

# La Mirada Interna

EDICIONES ARNEO  
SAN JOSÉ COSTA RICA 1983

Digitalizado y editado por Drako Skarlatti

## **INTRODUCCION**

La Mirada Interna está dividida en veinte capítulos y cada uno de ellos en fragmentos. Puede agruparse a los grandes motivos del libro de este modo:

- A. Los dos primeros capítulos son introductorios y presentan la intención del que enseña, la actitud del que aprende y la forma de llevar adelante esta relación.
- B. Desde el capítulo III, hasta el XIII, se desarrolla la enseñanza más general explicándola en diez "días" de meditación.
- C. El capítulo XIII marca un cambio. De la enseñanza general se pasa a la de la correcta conducta y correcta actitud frente a la vida.
- D. Los capítulos siguientes explican, en particular, el trabajo interno.

El orden de los temas es el siguiente:

- I. "LA REVELACIÓN": Explica el objeto del libro, es decir, la conversión del sin-sentido en sentido mediante la revelación interior que se logra meditando.
- II. "DISPOSICIÓN PARA COMPRENDER": Explica la correcta actitud frente a la enseñanza.
- III. "EL SIN-SENTIDO": Explica que no hay sentido en la vida si todo termina con la muerte.
- IV. "LA DEPENDENCIA": Lo que hace el ser humano no depende de él sino del medio.
- V. "SOSPECHA DEL SENTIDO": La experiencia de fenómenos mentales "sugestivos" da al ser humano la sospecha de un sentido en la vida.
- VI. "SUEÑO Y DESPERTAR": Diferencias entre niveles de conciencia y percepción de la realidad (sueño, semisueño, vigilia con ensueño y vigilia plena). Sentidos externos, internos y memoria.
- VII. "PRESENCIA DE LA FUERZA": Ascenso de la comprensión en vigilia. Necesidad de una mayor energía interna para el ascenso a otros niveles de conciencia. Energía o Fuerza, que se radica y traslada en el cuerpo.
- VIII. "CONTROL DE LA FUERZA": Los centros y la energía. Profundidad y superficialidad de la energía relacionada con los niveles de conciencia.
- IX. "MANIFESTACIONES DE LA ENERGÍA": La existencia del fenómeno paranormal relacionada con la externalización del doble energético. Control y descontrol de la energía. Control consciente de la Fuerza relacionado con el aumento de la unidad interna y del nivel de conciencia. Externaliza desde los bajos niveles.
- X. "EVIDENCIA DEL SENTIDO": Necesidad de romper las contradicciones internas a fin de lograr unidad y continuidad.
- XI. "EL CENTRO LUMINOSO": La energía está ligada a la alegorización interna del "centro luminoso". Los fenómenos de integración interna "ascienden" hacia la luz. La disolución interna se registra como alejamiento de la luz.
- XII. "LOS DESCUBRIMIENTOS": Circulación de la energía (Fuerza). Centros. Niveles de conciencia. Conducción energética hacia altos niveles de conciencia. Exteriorización de la energía. Disolución e integración interna relacionadas con la contradicción o la unidad. Naturaleza de la Fuerza representada como "luz". Consolidación del doble, según

actividades unitivas o mediante procedimientos de trabajo interno. Los ejemplos de los pueblos con respecto a estos descubrimientos. Los "descubrimientos", como manifestación de los propios fenómenos mentales.

XIII. "LOS PRINCIPIOS": Los Principios convierten el sin-sentido en sentido, en la vida diaria. No provienen de una moral convencional sino de leyes propias del funcionamiento de la mente. La observancia de los Principios tiene utilidad práctica en la vida cotidiana y permite ir ganando en unidad interna y evolución.

XIV. "LA GUIA DEL CAMINO INTERNO": Representación interior de los fenómenos que acompañan a las direcciones de "bajada" y "subida". Indicaciones sobre la dirección a imprimir a los procesos en el trabajo con la Fuerza y estado en el que la experiencia debe concluir.

XV. "LA EXPERIENCIA DE PAZ Y EL GRAN PASAJE DE LA FUERZA": Procedimientos para lograr la experiencia de paz y el gran pasaje de la Fuerza.

XVI. "PROYECCIÓN DE LA FUERZA": La palabra "proyección" está tomada aquí en el sentido de manifestación externalizada de la energía. Esta proyección cae en el campo de los fenómenos paranormales. Pero dejando esto de lado ya que tales fenómenos son siempre discutibles, se menciona aquí la aptitud de los repetidos trabajos con la Fuerza para movilizar la actividad de los centros y con ello desbloquear fijaciones psíquicas. Esto va dando a la experiencia interna unidad e integración de contenidos.

XVII. "PERDIDA Y REPRESIÓN DE LA FUERZA"; Descargas energéticas. El sexo como centro productor de energía. La represión del sexo orienta a los fenómenos mentales en la dirección de "descenso", manifestándose los estados crepusculares de conciencia. La exacerbación sexual como pérdida de energía.

XVIII. "ACCIÓN Y REACCIÓN DE LA FUERZA": La asociación de las representaciones a cargas emotivas. La evocación de la imagen, grabada a estados emotivos, suscita ("desenvuelve") nuevamente los estados emotivos asociados. El "agradecimiento", como técnica de asociación de imágenes con estados emotivos, utilizable en la vida cotidiana.

XIX. "LOS ESTADOS INTERNOS": Se refiere a situaciones mentales en que puede encontrarse aquél que está en el trabajo interno. Estas situaciones están alegorizadas de manera que puedan aprehenderse. También se explica cómo estas situaciones van ligadas unas a las otras y no aparecen de ninguna manera aisladas.

XX. "LA REALIDAD INTERIOR": Se termina por explicar aquí que los procesos mentales van ligados a representaciones alegóricas del mundo externo, que tienen realidad mental, aunque externamente no tengan existencia.

--- 000 ---

## **I. LA REVELACIÓN**

1. Aquí se cuenta cómo al sin sentido de la vida se lo convierte en sentido y plenitud.
2. Aquí hay alegría, amor al cuerpo, a la naturaleza, a la humanidad y al espíritu.
3. Aquí se reniega de los sacrificios, del sentimiento de culpa y de las amenazas de ultratumba.
4. Aquí no se opone lo terreno a lo eterno.
5. Aquí se habla de la revelación interior, a la que llega todo aquel que cuidadosamente medita en humilde búsqueda.

## **II. DISPOSICIÓN PARA COMPRENDER**

1. Sé cómo te sientes porque a tu estado puedo experimentarlo, pero tú no sabes cómo se experimenta lo que digo. Por consiguiente, si te hablo con desinterés de aquello que hace feliz y libre al ser humano, vale la pena que intentes comprender.

2. No pienses que vas a comprender discutiendo conmigo. Si crees que contrariando esto, tu entendimiento se aclarar puedes hacerlo, pero no es ese el camino que corresponde en este caso.
3. Si me preguntas cuál es la actitud que conviene, te diré que es la de meditar en profundidad y sin apuro lo que te explico aquí.
4. Si replicas que tienes cosas más urgentes en qué ocuparte, responderé que siendo tu deseo dormir o morir, no haré nada para oponerme.
5. No argumentes tampoco que te desagrada mí modo de presentar las cosas, porque eso no dices de la cáscara cuando te agrada el fruto.
6. Expongo del modo que me parece conveniente, no del que fuera deseable para quienes aspiran a cosas alejadas de la verdad interior.

### **III. EL SIN-SENTIDO**

En muchos días descubrí esta gran paradoja: aquellos que llevaron el fracaso en corazón pudieron alumbrar el último triunfo; aquellos que se sintieron triunfadores, quedaron en el camino como vegetales de vida difusa y apagada. En muchos días llegué yo ala luz desde las oscuridades mas oscuras, guiado no por enseñanza, sino por meditación.

Así, me dije el primer día:

1. No hay sentido en la vida si todo termina con la muerte
2. Toda justificación de las acciones, sean éstas despreciables o excelentes, es siempre u nuevo sueño que deja el vacío por delante.
3. Dios es algo no seguro.
4. La fe es algo tan variable como la razón y el sueño.
5. "Lo que uno debe hacer" puede discutirse totalmente, y nada viene definitivamente en apoyo de las explicaciones.
6. "La responsabilidad" del que se comprometer con algo, no es mayor que la responsabilidad de aquél que no se compromete.
7. Me muevo según mis intereses y esto no me convierte en cobarde, pero tampoco en héroe.
8. "Mis intereses" no justifican ni desacreditan nada.
9. "Mis razones" no son mejores ni peores que las razones de otros.
10. La crueldad me horroriza, pero no por ello y en sí misma es peor o mejor que la bondad.
11. Lo dicho hoy, por mí o por otros, no vale mañana.
12. Morir no es mejor que vivir o no haber nacido, pero tampoco es peor.
13. Descubrí, no por enseñanza, sino por experiencia y meditación, que no hay sentido en la vida, si todo termina con la muerte.

### **IV. LA DEPENDENCIA**

El día segundo:

1. Todo lo que hago, siento y pienso, no depende de mí.
2. Soy variable y dependo de la acción del medio. Cuando quiero cambiar al medio o a mi "yo", es el medio el que me cambia. Entonces, busco la ciudad o la naturaleza, la redención social o una nueva lucha que justifique mi existencia... En cada uno de esos casos, el medio me lleva a decidir por una u otra actitud. De tal manera, mis intereses y el medio aquí me dejan.
3. Digo entonces que no importa qué o quién decide. Digo en esas ocasiones que tengo que vivir, ya que estoy en situación de vivir. Digo todo esto, pero no hay nada que lo justifique.

Puedo decidirme, vacilar o permanecer. De todas maneras, una cosa es mejor que otra provisoriamente, pero no hay "mejor" ni "peor" en definitiva.

4. Si alguien me dice que aquél que no come muere, le responderé que así es, en efecto, y que está obligado a comer agujoneado por sus necesidades, pero no agregaré a esto que su lucha por comer justifica su existencia. Tampoco diré que ello sea malo. Diré, con sencillez, que se trata de un hecho individual o colectivamente necesario para la subsistencia, pero sin sentido en el momento en que se pierde la última batalla.

5. Diré, además, que me solidarizo con la lucha del pobre y del explotado y del perseguido. Diré que me siento "realizado" con tal identificación, pero comprenderé que nada justifico.

## **V. SOSPECHA DEL SENTIDO**

El día tercero:

1. A veces me he adelantado a hechos que luego sucedieron.
2. A veces he captado un pensamiento lejano.
3. A veces he descrito lugares que nunca visité.
4. A veces he contado con exactitud lo sucedido en mi ausencia.
5. A veces una alegría inmensa me ha sobrecogido.
6. A veces una comprensión total me ha invadido.
7. A veces una comunión perfecta con todo me ha extasiado.
8. A veces he roto mis ensueños y he visto la realidad de un modo nuevo.
9. A veces he reconocido como visto nuevamente algo que veía por primera vez.

... Y todo ello me ha dado que pensar. Buena cuenta me doy de que, sin esas experiencias, no podría haber salido del sin sentido.

## **VI. SUEÑO Y DESPERTAR**

El día cuarto:

1. No puedo tomar por real lo que veo en mis sueños; tampoco lo que veo en semisueño; tampoco lo que veo despierto, pero ensoñando.
2. Puedo tomar por real lo que veo despierto y sin ensueño. Ello no habla de lo que registran mis sentidos, sino de las actividades de mi mente cuando se refieren a los "datos" pensados. Porque los datos ingenuos y dudosos, los entregan los sentidos externos y también los internos y también la memoria.

Lo válido es que mi mente lo sabe cuando está despierta y lo cree cuando está dormida. Rara vez percibo lo real de un modo nuevo y entonces comprendo que, lo visto normalmente, se parece al sueño o semisueño.

Hay una forma real de estar despierto: es la que me ha llevado a meditar pro fundamente sobre lo dicho hasta aquí y es, además, la que me abrió la puerta para descubrir el sentido de todo lo existente.

## **VII. PRESENCIA DE LA FUERZA**

El día quinto:

1. Cuando estaba realmente despierto iba escalando de comprensión en comprensión.

2. Cuando estaba realmente despierto y me faltaba vigor para continuar en el ascenso, podía extraer la Fuerza de mí mismo. Ella estaba en todo mi cuerpo. Toda la energía estaba hasta en las más pequeñas células de mi cuerpo. Esta energía circulaba y era más veloz e intensa que la sangre.

3. Descubrí que la energía se concentraba en los puntos de mi cuerpo cuando éstos actuaban y se ausentaban cuando en ellos no había acción.

4. Durante las enfermedades, la energía faltaba o se acumulaba exactamente en los puntos afectados. Pero, si lograba restablecer su pasaje normal, muchas enfermedades empezaban a retroceder.

Algunos pueblos conocieron esto y actuaron restableciendo la energía mediante diversos procedimientos, hoy extraños a nosotros.

Algunos pueblos conocieron esto y actuaron sus elegidos comunicando esa energía a otros, y se produjeron "iluminaciones" de comprensión y hasta "milagros" físicos.

### **VIII. CONTROL DE LA FUERZA**

El día sexto:

1. Hay una forma de dirigir y concentrar la Fuerza que circula por el cuerpo.

2. Hay puntos de control en el cuerpo. De ellos depende lo que conocemos como movimiento, emoción e idea. Cuando la energía actúa en esos puntos, se producen las manifestaciones motrices, emotivas e intelectuales.

3. Según la energía actúe más interna o superficialmente en el cuerpo, surge el sueño profundo, el semisueño, o el estado de despierto... Seguramente, las aureolas que rodean el cuerpo o la cabeza de los santos (o de los grandes despiertos), en las pinturas de las religiones, aluden a ese fenómeno de la energía, que, en ocasiones, se manifiesta más externamente.

Hay un punto de control del estar-despierto- verdadero y hay una forma de llevar la Fuerza hasta él.

Cuando se lleva la energía a ese lugar, todos los otros puntos de control se mueven alteradamente.

Al entender esto y lanzar la Fuerza a ese punto superior, todo mi cuerpo sintió el impacto de una energía enorme y ella golpeó fuertemente en mi conciencia, y ascendí de comprensión en comprensión. Pero también observé que podía bajar hacia las profundidades de la mente, si perdía el control de la energía. Recordé entonces las leyendas sobre los "cielos" y los "infiernos" y vi la línea divisoria entre ambos estados mentales.

### **IX. MANIFESTACIONES DE LA ENERGÍA**

El día séptimo:

1. Esta energía en movimiento podía independizarse del cuerpo manteniendo su unidad.

2. Esta energía unida era realmente un doble cuerpo. Recordé entonces las leyendas sobre los fantasmas, sobre el alma y sobre el espíritu.

3. La energía des-doblada o separada de su base material, se disolvía por falta de unidad interna, o se manifestaba externamente como ocurría en numerosos fenómenos de "acción a distancia".

4. Pude comprobar que la exteriorización de esa energía se producía ya desde los niveles inferiores de la mente. En esos casos, sucedía que el atentado contra la unidad más primaria del ser vivo, provocaba esa respuesta como salvaguardia de la unidad amenazada. Por ello, en el trance de algunos médiums cuyo nivel de conciencia era bajo y cuya unidad interna estaba en peligro, estas respuestas eran involuntarias y no reconocidas como producidas por ellos mismos, sino atribuidas a otras entidades.

Los "fantasmas" o "espíritus" de algunos pueblos o de algunos adivinos, no eran sino los propios dobles de las personas que se sentían "tomadas" por ellos. Como su estado mental estaba oscurecido (en trance), por haber perdido control de la Fuerza, se sentían manejadas por seres extraños, que a veces producían fenómenos notables. Sin duda que muchos "endemoniados" sufrieron tales efectos. Lo decisivo era, entonces, el control de la Fuerza. Esto variaba por completo tanto mi concepción de la vida corriente como de la vida posterior a la muerte.

Mediante estos pensamientos y experiencias fui perdiendo fe en la muerte y desde entonces no creo en ella, como no creo en el sin-sentido de la vida.

### **X. EVIDENCIA DEL SENTIDO**

El día octavo:

1. La real importancia de la vida despierta se me hizo patente.
2. La real importancia de destruir las contradicciones internas me convenció.
3. La real importancia de manejar la Fuerza, a fin de lograr unidad y continuidad, me llenó de un alegre sentido.

### **XI. EL CENTRO LUMINOSO**

El día noveno:

1. En la Fuerza estaba la "luz" que provenía de un "centro".
2. En la disolución de la energía había un alejamiento del centro, y en su unificación y evolución, un correspondiente funcionamiento del centro luminoso.

No me extrañó encontrar en antiguos pueblos la devoción por el dios-Sol y vi, que si algunos adoraron al astro porque daba vida a su tierra y a la naturaleza, otros advirtieron en ese cuerpo majestuoso el símbolo de una realidad mayor. Hubo quienes fueron mas lejos aun y recibieron de ese centro incontables dones, que a veces "descendieron" como lenguas de fuego sobre los inspirados, a veces como esferas luminosas, a veces como zarzas ardientes que se presentaron ante el temeroso creyente.

### **XII. LOS DESCUBRIMIENTOS**

El día décimo:

Pocos pero importantes fueron mis descubrimientos, que resumo de este modo:

1. La Fuerza circula por mi cuerpo y ella es realmente mi vida y la de todos los cuerpos animados.
2. En mi cuerpo existen puntos de control de sus diversas actividades.
3. Hay diferencias importantes entre el estado de despierto verdadero y los otros estados mentales.

4. Puede conducirse la Fuerza al punto del real despertar.
5. La Fuerza se exterioriza como doble, produciendo fenómenos extraordinarios. Es el desdoblamiento el que produce aquellas percepciones y manifestaciones llamadas erróneamente "extrasensóreas", por cuanto (en esos casos) el dato llega al área sensorial por variación energética del doble o surge de los centros hacia el mundo, igualmente, a través de variaciones del doble.
6. El doble puede aumentar su unidad al irse rompiendo las contradicciones y ganar el ser humano en estado de despierto.
7. La cohesión del doble comienza por la representación interna de la "luz" y, por tanto, a un nivel del sistema de imagen en el que tal representación es posible. Ese nivel del sistema de imagen depende, a su vez, de la integración de los contenidos mentales.
8. El doble puede consolidarse por la actividad unitiva en la vida diaria, o al activar con la Fuerza el centro luminoso.

Estas conclusiones me hicieron reconocer en las oraciones de los pueblos antiguos el germen de una gran verdad, que se oscureció en los ritos y -prácticas externas, no alcanzando ellos a desarrollar el trabajo interno que, realizado con perfección, pone al hombre en contacto con su fuente luminosa.

Finalmente advertí que mis "descubrimientos" no eran tales, sino que se debían a la revelación interior a la que accede todo aquél que, sin contradicciones, busca la luz en su propio corazón.

### **XIII. LOS PRINCIPIOS**

Distinta es la actitud frente a la vida y a las cosas cuando la revelación interna hiere como el rayo.

Siguiendo los pasos lentamente, meditando lo dicho y lo -por decir aún, -puedes convertir el sin-sentido en sentido.

No es indiferente ya lo que hagas con tu vida. Tu vida, sometida a leyes, esta expuesta ante posibilidades a escoger.

Yo no te hablo de libertad, te hablo de liberación, de movimiento, de proceso. No te hablo de libertad como algo quieto, sino de liberarse paso a paso, como se va liberando del necesario camino recorrido el que se acerca a su ciudad. Entonces, "lo que se debe hacer" no depende de una moral lejana, incomprensible y convencional, sino de leyes: leyes de vida, de luz, de evolución. He aquí los llamados "Principios", que debes observar si quieres lograr esa unidad interna, perdida ya desde el comienzo de los siglos:

1. Ir contra la evolución de las cosas, es ir contra uno mismo.
2. Cuando fuerzas algo hacia un fin, produces lo contrario.
3. No te opongas a una gran fuerza. Retrocede hasta que aquélla se debilite; entonces, avanza con resolución.
4. Las cosas están bien cuando marchan en conjunto, no aisladamente.
5. Si para ti están bien el día y la noche, el verano y el invierno, has superado las contradicciones.
6. Si persigues el placer, te encadenas al sufrimiento. Pero, en tanto no perjudiques tu salud, goza sin inhibición cuando la oportunidad se presente.
7. Si persigues un fin te encadenas. Si todo lo que haces lo realizas como si fuera un fin en sí mismo, te liberas.

8. Harás desaparecer tus conflictos cuando los entiendas en su última raíz, no cuando quieras resolverlos.
9. Cuando perjudicas a los demás quedas encadenado. Pero, si no perjudicas a otros, puedes hacer cuanto quieras con libertad.
10. Cuando tratas a los demás como quieres que te traten, te liberas.
11. No importa en qué bando te hayan puesto los acontecimientos, lo que importa es que comprendas que tú no has elegido ningún bando.
12. Los actos contradictorios o unitivos se acumulan en tí. Si repites tus actos de unidad interna, ya nada podrá detenerte.

Serás como una fuerza de la Naturaleza cuando a su paso no encuentra resistencia. Aprende a distinguir aquello que es dificultad, problema, inconveniente, de esto que es contradicción. Si aquéllos te mueven o te incitan, ésta te inmoviliza en círculo cerrado.

Cuando encuentres una gran fuerza, alegría y bondad en tu corazón, o cuando te sientas libre y sin contradicciones, inmediatamente agradece en tu interior. Cuando te suceda lo contrario, pide con fe y aquel agradecimiento que acumulaste volverá convertido y ampliado en beneficio.

#### **XIV. LA GUIA DEL CAMINO INTERNO**

Únicamente si has comprendido lo explicado hasta aquí, estas en condiciones de liberar la Fuerza, Si no has entendido cabalmente los últimos puntos, que además deberían convertir- se en tu manera cotidiana de encarar la vida, conviene que los medites hasta que se te hagan claros y practicables. Si, luego de largas y pacientes meditaciones, te siguieran resultando oscuros, busca a aquellos que te preceden en el camino para que te ayuden en tu evolución, del modo en que tú ayudarías a otros con menos experiencia si te vinieran en consulta.

Ahora sigue con atención lo que voy a explicarte, ya que trata acerca del paisaje interior que puedes encontrar al trabajar con la Fuerza y de las direcciones que pueden imprimir a tus movimientos mentales.

"Por el camino interno puedes andar oscurecido o luminoso. Atiende a las dos vías que se abren ante tí.

Si dejas que tu ser se lance hacia regiones oscuras, tu cuerpo gana la batalla y él domina. Entonces, brotarán sensaciones y apariencias de espíritus, de fuerzas, de recuerdos. Por allí se desciende mas y mas. Allí están el Odio, la Venganza, la Extrañeza, la Posesión, los Celos, el Deseo de Permanecer. Si descendes mas aún, te invadirá la frustración, el Resentimiento y todos aquellos ensueños y deseos que han provocado la ruina y muerte de la humanidad.

Si impulsas a tu ser en dirección luminosa, encontraras resistencia y fatiga a cada paso. Esta fatiga del ascenso tiene culpables. Tu vida pesa, tus recuerdos pesan, tus acciones anteriores impiden el ascenso. Esta escalada es difícil por acción de tu cuerpo que tiende a dominar.

En los pasos del ascenso se encuentran regiones extrañas de colores puros y de sonidos no conocidos.

No huyas de la purificación que actúa como el fuego y que horroriza con sus fantasmas.

Rechaza el sobresalto y el descorazonamiento. Rechaza el deseo de huir hacia regiones bajas y Oscuras. Rechaza el apego a los recuerdos.

Queda en libertad interior con indiferencia. hacia el ensueño del paisaje, con resolución en el ascenso.

La luz pura clarea en las cumbres de las altas cadenas montañosas y las agua de los-mil colores bajan entre melodías irreconocibles hacia mesetas y praderas cristalinas.

No temas la presión de la luz que te aleja de su centro cada vez mas fuertemente. Absórbela como si fuera un líquido o un viento porque en ella, ciertamente, esta la vida.

Cuando en la gran cadena montañosa encuentren la ciudad escondida debes conocer la entrada. Pero esto lo sabrás en el momento en que tu vida sea transformada. Sus enormes murallas estan escritas en figuras, están escritas en colores, están "sentidas". En esa ciudad se guarda lo hecho y lo por hacer... Pero a tu ojo interno, es opaco lo transparente. Sí, ilos muros te son impenetrables!

Toma la Fuerza de la ciudad escondida. Vuelve al mundo de la vida densa con tu frente y tus manos luminosas."

#### **XV. LA EXPERIENCIA DE PAZ Y EL GRAN PASAJE DE LA FUERZA**

1. Relaja plenamente tu cuerpo y aquietate lamente. Entonces, imagina una esfera transparente y luminoso que, bajando hacia tí, termina por alojarse en tu corazón. Reconocerás al momento, que la esfera deja de aparecerse como imagen para transformarse en sensación dentro del pecho.

2. Observa cómo la sensación de la esfera se expande lentamente desde tu corazón hacia fuera del cuerpo, al tiempo que tu respiración se hace más amplia y profunda. Al llegar la sensación a los límites del cuerpo, puedes detener allí toda operación y registrar la experiencia de paz interior. En ella puedes permanecer el tiempo que te parezca adecuado. Entonces, haz retroceder esa expansión anterior (llegando, como al comienzo, al corazón), para desprenderte de tu esfera y concluir el ejercicio calmo y reconfortado. A este trabajo se le llama "experiencia de paz".

3. Pero, en cambio, si quisieras experimentar el gran pasaje de la Fuerza, en lugar de retroceder en la expansión deberías aumentarla, dejando que tus emociones y todo tu ser la sigan. No trates de poner tu atención en la respiración... Deja que ella actúe por sí sola, mientras sigues la expansión fuera de tu cuerpo.

4. Debo repetirte esto: tu atención en tales momentos, debe estar en la sensación de la esfera que se expande. Si no puedes lograr esto, conviene que te detengas hasta irlo dominando con el tiempo. De todas maneras, si no produces el pasaje, experimentarás la paz.

5. Pero si has hecho todo con corrección, pureza interna y sin sobresalto, comenzarás a experimentar el gran pasaje. Tus manos y el resto del cuerpo han de empezar a "electrificarse". Luego, todo el cuerpo recibirá ondulaciones progresivas y al poco tiempo brotarán, con fuerza, imágenes y emociones. Deja entonces que se produzca el pasaje sin temor, ya que habrá siempre, próximo a ti, alguien que con suavidad te calme si hubiera necesidad de ello.

6. Al recibir la Fuerza, percibirás la luz y nuevos colores y sonidos, pero lo importante habrá de ser la experimentación de la ampliación de la conciencia.

7. Cuando el gran pasaje se te haga intolerable o excesivo, debes terminar con el estado, imaginando o sintiendo que la esfera se contrae y luego sale de tí del modo en que había llegado al comenzar con todo aquello.

8. Mejor será que trabajen varios en el gran pasaje. De otro modo, alguien que esté solo puede caer en el estado de trance. Esa conciencia en trance, recibe el nombre de "crepuscular", que la revela a la perfección. Debes reconocer en ese campo a la hipnosis, la mediumnidad, la acción de drogas y, en general, a todo fenómeno que produce el gran pasaje sobrepasando la conciencia clara y en ascenso. Casi todas las experiencias "extra-sensoriales" se producen desde lo crepuscular. Desconfía de tales manifestaciones y considéralas como las "tentaciones" que sufrieron los santos en su evolución, según cuentan las leyendas.

9. Si has trabajado observando cuidadosamente lo recomendado, puede suceder, no obstante, que no hayas producido el gran pasaje. Eso será un indicador de falta de unidad interna, pero ello no puede convertirse en foco de preocupación ya que este trabajo tiende a superar aquello con el tiempo. Mientras tanto, la experiencia de paz será cada vez más plena.

### **XVI. PROYECCIÓN DE LA FUERZA**

1. Aquel que logra el pasaje y lo dirige en sentido evolutivo, tiene obligaciones para con aquellos que están en el camino atrás de él. Los que van detrás del más antiguo conviene que recaben de él, sabiduría y experiencia.

2. En muchos casos, los que tienen control de la Fuerza pueden proyectarla a quienes, pese a sus esfuerzos, no logran el gran pasaje. Esto se hace en aquellas reuniones en que en unos y otros esté ese fuerte y solidario deseo. Entonces, basta con que al manifestarse el gran pasaje, se desplace la Fuerza por contenido contacto entre los que están en condiciones diferentes. Esta proyección fue conocida desde antiguo como la "imposición de manos".

3. La Fuerza puede ser proyectada a otros y también a objetos particularmente adecuados para recibirla y conservarla. Confío en que no te será difícil entender la función que cumplieron los sacramentos en muchas religiones e, igualmente, el significado de lugares sagrados y de sacerdotes, supuestamente "cargados" con la Fuerza. Cuando algunos objetos fueron adorados con fe en los templos y se los rodeó de ceremonia y rito, seguramente "devolvieron" a los creyentes la energía acumulada por oración repetida. Esto, que luego fue superstición (que aún conservan las gentes ignorantes), tuvo como base la real intuición de la existencia de la Fuerza y la aptitud para proyectarla.

4. Hablemos ahora del caso en que ya conoces por experiencia, la acción de la Fuerza. La circulación súbita de ella en el organismo, produce movilización de los puntos de control, mencionados en su momento. Entonces, poco a poco, comienza a percibirse un cambio profundo y positivo en la actitud general de aquellos que llevan estas cosas adelante.

5. Todo nuevo pasaje es un refuerzo al cambio que se va operando. Esto será saludable si cada vez se produce con mayor ampliación de conciencia. Un efecto opuesto, muestra a las claras que las operaciones deben suspenderse.

6. Supongo que tu caso es el mejor y, por tanto, puedo recomendarte ahora que, luego de la experiencia de paz o de Fuerza, conserves en ti la sensación benéfica, por un tiempo más.

### **XVII. PERDIDA Y REPRESIÓN DE LA FUERZA**

1. Las mayores descargas de energía se producen por actos descontrolados. Estos son; la sexualidad excesiva, la imaginación sin bueno, la charla desmedida, la curiosidad sin control y la percepción exagerada (el mirar, oír, gustar, etc... de manera desbordada e inútil). Pero debes reconocer también, que muchos proceden de ese modo porque descargan sus tensiones que de otro modo les serían dolorosas. Considerando esto y viendo la función con que cumplen tales descargas, convendrás conmigo en que no es razonable reprimirlas, sino más bien ordenarlas.

2. En cuanto a la sexualidad, debes interpretar correctamente esto: tal función no debe ser reprimida, porque en este caso crea efectos mortificantes y contradicción interna. La sexualidad se orienta y concluye en su acto, pero de ninguna manera debe continuar afectando la imaginación o buscando nuevo objeto de posesión. Se hace evidente que si los estímulos externos o la fantasía exacerban la función del sexo, ésta resulta desmedida.
3. Está claro que las recomendaciones de castidad y abstinencia tuvieron en su momento relación con la Fuerza, pero los instructores que pusieron atención en aquello, de ningún modo lo explicaron de manera represiva, sino sobre-elevada.
4. Posteriormente, el control del sexo por una determinada "moral" social o religiosa, sirvió a designios que nada tenían que ver con la evolución, sino más bien con lo contrario.
5. La fuerza se desbordó hacia lo crepuscular en las sociedades reprimidas y allí se multiplicaron los casos de "endemoniados", "brujos", sacrílegos y criminales de toda laya que gozaron con el sufrimiento y la destrucción de la vida y la belleza. En algunas tribus y civilizaciones, los criminales estuvieron repartidos entre los que ajusticiaron y los ajusticiados. En otros casos, se persiguió a todo lo que era ciencia y progreso porque se oponía a lo irracional, a lo crepuscular y a lo reprimido.
6. En ciertos pueblos primitivos, existe aún la represión del sexo, como en otros considerados de "civilización avanzada". Es evidente que, en unos y otros, el signo destructivo es grande, aunque en los dos casos el origen de tal situación sea distinto.
7. Si me pides más explicaciones, te diré que el sexo es en realidad santo y es el centro desde el cual se impulsa la vida y toda creatividad, así como desde allí también se impulsa toda destrucción cuando su funcionamiento no está resuelto.
8. Jamás creas las mentiras de los envenenadores de la vida, cuando se refieren al sexo como algo despreciable. Por el contrario, en él hay belleza y no en vano está relacionado con los mejores sentimientos de amor.
9. Sé cuidadoso entonces y considéralo como una gran maravilla que debe tratarse con delicadeza, sin convertirlo en fuente de contradicción o en desintegrador de la energía vital.

### ***XVIII. ACCIÓN Y REACCIÓN DE LA FUERZA***

Te expliqué anteriormente: "Cuando encuentres una gran fuerza, alegría y bondad en tu corazón, o cuando te sientas libre y sin contradicciones, inmediatamente agradece en tu interior.

1. "Agradecer" significa concentrar los estados de ánimo positivos asociados a una sensación interna o a la representación de la esfera que conoces. Ese estado positivo así ligado, permite que, en situaciones desfavorables, por evocar una cosa, surja aquella que le acompañó en momento anteriores. Como, además, esta "carga" mental está elevada por el trabajo con la Fuerza, ella es capaz de desalojar las emociones negativas que determinadas situaciones pudieran imponer.
2. Por todo ello, desde tu interior volverá ampliado en beneficio aquello que pidieras, siempre que hubieras acumulado en ti numerosos estados positivos.

### ***XIX. LOS ESTADOS INTERNOS***

Debes adquirir ahora suficiente percepción de los estados internos en los que te puedes encontrar a lo largo de tu vida y, particularmente, a lo largo de tu trabajo evolutivo.

1. El primer estado en el que prevalece el sin sentido (aquel que mencionamos al comienzo) es conocido como estado de simple y difusa vitalidad. Todo se orienta por las necesidades físicas, pero éstas son confundidas a menudo con los deseos y las imágenes contradictorias. Allí hay oscuridad en los motivos y los quehaceres. Se permanece en ese

estado vegetando, perdido entre formas variables. Desde ese punto, se puede evolucionar sólo por dos vías: la vía de muerte o la de mutación.

2. La vía de la muerte te pone en presencia de un paisaje caótico y oscuro. Los antiguos conocieron este pasaje y casi siempre lo colocaron "bajo tierra", o en las profundidades abismales. Los instructores también visitaron ese reino para luego "resucitar" en niveles luminosos. Capta bien esto de que "abajo" de la muerte existe la vitalidad difusa. Tal vez la mente humana relacione la desintegración mortal con posteriores fenómenos de transformación y, también, tal vez asocie el movimiento difuso con lo previo al nacimiento. Si tu dirección es de ascenso, la "muerte" significa un rompimiento con tu etapa anterior. Por la vía de la muerte se asciende hacia otro estado.

3. Llegando a él, se encuentra el refugio de la regresión. Desde allí se abren dos caminos: el del remordimiento y aquel otro que sirvió para el ascenso, es decir; el camino de la muerte. Si tomas el primero es porque tu decisión tiende a romper con tu vida pasada. Si regresas por el camino de la muerte, destruyes tu posibilidad evolutiva y recaes en los abismos.

4. Ahora bien, te dije que había otro sendero para escapar de la vitalidad abismal, ese era el de la mutación. Si eliges esa vía es porque quieres emerger de tu penoso estado, pero sin estar dispuesto a abandonar algunos de sus aparentes beneficios. Es pues un falso camino, conocido como "camino de la mano izquierda", tomando la palabra "izquierda" por "torcida". Muchos monstruos han salido de las profundidades de ese tortuoso pasadizo. Ellos han querido tomar el cielo por asalto sin abandonar los infiernos y, por tanto, han proyectado en el mundo medio, infinita contradicción.

5. Supongo que, ascendiendo desde el reino de la muerte y por tu consciente remordimiento, has arribado ya a la morada de la tendencia. En ella no puedes descansar mucho tiempo. Prácticamente, no puedes detenerte. Dos delgadas cornisas sostienen tu morada: la conservación y la frustración. La conservación es falsa e inestable. Caminando por ella te ilusionas con la idea de permanencia, pero en realidad descienes velozmente. Si tomas el camino de la frustración, tu subida es penosa, aunque única-no-falsa.

6. De fracaso en fracaso, puedes llegar al próximo descanso que se llama "morada del desvío". Cuidado con las dos vías que tienes ahora por delante: o tomas el camino de la resolución que te lleva a la generación o tomas el del resentimiento que te hace descender nuevamente hacia la regresión. Allí estás plantado frente al dilema: o te decides por el laberinto de la vida consciente y lo haces con resolución, o regresas resentido a tu vida anterior. Son numerosos los que no habiendo logrado superarse, cortan allí para siempre sus posibilidades.

7. Pero tú que has ascendido con resolución, te encuentras ahora en la posada conocida como "generación". Allí tienes tres puertas: una se llama "Caída", otra "Intento" y la tercera "Degradación". La Caída te lleva directamente a las profundidades y sólo un accidente externo podría empujarte hacia ella. Es difícil que escojas esa puerta. Mientras que aquella de la Degradación te lleva indirectamente a los abismos, desandando caminos en una suerte de espiral turbulento en el que reconsideras de continuo todo lo perdido y todo lo sacrificado en el altar de un dios ignoto.

Este examen de conciencia que lleva a la Degradación es, por cierto, un falso examen en el que subestimas y desproporcionas algunas cosas que comparas. Tú cotejas el esfuerzo del ascenso con aquellos "beneficios" que has abandonado. Pero, si miras las cosas más de cerca, verás que no has abandonado nada por este motivo, sino por otros. La Degradación comienza pues, falseando los motivos que, al parecer, fueron ajenos al ascenso. Yo pregunto ahora: ¿Acaso los falsos motivos del entusiasmo inicial?; ¿Acaso la dificultad de la empresa?; ¿Acaso el falso recuerdo de sacrificios que no existieron, o que fueron impulsados por otros motivos? Yo te digo y te pregunto ahora: tu casa se incendió hace tiempo. Por ello decidiste el ascenso, ¿o ahora piensas que por ascender aquélla se incendió? ¿Acaso has mirado un poco lo que sucedió a otras casas de los alrededores?... No cabe duda de que debes elegir la puerta media.

8. Sube por la escalinata del Intento y llegarás a una cúpula inestable. Desde allí, desplázate por un pasillo estrecho y sinuoso que conocerás como la "volubilidad", hasta llegar a un espacio amplio y vacío como una plataforma, que lleva por nombre: "espacio abierto-de-la energía".

9. En ese espacio puedes espantarte por el paisaje desierto e inmenso y por el aterrador silencio de esa noche transfigurada por enormes estrellas inmóviles. Allí, exactamente sobre tu cabeza, verás clavada en el firmamento, la insinuante forma de la Luna Negra. Allí debes esperar a la alborada, paciente y con fe, pues nada malo puede ocurrir si te mantienes calmo.

10. Podría suceder en tal situación que quisieras por propia inventiva, arreglar una salida inmediata de allí. Si tal ocurre, podrías a tientas encaminarte a cualquier lugar con. Tal de no esperar el día en recogimiento. Debes recordar que todo movimiento allí es falso y genéricamente se llama "improvisación". Si, olvidándote de lo que ahora menciono, comenzaras a improvisar movimientos por tu cuenta, ten la certeza de que serías arrastrado por un torbellino entre senderos y moradas hasta el fondo más oscuro de la disolución.

11. Qué difícil debe ser para tí comprender cómo los estados internos están encadenados unos a otros! Si vieras qué lógica inflexible tiene la conciencia, advertirías que en estas cosas quien improvisa a ciegas fatalmente comienza a degradar y a degradarse, surgen después en él los sentimientos de frustración y va cayendo luego en el resentimiento y en la muerte, sobreviniendo el olvido de todo lo que algún día alcanzó a percibir.

12. Si en la explanada logras alcanzar el día, surgirá ante tus ojos el radiante sol que ha de alumbrarte por vez primera la realidad. Entonces, verás que en todo lo existente vive un Plan.

13. Es difícil que caigas desde allí, salvo que voluntariamente quieras descender hacia los reinos más oscuros para llevar la luz a las tinieblas.

No debo hablar mas de estas verdades, porque ellas sin experiencia engañan, trasladando al campo de lo imaginario lo realizable.

Que te sirva lo dicho hasta aquí, a ti que vienes desde el lejano sin-sentido. Si lo explicado no te fuera útil, qué podrías objetar o poner por encima de esta enseñanza, si de todas maneras, nada tiene fundamento y razón para tu estado de existencia, próximo a la imagen de un espejo, al sonido de un eco, a la sombra de una sombra,

Por el contrario, alégrate si ha descendido al mundo de las tinieblas un cabo luminoso. ¡Alégrate!, pero recuerda bien que hemos traído la verdadera palabra de redención que dice: "sólo tú puedes redimirte".

## **XX. LA REALIDAD INTERIOR**

1. Repara en mis consideraciones. En ellas no habrás de intuir sino alegóricos fenómenos y paisajes del mundo externo. Pero también en ellas hay descripciones reales (no alegóricas) del mundo mental.

2. Tampoco debes creer que los "lugares" por donde pasas en tu andar, sean los que Toza el doble en su separación del cuerpo físico.

Semejante confusión hizo a menudo oscurecer profundas enseñanzas religiosas y así hasta hoy se cree que cielos, infiernos, ángeles, demonios, monstruos, castillos encantados, selvas, ciudades remotas y demás, tienen realidad visible para los iluminados. El mismo prejuicio (pero con interpretación inversa) ha hecho presa de escépticos sin sabiduría, que tomaron esas cosas por "ilusiones" o "alucinaciones" padecidas por mentes afiebradas.

3. Debo repetir entonces, que en todo esto debes comprender que se trata de verdaderos estados mentales, aunque simbolizados con objetos sin existencia en sí mismos.

4. Toma en cuenta lo dicho y aprende a descubrir la verdad tras las alegorías que en ocasiones desvían a la mente, pero que en otras traducen realidades imposibles de captar sin representación.

Cuando se habló de las ciudades de los dioses a donde quisieron arribar numerosos héroes de distintos pueblos; cuando se habló de paraísos en que dioses y hombres convivían en original naturaleza transfigurada; cuando se habló de caídas y diluvios, se dijo gran verdad interior.

Luego los redentores trajeron la Palabra y llegaron a nosotros en doble naturaleza, para restablecer aquella nostálgica unidad perdida. También entonces se dijo gran verdad interior.

Sin embargo, cuando se dijo todo aquello colocándolo fuera de la mente, se erró o se mintió.

Vuela hacia las estrellas el héroe de esta edad. Vuela a través de regiones antes ignoradas. Vuela hacia afuera de su mundo y, sin saberlo, va impulsado hasta el interno y luminoso centro.

FIN