



EDITORIAL, Saturnino Torra (Extracto de la charla dada en Can Deltell el 13/9/1998)	111
DESDE LA ATALAYA, Tim Boyd SOBRE EL MIEDO.....	114
DESDE LA ATALAYA, Tim Boyd ACERCÁNDONOS A LO DIVINO.....	119
¿POR QUÉ MEDITAR? Samdhong Rimpoche.	125
UNA MIRADA SOBRE EL PROGRAMA ORIGINAL DE LA SOCIEDAD TEOSÓFICA. Danielle Audoin.....	134
SE HACE CAMINO AL ANDAR. Miguel Martínez de Paz	139
ACTIVIDADES.....	142
NOTICIARIO.....	143

Cubierta: Juan Carlos García. Impresión: Romanyà/Valls, S.A.
Edita: Editorial Teosófica S.L. para la Sociedad Teosófica Española.
Presidente de la Sección: Àngels Torra
La Sociedad Teosófica Española sólo es responsable de las comunicaciones
oficiales que aparecen en esta revista.
Las opiniones de los autores son de su propia responsabilidad.

RAMAS DE LA SOCIEDAD TEOSÓFICA ESPAÑOLA

ALICANTE alicante@sociedadteosofica.es
c. Marqués de Molins, 25 bajo, 03004 Alicante
ANANDA, teosofiazaragoza@yahoo.es
Avda. Goya, 85 - 1º, 50005 - Zaragoza 678935533
ARJUNA stebcnarjuna@yahoo.es
www.arjunabarcelona.com
c. Torrent de l'Olla, 218-220, 2º, 3ª, 08012 Barcelona
BHAKTI teosofiaterrassa@gmail.com / bhakti@sociedadteosofica.es c. Joaquim Costa, 46 - 08222
Terrassa. Barcelona. Tf. 935379658 - 937881349
clarisaelo@gmail.com
BILBAO teosofiabilbao@gmail.com
c. Hurtado de Amézaga, 27, 3º, Dpto 3, Edificio
Sanreza 48008 Bilbao.
CERES teosofiaceres@yahoo.es
Avd. Hernán Cortes, nº 32 bajo, 10004 Cáceres.
Apartado de Correos, 808 - 10080 Cáceres
660551229
EL LOTO BLANCO kailasangel@yahoo.es
Centro de yoga Kailas. Avda. de Florida 53. of. 10
Vigo 36210 (Pontevedra). 670 51 44 53
HESPERIA teosofiahesperia@gmail.com
c. Mayor, 1, 2º, 20ª-28013 Madrid Tf. 912938466
JINARAJADASA jinarajadasa@hotmail.com
C/Cádiz nº20, bajo (pasaje). Tfs: 722 33 97 14 -
96 328 32 51 Valencia
MOLLERUSSA teosofialleida@yahoo.es
<http://www.lleidaparticipa.cat/teosofialleida>
c. Saturno, 15, 2º 3ª-25003-Lleida Tf. 973273149

NARAYANA mtugarteburu@irakasle.net
c. Entaran Kalea, 10, 3º dcha.
20730-Azpeitia. Guipuzkoa. Tf. 669095648
RAKOCZY ste_rakoczy@yahoo.es
www.rama-rakoczy.org
ORDEN TEOSOFICA DE SERVICIO:
www.ots-hispania.org
Rios Rosas, 25, 1º D - 28003 Madrid
VIVEKA margayurvedica@gmail.com
c. Narcís Monturiol 20-22 Entlo 1ª
08191 Rubi. Barcelona. Tf. 936993543-
696120283
GRUPO DE ESTUDIOS TEOSÓFICOS BENIDORM
bhlupion2003@yahoo.es
GRUPO DE ESTUDIOS TEOSOFICOS KĀLAHAM-
SA
Tel: 688 443 424, getkalahamsa@gmail.com
GRUPO DE ESTUDIOS TEOSÓFICOS "LA RIOJA"
hernaeszuliohernaesz@yahoo.es
Avda. de Colón, 57 - 26003 Logroño
GRUPO DE ESTUDIOS TEOSÓFICOS "MALGRAT
DE MAR", jespcasa@gmail.com C/ Sant Pere, 36.
Tel: 93 761 32 83
GRUPO DE ESTUDIOS "MARIO ROSO DE LUNA"
murtalzira@hotmail.com c. Tetuan, 6, 2º 3ª
46600 Alzira, Valencia. Tf. 667637064.
GRUPO DE ESTUDIOS TEOSÓFICOS "ZANONI"
angelinesbi@yahoo.es C/ Jesús Delgado Valhon-
do 7 10005 Cáceres.

SECRETARIA GENERAL

Av. Vall d'Or 85-87, 08197 Valldoreix (Sant Cu-
gat) Tel. 936748572 presidencia@sociedadteosofica.es / secretaria@sociedadteosofica.es
website: <http://sociedadteosofica.es>

SEDE INTERNACIONAL

The Theosophical Society Adyar,
Chennai 600.020, India.
website: <http://www.ts-adyar.org>
TPHAdyar: <http://www.adyarbooks.com>
<http://www.ts-adyar.org/catalogue.html>.
tphindia@gmail.com

HOJA DE SUSCRIPCIÓN A SOPHIA PARA 2016

Nuevos suscriptores: enviar esta hoja de suscripción a: Editorial Teosofica, Apartado de correos 105 - 08197 - Valldoreix. Tf. 93-6746697

e-mail: amtorra@gmail.com

Nombre y apellidos:

Dirección:

Localidad: Código postal

Provincia. e-mail Tf

Modalidades de pago (por seis revistas al año, que se publicaran bimensualmente)

Transferencia a c/c. Editorial Teosófica S.L. en:

LA CAIXA nº: ES64 2100 0220 8602 0052 6473; ESPECIFICAR NOMBRE Y APELLIDOS

Contra reembolso (sólo para España) incrementar 6 € al coste de la suscripción, que cobra la oficina de correos.

Precio de la suscripción: España: 18 Euros. Europa: 24 Euros.

(Extracto de la charla dada en Can Deltell el 13/9/1998)

El estudio de hoy tiene como objetivo ayudar a adquirir cierta capacidad de armonía y belleza mental que nos permita la solución de todos los problemas de la vida y el logro de todos los ideales del Alma y del Corazón.

El futuro inmediato de la humanidad, tanto individual como colectivamente, queda claro en el pensamiento sacado del libro de pensamientos diarios del día 3 de septiembre. Parece que todo eso es posible cuando uno estudia, medita, descubre y colabora con el propósito Divino; pero si solamente se sigue la corriente, se sigue a rastras, es decir cuando uno sigue siendo esclavo de su personalidad, sin ser colaborador de su propia Alma, entonces se va a remolque, con sufrimientos sin fin, a través de siglos y milenios, hacia la iluminación y la liberación que, inevitablemente, todos alcanzaremos finalmente. La Providencia no tiene prisa, pero tampoco deja de actuar.

Nuestras reuniones tienen por objetivo intentar comprender, descubrir y colaborar con el Plan

Divino, según nuestras posibilidades y nuestra manera de ser. Eso quiere decir que si, además de nuestros afectos e ideales, descubrimos también nuestros defectos y debilidades y, a la vez, tratamos de descubrir las leyes ocultas de la naturaleza, nos va a ser posible entonces enfrentarnos a todos los problemas kármicos de la vida y nos va a ser posible adquirir lo que nos falta para una cierta y efectiva unión con lo divino, o con la realidad de lo Verdadero.

Actualmente, el próximo paso para la humanidad es el de perseguir y alcanzar el Sendero Espiritual, el de despertar, renacer y resucitar espiritualmente.

Una vez redimidos y liberados de los lastres de interpretaciones dogmáticas, de nombres personales, de conceptos antropomórficos y de clérigos asalariados, las doctrinas fundamentales de todas las religiones se mostrarán idénticas en su significado esotérico. Osiris, Krishna, Buddha, Cristo, se mostrarán como nombres distintos para una misma y única vía superior hacia la dicha final, hacia el Nirvana.

Maha Chohan

Diría que el secreto de todo

ello, en primer lugar, está en una confianza interna, una conciencia y un corazón de los que hacen gala Savonarola, Francisco de Asís, Blavatsky, Besant, Leadbeater, Krishnamurti o Radha Burnier, y otros tantos. Está a nuestro alcance y en realidad nos está llamando para que nos fijemos en la omniabarcante, eterna y progresiva REALIDAD –pero sólo progresiva– en la manifestación y no en la esencia de la VERDAD: SEIDAD ESPIRITUAL, como lo revela el Ocultismo y Krishnamurti. Todo ello viene experimentándose en la medida y proporción en que sentimos que somos almas inmortales a imagen y semejanza de Dios; eso nos permite librarnos de los encantos del mundo, es decir darnos cuenta de que el aspecto Forma es sólo un medio para la expresión y experimentación del aspecto Vida; y también de que el canal o instrumento entre la Vida y la Forma reside en la Mente. La mente inferior, la concreta, la matadora de lo Real es la que engorda creando ilusiones, tinieblas y cosas temporales. Y la Mente superior es la que encarna lo real, la luz y lo eterno e inmortal. A eso se le llama discernimiento. Y una vez en posesión de tales conocimientos, se va resueltamente hacia la consecución del Ideal.

Nuestra mente, nuestro carácter, nuestra conciencia es el producto de todas nuestras experiencias pasadas. Así, según llegamos a esta encarnación, así transcu-

rre nuestra vida, con un capital inicial, innato, y con una forma dominante de Voluntad soberana, o bien de Inteligencia por encima de todo, o bien de sentimiento o devoción. Pero, según leemos en el pensamiento del día 3, ha llegado el momento, nos dicen, de que el despertar sea una experiencia palpitante en nuestra vida diaria, una cosa real y palpable, sólo en la medida en que completamos nuestra característica de nacimiento: de Voluntad, de Sabiduría o de Santidad, con los aspectos restantes.

Se nos dice que sólo con que haya un 1% más de espiritualidad que de mundanalidad en nuestras vidas, el éxito está asegurado. Pero hay que mantener el tipo, desde el principio hasta el fin. Así pues, no se puede, en absoluto, prescindir de ninguno de los tres aspectos de la Realidad del aspecto Vida del Cosmos, como tampoco de su aspecto Forma. El aspecto forma, el templo de Dios, es el que se ha de convertir, tanto en el plano físico como en el mental y espiritual, en el cáliz, en la lira, en el AURA para la expresión o manifestación de lo que es, por y para siempre, misterioso y que no se puede conocer. Y eso que es misterioso, Absoluto, Causa sin Causa de todas las causas, tiene, se dice en la Doctrina Secreta, *“su tabernáculo y su altar en el recinto santo y jamás hollado de nuestro corazón; invisible, intangible, no mencionable, salvo por la voz tranquila y recogida de nuestra*

conciencia espiritual. Quienes le rinden culto deben hacerlo en el silencio y en la soledad santificada de su Alma, haciendo que su Espíritu sea el único mediador entre ellos y el Espíritu Universal; sus buenas acciones los únicos sacerdotes y sus intenciones pecaminosas las únicas víctimas visibles objetivas sacrificadas a tal Presencia. “(DS, I, p.487, ed. Maynadé)

En la misma página de La Doctrina Secreta se cita a San Mateo, cap VI, y continúa diciendo: “*Cuando ores, no seas como los hipócritas, sino entra en tu cámara interna*” (parece que significa “el establo” donde, como niño, nace en el ser humano el principio Crístico, la primera Gran Iniciación) y sigue diciendo: “*y, cerrada la Puerta, ora a tu Padre en Secreto*”. En La Doctrina Secreta se interpreta a San Mateo diciéndonos: “*Nuestro Padre se halla dentro de nosotros “en secreto” “en la cámara interna” y es nuestro Séptimo Principio* (ese séptimo principio es el Atman, la Voluntad, en el sentido de “querer es poder”) Y sigue diciendo la D.S.: “*Nuestro Séptimo Principio, en la cámara interna, es la percepción de nuestra alma. El Reino de Dios y el de los Cielos se halla dentro de nosotros, dice Jesús, y no fuera.*”

(...)

Krishnamurti ha fomentado durante toda su vida un nuevo modo de vivir en el que todo se convierta en una realidad. Pero, ¿cómo?. Volviendo ante todo al

candor y confianza de la infancia. Después librándonos de las infinitas preocupaciones en torno a cuanto pueda ocurrirle a nuestra personalidad y al mundo en general, pero no en un estado de tibieza, o en un estado mecánico y rutinario de super-hombre, sino en un mayoritario anhelo de perfección, de idealismo, de belleza, de compasión y de amor. No se trata de encerrarse o de retirarse a la selva, sino dentro mismo de la vida familiar, profesional y social.

Al fomentar por encima de todo un nuevo modo de vivir, no anula ni prescinde de lo técnico, ni de lo académico, ni de la disciplina, ni de la organización.

Para mí resulta imprescindible que diariamente se medite como un cartujo, cosa que fomenta en nosotros la Santidad, que es absolutamente imprescindible en Ocultismo. Que diariamente se estudie, se investigue, se trascienda lo concreto y temporal hacia lo infinito, abstracto y eterno. Ello despierta en nosotros la Sabiduría (si le precede la Santidad). Y que diariamente no dejemos de aportar algo al conjunto evolutivo de la humanidad, en lo mental y en lo espiritual, aunque también, en lo posible, en lo material; pero siempre con nobleza y caballerosidad. De ese modo, la realización espiritual de nosotros mismos, el porqué de nuestra existencia y el fin sublime que a todos nos espera vendrá a ser, aquí y ahora, una

SOBRE EL MIEDO

Uno de los conceptos básicos de la tradición de la Sabiduría Perenne es el que se refiere a la naturaleza multidimensional del universo y de nosotros como individuos; el hecho es que funcionamos a muchos niveles simultáneamente. La extensión de la conciencia dentro de nosotros y en nuestro entorno es ilimitada; todo, desde los aspectos aparentemente inconscientes de nuestro ser hasta la más elevada conciencia divina está continuamente presente en cualquier momento dado y constituye la esencia de nuestro ser. Cuando examinamos este concepto más profundamente, nos damos cuenta de que la dimensión más poderosa de nuestro ser es aquella parte a la que parece que tenemos el menor acceso de instante en instante. El aspecto más elevado de nuestra naturaleza es el más oculto. Hay términos y nombres que utilizamos para describirlo:

el Yo Superior, el alma, la Chispa Divina, el Ego, la individualidad, Atma-Buddhi-Manas. Algunas de las cualidades que parecen surgir cuando este aspecto más elevado de nuestro ser predomina en nuestra vida son la paz, el amor, la compasión y la sabiduría.

El poeta Alfred Lord Tennyson describe de forma muy hermosa la proximidad y presencia constante de ese yo superior de la siguiente manera:

*Háblale, tú, porque El oye,
Y el Espíritu puede encontrarse
con el Espíritu,
Está más próximo que el aliento,
Y más cercano que las manos
y los pies.*

Con el tiempo, nos hacemos conscientes de que esto no es algo que alguien haya creado como una ficción. Tenemos vislumbres de ello, nuestras propias experiencias de esa naturaleza más profunda. Cuando esta conciencia va más allá

de ser un simple concepto y llega al nivel de una experiencia real, nos enfrentamos con un problema. Si miramos el mundo habitado por billones de personas como nosotros, cada una de las cuales está habitada por esa misma Chispa Divina, vemos que existe un abismo entre la naturaleza superior y nuestra conducta normal. Vemos las guerras, el hambre, los desequilibrios económicos, toda una serie de problemas egocéntricos creados por los humanos. Incluso en nuestra vida individual vemos esas contradicciones.

Si, de hecho, esto más Elevado es la esencia y fundamento de todo ser, debemos preguntarnos lo que explica nuestro propio comportamiento cuando interactuamos con los demás y con el mundo de nuestro alrededor. Es una pregunta importante. Una de las cosas que escribió H.P. Blavatsky habla de ello: *“Sea cual sea el plano en el que pueda estar actuando nuestra conciencia, tanto nosotros como las cosas pertenecientes a ese plano son, de momento, las únicas realidades”*. Por ejemplo, un pez en el agua está rodeado por las criaturas del mar, vive en un mundo acuático y no tiene comprensión ni interacción con los pájaros que vuelan en el aire o con la gente que camina por tierra firme.

El mismo ejemplo se puede dar para nuestra conciencia como individuos. Un ladrón, cuya conciencia y atención están enfocadas

en el robo, puede ver a un hombre santo, pero todo lo que verá es su cartera o la bolsa colgada al hombro, y lo considerará una oportunidad para robarle. Para un mentiroso, el mundo es deshonesto. Para un santo, cada ser, ya sea una persona santa, un criminal, un mendigo, un sacerdote o un comerciante, cada ser y cada cosa son sagrados, porque ese es el plano de la conciencia en el cual funciona.

Un gran pensador griego, Sófocles, dijo algo en una ocasión que refleja el mismo concepto: *“Para el miedoso, todo son crujidos”*, todo se mueve y todo produce miedo. Podemos imaginar a una persona asustada caminando por una calle de noche; cada sonido le parece, en su mente, un aviso o un peligro inminente. La emoción común del miedo es compartida por todo el mundo. Es algo que influencia la vida y la conducta de cada uno en algún momento. Para muchos, el miedo puede ser como una “sombra que no desaparece nunca”.

Algunos dicen que existen solamente cuatro emociones: la tristeza, la felicidad, la ira y el miedo, y que todo lo demás es sólo una mezcla de estas cuatro básicas. El miedo es una de las emociones básicas que aparece en nuestra conciencia en los momentos en que nos sentimos amenazados y en peligro. Dependiendo de la persona, la lista de cosas que pueden causar esos miedos es muy larga.

Hay personas que salen de una habitación chillando y llorando cuando ven una araña. Las serpientes, los ratones, las tormentas, etc., son ejemplos comunes, pero también tenemos la misma respuesta emocional ante otras cosas. Muchos tienen un tremendo miedo a levantarse delante de los demás para hablar de lo que piensan o creen. El miedo al rechazo de los demás es un miedo poderoso. Muchos otros tienen miedo a la muerte.

Sentimos estos miedos en el momento presente, pero somos capaces mentalmente de proyectarlos en el futuro, de modo que la gente puede sentir un miedo constante por cosas que no han ocurrido ni ocurrirán nunca. Muchas veces sucumbimos a esta situación. El problema es que, como muchos estados emocionales, no es algo que se encuentre aislado en un solo plano de nuestra conciencia. La emoción fuerte tiene una cualidad invasora que llega hasta nuestro cuerpo físico y también a nuestra mente. Desde un punto de vista fisiológico, en el instante en que aparece el miedo empiezan a manifestarse cosas en el cuerpo. El término que se usa para responder a ello es *“la lucha o la huida”*. Nuestro cuerpo se prepara para una de las dos cosas frente a una amenaza imaginaria o real. Con la aparición del miedo, se liberan hormonas en el cuerpo; uno empieza a sudar, el corazón se

acelera, los músculos se tensan, el azúcar de la sangre aumenta, todo ello en preparación de la lucha o la huida imaginadas.

En nuestra literatura teosófica tenemos descripciones clarividentes de las formas de pensamiento generadas por una mente temerosa. Cuando se las describe o define, siempre predomina un tono gris en esas formas de pensamiento. Los colores vívidos asociados con el amor o alguna emoción positiva están ausentes. Los clarividentes también describen el aura de la persona temerosa como *“endurecida”* con una capa de gris que impide el flujo de entrada y salida de las energías superiores. El sentir miedo produce una tendencia natural a encerrar a la persona en la experiencia del aislamiento. El miedo puede también contaminar a los demás. Tiene una cualidad contagiosa.

En *Las Cartas de los Maestros* encontramos repetidamente advertencias o consejos como el de *“no temáis”* o *“nunca tengáis miedo”*. En las traducciones de las escrituras de todo el mundo vemos numerosos ejemplos en los que esta misma palabra *“miedo”* se utiliza para describir seres de orden superior. No se utiliza para describir nuestra reacción personal a las serpientes, etc., sino una dimensión de comprensión mucho más elevada. En la Biblia hay una frase que requiere cierta reflexión: *“El temor de Dios es el principio de*

la sabiduría". Es una frase extraña porque habla de algo muy distinto a nuestra sensación normal del miedo que experimentamos cuando nos sentimos amenazados.

Igualmente, en uno de los capítulos del *Bhagavadgita*, Arjuna le pide a Krishna que le revele su forma universal. Hasta ese momento, Arjuna había estado viendo a Krishna en su cuerpo físico como auriga y consejero, pero en ese momento sabía que Krishna no era nada menos que la encarnación de lo Divino, y le pidió ese favor, que se le permitiera ver a Krishna en su verdadera forma. Krishna respondió diciendo que nadie nunca había visto esa forma, pero que, por su karma, Arjuna podría verlo. Aquella visión hizo estremecer a Arjuna. Primero vió el cuerpo de Krishna con bocas por todos lados y, desde todas direcciones, todas las cosas vivas entraban volando en su boca y eran devoradas. Tenía ojos en todas direcciones y resplandecía tanto que incendiaba los universos. El efecto que tuvo aquella visión en Arjuna fue tan profundo que se llenó de "miedo". La visión fue demasiado fuerte para poderla soportar y tuvo que pedirle a Krishna que recuperara su anterior forma, porque la verdadera era sobrecogedora.

La palabra utilizada en el *Bhagavadgita* para describir el estado de respeto mezclado con terror, perplejidad y estupefacción que sintió Arjuna fue la palabra

"miedo". Este tipo de miedo es el resultado de un reconocimiento que demuestra nuestra total insignificancia como individuos, y que existimos dentro de algo muy grande que lo abarca todo. Tal vez sea temible constatar que la realidad de nuestro propio potencial presente es ilimitada. Es un temor noble, no un temor en el sentido ordinario, sino una cualidad que nos ofrece muchas posibilidades de exploración.

¿Qué hacemos entonces? Hay una expresión que dice: *La enfermedad oculta no puede curarse*". Primero, ser conscientes de que hay una enfermedad ya es el principio de su curación. La conciencia de este proceso y de la forma en que actúa en nosotros es un principio, reconocerlo y darle un nombre es un principio. Cuando un paciente va al médico, lo primero que este hace es examinarle, diagnosticarle y dar un nombre a la enfermedad. Entonces puede recetar pastillas, pero cualquier buen médico aconsejará también algún cambio en el régimen del paciente. A otro nivel podría sugerirle hacer ejercicios, y todavía a otro nivel le aconsejaría al paciente que leyera cosas que elevaran sus pensamientos, o que empezara a rezar o a meditar.

Un planteamiento similar, a distintos niveles, podría adoptarse respecto al miedo, pero probablemente el mejor planteamiento sea el que busque la causa. Una de las maneras de describir nuestra

enfermedad y el estado normal de nuestra mente es que funcionamos a través de la “*herejía de la separatividad*”. Esto se refiere a la falsa idea de que, de alguna manera, estamos separados, no sólo los unos de los otros, sino también de la fuente Divina que habita en todos y en cada una de las cosas. ¿Qué es lo que crea esa mentalidad que parece que llevamos con nosotros?

Durante su vida, HPB habló mucho *sobre* la meditación, pero dijo pocas cosas respecto a las instrucciones de *cómo* hacerlo. En 1888, tres años antes de morir, dictó un “Diagrama de la Meditación” a uno de sus estudiantes de Inglaterra. Es profundo y tiene una amplia aplicación, sobre todo para la mente que se siente amurallada y separada, llena de miedo. El diagrama insiste en la Unidad. De hecho, empieza diciendo “Primero concebid la UNIDAD por expansión en el espacio e infinitud en el Tiempo”. Lo primero que nos aconseja es tratar de concebir la Unicidad. Naturalmente eso es imposible, la Unicidad no puede ser un concepto, no puede ser captado por la mente, pero ella nos aconseja encarecidamente que empecemos intentándolo.

Después nos presenta modos muy específicos para dirigir la atención en la meditación. Primero deberíamos dirigir la atención a ciertas “Privaciones”, es decir, un “rechazo constante a pensar en la realidad de” cinco cosas: 1) las

separaciones y los reencuentros, ese tipo de cosas que ocurren todo el tiempo; 2) la distinción entre amigos y enemigos, los que nos atraen y los que nos repelen; 3) las posesiones; 4) la personalidad; y 5) las sensaciones. Todas las cosas a las que prestamos atención y que tienden a aislarnos en el sentido de que “esto es mío” o “estas son mis cualidades”, o “estas son las cosas que me hacen sentir diferente y aparte”. Hemos de impedir que el flujo de nuestra mente adjudique realidad a estas cosas. Añade que la culminación de esa manera de meditar sería la realización de que “yo soy sin atributos”. No hay cualidades que dividan mi conciencia; no hay identidades que me separen de los demás; ninguna de esas cosas. Esta es la primera parte del proceso. Es la *vía negativa*, o el método de la negación, *neti neti* en sánscrito.

Después sigue hablando del otro aspecto del proceso, que describe como las “Adquisiciones”. Hay un cierto estado de mente que debemos “adquirir”, en este caso a través de la meditación sobre tres elementos: 1) una Presencia Perpetua en la imaginación de todo el espacio y el tiempo, un esfuerzo continuo para imaginarnos universalmente presentes en todo el espacio y tiempo, que es algo muy difícil de hacer. Obviamente, cualquier esfuerzo en esa dirección tiene el efecto de disminuir las limitaciones de la personalidad.

HPB nos dice que meditar de esta manera tiene como efecto el desarrollo de un substrato de la conciencia que actúa incluso cuando dormimos. Así pues, incluso en sueños, ese estado de la mente sigue activo. Añade que el valor se convierte en la característica de la persona que sigue ese camino y así no se experimenta miedo cuando uno se enfrenta a los distintos peligros y pruebas que aparecen en nuestro camino de la vida. 2) La segunda adquisición de la lista es un esfuerzo continuo por tener una actitud mental respecto a todas las cosas que no sea ni amor, ni odio ni indiferencia, un estado de ecuanimidad que lo considere todo como igual. No existe división, ni mejor ni superior, ni los

que han de ser amados y los que han de ser rechazados. 3) El tercer aspecto del que nos habla es la mente que considera todo cuanto existe únicamente como una expresión de la limitación. HPB sugiere estos tres elementos como una cura o una medicina para las distintas enfermedades que nacen de la herejía de la separatividad, entre las cuales está el miedo. Estas adquisiciones culminan con el reconocimiento de que “yo soy todo el Espacio y el Tiempo”.

Son algunas sugerencias. Aunque, para nuestra época, yo haya insistido en la emoción específica del miedo, se pueden aplicar universalmente y vale la pena explorarlos con más profundidad.

(The Theosophist. Abril 2016.)

ACERCÁNDONOS A LO DIVINO.

Durante los primeros días de la Sociedad Teosófica, a H.P. Blavatsky se la conocía por criticar las prácticas de la Iglesia y la forma en que actuaba el cristianismo en su época. Es algo comprensible, dada la situación de

colonialismo, especialmente en la India. Para HPB se trataba de un asunto de “valiente defensa de los que son injustamente atacados”. Creo que sentía que la imposición de una religión extraña mal practicada sobre una cultura en la

que los planteamientos existentes respecto a la Divinidad tenían un gran mérito era algo que debía abordarse. Y naturalmente, a su manera guerrera, ella lo abordó.

Lo que vemos en sus escritos es que criticó frecuentemente la manera en que se planteaba en la Iglesia el concepto de Dios. Raramente utilizaba la palabra “Dios” en sus obras, al menos no en el sentido familiar de la práctica cristiana habitual y, cuando lo hacía, solía ser para señalar algunas de las limitaciones que se habían impuesto sobre este principio potencialmente grande e inspirador. No se oponía a Dios, sino a la caracterización distorsionada que emergía de una filosofía errónea y al hecho de que esa caricatura de la divinidad se estuviera imponiendo sobre una población colonial.

Ella reconocía como un razonamiento distorsionado esa idea de la existencia de una inteligencia absoluta, infinita y suprema que después se personifica, a la que se le da un nombre y que se describe en términos de limitaciones humanas como la ira, la cólera y la insatisfacción además de adjudicarle toda una hueste de atributos limitadores. Y por eso hablaba del tema. Desde el punto de vista de HPB, al hablar de lo Absoluto, la única manera de poder describirlo era como la oscuridad y la nada, la nada en el sentido de que lo Absoluto carece completamente de atributos; no tiene ninguna aso-

ciación con ninguna cosa en particular, y por eso “nada”, “ninguna cosa” era el modo más apropiado de describirlo.

Los autores posteriores a HPB en la tradición teosófica, Annie Besant, C.W. Leadbeater, I.K. Taimni y otros, no vieron ninguna dificultad en usar la palabra “Dios” para expresar un significado particular. En *La Clave de la Teosofía* HPB adopta el papel del Investigador y también del Teósofo que responde a las preguntas. En el libro le hace una pregunta muy directa al Teósofo que estaba respondiendo. La pregunta es: “¿Cree usted en Dios?” Es una pregunta directa y aparentemente simple. La respuesta que ella da a esa pregunta es muy reveladora. No es una respuesta de “sí” o “no”. Es la siguiente: “Eso depende de lo que usted quiera decir con el término (Dios)”. Y sigue describiendo todas las cosas que *no* estarían incluidas en ninguna creencia funcional en lo Divino. Cosas como la personalidad o todo lo que pudiera sustituirse por el pronombre “él” o “ella” estaría en esa clasificación. Pero dice que en lo que sí creemos es en una “esencia universal y divina”. Annie Besant y otros tenían una idea muy clara de lo que estaban diciendo cuando utilizaban el término “Dios”.

Dondequiera que vayáis y cualquier época que examinéis de la historia mundial, veréis que siempre han tenido algún concepto de

lo Divino, algo equivalente al concepto de Dios. Durante los últimos 100 años hemos tenido la oportunidad de observar un experimento, llevado a cabo ampliamente, que consistía en concentrar esfuerzos deliberadamente para erradicar las creencias religiosas. En ese experimento que probaron en la Unión Soviética y también en la China comunista, una población hasta entonces muy versada en distintos planteamientos de lo Divino estaba viviendo bajo un nuevo orden social en el que la práctica o la creencia religiosa ya no estaban permitidas. No solamente no estaban permitidas, sino que se aplicaban severos castigos a todo aquel que se atrevía a practicarla. La idea predominante en esas sociedades comunistas era que la religión es algo antinatural que se le había impuesto a la conciencia humana, y que si se le impedía cualquier oportunidad de expresarse, acabaría desapareciendo. Ese experimento se probó aproximadamente durante tres generaciones. Así, los hijos de los hijos de las personas que fueron sometidas por primera vez al experimento fueron educados en ausencia de una expresión religiosa abierta.

Al finalizar esos regímenes, lo fascinante fue que, de repente, como no había desaparecido nunca, la necesidad religiosa volvió a surgir con mucha fuerza, de modo que, aunque las organizaciones de quienes practicaban esas reli-

giones podían haber sido destruidas, o su mente podía haber sido manipulada con la cárcel o la “re-educación”, de alguna manera los principios que habían dado origen al impulso religioso permanecieron intactos. Desde un punto de vista teosófico, resulta claro. La fuente del impulso religioso se halla en lo más profundo del interior, fuera del alcance de las fuerzas mentales, materiales e incluso emocionales.

Tenemos una expresión en la literatura teosófica que dice que “la fe es el conocimiento inconsciente”. La razón de que aflore continuamente este sentimiento de devoción hacia lo Divino dentro del corazón de la humanidad se debe a la presencia de un “conocimiento” que excede a la mente consciente. Se encuentra más allá del reino de la comprensión mental, pero está reaccionando continuamente sobre la mente. Lo conocemos y no puede desaparecer. Existe una “esencia divina universal y esencial” que impregna continuamente la vida de todos y cada uno de nosotros.

HPB también criticaba mucho la oración, al menos tal como se practicaba en la Iglesia de su tiempo e incluso en la Iglesia actual. Con una reacción parecida a la que tenía con el planteamiento filosóficamente erróneo respecto a Dios, estaba convencida de que la oración, tal como era comprendida y practicada, debilitaba al que

rezaba. E igual que pasaba con el concepto de Dios, no tenía un problema con la plegaria en sí, sino con la comprensión distorsionada del practicante común. La plegaria, al fin y al cabo, es una de las técnicas de la vida espiritual que se encuentra y se practica en todas partes del mundo. Algunos de los más grandes seres de la historia se han visto influenciados por su práctica de la oración.

En *La Clave de la Teosofía*, HPB habla de la oración. Primero comenta lo poco apropiado que es un planteamiento que le hace una petición a un ser divino por algún deseo egoísta, con la esperanza de que sea atendida, tanto si es algo merecido como si no, o incluso aunque vaya en contra de las leyes de la Naturaleza. Dice que ese planteamiento es lo más opuesto a la verdadera oración. Afirma que, como teósofos, sí, creemos en la oración, pero ella la describía como “la oración de la voluntad”. La oración de una voluntad que no va dirigida hacia ninguna persona ensalzada, sino hacia el “Padre de los Cielos”. Eso, ella lo distinguía de la creencia predominante de la figura del Padre divino en las nubes, que concede cosas a quienes dicen las palabras correctas. El Padre de los Cielos es nuestra más profunda naturaleza espiritual: Atma-Buddhi-Manas. HPB hacía la distinción de que la oración genuina está dirigida a ese Padre de los Cielos, que es un principio

porque es universal.

Annie Besant y otros autores posteriores de la tradición teosófica utilizaron muy libremente la palabra “oración”. De hecho, hoy en día, en casi todas las reuniones que se celebran en el mundo teosófico recitamos una oración que escribió Annie Besant y que conocemos como la “Plegaria Universal”.

Escribió esa plegaria en respuesta a la petición de una persona que había convocado una reunión y le pidió una meditación para el grupo. Ella escribió una plegaria y dijo que, mientras la escribía, parecía que se la iban recitando en su interior. Sentía que no podía escribir una meditación, porque consideraba que eso era un tema más personal. En su lugar, escribió la plegaria “Oh Vida Oculta” para esa reunión determinada, con la idea de que podría recitarse dos veces al día, por la mañana y por la noche. Naturalmente, ha acabado por convertirse en algo que recitamos en todo el mundo teosófico y que se utiliza en la práctica personal de innumerables individuos.

Uno de los puntos fundamentales en la tradición del misticismo es la idea de que Dios o la presencia divina universal es algo que puede experimentarse y que es únicamente en esa experiencia donde aparecen el verdadero significado y valor. Incluso HPB, en su descripción de la plegaria de

la voluntad, dice que sus efectos pueden llevarnos a una comunión genuina, como si fuera la fusión de un alma superior con la esencia universal.

Hay un librito procedente de la tradición mística cristiana, escrito como manual de la práctica de la unión con Dios, o lo Divino. Se llama *The Cloud of Unknowing*. En él encontramos una breve plegaria muy potente. Dice lo siguiente:

*¡Oh Dios!, a quien se abren todos los corazones,
Para quien el deseo es elocuencia,
A quien no se le oculta ninguna cosa secreta,
Purifica los pensamientos de mi corazón
Con la efusión de tu espíritu
Para poder amarte con un amor perfecto
Y alabarte como mereces.*

Podríamos tratar de profundizar un poco en el sentido de esas palabras. Es una plegaria inagotable, pero podemos al menos rascar la superficie. “¡Oh, Dios!, a quien se abren todos los corazones” es el reconocimiento, como debe tener toda plegaria verdadera, de la realidad, de lo que es. No es la combinación específica de unas palabras lo que la hace diferente, sino el reconocimiento interno de que existe una esencia divina universal con la cual todos los corazones están conectados, y a la cual todos se

abren. La plegaria, pues, empieza con ese reconocimiento básico de lo que es la realidad de las cosas.

La frase “para quien el deseo es elocuencia” podría ser un poco más complicada. En la tradición hermética hay un dicho que tal vez conozcamos: “Detrás de la Voluntad está el deseo”. Sólo mediante el esfuerzo que se hace para cultivar el deseo de un tipo particular se puede influir en la personalidad y abrirla a la naturaleza superior. El deseo del que hablamos estaría más en consonancia con la aspiración. En ausencia del cultivo y dirección de lo que llamamos “deseo”, no experimentamos el descenso de la voluntad superior. La palabra “elocuencia” tiene que ver con la persuasión. Así la frase “para quien el deseo es elocuencia” describe la persuasión de nuestro deseo superior, ese deseo que bordea e invoca el descenso de la Voluntad Divina.

La frase siguiente dice: “a quien no se le oculta ninguna cosa secreta”. El único lugar donde hay cosas ocultas está dentro de los oscuros recesos de nuestra propia personalidad, esos rincones de nuestro ser en los que no estamos dispuestos a permitir que entre una luz superior. Esos son los lugares donde nos sentimos limitados, donde nos ocultamos de nosotros mismos y de los demás, donde acogemos todos los complejos y dificultades que mantienen ocupados a los psicólogos. En nuestra relación con el

Yo Superior, con lo Divino, el secretismo es a la vez algo sin sentido e innecesario. Todo se sabe, siempre. Este reconocimiento permite una liberación del esfuerzo masivo que hacemos necesariamente para fortalecer esos lugares ocultos. De nuevo, se trata simplemente de un reconocimiento de la realidad.

Así la primera parte de esta plegaria nos hace pasar por el proceso de reconocer los distintos aspectos de lo Divino y su potencial para una implicación creativa dentro de la personalidad. La parte siguiente de la plegaria hace una petición: “purifica los pensamientos de mi corazón con la efusión de tu espíritu”. Se pide que la luz de lo Divino pueda brillar sobre esos pensamientos generados en la parte más profunda de nuestro ser; no los pensamientos de nuestra mente normal, ni los que parecen ir y venir a cada momento, sino los pensamientos de “mi corazón”.

Muchas veces pensamos en la “Luz” como en un sinónimo de lo Divino. Para el que ha construido una casa sin ventanas y se pasa la vida dentro, no es razonable esperar que la luz resplandeciente del sol pueda abrirse paso para llegar hasta él. El hecho de que nos encontremos separados de esa luz no disminuye en ninguna manera la luz del sol. Solamente afecta a nuestro acceso.

Esta parte de la plegaria no está pidiendo que el sol brille más, ni le pide al sol que penetre por

las paredes que hemos erigido a nuestro alrededor. La plegaria dice “purifica los pensamientos de mi corazón con la efusión de tu espíritu”. Es una expresión de nuestra voluntad para eliminar las barreras que hemos creado de modo que pueda entrar la luz. No es una plegaria para cambiar el funcionamiento del Universo. Es una expresión de nuestra voluntad para acceder al resplandor de la luz del sol divino.

La plegaria culmina con “para poder amarte con un amor perfecto y alabarte como mereces”. ¿Cuál es la naturaleza de un “amor perfecto”? ¿Cuál es la naturaleza de la “alabanza?” Cuando hablamos de la alabanza, las hacemos de distintas formas y tipos. Ocurre a menudo con los niños; si hacen algo bueno, les alabamos para que puedan desarrollar su confianza. La verdadera alabanza ocurre cuando vemos algo valioso y lo reconocemos. No se crea ni se fabrica en el momento. Es el reconocimiento y apreciación de lo que es.

Y ¿cual es la alabanza que merece la “esencia divina universal”? Probablemente sea algo mucho menos complicado de lo que pensamos. Tal vez no signifique ni más ni menos que el reconocimiento de la presencia de lo Divino en cada persona, en *todas* las cosas, dondequiera que miremos. Esa es la alabanza que fluye de la persona que genuinamente ha alcanzado un punto en

su desarrollo que le permite ver. Alabar falsamente aquello que no vemos o que no hemos captado es un gesto vacío. Pero todos hemos tenido alguna experiencia que, de algún modo, ha confirmado esa “fusión” de nuestra alma superior con la naturaleza divina de la que habla Blavatsky. Tenemos esa realización, por eso en esta plegaria hablamos de ello. En el *Bhagavad-gita* Krishna se llama a sí mismo el Gobernante Interno Inmortal presente en el corazón de todos los seres. Cuando surge dentro de nosotros la capacidad de verlo, ese simple reconocimiento ya es la alabanza que merece.

Hay muchas plegarias similares. Hemos dado esta, de un autor desconocido, como un ejemplo del potencial para acelerar todas las actividades de nuestra personalidad, para que puedan señalar la verdadera experiencia de esa Vida oculta, Luz oculta y Amor oculto que Annie Besant mencionaba en su Plegaria Universal. Está presente en todas partes, y generalmente no reconocida y no apreciada. Cualquier recurso que nos ayude a reconocerla al menos momentáneamente es digno de nuestra consideración.

(The Theosophist. Mayo 2016.)

¿POR QUÉ MEDITAR?

Samdhong Rimpoche.

Pregunta: Samdhong Rimpoche, ¿por qué meditar?

Samdhong Rimpoche: Es una muy buena pregunta. Mucha gente hoy en día no lo tiene en cuenta antes de empezar a meditar. Incluso los que meditan no saben por qué meditan. La intención de la meditación es mucho más importante que las técnicas de la meditación. Si me hiciérais directamente la

pregunta: ¿Por qué medita usted?, mi respuesta podría ser: ¿Por qué coméis?, ¿por qué bebéis? Y vuestra respuesta inmediata sería: Tengo que sobrevivir, mi cuerpo tiene que alimentarse, por eso debo comer y beber, si no mi cuerpo no podría nutrirse. Entonces os diría que yo tengo que meditar porque mi mente y mi conciencia deben alimentarse y también necesitan cierto alimento.

La conciencia es lo único que puede evolucionar, crecer y desarrollarse de forma ilimitada. No hay nada más que pueda desarrollarse de forma ilimitada. Nuestro cuerpo tiene un límite, se desarrolla, alcanza la madurez, declina, envejece y después se desintegra. Y todas nuestras posiciones mundanas, las cosas materiales, tienen los límites de su desarrollo y su crecimiento. Pero solamente la mente, solamente la conciencia, pueden alcanzar el estado de la perfección del Budado, el estado de la omnisciencia y del conocimiento, de la percepción de todo lo que puede conocerse. Y nosotros podemos desarrollarlos hasta ese nivel. Y si existe este potencial de desarrollo, ¿por qué no desarrollarlo? ¿Por qué no tratar de mejorarlo un día tras otro? ¿Por qué dejar a la mente sola, sin vigilancia y sin atenderla?

Una persona es la encarnación del cuerpo físico, de la palabra y de la mente. Son los tres componentes del individuo. El cuerpo tiene sus límites, la palabra tiene sus límites pero la mente no tiene límites ni cadenas. Los individuos se cuidan solamente del cuerpo y un poco de la voz o de la palabra pero no se preocupan en absoluto de cuidar la mente. Entonces ésta se queda tal como está y los individuos siguen siendo sus esclavos, no pueden proteger el cuerpo físico y van de un nacimiento a otro, si creéis en la reencarnación. Si no

creéis en ella, llegáis al final cuando vuestro cuerpo se desintegra. Si sois capaces de desarrollar la mente hasta su plena medida, entonces aunque no creáis en la reencarnación, podréis afrontar la muerte con plena confianza y plena libertad. Es la única razón por la que meditamos. Sin la meditación, no hay modo alguno de cuidar la mente.

Actualmente hay muchos meditadores que no aspiran a la liberación última de la mente sino al bienestar físico, a liberarse del estrés y de las preocupaciones, al desarrollo de la inteligencia, al aumento de la eficacia en su profesión. No tienen una intención muy buena para meditar, pero no pasa nada. Y hay muchos de ellos, bueno, quizá no muchos, que quieren adquirir poderes, poderes psíquicos, poderes de posiciones mundanas. Y si se medita con una de esas intenciones entonces la meditación no es una meditación verdadera, no es más que un juego de la mente. Pienso que esto responde a su pregunta de por qué meditar.

P: ¿Es indispensable ser vegetariano para practicar la meditación?

S.R. Yo no diría que es absolutamente necesario, pero sería infinitamente mejor que el meditador pudiera hacerse vegetariano. Sería mejor, pero no quiero decir

que los no vegetarianos no deban meditar. Ellos también deberían meditar y tal vez eso les ayudaría a hacerse vegetarianos. Tampoco quiero en absoluto desaconsejar la meditación a los no vegetarianos. Pero si un meditador puede optar por el vegetarianismo, sería mucho mejor para la meditación.

P: Rimpoché, ¿qué consejos nos daría para dominar una mente agitada como un mono?

S.R.: No tengo consejos que dar para dominar inmediatamente una mente así. Se recomienda ser paciente y seguir con la práctica, seguir y seguir. Si vuestra mente es incapaz de concentrarse, no os desaniméis inmediatamente. Tenéis que continuar con la práctica durante días, semanas, meses, años, y poco a poco iréis progresando. No puedo proponer ningún atajo. Claro que la elección del objeto, de la postura, de la luz o la oscuridad de la sala, de la lejanía del ruido, son cosas que podemos hacer exteriormente. Aparte de esto, debéis seguir y seguir practicando. Y la mente agitada como un mono se irá tranquilizando poco a poco y la concentración se irá adquiriendo de manera efectiva.

P: Si tenemos una emoción negativa, una emoción muy mala, ¿cómo nos podemos librar de ella?

S.R.: Cuando tengáis emociones negativas muy fuertes, el budismo nos aconseja detener la acción física y las expresiones verbales y esperar que vuestras emociones se calmen. Cuando las emociones son muy fuertes y todavía no habéis alcanzado el pleno desarrollo de la meditación o de la estabilidad de la mente, todo lo que hagáis, todo lo que digáis, será forzosamente negativo o malo.

Cuando estéis muy encolerizados, lo mejor es observaros, sentaros y no hacer nada. Todas las cosas son cambiantes e impermanentes, vuestra cólera no podrá seguir al mismo nivel durante horas y horas. Puede que, al cabo de media hora o una hora, disminuya un poco, sin desaparecer del todo, seguiréis estando encolerizados, pero no en el mismo grado y al menos recuperaréis vuestro sentido común. Y cuando recuperéis el sentido común, podréis reflexionar correctamente sobre vuestras acciones, y seréis capaces de saber cómo dominar las emociones negativas. También lo mejor para tratar las emociones negativas es posponer para más adelante las acciones y observar y vigilar esas emociones negativas.

P.: ¿Es esencial tener un instructor para practicar la meditación?

S.R.: ¡Sí! Hay que tener un buen conocimiento de la técnica de

la meditación. Se puede adquirir por mediación de un instructor o de un libro o por propia experiencia. Debería tenerse un conocimiento de base. Y entonces, si pudierais tener un buen instructor, sería mejor para los principiantes. Los que se hallan en una etapa avanzada, evidentemente, pueden caminar por sí mismos. Pero para los principiantes, si tienen una guía, es mejor, pero no es indispensable. Si sois suficientemente inteligentes, y lo sois, podéis meditar sin instructor, sin guía, sí que es posible.

P.: ¿Es posible que alguien de otra religión pueda practicar la meditación budista sin que ello le cree conflictos con su religión?

S.R.: Claro que sí. Cuando se aborda la meditación, no estamos hablando de la totalidad de la religión. La meditación es una técnica de entrenamiento mental. Y ese entrenamiento mental de Samatha o Vipassana no es nada nuevo, enseñado por el Buddha Shakyamuni, el Buddha histórico. La técnica existía en la India mucho antes de la época del Buddha. Y el Buddha Shakyamuni utilizó esa técnica, la revitalizó y la enseñó a sus discípulos. No hay diferencias entre la meditación hindú, la meditación budista y la meditación jainista. La misma técnica de meditación puede ser utilizada

por los hindúes, los budistas y los jainistas. Respecto a la intención del principio o el resultado final, podría haber diferencias. Pero para la meditación, la técnica es constante, la misma para todos. Sirve para un musulmán, un cristiano, o cualquier otra persona a la que le guste la meditación budista, que puede adaptar siempre a su propia religión.

Para meditar según la técnica budista, no hace falta hacerse budista. Y de hecho, los budistas no recomiendan a nadie que cambie su religión. Cuando una persona forma parte de una religión, es preferible que permanezca en ella. Evidentemente, no podemos privar a nadie de la libertad de cambiar de religión, la libertad debe existir. Como enseñanza religiosa, nadie debería verse empujado ni estimulado a cambiar de religión. Sea cual sea el valor que podáis ver en la tradición budista, podéis muy bien adaptarla a vuestra propia tradición religiosa, y de la misma manera los budistas pueden adoptar todo lo que vean de bueno en el cristianismo, en el islam, o en cualquier otra religión, adaptándolo a su propia práctica de la espiritualidad.

De hecho, es muy difícil definir la religión. Está más o menos relacionada con la comunidad y los rituales. Debemos conservar las diferencias. Pero, a nivel espiritual, entre las espiritualidades cristiana, budista o musulmana,

no debería haber diferencias, es el estado de la mente. Cuando alguien está elevado espiritualmente, todas las tradiciones religiosas le son ajenas. Por consiguiente, en el campo espiritual, todas las cosas son intercambiables y compatibles las unas con las otras. La religión tiene más bien un aspecto cultural, tradicional. El carácter único es importante. Debemos conservarlo.

P.: ¿Qué tipo de objeto es la mejor opción para un debutante?

S.R.: No hay una regla definida que pueda decir que uno u otro objeto sea el mejor para la concentración. Cada uno, en el momento de empezar la meditación, debería dedicar cierto tiempo a elegir ese objeto. Si tiene una mente muy religiosa, si es devoto de una divinidad particular, podría convenirle escoger una imagen de la divinidad, una pequeña imagen. O si está habituado a los mantras, el OM u otro mantra, eso puede también ser bueno. A mucha gente le gusta tener la llamita de una vela. Si es una luz muy clara y estable, también sirve.

De hecho, en el canon budista, hay más de cien tipos distintos de objetos sugeridos. Y, claro, es cada uno quien debe buscar cuál es el mejor objeto para mantener la mente clara y que le ayude a concentrarse. Se puede pasar aproxi-

madamente una semana experimentando diversos objetos. Una vez hecha la elección, también hay que pasar cierto tiempo para escoger el tamaño del objeto, su color y el lugar donde se le colocará. Todo esto debe ser experimentado y debéis decidir por vosotros mismos. Algunas personas encuentran más fácil concentrarse en un objeto grande. Y otras prefieren un objeto sutil más pequeño. Algunas lo colocan en alto, otras al nivel de la nariz, y otras más abajo, aproximadamente delante del ombligo. Difiere de una persona a otra. No hay reglas. Cada uno debería escoger, experimentar y encontrar lo que es mejor para él. Ese es el camino budista.

P.: ¿Qué tipo de experiencia puede esperar un principiante de la meditación?

S.R.: Al trabajar sobre un objeto, el principiante no debería buscar ningún tipo de experiencia. Debe intentar solamente concentrarse. Sin distracciones, sin perturbaciones, averiguar cuánto tiempo podrá permanecer concentrado en ese objeto, sin ningún obstáculo, y entonces la longitud de la concentración podría irse alargando gradualmente. Al principio las experiencias no son importantes. Podríais tener algunas, como sensaciones corporales, visiones, muchos distintos tipos de visiones. Y si os dejáis llevar

por esas experiencias, no podréis continuar la meditación. Sea cual sea la experiencia, el meditador no debería sentir ni emoción ni descorazonamiento, tanto si aparece la experiencia como si no. Cuando no hay ninguna experiencia particular, entonces la práctica de la meditación puede seguirse regularmente. Después de una experiencia verdaderamente excepcional, el meditador estará muy emocionado y perderá su concentración en la práctica. Y cuando la experiencia desaparece, se descorazona y desea volver a tener aquella experiencia. Todo eso perturba la meditación. Un buen meditador no debería, al principio, buscar ninguna experiencia. Solamente la concentración es importante.

P.: ¿Querría usted hablarnos de la preparación ética para la meditación?

S.R.: La preparación ética para la meditación es, ante todo, tener una buena disciplina moral. La disciplina moral varía de una tradición religiosa a otra en los detalles, pero, en términos amplios, en todas las religiones en las que existe la tradición de la meditación, el código ético de la preparación consistiría en mantener la no violencia. Todos los tipos de violencia hacia los seres sensibles son el mayor obstáculo para meditar. Por consiguiente, debéis mantener la actitud de no violencia. Y si lo ha-

céis, estaréis practicando la preparación ética para la meditación. Es preciso practicar totalmente la no violencia. Debéis apartaros de toda violencia, sea cual sea, física, vocal, mental e incluso estructural, de otro modo, no podréis meditar correctamente. También deberíais adoptar un cierto estilo de vida, con un trabajo sin precipitaciones ni estrés, tener un cuerpo físico en buena salud y alimentaros de forma moderada. Es preferible no comer por la tarde ni por la noche, y tener un sueño regular, ni demasiado largo ni demasiado corto. Según las necesidades de vuestro cuerpo, debéis dormir bien entre 5, 6 o 7 horas. Podréis conocer esas necesidades por experiencia. Si dormís demasiado, vuestro cuerpo estará aletargado. Si no dormís lo suficiente, vuestro cuerpo estará agitado y cansado. Hay que mantener, pues, un buen sueño adecuado a vuestro cuerpo. La organización del tiempo es muy importante como trabajo preparatorio. Os levantáis por la mañana, a la hora conveniente según vuestro horario regular, después está el momento de comer, el momento de meditar -y la regularidad en la práctica de la meditación-, todo eso son cosas necesarias. Deberíais tener cierta calidad de entorno, que no sea demasiado ruidoso, ni con demasiadas distracciones. Deberíais liberaros de todo eso. Deberíais poder aislaros, sin temor de que os perturben durante

la meditación. Un sitio tranquilo y una cierta seguridad son cosas necesarias para el principiante.

P.: ¿Podéis describir a una persona que haya alcanzado un nivel avanzado de meditación?

S.R.: Creo que es bastante fácil. Una persona que haya alcanzado un nivel avanzado en meditación tendría menos emociones negativas y más emociones positivas. Sería menos ambiciosa, odiaría menos, sería más sensible, más amante, más dedicada al servicio y al beneficio de los demás. Y sobre todo, estaría desapegada de todo tipo de apegos mundanos. Tendría menos miedo a la muerte y estaría menos implicada en cosas negativas. De forma natural, cada vez sería menos violenta. Todo esto es indicativo del progreso en la meditación.

P.: Háblenos, por favor, de la técnica de la meditación.

S.R.: Es un tema muy amplio. Temo no poder hablar convenientemente de todas esas cosas sobre las que me habéis preguntado, en esta corta entrevista. Pero podría describir brevemente esta técnica. Cuando habláis de meditación deberíais saber que hay tres tipos distintos de meditación. Hay una meditación en la que intentáis transformar vuestra mente desde el estado actual a un estado un

poco distinto. Por ejemplo, hablamos de la meditación de la compasión, de la meditación de la bondad. Meditar sobre la compasión, sobre la bondad o sobre la bodhi-chitta, no significa que el amor o la compasión se tomen como un objeto y nos concentremos en el amor, no se trata de eso. Cuando hablamos de la meditación sobre la compasión o la bondad, significa que una mente carente de compasión debe transformarse en una mente compasiva. Una mente llena de antipatía debe transformarse en una mente amorosa. Es un procedimiento para transformar la mente. Es un tipo de meditación.

Otro tipo de meditación consiste en concentrarse en un objeto. Por ejemplo, la meditación sobre la impermanencia, la meditación sobre los sufrimientos del ciclo de la existencia. Eso significa que reflexionáis sobre la impermanencia de una cosa, sobre la enfermedad, el declive y la muerte, etc., etc. sobre las desgracias del mundo, o bien reflexionáis sobre las buenas cualidades de la naturaleza del Buddha, o bien os concentráis en una luz, en una estatua o algo parecido. Ese tipo de meditación es la meditación sobre un objeto.

Y el tercer tipo de meditación es la meditación sobre la visualización. Significa meditar sobre un mandala, sobre una divinidad. La divinidad no existe bajo una forma física, pero vosotros visualizáis ante vosotros una forma física

completa de una divinidad y tratáis de comunicaros con esa cosa visualizada. Y si no, os visualizáis a vosotros mismos como Tara o Avalokiteshvara. Y pensáis: *Yo soy Tara o Yo soy Avalokiteshvara*. Es la meditación de la visualización. De hecho, la cosa no está ahí. Pero vosotros imagináis o visualizáis algo ahí. Y progresivamente, lo vais creando con el poder de vuestra mente. Cuando visualizáis un mandala, podéis crear un mandala físico a vuestro alrededor durante cierto tiempo. Son los tres distintos tipos de meditación.

Se puede considerar también que existen, fundamentalmente, dos tipos de meditación. Una es de la naturaleza de la concentración, la otra de la naturaleza del análisis. En la meditación de la naturaleza de la concentración, vuestra mente está siempre concentrada en un objeto, no hay ni análisis, ni argumentación, ni diálogo, ni justificación. Os concentráis en un punto de luz o en otra cosa distinta que hayáis escogido como objeto. Esa práctica se llama Shamatha. Cuando podéis concentraros en un objeto durante cierto tiempo, empezáis la práctica de la meditación analítica, de la meditación contemplativa. Entonces no os concentráis en un objeto sino en un tema y lo analizáis. Por ejemplo, la meditación sobre la impermanencia. Analizáis cómo son de impermanentes las cosas, cómo cambian de instante en instante.

Igualmente, meditáis sobre Shunyata. Shunyata, la vacuidad, no se revela inmediatamente a vuestra mente. Debéis analizar todos los fenómenos, todos los objetos de vuestro alrededor. Y buscáis dónde existen y cómo existen. Y cuando esa existencia sea verdaderamente analizada, no encontraréis el objeto que habéis percibido tal como lo habíais proyectado. Ese tipo de análisis os llevará a la realización de la vacuidad. Y este tipo de meditación analítica y contemplativa se llama Vipassana.

Vipassana significa parcelar las cosas para hacerlas más sutiles, para percibir las con más detalles. En el budismo, se habla de estos dos tipos de meditación. Sea lo que sea, cuando abordáis la meditación, la meditación de la naturaleza de la concentración es necesaria en primer lugar. Después podéis abordar la meditación analítica. Durante la práctica de la concentración, el mayor obstáculo, al principio, serán las distracciones de la mente respecto al objeto escogido para la concentración. Es la mente agitada como un mono. Se aleja del objeto y se presentan todo tipo de pensamientos que perturban la concentración. En ese momento, debéis calmar la agitación y hacer que la mente vuelva una y otra vez al objeto de la concentración. Después de mucha práctica, vuestra mente adquirirá cierta estabilidad y podréis concentraros sin distracción en un

objeto determinado durante unos minutos o segundos.

Después, en ese momento, aparece otro obstáculo, es la relajación de la mente. Le llamamos *le* en tibetano y *laya* en sánscrito, pesadez de espíritu, somnolencia, relajación. Con la concentración, vuestra mente se embota, su claridad y su perspicacia tienden a relajarse y por consiguiente os va entrando la somnolencia, incluso puede que os lleguéis a dormir o a caer en la inconsciencia, porque estáis muy inmersos en el objeto. En ese momento, debéis elevar vuestra mente a otro nivel, aumentando la delicadeza de la concentración y tratando una y otra vez de obtener la claridad. Hay que crear el dinamismo de la concentración. De esa forma, después de una práctica prolongada, podréis obtener una mente estable para concentraros en un objeto todo el tiempo que lo deseéis sin ninguna perturbación por parte alguna. Después de eso, podréis obtener una especie de condición física especial. Gracias al desarrollo de la mente concentrada, vuestra condición física acabará siendo infatigable, podréis trabajar durante horas y sentir, por ejemplo, que tenéis un cuerpo muy ligero. Después de eso, podréis abordar la meditación Vipassana, que comienza por el análisis del cuerpo, de las sensaciones, del santo dharma y, finalmente, de la mente. Fundamentalmente, la tradición

de la meditación budista habla de cuatro grandes análisis, por medio de los cuales podéis obtener una percepción muy especial, una comprensión y una visión penetrante y muy especial de vuestro cuerpo, de vuestras sensaciones, de vuestra mente y de la totalidad de los fenómenos.

P.: ¿Cuáles son los peligros de practicar el Tantra?

S.R.: Primeramente, el Tantra budista es un atajo para alcanzar el budado. En el camino habitual, alcanzar el budado requiere períodos de tiempo inconmensurables. Hay que pasar cientos de miles de vidas para acumular méritos y desarrollar la sabiduría. Con la práctica del Tantra podéis acumular las buenas acciones y los méritos necesarios y desarrollar la sabiduría en un corto período de tiempo e incluso en esta vida podríais ser capaces de alcanzar el budado. Por consiguiente, para aquellos que no tienen la determinación de alcanzar el budado en beneficio de todos los seres sensibles, lo que significa que en su mente no se ha desarrollado la capacidad del budado, la práctica del Tantra es una especie de actividad inmoral. Cuando una vía de alcanzar el budado se utiliza con intención de adquirir poderes mundanos, riquezas o cosas parecidas, se está haciendo un mal uso de esa vía, un mal uso del Dharma. Es una espe-

cie de inmoralidad, la más grande inmoralidad. El peligro consiste, pues, en que podríais veros implicados en una acción no ética muy peligrosa. Además, podríais trastornaros mentalmente y tener problemas físicos causados por una directriz inmadura e incompleta.

La práctica de algunos ejercicios o rituales tántricos puede acabar mal y perturbar vuestro bienestar y la paz de vuestra mente. Todo eso es posible.

*(Le Lotus Bleu. Marzo 2016.)
(Entrevista en Australia en 2001).*

UNA MIRADA SOBRE EL PROGRAMA ORIGINAL DE LA SOCIEDAD TEOSÓFICA.

Danielle Audoin.

En 1886, como respuesta a una crítica formulada contra la Sociedad Teosófica y su Presidente, el Coronel Olcott, Madame Blavatsky redactó una especie de carta que posteriormente tituló “El programa original de la Sociedad Teosófica”. En ella recuerda el origen de la Sociedad y sus objetivos, el papel que tuvieron los fundadores y la actitud que se esperaba de los miembros.

Si queremos conservar intacto el lazo con nuestra fundadora y con Aquellos que la guiaban, podría ser interesante recordar algunos de los puntos tratados por H.P.B. en este manifiesto. No nos detendremos en la historia de los diez primeros años de la Sociedad Teosófica ni sobre las dificultades

encontradas, sino solamente en la formulación de los objetivos de la Sociedad en esa época (estamos en 1886 y solamente diez años más tarde tomarán la forma que conocemos. Madame Blavatsky cita cuatro de ellos. El primero dice simplemente así:

La Fraternidad Universal.

El segundo está redactado de esta manera:

Los miembros no deberían hacer ninguna distinción entre razas, creencias o posiciones sociales, pero cada miembro debería ser juzgado y tratado según sus méritos personales.

Tenemos, pues, el gran Principio de la Fraternidad Universal y después su aplicación en la vida práctica de los miembros de la Sociedad. Madame Blavatsky quería, tal vez, demostrar que no se trata solamente de un ideal lejano, sino de una puesta en práctica inmediata, con la abolición de ciertas distinciones arbitrarias o superficiales entre los seres humanos, distinciones que impiden las auténticas relaciones fraternales.

Puede parecer sorprendente que H.P.B. haya tenido que especificar la necesidad de esta ausencia de distinción solamente entre los miembros. ¿Por qué dice: Cada miembro debería ser juzgado y tratado según sus méritos personales y no “cada ser humano”? Tal vez sean dos las razones. La primera es que la Sociedad Teosófica está destinada a formar un “núcleo” de fraternidad, a hacer nacer en un pequeño grupo de personas la toma de conciencia de la Unidad de la Vida, y a sentirla como una realidad en los contactos que tienen entre ellos. La segunda razón es que resulta relativamente fácil sentirse hermano de los seres humanos con los que se tienen pocos contactos, por lo que nos quedamos en el terreno de la teoría o de la ilusión. Pero no pasa lo mismo con aquellos a quienes vemos a diario y con los que intentamos llevar a cabo un trabajo en común. Todos sabemos, por nuestra experiencia cotidiana, que no es muy fácil

que los miembros de la Sociedad Teosófica tengan verdaderos sentimientos fraternales recíprocos, que se comprendan, que acepten sus diferencias de carácter, de estilo de vida y de conceptos. Esas diferencias no deberían ser tan grandes puesto que todos tenemos el mismo ideal, las mismas aspiraciones, y que trabajamos todos por la misma causa. Pero los puntos comunes no eliminan los matices, las pequeñas divergencias, que son más difíciles de superar porque son más sutiles. De esta manera, toda distinción entre los miembros, que parecería ser el primer paso hacia un sentimiento de Fraternidad Universal, podría revelarse más bien como el último paso que dar.

El tercer objetivo indicado por Madame Blavatsky está formulado así:

Estudiar las filosofías de Oriente, principalmente las de la India, presentándolas gradualmente al público en obras diversas que interpretarían las religiones exotéricas bajo la luz de las enseñanzas esotéricas.

Debemos fijarnos en la insistencia con la que señalaba Madame Blavatsky el estudio de las filosofías de la India. Es cierto que esas filosofías parecen las más aptas para despertarnos a nuestra naturaleza profunda, a la esencia de las cosas y, por consiguiente, a

la Unidad fundamental de la Vida. Se puede decir que “*la gracia de la India es una gracia del interior y que su papel es el de llamar la atención del mundo al Misterio de la Presencia*” (H. Le Saux: Iniciación a la Espiritualidad de los Upanishads), es decir a la esencia UNA de todas las cosas, que se llama Dios, Ishvara, el Logos, o simplemente la Vida Una.

Pasemos ahora al cuarto objetivo mencionado por Madame Blavatsky:

Oponerse al materialismo y al dogmatismo teológico de todas las formas posibles, mostrando la existencia de las fuerzas ocultas en la naturaleza, desconocidas para la ciencia, y la presencia de los poderes psíquicos y espirituales en el hombre. Intentar al mismo tiempo ampliar la visión de los espiritistas demostrándoles que hay otros, muchos otros agentes, que actúan en la producción de fenómenos además de los “espíritus” de los muertos. La superstición debería sacarse a la luz y evitarse; y deberíamos hacer lo posible para que las fuerzas ocultas benéficas y maléficas que nos rodean permanentemente y manifiestan su presencia de múltiples maneras, quedaran al descubierto.

Este enunciado es mucho más detallado que el tercer objetivo. Podríamos pensar que las precisiones que nos dio H.P.B. eran ne-

cesarias a finales del siglo pasado, pero que no tendrían razón de ser hoy en día. Pues no es tan seguro.

Oponerse al materialismo y al dogmatismo teosófico de todas las formas posibles es una tarea de las más urgentes actualmente. El materialismo no hace sino crecer y crecer en el mundo entero. La expansión económica, materialista, es considerada como un signo de progreso, de evolución, de tal modo que, ricos y pobres, tanto las naciones como los individuos no desean más que acumular posesiones o hacerlas crecer. Es una actitud que la mayor parte del tiempo resulta evidente, pero a veces es inconsciente, y los miembros de la Sociedad Teosófica no están protegidos de la tentación, porque la ambición es una tendencia de la naturaleza humana.

En cuanto al dogmatismo teológico, constatamos sus efectos destructivos con el despertar de los integristas en todas partes del mundo, como para demostrar que todo es y sigue posible en todas partes y siempre, y que en las naciones que se creen “más civilizadas” sigue existiendo esa ceguera y esa ignorancia de la verdadera naturaleza del hombre y de sus raíces en la Unidad. Asistimos a un despliegue de violencia, de destrucciones, de masacres, cuyo origen no es más que el fanatismo nacido del dogmatismo. En las situaciones extremas de las que

somos testigos actualmente, no se vacila en matar en nombre de unos principios llamados religiosos. Pero hay formas menos brutales de intransigencia que pueden hacer también mucho daño en el plan psíquico y que contribuyen a alimentar la reserva de intolerancia de la atmósfera mental de la humanidad. El dogmatismo es un refugio contra el sentimiento de inseguridad. Es la construcción de un recinto sólido, hecho de ideas anquilosadas, en el cual nos encerramos para protegernos del peligro que representan los demás. Todo ser humano que experimenta un sentimiento de inseguridad se arriesga a ser dogmático en algún punto. Puede que haya una deriva a corto o largo plazo hacia la intolerancia de la cual deberíamos esforzarnos por ser conscientes.

Es evidente que, no más ahora que en el siglo pasado, la mayoría de los seres humanos no son conscientes de *la existencia de fuerzas ocultas en la naturaleza*, de la realidad y de la actividad de las formas de pensamiento, por ejemplo. Nosotros mismos tenemos un conocimiento teórico de esa enseñanza, que nos permite oponernos verbalmente o mentalmente al dogmatismo, pero todavía no nos permite eliminar de nuestra mente todos aquellos pensamientos, aquellos restos de intolerancia que nos parecen insignificantes y que, sin embargo, van a aumentar la gigantesca forma de pensamien-

to cuyas repercusiones destructoras arrasan el mundo.

H.P.B. habla también de ampliar la visión de los espiritistas. Pero cuando alude a las fuerzas ocultas, benéficas y maléficas, que nos rodean permanentemente y manifiestan su presencia de numerosas formas, no hay que entenderlo como si se aplicara a todos los fenómenos de la vida. No se trata solamente del espiritismo o de las artes ocultas, sino del reconocimiento de *la existencia de fuerzas ocultas en la naturaleza*. Cuando estas fuerzas se presienten pero no se comprenden suficientemente, acaba resultando o bien una actitud irresponsable, o bien un miedo irrazonable que se expresa en supersticiones de todo tipo. Se ha podido creer que, hacia mediados del siglo XX, la superstición desaparecía con el progreso de la civilización. De hecho, solamente estaba un poco aletargada pero en absoluto eliminada. Y la inseguridad de estos últimos decenios la ha despertado como ha despertado también el fanatismo religioso, porque ambos aparecen como un refugio.

Después de haber enunciado estos cuatro objetivos, Madame Blavatsky, en este Programa Original, declara que los Maestros no habían dicho a los fundadores *lo que tenían que hacer*, es decir que los objetivos no se los habían dictado, sino *lo que no debían hacer nunca*. Y para que quede más claro,

nos da las precisiones siguientes:

Los Fundadores deberían ejercer toda su influencia para oponerse al egoísmo de todo tipo, insistiendo en los sentimientos sinceros y fraternales entre los miembros, al menos exteriormente, actuando para atraer hacia la Sociedad un espíritu de unidad y de armonía, a pesar de la gran diversidad de creencias, asistiendo a los miembros y pidiéndoles una gran tolerancia mutua y la caridad por los defectos de los demás; una ayuda mutua en la búsqueda de las verdades en cada dominio, moral o físico, e incluso en la vida cotidiana.

Los Fundadores deberían oponerse del modo más enérgico posible a todo lo que se acerque a la fe dogmática y al fanatismo, fomentando el mayor espíritu de libre investigación sin trabas por parte de nadie ni de nada.

¿No deberíamos considerar que lo que se les indicó a los Fundadores con tanta insistencia es exactamente lo que se espera de cada uno de nosotros, los miem-

bros de la Sociedad Teosófica? Si queremos tratar de llevar una vida teosófica, nos es preciso esforzarnos para eliminar de nuestra naturaleza el egoísmo bajo todas sus formas, así como el dogmatismo y el fanatismo. Es probable que, si hemos ingresado en la Sociedad Teosófica, es porque ya habíamos eliminado las formas más burdas de estas tendencias separadoras. Pero las formas sutiles todavía envenenan nuestra vida de relaciones cada día y crean o alimentan sin cesar las situaciones conflictivas, no sólo en nuestra vida familiar, social, profesional, sino también en el interior de la Sociedad Teosófica. Bastaría con que cada uno de nosotros reconociera su propio egoísmo, su propia intolerancia, para que se produjera un cambio, para que pasara algo, algo que pudiera contribuir a un mayor resplandor del núcleo de Fraternidad Universal del cual la Sociedad Teosófica tiene como misión ser la base, la estructura y la esencia.

(Le Lotus Bleu. Mayo 2015.)

Aquellas cosas que son de valor perdurable han de encontrarse no por un esfuerzo intelectual, por análisis o teorización, sino únicamente a través de un proceso de auto-conocimiento y auto-realización, que tiene lugar cuando uno se encuentra en un estado de tranquilidad, como las claras aguas tranquilas y en calma.

Pensamientos para aspirantes 2ª serie. N.Sri Ram

SE HACE CAMINO AL ANDAR.

El poeta, en su inspirada sensibilidad, hizo célebre esta frase de su bello poema y de ella extraemos la sabiduría, por otra parte corroborada, que nos permite comprender que no existen caminos externos que guíen nuestro despertar espiritual. Existe muy amplio conocimiento, disperso en las muchas escuelas filosóficas y esotéricas a cuyas enseñanzas tenemos acceso, pero lo esencial del recorrido a efectuar no puede provenir sino del arranque efectivo cuyo motor y raíces no pueden ser otros que la naturaleza esencial o divina que reside en lo íntimo de nuestro ser y que es y está más allá de las diferentes envolturas de las que el ser espiritual se ha revestido para experimentar y evolucionar en los mundos físicos.

En reiteradas ocasiones, hemos comentado esta necesidad de reencarnar que es fuente de experiencias vividas, en cuyas peripecias y necesidades se va despertando o fluyendo la savia esencial y volitiva del ser eterno que anima nuestras vidas. Esa experiencia reiterada vida tras vida crea la capacidad receptiva y deja en eviden-

cia la comprensión de lo que son vehículos temporales de la vida y lo que es conciencia. Y este discernimiento constante es, sin duda, nuestro caballo de batalla, nuestra necesidad existencial; pues la vida en su sabiduría conlleva el sentido y la necesidad de fluir en cada ser desde lo más profundo del ser hasta la claridad de percepción de la conciencia encarnada en la materia. Los instrumentos o pistas por los que la vida trata de cumplir sus objetivos son evidentemente múltiples y adecuados a cada ser en su propio nivel evolutivo. Corresponde pues, el estar despiertos a lo que esa vida trascendente espera de cada uno, al *dharma* o deber evidente e inmediato, pues en la realización de esto, tan sencillo y natural, es de donde surge el equilibrio, la satisfacción íntima, la paz interior y sobre todo el aliciente para proseguir en la lucha y en la superación de todo tipo de pruebas que, sin excepción, nos sobrevienen a todos.

El Conocimiento filosófico y esotérico, el Arte en todas sus manifestaciones de la Belleza, el Yoga, como ciencia de unión con lo divino, la Meditación, que serena

la actividad de los vehículos permitiendo expandir la naturaleza sensible y unitaria de la vida, el Servicio altruista como testimonio de la unidad subyacente de la vida, la Creatividad como prueba de las inagotables posibilidades de la mente disciplinada, la dedicación altruista ante causas humanitarias, la vocación sincera por el perfeccionamiento en cualquier materia o disciplina son, entre otros muchos, los posibles caminos o apoyos explícitos, mas tan solo la voluntad espiritual y el discernimiento efectivo son los motores que pueden asumir en profundidad lo que podríamos llamar “La causa fundamental de la existencia”.

Es evidente que existe una gran confusión y confrontación en las que socialmente nos movemos a nivel mundial; también es cierto que disponemos de los medios de información más eficientes que posiblemente nunca hubo a nivel global. Así pues, quizás, la mayor dificultad para realizar nuestro propio camino interior consista en bregar dentro de la intensa dinámica actual de tan formidables opuestos como actualmente se dan en la sociedad en la que vivimos (lo mejor y más elevado del ser humano y lo peor, o más abyecto y cruel, están intensamente potenciados y explícitos en la vida del mundo). El reto es importante y a veces podríamos decir que absoluto, pero ahí mismo está la gran oportu-

nidad y la suprema necesidad de dirimir prioridades para poder caminar con paso firme hacia la inspiración de lo más necesario o esencial a asumir o a realizar.

A cada paso en la expansión de la conciencia, nos abrimos a una mayor comprensión de la vida superior y de las leyes por las que se rige. La responsabilidad que adquirimos es, pues, manifiesta y ¿cómo hacemos posible el afrontarla dignamente sin desfallecer en el intento? Sin duda se requiere algo más potente y dinámico que bellas teorías o buenos propósitos. La tremenda dinámica entre los pares de opuestos en que actualmente nos movemos implica la evidente y real necesidad de desarrollar una fuente energética protectora y genuina que posibilite la realización paulatina de nuestros más elevados propósitos. Las fuerzas desatadas, inspiradoras de los innumerables conflictos que se dan en la sociedad humana, han de ser neutralizadas en cada uno de nosotros, en nuestra medida y posibilidad, por la canalización y en la unidad con esas fuerzas protectoras que inspiran el sendero de la paz, de la amistad, de la comprensión, de la armonía, de la belleza, de la rectitud, de la justicia, de la fraternidad, del sentido último de la vida que es la constante evolución hacia la integración con lo divino. Para ello, necesitamos ser conscientes de la naturaleza real de todo lo que

hasta nuestra mente llega y ser selectivos y exigentes con nosotros mismos en un riguroso discernimiento y aplicación efectiva de nuestras más nobles resoluciones con recta determinación y equidad.

Es de nuestro conocimiento lo que llamamos “el poder del pensamiento” y ahí en esa naturaleza mental del pensamiento está lógicamente implícita la naturaleza de la actuación. Por tanto, si pretendemos hollar con hechos un camino hacia nuestra real y eterna realidad, hemos de observar la naturaleza y el mecanismo de nuestro pensar. Existe una capacidad oculta en nuestro ser que puede hacerlo si la desarrollamos adecuadamente. Es el poder de *Budhi*, cuya naturaleza y poder de iluminación hemos comentado en reiteradas ocasiones. Ese es nuestro paso inmediato, **“ser nosotros mismos”** desde la naturaleza atemporal, desde más allá de la mente y del mundo pasajero que nos acoge. Si no somos decididamente valientes y nos rezagamos en dar este paso primordial, tenemos seguro el riesgo de asumir corrientes mentales ajenas y poderosas que se introducen en nuestras mentes, y pensamientos como grises y obscuras nieblas creadas por la negatividad del pensamiento humano y cuyo fin lógico es buscar canales de expresión para descargar sus alienantes contenidos.

Obsérvense los noticiarios y, a pocas nociones que tengamos de

la Ciencia Oculta, nos daremos cuenta de la realidad subyacente que alimenta tantos desagradables sucesos. La disyuntiva, a mi modo de ver, es evidente **“o tratamos de ser nosotros mismos desde el Ser o seremos instrumentalizados por fuerzas ajenas creadas por el aspecto oscuro del ser humano”**. Después de todo lo que nos toque vivir, creo que siempre hemos de considerar que estamos de paso por la vida y que siempre somos sembradores en cualquier lugar y medio y cualesquiera que sean las cualidades de nuestra semilla o motivación real.

En esa proyección de eternidad en la que nuestra naturaleza esencial se explaya, podremos encontrar las claves sutiles e incontestables de una determinación en la voluntad, de una claridad en la mente, de una armonía en el corazón que pueden marcar la cualidad o naturaleza de nuestra siembra vital con aromas de una trascendencia tan bella e inspiradora que pueda transponer los vehículos temporales y así poder percibir la íntima y absoluta respuesta **del por qué y del para qué de nuestra existencia**. Esa es la gloria del Ser, es la intuición de lo Real, de lo que nos pertenece asumir y realizar; pues “alguien” que sabía de todo ello, dijo en tiempo lejano: “Lo que atareis en la Tierra ...” En los valles de la vida humana, están nuestros campos de trabajo y de formación en los que, vida tras

vida, hemos de ir entrenando y purificando los vehículos de conciencia para que el Ser Divino que somos en última realidad pueda manifestar su fulgor gozoso, su inmensa paz, su sabiduría sin edad y su amor como esencia primordial de todo lo que vive, de todo lo que **Es y Será** a perpetuidad.

Las potencialidades del Ser están ahí, esperando desde siempre a que nuestro torpe caminar les proporcione la posibilidad de expresarse en el mundo de las formas, la posibilidad de encauzar la vida humana hacia senderos

de concordia, de cooperación, de superación y de fraternidad. Todo esto es posible y de cada uno de nosotros, de la conciencia que asuma, del empeño que desarrolle, del paso a paso que decidamos dar, depende el mejoramiento del entorno y el principio de una canalización luminosa de nuestra esencia divina y así, de una regeneración, en lo que nos atañe, de la vida planetaria, tan deteriorada en tantos aspectos, que nos corresponde asumir y superar.

M. M. P.

ACTIVIDADES

RAMA ARJUNA

Julio.

Sábado 2 (17,15h) Reunión General de la Rama. (19h) C. Rusiñol (musicóloga). Audición: Capricho español (de Rimsky Korsakov) y un apunte sobre la “sinestesia musical” que C.W. Leadbeater y A. Besant tenían

Sábado 16 (de 17 a 19,15h) Seminario: “los Maestros de Sabiduría”. J. Tarragó .

Domingo 17 (de 11 a 13,15h y de 17 a 19,30h). Seminario: “Los Maestros de Sabiduría”. J. Tarragó.

Agosto.

Sábado 13 (de 17 a 19,15h). Seminario: El misterio revelado de la gran pirámide según HP Blavatsky”. J. Tarragó

Domingo 14 (de 11 a 13,15h y de 17 a 20h). Seminario: “El misterio revelado de la gran pirámide según HP Blavatsky”. J. Tarragó.

ESCUELA DE VERANO - 21-26 AGOSTO 2016

SANT FELIU DE GUÍXOLS

Como cada año, se organiza la Escuela de Verano durante la última semana de agosto.

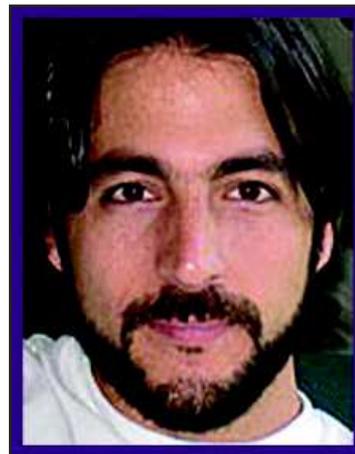
En esta edición abordaremos distintos enfoques sobre LA MEDITACIÓN. Nues-

tro invitado internacional es PABLO SENDER.

Pablo Sender ingresó en la Sociedad Teosófica (ST) en Argentina en 1996. Desde entonces, ha viajado por diversos países, vivió durante dos años en la Sede Internacional de la ST en Adyar, India; luego pasó un tiempo en el Centro Nacional de la ST en los Estados Unidos (Wheaton); en la actualidad reside y trabaja en el Instituto de Teosofía de Krotona, en California.

Pablo Sender es conferenciante internacional. Ha dirigido varias veces la Escuela de Sabiduría en Adyar y dado charlas, clases y seminarios en español e inglés en Nueva Zelanda y en varios países de Europa y de las tres Américas. Ha escrito dos libros en español y múltiples artículos en inglés.

Pueden encontrar toda la información, el programa y la ficha de inscripción en la página web de la Sociedad Teosófica Española: sociedadteosofica.es



NOTICIARIO

11-12 mayo

VISITA DE RICARDO LINDEMANN

Durante el mes de mayo tuvimos la oportunidad de recibir a Ricardo Lindemann, ex-Secretario General de la Sociedad Teosófica de Brasil. Teósofo de largo recorrido, ha escrito numerosos artículos sobre la Tradición-Sabiduría, así como dado numerosas conferencias y charlas sobre los temas teosóficos, tanto en Brasil como en India y otros países.

Sus conferencias, tanto en Madrid como en Barcelona, animaron el espíritu de los asistentes, dejando una buena semilla de pensamiento en todos nosotros. Habló del Yoga como liberación del sufrimiento, haciendo hincapié en la responsabilidad de cada uno de nosotros para contribuir en que el sufrimiento en este mundo sea menor.

Esperamos que en un futuro no muy lejano vuelva a visitarnos para que podamos aprender más de sus palabras.



15-16 junio

VISITA DE CHITTARANJAN SATAPATHY

En el marco de una visita a las diferentes secciones de la Sociedad Teosófica en Europa (Eslovenia, Italia, Portugal, Francia y España), el Vice-Presidente Internacional estuvo en nuestro país durante unos días para dar dos conferencias, una en Barcelona y otra en Madrid. Durante su primera intervención, en Rama Arjuna de Barcelona, que titulaba “Donde la Teosofía y Krishnamurti se encuentran”, hizo un repaso de los conceptos básicos de la Teosofía, comparándolos con las enseñanzas más fundamentales que J. Krishnamurti se esforzó en hacernos comprender durante toda su vida. Con un discurso muy claro, nos brindó la oportunidad de descubrir aspectos de las enseñanzas coincidentes en ambos ámbitos.

En su segunda conferencia, pronunciada en Rama Hesperia de Madrid, que tituló “La Compasión en las diferentes Tradiciones Espirituales”, su intervención dio pie a no pocos comentarios por parte de los asistentes, que tuvieron la oportunidad de expresar su parecer respecto al concepto de la Compasión en el panorama actual.

Tanto en una conferencia como en la otra, la asistencia fue muy nutrida. Todos expresaron su satisfacción por las palabras de nuestro Vice-Presidente Internacional. Esperemos que se haya llevado un recuerdo memorable de nuestra Sección y que su visita sirva para que esta última esté siempre presente en el espíritu de Adyar.



Rama Hesperia



Rama Arjuna