un deporte supone creer que se va a ganar cuando se está perdiendo; fe en alcanzar un objetivo supone creer que uno es capaz de algo por encima de la realidad inmediata que se empeña en defender lo contrario. Vemos así que fe se usa en el contexto de creer en una realidad todavía no presente.

Hablar de Fe Espiritual no es exactamente así. Es cierto que se basa en una creencia, pero no en una creencia dual sino absoluta. Cuando hablamos de este tipo de Fe no nos la planteamos en el mismo sentido que en el resto de las actividades humanas, donde se emplea tal palabra como la creencia en una posibilidad no realizada. Cuando hablamos de Fe Espiritual nos estamos refiriendo a una certeza, certeza que comprendamos, o no, existe. En resumen nos estamos refiriendo a un concepto que no admite dualidad. Hemos explicado anteriormente, en los primeros capítulos, que en temas importantes la dualidad no es posible, que lo importante “ES” y no admite contrario. Esa idea de la unicidad será tratada en el último capítulo, pues es de importancia capital, por lo que será mejor no adelantar acontecimientos.

La Fe no es una “creencia en ...”, sino que es un “convencimiento de...” Hay una diferencia grande entre ambos conceptos: el primero permite la dualidad y el segundo no. Volvamos de nuevo a un ejemplo. Yo, de nombre Juan Pedro, soy hombre. Para mí es una certeza, nunca me lo he preguntado ni me hace falta mirar mi cuerpo antes de ducharme para darme cuenta. Pues bien, con la Fe pasa lo mismo, la Fe no es creer en Dios, la Fe es saber ciertamente de su existencia y en consecuencia vivir con esa concepción.

Y es precisamente esa ausencia de dualidad en este tema lo que hace que la ciencia moderna, que sólo sirve para temas mundanos (importantes, pero con fecha de caducidad), desprecie todo aquello que no es capaz de entender. De esta manera la Fe es indemostrable por su realidad. Para quien tiene realmente Fe hablar de la existencia de Dios y de su entorno, es decir de todo lo que rige su creación (ángeles, arcángeles ...) es como tener que demostrar que el agua moja. ¿Somos capaces de demostrar que el agua moja? Y aunque no seamos capaces de ello, ¿deja de mojar el agua? Toda la metafísica desarrollada por la filosofía, toda enseñanza religiosa o espiritual, incluso este modesto libro no hacen más que demostrar “cosas mojadas” para que nos demos cuenta de que “el agua moja”. Sin embargo todos estos escritos y otras demostraciones no bastan por sí mismos para tener Fe.

Tener Fe es un convencimiento interno y no hay libro ni filosofía que nos lo pueda inculcar. Por ejemplo, que usted crea es un asunto suyo y aunque sé que nada podemos hacer para demostrarle que el agua moja si no es invitándole a que se tire a una piscina, sí que queremos demostrarle las ventajas de tomar ese baño. Para no confundir términos queríamos comentar eso tantas veces oído de “yo creo en Dios pero no en los curas”. Una cosa

es tener Fe en el mundo superior y otra creer lo que opinan los que se denominan representantes del mismo, es decir todo tipo de sacerdocio de la religión que sea; las religiones son un producto humano, con chispa divina, pero alimentadas después por los hombres, y sobre éstas sí que son posibles todo tipo de discrepancias.

Podríamos hablar durante páginas y páginas de lo que es la Fe⁸ pero ése es un ejercicio individual y sólo nos toca ahora exponer las razones por las que la Fe es la solución definitiva para lograr la Paz. No se trata de ver la Fe como una simple creencia que nos ayudará en otros planos, sino de darnos cuenta de que la Fe es la llave maestra del reino interior de nuestra Paz en esta vida. Claro que como toda llave seremos cada uno de nosotros quienes tengamos que girarla, y todos los libros del mundo sólo nos podrán describir lo que encontraremos al abrir: Paz, por nuestra confianza en lo Superior. Tomaremos prestados para hacer esta demostración unos versos de Santa Teresa de Jesús, en estos no aparece la palabra Fe pero queda claro a lo que se refieren. Dicen así:

⁸ En el libro "*Mágica Fe*" de J.J. Benítez, que se relaciona en la bibliografía comentada final, se describen de una manera magistral las "ventajas" que adquieren lo que el autor llama "los socios del club de la Fe". Es un libro maravillosamente bien escrito y muy práctico. Lo recomendamos sin duda alguna.

Nada te turbe;
nada te espante;
todo se pasa;
Dios no se muda,
la paciencia
todo lo alcanza.
Quien a Dios tiene,
nada le falta.
Sólo Dios basta.

Podría parecer que es sólo el poema de una mística, pero es mucho más si lo comprendemos paso a paso. Vamos allá.

Nada te turbe nos dice el primer verso. Parece fácil de decir cuando no hay problemas en nuestra vida, pero cuando aparecen nos resulta imposible mantener la calma. Nuestros problemas de salud nos inquietan, los problemas de dinero nos preocupan, los problemas de no comprender las situaciones nos desconciertan y los problemas emocionales, definitivamente nos turban. Además a todo eso hay que añadir que el hombre es un ser social, de manera que a todos los anteriores focos de problemas tenemos los que nos ocasionan la interacción con los demás. Para entender realmente este verso debemos conectarlo con el último, con el “sólo Dios basta”. Los problemas citados, que tanto nos molestan, lo son *si y sólo si* nuestra persona está dirigida por el ego inferior, cuando lo está realmente por el Alma todo ello desaparece y es precisamente porque el Alma sí que confía y tiene Fe, mientras que el yo inferior sólo tiene egoísmo terrenal. Pero para no escabullirnos de los problemas que sí nos turban, vamos a analizarlos a fin de que no se quede todo en un simple “debemos vivir desde el Alma”.

En primer lugar debemos tener siempre presente que aquello que nos turba es a menudo producido por nosotros mismos. Supongamos que alguien a quien usted aprecia, por una causa vana y de la que usted no es en absoluto responsable, le insulta. Evidentemente lo más “normal” es que se sienta ofendido y crea que los demás son desagradecidos e injustos con el trato que le dan. Ser insultado le duele, le turba, no importa ya que haya razón o no para el insulto, sobre eso ya se ha tratado ampliamente, lo cierto es que al ser humano le duele que le insulten y a menudo responde con otro insulto.

El “culpable” del dolor que le causa el insulto no es quien lo expresa, no son los demás, sino usted. Es usted quien deja que las palabras pronunciadas por otros le hagan daño; es usted quien decide, cuando considera que le han insultado, que esas palabras le hieran. Si le hubieran insultado en otro idioma, al no enterarse no hubiera dado peso a esas palabras y no le hubieran dolido. Es usted quien da peso a las palabras y a las ganas de hacer daño de quien le insulta, es usted quien hace que le duela el mensaje, y la manifestación más clara de que el “insultador” ha logrado el objetivo de hacerle daño es cuando usted responde con otro insulto.

Me podrá decir que este es un caso *light* ¿qué pasa por ejemplo cuando nos dan un puñetazo? Aquí parece claro que el dolor que produce no es algo que dependa de nosotros el aceptarlo o rechazarlo, es una cosa cierta y dolorosa. Si le pegan un puñetazo, por su salud procure que no le peguen más, pero la idea de devolver el puñetazo como venganza es como dar un premio a aquel que quería dañarle. En un libro de equitación sobre comportamiento ecuestre al autor le hacen esta pregunta: “¿Qué hago si mi caballo me muerde?”, a lo que el etólogo responde “Hágase friegas para reducir el dolor y luego piense qué

trato le está dando a su caballo para que reaccione agresivamente”. Lamentablemente en el mundo de los caballos y en el humano esto no es así; al caballo se le devuelve el golpe con la estúpida intención de demostrarle quien es el que manda y que se es más “fuerte”. Con ello lo único que se consigue es que el animal se vuelva más resentido y odie aún más a quienes ayuda, pues todo animal es una gran ayuda para el hombre. Pero dejando de lado temas hípicas, lo mismo nos pasa a nosotros, permitimos que el mal que los demás pretenden hacer haga diana. En realidad cualquier insulto, ofensa, castigo que otro dirige contra nosotros, es como si esta persona tirase una flecha, y nosotros estuviésemos delante moviendo la diana para que esa flecha se clave en el centro de la misma.

Existen otro tipo de ofensas en las que es más difícil aceptar que el daño que nos infligen es responsabilidad nuestra, se trata de todas las ofensas de tipo afectivo. A parte de lo explicado sobre nuestra responsabilidad en función de nuestros actos anteriores, es decir que si sembramos patatas recogeremos patatas y si sembramos cebollas recogeremos cebollas, a veces nos suceden cosas de origen kármico o que son la manifestación en nosotros de la acción del todo, y en estos casos parece como si en la existencia actual fuésemos “víctimas” y por supuesto eso nos ocasiona daño. Entraría en este concepto todo aquello que nos parece inexplicable que nos suceda a nosotros, pero incluso en este caso es nuestra interpretación del peso que queramos que tal hecho tenga en nuestras vidas lo que determina el dolor que nos causa. La solución a todas estas “injusticias” es aceptarlas con perdón. **El rencor es uno de los grandes conservantes del dolor.** Mientras consideremos que la actuación que algo o alguien ha

realizado en contra nuestra es incorrecta e injusta, no seremos capaces de liberarnos del daño que provocó quien así actuó. Es nuestra capacidad de recordar el daño inflingido la que permite que éste viva, no lo olvidemos. Al respecto se cuenta la siguiente historia:

“ Dos monjes Zen, un maestro y su discípulo, salen de viaje. En el camino se encuentran que tienen que atravesar un río y hay una mujer en la orilla que pretende lo mismo, pero no quiere mojarse para no llegar desaliñada a su destino. Esos monjes Zen tienen prohibido todo contacto con las mujeres, sin embargo el maestro se acerca a la mujer, la toma en brazos y la ayuda a atravesar el riachuelo.

Los dos monjes continúan caminando en silencio durante horas hasta que finalmente el joven discípulo no puede más y pregunta:

– Maestro ¿cómo pudo coger a esa mujer cuando ...?

– ¡¿Pero cómo?! – le responde el maestro –. ¿Todavía llevas a esa mujer encima? Yo hace horas que la dejé.

Pues bien no hagamos lo mismo en nuestras vidas, no llevemos encima los golpes que los demás nos den, ni los que nosotros mismos nos provocamos.

Mientras no asimilemos que somos nosotros y sólo nosotros los responsables de lo que vivimos y no los demás, esto es mientras no nos demos cuenta de que nosotros somos los capitanes de nuestro ser y no una marioneta de los otros o del destino, no lograremos la Paz y tranquilidad que buscamos.

Entonces si esto es tan fácil ¿por qué no lo hacemos?, ¿por qué somos todos tan tontos? Por comodidad, nos resulta mucho más fácil, y sobre todo cómodo, culpar a los demás que aceptar que somos nosotros los que permitimos que las actuaciones externas nos hieran. Y por supuesto que en esta idea de comodidad

está Dios. Sí, es más fácil culpar al Cielo, a la vida, a Dios de nuestras desgracias que aceptar que somos nosotros los responsables de lo que vivimos; al fin y al cabo Dios no nos replica y en nuestra chulería podemos meternos con Él sin problemas. A menudo pensamos que los humanos somos como marionetas y que la vida, Dios, el destino o lo que sea, mueve los hilos, pero esto no es así. Desde que tenemos el libre albedrío el hombre es quien elige su camino, somos como trenes que eligen la vía por la que quieren ir para llegar a la estación final que es el fundirse con la Divinidad, cómo ya se ha explicado. Si elegimos una vía con piedras tendremos un viaje agitado y Dios, el Cielo o el destino lo único que hacen es mirarnos desde arriba, pero los conductores somos siempre nosotros, por más que nos guste culpar a los ingenieros del trazado que hemos elegido.

El segundo verso del poema *nada te espante* es un complemento del primero, pues si nada hay que nos turbe nada habrá que nos espante, es evidente.

Vamos pues al tercero el que dice *todo se pasa*. En nuestro mundo terrenal tenemos esa realidad llamada tiempo que hace que todo lo que acontece por aquí sea pasajero y eso puede convertirse en un gran aliado nuestro. Pongamos de nuevo un ejemplo. Si usted ha tenido la vivencia de ser abandonado por alguien a quien quería, le dejó su novia o novio, su mujer o marido o su amante, en su momento vivió una gran turbación, lo pasó mal, muy mal. Sin embargo con el paso del tiempo ese abandono se convirtió en una “bendición”. Actualmente se alegra de haber vivido esa pérdida pues o tiene ahora una situación nueva que resultaba inimaginable con la persona anterior o bien el plan de vida que quiere realizar ahora ve que era imposible con esa compañía, de manera que esa pérdida

que tanto daño le hizo entonces, es vivida ahora como un triunfo.

Que para darse cuenta de esta situación haya tenido que pasar dos meses o dos años es independiente de la realidad “todo pasa”, de manera que si algo va a pasar..., ¿para qué preocuparse? El ejemplo adoptado es radical y probablemente darse cuenta de que esa pérdida no fue tal precisa tiempo, pero lo que sí es cierto es que en nuestras vidas muchas cosas que hoy nos molestan serán totalmente irrelevantes dentro de una semana. Entonces si dentro de una semana serán esos problemas meras anécdotas, ¿para qué preocuparse por éstos hoy? Esto es un razonar con sentido común más que propiamente espiritual, pero sea como sea es muy cierto. Sigamos con nuestro análisis de los versos.

Dios no se muda, nos dice a continuación Santa Teresa. La importancia de este punto es que complementa al anterior. Si nuestra vida en la tierra se caracteriza por ser todo pasajero, en el Entorno Celeste esto no es así, de manera que todas las cualidades por las que vale la pena vivir en la tierra para evolucionar nuestra Alma y para hacer que el mundo sea mejor (esto es: Amor, compañía, ayuda, confianza, bondad, entrega, constancia, arte, tolerancia... y sobre todo perdón), no tienen fecha de caducidad. El perdón no tiene límite y por más errados que estemos en nuestro actuar, es como si Dios nos hubiera concedido la eternidad para aprender a ser como debemos ser. Creer en Dios es creer que Dios no se muda, y así, si el Amor era la razón de ser de nuestra existencia, la Fe representada por ese saber que “Dios no se muda” es su póliza de seguro. El Entorno Celestial (y utilizamos esta expresión para no personificar en exceso el concepto de Dios) es atemporal y **en algo que nunca cambia es en lo único en lo que realmente se puede confiar**. Existen

muchas oraciones en donde esto se pone de manifiesto y una que encontramos particularmente acertada es la oración del ángel Hariel (se habla de los ángeles más adelante) que dice: “mi Dios es la roca de mi refugio”, es decir: Dios es lo más fuerte y seguro de lo más fuerte y seguro.

Aceptar esto es tener confianza en que todo, por malo que nos parezca o por poco que nos guste, tiene el respaldo de la salvación en Dios. Es como leer un cómic de Tintín. A menudo en sus aventuras están a punto de matarle, a él, que es un chaval tan bueno, que siempre ayuda a los demás, a los necesitados, ¡que injusticia matar al héroe! Pero al final siempre hay un final feliz, siempre. Y aunque usted no haya leído a Tintín (le recomiendo que lo haga), sí que puede imaginarse el final feliz de una película de Hollywood; si llega usted a media película sólo verá problemas, pero al final todo acaba bien. Eso de “Dios no se muda” nos está hablando de que en el guión hay un final feliz.

La paciencia todo lo alcanza, dicen los versos siguientes. Es la versión positiva del verso donde se nos dice que “todo se pasa”. Se nos está diciendo ahora que no hay imposibles desde que uno sabe que tiene a Dios de su lado. Y en estos versos la palabra “paciencia” tiene tanta fuerza como la palabra “todo”. La Fe obliga a tener paciencia, ya que ésta viene a ser como la prueba de nuestra certeza en el mundo superior. Tener paciencia por lo imposible es la mayor manifestación de Fe. Al respecto hay una mención muy clara en el Evangelio de San Mateo 8, 23-27 que nos dice:

“ Jesús subió a una barca y sus discípulos le siguieron. De pronto se alborotó tanto el lago que las olas cubrían la barca, pero Jesús estaba dormido. Los discípulos le despertaron diciéndole:

—¡Señor, salvadnos que perecemos!

Él les dijo:

— ¿Por qué tenéis tanto miedo hombres de poca fe?

Entonces se levantó, increpó a los vientos y al lago y sobrevino una gran calma. Y aquellos hombres maravillados se preguntaban: ¿qué clase de hombre es éste que hasta los vientos y el lago le obedecen?”

No se trata de ver en este acto la acción de un ser todopoderoso (que lo era) sino de intentar descifrar el mensaje que nos quiere dar. En todo el Evangelio cuando se explica alguna acción, ésta por sí sola a menudo carece de importancia, no se trata de contar simplemente hechos mágicos de Jesucristo, su intención no es impresionar a nadie ni ser el libro de su vida un relato fantástico. En todas esas historias se encierra un simbolismo que dice mucho más que las simples palabras. Veamos éste que se ocupa del tema de la Fe.

Cuando aparece la palabra agua en los Textos Sagrados, a nivel simbólico se está haciendo referencia al mundo emotivo de la misma manera que el concepto aire se refiere a todo lo relacionado con las ideas, la tierra a la realidad material y el fuego al principio destructor-regenerador. Que el lago estuviera agitado manifiesta que los discípulos que le acompañan, es decir todos los hombres (pues en ellos nos manifestamos todos), sufren por la inestabilidad de sus emociones, que les zarandean y les hacen temer. La actitud dormida de Jesucristo demuestra que, desde la visión superior que ocupa, no hay razón emocional capaz de inquietarle. Cuando esos hombres temerosos piden ayuda a Jesucristo y éste les recrimina su falta de Fe, lo que les está diciendo es que hay mucho más que sus problemas emocionales y que estos se convierten en nada tan pronto se ven con la perspectiva adecuada, esto es aceptando la existencia de la

Divinidad. Cuando hace callar a las aguas y los vientos se refiere a que con la Fe se puede aplacar la razón y los sentimientos, es decir que la Fe lo puede t – o – d - o.

Y para ver en qué consiste este gran poder de la Fe, que en realidad sólo Jesucristo tenía al 100 %, vamos a analizar los últimos versos que dicen:

*Quien a Dios tiene
nada le falta
sólo Dios basta.*

Quien tiene Fe sabe que la existencia de Dios hace que todo tenga una razón aun cuando nosotros no la comprendamos o aceptemos. **En nuestra vida, TODOS los desequilibrios que nos llevan a la infelicidad se deben a querer imponer nuestra voluntad por encima de la voluntad Divina.** Queremos controlar e imponer lo que creemos que es mejor para nosotros siendo incapaces de aceptar un resultado diferente que nos imponga la Vida (en mayúsculas).

Explicaremos la siguiente historia. Un hombre se dispone a tomar un avión pero en el camino es parado por la policía por exceso de velocidad, se le realiza un control de alcoholemia y da positivo, a resultas de lo cual la policía le detiene. El hombre se enoja muchísimo e insulta a la policía, lo que hace que le lleven a comisaría. Debido a todo este tiempo perdido nuestro hombre pierde el avión, por supuesto eso le ocasiona un gran enfado, maldice su mala suerte al haber sido parado por esa patrulla y maldice unas leyes tan poco permisivas, pues sólo había bebido dos cervezas. El hombre está preocupado. Perder ese vuelo le ha supuesto perder un negocio importante, y las posibilidades de ganar dinero para mejorar sus condiciones de vida se esfuman. Y así podría seguir pensando y lamentándose de las desgracias que le ocasionará el que le hayan detenido por solamente pasarse

10 km/h. de la velocidad permitida. Pero el hombre se entera horas después de que precisamente ese avión, el avión que él no cogió por la “mala suerte” de ser detenido, ha estallado en pleno vuelo. Si el hombre de nuestro ejemplo hubiera tenido Fe auténtica hubiera aceptado que ese avión no era para él y no se hubiera indignado tanto (hacerlo un poquillo es humano), con lo que su salud hubiese ganado y su mundo emotivo también, pues en su odio está plantando “malas hierbas”. **Tener Fe, creer en Dios, nos permite aceptar las cosas como son y no indignarnos porque no sean como nosotros queremos,** ése es el gran poder de la Fe.

Esto es especialmente cierto en el campo afectivo y creemos que el ejemplo del Evangelio se realiza en el lago para poner más claramente de manifiesto tal extremo. Por ejemplo si usted persigue tener una buena relación emocional con una persona pero a pesar de los muchos esfuerzos que usted dedica a esta relación para que llegue a buen puerto no se consolida, es simplemente porque en el plan Divino no se había establecido que esa persona fuese para usted. Igual se puede decir de todo aquello que le perturbe por no haber conseguido.

La Fe tiene un primer regalo que es la tranquilidad que nos da el aceptar. Y este regalo lleva aparejado otro: si somos capaces de aceptar todo lo que suceda después de todo nuestro esfuerzo para lograr un fin, entonces estamos libres de temer y sufrir por la no consecución de tal fin. O dicho en otras palabras, somos capaces de actuar sin miedo, pues si conseguimos lo que queríamos ¡estupendo! y si a pesar de todos nuestros esfuerzos no somos capaces de conseguirlo, entonces es porque “los de Arriba” dicen que es mejor que no lo logremos y no procede el deprimirnos por eso.

Así, si pierde usted un puesto de trabajo, una compañera, una oferta interesante después de esforzarse al máximo, es simplemente porque no era para usted, pues hay mucho que desconoce de la Vida en su totalidad. Quizá ese trabajo que tanto deseaba y por el que tanto había luchado le hubiera traído muchos problemas, o esa persona que creía ser la media naranja de su vida sólo era una bonita cáscara sin jugo en su interior. De manera que cuando se encuentre en una situación en la que tenga cierto miedo por lograr o no lograr algo o porque algo se desarrolle de una manera o de otra, ponga Fe en su vida y entonces aceptará el resultado con independencia que sea o no el inicialmente deseado por usted. Eso sería como practicar un deporte sin importarle ganar o perder, y si es capaz de ello disfrutará con la actividad y no hará depender el disfrute en el juego con el resultado del mismo. **El miedo es el resultado de la falta de Fe** y pocas cosas hay tan paralizantes como el miedo.

Ahora bien, la frontera entre hacer todo lo posible que esté en nuestras manos y aceptar el resultado final como Decisión Celeste es muy frágil. Puede rendirse demasiado pronto en su empeño o puede poner en el mismo una energía desproporcionada, cada caso es diferente. Dejarse llevar por el concepto “es la voluntad de Dios” genera hombres pasivos, e intentar a toda costa algo que no es para nosotros puede acabar originando frustraciones si no se tiene Fe suficiente. Distinguir entre ambas posiciones se hace a menudo difícil, pero es necesario saber diferenciarlas para hacer lo que dijo Julio César (y ese de espiritual tenía poco): “una retirada a tiempo es una victoria”. Quien tiene Fe confía en que todo lo que sucede es parte del desarrollo y evolución de su Alma y en consecuencia es capaz de vivir feliz y en Paz.

Hasta ahora hemos intentado explicar que la Fe lo es todo, es el principio para nuestra Paz interior, y vamos a acabar todo esto poniendo un broche de oro, empleando las palabras de Jesucristo recogidas en San Mateo 21, 21 que dicen:

“ Y Jesús les dijo: Os aseguro que si tuviérais Fe sin mezcla alguna de vacilación, no sólo haríais lo que he hecho yo con la higuera, sino todavía mucho más. Con decir a este monte: ‘quítate de allí y échate al mar’, se echaría.”

Ahora nos falta ver una de las manifestaciones de la Fe, la Oración, pero de eso se hablaremos en el próximo capítulo.

El poder de la Oración

En la actual sociedad occidental de nuestros días hablar de la oración, rezar y todo eso puede sonarles a muchos como algo relacionado con las religiones, los curas y sacerdocios varios, cuando no se relaciona con las formas de comportarse de los pueblos que llamamos primitivos, pero nada más lejos de la realidad que eso.

Sería muy bueno, a efectos espirituales, que el hombre de nuestro tiempo fuera capaz de distinguir claramente el mensaje de aquél que da el mensaje. En nombre de Dios se han hecho los crímenes más aberrantes, las guerras más crueles y las persecuciones más absurdas y terribles, el resultado de todo eso es que los curas y en general todo tipo de sacerdotes no están muy de moda. Somos libres de opinar lo que queramos sobre el clero de cualquier religión, no sólo de la católica, pero una cosa son los hombres y otra las ideas que defienden. Por ejemplo, supongamos que el señor X fuma dos paquetes de tabaco al día. Si el señor X nos dice “fumar es malo para la salud” no nos está diciendo ninguna mentira. Otra cosa es que él sea un hipócrita, pero eso no quita que lo que ha dicho sobre el fumar sea cierto. En consecuencia, siempre, distingamos lo que se dice de quien lo dice y esto a nivel de creencias religiosas es muy importante.

En todas las culturas, existen oraciones y por lo tanto si algo existe durante miles de años y por todo el

mundo, es porque el tema funciona, o dicho en otras palabras: la oración es práctica.

Ahora bien, por mucho que sean, en principio, las religiones las que difunden las plegarias, el hecho de rezar no tiene nada que ver con una institución religiosa en concreto. **Rezar es entrar en contacto directo y personal con la Divinidad**, es de alguna manera, como si nuestro yo terrenal se pusiera a hablar con el Plano Espiritual.

Tradicionalmente se ha entendido mal qué es la Oración, es decir qué es lo que se persigue al hablar con la Divinidad. Creemos que se reza para pedir, pero no es totalmente así. Pedir algo a Dios es como decirle que se ha olvidado de nosotros y eso nunca puede ser, es como reconocer que somos mendigos y rogamos ayuda celestial, cuando (como se verá en las líneas que siguen) tenemos naturaleza divina. Al respecto y para que se vea que esta idea no nos la hemos inventado, nos dice Jesucristo en San Mateo 6, 32 - "... que bien sabe vuestro Padre Celestial que tenéis necesidad de todo eso"-.

Rezar para pedir es como si Dios fuera tontito y se hubiera olvidado de nuestras necesidades, esto no es, ni puede ser nunca así. ¿Por qué entonces no tenemos ya por sistema todo aquello que queremos? El objetivo de la vida, y no lo olvidemos, es que evolucionemos y el Cielo nos da lo que puede sernos más útil para tal fin, en consecuencia si lo que creemos que sería bueno para nosotros no lo es en términos de crecimiento del Alma, no lo obtendremos de ninguna de las maneras. Esto puede parecer duro y chocante, pero es así. La vida nos dará todo lo necesario para hacer de nuestra existencia una obra de arte al servicio último de la evolución de nuestra parte espiritual, que como se ha definido no es más que hacer crecer al Alma, pero lo superfluo, por más que nos empeñemos en lograrlo, no se nos dará si no nos toca. Cuando rezamos

hablamos con la Divinidad, pero no para recordar lo que el hombre precisa según su corta y limitada inteligencia, sino para demostrar Fe, para dar gracias y para ser mejores, pues todas las Oraciones nos enriquecen. Rezar no es como comprar números de lotería esperando que algo caiga a nuestro favor, es algo mucho más profundo, como vamos a analizar.

Podríamos decir que existen tres formas de orar:

- Rezar oraciones “estándar” tipo Padrenuestro, Avemaría. En este caso se trata de repetir las palabras que nos han dicho y que en principio han sido escritas por alguien que sabía mucho de la religión que patrocina tal rezo.
- Hablar directamente con la Divinidad. Se trataría aquí de ser nosotros y sólo nosotros quienes elegimos lo que vamos a decir y cómo. Sería hablar con Dios como con un amigo.
- El Decreto o mejor dicho los decretos pues siempre se hacen varios cuando no muchos. Esta nueva forma de rezar proviene del Conde de Saint Germain y corresponde a la conciencia de la Era de Acuario.

Pero entendamos una cuestión: no se trata de que Dios premie a los que rezan, sino que los que rezan, en la medida de que crecen como Seres Humanos, se benefician de ese crecimiento en el plano de su existencia terrenal.

En todas las oraciones, absolutamente en todas y en todas las religiones, lo que se dice al orar es muy hermoso desde el punto de vista del comportamiento humano. Si todos fuéramos capaces de seguir lo que en una oración se nos dice, el mundo sería un paraíso. Pues bien, de la misma manera que la psicología nos dice que es imposible sentirse deprimido interiormente y canturrear de alegría por fuera y que si somos capaces de lograr lo

segundo, por más que sólo sea una forma, cambiaremos nuestro estado de tristeza, el decir las “cosas bonitas” que se dicen en las oraciones nos ayuda a ser mejores. Es de esta manera importantísimo darnos cuenta de lo que estamos rezando y es mejor reducir el número de oraciones que decir muchas de carrerilla sin compartir y entender su significado. Y de nuevo tenemos una referencia importante en las palabras de Jesucristo cuando dijo:

“Cuando estéis rezando no repitáis muchas palabras inútiles, como los gentiles, que piensan que por hablar mucho Dios les va a escuchar” (San Mateo 6,7).

Si cada vez que rezamos una oración comprendemos cada frase, seremos poco a poco capaces de integrarla en nuestras vidas y como el significado de las plegarias es bondadoso acabaremos aportando a nuestras vidas bondad. En el Padrenuestro se nos dice “... así como nosotros perdonamos a nuestros deudores”, pues a base de rezar esa oración, cada vez nuestra capacidad de perdonar será mayor, y ya hemos hablado de lo importante que resulta, para nuestra mejora interior y nuestra consecución de la Paz, vivir el perdón. Cada palabra que decimos cuando rezamos se va grabando, de manera sutil, en lo más profundo de nuestro ser, haciendo que seamos mejores y en consecuencia dado que se recoge lo que se siembra, a la larga nos ocurrirán cosas favorables y esa es la razón última por la que desde tiempo inmemorial se reza.

Entre todas las oraciones hay una especial. Se trata no de una oración dada por un hombre santón o alguien así, sino de la oración dada por la Divinidad representada por Jesucristo. Nos referimos al Padrenuestro, la oración más poderosa que pueda haber, y eso por tres motivos:

– Por su origen divino, ya que nos la dio el mismo Jesucristo.

– Por haberse rezado miles de millones de veces en los últimos dos mil años, lo que añade toda la carga de poder que la emoción y el pensamiento de los hombres son capaces de dar.

– Por su contenido. Nada hay más exacto, preciso y útil que lo que nos dice.

Dada su importancia, vamos a analizar, por partes, su contenido desde una perspectiva práctica. Empecemos:

- *Padre nuestro.*

Tenemos dos significados, pero tan relacionados, que han dado nombre a la oración del Padrenuestro, empecemos primero por el de Padre. Todos sabemos las virtudes que debe tener un buen padre: la bondad, el amor, la protección de sus hijos, etcétera. Si somos capaces de ver todo esto en Dios nuestra vida gana enormemente, pues si nuestro padre está a nuestro lado no tenemos nada que temer. Cuando somos niños pequeños no nos preocupamos de si tendremos dinero suficiente para vivir en nuestra casa o si tendremos comida, de todo eso ya se encargan nuestros padres y nosotros podemos vivir sin miedos. El ser capaces de entender que Dios es nuestro Padre debería conducirnos al mismo fin. Sería como repetir el verso del capítulo anterior que nos dice “sólo Dios basta”, pues así se sienten los niños, que saben que si su padre está allí nada hay que temer, que sólo su padre les basta. Las características que definen el concepto de padre, aplicadas a la Divinidad se multiplican por infinito y esto supone no sólo que tenemos mucho, sino que lo tenemos todo.

Lamentablemente es más fácil decir esto, o incluso pensarlo que integrarlo en nuestras vidas y ése es uno de nuestros grandes problemas y la causa de nuestros profundos miedos. Confiar en el Padre es estar seguro de

todo, de manera que no hay poder que nos pueda herir, lastimar o dañar; estamos protegidos por el Padre, sólo que a menudo lo olvidamos.

Claro que esto parece fácil de decir pero la réplica de una mentalidad científica sería la de preguntarnos: “si Dios es un padre, o un padrazo, ¿por qué permite que me pasen cosas malas?”. A menudo si usted es padre (o madre) en la vida real, habrá tenido que castigar a sus hijos. El recibir un castigo, supongamos por no estudiar y traer malas notas, a su hijo le habrá parecido totalmente injusto, ¿que usted le deje sin ir al cine simplemente porque ha suspendido cinco asignaturas!, al chaval le parecerá fuera de lugar, al fin y al cabo el niño cree que con las tres que ha aprobado es suficiente y seguramente se comparará con amigos que con peores notas no reciben esos castigos. Pero usted, como buen padre, sabe que el castigo no es tal, sabe que es la única forma de hacer que su hijo esté en casa estudiando, ya que sabe la importancia que para el futuro de su hijo tienen los estudios. Pero claro, el niño eso no lo entiende, para él lo importante es el cine, jugar a fútbol, estar con los amigos, salir. Pues bien, con nosotros, los hombres, pasa lo mismo. A menudo recibimos de la vida cosas que consideramos malas y que no entendemos, pero si fuéramos capaces de verlas desde “arriba” sí que entenderíamos que son necesarias para nuestro proceso evolutivo. Por favor, no entendamos esta vida que estamos viviendo como la única realidad, somos Seres Eternos y esta existencia no es más que una fase de esa eternidad, de manera que lo que ahora creemos que nos está haciendo daño, no es más que un proceso necesario para el crecimiento de nuestra Alma, aún cuando debido a nuestra escasa visión no seamos capaces de comprender. Un padre NO castiga, a veces impone para el bien de sus hijos; lo mismo pasa con la Vida, con el Padre.

Por otra parte muchas veces echamos la culpa a Dios de desgracias como el hambre y las guerras, pero es el egoísmo humano el único que produce las guerras y la destrucción, Dios no tiene nada que ver en esto, no nos confundamos.

Pero el concepto de padre aplicado a Dios tiene otra vertiente. Además de la idea de protección y Amor que nos brinda, el padre tiene un parecido genético con sus hijos. Como es el padre, así serán los hijos, éstos llevan la naturaleza de su padre ¿no? Si el padre es Dios y los hombres somos sus hijos, nosotros somos “dioses” en potencia y la idea expresada de que Dios hizo al hombre a su imagen y semejanza, resulta ahora confirmada. La frase de Novalis de “Dios quiere dioses”, se hace totalmente cierta con este reconocimiento de que nuestra paternidad es divina. Nuestro camino, nuestra evolución, es pues precisamente llegar a ser como nuestro Padre, de manera que se nos confirma ahora lo dicho sobre nuestro proceso, la razón del porqué estamos en la tierra como se ya ha explicado.

La utilización de la palabra Padre para definir a Dios nos lleva de manera automática a entender cuál es el proceso que vamos a seguir los hombres como hijos de Dios que somos y adónde hemos de llegar. Para dejar las cosas más claras pongamos un ejemplo: miremos un castaño grande, imponente, fuerte, verde, precioso y luego miremos una simple castaña, algo que cabe en la palma de su mano. Pues esa castaña de apenas tres centímetros de diámetro que cabe en nuestra mano es, en esencia, el mismo castaño imponente del que se ha hablado antes. Algo así somos los hombres: castañas que hemos de crecer para ser un castaño.

Sigamos con el análisis. Ahora hemos de ver el concepto “Nuestro”. Esto supone reconocer que todos los

hijos, es decir los hombres, al tener el mismo padre, somos iguales. Un buen padre no discrimina el amor que reparte a sus hijos, de manera que Dios no tiene elegidos. El engaño de la superioridad de unos sobre otros por motivos de raza, condición o lugar, desaparece ahora totalmente. Pero hay más en este concepto de “nuestro”. Antes hemos hablado de que todos los hombres forman una supra entidad y de que lo que hace uno afecta a todos, pues bien, ahora esa idea se ve subrayada: si todos tenemos el mismo Padre, todos somos de una misma familia y en consecuencia lo que le sucede a un hermano mío me afecta a mí. La idea de caridad deja de ser un acto para que se beneficie un tercero y pasa a ser algo de lo que nos beneficiamos todos. Odiar, herir a otros, depreciarlos..., es hacerse daño a uno mismo, pues todos somos Uno, todos somos de una misma familia y la desgracia de uno supone mal para todos, por eso el mal que hagamos a los demás nos lo hacemos a nosotros mismos. El prójimo debe ser cuidado, es decir amado, no por una idea peregrina de recompensa en otras vidas, sino para la armonía del conjunto de hombres que somos una misma familia. De esta manera no cabe excusa para el racismo, ni disculpa para la falta de caridad. La palabra “católica” con la que se designa una rama de la religión cristiana, significa precisamente universal, es decir que el concepto de “Nuestro” lleva aparejado el concepto de que todos somos iguales y a todos se nos envía el mismo mensaje.

- *Que estás en los cielos*

Aquí la palabra “cielo” se utiliza a nivel simbólico, no es que Dios esté flotando entre las nubes. Bajo esta concepción se quiere indicar la superioridad de Dios frente a nosotros, somos lo mismo, sí, pero el grado de desarrollo que tenemos es diferente. Una gota de agua, en esencia, es lo mismo que un océano, pero este segundo es mucho más

perfecto como manifestación de agua que la simple gota. A menudo la palabra Cielo se emplea para designar al mismo Dios, así sucede en gran parte de la filosofía China cómo es el caso del *Tao Te Ching* y de la tradición metafísica que adopta el Confucianismo. Si vamos a la frase con la que se introduce el libro veremos que sustituyendo la palabra Cielo por Dios todo tiene el mismo sentido. Y dado que los chinos han desarrollado mucho esta idea del Cielo como manifestación divina es bueno estudiarla un poco. En China, en su concepción dual del *Yin – Yang*, el Cielo se opone a la Tierra. En la Tierra estamos nosotros y en el Cielo está Dios, eso es lo que se quiere decir: lo perfecto frente a lo imperfecto, cada uno está en un sitio, nosotros aquí, Él allá.

- Santificado sea tu nombre

Llamar santo al Padre es reconocer su estado superior, su estado sagrado, o lo que es lo mismo su estado de perfecta bondad y debido a este carácter de santidad nada malo podemos esperar de Él. La naturaleza de Dios, al reconocerla como santa, sólo puede producir obras santas, es decir buenas y es muy importante que comprendamos esto para olvidarnos de una vez por todas de la idea de un Dios que castiga, que es cruel, que es vengativo. La santidad de Dios ¡“no le permite” ser malo! Si en algún texto religioso se ha mostrado a un Dios vengador y justiciero es debido a que el nivel de conciencia del pueblo al que iba dirigido precisaba de ese concepto para mejorar su forma de actuar, pero Dios no puede producir malas obras, es decir el pensar cuando nos sucede algo malo que es por culpa de Dios NO es posible.

Dios no es un titiritero y los hombre marionetas movidas por Su mano a su antojo, Dios no es culpable de nada de lo malo que vivimos y toda la maldad que recibimos es responsabilidad entera del hombre, ya sea por

su actuación individual o como resultado de la acción colectiva. Entonces la pregunta a formularnos sería - por qué aunque Dios no sea culpable de lo malo, permite que sucedan esas cosas tan terribles?-. La Divinidad nos dio el libre albedrío para hacer y deshacer, y por eso Dios más que mover desde arriba los hilos de la vida de los hombres, lo que hace es observar nuestra actuación. Somos libres ¿no? En consecuencia nos deja serlo. Toda la existencia del mal, en el fondo no es más que una manera para poder desarrollar un nivel de Bien y de Amor (en mayúsculas) que nos permita ascender hasta donde tenemos que hacerlo. En la India existe el concepto de los demonios maestros, que son entidades que hacen daño a los humanos pero que a su vez les permiten aprender. Si somos capaces de entender esto, seremos capaces de transmutar todo el mal para nuestro propio crecimiento. Pongamos el ejemplo de una mujer que sufre malos tratos. Sin duda es durísimo sufrir esa situación, pero cuando la mujer tenga la fuerza suficiente para superarla, para enfrentarse a su pareja, para dejarla y vivir por su cuenta, desarrollará un carácter fuerte como el que nunca había tenido. De hecho las mujeres que han pasado y superado esa situación dicen ser personas totalmente diferentes a las de antes cuando su debilidad, no sólo física sino de carácter, las llevaba a soportar situaciones terribles.

En resumen, si tiene usted dolor de cabeza tómese una aspirina y luego piense qué es lo que le produce el dolor de cabeza, cuando lo comprenda y solucione su causa originaria, debería dar gracias por haber pasado ese dolor. Pero se dé cuenta o no del problema y sea capaz de solucionarlo o no, el Cielo (como dirían los chinos) o Dios no tienen nada que ver con su mal.

- *Venga a nosotros tu reino.*

Si el reino de Dios refleja la perfección ahora se trata de que la perfección se traslade a nuestra realidad. Se trata de que el Amor Sublime llegue a nosotros, a nuestra existencia, o en otras palabras: a hacer cumplir el plan de Dios en la tierra. Y la manifestación del plan divino somos nosotros, con todo lo que nos han dado al nacer. Cada uno de nosotros tiene un don, no importa lo reconocido que esté, ni lo llamativo que sea, pero todos, todos, tenemos algo en lo que somos “buenos”. El plan divino lo realizamos en la medida en que somos capaces de poner nuestro don al servicio de los demás, es decir desde el momento en que damos. Si su don especial es por ejemplo la cocina cada vez que usted ofrezca su creación a los demás estará contribuyendo a hacer que la existencia en la tierra sea mejor, por el contrario, los comportamientos egoístas suponen limitar ese don, condicionarlo a un logro sólo para nosotros. Sería el caso de esa persona que tiene el don de cocinar y o bien no lo practica por pereza o lo hace sólo a efecto de ganar dinero, engañando en la calidad de los productos o realizando otro tipo de fraudes. Hacer que venga a nosotros el Reino Divino supone ser y hacer lo mejor que podamos en aquella tarea que realizamos, de manera que tras nuestra actuación, éste sea un mundo mejor. O dicho en otras palabras: hacer todo con Amor, por el bien propio y de los demás.

- *Hágase tu voluntad así en la Tierra como en el Cielo*

A menudo creemos que pidiendo cosas al Padre nos las va a dar, pero ahora vamos a ver porqué no puede ser verdad que nos dé exactamente lo que le pedimos. Hemos dicho en líneas anteriores que Dios Padre es un Dios de bondad y que en consecuencia nada malo, ni idea de venganza ni nada de eso, puede esperarse de El. Por ejemplo no

podemos pedir a Dios en la Oración que la persona con la que estamos enemistados tenga un accidente de coche, eso va contra la idea de bondad y contra el principio de perdón. Entendemos perfectamente que no podemos pedir nada que haga daño a otro, pues bien, ¡apliquémonos el mismo principio a nosotros! A menudo los hombres pedimos al Cielo aquello que creemos es lo mejor para nosotros, pero debido a nuestra ignorancia total no podemos saber que es lo mejor, de manera que en caso de que aquello que pedimos no sea lo adecuado para nuestro proceso de crecimiento del Alma (estamos hablando de lo que es bueno para el nivel más elevado y no de lo que es bueno para nuestro ego inferior), no lo recibiremos.

Si nos fijamos en los niños veremos que cuando quieren algo, pongamos por ejemplo unas chucherías, y sus padres debido a la proximidad de la hora de comer deciden no comprárselas, montan un gran escándalo: empiezan a gritar en la calle, a llorar, a berrear como si les fuera la vida en eso y todo por no tener algo que sus padres, que tienen más conocimiento que ellos, saben que no les conviene. Pues bien, nosotros, los hombres adultos, hacemos algo así, lloramos y culpamos al Padre por no haber obtenido algo cuando en realidad eso que pedíamos no era para nuestro bien. La diferencia entre los niños y los adultos es que los primeros, una vez han visto que no pueden imponer sus gritos para obtener lo que quieren, cesan en los mismos, mientras que los adultos seguimos gritando y gritando, buscando culpables divinos al hecho no haber obtenido aquello que deseábamos, los pequeños en esto nos llevan ventaja. Se trataría entonces de ser como niños y ser capaces de aceptar que cuando no obtenemos lo que pedimos es porque eso no era para nosotros. Claro que ahora surge la pregunta de qué es para nosotros y qué no, cuando en todo aquello que pedimos no

hay nada de malo, es decir que no hay maldad en lo solicitado. Resumiendo mucho, podríamos decir que para nosotros es todo aquello que facilite lo que se pactó a nivel de Alma o Yo superior en la venida a la tierra, es decir para nosotros es todo lo que nos ayuda a Nivel Espiritual y no es para nosotros todo aquello que nos entorpece el crecimiento del Alma.

En realidad no nos hace falta pedir nada, ¡somos divinos!, no lo olvidemos, lo que necesitamos es desarrollar aquello que ya tenemos. Si usted pide al Cielo un trabajo por ejemplo, lo que tiene que hacer primero es creer en su capacidad de trabajar, creer firmemente en su habilidad, y cuando realmente haya hecho esto, el trabajo le aparecerá; es como en el ejemplo de la castaña, debe dejar brotar aquello que tiene en su interior. A Dios no se le puede ir con súplicas, eso se hacía por autoengaño y era propio de otros tiempos; a un Ser infinitamente bueno no le podemos decir que nos ha olvidado. En esta frase de la oración reconocemos eso, pero aunque no lo hiciésemos, la voluntad de Dios se haría igualmente. No podemos imponer desde nuestro ego inferior algo a la Divinidad, a su plan perfecto para nosotros, aunque muchas veces no lo entendamos, de la misma manera que un niño no entiende el porqué no puede comer caramelos antes de la hora del almuerzo.

- El pan nuestro de cada día dánosle hoy

Evidentemente vivir en el mundo precisa tener que cubrir unas necesidades materiales, el yo inferior, la materia, existe y hay que alimentarla. Nosotros no somos ascetas hindús que viven en una cabaña, sino que precisamos cosas para subsistir. El concepto de pan quiere recoger precisamente esa petición, y se refiere a todo lo que necesitamos para ser en nuestra realidad física. Pero en esta petición de lo básico que está representada por el pan,

hay otra idea muy importante y es el hecho de que nos habla del concepto “hoy”. En nuestras vidas muchas veces proyectamos nuestra felicidad en el futuro, decimos eso de “seré feliz cuando ...”, de manera que condicionamos la felicidad tanto a lograr algo determinado como a situarla en un momento de tiempo futuro y en consecuencia nunca logramos ser felices. Continuamente estamos posponiendo lo mejor de nosotros, para muchos el futuro siempre es brillante, lo que nos fastidia es nuestro presente. Debemos darnos cuenta de que no hay mas tiempo que el presente, el pasado se ha ido, ya no existe y el futuro es una proyección, es decir que tampoco existe: sólo existe el momento que vive, es decir el ahora, el presente. En los cursos de *Reiki* se invita a los alumnos a practicar una máxima que dice: “Precisamente hoy no voy a preocuparme”, lo que haré mañana no lo sé, pero hoy no me voy a preocupar. De esta manera si somos capaces de aplicar esa máxima viviremos sin preocupaciones. O para poner otro ejemplo más mundano recuerdo un bar que tenía un rótulo que decía: “Hoy no se fía, mañana sí”. ¿Cuándo cree usted que podrá irse sin pagar si se cumple eso? Nunca. Es también muy humano eso de pensar que cualquier tiempo pasado fue mejor y la consecuencia de ello es tan nefasta como la de vivir en y para el futuro. En resumen no hay más tiempo ni momento que el presente, que el hoy.

- Y perdona nuestras deudas así como nosotros perdonamos a nuestros deudores.

Actualmente la Iglesia católica ha cambiado la redacción por la de “y perdona nuestras ofensas así como nosotros perdonamos a los que nos ofenden”, podemos tomar la que nos resulte más cercana, pues las dos dicen lo mismo.

Ya hemos hablado de la importancia del perdón y tan importante es perdonar como ser perdonados, lo que pasa

es que para lo segundo debe producirse lo primero, es decir debemos perdonar para poder ser perdonados, si no se cumple este requisito no hay evolución de Alma posible. Mientras tengamos algo contra alguien, por el motivo que sea, por mucha “razón” que tengamos, no iremos muy lejos. Ya hemos hablado de la necesidad del perdón en un capítulo anterior, pero nunca se pondrá fuerza suficiente sobre este punto: perdonemos, perdonemos y perdonemos porque así seremos perdonados.

- Y no nos dejes caer en la tentación, libranos del mal

¿Qué es la tentación?, ¿qué es el mal? Es todo aquello que nos aparta del camino de crecimiento del Alma que hemos venido a buscar en esta encarnación, es todo proceso contra el prójimo, es toda negación del Plan Divino, o dicho en otras palabras, es todo lo que se opone a que el Amor florezca en nuestras vidas y en la tierra.

Precisamos ayuda en este punto y es por eso que la solicitamos, porque el mundo tiene una dinámica de egoísmo estúpido (egoísmo inteligente es aquél que entiende que ayudando a los demás nos ayudamos a nosotros) que hace que sólo pensemos en nosotros y que oponamos nuestros intereses a los de los demás. El mal es resultado del libre albedrío del hombre, pero está destinado a desaparecer, de la humanidad depende el tiempo que se precise para esto, pero no hay posibilidad de ascensión si no somos capaces de eliminar el mal de nuestras vidas. No lo sembremos en ninguna de sus formas pues eso que sembramos recogeremos. Lo que hay en nuestro mundo de malo es producto de lo que los hombres hemos hecho, sólo nosotros somos culpables.

Amén.

Significa “así sea”, es decir es nuestra confirmación interior de todo lo que acabamos de decir.

Vivir el Padrenuestro es todo lo que precisamos para crecer en Espiritualidad y disfrutar de la estancia en la tierra, es decir, para ser felices, sólo que son pocos los que son capaces de vivir y experimentar estas palabras. Aunque no nos vamos a convertir de la noche a la mañana en santos, rezar el Padrenuestro diariamente sí que nos aportará, a medida que integremos sus palabras, una Paz interior grande y reconfortante. Son sólo doce segundos de rezo (los acabo de cronometrar) , no podemos decir que no tenemos en nuestra vida estos 12 segundos; si lo hacemos, si rezamos, será la mejor inversión que hayamos hecho.

Se ha analizado el Padrenuestro por ser la oración más popular de la religión mayoritaria de nuestra tierra, pero sea cual sea la Fe que uno profese, es importantísimo entender lo que nos quieren transmitir las palabras que forman las diferentes oraciones para ser capaces de integrarlas en nuestra vida, importantísimo. Y la mejor hora para dedicar esos 12 segundos a la Divinidad es, a nuestro entender, antes de acostarnos, así dormiremos protegidos.

Ahora vamos a ver otra forma de orar muy diferente de la manera occidental de hacerlo y para ello vamos a centrarnos en el Budismo Tibetano.

La sociedad tibetana es muy religiosa y creyente, y tienen otra forma de comunicarse con la Divinidad: a través de los *mantras*. Éstos son unas sílabas, palabras o frases que se utilizan como instrumento de meditación para aportar crecimiento interior a quien lo practica. Al pronunciar el *mantra* vibra nuestra energía interna de una manera determinada y ello es capaz de aquietar la mente y traer Paz y quietud a nuestro interior. Se dice que los

mantras se remontan a la tradición védica, por lo que podríamos decir que tienen uno 3.500 años de antigüedad. Etimológicamente la palabra *mantra* proviene del sánscrito “*man*”, que significa mente y “*tra*” protección. Hay muchísimos *mantras* en la religiosidad tibetana, en función del tipo de crecimiento interior que se pretenda lograr. La traducción de los mismos, al proceder de una lengua muy alejada de la nuestra, se hace difícil y así hemos encontrado para el mismo *mantra* significados muy dispares. Sin embargo el mantra no hay que entenderlo desde un punto de vista occidental, esto es intentando comprender el significado de las palabras, sino desde el punto de vista oriental y así captar la energía que esas palabras son capaces de movilizar en nosotros. Es por ello que los *mantras* no se traducen, se aceptan. Se van a dar a continuación dos de los mantras principales:

Om Mani Padme Hum

Proviene de la India aunque está muy arraigado en el budismo tibetano. Con su pronunciar repetidas veces (los tibetanos lo llegan a recitar miles de veces tanto en sus peregrinaciones como a lo largo del día en sus quehaceres) se alcanza la paz mental y se desarrolla la compasión. Para ser más efectivo el *mantra* debe pronunciarse seguido y alargando el sonido de la m. Una de las muchas traducciones posibles sería: “contempla la joya en el loto” y de aquí habría que entender el simbolismo de las palabras “joya” y “loto”, que a nuestro modesto entender suponen la quintaesencia de la belleza. En consecuencia el contemplar tal grado de belleza nos llevaría a la ternura, a la compasión.

Y destacamos también el siguiente *mantra*:

Om Tara Tutare Ture Soha

La entidad Om Tara viene a ser la representante femenina de la Divinidad. De la misma manera que en Occidente contamos con la Virgen María, en el Tíbet cuentan con Om Tara y en la China con Kwan Yin. Curiosamente las representaciones artísticas de éstas son muy parecidas y expresan todas la máxima concepción de Pureza⁹ (son en verdad la misma Entidad). Om Tara es la madre de todos los Budas, luego el parecido con nuestra Virgen es evidente ¿no? Entre las múltiples traducciones que hemos encontrado de este *mantra* nos quedamos con la idea que Om Tara es “quien nos ayuda a alcanzar la otra orilla”, es decir Ella es quien tenemos al lado para todo aquello que queramos o tengamos que afrontar.

Nuestro nivel de conocimiento del budismo tibetano no nos permite profundizar más en los *mantras*, pero sí que queremos resaltar que la repetición continua de esos sonidos proporciona una tranquilidad y paz mental sorprendente. Por favor, no nos crea, ¡pruébelo!

Ahora toca hablar un poco de otra forma de rezar, la de simplemente conversar con la Divinidad. Recomendamos al respecto que se haga frente algún tipo de imagen que para nosotros sea sagrada, ya se trate de un Buda, de una imagen de la Virgen María, del Sagrado Corazón, o de una Cruz, no es imprescindible por supuesto, pero sí que ayuda a centrarnos sobre la Divinidad a la que nos estamos dirigiendo. El estilo y las palabras que adoptemos son por supuesto una cuestión personal pero sí hay dos premisas importantes a tener en

⁹ En el cristianismo a la Virgen se le adjectiva como “la Purísima”, “Inmaculada”, “sin pecado” etc.

cuenta: la primera es que no olvidemos decir “si es Tu voluntad ...”,. Y eso por todo lo expresado al analizar esa frase en el Padrenuestro, ya que por mucho que digamos que al Padre no hay que recordarle nada, la naturaleza del hombre tiende a pedir y pedir, de manera que con esta idea del “hágase tu voluntad” al menos no imponemos nada a Dios, no vamos de chulillos diciendo lo que nos deben dar. Por supuesto luego la “conversación” tomará el rumbo libre que queramos darle, pero es preciso que incluyamos en la misma una segunda premisa, que consiste en **dar las gracias**. Siempre, siempre hay que agradecer, por mal que nos vayan las cosas, siempre hay algo por lo que ser agradecidos; además cuando algo nos va mal se nos está enseñando una lección para llegar a ser mejores sólo que en esos momentos somos incapaces de verlo. Personalmente, creo que el mejor momento para agradecer es al despertarnos por la mañana. Podemos dar gracias por el nuevo día, gracias por la familia, por nuestros animales, por nuestros amigos, por nuestro trabajo, por nuestra salud, por nuestro país, por el sol que nos ilumina, por lo hermosos que son los bosques..., en definitiva: debemos dar gracias por la Vida. No importa que algo no vaya bien, que haya problemas del tipo que sean, siempre debemos agradecer por lo que tenemos, aun cuando creamos que las cosas van mal. Por ejemplo, usted puede tener un problema de salud si su estómago no le funciona bien, pero eso no le exime de tener que dar gracias por su salud, ya que el resto de su cuerpo, la vista, el oído, los riñones, el hígado le funcionan. E igual pasa con todo, si está sin empleo el dar gracias por su trabajo se referiría a dar gracias por su capacidad de trabajar. Cambie la redacción si le parece más conveniente, pero agradezca siempre, siempre, siempre.

Por último queda una tercera forma de rezar, sin duda la más moderna de todas. Fue impulsada por el Conde de Saint Germain, personaje al que todavía no se le ha dado la importancia que merece pero que recibirá en un futuro. Esta nueva forma de rezar se fundamenta en el “decreto”, que no son más que afirmaciones para desarrollar lo que ya somos en potencia. El decreto se basa en dos conceptos: la idea de Divinidad de todo ser humano y la fuerza de la palabra. Decretar significa afirmar esas dos realidades y para unirlos empiezan todos esos decretos con afirmaciones de “ Yo soy ...”, y en los puntos suspensivos va una cualidad divina. Dado que las cualidades de Dios son infinitas también lo son el número de decretos que podemos formar.

Por lo general se recomienda empezar un decreto con “Yo soy el que Soy”, lo que supone reconocer la propia divinidad. A continuación y con total libertad se puede decretar lo que se quiera desarrollar en nosotros (que sería como pedir / atraer lo que ya tenemos), tendríamos así decretos tipo

“ Yo soy Amor”

“ Yo soy Sabiduría “

“ Yo soy un Ser de Luz”

“ Yo soy Divino”

“ Yo soy Salud”

“ Yo soy Amor”

“ Yo soy Riqueza”

“ Yo soy Bondad”

“ Yo soy Apoyo a los demás”

“ Yo soy Paciencia”

“ Yo soy Constancia”

“ Yo soy Amor”

y todo lo que se nos ocurra. Hemos repetido tres veces el decreto de “Yo soy Amor” y no por error al escribirlo

sino para darle la importancia que merece. Además todas las cualidades que se quieren desarrollar se han puesto en mayúsculas, puesto que lo que se pretende desarrollar en nosotros es esa cualidad en su más puro estado y no desde un punto de vista del egoísmo mundano. Lo importante es que la realidad que se decreta haga referencia a una cualidad nuestra en cuanto a Divinidad y no para llenar nuestro ego inferior. El decreto viene a ser como poner abono a esa semilla divina para que sea capaz de crecer y desarrollar lo que potencialmente es en su interior. No tiene sentido decretar “yo soy el mejor en ...” pues si uno gana otro pierde y el decreto no se hace con finalidad egoísta.

El decreto se repite constantemente, de manera que se va integrando cada vez más en nosotros, en nuestro Ser y en nuestra forma de actuar, para ello es preciso constancia y repetir y repetir aquello que queremos desarrollar. Por ejemplo seguramente a usted entrar en un hospital le producirá cierto desequilibrio interior. Quizá no sabe porqué es, pero cuando entra se siente mal, y eso va más allá de la tristeza de visitar a un enfermo. Sin embargo si en el camino se va repitiendo un decreto tipo “Yo soy Salud, yo soy Salud, yo soy Salud ...”, el entrar en el hospital no le producirá malestar interno, pues integrará esa parte de salud reclamada y nada podrá dañar su posición.

Los decretos, cuando se dicen en serie, suelen acabarse de la misma manera que se han empezado, es decir con el “Yo soy el que Soy”. En resumen: decretar es la manifestación de nuestra propia divinidad expresada en palabras o pensamientos, pues de la misma manera que se puede decir en voz alta igualmente puede pensarse. La mejor hora para hacer este tipo de rezos, dada la flexibilidad total que ofrecen, pues podemos elegir las

palabras y la frecuencia de las repeticiones, es a lo largo del día, en todos esos momentos muertos que tenemos, como cuando estamos en un atasco de tráfico en nuestro coche, o cuando esperamos el autobús (en este caso mejor decirlo mentalmente para que no nos tomen por locos).

Para acabar, los rezos existen porque funcionan, pero no creamos que son una solución inmediata, es precisa una constancia y ésta se exige no para fastidiar a nadie, sino para demostrar que hay una verdadera Fe en lo que decimos e invocamos. Pongámoslo en marcha y los resultados llegarán.

Los ángeles

Sin duda los ángeles están de moda. Son muchos los hogares de personas poco o nada creyentes en temas espirituales que, sin embargo, tienen figuritas de angelitos en la sala o en el comedor. Desde luego una de las razones del éxito de estas figuras es lo bonitas que son. En su mayoría representan a querubines, es decir a figuras angélicas con forma de niño pequeño, regordete, simpático y por supuesto con alas en la espalda. Estas imágenes reflejan la bondad y dulzura que sólo se ve en los niños de menos de ocho años.

Pero aparte del tema estético hay algo oculto en esa nueva “adoración” que nuestra sociedad parece sentir hacia los ángeles. Si hace un siglo eran habituales las imágenes de Santos y Vírgenes, en estampas o estatuillas, ahora han sido sustituidas en el gusto familiar por los ángeles. Pero no sólo porque están de moda es por lo que procede hablar de ellos, sino por lo importantes que pueden resultar en cuanto a ayuda en nuestras vidas. De hecho precisamente están de moda porque de manera consciente o no, los hombres nos damos cuenta de que un ángel es un apoyo importante, y por encima de las connotaciones estéticas que queramos dar a todas sus representaciones, se espera que éstas tengan un carácter mágico, como si por estar allí ya trajesen algo bueno.

Etimológicamente hablando la palabra ángel quiere decir mensajero. ¿Mensajero de qué o de quién?, pues de la Divinidad. Los ángeles son los mensajeros, los intermediarios, dicho de algún modo, entre nosotros y el Plano Espiritual. Sobre su existencia real, a pesar de que no podamos verlos físicamente, da cuenta el hecho de que tanto en los textos judeocristianos ya sea en la Biblia, el Evangelio, la *Tora*, como en los textos de otras religiones como el *Corán* aparecen con un importante papel. No debemos pensar que los ángeles son sólo defendidos por las creencias cristianas, el mundo musulmán otorga un especial reconocimiento a estos Seres de Luz, pues el mismo *Corán* le fue revelado a Mahoma por un ángel y también en otras creencias, como las de la India, aparecen ángeles, que allí reciben el nombre de *devas*

¿Por qué se les llama también Seres de Luz? Ellos no tienen cuerpo físico, pero sí etérico y su vibración es tan elevada que desprenden como una luz para aquellos que son capaces de visionarlos. La pregunta científica es porqué no somos capaces de verlos como a las personas o a los animales. Si miramos las hélices de un helicóptero y éstas se mueven muy poco a poco, podremos sin duda ver cada una de sus aspas, pero cuando éstas giran con enorme rapidez nos resultará imposible verlas ¿no? ¿Acaso las aspas han desaparecido cuando giran muy rápido?, de ningún modo, están allí, sólo que nuestros ojos, nuestra visión no nos permite percatarnos por la rapidez que ha adquirido el giro de la hélice. Pues algo parecido pasa con los ángeles, no tenemos instrumental posible para captar su nivel vibracional. En los episodios bíblicos en los que un ángel se aparece siempre lo hace a personas “especiales” de gran nivel espiritual, nunca a una gran masa y eso es porque sólo quien está preparado es capaz de ver a este tipo de seres, que evolutivamente están muy

por encima nuestro. Pero que no los veamos no quiere decir que no actúen en nuestras vidas, de la misma manera que el que no veamos las aspas de las hélices girar, no supone que no se eleve el helicóptero.

Los ángeles no sólo están presentes en nuestras vidas, están presentes también antes, es decir en el nacimiento, y después, en la muerte. Veamos cómo. Al nacer, es decir al decidir nuestra Alma reencarnarse en busca de experiencias que le permitan enriquecerse para evolucionar, el proceso de cómo, cuándo y dónde, es dirigido por Entidades Angélicas. Son los ángeles quienes se ocupan de todo para que tengamos la forma y estemos en el lugar que más nos convenga para aquello que debemos desarrollar. Dicho así puede parecer, aparte de chocante, un tanto absurdo, pues creeríamos que aquellos que han nacido desfavorecidos es como si tuvieran un ángel de segunda categoría y eso no es, no puede ser nunca, así. Lo que nosotros podemos desde la ignorancia humana catalogar como bueno o malo no es cierto, todo es en función del proceso evolutivo que le corresponde a nuestra Alma. Desde el punto de vista de evolución anímica no es mejor nacer en una familia rica que hacerlo en una pobre, si debemos aprender humildad por no haberla desarrollado en otra existencia, posiblemente naceremos en un mundo necesitado; si a nivel de Alma debemos aprender a ser generosos quizá se decidan los ángeles a hacernos nacer en medio de una familia rica, pero esos puntos de partida son neutros, serán buenos o malos en función de lo que nosotros seamos capaces de desarrollar en el mundo.

En cuando a la influencia de los ángeles a la hora de la muerte acompañan en el camino hacia la Luz, pero eso es quizá un poco abstracto para explicarlo aquí, baste decir que cuando un moribundo en el lecho de muerte

tiene visiones, lo que está expresando es que los Seres de Luz, en ese último momento, se le manifiestan.

Vayamos a lo importante que es el saber cómo actúan los ángeles en nuestra vida en la tierra. Nuestra Alma “pacto” venir a este mundo para desarrollar algo, no se trata de hacer algo glorioso, no se trata de ser la madre Teresa de Calcuta ni nada parecido, pero sí que todos tenemos, ya sea como padres, madres, educadores, creadores, reparadores ... que hacer algo para los demás, es decir tenemos que hacer actos de Amor. Pero el hombre no es sólo su Alma, ya hemos visto que tiene un yo Inferior y que tiene libre albedrío de hacer o no hacer, es decir que no somos marionetas de esa Alma. El libre albedrío nos permite aceptar o no lo que nuestro Yo Superior pactó en su momento. La misión primordial de los ángeles, como colaboradores del hombre, es hacer que ese pacto inicial se cumpla, y para ello y dado que por su posición más elevada para ellos nada es imposible, se encargan de hacer que en nuestra vida se den las circunstancias adecuadas para que seamos capaces de desarrollar lo que hemos venido a hacer.

Veámoslo con un ejemplo. Supongamos que una persona tiene que desarrollar en su vida la faceta del Amor que representa cuidar a los demás. Son los ángeles quienes pondrán en la vida de esa persona las condiciones para que sea enfermero/a, cuide ancianos, enfermos, inválidos o haga cosas por el estilo. Ellos harán que “casualmente”, en su niñez, le gustase una serie de médicos que daban por la tele; ellos harán que “casualmente” reciba en su casa publicidad de una academia de enfermería justo poco después de haber suspendido selectividad; ellos harán que “casualmente” encuentre la última beca para estudiar en ese centro, etcétera. Todas esas cosas que somos incapaces de entender, esas casualidades que parece que vayan

contra toda probabilidad son, en general, producto de la actuación angélica. Los ángeles disponen la situación para que podamos desarrollar nuestro potencial y cumplir con lo pactado antes de reencarnarnos, pero eso no quiere decir que lo hagan por nosotros, es decir que en nuestro ejemplo será ese chico/a quien deberá estudiar y trabajar, eso ningún ángel va a hacerlo por nosotros.

Ahora bien, también puede ser que la persona en cuestión, debido a que tiene libre albedrío, encuentre muy duro trabajar de enfermero/a y se dedique a vender droga para ganar dinero. Entonces aparecen otro tipo de ángeles, los ángeles caídos, los luciferinos, que modelan otro tipo de circunstancias. Por ejemplo, puede que esa persona sea detenida por la policía y en la cárcel sea destinada a cuidar enfermos; las condiciones del trabajo serán pésimas, estará poco reconocida, se sentirá desconsiderada por los demás, y toda la experiencia que adquiriera no le servirá de nada fuera de la prisión, pero al fin y al cabo habrá cumplido su misión de cuidar a los demás. Dicho en otras palabras habrá aprendido la lección del cuidar a los demás “ por las malas”.

Aun así también puede pasar que esa persona se niegue a cuidar a los enfermos de la cárcel amparándose en sus derechos y se vuelva un gandul, en este caso el propósito no se ha conseguido, ni por las buenas ni por las malas, de modo que se trataría de una “prueba no superada“, y esto aparte del efecto “limpieza” que le vendrá tras la muerte, genera un Karma duro que vivirá en su próxima existencia. La mala suerte, el azar, la casualidad, no existen; todo es producto y consecuencia de algo, y no cumplir el deber pactado por nuestra Alma tiene un precio altísimo.

En cuanto a los seres de Luz, según la tradición, existe una jerarquía y así se distinguen: Serafines,

Querubines, Tronos, Dominaciones, Virtudes, Potestades, Principados, Arcángeles, Ángeles y Hombres. Se considera al hombre como Ser de Luz, pues lo somos, aunque sólo sea en un puntito, pero desde el momento en que tenemos esa chispa divina somos Seres de Luz, aunque hemos de crecer para pasar de ser un puntito luminoso a ser un faro de luz. Comúnmente a todas las jerarquías superiores se les da el nombre de ángeles pues todas son intermediarias entre nosotros y el concepto de Divinidad, pero estrictamente hablando los ángeles son un tipo de Seres de Luz, y son los más cercanos a nosotros los humanos, de manera que son nuestros amigos celestes más próximos.

El objetivo de todo ángel es que el hombre evolucione, progrese, pues su evolución va unida a la nuestra. Ellos “suben de categoría” cuando subimos nosotros. Nuestra felicidad es la suya, por eso intentan procurárnosla, sólo que para ellos el concepto de lo que es mejor para nosotros no está acotado a temas materiales o realidades temporales, ellos conocen nuestra eternidad y por eso es a la misma a la que se dirigen en su actuar.

Ángeles hay muchos, de muchos tipos, cada uno tiene una misión específica en el orden Celeste y sobre su número, en el Apocalipsis se habla de millones de millones. Pero lo que resulta importante, a efectos prácticos, es que todos los seres humanos tenemos un ángel asignado en función del momento en que venimos a la tierra, es decir según el día de nuestro nacimiento, y ese ángel específico que cuida de nosotros es el que conocemos como Ángel Guardián.

En los colegios cuando se daba formación religiosa, se hablaba a los niños de ese ángel. La primera oración que aprendimos muchos de nosotros fue la de:

Ángel de la Guarda,
dulce compañía
no me desampares ni de noche ni de día,
no me dejes solo que me perdería.

A los niños les resulta fácil tener conexión angélica y también a los ángeles les gustan especialmente los niños. La razón es que ellos, y cuanto más pequeños son más todavía, no lo tamizan todo por su mente, aceptan que sienten ángeles aunque no los vean (el compañero o amigo invisible con el que juegan muchos niños es un ángel) y es sólo cuando la razón irrumpe con su arrolladora fuerza, cuando la conexión va desapareciendo.

Si decimos que cada uno de nosotros tenemos un ángel, sería bueno conocerlo, al menos saber cómo se llama y cómo llamarlo en la medida que pueda hacernos la vida mejor ¿no? Pues bien a efectos de que el hombre entienda mejor la relación con ellos, se han cuantificado en 72 los nombres de los ángeles de la Guarda.

Dar un nombre al ángel nos ayuda a que esté presente y más activo. En realidad el ángel actúa de oficio, es decir que creamos o no en él, se encarga de poner las situaciones “casuales” en nuestra vida para que seamos capaces de desarrollar nuestro Plan de Vida, pero si le reconocemos, si le llamamos, si le pedimos ayuda, en definitiva si hacemos de nuestro ángel un colega invisible, sus servicios serán de mayor calidad. Es un caso parecido al de un profesor con sus alumnos. Por supuesto que el profesor enseña siempre, pero si hay algún alumno al que le gusta la asignatura y se interesa por el tema, el profesor pondrá mucho más interés en sus explicaciones. De manera que contactar con nuestro ángel es importantísimo, y el primer paso que hay que dar es conocer su nombre. Al respecto, la clasificación de los 72 ángeles mencionados nos permite conocer el nombre de nuestro Ángel de la

Guarda en función del día en que nacemos. Estos nombres pueden sonar raros, pues proceden del código hebraico (nada que ver con el alfabeto hebreo actual) y han sido obtenidos de las enseñanzas de la Cábala que es un sistema de conocimiento esotérico normalmente asociado a los judíos, pero que escapa de ser propiedad de un solo pueblo o raza. Como el sonido es extraño se adjunta el significado que tienen los nombres de los ángeles. Vamos ya directamente a los nombres en cuestión:

Nombre	Significado	Ángel de las personas nacidas en los días:
Vehuah	Dios elevado y exaltado por encima de todas las cosas	21 a 25 Marzo
Jeliel	Dios que socorre	26 a 30 Marzo
Sitael	Dios esperanza de todas las criaturas	31 Marzo a 4 Abril
Elemiah	Dios oculto	5 a 9 Abril
Mahasiah	Dios salvador	10 a 15 Abril
Lelahel	Dios loable	16 a 20 Abril
Achaiah	Dios bueno y paciente	21 a 25 Abril
Cahetel	Dios adorable	25 a 30 Abril
Haziel	Dios misericordioso	1 a 5 Mayo
Aladiah	Dios propicio	6 a 11 Mayo
Lauviah	Dios loado y exaltado	12 a 16 Mayo
Hahaiah	Dios refugio	17 a 21 Mayo
Iezalel	Dios glorificado sobre todas las cosas	22 a 26 Mayo
Mebahel	Dios conservador	27 a 31 Mayo
Hariel	Dios creador	1 a 6 Junio

Hekamahiah	Dios que rige el universo	7 a 11 Junio
Lauviah	Dios admirable	12 a 16 Junio
Caliel	Dios pronto a socorrer	17 a 21 Junio
Leuviah	Dios que socorre a los pecadores	22 a 27 Junio
Pahaliah	Dios redentor	28 Junio a 2 Julio
Nelkhael	Dios solo y único	3 a 7 Julio
Yeiyael	La derecha de Dios	8 a 12 Julio
Melahel	Dios que libera de los males	13 a 18 Julio
Haheuiiah	Dios bueno por sí mismo	19 a 23 julio
Nith-haiah	Dios que da sabiduría	24 a 28 Julio
Haaiah	Dios oculto	29 Julio 2 Agosto
Yerathel	Dios de bondad	3 a 7 de Agosto
Seheiah	Dios que cura a los enfermos	8 a 13 de Agosto
Reiyel	Dios pronto a socorrer	14 a 18 Agosto
Omael	Dios paciente	19 a 23 Agosto
Lecabel	Dios que inspira	24 a 28 Agosto
Vasariah	Dios justo	29 Agosto a 2 Sept.
Yehuiiah	Dios que conoce todas las cosas	3 a 8 Sept.
Lehahiah	Dios clemente	9 a 13 Sept.
Chavakiah	Dios que da alegría	14 a 18 Sept.
Menadel	Dios adorable	19 a 23 Sept.
Aniel	Dios de las virtudes	24 a 28 Sept.
Haamiah	Dios la esperanza de todas las criaturas de la tierra	29 Sept a 3 Oct.
Rehael	Dios que recibe a los pecadores	4 al 8 Octubre

Ieiazel	Dios que regocija	9 a 13 Octubre
Hahahel	Dios en tres personas	14 a 18 Octubre
Mikael	Semejante a Dios	19 a 23 Octubre
Veuliah	Dios rey dominador	24 a 28 Octubre
Ylahiah	Dios eterno	29 Octubre a 2 Nov.
Sealiah	Dios motor de todas las cosas	3 a 7 Nov.
Arial	Dios revelador	8 a 12 Nov.
Asaliah	Dios justo que señala la verdad	13 a 17 Nov.
Mihael	Dios padre socorrible	18 a 22 Nov.
Vehuel	Dios grande y elevado	23 a 27 Nov.
Daniel	Dios misericordioso	28 de Nov a 2 Dic.
Hahasiah	Dios oculto	3 a 7 Dic.
Imamiah	Dios elevado	8 a 12 Dic.
Nanael	Dios que rebaja a los orgullosos	13 a 17 Dic.
Nithael	Dios rey de los cielos	18 a 22 Dic.
Mebahiah	Dios eterno	23 a 27 Dic.
Poyel	Dios que sostiene el universo	28 a 31 Dic.
Nemamiah	Dios loable	1 a 5 Enero
Yeiael	Dios que atiende las generaciones	6 a 10 Enero
Harahel	Dios que conoce todas las cosas	11 a 15 Enero
Mitzrael	Dios que consuela a los oprimidos	16 a 20 Enero
Umabel	Dios por encima de todas las cosas	21 a 25 Enero
Iah-hel	Dios ser supremo	26 a 30 Enero
Anauel	Dios infinitamente bueno	31 Enero 4 Febrero
Mehiel	Dios que vivifica todas	5 a 9 Febrero

	las cosas	
Damabiah	Dios fuente de sabiduría	10 a 14 Febrero
Manakel	Dios que mantiene todas las cosas	15 a 19 Febrero
Eyael	Dios delicia de los niños	20 a 24 Febrero
Habuhiah	Dios que da con liberalidad	25 Feb. a 1 Marzo
Rochel	Dios que lo ve todo	2 a 6 Marzo
Jabamiah	Dios verbo	7 a 11 Marzo
Haiaiel	Dios dueño del Universo	12 a 16 Marzo
Mumiah	Dios finalidad de todas las cosas	17 a 20 Marzo

Si no nos sentimos cómodos con alguno de estos nombres, no hay por qué preocuparse, podemos inventar un nombre para designar a nuestro ángel protector, no importa en realidad cómo le llamemos y la lista dada es sólo para ser formales y respetuosos con las escuelas y estudiosos que han investigado temas angélicos. La importancia del nombre es que mediante éste nos sentimos más cercanos a nuestro ángel y podremos pedirle con mayor comodidad, en definitiva, lo haremos nuestro.

Y eso a un ángel le encanta, le entusiasma que se le tenga en consideración en el camino de la vida y que no se le vea como una simple figura alada que decora el comedor. Las peticiones que podemos realizar a nuestro ángel pueden ser de todo tipo. Personalmente yo empecé a creer en el tema de los ángeles cuando pedía lugares para aparcar y era respondido, pero para ser más exactos en lo que podemos lograr por medio de las peticiones angélicas,

éstas deben efectuarse de la manera adecuada, es decir, pidiendo siempre el fondo de las cosas y no la forma de las mismas. Pongamos un ejemplo: si usted juega a tenis no debe pedir a su ángel ganar el partido, pues si usted gana otro pierde, y como está usted causando “daño” a otro, su ángel, debido a la pureza de su nivel vibratorio que obliga a hacer sólo cosas buenas, no puede intervenir. La petición correcta sería pedirle al ángel “jugar lo mejor que soy capaz” o bien “disfrutar jugando este partido”. En este caso el ángel sí que puede intervenir y es curioso que cuando alguien juega para pasárselo bien y lo hace todo lo bien que sabe, normalmente gana el partido. Sin embargo pedir la victoria directamente va contra la forma de ser del ángel ya que no puede estar contra nadie ni nada; lo que sí puede hacer el ángel es que usted se lo pase muy bien jugando y realice un gran partido. Los ángeles no son nuestros esclavos, son nuestros amigos y en la medida que nos pongamos en sintonía con ellos, nos ayudaran a que nuestra vida sea mejor.

Acostumbrar a utilizar los servicios angélicos no hace que las cosas salgan siempre como nosotros queremos, pero la formulación de lo que les pedimos hace que el resultado de nuestras acciones no limite nuestra opinión sobre nuestras vidas. Así, en el ejemplo dado anteriormente, cuando pedimos al ángel disfrutar del partido, al final nos da igual si hemos ganado o no, pues la dualidad del triunfo o fracaso desaparece.

Pensemos también que a los Seres de Luz no podemos engañarlos. Los seres humanos somos capaces de engañar a otros y a menudo de engañarnos a nosotros mismos, pero eso con los ángeles no es posible. Nosotros nos comunicamos los unos con los otros mediante palabras, eso hace que podamos emitir palabras que no pensamos. Podemos decir “ me alegro de verte” y pensar

por dentro “que tío más pesado”, pero los ángeles se comunican telepáticamente, de mente a mente, de forma que no hay lugar para la hipocresía y por supuesto tampoco dejarán que la haya en su contacto con los hombres y mujeres.

Por otra parte, de la misma manera que nosotros entramos en contacto angélico a través de peticiones, ellos lo hacen a través de las anécdotas que nos suceden en la vida. Todo lo que nos ocurre tiene un significado, todo, y son los ángeles los que se encargan de hacer que en la vida sucedan cosas para indicarnos si vamos en la dirección adecuada o no. Por ejemplo, si usted quiere comprar una casa y el día que quiere ir a verla no puede porque se le pincha una rueda del coche, otro día planea ir a verla pero llueve muchísimo, y otro resulta que la persona que tiene que enseñarle la casa perdió las llaves, el mensaje que le está mandando su ángel es que esa casa no es para usted. Claro que debido al libre albedrío es usted libre de escuchar o no los consejos de su ángel, pero le recomiendo que lo haga, para no lamentarse posteriormente. En muchas ocasiones lo que nos sucede es que no entendemos el mensaje de lo que nos está ocurriendo, en esos casos consulte algún libro de simbología o pregunte a alguien con cierto conocimiento sobre temas esotéricos, investigue y finalmente, si se lo trabaja, encontrará el significado. En otras ocasiones, las más, sí que vemos el significado pero como no nos gusta preferimos ignorarlo, sin embargo no debemos olvidar que todo se acaba pagando, así que mejor que estemos atentos.

Es particularmente útil tratar a nuestro ángel como a un amigo invisible y no sólo pedirle cosas sino incluso comentárselas. Hagámoslo en soledad o si lo hacemos delante de gente hagámoslo mentalmente o nos tomarán por locos, pero créanme, y por experiencia propia se lo

digo, la Conexión Angélica es un chollo si se sabe entender y usar.

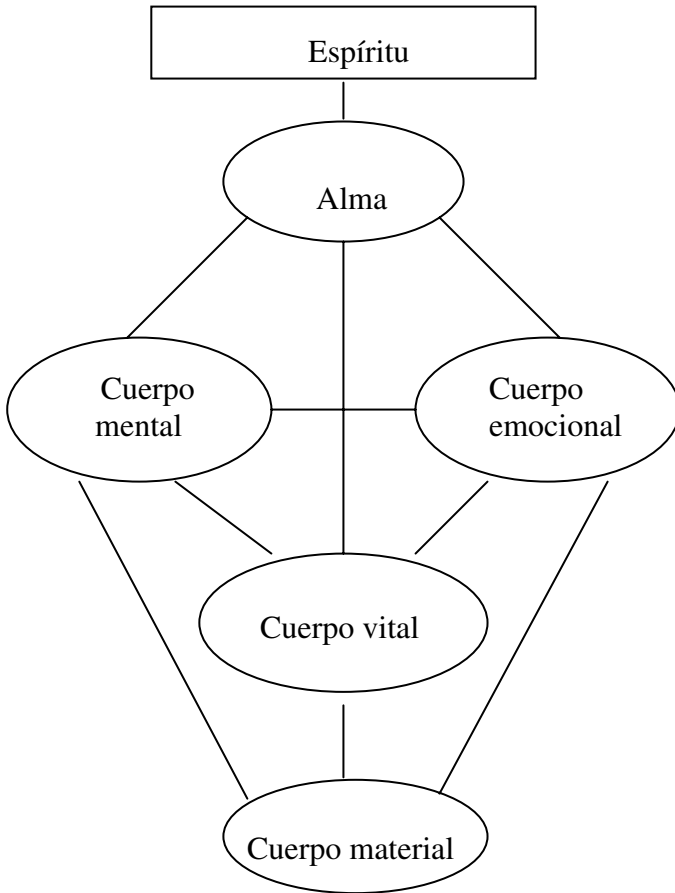
Hemos dicho hasta ahora que los ángeles son Entidades invisibles. Bueno, quizá lo sean pero que no los veamos no quiere decir que no podamos sentirlos. Si establecemos una auténtica Conexión Angélica seremos capaces de, en ocasiones, y cuando ellos quieran no cuando queramos nosotros, notar su presencia. Algunas veces veremos formas o colores durante nuestras meditaciones y entenderemos que son producto de nuestro ángel, otras será un aroma especial que no viene de ningún sitio y que siempre identificaremos con nuestro ángel, es decir que si trabajamos el tema, la manifestación (no físicamente) llega a producirse.

Quizá no podamos ver a un ángel pero sí podremos sentir al nuestro. Y ello supone algo muy importante: podremos estar físicamente solos pero nunca nos sentiremos solos. Las depresiones de soledad tan habituales en nuestros días se solucionarían en un 100 % si los que las sufren establecieran una auténtica conexión con su ángel. Ponerse en contacto con las Entidades Superiores es como si nos tocara un billete de lotería, es un chollo, pero hay que ir a cobrarlo. Es decir que las ventajas de contactar con nuestro ángel son muchas, pero somos nosotros y sólo nosotros quienes debemos movernos para lograrlo. Hagámoslo, pues vale la pena.

Vivir desde el Alma

Hemos hablado al principio de este libro de los diferentes cuerpos que forman el Ser Humano y hemos indicado el esquema de cómo interactúan. Lo volvemos a mostrar a continuación:

Hombre =



El cuerpo material, el vital, el emocional y el mental forman nuestro yo inferior que debe ponerse al servicio del Alma o Yo superior, de manera que, como ya hemos dicho, la razón de ser de nuestra vida es ser capaces de alimentar con experiencias de Amor (en mayúsculas) a nuestra Alma inmortal. El gran problema del hombre es que en ese edificio de los diferentes cuerpos que nos conforman el yo inferior se adueña de la totalidad, en lugar de ponerse al servicio del Alma. Veamos cada una de las posibles desviaciones del equilibrio de ese esquema. Por supuesto nunca una desviación se produce al 100 % , siempre hay combinaciones de elementos en la vida de cada uno de nosotros, pero se explican los casos extremos para dar más claridad al tema.

Empecemos por el caso más actual, aquel en que el esquema “se cae” por la izquierda, es decir, lo que nos sucede cuando lo basamos todo en la mente, algo muy normal en nuestros días. Sería el caso de quien vive pensando que todo se debe demostrar, es decir el científico racionalista puro. El triunfo de la imposición de este modelo de ver las cosas, se produce porque creemos (sólo lo creemos) que nos da seguridad, nos da seguridad creer que controlamos las cosas porque somos capaces de entenderlas, de expresarlas en fórmulas matemáticas, de ubicarlas en las estructuras de nuestra lógica. Para este tipo de proceder, es decir para los que dirigen el mundo desde la parte intelectual, todo aquello que no puede ser demostrado científicamente es negado y esta negación es necesaria para que su castillo de cimientos mentales no se venga abajo. Se han inventado el nombre de azar o suerte para esa parte descontrolada, y la manera que tienen de hacerle frente es no dando importancia a los temas que se

les escapan. Ahora bien, como hay muchas realidades que son independientes del pensamiento, el vacío de quien se apoya sólo en su mente para vivir es enorme. Los enamoramientos juveniles, que a pesar de su nombre ocurren a todas las edades, son inexplicables pero ciertos; las amistades que desde fuera se ve claramente que son nocivas, resultan igualmente imposibles de entender y sin embargo existen; las adicciones que se sabe son destructivas (como el tabaco), existen a pesar de que desde la razón no se comprende y así con todo lo que escapa a la estrechez de la inteligencia pura y dura. Y más aún, la mente resulta insuficiente cuando nos planteamos temas trascendentales como la muerte. La ciencia niega que haya vida tras la existencia en la tierra por el simple hecho de que es incapaz de comprender esa segunda fase. De hecho no es que haya otra vida, pues lo cierto es que siempre estamos viviendo ya sea en el plano tierra o en otro, pero los racionalistas, que sólo creen en fórmulas, deben declararse incompetentes al no entenderlo y se vuelven ateos o como mucho agnósticos. En resumen: viven sólo y ven sólo una parte de la realidad de lo que es el hombre, y en consecuencia esta miopía les produce infelicidad.

Por la parte contraria, es decir en la parte de aquéllos que dan todo el peso a los sentimientos, estarían los grandes románticos que dominaron en el siglo pasado. Elevar los sentimientos hasta creer que todo es producto de éstos y que a los mismos todo se les debe rendir, produjo obras literarias y musicales extraordinarias: Espronceda, Zorrilla, Chopin, Liszt, Schumann y otros muchos dan buena cuenta de eso, pero la vida que llevaron muchos de sus seguidores y la alta tasa de suicidios que obras como el *Werther* de Goethe provocaron, muestra que tampoco ése es el camino para lograr la felicidad, pues

tan miope es el sentimentalista acérrimo como el intelectual.

En otro extremo situaríamos a quienes viven todo su Ser desde la visión del cuerpo vital, sería el caso de los hedonistas, aquellos que procuran y buscan placer. El vivir buscando satisfacer los instintos es necesario pero hacerlo basándose solamente en eso es fatal, pues en este campo cuando se satisface algo se quiere más y cuando se obtiene ese más se quiere todavía más y más y más. El ejemplo más claro lo tenemos en los fumadores, nadie empieza fumándose dos cajetillas diarias, se empieza por uno, luego por dos, pues al fin y al cabo dos cigarrillos no hacen daño a nadie, luego por tres (¿qué es añadir un cigarrillo de más?), y como no se puede parar se acaba como un fumador empedernido. Lo dicho es todavía más duro y cruel para la droga. No empieza nadie inyectándose heroína o esnifando coca, se empieza por un inocente porro y luego ... Basar la vida en satisfacer exclusivamente al cuerpo vital, desde luego, es la forma más segura de ser infeliz.

Por supuesto que dedicar atención a cada uno de estos cuerpos es necesario y es preciso llegar a tener un equilibrio en todos ellos, pero si el desequilibrio, es decir el hacer que uno predomine de manera absoluta sobre los otros es el causante de la infelicidad, por lógica si somos capaces de equilibrar a todos estos cuerpos seremos felices ¿no? Pues bien, toda la estructura de los diferentes cuerpos que se dibuja al inicio del capítulo sólo puede ser estable si está centrada en el punto más alto, es decir en el Alma. Imaginemos que queremos colgar ese esquema en la pared y que cada cuerpo es una anilla. Solamente colgándolo desde arriba podrá aguantarse esa forma, si lo hacemos por otro lado se caerá por la izquierda, por la derecha o por

abajo, pero se caerá, de manera que ya tenemos la solución: hay que vivir desde el Alma.

Esta idea no es nueva, veamos un poco quien la avala. El moderno (al menos en nuestro mundo occidental) Reiki precisamente se centra en la necesidad de vivir desde el Alma y eso lo expresan textualmente en las iniciaciones. Pero ya hace dos mil años San Pablo en sus textos hablaba también del “vivir desde el Alma” y si queremos ir más allá, hace dos mil quinientos años Confucio habló de la necesidad de “imprimir rectitud al Alma” (*Ta-Hsio VII, 1-2*). Y si se cita aquí a Confucio, es porque a él no le preocupaban en absoluto las cuestiones espirituales, él quería establecer las bases para un buen gobierno de la sociedad, es decir quería ser práctico, de manera que vemos que la espiritualidad de San Pablo se basa en lo mismo que el pragmatismo de Confucio, por lo que “vivir desde el Alma” es el secreto para conseguirlo todo: nuestro desarrollo espiritual interior y nuestro equilibrio y felicidad en la realidad del mundo.

Se trata pues de abrirnos a la Luz del Alma, conexionarnos a Ella, de manera que actúe de regidora nuestra en su totalidad, pues en la medida en que el Alma está cercana al Espíritu y éste a Dios, **ser manifestación de nuestra Alma es ser manifestación de nuestro Dios.**

Si logramos vivir desde el Alma y para el Alma seremos seres íntegros y esto supone que nada nos poseerá; podremos prescindir de esa posición del hombre que reacciona emocionalmente apoyándose en principios para justificar sus acciones. El Alma no precisa ese “montaje” pues su perfección emana del Espíritu, manifestación de Dios.

Este planteamiento no es algo inmediato, no basta leer estas líneas para conseguirlo de manera automática. Y eso se debe a la existencia de la personalidad humana, del

ego inferior ya explicado y a que cada miembro de lo que somos pretende dominar al todo. Si nos identificamos sólo con esos cuerpos, (el emotivo, mental, vital y físico) el Alma no puede manifestarse, de manera que tenemos que acallar a la personalidad para que el Alma pueda reflejarse en nosotros y así actuaremos por medio de ella. Sin embargo la personalidad pone muchas trabas basándose la mayoría de veces en la racionalidad, pues como hemos dicho, en nuestros tiempos ése es el enfoque que predomina.

La pregunta del millón ahora y de cara a ser prácticos, es cómo podemos saber si actuamos desde el Alma o no. Pues bien, en la medida en que nos preguntamos las cosas de manera dual y vivimos en esa dualidad, nos justificamos, tenemos apego a cosas, personas o ideas, sufrimos desconfianza, tenemos necesidad de algo o alguien, nos miramos en el mundo exterior, nos comparamos con los demás, juzgamos al prójimo o a nosotros mismos, nos autocompadecemos, perseguimos deseos, queremos controlar las cosas, tenemos miedo, nos revelamos contra las normas de la vida que no son de nuestro agrado, precisamos de normas rígidas para actuar, tenemos dependencia de cosas o personas o tenemos un comportamiento egoísta que nos favorece a nosotros por encima del grupo, no estamos dejando que nuestro Ser sea regido por el Alma, sino que lo es por nuestra personalidad, de manera que el objetivo por el cual nos hemos encarnado no se está cumpliendo y lo pagamos no sólo volviendo a repetir lo que hemos “suspendido” sino viviendo los conflictos en nuestra existencia actual.

Toda esa lista de actuaciones nos manifiesta que no estamos viviendo desde el Alma y hemos de tenerla presente para integrarla en nuestra vida. De muchas de

estas actuaciones ya hemos hablado, como es el caso de los apegos, del juzgar a los demás, del ser egoístas sin darnos cuenta de que todos somos Uno, etcétera, por lo que no procede ahora repetir todo eso. Lo que sí explicaremos un poco es el primer aviso de cuándo actuamos desde el ego, que es cuando vemos las cosas de manera dual. Y si se ha puesto en primer lugar es porque supone la manifestación más clara del plano en el que nos estamos moviendo: si desde el Alma o desde los otros cuerpos.

Por supuesto podemos decir que todo es dual: blanco-negro, alto-bajo, bonito-feo, todo. Sin embargo esto es así siempre que lo miremos desde un punto de vista básicamente mundano, lo elevado es Único. Nos explicaremos con un ejemplo ya citado. Si usted es padre o madre y tiene un hijo a la pregunta de “¿quiere a su hijo?” no tiene respuesta dual alguna, usted quiere a su hijo siempre, con independencia de lo que haga, incluso cuando lo que haga no le guste en absoluto. Usted quiere a su hijo y su condición de padre / madre le lleva a no aceptar la dualidad, a esa pregunta sólo se puede responder con un SÍ y sólo con un SÍ. Cuando el padre / madre actúan desde el Alma, su Amor al hijo es de tal naturaleza que no pueden dejar de quererlo por nada, tienen Amor Incondicional, y eso hace que desaparezca la dualidad.

Entre los seres que nos enseñan muy bien qué es el Amor Incondicional tenemos a los animales domésticos. Un perro o un gato pueden, en ciertos momentos, enfadarse con su dueño, enseñarle incluso los dientes o arañarle, pero tan pronto se ha pasado la causa de su enfado vuelve el Amor total hacia sus amos. Si preguntase a mi perra Fosca, una pastora belga preciosa, si me quiere, no podría entender la pregunta, para ella no existen signos de interrogación en la palabra Amor hacia su dueño y si

tiene usted algún animal doméstico seguro que puede vivir el mismo caso.

El Amor Incondicional es una manifestación de vivir desde el Alma y por tanto NO es dual. Nos preguntaremos ahora si pueden darse más casos de unicidad fuera de éste explicado. Pues sí, en todo podemos ver la unicidad, en todo, si la queremos buscar. Y para eso debemos ir a la esencia de las cosas, de los acontecimientos, de las manifestaciones de lo que nos sucede. Pongamos unos ejemplos. Supongamos que usted juega a tenis, desde luego me dirá que el resultado final de un partido es dual: o gana o pierde, pero a esto, como a todo, puede buscarle su unicidad. Para eso siempre hay que buscar la esencia, el alma de las cosas. La esencia última del motivo por el que usted juega a tenis es para divertirse ¿no? En consecuencia ¿qué importa el ganar o perder si uno se ha divertido ya sea ganando o perdiendo? Me podría decir que la dualidad la trasladamos al hecho de si nos hemos divertido o no, pero es que usted y sólo usted es el responsable de divertirse, es decir de fijar el SÍ incondicional a esa diversión. Por mal que haya jugado, seguro que algo ha hecho bien y si se centra en ese algo bien hecho podrá encontrar diversión en el juego. De manera que mirándolo desde el Alma, el jugar a tenis siempre es bueno para usted, al superar la dualidad de “gano/pierdo” por la unicidad de “me divierto” y en todos los deportes puede llegarse fácilmente a planteamientos análogos.

Pongamos otro ejemplo. Supongamos que usted tiene dudas sobre si cambiar de trabajo o no, no sabe si hace bien yéndose a trabajar a otra empresa, no sabe si se equivoca. La unicidad consistiría en darse cuenta de que lo importante no es dónde trabajar, sino lo que usted sabe hacer; como usted es bueno en su trabajo las dos opciones

son correctas y la duda desaparece. De esta manera, siempre que seamos capaces de entender la esencia de la situación que estamos viviendo seremos capaces de eliminar la dualidad, o lo que es lo mismo, de observar la situación desde el Alma y en consecuencia todas las dudas, vacilaciones y miedos desaparecerán.

Una vez explicada la dualidad volvamos al tema que nos ocupa. Arrinconar nuestro ego inferior es el primer paso esencial para que el Alma se manifieste. Y para que eso se produzca se precisan las siguientes fases:

- formación del carácter
- móvil correcto
- idea de ayuda
- oración / meditación

La formación del carácter conlleva la idea de **ser inofensivo** y esto a cuatro niveles:

- pensamiento
- palabra
- obra
- acción

Todo brote de agresividad no puede proceder del Alma, manifestación de Amor, por lo que es producto de esa personalidad que hay que superar.

Sobre la formación del carácter no hay que olvidar que no se trata de anular los otros cuerpos que poseemos, sino de ponerlos al servicio superior del Alma, de manera que hay que desarrollarlos, estirarlos y fortalecerlos para que actúen como vehículos eficientes. Es decir, debemos ser cada vez más vitales, más emotivos y más inteligentes de cara a poder alimentar bien a nuestra Alma. No estamos persiguiendo la negación del cuerpo inferior como puede hacer un ermitaño que se retira al monte, somos seres sociales y en la sociedad nos debemos desarrollar, no lo olvidemos. Así la Espiritualidad NO es la negación del

mundo, NO es privarnos de lo bueno y agradable, NO es no pensar y aceptar todo lo que nos digan gurús o sacerdotes, NO es renunciar al sexo ..., en definitiva : NO es dejar de ser hombres. Espiritualidad es vivir la vida enfocándola hacía nuestra propia Divinidad a desarrollar y a la Divinidad en sí misma.

Otro punto importante es considerar la fuerza de la palabra como instrumento de la verdad, por lo tanto no tenemos que malgastarlas y sobre todo **NUNCA** hemos de usarlas para herir. Ya hemos comentado anteriormente que **todo lo que digamos debe ser: cierto, bueno y útil**, si no mejor estar callado.

En cuanto al móvil correcto éste tiene dos vertientes :

- Una es que seamos personas íntegras y equilibradas sin depender de lo externo, pues lo esencial está en nosotros mismos, no en un juicio externo o en una valoración ajena a nosotros.

- La otra es que reconozcamos un móvil “social” es decir debemos saber que estamos actuando en la línea que la Divinidad quiere. Recordemos las palabras dichas al analizar la frase del Padrenuestro “venga a nosotros tu reino” y la idea ya dicha de que todos somos Uno. Debe haber una coherencia de actuación en nuestras vidas y la imagen que demos por fuera debe ser lo que somos por dentro. Nada hay más repugnante que la hipocresía referida a temas espirituales, y el daño que se ha hecho a las creencias y a las religiones por esa hipocresía ha sido fuertísimo; no lo hagamos, y si por lo que sea no podemos hacer algo bueno no presumamos de que somos capaces de hacerlo.

Sobre la idea de ayuda, ésta va ligada a la concepción de que todos somos Uno, por eso cuando ayudamos a alguien nos sentimos muy bien. Servir en una

ONG, o en cualquier asociación que materialmente no nos dé nada, nos reporta una gran felicidad, no hay nada más bonito que compartir y ayudar, ya sea con nuestra familia o con extraños. Si ponemos esto en marcha veremos como funciona.

En cuanto a la oración ya se ha hablado largamente, ahora habría que decir algo sobre la meditación y esto es difícil, pues cada uno lo expresa de forma diferente, de manera que nuestra definición podría no estar de acuerdo con la de autores más reconocidos. Las técnicas meditativas proceden en su mayor parte de Oriente. A nuestro entender, la meditación es el complemento de la oración, pero mientras que en esta última soy yo quien me dirijo hacia la Divinidad, ya sea a través de rezos, decretos o palabras mías, en la meditación lo que hago es ponerme en un estado adecuado para que sean las Fuerzas Espirituales las que contacten conmigo. En el primer caso es un diálogo activo, en el segundo pasivo. Todo lo que el meditador hace es ser receptivo y para eso tiene que hacer algo muy difícil para el hombre occidental: se trata de no hacer nada, ni siquiera pensar. En ese estado pueden llegar los mensajes divinos o angélicos o de cualquier Entidad Superior, pero llegarán cuando se haya aquietado nuestra mente, nunca cuando seamos nosotros quienes queramos dirigir el tema.

Meditar no es fácil, exige tiempo, dedicación, constancia y humildad, pues muy a menudo, sobre todo al principio cuesta mucho dejar la mente libre y el ansia que tenemos de esperar resultados hace que éstos no lleguen. Hay libros que hablan sobre técnicas para meditar, pero no vamos a repetir aquí esos consejos, sólo diremos que es bueno tumbarse a lo largo e intentar no pensar en nada. Al principio es normal sentirse decepcionado, pero a meditar se aprende practicando y nada hay que se resista a la

constancia, de modo que si somos pacientes sí que llegarán los resultados. Desde luego meditar vale la pena pues nos levantaremos con una sensación de Paz interior increíble. Pero no escribamos más acerca de la meditación, hay que decidirse a probar y veremos lo mucho que se puede llegar a conseguir.

Hasta aquí hemos hablado de cómo conseguir vivir desde el Alma, ahora se trata de que apliquemos lo aprendido a nuestra vida. Entonces, cuando logremos tener un “master” en vivir desde el Alma, nuestra vida cambiará de la siguiente manera:

- Lo primero que se transforma en nosotros es el tema de la utilización del tiempo. Cuando la vida está dirigida desde el Alma todo cobra sentido y nada puede desperdiciarse. Hay que distribuir el tiempo de forma inteligente para poder cumplir todos los objetivos que nos importan. Hemos de vivir como si cada día fuera el último y el primero, es decir vivir el presente con conciencia de inmortalidad; ser útil cada día para nuestra Alma inmortal y para el mundo; no proyectar en el futuro y saber que nuestra obra tiene continuación más allá de nosotros.

- Unido a esto va el concepto de cansancio. La vida pasa a ser ahora una globalidad de actuación y desaparece la diferencia entre trabajo y vida: todo es Vida (en mayúsculas). Somos capaces de aceptar lo irremediable y no tratamos de imponer nada a nadie. Esa visión global de la vida, la aceptación de la misma desde el propósito de enriquecer al Alma, nos tiene que llevar a vivir sin tensión y sin miedo y eso a reducir nuestro cansancio: un corazón abierto deja de sufrir esfuerzo.

- Por último, cuando vivamos desde el Alma no juzgaremos, no tendremos apego y no veremos las cosas duales.

Llegamos ya al final del libro. Hemos explicado cómo es el hombre e indicado su razón de ser, hemos dado planteamientos para entender la realidad de nuestra existencia y sobre todo se han dado muchos consejos sobre cómo actuar para vivir en armonía con nuestro propósito último y disfrutar de nuestra vida plenamente. Muchos de estos consejos, aunque son fáciles de entender, como el de “no juzgar”, son difíciles de aplicar debido a lo arraigados que están en nosotros los comportamientos contrarios: el egoísmo necio y el orgullo. Además, parece como si toda la sociedad se empeñase en que siguiésemos criticando, juzgando y enfadándonos, pero la dificultad no debe ser impedimento para lograr esas metas. Vale la pena conseguirlas por dos razones: primero para nuestro bienestar y crecimiento anímico y segundo para hacer del mundo un sitio mejor donde vivir.

Recordemos las palabras del *Tao Te Ching* que encabezan este libro y que dicen:

El camino del Cielo no tiene favoritos,
está siempre a favor del hombre bueno.

Labremos pues nuestro camino.

Bibliografía comentada.

En la gran mayoría de libros, al final del mismo se incluye una lista con los libros consultados y los que se recomienda que se lean si se quiere saber más del tema. Se cita el nombre de la obra, su autor y la editorial, pero nada más, nada de lo que se puede encontrar en el libro ni el porqué se recomienda. Como siempre nos hubiera gustado que en la bibliografía se pusiese comentarios de lo que podemos encontrar en esos libros, eso vamos a hacer. De modo que esto no pretendemos que sea sólo una lista de títulos relacionados con temas espirituales, sino que vamos a dar un breve comentario. Igualmente destinamos la última página a los libros de esta editorial que pueden interesarle. Empecemos con la lista:

Evangelio según San Mateo. Después de todas las citas que de él he tomado merece ser el primero de la lista. Personalmente considero que es el más claro de los cuatro Evangelios, es corto y se centra en lo importante, por eso es mi preferido. Por supuesto que leer a los otros Evangelistas siempre es bueno, pero para mí, éste es el más fácil. Sobre los otros Textos Sagrados como la Biblia, a menos que tenga usted mucho tiempo y conocimiento le pueden llevar más a confusión que a otra cosa, pues muchas historias de las que se explican son simbólicas y si las lleva a la realidad producen confusión.

Mágica fe de J.J.Benitez. Editorial Planeta. Precioso libro en el que se explica cuáles son las ventajas de tener Fe. La redacción es una delicia y su contenido una preciosidad, de hecho ocuparía el primer puesto en mi lista de no ser porque la ocupa todo un Santo. Léalo si tiene ocasión, es buenísimo.

Ilusiones de Richard Bach Editorial Pomaire S.A.

Es una novela preciosa, llena de frases y consejos útiles, prácticos y presentados de una forma muy hermosa. Creo que es de los libros indispensables que uno debe leer

Interpretación esotérica de los Evangelios de Kabaleb. Es buenísimo este libro, buenísimo. Explica con gran detalle el significado oculto de la narración de la vida de Jesucristo. Tiene una base de cábala, pero se puede seguir bien. Está publicado por ETU editores

Fedón obra maestra de Platón. Hoy en día lo oriental se ha puesto de moda pero los clásicos griegos son muy muy muy buenos. En esta obra se nos habla magistralmente de la vida y la muerte, pues habla Sócrates por última vez antes de tomar la cicuta. Es muy fácil de leer y explica claramente cómo afrontar la muerte, es brillante, léalo. Hay muchas ediciones, una es la de Alianza Editorial.

Para los que lloran la muerte de un ser querido de Leadbeater, editorial Sirio. Este libro es BUENÍSIMO, es breve, claro y sobre todo útil. Si conoce alguien en esa situación regáleselo, es brillante.

Tao te Ching de Lao Tse. La frase de cabecera de este libro proviene del Tao, es un libro buenísimo, algo complicadillo quizás, pero extraordinario. Busque una edición en que se lo comenten un poco para no perderse, vale la pena. Recomiendo la edición de Luis Racionero editado por Martínez Roca.

La sabiduría como estética. China: confucianismo, taoismo y budismo. Escrito magistralmente por Chantal Maillard y publicado por Akal S.A. Es muy claro e interesante y si le atrae la filosofía oriental no puede faltar en su biblioteca.

Manual del guerrero de la Luz de Paulo Coelho.

Sobre este autor no hay nada que decir, es un best seller cualquier cosa que escriba. He elegido este título porque le puede funcionar bien de la siguiente manera: cuando tenga algún problema tome el libro y ábralo al azar, de forma “mágica” encontrará la visión que debe adoptar para arreglar la situación. Hágalo y ya verá. Otros libros extraordinarios de este autor son: **El alquimista** y **Brida**. Creo que deberían obligar su lectura en los colegios para formar a los jóvenes.

Las jerarquías celestes de Pseudo Dionisio Aeropagita, publicado en las obras completas del autor por la Biblioteca de Autores Cristianos. Aeropagita fue el primero (siglo IV) en hablar de los ángeles y establecer su jerarquía en Serafines, Querubines etcétera. Muchos le han seguido pero esta es la obra iniciadora de todo. Importante autor sin duda, sólo que su redacción es muy de la época, un poco pesada quizá, pero eso sí, muy hermosa.

De Jesús a Cristo por Rudolf Steiner. Este autor fue el fundador de la escuela antroposófica, que él mismo define como la unión entre el conocimiento esotérico y la ciencia. Creó escuelas de enseñanza alternativa para niños, muy diferentes a las de los métodos convencionales y todas sus obras pueden adquirirse en la editorial Rudolf Steiner. En este libro se explica el fenómeno Krístico en profundidad. Otros libros muy interesantes del mismo autor son: **Cómo conocer los mundos superiores** y **La ciencia oculta**, así como la interpretación propia de cada uno de los Evangelios. Steiner es muy interesante pero no es fácil de entender, aunque vale la pena hacer un esfuerzo.

El secreto de la cábala de Will Parfit, editorial Tikal. La cábala es un sistema de conocimiento y de hecho el esquema adoptado para definir los cuerpos del hombre

se ha tomado de allí, así como los nombres de los ángeles. En este libro se explican los fundamentos de tal sistema de conocimiento y si quiere profundizar más en el tema lea **La Cábala mística** de Dion Fortune, editorial Kier.

Los ángeles al alcance de todos, escrito por Kabaleb y Soleika Llop, editorial Arcano Books. Se explica el ángel que rige a cada persona en función de su nacimiento, así como las oraciones de cada uno de ellos. Este libro es complementado con **Los dioses internos**, de los mismos autores, publicado por ETU Ediciones.

La enfermedad como camino por el Dr. Rudiger Dahlke, editado por Plaza y Janés. Se explican las causas ocultas de cada enfermedad, es decir qué es lo que hay detrás de cada una y cómo podemos aprovecharnos de caer enfermos para cambiar algo de nosotros.

De lo físico a lo sutil escrito por la Dra. Inmaculada Nogués y editado por Didaco S.A. Libro breve y fácil de entender que explica perfectamente qué son y como funcionan los chakras.

Los trabajos de Hércules escritos por Alice A. Bailey. Buenísimo. Nos explica el significado oculto del mito de Hércules. Tras leer este libro nunca más considerará la mitología como un cuento, sino que la verá como escritos de una sabiduría oculta impresionante.

El gran libro de la cromoterapia, de Rafael Caro y José Esteban Malo, editado por Martínez Roca. Se explica de forma clara y sencilla la influencia del color en las personas y también se trata el tema de los chakras.

Concepto Rosacruz del Cosmos escrito por Max Heidel, editorial Kier. Los Rosacruces son una rama de conocimiento muy profundo y en este libro se explican sus bases. Yo personalmente no soy rosacruz (de hecho no pertenezco a ninguna escuela en concreto) pero han sido

muy importantes en todo el esoterismo y sus puntos de vista son interesantes.

Oraciones y novenarios mágicos de Ramón Plana, Ediciones Karma – 7. Es una relación de oraciones explicándose de dónde proceden y para qué sirven.

Libro tibetano de los muertos. Explica la muerte desde la concepción oriental. Es de hermoso estilo pero algo difícil de entender. Hay varias editoriales que lo publican, una es Ediciones B.

Diccionario de los símbolos de Jean Chevalier y Alain Gheerbrant, editado por Herder. Creo es el más completo diccionario de simbología que existe. Imprescindible como obra de consulta.

Camino con corazón de Jack Cornfield, editado por La liebre de marzo. Habla de la situaciones en que se encuentra uno en el camino espiritual y cómo solucionarlas. De enfoque budista, está bien.

La clave de la teosofía de H.P. Blavatsky. La señora Blavatsky es quien mayor mérito ha tenido en importar las ideas de la India a Occidente. En este libro se recogen los fundamentos de la teosofía que repito es, a mi entender, una adaptación de la visión hindú de la Espiritualidad. Si quiere profundizar en estos conocimientos lea **La doctrina secreta** o **Isis sin velo** editados todos por la Editorial Teosófica. No pertenezco ni comparto plenamente sus ideas, pero son un referente importante que puede ir bien.

El camino de la sabiduría de Deepak Chopra. Al igual que el anterior autor, toda obra de este hombre es una garantía de que algo bueno aprenderá. Está editado por Martínez Roca.

La reencarnación por Papus, editado por Edaf (colección Tabla de Esmeralda). Todo un clásico.

La ley del karma de G.W. Kaveeshwar de editorial Sirio. Otro clásico, su nombre ya nos dice de que trata.

Comentarios y solicitudes

Si después de haber leído todo esto, tiene alguna pregunta que formular, quiere darnos su opinión, solicitar más ejemplares, (se envían por correo) desea información más concreta sobre su ángel o simplemente saber más sobre nuestro punto de vista en cuestiones de espiritualidad práctica, es decir de algo que pueda aplicar en su vida, le informamos que tenemos la siguiente web:

www.espiritualidadpractica.org

y la correspondiente dirección de correo:

org@espiritualidadpractica.org

o también puede dirigirse por carta a nosotros a la siguiente dirección:

Aarom Ediciones
Apartado de Correos 34
08330 – Premià de Mar (Barcelona)

Quedamos a su disposición. Esperando que le haya sido útil todo lo expresado,

Que la Fuerza le acompañe.
El autor.

OTROS TÍTULOS DE ESTA EDITORIAL

ÁNGELES



QUÉ SON Y CÓMO FUNCIONAN


Aarom
ediciones