

[www.divinaciencia.com/es](http://www.divinaciencia.com/es)

# Curso de Autoconocimiento



## Índice

Introducción.....	3
1 – Lo que muere y lo que no muere .....	4
2 – Viaje astral o proyección astral .....	7
3 – Los siete centros de la máquina humana .....	9
4 – El sentido de la Auto-observación.....	12
5 – Técnica para relajarse .....	16
6 – El morir psicológico .....	18
7 – El desdoblamiento astral.....	23
8 – Conducta gregaria.....	28
9 – El nivel del Ser .....	31
10 – Cómo controlar la ira.....	35
11 – La concentración – cómo mejorar la concentración.....	37
12 – La charla interior y la canción psicológica.....	39
13 – El despertar de la conciencia .....	42
14 – La Meditación - técnica y práctica de meditación.....	46
15 – Alcoholismo y drogas – cómo curar la adicción .....	49
16 – Los sofismas de distracción.....	52
17 – El viaje astral .....	55
18 – Vidas pasadas y acontecimientos presentes.....	59
19 – La esclavitud psicológica .....	62
20 – Evolución e Involución.....	66
21 – Los Tres Factores de Revolución de la Conciencia.....	70
22 – Las leyes de Karma y Dharma.....	73
23 – Buscando el conocimiento objetivo.....	77
Consideraciones finales .....	80
Bibliografía.....	82

## Introducción

Antes de iniciar este curso propiamente dicho nos gustaría primero decirles que sean bienvenidos y también algunas palabras sobre este curso.

Si usted se interesó para hacerlo es porque alguna cosa dentro de usted, de alguna forma le está diciendo que es necesario que cambie, que necesita algo nuevo que lo lleve a conocer una nueva y sorprendente realidad.

¿Exageración? Tenga seguridad que no, mi amigo o amiga.

Existe de hecho una otra realidad que le mostrará un sentido totalmente nuevo para la vida, por cierto muy diferente de este que aprendemos a conocer y aceptar desde muy temprano, de apenas nacer, crecer, luchar para sobrevivir, reproducirse, envejecer y morir.

Como podrá ver con el pasar del curso, serán tratados temas que a primera vista le parecerán un poco extraños. Eso es perfectamente comprensible, especialmente cuando consideramos el hecho de que no fuimos educados para este tipo de conocimiento y que, muchas veces, fuimos enseñados justamente para aceptar lo opuesto a esto.

Usted podrá comprobar por sí mismo todo lo que es enseñado en este curso. Muchas personas lo hicieron y continúan a hacerlo, pues lo que aprenderá será para toda su vida.

Sin embargo, para eso es necesario practicar con continuidad lo que le será enseñado. No espere que conseguirá comprobar algo y obtener resultados apenas leyendo textos y acumulando informaciones.

La teoría sin la práctica no sirve para nada.

Dicho esto, hacemos votos para que usted aprecie y aproveche al máximo este breve curso, que nada más es que una puerta de entrada para esta nueva realidad, más que necesariamente precisa ser ultrapasada.

Un fuerte abrazo.

Equipo Divina Ciencia.

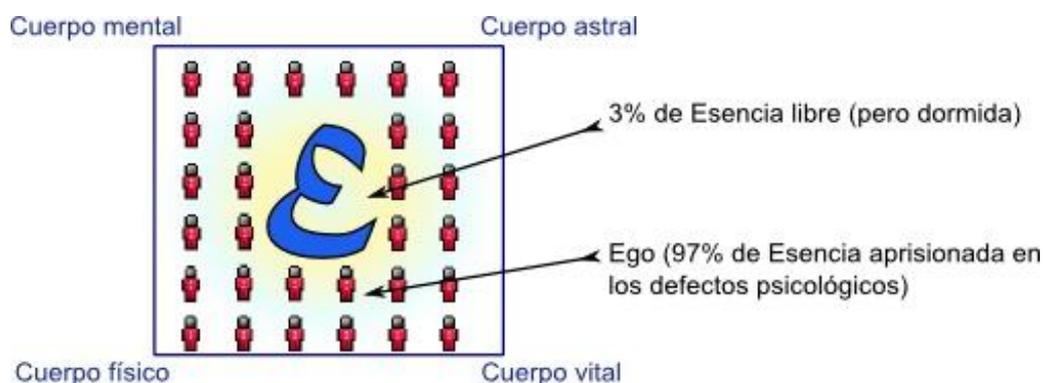
## 1 – Lo que muere y lo que no muere

Somos mucho más de lo que apenas podemos ver y tocar físicamente.

La anatomía del ser humano va más allá de la parte física, hecho que no era ignorado por las antiguas y sabias formas de la medicina egipcia, china, indiana entre otras.

Para la perfecta comprensión de los temas tratados en este curso, iremos hablando un poco en esta primera lección sobre los cuerpos o vehículos que forman el conjunto del ser humano, así como su constitución psicológica.

El siguiente gráfico nos muestra eso:



**Cuerpo físico** es nuestro cuerpo de carne y hueso y es el vehículo con el cual nos expresamos en la tercera dimensión o mundo físico. Ese cuerpo está sujeto al tiempo, es decir, se deteriora con el pasar del tiempo y por lo tanto llega el día en que sus funciones biológicas y el metabolismo paran. Es la muerte física de este vehículo.

**Cuerpo vital** es la sección tetradimensional del cuerpo físico, o sea, es un correspondiente íntimamente unido al cuerpo físico que no pertenece a nuestro conocido mundo tridimensional; pertenece a la cuarta dimensión. El cuerpo vital también es conocido como áurea, cuerpo etérico o todavía, en el oriente, como lingan sarira.

Es ese cuerpo que da vitalidad y calor al cuerpo físico y es posible fotografiarlo a través de la foto Kirliam. Cuando el cuerpo vital empieza a deteriorarse, pues también está sujeto al tiempo, el cuerpo físico seguramente irá por el mismo camino.

Cuando llega la muerte del cuerpo físico el cuerpo vital también se desintegra.

**Cuerpo astral** es el vehículo con el cual nos expresamos en el mundo astral o mundo de los sueños.

Este vehículo no está sujeto a la acción del tiempo, pues es gobernado por leyes diferentes de las tridimensionales y tetradimensionales.

Es un vehículo de la quinta dimensión, no muere ni se desintegra cuando ocurre la muerte física.

Este cuerpo está unido al cuerpo físico por un cordón de plata, también llamado de hilo de la vida y en el oriente de Antakarana. Es un hilo de energía que solamente se rompe en el momento de la muerte física.

Con el cuerpo astral podemos actuar conscientemente fuera del cuerpo físico y visitar los diversos lugares del mundo astral. Es lo que se conoce por desdoblamiento astral, proyección astral, sueño lúcido, etc., y que será tratado con detalles en este curso.

**Cuerpo mental** es el vehículo con el cual nos expresamos en el mundo mental, que también se encuentra en la quinta dimensión, por eso así como el cuerpo astral no muere ni se desintegra cuando ocurre la muerte física.

El cuerpo mental está relacionado a nuestros pensamientos y funcionalismos cerebrales.

Arriba citamos los vehículos o cuerpos que poseemos y que nos sirven para actuar en las diferentes dimensiones de la naturaleza.

Abajo veremos lo que anima esos vehículos, lo que realmente somos internamente.

**Esencia**, conciencia o alma es de hecho lo que tenemos de más noble. Es una parte divina que se expresa en las diferentes dimensiones a través de los vehículos arriba nombrados. En el oriente la Esencia es conocida también por Budhata.

Es lo que realmente somos, más infelizmente está demasiada adormecida y aprisionada en nuestros muchos defectos psicológicos (que también podemos llamar de “YO”) y difícilmente consigue expresarse.

La Esencia es inmortal.

En un niño recién nacido la Esencia se expresa libre de los defectos psicológicos, lo que torna esos niños bellos, inocentes y adorables. Infelizmente con el pasar de los años la Esencia vuelve a ser aprisionada en los YO y aquella belleza espontánea se acaba.

Cuando decimos que la Esencia vuelve a ser aprisionada, nos referimos al hecho de que cuando nacemos estamos de verdad viniendo de una existencia anterior, en la cual la Esencia ya estaba aprisionada por los defectos psicológicos.

Veremos eso con mayor profundidad en las lecciones siguientes.

**Ego** es el conjunto de todos nuestros defectos psicológicos, también llamados de YO o detalles del ego.

A pesar de ser de naturaleza inhumana también es lo que somos.

Como la Esencia aprisionada difícilmente se expresa, quien actúa en nosotros casi en la totalidad del tiempo es el ego.

Conforme el gráfico anterior tenemos:

- 3% de Esencia libre (pero adormecida)
- 97% de Esencia aprisionada en los diferentes YO

Los YO son como muchas personas viviendo dentro de nosotros, cada cual con sus propias voluntades, opiniones, deseos, pensamientos, etc. Cada una de esas “personas” lucha por la supremacía, para ser comandante de la máquina humana.

Sería como si la máquina humana fuera un navío tripulado por muchas personas, las cuales están constantemente luchando entre sí para ser el comandante y dirigir el navío.

El ego es pluralizado, es el conjunto de muchísimos YO o defectos psicológicos que fueron criados y son alimentados por nosotros mismos.

El ego no muere cuando ocurre la muerte del cuerpo físico, sigue viviendo en la quinta dimensión. Cuando la Esencia retorna en un nuevo cuerpo físico el ego se reincorpora en este nuevo organismo y continúa manteniendo la Esencia adormecida y aprisionada.

No hay nada de divino o superior en el ego como muchos creen. Sin sombra de dudas el ego es la causa de nuestros sufrimientos, inconsciencia y limitaciones.

Felizmente el ego puede ser eliminado de nosotros y por nosotros mismos, de forma voluntaria y consciente.

## 2 – Viaje astral o proyección astral

En esta lección vamos a empezar a conocer y entender un fenómeno que es algo natural del ser humano y que ocurre con nosotros siempre que adormecemos.

Tratase de la proyección o desdoblamiento astral, también conocido como viaje astral o sueño lúcido.

A despecho de la persona aceptar o no, tener conciencia de eso o no, el hecho es que ese fenómeno nos acompaña desde que nacemos.

El motivo de estar estudiando este tema es el hecho de que podemos desarrollar la capacidad de tener control sobre la proyección astral.

¿Y cuál es la ventaja de tener el control sobre la proyección astral?

Como vimos en la lección anterior, nosotros poseemos un cuerpo astral y ese cuerpo es el vehículo utilizado para la manifestación de nuestra parte psicológica en el mundo astral.

Eso significa que si tuviéramos control sobre la proyección astral podremos actuar concientemente en el mundo astral, un mundo totalmente nuevo que es gobernado por leyes diferentes de las conocidas en nuestro mundo físico, donde el tiempo no existe y que guarda muchos secretos sobre nosotros mismos, sobre las diferentes leyes y fuerzas que rigen el Universo y sobre toda la creación.

Podemos también decir que todo lo que existe en el físico existe también en el astral, más no todo lo que existe en el astral existe en el físico.

Ahora veremos cómo y por qué ocurre el proceso de la proyección astral inconciente, que es lo que sucede con casi la totalidad de las personas cuando duermen.

Todo ser humano necesita dormir para que el organismo descanse y sea revitalizado para recuperar las energías gastadas en las actividades normales del día a día.

Por este motivo es imposible que una persona permanezca mucho tiempo sin dormir. El cuerpo físico necesita ser revitalizado para seguir funcionando.

Un ejemplo común de eso es el caso de personas que, por la necesidad imperiosa de revitalización del cuerpo físico, duermen al volante de un vehículo sufriendo y causando graves accidentes.

El cuerpo vital es el responsable por la revitalización del cuerpo físico. Más para que el cuerpo vital desempeñe su función es necesario que haya la separación o desdoblamiento del cuerpo astral.

Así, al adormecernos, literalmente salimos del cuerpo físico “vestidos” con el cuerpo astral.

El problema es que al estar con la conciencia adormecida, no nos damos cuenta de este proceso y por eso para nosotros todo lo que pasa es como si nada pasase.

Cuando retornamos al cuerpo físico y nos despertamos, después de haber transcurrido tiempo suficiente para que el organismo sea revitalizado, normalmente recordamos apenas fragmentos de sueños.

Evidentemente que la claridad y la intensidad con que los recuerdos son traídos del mundo astral pueden variar mucho de persona para persona.

Algunas consiguen recordarse de muchos detalles y otras pueden simplemente despertarse sin acordarse en absolutamente de nada.

En esta lección vimos lo que es el fenómeno de la proyección astral.

En la próxima lección sobre proyección astral, iremos profundizando un poco más en este asunto y aprenderemos como conseguir experiencias astrales conscientes, tener conciencia de que estamos en el mundo astral y tener control sobre nuestros sueños, lo que sin duda aumenta enormemente nuestras posibilidades.

### 3 – Los siete centros de la máquina humana

En esta lección veremos algo sobre los siete centros que controlan la máquina humana.

Este tema es simple pero importantísimo, y comprenderlo es fundamental para entender los temas que vendrán y para colocar en práctica las técnicas de autoconocimiento y cambio interior.

También debemos tener en cuenta que este tema no tiene relación alguna con los siete chakras principales del ser humano, pues los chakras son algo totalmente distinto de los centros que tratamos en esta lección.

Nuestro cuerpo posee determinados centros de control que son responsables por ejercer determinadas funciones físicas y psicológicas.

Los dos centros superiores, que son el emocional superior y el mental superior, están como “desconectados” del ser humano común y corriente, debido a nuestra condición psicológica y espiritual tan limitados.

El ser humano tiene una gran capacidad de desenvolvimiento interior, a punto de conseguir tener un orden perfecto dentro de sí, con todos los cinco centros perfectamente equilibrados y armoniosamente “conectados” a los otros dos centros superiores que ya existían.

Una criatura así tiene total dominio sobre sí misma, es señor de sus procesos psicológicos además pueden realizar muchos otros prodigios.

Los cinco centros inferiores todos los seres humanos lo poseen, pues son indispensables a nuestra existencia.

Cada centro trabaja con un tipo de energía que le corresponde y el uso excesivo, que en verdad podemos llamar de abuso, de cualquier uno de los centros agota una persona, pudiendo hasta llevarla a un colapso de sus funciones, lo que es conocido en la era moderna como estrés.

Estos cinco centros son los siguientes:

**Centro intelectual:** localizado en el cerebro, este centro trabaja con la energía mental y es responsable por los procesos de raciocinio y del pensamiento. Cuando una persona, por ejemplo, está estudiando o raciocinando para resolver un problema, está utilizando energía del centro intelectual.

**Centro motor:** localizado en la primera vértebra de la columna (base del cráneo), este centro controla los movimientos que hacemos. Por eso un daño en la columna, especialmente próximo de la primera vértebra, puede comprometer seriamente el control de los movimientos del cuerpo. Cuando hacemos mucho esfuerzo físico estamos abusando de este centro.

**Centro emocional:** es el único centro de control que a pesar de estar formado por dos puntos que se localizan uno en el corazón y el otro en el plexo solar (región del ombligo), este centro trabaja con la energía emocional.

Seguramente usted ya haya notado que delante de ciertos acontecimientos en nuestra vida, a veces sentimos una sensación extraña en el corazón o un cierto “frío en la barriga”.

Observe que esas sensaciones son perceptibles justamente en los puntos que forman el centro emocional.

**Centro instintivo:** este centro está localizado en la última vértebra de la columna cervical y controla los instintos naturales de los seres humanos, como el instinto de supervivencia, instinto materno, instinto sexual, etc.

**Centro sexual:** localizado en los órganos sexuales trabaja con la energía sexual, que es la energía más poderosa de todas.

Infelizmente debido a nuestros ya conocidos defectos psicológicos, también llamados de ego, estos centros no trabajan correctamente, lo que causa el mal funcionamiento físico y psicológico de la máquina humana.

Esto como consecuencia trae enfermedades de todo tipo.

El ego actúa en estos centros a cada instante, abusando de la energía de estos centros, desgastando y controlando la máquina humana.

Lo más increíble de todo es que nadie sospecha lo que está ocurriendo dentro de sí mismo, en su propio mundo interior, físico y psicológico. Apenas sufre las consecuencias sin saber las causas.

Pero a partir de ahora esto puede empezar a cambiar.

¿Cómo podemos comprobar la actuación de los defectos psicológicos en nosotros mismos?

Existe en nosotros un sentido que está atrofiado por el desuso. Se trata de la Auto-observación.

Con este sentido podemos percibir la actuación de los defectos psicológicos en cada centro y percibiendo esto, podemos eliminarlos a través de lo que llamamos muerte psicológica, también conocida como muerte mística o el morir psicológico.

Los temas de la Auto observación y de la Muerte psicológica serán explicados con detalles en las próximas lecciones del curso, y son imprescindibles para el autoconocimiento y cambio interior.

## 4 – El sentido de la Auto-observación

En esta lección aprenderemos sobre un precioso sentido que todos poseemos pero que, infelizmente, por su total desconocimiento y consecuente desuso, está atrofiado.

Felizmente conforme vamos volviendo a usarlo, este sentido se va nuevamente desarrollando y es como si, poco a poco, fuéramos abriendo gradualmente una ventana en nosotros mismos, la cual por mucho tiempo permaneció cerrada y ahora deja que un poco de luz entre e ilumine nuestro mundo interior, de esta forma vamos consiguiendo poco a poco ver todo lo que existe allí.

Conforme vamos ejercitando este sentido más la ventana se abre y consecuentemente más luz entra y así vamos viendo cada vez más cosas que estaban ocultas y que ni remotamente sospechábamos que existían.

Este sentido es llamado de auto-observación y comprenderlo es básico y fundamental. No es posible conocernos a fondo sin utilizar el sentido de la auto-observación.

Pero, al final, ¿qué es lo que vamos a observar en nosotros mismos?

A través de la auto-observación iremos a ver y a sentir lo que pasa en los centros de la máquina humana, en los cinco centros inferiores que estudiamos en la lección anterior.

Como veremos en esta lección, en estos centros a todo instante ocurre algo y la mayoría de las veces sin conocimiento y mucho menos con nuestro consentimiento.

¿Y cómo hacer la auto-observación?

No hay una técnica para hacer la auto-observación.

Conociendo cuáles son los centros de la máquina humana (intelectual-motor-emocional-instintivo-sexual), entonces tenemos que observarlos, dirigiendo nuestra atención para estos centros.

Para eso no es necesario parar de hacer lo que estamos haciendo, sea en casa, en el trabajo o en cualquier lugar en que la persona esté.

Practicando la auto-observación usted verá que este sentido nos permite ver y sentir extraordinariamente lo que pasa dentro de nosotros, y al mismo tiempo tener total atención en el mundo exterior y sobre lo que estamos haciendo.

En verdad, como la práctica les mostrará, se consigue tener más atención y concentración en lo que estamos haciendo cuando estamos en auto-observación.

Ahora ya que estamos con nuestra atención dirigida para nuestros centros, debemos observar lo que está ocurriendo allí, sean pensamientos o sentimientos.

Conforme vimos en la lección anterior, los defectos psicológicos actúan en los centros de la máquina humana, nutriéndose de la energía de estos centros y causando muchos maleficios físicos y psicológicos.

Cuando decimos que actúan, significa que provocan, dependiendo del centro y de la naturaleza del defecto psicológico, ciertos tipos de pensamientos, sentimientos, etc., a veces increíblemente amargos y dolorosos lo suficiente para causar un profundo sufrimiento.

A título de ejemplo, daremos una lista de lo que se puede observar de más común en cada uno de los cinco centros de la máquina humana:

**Centro Intelectual:** pensamientos mórbidos y negativos, para con usted mismo y para con las otras personas, como ira, lujuria, envidia, codicia, deshonestidad, alevosía, robo, maledicencia, etc.

Debemos también observar como los pensamientos cambian rápidamente. Pensamos la mayor parte del tiempo en las cosas que hicimos o vamos a hacer, lo que vimos en la televisión, o lo que deberíamos haber dicho o vamos a decir a fulano, en fin, una sucesión de pensamientos sin control, normalmente relacionados con el pasado o futuro.

Toda esa confusión de pensamientos e imágenes mentales son también causadas por los defectos psicológicos y pueden desgastar mucho una persona.

**Centro Motor:** básicamente en este centro lo que podemos observar son movimientos hechos mecánicamente, de forma automática, sin tener control sobre ellos.

Un ejemplo clásico es cuando dirigimos un automóvil y al mismo tiempo estamos pensando en varias otras cosas y a pesar de eso continuamos a cambiar las marchas, acelerar, frenar, etc., todo de forma automática.

Ahora nos podemos preguntar: ¿Por qué una persona ultrapasa un semáforo en rojo sin darse cuenta y provoca un accidente?

¿Por qué una persona atraviesa la calle sin percibir que un automóvil viene en su dirección y es atropellada?

Esas cosas solamente suceden porque esas personas no están concientes de sus movimientos, de su centro motor. Necesitamos esforzarnos para realizar los movimientos con atención.

**Centro emocional:** emociones negativas de todo tipo como odio (aunque sutilmente disfrazado), la envidia, el miedo (no importa de qué), la angustia, la ansiedad, el apego a cosas y personas, preocupaciones, sentimientos exagerados, etc.

Un mismo defecto psicológico puede actuar, por ejemplo; primero en el centro emocional y enseguida en el centro motor. Como cuando alguien nos dice algo y no nos gusta.

Nos enojamos (centro emocional) y luego pensamos en contestar o nos quedamos pensando en muchas cosas que deberíamos haber dicho, hecho, etc. (centro intelectual).

Podemos también identificarnos con la situación y hacer gestos o mismo pelearnos.

Observe en este ejemplo que toda la máquina humana fue controlada por el ego como si fuera una marioneta, pasando a controlar primeramente el centro emocional, después el intelectual y por fin el centro motor.

Si estuviéramos en auto-observación veríamos que eso sucede a todo momento.

**Centro Instintivo:** en este centro lo que observamos es la exageración o el abuso de ciertos instintos naturales. Veamos, por ejemplo, el instinto materno que hace que naturalmente una madre cuide de la sobre vivencia de su hijo. El abuso de este instinto se expresaría en forma de una súper protección por parte de la madre, haciendo con que ella cuide y se preocupe exageradamente con él, mismo cuando éste tiene edad suficiente para cuidarse de sí mismo.

Muy común es el abuso del instinto de sobre vivencia que, entre otras cosas, nos dice que debemos comer para sobrevivir. En este caso los defectos psicológicos actúan haciendo con que la persona se alimente exageradamente, comiendo más de lo que debería o necesita para sobrevivir. Es el conocido defecto de la gula.

**Centro sexual:** abuso de las energías sexuales. La energía creadora del sexo es infinitamente la más poderosa que poseemos y que el ego gasta absurdamente viendo películas, escenas, anuncios, explícita o implícitamente pornográficos e inmorales, pensamientos mórbidos, conversaciones deshonestas, etc.

El abuso de las energías sexuales puede llevar rápidamente a la impotencia.

Al principio conseguimos auto-observarnos muy poco, tal vez algunas veces por día. Eso varía de persona para persona, depende de cuanto esté atrofiado este precioso sentido, pero

con la práctica ese tiempo de auto-observación va gradualmente aumentando y pasamos a autoconocernos cada vez más, colocando más luz en nuestro interior y viendo como somos realmente.

Y cuándo estamos en auto-observación y percibimos la actuación de algún detalle ¿que podemos hacer para que éste sea eliminado?

Con el pasar del curso aprenderemos, como ya habíamos mencionado en la lección anterior, la técnica del morir psicológico, a través de la cual podemos eliminar cada defecto psicológico que conseguimos percibir actuando en nosotros.

Por eso practique la auto-observación desde ya, ejercite y desenvuelva este sentido porque de él dependerá su cambio interior.

## 5 – Técnica para relajarse

En esta lección aprenderemos la importancia de relajar el cuerpo, los beneficios que eso nos da y su importancia para la práctica de las técnicas de proyección astral y de meditación, que serán vistas en las próximas lecciones del curso.

Estudios en el campo de la psicología revelaron que una persona que practica regularmente alguna técnica de relajamiento tiene la posibilidad de evitar enfermedades causadas por estrés, de poder trabajar mejor la ansiedad, de tener un mejor relacionamiento interpersonal, etc.

Cuando practicamos el relajamiento nuestro objetivo es “olvidarnos” de nuestro cuerpo, es decir, dejarlo tan relajado y sin tensiones de tal manera que sería como si no estuviera allí, como que en aquel momento no tuviéramos cuerpo físico. Además de los beneficios para la salud que ya vimos, el relajamiento será la primera etapa de las técnicas que aprenderemos para la proyección astral y la meditación.

Por eso empiece desde ya a practicar la técnica de relajamiento que daremos a seguir para irse acostumbrando.

Si es posible practique por lo menos una vez al día en el horario que le convenga mejor.

Cuanto más practique mejor.

La técnica que aprenderemos para hacer el relajamiento es muy simple y al mismo tiempo muy eficaz, y la llamamos de “Técnica de la luz azul”.

Para practicarla usaremos nuestra concentración e imaginación combinadas, de forma como está descrito abajo:

Primero debemos acostarnos en una posición confortable lo suficiente para no tener que movernos más, escogiendo un lugar silencioso, tranquilo y bien ventilado. Normalmente la habitación donde dormimos es la ideal.

Ahora cerremos los ojos, concentrémonos y vamos a imaginar, o sea, visualizar con la mente, todo nuestro cuerpo que está en la cama, empezando de los pies a la cabeza.

Después vamos a empezar a imaginar una luz celeste llenando nuestro cuerpo, comenzando por los dedos de los pies, continuando por todo el pie, el tobillo, las pantorrillas, así sucesivamente hasta el topo de la cabeza. No imagine apenas esa luz cubriendo su cuerpo, pero imagine también que ella llena su cuerpo como si él fuera hueco.

Haga la etapa anterior sin prisa e imaginando de la mejor forma posible todo ese proceso, sintiendo relajar cada músculo por donde pasa la luz azul.

Al final de la práctica el cuerpo deberá estar totalmente cubierto por la luz azul, así como también totalmente relajado. Si cree que es necesario repita todas las etapas nuevamente.

Puede ser que usted tenga alguna dificultad en concentrarse y en mantener la imagen en la mente. Eso es reflejo de nuestra falta de concentración.

Con la práctica eso irá mejorando y además, en este curso tendremos una lección que tratará exclusivamente el tema de la concentración y cómo desarrollarla.

## 6 – El morir psicológico

En las lecciones anteriores ya aprendimos sobre nuestra constitución interior y sobre los defectos psicológicos y también cómo estos actúan en los centros de la máquina humana.

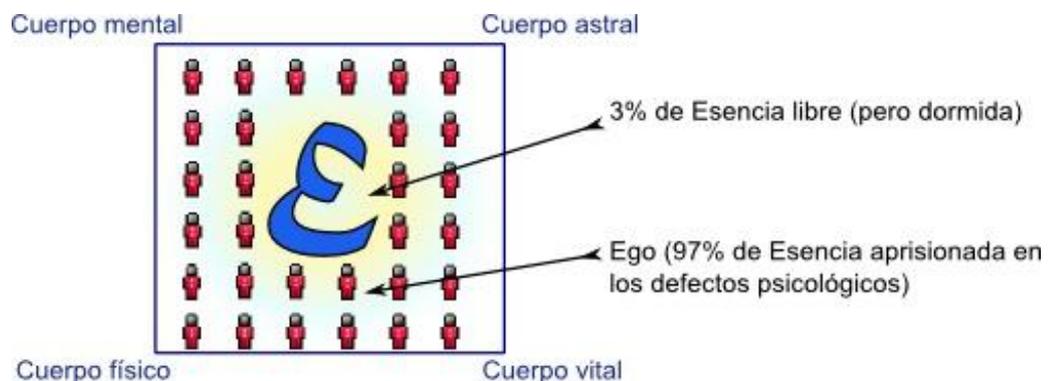
Aprendimos también que podemos ver y sentir estos defectos actuando a través de la auto-observación.

En esta lección aprenderemos el principal tema de todo el curso, pues corresponde a la etapa principal para todas las personas que realmente quieran cambiar interiormente, que desean transformarse en personas mejores, eliminando de su interior los elementos psicológicos indeseables que son los responsables por nuestras limitaciones, inconciencia y sufrimientos.

Este tema es el morir psicológico, también conocido como muerte mística o muerte psicológica.

Vamos a hacer ahora una rápida revisión de algunos puntos ya estudiados y que son fundamentales para la comprensión de este tema.

Vea abajo el gráfico que muestra nuestra constitución interior:



Lo que es importante saber claramente para esta lección son los conceptos de Esencia y de Ego.

Entonces veamos:

### El ego.

El ego es la suma de nuestros muchos defectos psicológicos que viven en nuestro mundo interior y que fueron criados y continúan a ser alimentados inconscientemente por nosotros mismos.

Esos defectos se nutren de las energías de los centros de la máquina humana.

No hay nada de divino o superior en el ego, él es realmente la causa de nuestros sufrimientos, inconciencia, errores, vicios, etc.

En el antiguo Egipto el ego era conocido como los demonios rojos de Seth.

En el Bhagavad-Gita el ego está simbolizado con los “parientes” con los cuales Arjuna debería trabar terribles batallas.

En la mitología el ego es, entre otros simbolismos, representado por Medusa, causadora de todo tipo de sufrimientos al hombre y que es degollada por la espada de Perseo.

En la Biblia podemos reconocer el ego en el pasaje del endemoniado geraseno (Marcos - 5,1-20), donde el divino maestro Jesús pregunta al demonio su nombre, que le contesta: “Mi nombre es Legión, porque somos muchos.”.

También en el cristianismo podemos encontrar el ego en los llamados siete pecados capitales relacionados por Tomás de Aquino: lujuria, ira, envidia, codicia, gula, pereza y orgullo.

### **La Esencia.**

Nuestra conciencia es una partícula divina, que podemos llamarla también de Esencia.

Como escribió Victor Hugo:

*"Escucha tu conciencia antes de actuar, porque la conciencia es Dios presente en el hombre".*

La Esencia es lo que tenemos de más noble dentro de nosotros y es inmortal.

Conforme vamos eliminando los detalles del ego vamos fortaleciendo esa conciencia o alma, ya que cada YO mantiene aprisionada una fracción de nuestra Esencia.

Considere cada YO como una botella que mantiene un poco de nuestra conciencia aprisionada. Rompiendo la botella retorna a nosotros aquella parte de la conciencia que estaba aprisionada.

Así es como vamos cambiando interiormente, substituyendo poco a poco nuestros muchos defectos psicológicos por nobles y bellas virtudes.

### **La Madre Divina.**

Hay en nosotros también una otra partícula divina la cual llamamos de Divina Madre. En las antiguas culturas ella siempre fue conocida y venerada.

La Casta Diana griega, la Isis egipcia, la Tonantzin azteca, la Shakti hindú, la Stella Maris de los alquimistas medievales, María Nuestra Señora de los cristianos, etc., son los otros nombres dados a la Divina Madre dentro de los simbolismos de cada cultura y época.

Así como nuestra madre física, ella cuida de su hijo o hija y es individual. Cada ser humano tiene la suya.

Debemos siempre pedir su ayuda, su conforto y su protección.

Ella no abandona nunca al hijo suplicante, desde que éste tenga una conducta digna. Su principal misión justamente es la eliminación del ego, de cada defecto psicológico que conseguimos percibir a través de la auto-observación.

Con la ayuda de ella es que vamos muriendo psicológicamente, eliminando los defectos psicológicos.

### **La Muerte Psicológica.**

El trabajo de la muerte psicológica es antiquísimo y siempre fue enseñado a la humanidad por los varios Maestros o Avatares que vinieron para enseñarla, mostrándonos los medios para acabar con nuestros propios sufrimientos y limitaciones.

Jesús Cristo ( el más venerado por todos), Buda, Quetzalcoalt (el Cristo azteca), Hermes Trismegisto en el Egipto, Krishina entre otros.

Cada uno nos enseñó la misma doctrina, pero adaptada a su tiempo, con sus propios términos y símbolos.

Infelizmente cuando el Maestro parte, los hombres, manipulados por sus propios egos, empiezan a distorsionar la doctrina y poco a poco lo principal se pierde o es ocultado a la humanidad.

### **Práctica.**

Primeramente es fundamental estar en auto-observación, poniendo atención en nuestras emociones, sentimientos, pensamientos, etc.

Cuando percibimos la actuación de un defecto psicológico en alguno de los centros de la máquina humana, pedimos a nuestra Divina Madre para que ella lo elimine o desintegre.

El detalle es entonces inmediatamente eliminado y rescatamos la parcela de conciencia que él aprisionaba.

Es realmente muy simple.

Cada persona hará su petición como crea mejor, de corazón, pero de una forma enérgica, como cuando un hijo pide algo urgente a su madre. La madre entonces lo atiende prontamente.

Cada uno tiene sus propias palabras, pero un ejemplo es:

**“Madre mía, elimine este defecto, desintégrelo.”**

Si un mismo tipo de defecto insiste en actuar seguidamente volveremos a pedir por su eliminación.

Eso ocurre cuando un defecto es muy fuerte, cuando fue “alimentado” por mucho a través del tiempo.

Sin embargo, utilizando la técnica de la muerte psicológica cada vez que el defecto actúe, este irá perdiendo su fuerza hasta que finalmente muera.

Podemos hacer una analogía entre el ego y un árbol.

Un árbol se desarrolla y se mantiene vivo y fuerte retirando del suelo los nutrientes necesarios para su sobre vivencia y para eso depende totalmente de sus raíces, ya que estas son la parte del árbol que efectivamente lo alimenta.

Ahora consideremos el ego es como un árbol que depende totalmente de los pequeños detalles o los YO (que podemos comparar a las raíces del árbol), ya que son estos los que retiran la energía suficiente de los centros de la máquina humana y así mantienen el ego vivo.

Si cortamos las raíces del ego, que son los defectos psicológicos, a través de la muerte psicológica, consecuentemente el ego irá gradualmente perdiendo su fuerza, desnutriéndose y muriendo, igual como cuando cortamos las raíces del árbol.

También puede ocurrir lo contrario, o sea, se permitimos que los detalles actúen todo el tiempo en los centros de la máquina humana, el ego irá tornándose cada vez más fuerte y desarrollado. Eso es lo que infelizmente ha ocurrido con nosotros hasta ahora.

Durante el curso vamos a conocer también nuevas facetas de los defectos psicológicos y entender por qué muchas veces tenemos actitudes y comportamientos que en verdad solamente nos perjudican.

De cualquier forma el medio para la eliminación de cualquier defecto será siempre la muerte mística, por eso no deje de colocar en práctica lo que aprendimos en esta lección.

## 7 – El desdoblamiento astral

En la lección nº 2 vimos lo que es el fenómeno del desdoblamiento astral, también conocido como viaje astral, y hablamos un poco sobre los sueños y sobre el mundo astral.

Continuando nuestro estudio sobre el desdoblamiento astral, aprenderemos en esta lección una técnica para despertar la conciencia en el mundo astral, es decir, cuando estemos durmiendo y soñando despertemos del sueño y nos demos cuenta que estamos en el mundo astral y a partir de ahí, tener nuestras primeras experiencias conscientes en astral.

La técnica que aprenderemos es la técnica del saltito, una forma sencilla y eficiente para despertar la conciencia en el astral.

Eso de despertar la conciencia ya estando en astral es llamado por muchos de sueño lúcido, que, por el contrario, consideran proyección astral apenas cuando alguien sale en astral del cuerpo físico conscientemente, lo que inclusive aprenderemos también en este curso.

Para nosotros, sin embargo, eso no hace diferencia alguna, pues lo que importa es estar conciente en el astral, no importando se salió conciente del cuerpo o si despertó conciencia cuando ya estaba en astral.

La técnica del saltito es en verdad una disciplina que incorporamos en nuestro día a día.

Esa disciplina es la siguiente:

En nuestro día a día debemos estar atentos a todo lo que nos rodea, personas, objetos, lugares, etc. En el mundo astral existen muchas cosas y fenómenos que no existen en el mundo físico como objetos que vuelan, seres extraños, criaturas desconocidas y una infinidad de otras cosas.

Entonces en nuestro día a día cuando veamos algo que nos parezca un poco raro o diferente (una persona con ropa extravagante, una construcción diferente, un objeto insólito, en fin, cualquier cosa o situación que sea un poco diferente) debemos preguntarnos: “¿Ahora estoy en el mundo físico o en el astral?”, y entonces dar un pequeño saltito con intención de fluctuar.

Si no fluctuar es obvio que estará en el físico, pero si fluctúa significa que hasta aquel momento usted estaba soñando y que ahora está conciente en el mundo astral.

Cuanto más veces practique esta técnica durante el día mejor, pues será más fácil despertarse en astral, porque acostumbrándose a esa disciplina aquí en el mundo físico cuando vea en astral alguna de las muchas cosas extrañas que existen allí hará la misma cosa, es decir, irá a preguntarse, dará un saltito y fluctuará y entonces quedará consciente en astral.

Lo ideal es siempre dar el saltito, pero a veces hay situaciones en que esto no es posible, por ejemplo en el local de trabajo, cerca de otras personas, etc.

En este caso cuando veamos algo un poco extraño y nos preguntemos si estamos en el físico o en el astral, podemos hacer una otra cosa en vez de dar un salto: estirar un dedo de la mano.

Esto también funciona porque al estirar el dedo en astral realmente se estirará como si fuera de goma y entonces nos daremos cuenta que estamos en astral.

Un detalle importante sobre esta técnica es hacerla realmente dudando si estamos en el físico o en el astral, porque solamente estaremos seguros de eso cuando demos el saltito o nos estiremos el dedo.

Al final, ¿quién nos garantiza que ahora mismo usted no está apenas soñando que está leyendo este texto?

Si no da el saltito o se estira el dedo para comprobar puede ser que de aquí a poco se despierte y lamente por no haber usado la técnica para despertar en el astral.

Y cuando despertemos en el astral, ¿qué haremos o para dónde iremos?

Claro que tenemos un objetivo definido para practicar estas técnicas de proyección astral: descubrir lo que está oculto sobre nosotros y sobre muchos otros misterios.

Sin embargo todavía estamos “aprendiendo a andar” en este asunto de proyección astral y por ahora haremos apenas algunas experiencias. Estando consciente en astral usted puede experimentar saltar muy alto o mismo intentar volar. Puede también intentar atravesar paredes y ver que acontece.

Veremos en otras lecciones del curso un objetivo mucho más importante para la proyección astral de que las experiencias sugeridas anteriormente.

Abajo transcribiremos un trecho del libro “Sí hay infierno, sí hay diablo, sí hay karma”, escrito por V.M. Samael Aun Weor, que ilustra bien el tema de esta lección.

*“Una noche como tantas otras, entré por la puerta de una maravillosa mansión.*

*Silenciosamente atravesé un lindo jardín hasta llegar a una lujosa sala. Movido por un impulso interior entré un poco más adelante y penetré con mucha osadía en la oficina de un abogado.*

*Enfrente del escritorio encontré sentada una dama de estatura regular, cabeza blanca, rostro pálido, labios finos y nariz romana. Era una señora de apariencia respetable y de mediana estatura. Su cuerpo no era muy delgado, pero tampoco demasiado gordo. Su mirada parecía melancólica y serena.*

*Con voz dulce y agradable me invitó a sentarme enfrente del escritorio.*

*En ese momento, algo insólito aconteció: Veo sobre el escritorio, dos mariposas de vidrio que tenían vida propia, se movían, respiraban, miraban, etc., etc., etc. El caso por cierto me parecía muy exótico y raro. ¿Dos mariposas de vidrio y con vida propia?*

*Como estaba acostumbrado a dividir la atención en tres partes, primero: no me olvidé de mí mismo; segundo, no me identifiqué con aquellas mariposas de vidrio; tercero: observé cuidadosamente el lugar.*

*Al contemplar esos animales de vidrio, me dije a mí mismo:*

*Esto no puede ser un fenómeno del mundo físico, porque en la región tridimensional de Euclides jamás conocí mariposas de vidrio con vida propia. Incontestablemente, esto puede ser un fenómeno del mundo astral.*

*Miré alrededor y me hice las siguientes preguntas:*

*¿Por qué estoy en este lugar?, ¿Por qué vine aquí?, ¿Qué estoy haciendo aquí?*

*Dirigiéndome a la dama, le hablé de la siguiente forma:*

*Señora, permítame salir un momento al jardín que luego regresaré.*

*La dama consintió moviendo la cabeza y yo abandoné, por un instante, aquella oficina.*

*Fuera, en el jardín, di un saltito más alto con la intención de fluctuar en el ambiente circundante. Grande fue mi asombro cuando verifiqué, por mí mismo, que realmente me encontraba fuera del cuerpo físico. Entonces comprendí que estaba en astral.*

*En ese momento me acordé que hacía un largo tiempo, varias horas que había abandonado mi cuerpo físico y que éste, incontestablemente, se encontraba ahora reposando sobre su lecho.*

*Hecha la singular comprobación, regresé al escritorio donde estaba la dama.*

*Entonces quise persuadirla de que estaba fuera del cuerpo físico:*

*Señora, le dije: Usted y yo estamos fuera del cuerpo físico. Quiero que recuerde que hace varias horas se acostó fuera de su cuerpo físico pues es sabido que cuando el cuerpo duerme la Conciencia, la Esencia, desafortunadamente metida entre el ego, anda fuera del vehículo corpóreo.*

*Dichas estas palabras, la dama me miró con ojos de sonámbula, no me entendió. Yo comprendí que aquella señora tenía la conciencia adormecida... No queriendo insistir más, me despedí de ella y abandoné el lugar.*

*Después me fui para California, con el propósito de realizar ciertas investigaciones importantes.”*

Despertar la conciencia en el astral es una experiencia nueva y mucho gratificante, de la misma forma que es para un niño dar sus primeros pasos.

Sin embargo, de la misma forma que un niño que da los primeros pasos no aprende a correr de un día a otro, también nuestras primeras experiencias en el mundo astral en general son breves y volvemos al cuerpo físico involuntariamente y mucho antes de lo que nos gustaría.

Una duda común es cómo hacer para permanecer todo el tiempo que se quiera en astral y también volver a cuerpo físico cuando desear. La verdad es que eso sólo se logra con mucha práctica.

Sin embargo, así como cuando soñamos (recuerdate que un sueño es simplemente un desdoblamiento astral inconsciente), el cuerpo astral siempre vuelve al cuerpo físico.

Para tener cada vez más y mejores experiencias astrales es fundamental:

- Practicar muchas veces la técnica del saltito durante el día.
- Practicar mucho, mucho mismo la auto-observación y la muerte psicológica, pues así se va a rescatar cada vez más conciencia para actuar en astral con mayor lucidez. Además, cuanto más tiempo se queda en auto-observación en el físico, también más tiempo quedará consciente en el astral, pues estar consciente es estar en auto-observación.

- Estando en astral procurar coger (o agarrarse en) algún objeto que encontrar allí, pues en cuanto esté cogiendo algún objeto del astral no se vuelve al cuerpo físico. Cuando desear volver debe soltar el objeto.

## 8 – Conducta gregaria

En esta lección veremos una de las formas del ego que si no estamos atentos, nos induce a tener comportamientos y actitudes que nos llevan a cometer errores, perjudicando otras personas y hasta nosotros mismos.

Ese comportamiento es llamado de conducta gregaria y está bien explicado en el trecho abajo retirado del libro “La Revolución de la Dialéctica”, de autoría de V.M. Samael Aun Weor.

Veamos:

*“Conducta gregaria es la tendencia que tiene la máquina humana de mezclarse con las otras sin distinción ni control de especie alguna. Veamos lo que se hace cuando se está en grupo o entre una multitud.*

*Estoy seguro de que bien pocas personas se atreverían a salir a la calle y lanzar piedras contra alguien.*

*Sin embargo, en grupo lo hacen. Alguien puede infiltrarse en una manifestación pública y exaltarse por causa del entusiasmo.*

*Terminará lanzando piedras junto con la multitud, aunque después se pregunte por qué lo hizo.*

*El ser humano se comporta de forma diferente cuando está en grupo, y realiza cosas que nunca haría estando solo. ¿A qué se debe esto?*

*Se debe a las impresiones negativas a las cuales abrió las puertas. Así, acaba haciendo lo que jamás haría solo.*

*Cuando alguien abre las puertas a las impresiones negativas, no sólo altera el orden del centro emocional, que está en el corazón, como todavía lo torna negativo.*

*Cuando alguien abre sus puertas, por ejemplo; a las emociones negativas de una persona que viene llena de ira, porque alguien le causó algún daño, acaba aliándose a esa persona contra el causador del daño y se llenará de rabia también sin tener nada que ver con el asunto.*

*Supongamos que alguien abre las puertas a las impresiones negativas de un borracho y termina aceptando un vaso de bebida.*

*Enseguida, acepta dos, tres... diez. Al final se emborracha también.*

*Supongamos que alguien abre las puertas a las impresiones negativas de una persona del sexo opuesto. Probablemente, acabará fornicando y cometiendo todo tipo de delitos.*

*Si abrimos las puertas a las impresiones negativas de un drogado, quién sabe terminaremos fumando marihuana o consumiendo algún tipo de droga.*

*Como conclusión vendrá el fracaso.*

*Así es como los seres humanos se contagian unos a los otros dentro de ambientes negativos.*

*Los ladrones tornan las otras personas ladronas. Los asesinos siempre contagian a alguien.*

*Los viciados contagian a los otros y se multiplican los drogados, los ladrones, los asesinos, los especuladores, etc.*

*¿Por qué?*

*Porque cometieron el error de abrir siempre las puertas a las emociones negativas. Esto no está correcto. Seleccionemos nuestras emociones.*

*Si alguien nos trae emociones positivas de luz, de belleza, de armonía, de alegría, de perfección, de amor, abramos a ellas las puertas de nuestro corazón.*

*Sin embargo, si alguien nos trae emociones negativas de odio, de violencia, de celos, de drogas, de alcohol, de fornicación o de adulterio, ¿Por qué abrir las puertas de nuestro corazón?*

*¡Ciérrrenlas! ¡Cerreemos las puertas a las emociones negativas!*

*Cuando alguien reflexiona sobre su conducta gregaria, puede perfectamente cambiarla y hacer de su vida algo mejor.”*

Como fue visto anteriormente, el ser humano tiene dentro de sí esta tendencia.

Eso se debe a nuestra inconsciencia y mecanicidad, que nos hace aceptar ciertas cosas automáticamente, sin analizarlas ni reflexionar sobre las consecuencias que pueden haber.

Personas de buena índole acaban cometiendo graves errores en virtud de haber aceptado, aunque inconscientemente, las sugerencias negativas procedentes de otra persona o grupo de personas.

Veamos algunos ejemplos comunes de conducta gregaria:

- Cuando una persona viene a nosotros y empieza a hablar maldades sobre otra persona que también conocemos, como un compañero de trabajo, por ejemplo, y si no estamos atentos empezamos a hablar mal de esta persona también, aunque en aquel momento no tengamos nada contra ella.
- El caso de una persona que vive en un ambiente donde existen muchos criminales y permanece en ese ambiente abriendo las puertas a todas las sugerencias y emociones negativas, acaba transformándose en un criminal también.
- Las innúmeras cárceles que existen nos muestran exactamente eso, pues sirven más como una escuela para criminales de que como centros de rehabilitación.
- Otro caso común es el comportamiento de muchos fanáticos en las canchas de fútbol, donde en grupos se envuelven en todo tipo de actitudes negativas como actos de violencia, consumo de drogas, vandalismo, etc.
- Los medios de comunicación, en especial la televisión, contribuyen mucho para incentivar la conducta gregaria, pues en varias ocasiones promueve a través de programas, películas y novelas, la distorsión de los valores morales, banalizando comportamientos antes considerados abominables, como la violencia, el adulterio, la deshonestidad, el crimen, etc.

Por eso necesitamos estar muy atentos a todo tipo de emociones y sugerencias que nos traen.

No acepte nada sin antes analizar si aquello contribuirá con algo positivo y moral en su vida.

## 9 – El nivel del Ser

*"¿Cuál es el objetivo real de nuestra existencia? ¿Para qué estamos aquí? ¿Por qué?*

*Esto es algo que debemos elucidar con claridad meridiana; esto es algo que debemos analizar, juzgar serenamente.*

*Vivimos en el mundo, ¿con qué objetivo? ¿Sufrimos tanto para qué?*

*¿Luchamos para conseguir eso que se llama pan, abrigo, techo y después de todo, qué?*

*¿Dónde quedaron todos nuestros esfuerzos?*

*¿Vivir por vivir, trabajar para vivir y luego morir es, acaso, algo maravilloso?*

*La verdad, amigos, es necesario comprender el sentido de nuestra existencia, el sentido de vivir.*

*Hay dos líneas en la vida: a una de ellas podríamos llamar de horizontal, la otra, vertical.*

*Ellas forman una cruz dentro de nosotros mismos, aquí y ahora, ni un segundo más adelante, ni un segundo más atrás.*

*Necesitamos objetivar un poco estas dos líneas.*

*La horizontal empieza con el nacimiento y termina con la muerte; delante cada cuna existe la perspectiva de un sepulcro, todo lo que nace debe morir.*

*En la horizontal está todo el proceso de nacer, crecer, reproducirse, envejecer y luego morir.*

*En la horizontal están los placeres de la vida: licores, fornicaciones, adulterios, etc.*

*En la horizontal está la lucha por el pan de cada día, la lucha por no morir, por existir sobre la luz del sol.*

*En la horizontal están esos sufrimientos íntimos de la vida práctica, del hogar, de la calle, de la oficina, etc. Nada maravilloso puede ofrecernos la línea horizontal.*

*Más, existe otra línea totalmente diferente; quiero referirme, de forma enfática, a la vertical. Esta vertical es interesante.*

*En ella encontramos los distintos niveles del Ser; en ella están los poderes transcendentales y trascendentes del Íntimo; en esta vertical están los poderes esotéricos, los poderes que divinizan, la Revolución de la Conciencia, etc.*

*Con las fuerzas de la vertical nosotros podemos influir decididamente sobre los aspectos horizontales de la vida práctica; podemos cambiar, totalmente nuestro destino, hacer de nuestra vida algo diferente y pasar a ser algo totalmente distinto de lo que fuimos, de lo que somos, de lo que hemos conocido en esta amarga existencia.*

*La vertical es maravillosa, revolucionaria por naturaleza; sin embargo, se necesita haber un poco de inquietudes.*

*Antes de todo les pregunto a todos:*

*¿Estamos, acaso, contentos con lo que somos? ¿Quién de ustedes se siente feliz, en el sentido más completo de la palabra?"*

Arriba fue descrito el prólogo del libro "Tratado de Psicología Revolucionaria", de Samael Aun Weor, con el propósito de comprender el tema de esta lección - El nivel del Ser.

Como vimos en el texto anterior, tenemos en nuestro mundo psicológico dos líneas que se cruzan continuamente, siendo que una de ellas, la horizontal, representa el tiempo de duración de nuestra existencia contenido entre nuestro nacimiento y la muerte.

Evidentemente que entre el nacer y el morir están todos los acontecimientos y hechos del cotidiano que ocurrieron y que están por acontecer en nuestra vida.

Realmente no hay nada muy interesante o cierto relacionado con la línea horizontal, siendo que lo único seguro que podemos tener con relación a esta línea es que ella tiene un inicio y un fin.

Ya la otra línea, la vertical, nos ofrece infinitas posibilidades, pues es la línea donde están los niveles del Ser.

En la línea vertical están las virtudes, el cambio interior, la sabiduría, los poderes y las facultades del Ser y es totalmente independiente de la línea horizontal.

Podemos comparar la línea vertical con una escalera, en la cual los escalones más elevados corresponden a los niveles del Ser más elevados también. Y, analógicamente, los escalones más bajos corresponden a los niveles del Ser más inferiores.

En la vida las personas están en variados niveles del Ser, y las personas con el mismo nivel del Ser están propensas a atraerse por afinidad y a relacionarse entre sí.

Por eso es que una persona abstemia no tiene afinidades con un grupo de borrachos; o una mujer honrada no se mezcla con prostitutas, o un hombre honesto no tiene amigos criminales.

Otro factor importante relacionado a los niveles del Ser, es que si una persona mejora su nivel del Ser, consecuentemente irá a relacionarse con personas más decentes de las cuales se relacionaba anteriormente.

Eso se debe al hecho de que las afinidades cambian cuando cambia el nivel del Ser, y esa persona que cambió su nivel irá perdiendo las afinidades que tenía con su antiguo círculo de relacionamientos, y ahora sentirá afinidades con personas que están en el mismo nivel del Ser en que se encuentra.

De hecho, si queremos provocar nuevas condiciones en nuestra existencia, si queremos provocar un cambio en nuestra vida, tenemos que necesariamente cambiar nuestro nivel del Ser.

De lo contrario, continuaremos a ser apenas víctimas de las circunstancias y de los acontecimientos que nos esperan en la línea horizontal.

Por más increíble que esto nos parezca, sin cambiar nuestro nivel del Ser no podremos manipular en nada el curso de nuestra existencia, los hechos simplemente se suceden de acuerdo con las leyes mecánicas de la naturaleza, las cuales están relacionadas a la línea horizontal.

Después de todo lo que fue explicado sobre los niveles del Ser, todavía resta un cuestión fundamental:

¿Qué hacer para elevar nuestro nivel del Ser?

A través de la muerte mística, de la eliminación de los defectos psicológicos.

Cuanto más defectos eliminamos, más elevado será nuestro nivel del Ser, y así más intensos serán los cambios que provocaremos también en nuestra existencia, puesto que el exterior es apenas un reflejo del interior.

Aquí queda claro entonces el gran dilema filosófico: “Ser o no Ser, esa es la cuestión.”

¿Qué es lo que queremos hacer de nosotros y de nuestra vida? ¿Vamos a cambiar nuestro nivel del Ser o no?

Por más difícil que sea tomar una decisión, existen solamente dos alternativas: Ser o no Ser.

Delante de cada situación pregúntese a sí mismo:

¿Haré esto de esta forma o de una forma que eleve mi nivel del Ser?

¿Daré poderes al ego o fortaleceré la Esencia?

Recuerde que esas pequeñas decisiones son las que hacen toda la diferencia.

## 10 – Cómo controlar la ira

El objetivo de esta lección es aprender cómo controlar la ira, pero también y principalmente eliminar la ira radicalmente de nosotros y así tener autocontrol, controlar los sentimientos, emociones, etc.

La ira es un tipo de defecto psicológico muy común, que es fácil de ser percibido actuando en los centros de la máquina humana y que, sin embargo, es uno de los mayores causadores de sufrimientos y problemas psicológicos, físicos y sociales.

Veamos el siguiente trecho sacado del libro “La Revolución de la Dialéctica”, de Samael Aun Weor:

*“La ira aniquila la capacidad de pensar y de resolver los problemas que la originan. Obviamente, la ira es una emoción negativa. El enfrentamiento de dos emociones negativas de ira no consiguen paz ni comprensión creadora.*

*Incuestionablemente, siempre que proyectamos la ira a otro ser humano, se produce la caída de nuestra propia imagen, y esto nunca es conveniente en el mundo de las inter relaciones.*

*Los diversos procesos de la ira conducen al ser humano a horribles fracasos sociales, económicos y psicológicos.*

*Es claro que también la salud es afectada por la ira. Existen ciertos necios que se aprovechan de la ira, ya que ésta les da un cierto aire de superioridad. En estos casos la ira se mezcla con el orgullo.*

*La ira también suele combinarse con la presunción y hasta con la auto-suficiencia. La bondad es una fuerza mucho más aplastadora que la ira.*

*Una discusión calurosa es tan sólo una excitación carente de convicción.*

*Al enfrentar la ira, debemos resolvernos, debemos decidirnos, por el tipo de emoción que más nos conviene.*

*La bondad y la comprensión resultan mejores que la ira. La bondad y la comprensión son emociones permanentes, puesto que pueden vencer la ira.*

*Quien se deja controlar por la ira destruye su propia imagen. El hombre que tiene auto-control, estará en la cumbre.*

*La frustración, el miedo, la duda y la culpa originan los procesos de la ira. Quien se liberta de estas cuatro emociones negativas dominará el mundo.*

*La ira pertenece a los locos. No sirve porque nos lleva a la violencia.*

*El fin de la ira es llevarnos a la violencia y esta produce más violencia.”*

Esté especialmente atento a este defecto, pues él se manifiesta muchas veces de varias maneras y sus efectos son extremadamente negativos.

El medio para controlar la ira y eliminar este defecto es el mismo que para cualquier defecto psicológico: auto-observación y muerte psicológica.

Nada justifica ponernos nerviosos, bravos, con odio, sin autocontrol, etc., por cualquier motivo que sea. Lo ideal es encarar con serenidad y tener autocontrol ante cualquier hecho o evento, sea este desagradable o mismo desastroso.

Conforme vamos eliminando el defecto de la ira va surgiendo en nosotros, en la misma proporción, la virtud de la serenidad. Conforme vamos eliminando el defecto del odio, irá surgiendo en nosotros la virtud del amor.

El defecto de la ira se alimenta de muchos detalles y se manifiesta en varias situaciones. Algunas situaciones más comunes en la cual se manifiesta el defecto de la ira son:

- Discusiones en casa o en el trabajo, aunque de forma sutil.
- Situaciones desagradables e inevitables. Accidentes de cualquier naturaleza, como romper un objeto estimado.
- Hechos que provocan frustración, como cuando se está esperando por algo que no se realiza.

El defecto de la ira no sólo puede desgraciar por completo la vida de una persona, más todavía, puede desgraciar también la vida de todos los que están a su alrededor, como infelizmente ocurre, por ejemplo, en los tristes casos de violencia doméstica.

No permita de forma alguna que ese defecto influencie negativamente su vida, pues usted ya sabe qué hacer para evitarlo.

*“Bienaventurados los mansos, porque ellos poseerán la tierra”*

Jesús Cristo (Mateo – 5,5)

## 11 – La concentración – cómo mejorar la concentración

En esta lección aprenderemos sobre la importancia de la concentración, cómo desarrollarla y cómo eso puede ayudarnos en nuestros estudios y hasta mismo en nuestra vida cotidiana.

Durante el curso aprenderemos algunas técnicas que, para ser ejecutadas, necesitan concentración e imaginación.

Es el caso de las técnicas de relajamiento, meditación y viaje astral.

Tener capacidad de concentración es fundamental para obtener resultados en las prácticas que estamos aprendiendo en el curso.

Mas al final, ¿qué es exactamente concentración?

Concentración es la capacidad de tener la mente apenas en un único pensamiento, es tener la atención centrada para un único punto.

Estamos concentrados cuando tenemos en mente apenas un único objetivo, o una única imagen mental.

Si por ejemplo, estamos intentando imaginar algo y en nuestra mente está pasando una sucesión de pensamientos, voces e imágenes, entonces no estamos concentrados en nada.

Y ¿Qué hacer para desarrollar la concentración?

Para desarrollar la concentración necesitamos disciplinarnos para esto, o sea, adoptar ciertos hábitos en nuestro día a día que contribuyan para ejercitarla.

De esa forma, cuando hagamos una práctica sea ella de relajamiento, meditación o proyección astral, será mucho más fácil concentrarnos porque en nuestro día a día nos acostumbramos a hacer todo con concentración.

Además, tener el hábito de hacer todo con concentración nos ayudará en el desempeño de las tareas del cotidiano, sea en casa, en el trabajo, etc.

### **Disciplina.**

A seguir veremos algunas ideas simples, las cuales si las incorporamos en nuestro día a día, nos ayudarán a desarrollar la capacidad de concentración:

- Primeramente se debe tener en claro que podemos hacer apenas una cosa de cada vez, y cuando estemos haciendo una actividad debemos tener toda nuestra atención en ella. Eso puede parecer obvio, pero lo más común es que una persona haga una determinada actividad y esté pensando en la próxima que hará después.
- Dedique el tiempo que sea necesario para concluir una determinada actividad que esté haciendo, y solamente después de concluirla, pase para una próxima y así sucesivamente hasta terminar su día.
- Haga los movimientos con concentración. Estamos acostumbrados a hacer las actividades de forma mecánica, es decir, haciendo determinados movimientos sin poner atención y pensando en otras cosas que no tienen relación alguna con lo que estamos haciendo. Una situación muy común donde esto ocurre es cuando estamos bañándonos, cepillándonos los dientes, dirigiendo el carro, etc.
- Es sabido que cuando intentamos concentrarnos en algo nuestra mente intentará desviarnos para otros pensamientos, ya que nunca fue subyugada a una disciplina. Cuando esto ocurre debemos atraer nuestra atención inmediatamente para donde estábamos concentrados, cuantas veces sea necesario.
- Si los pensamientos insisten demasiado para desconcentrarnos podemos también aplicarles la muerte psicológica, pues cada pensamiento es un Yo, un defecto psicológico y por lo tanto pueden ser eliminados.

Siguiendo esa disciplina seguro que usted conseguirá desenvolver su capacidad de concentración.

Pero no se olvide que sólo conseguirá resultados con práctica y continuidad.

## 12 – La charla interior y la canción psicológica

En esta lección veremos cómo se manifiestan otras dos facetas del ego en nosotros, las cuales la mayoría de las veces pueden pasar como un comportamiento normal del ser humano, mas que en verdad son otras dos formas del ego de nutrirse de nuestra energía y mantenerse vivo, además de ser terriblemente perjudicial en varios aspectos de nuestra vida.

### **La charla interior.**

La llamada charla interior, como dice su nombre, es una sucesión de conversaciones, habladurías, actos, etc., que ocurren en nuestro mundo interior en la forma de pensamientos cuando alguien nos habla o hace algo que no nos gusta.

En este caso, todavía que no digamos nada verbalmente, en nuestro interior estamos hablando cosas horribles de la persona, maldiciéndola, humillándola, etc., etc.

Por ejemplo:

Supongamos que trabajamos en un escritorio y haciendo una tarea cualquiera, cometemos un determinado error. Entonces nuestro jefe nos llama a su sala y nos reprende educadamente.

Eso ya puede ser suficiente para que en nuestro interior estemos con ganas de matarlo, humillarlo y decirle cosas horribles, aunque al oír su reprensión, externamente, apenas nos disculpemos por el error y salgamos calmadamente de su sala.

Y ¿Por qué ocurre eso?

Porque, debido al ego, nuestra vida emocional se fundamenta en la auto-simpatía. Eso significa que solamente simpatizamos con nosotros mismos, con nuestro querido ego; y sentimos antipatía y hasta odio de aquellos que no simpatizan con nosotros.

El mayor problema es que esta charla interior causa mucho sufrimiento y desgaste psicológico a la persona que está en esta condición, pues le absorbe mucha energía y la acompaña todo el tiempo.

Además, puede traerle problemas en la esfera de los relacionamientos sociales también. Una persona que alimenta ese charla es como una bomba que un día puede explotar.

Son conocidos varios casos de personas que eran aparentemente calmadas y calladas y de la noche para el día, fueron capaces de cometer terribles actos de violencia.

Entonces ¿Qué hacer con relación a esto?

Ya vimos que la charla interior se debe a la auto-simpatía, que nada más es que un defecto psicológico. Luego la única solución realmente eficiente para resolver esto es aplicar la muerte psicológica.

Entonces cuando sentimos aquel sentimiento desagradable que ocurre cuando alguien dice o nos hace algo que no nos gusta, debemos inmediatamente aplicar la muerte psicológica.

También debemos aplicar la muerte psicológica cuando broten en nuestra mente los pensamientos de odio, de decir o hacer algo a una persona con la cual no simpatizamos.

Además, debemos también adoptar una nueva actitud mental con relación a esto.

Necesitamos aprender a ver desde el punto de vista ajeno, así como saber colocarnos en el lugar de las otras personas.

En el ejemplo que fue dado, analizando el caso desde el punto de vista del jefe, él actuó correctamente pues su función era la de coordinar los trabajos del escritorio.

Además, si nos colocamos en su lugar probablemente haríamos la misma cosa, una vez que el jefe, así como nosotros, tiene sus responsabilidades y necesita cumplirlas ante sus superiores también.

### **La canción psicológica.**

La canción psicológica es semejante a la charla interior, pues también se procesa en la forma de diálogos y charlas en nuestro mundo interior y también nos causa sufrimientos y desgaste.

Pero la canción psicológica tiene otros fundamentos que la originan, y frecuentemente es manifestada exteriormente (verbalmente).

La canción psicológica está relacionada a nuestra auto-consideración, que se da especialmente cuando nos identificamos con nosotros mismos.

Auto-consideración significa sentir piedad de sí mismo, es pensar que siempre nos portamos bien con todas las personas y estas no reconocen eso, no nos dan el valor que creemos tener, son ingratas, no retribuyen los favores que les hicimos, que nos deben algo, etc., etc., etc.

En resumen: en el fondo nos consideramos óptimas personas que, de alguna manera siempre somos víctimas de las injusticias y maldades de los demás y de la sociedad.

Una forma muy común de auto-consideración es preocuparse con lo que las otras personas pueden pensar de nosotros; tal vez piensen que no somos honradas, sinceras, correctas, justas, etc.

Normalmente una persona que esté identificada con ella misma, identificada con su auto-consideración, exterioriza lo que está sintiendo.

Entonces es cuando surgen aquellas personas que siempre repiten las mismas conversaciones (la misma canción psicológica), en las cuales reviven hechos pasados donde se juzga que fue injusticiada por otras personas, que hizo muchos favores a fulano y que éste no le dio su debido valor, que trabajó mucho en su empleo y su patrón no le pagaba lo que realmente merecía, que ayudó mucho a un amigo y sólo recibió ingratitud, etc.

Este tipo de persona repite siempre la misma canción psicológica cada vez que encuentra alguien dispuesto a escucharla, de comprenderla.

Con una persona así es prácticamente imposible conversar, pues siempre el diálogo retorna al mismo punto, al mismo asunto.

Si una persona vive constantemente sufriendo por lo que le deben, por lo que le hicieron, por las amarguras que le causaron, nada podrá crecer en su interior.

Esas personas normalmente sienten una gran tristeza interior, una sensación de monotonía, un profundo aburrimiento, cansancio íntimo y frustración.

Es una situación muy triste.

Sin embargo, así como la auto-simpatía, la auto-consideración también es un defecto psicológico que puede y debe ser eliminado a través de la muerte psicológica.

Por eso esté atento a sentimientos, pensamientos y comportamientos semejantes a los que vimos sobre la canción psicológica.

## 13 – El despertar de la conciencia

En esta lección hablaremos sobre el despertar de la conciencia, lo cual justamente con los temas del auto conocimiento y de cambio interior, viene a ser uno de los tópicos principales del curso.

Vamos a estudiar inicialmente el siguiente texto de Samael Aun Weor:

### **Toda la humanidad vive en un sueño profundo.**

*“Todo ser humano puede llegar a la experiencia de la realidad. Todo ser humano tiene derecho a las grandes vivencias del espíritu, a conocer los reinos y las naciones de las regiones moleculares y electrónicas.*

*Todo aspirante tiene derecho a estudiar a los pies del Maestro, a entrar por las puertas espléndidas de los Templos de Misterios Mayores, a conversar con los brillantes hijos de la aurora del Maha-Manvantara de la creación cara a cara.*

*Con todo, hay que empezar por despertar la conciencia.*

*Es imposible estar despiertos en los Mundos Superiores si aquí en este mundo celular, físico, material, el aspirante está dormido. Quien quiera despertar la conciencia en los mundos internos, debe despertar aquí y ahora, en este mundo denso.*

*Si el aspirante no despertó conciencia aquí en este mundo físico, mucho menos lo hará en los mundos superiores.*

*Quien despierta conciencia aquí y ahora, despierta en todas las partes. Quien despierta conciencia aquí en este mundo físico, de hecho y por derecho, permanecerá despierto en los Mundos Superiores.*

*Lo primero que se necesita para despertar conciencia es saber que se está adormecido.*

*Eso de comprender que está durmiendo es muy difícil, porque normalmente todas las personas están absolutamente convencidas de que están despiertas.*

*Cuando un hombre comprende que está adormecido, inicia entonces el proceso del auto despertar.*

*Estamos diciendo algo que nadie acepta. Si a cualquier hombre intelectual se le dijera que está adormecido, podéis estar seguro que podrá ofenderse.*

*Las personas están completamente convencidas de que están despiertas.*

*Las personas trabajan adormecidas, soñando... manejan carros adormecidas, soñando... se casan adormecidas, viven adormecidas, soñando... y no obstante, están totalmente convencidas de que están despiertas.*

*Quien quiera despertar la conciencia aquí ahora, debe empezar por comprender los tres factores subconscientes llamados: identificación, fascinación y sueño.*

*Todo tipo de identificación produce fascinación y sueño.*

*Si vamos andando por la calle, de repente nos encontramos con una multitud que está protestando enfrente del palacio del señor Presidente.*

*Si no estamos en estado de alerta (auto-observación) nos identificamos con el desfile, nos mezclamos con la multitud, quedamos fascinados y a seguir viene el sueño: gritamos, lanzamos piedras, hacemos cosas que en otras circunstancias no haríamos, ni por un millón de dólares.*

*Olvidarnos de nosotros mismos es un error de incalculables consecuencias. Identificarse con algo es el cúmulo de la estupidez porque el resultado es la fascinación y el sueño.*

*Es imposible que alguien pueda despertar conciencia si se deja fascinar, si cae en el sueño."*

Ya vimos en las lecciones anteriores que nuestra constitución psicológica de un modo general es:

- 3% de Esencia libre, pero adormecida.
- 97% de Esencia adormecida aprisionada en los defectos psicológicos.

Esto significa que no tenemos absolutamente nada de conciencia despierta, que vivimos adormecidos todo el tiempo.

Pero podemos preguntar:

¿Cómo puedo estar adormecido si ahora estoy leyendo este texto, si puedo operar el ordenador, hacer las tareas domésticas, etc.?

Primeramente necesitamos entender las grandes diferencias entre conciencia despierta y adormecida.

La primera grande diferencia es que una persona despierta es autoconsciente, es decir, percibe todos sus procesos internos. Esto significa que ella permanece en auto-observación

continuamente, es decir, sin identificarse con sus propios pensamientos y sentimientos o con las situaciones, objetos y hechos externos.

Obs: “Identificarse” en el contexto del curso significa no estar en auto-observación. Cuando una persona no está en auto-observación necesariamente ella está identificada con algo, sea externo (objetos, hechos, etc.) o interno (pensamientos o sentimientos).

Cuando una persona despierta conciencia, ella despierta aquí en el mundo físico y también en las otras dimensiones de la naturaleza, como por ejemplo en el mundo astral.

Por eso una persona de conciencia despierta no necesita practicar técnicas para proyectarse en el astral, ella se proyecta naturalmente en el momento que lo desee, percibe cómo ocurre todo el proceso del desdoblamiento astral y tiene total control sobre sí misma en cualquier dimensión que esté.

Una persona de conciencia despierta consigue recordar sin esfuerzo todas sus existencias anteriores, así como conocer también su propio destino. Y todavía mucho más.

Y a una persona de conciencia adormecida, ¿qué le pasa?

Vamos a hacer una analogía con relación a lo que vimos en los párrafos anteriores.

Una persona de conciencia adormecida no está autoconsciente, esto significa que no consigue o tiene dificultad en permanecer en auto-observación.

Una persona que no despertó del sueño de la conciencia está adormecida aquí y en todas las dimensiones de la naturaleza.

Tenemos el ejemplo de la proyección astral, que necesitamos utilizar ciertas técnicas para conseguir estar concientes en el mundo astral, donde la mayor parte del tiempo estamos adormecidos, simplemente soñando.

Y si estamos adormecidos y soñando en el mundo astral, es porque estamos adormecidos y soñando aquí en el mundo físico también.

Por eso nosotros cometemos muchos errores, ya que hacemos todo con la conciencia adormecida.

Cuanto más adormecida esté la conciencia, más pasible estamos de cometer errores.

Cuanto más adormecida esté la humanidad en general, más veremos actos de violencia, guerras, barbarismo, etc.

Si los seres humanos tuvieran por lo menos un poco de conciencia despierta las guerras serían totalmente imposibles.

La verdad es que sólo la práctica puede realmente mostrarnos y hacernos entender esas diferencias.

También es importante tener en cuenta que la naturaleza no da saltos, y que el proceso de despertar de la conciencia es lento y gradual, sin embargo, requiere esfuerzo continuo para eso.

¿Qué hacer para despertar la conciencia?

Practicando lo que aprendimos hasta ahora, especialmente la auto-observación y la muerte psicológica, y también lo que iremos a aprender en la próxima lección: la meditación.

La muerte mística y la meditación son los medios definitivos para el despertar de la conciencia.

|

## 14 – La Meditación - técnica y práctica de meditación

En esta lección aprenderemos, de una forma bien simple y objetiva, como practicar la meditación y cuáles son los enormes beneficios que podemos tener practicándola regularmente.

En la lección anterior vimos algo sobre lo que es el despertar de la conciencia y las grandes diferencias que existen entre tener la conciencia despierta y adormecida.

Vimos también que los medios efectivos para el despertar de la conciencia son la práctica de la muerte psicológica y de la meditación.

Aquí está entonces el principal objetivo de practicar la meditación: despertar nuestra conciencia, lo que por sí sólo nos hace personas totalmente diferentes de lo que somos, con capacidades diferentes, objetivos y percepciones.

La práctica de la meditación remonta a tiempos antiquísimos y está representada en todas las grandes religiones del mundo como el budismo, hinduismo, cristianismo, sufismo, judaísmo, taoísmo, etc.

También la Psicología moderna ha estudiado y testado que son muchos los beneficios resultados de la práctica de la meditación.

### **La práctica de la meditación.**

Primeramente debemos escoger un local silencioso, ventilado y limpio. La habitación de dormir es el ideal.

Después debemos acomodarnos en una posición confortable, en la cual podamos permanecer por un buen tiempo sin movernos.

Se puede sentar con las piernas cruzadas al estilo oriental o acostarse de barriga para arriba, con las piernas estiradas y los pies juntos.

Después de eso relajamos todo el cuerpo utilizando la técnica que vimos ya en las primeras lecciones de este curso.

Hecho eso, vamos utilizar el método descrito abajo para practicar la meditación.

Al practicar la meditación entienda que su único objetivo debe ser silenciar la mente, parar con su agitación y con la sucesión de pensamientos que normalmente ocurre.

Cuando logramos el absoluto silencio de la mente, o sea, la total ausencia de pensamientos, es que experimentamos el Vacío Iluminador, el éxtasis místico, la libertad del alma.

Cuanto más practicamos la meditación más la mente se va tranquilizando, y más próximos estaremos de lograr el Vacío Iluminador.

Su objetivo durante la práctica de meditación debe ser solamente silenciar la mente, nada más.

La mente es como un animal que necesita ser domado para obedecer.

Inclusive esto está simbolizado en el pasaje bíblico en el cual el gran maestro Jesús entra en Jerusalén montado sobre un asno o burrito.

Si queremos entrar en Jerusalén celestial, en las dimensiones superiores de la naturaleza, debemos montar, domar y controlar el asno, o sea, la mente.

### **Los koans.**

Un koan es una frase enigmática cuyo objetivo es proponer un problema a la mente que ella no consiga resolver.

De esa forma hacemos que la mente se canse intentando buscar la respuesta que ella no puede encontrar, una vez que la respuesta para un koan está mas allá de la mente, en un nivel superior.

Conforme la mente se va cansando ella también se va tranquilizando hasta quedarse en completo silencio.

Ese es el objetivo del koan: silenciar la mente y al mismo tiempo provocar levemente el sueño.

Cuando adormecemos con la mente en silencio es que vivimos una experiencia mística.

Se puede escoger uno de los siguientes koans para practicar la meditación:

“¿Quién es aquel que está solo en el medio de diez mil cosas?”

“¿Si todo se reduce a la unidad, a qué se reduce la unidad?”

También podemos usar otro koan, concentrándonos e imaginando la siguiente situación:

Hay un profundo abismo y en su orilla hay un gran árbol plantado. Ese árbol tiene un gancho muy largo que creció de manera que su punta se proyectó varios metros sobre el abismo.

Ahora, imaginemos que en la punta de este gancho hay una cuerda amarrada y en la punta de la cuerda está usted, con las manos y los pies tan firmemente amarrados que es imposible soltarlos y que está sujetándose apenas con los dientes.

Entonces pregúntele a su mente:

"¿Cómo hago para salir vivo de esta situación sin ninguna ayuda?"

Entonces lo que hacemos es lanzar cualquiera de esas preguntas a la mente y ordenarle que la responda.

La mente, claro está, tenderá a no obedecer, a traer respuestas erradas (pues ella no conoce la respuesta para un koan) o a desviarse hacia otros pensamientos.

Por eso se debe insistir para que ella obedezca y traiga la respuesta para el koan.

Si la mente insiste en desviarse hacia otros pensamientos, sea imperativo diciéndole mentalmente:

“¡ Fuera! ¡ No es eso lo que estoy buscando! “

Recuérdese: cualquier respuesta traída por la mente estará errada, pues ella jamás puede conocer algo que está más allá de los afectos y de la mente.

Practicando esas técnicas continuamente la mente va obedeciendo y calmándose cada vez más.

## 15 – Alcoholismo y drogas – cómo curar la adicción

En esta lección vamos a aprender sobre los peligros de la adicción al alcohol y a las drogas.

También veremos que, además del alcoholismo y drogas, cualquier tipo de adicción puede ser curada radicalmente. Cuando decimos curar radicalmente estamos refiriéndonos a eliminar las causas psicológicas de la adicción, lo que es muy diferente de apenas, como normalmente ocurre, reprimir la adicción, dejando la persona vulnerable a recaídas.

### **La adicción al alcohol y a las drogas.**

Cualquier tipo de adicción se debe a nuestros defectos psicológicos, nuestros Yo.

Esos Yo se mantienen vivos y se alimentan cada vez que cedemos a la adicción, sea fumando un cigarrillo, ingiriendo alcohol o utilizando algún tipo de narcótico o sustancia alucinógena.

A pesar de no ser tratado específicamente aquí, otros tipos de adicción como el juego, la prostitución, el cigarrillo, etc., tienen la misma causa, efecto y solución.

Lo más grave es que siempre que alimentamos el ego, éste se fortifica y con eso tiene mayor poder de control sobre el adicto, actuando en su psiquis y sobre su organismo, obligando a esa persona a caer nuevamente en la adicción y así alimentar ese defecto.

Es fácil concluir que eso se torna una “pelota de nieve”, un problema que inicialmente era pequeño se transforma en algo totalmente sin control.

Por ese motivo es que las personas se vuelven adictas apenas experimentando pocas cantidades al principio, pues creen que pueden dejar la adicción a cualquier hora.

Eso es un gran error, ya que mismo con esas pequeñas cantidades el defecto psicológico ya está creado y alimentado y muy lentamente, se va robusteciendo y envolviendo su víctima, hasta tener control sobre esa persona.

Cuando ella se da cuenta del problema la adicción ya está muy fuerte.

### **El alcoholismo.**

La adicción al alcohol, el alcoholismo, trae terribles consecuencias para el adicto. Además de los conocidos maleficios que van desde la cirrosis a la alucinación y locura, el alcohol también es desastroso para la parte espiritual.

Lo más peligroso es que el alcohol es tratado como algo sociable, siempre presente en reuniones, fiestas, conmemoraciones y hasta mismo dentro de los hogares, sin distinción de clase social o cultural. El alcoholismo se va infiltrando sutilmente por todas partes.

Con eso vemos a cada año las encuestas indicando que la edad media para la ingestión de la primera dosis de bebida alcohólica por los jóvenes es cada vez menor.

A seguir transcribiremos algunos trechos del libro *El misterio del Áureo Florecer*, de autoría de V.M. Samael Aun Weor:

*“Resulta palpable y manifiesto que el alcohol tiende a eliminar la capacidad de pensar independientemente, ya que estimula, fatalmente, la fantasía y de juzgar serenamente, así como debilita espantosamente, el sentido ético y la libertad individual.*

*Los dictadores de todos los tiempos, los tiranos no ignoraron qué es más fácil gobernar y esclavizar un pueblo de borrachos que un pueblo de abstemios.*

*Es igualmente sabido que, en estado de embriaguez, se puede hacer aceptar a una persona cualquier sugestión y cumplir actos contra su honra y sentido moral. Es demasiado notoria la influencia del alcohol sobre los crímenes, sin necesidad de insistir sobre eso”.*

### **Las drogas.**

El problema de las drogas es otro flagelo que alcanza a la humanidad, sobre todo la juventud.

Fueron invertidas gigantescas sumas, pero ni así los gobiernos ni la ciencia consiguen encontrar una solución para el problema que a cada día se torna más grave y alcanza a todas las clases.

Solamente como aprenderemos en esta lección es que se podrá resolver ese problema de forma radical y definitiva.

El problema de la adicción es interno y psicológico y debe ser combatido en ese terreno.

Los efectos de la droga son tan devastadores como los del alcohol, sin embargo, son sentidos mucho antes.

### **¿Cómo curar la adicción radicalmente?**

Felizmente dentro del ser humano existe un poder latente capaz de extirpar de su interior cualquier tipo de adicción.

Como usted ya debe estar imaginándose, si la adicción es debida a los defectos psicológicos el medio para eliminarla es la muerte psicológica.

Además de la dependencia psicológica que la adicción provoca, un otro problema que causa es la dependencia química, pues el organismo del adicto se condicionó a trabajar con esas sustancias.

Por eso la mayoría de las veces no es posible dejar la adicción inmediatamente, y en estos casos lo más indicado es combinar el trabajo de la muerte psicológica con la reducción gradual de la sustancia de la cual se es dependiente.

Vea abajo un ejemplo que puede ser utilizado en la práctica:

Supongamos que determinada persona está habituada a ingerir por día 20 vasos de bebida alcohólica.

Esta persona debería disciplinarse para, durante una semana, ingerir lo máximo de 19 vasos de bebida por día, y toda vez que ella sienta ganas o pensase en beber más que eso, ella aplicará la muerte psicológica en estos defectos.

En la semana siguiente ella pasaría a ingerir lo máximo de 18 vasos de bebida por día y nuevamente, toda vez que ella sienta ganas de beber mas de esa cantidad, aplicará la muerte psicológica.

Así sucesivamente continuará hasta cuando no esté consumiendo ninguna cantidad de bebida alcohólica.

Siguiendo esa disciplina la persona no sólo dejará de beber, como también no sentirá ganas de hacerlo.

Es necesario que la persona quiera realmente cambiar y pase a dedicarse a eso inmediatamente y continuamente.

De esa forma, seguramente, se libtará de la adicción por más fuerte que ésta sea.

Lección sobre cómo hacer un viaje astral, con técnicas sencillas para realizar el viaje astral. El viaje astral puede ser hecho por cualquier persona.

## 16 – Los sofismas de distracción

Aquí aprenderemos que muchas veces tenemos un comportamiento equivocado aunque creemos que estamos actuando de forma correcta.

A ese tipo de autoengaño le damos el nombre de sofismas y, debido a nuestra inconciencia, acaban por perjudicarnos o mismo impedir nuestro trabajo de despertar de la conciencia, así como pueden también hacernos perjudicar otras personas a nuestro alrededor.

El texto abajo fue sacado del libro “La Revolución de la Dialéctica”, y nos explica muy bien lo que son estos sofismas de distracción:

*"Los sofismas son los falsos raciocinios que nos inducen a errar y que son producidos por el ego en los 49 niveles del subconsciente.*

*El subconsciente es el sepulcro del pasado sobre el cual arde la efímera llama del pensamiento, y donde son producidos los sofismas de distracción que llevan el animal intelectual a la fascinación y por fin al sueño de la conciencia.*

*Aquello que está guardado en el sepulcro es pútrido y huesos de muertos. Pero la placa sepulcral es muy bonita y sobre ella arde fatalmente la llama del intelecto.*

*Si queremos disolver el Yo, tendremos que destapar el sepulcro del subconsciente y exhumar todos los huesos y la podredumbre del pasado.*

*El sepulcro es muy bonito por fuera, sin embargo, es inmundo y abominable por dentro. Es necesario transformarnos en sepultureros.*

*Insultar a otros, herirlo en sus sentimientos, humillarlo, es fácil cuando se trata- dicen- de corregirlo para su propio bien. Así piensan los iracundos, aquellos que juzgando no odian, odian sin saber que odian.*

*Muchas son las personas que luchan en la vida para ser ricas.*

*Trabajan, economizan y se esmeran en todo, pero el objetivo oculto de todas sus acciones es la envidia secreta, que ellas desconocen, que no sale a la superficie y que permanece escondida en el sepulcro del subconsciente.*

*Es difícil encontrar en la vida alguien que no envidie la bonita casa, el lujoso automóvil, la inteligencia del líder, el hermoso traje, la buena posición social, la gran fortuna, etc.*

*Casi siempre los mejores esfuerzos de los ciudadanos tienen como causa secreta la envidia.*

*Muchas son las personas que disfrutan de un buen apetito y condenan la gula, pero comen siempre más de lo normal.*

*Muchas son las personas que vigilan exageradamente su cónyuge, pero condenan los celos.*

*Muchos son los estudiantes de ciertas escuelas pseudo-esotéricas y pseudo-ocultistas que condenan las cosas de este mundo y no trabajan en nada porque todo es vanidad, pero son celosos de sus virtudes que jamás aceptan que alguien los califique de perezosos.*

*Muchos son los que odian la lisonja y la alabanza, pero no ven ningún inconveniente en humillar con su modestia al pobre poeta que les dedicó un verso con el único propósito de conseguir una moneda para comprar un pan.*

*Muchos son los jueces que saben cumplir con su deber, pero también son muchos los jueces que con la virtud del deber han asesinado a alguien.*

*Fueron numerosas las cabezas que cayeron en la guillotina durante la revolución francesa.*

*Los verdugos cumplen siempre con su deber. Son millones las víctimas inocentes de los verdugos y ninguno de ellos se siente culpable; todos cumplieron con su deber.*

*Las cárceles están llenas de inocentes, pero los jueces no se sienten culpables porque están cumpliendo con su deber.*

*El padre o la madre de familia, lleno de ira, golpea con palos a sus pequeños hijos y no se sienten culpables porque – dicen - están cumpliendo con su deber; aceptarían todo menos que los calificasen de crueles.*

*Sólo con la mente quieta y silenciosa, sumergidos en profunda meditación, conseguiremos extraer del sepulcro del subconsciente toda la podredumbre secreta que carga. No es nada agradable ver la negra sepultura con todos sus huesos y podredumbre del pasado.*

*No digamos mi Yo tiene envidia, odio, ira, celos, lujuria, etc. Mejor es no dividirnos. Mejor es decir; yo tengo envidia, odio, celos, ira, lujuria, etc.*

*Cuando estudiamos los libros sagrados de la India, los estudiamos pensando en el Supremo Brahatman y en la unión del Atman con el Brahatman.*

*Sin embargo, realmente, mientras exista un Yo psicológico con sus sofismas de distracción, no conseguiremos la suerte de unirnos con el Espíritu Universal de la Vida.*

*Muerto el Yo, el Espíritu Universal de la Vida estará en nosotros como una llama en la lámpara.”*

Como ya vimos, los sofismas de distracción son producidos por nuestros defectos psicológicos, por el ego, con la finalidad de mantener nuestra conciencia adormecida y así continuar vivo y fuerte, alimentándose de nuestros errores.

Realmente el ego sabe cuando una persona empieza a se autoconocer, a tomar conciencia de que es una marioneta en las manos de los defectos psicológicos, él es herido mortalmente, pues es el principio del fin de su reinado.

Por eso usted puede tener la más absoluta seguridad de que el ego hará lo posible para intentar eludir esta persona, usará todo lo que esté a su alcance para desviarlo del camino del despertar de la conciencia y así mantenerla fascinada y ocupada con las cosas pasajeras de la existencia cotidiana.

## 17 – El viaje astral

En esta lección volveremos nuevamente a estudiar el tema del viaje astral y en esta oportunidad aprenderemos nuevas técnicas para hacer el viaje astral en las cuales utilizaremos los recursos que nos ofrecen los mantras y también la concentración en un objeto.

Las técnicas que estudiaremos ahora requieren del practicante una buena capacidad de concentración, por eso es muy importante que usted ya esté disciplinándose y entrenando la concentración, usando, por ejemplo, lo que aprendimos en la lección sobre concentración.

Caso todavía no esté haciendo eso, usted probablemente tendrá mayor dificultad en usar las técnicas de esta lección.

Sin embargo, nunca es tarde para empezar a disciplinarse.

### Mantras para el viaje astral.

Un mantra es un conjunto de sonidos que podemos pronunciar (vocales, sílabas o palabras) verbalmente o mentalmente y que, por tener una determinada vibración, producen el efecto deseado.

Los mantras a seguir tienen como efecto hacer el viaje astral:

- FARAON – se pronuncia en tres partes, así:  
 FFFFFFFFAAAAAAAAAAAAAAAAAA...RRRRRRRAAAAAAAAAA...OOOOOONNNNNN
- LARAS – se pronuncia en dos partes, así:  
 LLLLLLAAAAAAAAAAAAAAAAA...RRRRRRRRRRRAAAAAAAAAA
- TAIRERERERERE – se pronuncia en una parte, así:  
 TAAAIIII RE RE RE RE RE RE RE RE
- EGIPTO – se pronuncia en dos partes, así:  
 EEEEEEEEEEEEEEEEEEEEEEEEE...GGGGGGIIIIIIIIIIIIIIIIII P  
 TTTTTTTTTTTOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOO

Para realizar esta práctica de viaje astral debemos acostarnos en una posición confortable, hacer el relajamiento del cuerpo y después empezar a pronunciar los mantras con mucha concentración, sin pensar en nada más.

Se pueden hacer los mantras algunas veces verbalmente y después pasar a hacerlos mentalmente, repitiendo el mantra indefinidamente hasta atraer el sueño y salir en astral.

Concéntrese solamente en pronunciar mentalmente el mantra, siéntase sumergido en el sonido del mantra. Cuando surgir algún pensamiento simplemente vuelva a concentrarse en la pronunciación del mantra.

Es mucho importante no hacer de esta práctica una repetición mecánica de los mantras, pues así no es posible obtener resultados.

Vea que en esta técnica de viaje astral (y también en la otra que aprenderemos en esta lección) su objetivo es muy diferente de la técnica del saltito.

En las técnicas de esta lección el objetivo no es adormecer inconsciente y después despertar en astral (si bien que eso puede ocurrir también), pero ahora el objetivo es acompañar conscientemente el proceso del viaje astral, percibir el cuerpo astral saliendo del cuerpo físico.

Por eso es que son muy interesantes estas nuevas técnicas que estamos aprendiendo ahora, pues el practicante puede, después de desdoblarse, comprobar muchas cosas más.

Por ejemplo, puede ver su cuerpo físico que se quedó acostado en la cama, flotar en su cuarto, atravesar las paredes de su casa y muchas otras cosas que cada uno podrá ver por sí mismo, y eso es lo que más importa.

Como ahora vamos acompañar el proceso del viaje astral, es normal percibir algunos síntomas que ocurren durante el desdoblamiento, como un “hormigueo” generalizado, el cuerpo físico paralizado y una fuerte vibración.

Todo esto es perfectamente natural y cuando note estos síntomas apenas continúe con los mantras hasta que salga del cuerpo físico.

### **Concentración en el corazón.**

Otra técnica extremadamente eficiente que es utilizada para realizar el viaje astral es la concentración en el corazón.

Los pasos preliminares son los mismos de la técnica anterior, o sea, acostarse en una posición confortable y dejar el cuerpo bien relajado.

Después el practicante deberá concentrarse e imaginar su propio corazón.

Busque realmente ver su corazón, cómo palpita, cómo es externamente, su color, textura, etc.

No se preocupe si usted no sabe cómo es su corazón detalladamente, simplemente imagínese de la forma que cree que sea.

Con la práctica usted verá realmente el aspecto de este órgano (“el sabio que imagina ve”).

Después de visualizar bien el corazón externamente, entre con la imaginación dentro de su corazón y pase a ver cómo funciona internamente (de la forma que usted cree que sea).

Cuando esté satisfecho con la investigación interna de su corazón concéntrese más y visualice las células. Después concéntrese más todavía y vea apenas una célula. Imagine hasta el interior del núcleo de la célula.

Haga esta concentración sin prisa y de la mejor forma posible. Procure adormecer haciendo esa concentración.

Usando esta técnica sentiremos los mismos síntomas vistos en la técnica de los mantras. Aquí también usted deberá ignorar estos síntomas y continuar con la concentración hasta salir en el astral.

### **Tips importantes.**

- Es imprescindible practicar las técnicas con concentración para obtener resultados. Recomendamos poner en práctica en su día a día lo que es enseñado en la lección 11.
- Es fundamental practicar mucho durante el día la auto-observación y la muerte psicológica, pues así, además de todos los otros beneficios, se logra tener más lucidez en las experiencias astrales.
- Todas las técnicas de esta lección llevan a la proyección astral, pero la técnica de concentración en el corazón es más objetiva, lo que significa que se logra tener resultados mejores y más rápidos. Recomendamos practicar esta técnica.
- Es sabido que practicar durante la madrugada, después de haber dormido algunas horas, es más fácil conseguir el viaje astral porque, además del cuerpo físico estar más descansado (lo que redundará en un sueño más liviano), la atmósfera de la madrugada es también más tranquila y silenciosa. Esto no significa que no se pueda practicar durante el día, caso usted tenga tiempo disponible y un local silencioso para eso.

- Elija la técnica que más le guste (mantra o concentración en el corazón) y haga con regularidad. Evite cambiar de técnica, pues así es más difícil tener resultados.
- No cuente a nadie sus experiencias astrales, pues es algo íntimo y dado a nosotros en confianza.

Puede estar seguro que al realizar estas prácticas usted tendrá los resultados deseados.

Muchas personas, usando las técnicas descritas anteriormente, pudieron y continúan experimentando por sí mismas la realidad del viaje astral.

Todo lo que se necesita es tener buena voluntad, práctica y continuidad.

En la próxima y última lección sobre viaje astral veremos cómo podemos ir a determinados lugares en astral y aprenderemos a buscar la auténtica sabiduría en un lugar muy especial.

## 18 – Vidas pasadas y acontecimientos presentes

Aquí estudiaremos dos leyes mecánicas de la naturaleza a las cuales todos estamos subyugados, y que son responsables por nosotros pasar varias existencias sucesivas repitiendo las mismas cosas, las mismas acciones, reencontrando las mismas personas, etc.

Esas leyes están directamente relacionadas con los hechos de nuestras existencias pasadas y presentes.

Son las leyes de Retorno y Recurrencia.

Abajo veremos un capítulo del libro “Tratado de Psicología Revolucionaria”, de Samael Aun Weor, que nos explica muy bien cómo funcionan estas leyes y lo que necesitamos hacer para trascenderlas:

*“Un hombre es lo que es su vida; si un hombre no modifica nada dentro de sí mismo, si no transforma radicalmente su vida, si no trabaja sobre sí mismo, está perdiendo su tiempo miserablemente.*

*La muerte es el regreso al propio comienzo de su vida, con la posibilidad de repetirla nuevamente.*

*Mucho se dice en la literatura pseudo-esotérica y pseudo-ocultista sobre el tema de las vidas sucesivas; mejor es que nos ocupemos de las existencias sucesivas.*

*La vida de cada uno de nosotros, con todos sus tiempos, es siempre la misma, repitiéndose de existencia en existencia, a través de los innumerables siglos. Incuestionablemente, continuamos en la semilla de nuestros descendientes, esto es algo que ya está demostrado.*

*La vida de cada uno de nosotros, en particular, es una película viva que al morir llevamos para la eternidad.*

*Cada uno de nosotros lleva su película y vuelve a traerla para proyectarla otra vez en la pantalla de una nueva existencia.*

*La repetición de dramas, comedias y tragedias es un axioma fundamental de la Ley de Recurrencia. En cada nueva existencia se repiten siempre las mismas circunstancias. Los actores de tales escenas, siempre repetidas, son esas personas que viven en nuestro interior, los “Yo”.*

*Si desintegramos esos actores, esos Yo que originan las mismas escenas repetidas de nuestras vidas, entonces la repetición de tales circunstancias sería algo más que imposible.*

*Obviamente, sin actores no hay escenas; esto es algo irrefutable, irrefutable. Así es como podemos libertarnos de las Leyes de Retorno y Recurrencia, así podremos ser libres de verdad.*

*Es obvio, que cada uno de los personajes (yo) que en nuestro interior llevamos repita, de existencia en existencia, su mismo papel.*

*Si lo desintegramos, es decir, si el actor muere, el papel termina.*

*Reflexionando seriamente sobre la Ley de Recurso, o repetición de las escenas en cada Retorno, descubrimos, por auto-observación íntima, los mecanismos secretos de esta cuestión.*

*Si en la existencia pasada, en la edad de 25 años, tuvimos una aventura amorosa, es indiscutible que el Yo de tal compromiso buscará la mujer de sus sueños a los 25 años de la nueva existencia.*

*Si la dama en cuestión solamente tenía 15 años, él "Yo" de tal aventura buscará su amado en la misma edad en la nueva existencia.*

*Resulta claro comprender que los dos "yo", tanto de él como el de ella, se buscan telepáticamente y se reencuentran nuevamente, para repetir la misma aventura de la existencia pasada.*

*Dos enemigos que lucharon hasta la muerte en la existencia pasada se encontrarán otra vez en la nueva existencia, para repetir su tragedia en la edad correspondiente.*

*Dentro de cada uno de nosotros viven muchas personas llenas de compromisos. Eso es irrefutable. Un ladrón lleva en su red interior una cueva de ladrones, con diversos compromisos delictuosos.*

*El asesino lleva dentro de sí mismo un club de asesinos y el lujurioso lleva, en su psiquis, una "casa de encuentros".*

*Lo grave de todo eso es que el intelecto ignora la existencia de tales personas, o Yo dentro de sí mismo y de tales compromisos que fatalmente se van cumpliendo.*

*Todos esos compromisos de los Yo que viven dentro de nosotros suceden bajo nuestra razón.*

*Son hechos que ignoramos; cosas que nos suceden; acontecimientos que se procesan en el subconsciente e inconsciente.*

*Con justa razón nos fue dicho que todo nos sucede, como cuando llueve o cuando truena.*

*Realmente tenemos la ilusión de hacer, más nada hacemos, nos acontece. Esto es fatal, mecánico.*

*Nuestra personalidad es solamente un instrumento de diferentes personas (yo), mediante la cual cada una de esas personas (yo) cumple sus compromisos.*

*Por debajo de nuestra capacidad cognitiva suceden muchas cosas e infelizmente ignoramos lo que pasa por debajo de nuestra pobre razón.*

*Nos creemos sabios, cuando de verdad ni siquiera sabemos que no sabemos. Somos míseros troncos arrastrados por las furiosas olas del mar de la existencia.*

*Salir de esta desgracia, de esta inconciencia, del estado lamentable en que nos encontramos, sólo es posible muriendo en nosotros mismos...”*

## 19 – La esclavitud psicológica

Vamos a empezar esta lección estudiando el siguiente texto, sacado del libro “La Revolución de la Dialéctica”, de Samael Aun Weor:

*“La esclavitud psicológica destruye la convivencia. Depender psicológicamente de alguien es esclavitud.*

*Si nuestra manera de pensar, sentir y actuar depende de la manera de pensar, sentir y actuar de aquellas personas que conviven con nosotros, entonces estamos esclavizados.*

*Constantemente, recibemos cartas de mucha gente que desea disolver el yo, sin embargo, se quejan de la mujer, de los hijos, del hermano, de la familia, del marido, del patrón, etc. Esas personas exigen condiciones para disolver el yo.*

*Quieren comodidades para aniquilar el Ego, reclaman magnífica conducta de aquellos con quienes conviven.*

*Lo más gracioso de todo esto es que esas pobres personas buscan las más variadas evasivas: quieren huir, abandonar el hogar, el trabajo, etc. - dicen que- para realizarse a fondo.*

*Pobre gente... sus adorados tormentos son sus amos. Naturalmente, esas personas no aprendieron a ser libres, su conducta depende de la conducta ajena.*

*Si queremos seguir la senda de la castidad y aspiramos primero que la mujer sea casta, entonces estamos fracasados.*

*Si queremos dejar de ser borrachos, sin embargo, nos afligimos cuando nos ofrecen una copa, por causa de aquello que dirán o porque la excusa puede incomodar nuestros amigos, entonces jamás dejaremos de ser borrachos.*

*Si queremos dejar de ser coléricos, irascibles, iracundos, furiosos, sin embargo, como primera condición exigimos que aquellos que conviven con nosotros sean amables y serenos y que nada de lo que hagan nos irrite, estamos bien fracasados, sí, porque ellos no son santos y a cualquier momento acabarán con nuestras buenas intenciones.*

*Si queremos disolver el yo, necesitamos ser libres.*

*Quien depende de la conducta ajena no podrá disolver el Yo.*

*Necesitamos tener nuestra propia conducta y no depender de nadie.*

*Nuestros pensamientos, sentimientos y acciones deben fluir independientemente de dentro para fuera. Las peores dificultades nos ofrecen las mejores oportunidades.*

*En el pasado, existieron sabios rodeados de todo tipo de comodidad; sin dificultades de especie alguna.*

*Esos sabios querían aniquilar el Yo, por eso tuvieron que crear situaciones difíciles para sí mismos.*

*En las situaciones difíciles, tenemos formidables oportunidades para estudiar nuestros impulsos internos y externos, nuestros pensamientos, sentimientos, acciones, nuestras reacciones, volubilidad, etc.*

*La convivencia es un espejo de cuerpo entero donde podemos ver tal cual somos y no como aparentemente somos.*

*La convivencia es una maravilla. Si estuviéramos bien atentos, podremos descubrir a cada instante nuestros defectos más secretos. Ellos aparecen, saltan fuera, cuando menos esperamos.*

*Conocemos muchas personas que dijeron: Yo no tengo más rabia... y a la menor provocación truenan y relampaguean.*

*Otros dicen: Yo no siento más celos, sin embargo, basta una sonrisa del cónyuge a cualquier vecino o vecina para que sus rostros se pusieran verdes de celos.*

*Las personas protestan contra las dificultades que la convivencia les ofrece. No quieren darse cuenta de que estas dificultades, precisamente ellas, están otorgándoles todas las oportunidades necesarias para la disolución del yo.*

*La convivencia es una escuela formidable. El libro de esa escuela tiene muchos volúmenes, el libro de esa escuela es el Yo.*

*Necesitamos ser libres de verdad si es que realmente queremos disolver el ego. No es libre quien depende de la conducta ajena.*

*Sólo aquel que se hace libre de verdad sabe lo que es el amor. El esclavo no sabe lo que es el verdadero amor.*

*Si somos esclavos de pensamientos, sentimientos y del quehacer de los demás, nunca sabremos lo que es el amor.*

*El amor nace en nosotros cuando acabamos con la esclavitud psicológica.*

*Tenemos que comprender profundamente y en todo los terrenos de la mente ese complicado mecanismo de la esclavitud psicológica.*

*Existen muchas formas de esclavitud psicológica. Es necesario estudiarlas todas si es que realmente queremos disolver el ego.*

*Existe esclavitud psicológica no sólo internamente como también externamente. Existe la esclavitud íntima secreta, la oculta, de la cual no sospechamos siquiera ni remotamente.*

*El esclavo piensa que ama cuando de verdad está sólo temiendo. El esclavo no sabe lo que es el verdadero amor.*

*La mujer que teme a su marido piensa que lo adora cuando de verdad sólo está temiendo.*

*El marido que teme a su mujer piensa que la ama cuando en la realidad es que la teme.*

*Puede ser que tema que se vaya con otro, que se ponga de mal humor, que no lo acepte sexualmente, etc.*

*El trabajador que teme al patrón piensa que lo ama, que lo respeta, que vela por sus intereses, etc.*

*Ningún esclavo psicológico sabe lo que es el amor; la esclavitud psicológica es incompatible con el amor.*

*Existen dos especies de conducta: la primera es la que viene de fuera para dentro y la segunda es la que sale de dentro para fuera.*

*La primera es el resultado de la esclavitud psicológica y se origina por reacción. Nos pegan y les pegamos, nos insultan y respondemos con groserías.*

*El segundo tipo de conducta es mejor, es el tipo de conducta de aquel que no es más esclavo, de aquel que nada más tiene que ver con el pensar, el sentir y el hacer de los demás.*

*Tal tipo de conducta es independiente, es una conducta recta y justa.*

*Si nos pegan, respondemos bendiciéndolos. Si nos insultan, guardamos silencio.*

*Si quieren emborracharnos, no bebemos aunque nuestros amigos se enfaden, etc.*

*Ahora, nuestros lectores comprenderán por qué la libertad psicológica trae eso que llamamos de amor.”*

Este texto nos habla sobre algunas dificultades que nosotros mismos colocamos en nuestro camino y que son un serio obstáculo para el cambio interior:

- Tener un comportamiento que dependa de la voluntad de los otros y no de nuestros propios principios. Vaya, si queremos cambiar tenemos que seguir nuestros principios, hacer lo que creemos que sea correcto.

Pero es común que algunas personas que viven alrededor y que no están interesadas en cambiarse a sí mismas, se sientan molestas cuando dejamos de ser lo que éramos, quieren que no cambiemos también, que continuemos a ser los mismos de antes, que volvamos a hacer las mismas cosas.

A nosotros, como siempre nos resta escoger entre las dos conocidas opciones: ¿ Ser o no Ser?

- Huir de las situaciones difíciles que ocurren en nuestra vida, y que son importantes para el autoconocimiento y el cambio interior. Este probablemente sea uno de los mayores obstáculos para el cambio interior.

Es evidente que a nadie le gusta pasar por situaciones desagradables, aunque es en estas situaciones en que descubrimos nuestros mayores defectos, los defectos que necesitamos eliminar con mayor urgencia para elevar nuestro nivel del Ser.

Si nos habituamos a huir de las situaciones difíciles seremos siempre esclavos psicológicos y no podremos provocar en nosotros mismos un verdadero cambio.

Ante las situaciones desagradables tendremos que escoger entre enfrentarlas o huir de nosotros mismos.

De nuevo existen apenas dos alternativas: Ser o no Ser.

Por eso escribió Nietzsche:

*“El peor enemigo que usted podrá encontrar será siempre usted mismo”.*

## 20 – Evolución e Involución

En esta lección estudiaremos las leyes de evolución e involución, que son dos de las varias leyes mecánicas de la naturaleza a las cuales estamos sometidos. Podemos notar la acción de esta ley en los seres humanos observando desde que nace el niño, su crecimiento, desarrollo, vejez y muerte.

Si observamos otros seres, veremos que ocurre la misma cosa, por ejemplo; con las plantas.

Después del ciclo evolutivo siempre sucede un ciclo involutivo. Esa es la ley.

Sin embargo, como veremos en las siguientes líneas, podemos trascender esas leyes mecánicas de la naturaleza con el trabajo del despertar de la conciencia.

Antes, para una mejor comprensión, aprenderemos algunos nuevos conceptos sobre las dimensiones de la naturaleza y sobre de dónde venimos.

### **Lo Absoluto.**

Es dónde emana toda la creación, mundos, seres, leyes de la naturaleza que abarcan los cuatro reinos: mineral, vegetal, animal y humano.

Esas leyes regulan los procesos evolutivos e involutivos de la creación en los planetas.

Toda la creación, mundos, galaxias, etc., provienen de lo que llamamos Absoluto.

No es fácil comprender algo tan vasto y más allá de la mente humana, pero por ahora es suficiente entender lo Absoluto como el punto de origen y retorno de toda la creación, algo que está más allá del bien y del mal y dónde reina la legítima felicidad y armonía divinas.

### **Las dimensiones.**

De lo Absoluto se originan las varias dimensiones o regiones de la naturaleza. Estas dimensiones son mundos paralelos que se penetran y compenentran sin confundirse.

Las dimensiones son 7.

Los ejemplos de dimensiones más próximos de nuestra realidad (tal vez sería mejor decir “capacidad de percepción”) son la tercera dimensión, en la cual existe nuestro mundo físico, y la quinta dimensión en la cual existe el mundo astral, que tanto hemos hablado en este curso.

## **El Real Ser.**

Las Monadas salen del Absoluto para tener conciencia de las dimensiones y de su propia felicidad.

A esto llamamos de Auto-Realización Intima del Ser. Monada es lo mismo que Ser, Real Ser o Padre.

Cada uno de nosotros tiene su propio Real Ser o Padre, que es nuestro Dios o Maestro individual, y es lo que realmente somos.

*“Tú, en cambio, cuando vayas a orar, entra en tu aposento y, después de cerrar la puerta, ora a tu Padre, que está allí, en lo secreto; y tu Padre, que ve en lo secreto, te recompensará.”*

Jesús Cristo (Mateo – 6,6).

El Real Ser envía a través de las dimensiones su Esencia o Alma para que ella haga su trabajo: el trabajo de la Auto Realización Íntima del Ser.

En el curso hemos aprendido que nosotros somos la Esencia. La Esencia es una de las partes divinas de nuestro Real Ser.

Nuestra Divina Madre es otro desdoblamiento o parte de nuestro Real Ser.

Nuestro Real Ser nos impulsa para que lleguemos a obtener el conocimiento necesario para la Auto Realización, para hacer nuestro trabajo, para buscar algo superior.

Por eso que hay algo que no vemos y ni entendemos derecho, más simplemente tenemos unas ganas casi irresistible de buscar algo superior.

Es el Real Ser de cada uno que impulsa su Esencia a trabajar, a buscar ese conocimiento.

El problema es que nos olvidamos de eso porque estamos con la conciencia adormecida y fascinados por las cosas pasajeras e ilusorias de este mundo y no hacemos la voluntad de nuestro Padre.

El resultado es que creamos y alimentamos el ego y éste, a su vez, nos aparta del Padre cada vez más. El resultado es dolor, ignorancia, miseria y sufrimiento.

Al contrario, cuando hacemos la voluntad del Padre, todo camina armoniosamente.

## **El ciclo evolutivo.**

Toda Esencia que llega al mundo físico empieza su evolución por el reino mineral. Todo mineral, roca, cristal, etc., es el cuerpo físico de uno elemental.

Esencia y elemental son sinónimos, pero utilizamos el término Esencia para el alma que está en el reino humano y elemental para la alma que está en los otros reinos (mineral, vegetal y animal).

Ese elemental es instruido por seres superiores cuya función es encaminar esos elementales sabiamente a través de los reinos en el proceso de evolución. Esos seres son llamados de Devas de la naturaleza.

Cuando llegan al reino humano los elementales, que pasaremos a llamar de Esencia, nuevamente necesitan instructores para seguir evolucionando en el camino de la Auto-Realización.

Los instructores ahora son llamados de avataaras, auténticos Maestros de sabiduría que ya hicieron o están bastantes avanzados en el trabajo de la Auto-Realización, por eso son los únicos que nos pueden instruir.

A través de los tiempos podemos citar grandes avataaras como Jesús Cristo, Krishna, Buda, Quetzalcoalt, Hermes Trismegisto, Pitágoras, entre otros.

Estos avataaras vinieron al mundo físico para enseñar la doctrina de la Auto-Realización. Muchas personas aceptaron. Muchas más nada quisieron hacer por sí mismas.

Cuando un Maestro parte, la doctrina original es poco a poco adulterada por los hombres y los conocimientos se pierden. Por eso en cada época fue (y es) necesario la venida de un avataara para instruir la humanidad.

A todas las personas son concedidas 108 existencias para que hagan su trabajo. Esto está simbolizado en las 108 cuentas del collar de Buda.

Si en esas 108 existencias no nos auto-realizamos, entramos en el proceso de involución.

Entonces pasamos a hacer el camino inverso. Entramos por el reino animal y vamos involucionando hasta el reino mineral.

## **El ciclo involutivo.**

Este proceso es necesario para que el ego que creamos y alimentamos sea disuelto en las infradimensiones de la naturaleza. Es un proceso extremadamente lento y doloroso.

Cuanto más fuerte es el ego de la persona más tiempo llevará para desintegrarlo.

Las infradimensiones están relatadas de forma simbólica en el libro “La Divina Comedia” de Dante Alighieri. Es lo que conocemos por infierno, palabra que por vez viene del latín *infernus*, que significa inferior.

Al terminar la involución en el reino mineral el ego es desintegrado. Esta es la segunda muerte citada en la Biblia.

Los Devas examinan el elemental para que puedan colocarlo nuevamente en el proceso evolutivo que se iniciará, como ya vimos, por el reino mineral y llegará al humano.

Con eso, la Rueda del Samsara completó una vuelta.

Otras 108 existencias tendrá la Esencia para realizar su trabajo de Auto-Realización.

Sin embargo, la rueda del Samsara gira 3000 veces para cada existencia. Después del último giro todas las puertas estarán cerradas.

El Real Ser entonces recogerá su esencia que volverá inconsciente para el Absoluto.

Concluimos entonces que tenemos  $108 \times 3000 = 324.000$  existencias para hacer nuestro trabajo.

El problema es que somos muy antiguos, pasamos muchas veces por los mismos procesos involutivos y evolutivos y no sabemos cuántas existencias nos faltan.

Afortunadamente podemos desintegrar el ego aquí y ahora y escapar del proceso involutivo.

Es para eso que existe el trabajo del morir psicológico, base para la Auto-Realización Intima del Ser, y que vimos con detalles en este curso.

Desintegramos el ego voluntariamente y seguimos en dirección al Padre y la sabiduría, o entonces entramos en el proceso involutivo hasta la segunda muerte. Otra vez tenemos que escoger: ¿Ser o no Ser?

## 21 – Los Tres Factores de Revolución de la Conciencia

Hasta la lección 19, antes de la lección sobre Evolución e Involución, habíamos aprendido que nuestro objetivo principal era autoconocernos y, a través de la muerte psicológica, elevar nuestro nivel del Ser y despertar la conciencia, provocando así un gran cambio en nosotros mismos.

Ya en la lección anterior, que fue sobre Evolución e Involución, aprendimos cosas más avanzadas, como las diferentes dimensiones de la naturaleza, sobre nuestro Real Ser y sobre el objetivo de vivir en este mundo, o sea, la Auto-Realización Intima del Ser.

Decimos esto para aclarar que todo lo que aprendimos hasta ahora sobre el morir psicológico y elevar el nivel del Ser, viene a ser justamente uno de los Tres Factores de la Revolución de la Conciencia, que es el tema de esta lección.

La palabra “revolución de la conciencia” significa un cambio radical de la conciencia provocada por nosotros mismos, a través de un trabajo y esfuerzo conscientes.

### **Los Tres Factores de Revolución de la Conciencia.**

Para lograr la Auto-Realización Intima del Ser, es fundamental trabajar equilibradamente con los siguientes tres factores:

1 – El Morir o muerte de los defectos psicológicos.

Es la llamada muerte mística o psicológica, que estudiamos detalladamente durante este curso.

Es conveniente dejar claro que este factor Morir no tiene ninguna relación con la muerte física o con el morir del cuerpo físico. Es algo exclusivamente psicológico e interior.

2 - El Nacer.

Corresponde a la sabia manipulación de la energía sexual, conocida e estudiada, de forma velada, entre los pueblos griego, egipcio, chino, indio, tibetano, persa, etc.

Algunos términos que refieren al Nacer son Piedra Filosofal, Alquimia (transmutación del plomo de la personalidad en el oro del Espíritu), Magia Sexual, Supra-sexo, etc.

### 3 - Sacrificio por la humanidad.

La palabra sacrificio es la unión de las palabras sacro (sagrado) y oficio. Luego significa un trabajo superior o mismo divino.

El tercer factor de revolución de la conciencia es la entrega de los conocimientos necesarios para hacer la revolución de la conciencia, es decir, los Tres Factores de Revolución de la Conciencia, a todas las personas que quieran conocerla, sin distinción o discriminación de cualquier especie, sin exigir o mismo esperar nada a cambio.

De esto tenemos varios ejemplos en toda la historia. Tenemos el ejemplo de varios Maestros o Avatares que entregaron ese conocimiento a los pueblos de sus épocas a través de predicaciones, escritos, libros, escuelas que fundaron, etc., sin jamás exigir algo a cambio de nada.

Cobrar por algo que es universal, que es un legado divino a todos los seres humanos, es un absurdo para el cual no existe justificativo.

Existen varias formas de sacrificarse por la humanidad:

- Enseñando ese conocimiento a las personas con las cuales convivimos diariamente y que se interesan por el asunto, pero nunca se olvide que debemos siempre respetar el libre albedrío de todos.
- Recibiendo y practicando esas enseñanzas, pues así, naturalmente, servimos de ejemplo para los demás.
- Indicando a las personas interesadas dónde obtener esos conocimientos, por ejemplo a través del sitio <http://www.divinaciencia.com/es>, distribuyendo a los interesados el material del curso está disponible para descarga.

También podemos concluir que lo contrario de sacrificarse por la humanidad es sacrificar la humanidad. Por eso nunca debemos:

- Jamás, en hipótesis alguna, cobrar o mismo esperar algo a cambio de la entrega de esos conocimientos.

- Recibir ese conocimiento y no practicarlo. Eso inevitablemente, aunque intentemos disimular, en algún momento será descubierto en la forma de acciones y ejemplos y eso solamente ayudará a desanimar a las personas a practicar esas doctrinas.
  
- Ocultar las fuentes donde sabemos que las personas pueden obtener ese conocimiento.
  
- Ingerir, ofrecer o comercializar bebidas alcohólicas y mucho menos sustancias alucinógenas y narcóticos. Ya vimos los maleficios que eso causa.

## 22 – Las leyes de Karma y Darma

Cualquier acto, sea bueno o malo tiene su consecuencia. Si practicamos el bien la consecuencia será buena para nosotros, si tenemos una mala conducta las consecuencias serán malas también.

No existe acción sin causa ni tampoco causa sin acción.

Y para juzgar nuestras acciones existe en los mundos superiores el Tribunal de la Justicia Divina, que también llamamos de Ley Divina, y es compuesta por seres superiores, maestros de conciencia despierta, cuya función es pesar nuestras buenas y malas acciones y aplicar de forma justa una sentencia, la consecuencia de nuestras acciones.

### **El Tribunal de la Justicia Divina.**

Este tribunal está regido por Anúbis y sus 42 jueces.

En las pirámides de Egipto fueron encontradas varias ilustraciones del Tribunal de Justicia Divina.

En estas ilustraciones el regente Anúbis es representado por un hombre con la cabeza de chacal y los 42 jueces son simbolizados por diversos animales.

La Ley Divina tiene como base la justicia y la misericordia. La Justicia sin misericordia es tirana. La misericordia sin justicia es tolerante y complaciente con el delito.

Si al pesar nuestras acciones en una balanza, el plato de las buenas acciones está más pesado el resultado será un Darma, que es una recompensa por las buenas acciones que realizamos.

La palabra Darma (del sánscrito Dharma) significa también realidad o aún virtud.

Si ocurrir lo contrario, si el plato de las malas acciones está más pesado el resultado será un Karma para nosotros, o sea, sufrimiento, dolor, adversidades, etc.

La palabra de origen sánscrita Karma significa acción. Podemos entenderla cómo acción y consecuencia.

### **Los tipos de Karma.**

Existen varios tipos de karma:

**Individual:** cuando es aplicado específicamente a una persona. Por ejemplo en el caso de una enfermedad (es importante resaltar que ni todo sufrimiento o acontecimiento malo es cármico,

pues debido a nuestra inconciencia podemos causar directamente nuestro sufrimiento. Ej. una persona que atraviesa la calle sin prestar atención y es atropellada).

**Familiar:** cuando es aplicado de tal manera que afecta toda la familia. Por ejemplo, en el caso de tener una persona de la familia que sea viciado en drogas. Esto traerá sufrimiento para todos que están alrededor.

**Regional:** cuando es aplicado en una determinada región. Por ejemplo, las secas, las inundaciones, o otras adversidades climáticas que ocurren en determinados lugares.

**Nacional:** es una ampliación del karma regional. Tenemos el ejemplo de países que son desbastados por guerras, dictaduras, miserias, desastres naturales, etc.

**Mundial:** cuando es aplicado a toda la humanidad. Tenemos el ejemplo de las guerras mundiales, epidemias, grandes desastres naturales, etc.

No podríamos dejar de alertar en este momento sobre la aproximación del planeta Hércólubus, que causará terribles cataclismos, terremotos y desastres naturales por todo el planeta. Esto ya está ocurriendo lentamente y intensificando cada vez más.

Para obtener más detalles sobre este importante tema recomendamos la lectura del libro Hércólubus o planeta rojo, que es un serio alerta dado por el V.M Rabolú.

**Katância:** es el Karma más riguroso, que es aplicado a los Maestros, que a pesar de sus innumerables perfecciones, pueden cometer errores y ser penalizados.

**Kamaduro:** es un Karma que se aplica a errores graves, asesinatos, emboscadas, torturas, etc. Este tipo de Karma no es negociable y cuando es aplicado va inevitablemente hasta las últimas consecuencias.

**Karmasaya:** ese Karma también no es negociable y es aplicado cuando la persona comete adulterio.

En las escrituras sagradas está escrito que “todo pecado será perdonado, menos los pecados contra el Espíritu Santo”, y ese pecado es el adulterio. ¿Pero qué es considerado adulterio ante la Justicia Divina?

Ante la Ley Divina cuando dos personas se unen sexualmente ellas están casadas en los mundos internos (independientemente de ser casadas por las leyes físicas.)

Por tanto, si la persona tiene más de una pareja sexual en un determinado espacio de tiempo (menos que un año), esa persona comete adulterio y lanza un Karma sobre sus espaldas.

Cuando dos personas se unen sexualmente, por estar internamente casadas, sus Karmas se suman y se tornan comunes a los dos. Y si una de esas personas tiene otra relación sexual con una tercera persona, esa última tendrá los karmas de los tres.

Sabiendo eso podemos entonces hacernos una idea de cómo es grave la situación kármica de la humanidad.

### **Los Negocios.**

Como fue dicho antes la bases de la Ley Divina son la justicia y la misericordia. Eso quiere decir que, por más duro que parezca nuestro karma, podemos pagarlo con buenas acciones y entonces no necesitaremos sufrir.

*“Cuando una ley inferior es transcendida por una ley superior, la ley superior lava la ley inferior.”*

*“Haz buenas obras para que pagues tus deudas. Al león de la ley se combate con la balanza.”*

*“Quién tiene con que pagar, pague y salga bien en sus negocios; quién no tiene con que pagar pagará con dolor.”*

Si en el plato de la balanza cósmica colocamos las buenas obras y en otro las malas, es evidente que el Karma dependerá de cuál plato estará más pesado. Todos somos grandes deudores, sea debido a nuestros actos en ésta o en pasadas existencias.

Por eso es urgente que mudemos nuestra conducta diaria.

En vez de protestar por tener dificultades, debemos preocuparnos en ayudar a los demás.

En vez de protestar por estar enfermos, debemos si dar medicamentos a los que no pueden comprarlos, llevar al médico los que no pueden ir, etc.

En vez de reclamar de las personas que nos calumnian, debemos si aprender a ver el ponto de vista ajeno y abandonar de una vez la calumnia, las intrigas, las reclamaciones, etc.

Nuestro karma puede ser perdonado se eliminamos la causa de nuestros errores, de nuestra ira, de nuestra envidia, de nuestro orgullo, etc. La causa de nuestros errores y por consiguiente, de nuestro sufrimiento es el ego, nuestros defectos psicológicos.

El ego es el que nos torna infelices, perversos y desgraciados. El mundo sería un paraíso si las personas eliminasen de sí mismas esas abominaciones inhumanas.

No es posible tener una conducta reta si somos controlados por los defectos psicológicos.

Conforme vamos eliminando nuestros propios defectos el karma referente a tal o cual defecto va siendo perdonado. Esto es misericordia.

Nunca debemos protestar contra nuestra situación kármica, pues eso sólo la va a agravar.

El Karma es una medicina que nos aplican para que veamos nuestros mayores defectos (la causa de nuestro sufrimiento), para que entonces pasemos a eliminarlos a través de la muerte mística o psicológica.

## 23 – Buscando el conocimiento objetivo

Durante el transcurso del curso aprendimos varias técnicas de proyección astral, sin embargo, hasta el momento nuestro objetivo ha sido apenas conseguir salir o estar en astral conscientes, y así comprobar por nosotros mismos que existen otras dimensiones, que tenemos un cuerpo astral, etc.

Son realmente muy importantes esas comprobaciones, porque así no dependemos más de simplemente creer si algo es verdadero o no. Comprobando por nosotros mismos sabremos por experiencia directa que es real.

En esta lección veremos que existe un objetivo muy definido e importante para la proyección astral, que es buscar en el mundo astral la auténtica sabiduría, la cual nos posibilitará continuar nuestro desenvolvimiento en dirección al autoconocimiento y la evolución espiritual, revelándonos muchos misterios referentes a nosotros mismos, de las diferentes dimensiones de la naturaleza y de toda la creación.

Esa sabiduría no tiene límites, es infinita y no puede ser encontrada en libros. Todo lo que los grandes Avatares enseñaron públicamente a la humanidad fue justamente que hacer para conseguir esa sabiduría.

También lo que hemos aprendido en este curso son los pasos fundamentales, los medios para iniciar un camino serio de autoconocimiento y evolución espiritual.

¿Pero, al final, dónde está la auténtica sabiduría y quién puede enseñárnosla?

En el mundo astral existen los Templos de Sabiduría. En estos templos seres de conciencia despierta, seres que trabajan con los Tres Factores de Revolución de la Conciencia, Iniciados de diversos grados dirigen sus propios trabajos de evolución espiritual y eso incluye también auxiliar de la mejor forma posible a la humanidad, o sea, instruir y enseñar a las personas que están buscando la verdadera sabiduría y evolución espiritual.

Si usted llegó hasta esta lección probablemente usted también es una de esas personas.

¿Y cómo llegar a un Templo de Sabiduría?

Aquí es donde entra y es fundamental todo lo que aprendimos en el curso.

Si los Templos de Sabiduría existen apenas en el mundo astral, evidentemente que el primer paso es estar o salir en astral conscientemente para poder entonces ir hasta los templos. Ya sabemos que para eso utilizaremos las técnicas de proyección astral.

Aquí no importa si salimos del cuerpo concientes con las técnicas de mantras y concentración, o si despertamos la conciencia ya estando en astral con la técnica del saltito.

Lo que realmente importa es estar consciente en el mundo astral.

Pasada esta primera etapa, ahora tenemos que transportarnos hasta un Templo de Sabiduría.

¿Pero cómo, si no sabemos siquiera donde estamos o que dirección tomar?

Tenemos entonces que pedir a nuestro Real Ser, a nuestro Padre que es secreto, así que nos demos cuenta de que estamos concientes en astral, para que él nos lleve hasta un Templo de Sabiduría.

Haga simplemente eso, que Él lo llevará.

Por lo que fue expuesto hasta aquí, aparentemente bastaría saber salir en astral para ir a un Templo de Sabiduría.

Na verdad no.

Es necesario también mostrar que realmente estamos muy interesados y determinados para eso.

Entienda que eso no es un juego para curiosos. Estamos tratando de algo muy serio.

Por eso, el aspirante tendrá que demostrar con hechos que está determinado a recibir las doctrinas directamente de los Maestros.

Eso requiere trabajar serio en la eliminación de los defectos psicológicos y persistir en la proyección astral.

Lo que aprendemos en este curso, si llevado a la práctica, es suficiente para que consigamos llegar a un Templo de Sabiduría.

Apenas necesitamos escoger lo que queremos: ¿Ser o no Ser?

Es común, al inicio, que el aspirante pida a su Ser Real que lo lleve a un templo y simplemente nada ocurra.

Puede ser que sea llevado para otro lugar que, sin embargo, no existe ningún templo.

Puede ser que sea llevado hasta un templo, pero no encuentre la puerta de entrada, o puede ser que esta puerta esté cerrada.

Todas esas experiencias indican que todavía no es la hora, que necesitamos trabajar más para poder tener el mérito de entrar en un Templo de Sabiduría.

Sin embargo, esas experiencias ya indican un buen progreso en este trabajo.

¡Buen trabajo y buenas experiencias!

## Consideraciones finales

Hola, querido amigo o amiga.

Infelizmente son pocas las personas que se interesan por los temas tratados en este curso.

El motivo de esto es en verdad bien simple: la amplia mayoría de las personas sólo quieren cambiarse de una forma cómoda, que no les cueste ningún trabajo, y ciertamente no es esa la propuesta de este curso, hasta porque no es posible conseguir un cambio de verdad, radical, si no fuera con mucha disciplina y trabajo interior.

Las personas por regla general siempre optarán por recorrer el camino más fácil, lo cual no conduce a ningún lugar. Infelizmente el resultado de esto es vivir una existencia ilusoria y sin sentido.

Raras son las personas que se atreverán a ir por lo camino más difícil, a nadar contra la corriente para alcanzar el objetivo del cambio interior, del despertar de la consciencia y de la Autorrealización Íntima del Ser, que son las inestimables recompensas de todo este trabajo.

*"Entrad por la puerta estrecha, porque ancha es la puerta y amplio el camino que lleva a la perdición, y muchos son los que entran por ella; y porque estrecha es la puerta y apretada la senda que lleva a la vida, y pocos son los que la encuentran."*

Mateo, Capítulo 7, versículos 13 y 14.

Por eso nos gustaría darle a usted nuestras felicitaciones por haber llegado al final de este curso de autoconocimiento. Sólo por este motivo usted puede considerarse una persona diferente de las demás.

“¿Pero y ahora? ¿Es sólo eso? ¿Cómo dar continuidad a estos estudios?”

Esas son preguntas comunes que recibimos de algunas personas que terminaron todas las lecciones del curso.

Terminado el curso, el primer objetivo de toda persona que quiera realmente avanzar más en estos estudios debe ser practicar intensamente lo que fue aprendido en las lecciones del curso, en especial la muerte psicológica y la proyección astral. Debe hacerse un “experto” en estas prácticas.

El segundo objetivo debe ser ir en astral a un Templo de Sabiduría, conforme enseñado en la lección, para recibir, así como otras personas, las enseñanzas más avanzadas directamente de los verdaderos Maestros que allá offician.

Sólo con lo que fue aprendido en este curso es perfectamente posible conseguir eso. No hay necesidad de más teorías.

Ahora es hora de practicar.

Es preciso tener paciencia y perseverancia, pues no es muy fácil nadar contra la corriente (en especial cuando se está empezando aprender a nadar).

Pero si usted llegó hasta aquí no hay dudas de que puede ir más lejos. Sólo nunca deje de nadar.

Mucho cuidado de no acomodarse en sólo acumular teorías leyendo textos y libros. Infelizmente este es el error de muchas personas que, al no hacer caso a la práctica, acaban siendo llevadas por la corriente.

Bien, ahora es con usted. Pero esté seguro de que nunca estará sólo en este camino.

Nunca se olvide de su Madre Divina. Siempre pida su ayuda cuando la necesite.

Además, muchos “ojos celestes” están vigilando y hasta haciendo votos por su buen éxito. No los decepcione.

Mucha fuerza y iluminación en su camino, y que todos podamos encontrarnos pronto.

Uno fraternal abrazo.

Equipo Divina Ciencia.

## Bibliografía

La base del curso es el conocimiento gnóstico o Gnosis (palabra de origen griego, que básicamente significa conocimiento superior), que es algo tan antiguo como la humanidad y que siempre existió en las diversas épocas y culturas a lo largo de la historia.

Se puede encontrar la Gnosis expresa, por ejemplo, en la filosofía y en el arte de las civilizaciones griega, egipcia, cristiana primitiva (primeros siglos de la era cristiana), babilónica, china, maya, azteca, entre otras.

En nuestra época contemporánea ese conocimiento fue develado por Samael Aun Weor, que escribió decenas de libros sobre el tema.

El curso está basado en las principales obras de Samael Aun Weor y otras obras gnósticas abajo relacionadas.

### V.M Samael Aun Weor

Samael Aun Weor nació en Colombia, el 3 de Marzo de 1917. Sus grandes inquietudes espirituales lo llevaron a profundas investigaciones en el campo de la Psicología, Antropología, Ciencia, Esoterismo práctico y Cristianismo primitivo.

Además de su vida ejemplar, su doctrina quedó impresa en más de 100 obras traducidas en diferentes idiomas; enseñanza que por su parte se sintetiza en cinco grandes obras, por él recomendadas, para todo aquel que realmente quiera profundizar en su mundo interior a través de la comprobación directa, siendo requisito indispensable para él "*Ir más allá de la simples interpretación literal, de carácter intelectual*".

Libros de referencia para el curso:

- El Misterio del Áureo Florecer (1971)
- Las Tres Montañas (1973)
- Sí hay infierno, sí hay diablo, sí hay karma (1974)
- La Gran Rebelión (1975)
- Tratado de Psicología Revolucionaria (1976)
- La Revolución de la Dialéctica (1977)

**V.M Rabolú**

Nacido en Colombia el 11 de Octubre de 1926 conoció la Gnosis a través de Samael Aun Weor.

Dio continuidad a la obra de Samael Aun Weor en la difusión de la enseñanza gnóstica por toda América Latina, además del Canadá, parte de Europa y Estados Unidos.

Libros de referencia para el curso:

- Orientando al discípulo (1982)
- Ciencia Gnóstica (1991)
- Síntesis de las Tres Montañas (1993)
- El Águila Rebelde (1994)