

**42. Su ser interior
en transformación**

Versión 2

Procesos para su despertar interior

ego

Compilado por:
Enrique González Ospina.
Cel: 315-3357297

“El hombre es diferente de los animales. Su Ser es capaz de un desarrollo definido. Nació como un organismo que se desarrolla a sí mismo y por eso es incompleto; está en un nivel de ser inferior a aquel al que está destinado por su creación.

Los animales están completos. Además, a diferencia de los animales, la crianza del hombre se extiende por un largo periodo, durante el cual adquiere muchas cosas en su ser, por educación, por imitación, por costumbre. Esta es una razón por la cual el ser de un hombre no es completamente similar al ser de otro hombre...

Cambiar el ser es cambiar nuestra vida, pero cambiar la situación externa para vivir no es cambiar nuestro ser.”

J. G. Benett.



Su ser interior en transformación

“El ser es el estado psíquico, la fuerza vital que hace que mi vida sea lo que es... en este momento.”

Maurice Nicoll.

El trabajo que proponemos consiste en hacer un número de esfuerzos psicológicos específicamente definidos para un fin particular.

Así como todas las personas tienen un cuerpo así mismo tienen una psicología.

El fin que se propone el Trabajo Interior es, en primera instancia, elevar a la persona por encima de la base psicológica sobre la que descansa, y en última instancia, trascender toda psicología.

Tener un cuerpo es admitido por todos, y dicho cuerpo puede estar en buena o mala condición. El cuerpo es un objeto de los sentidos y, como es evidente, nos inclinamos a aceptar sólo lo que los sentidos nos muestran como real.

Tenemos una confianza demasiado grande en la percepción sensorial, sin dudarlo nunca, pero no caemos en cuenta que lo que los ojos ven es lo que pueden ver los ojos, pero eso no garantiza que lo visto sea la realidad o la única realidad.

En el estado de credulidad en el que vivimos nunca dudamos de la mente ni de los sentidos, sin comprender que la mente es un juego de imágenes del pasado, ni comprender que los sentidos captan cierto aspecto de la realidad, pero no la realidad.

¿Sus ojos ven el viento? ¿Ven el magnetismo de la tierra? ¿Ven las ondas de radio? ¿Ven los rayos infrarrojos? ¿Ven el espacio infinito? ¿Ven el amor? ¿Ven la energía? ¿Ven la vida?

En realidad, lo que los ojos ven es infinitamente más pequeño que lo que no pueden ver, pero inconscientemente vivimos como si los ojos vieran todo.

Pero además del cuerpo todos tenemos nuestra *psicología*. Esto no es admitido fácilmente por la gente porque no puede ver o tocar su psicología, o la de otra persona, por medio de los sentidos exteriores.

Además, por lo general, una persona no admite de buena gana la posesión de una clase definida de psicología. Una clase definida de cuerpo, *sí*. Una clase definida de psicología, *no*. Admitirá que su cuerpo pueda estar en mal estado, pero no su psicología.

Como resultado, ocurre frecuentemente en el Trabajo Interior que una persona no sabe dónde o en qué dirección hacer sus esfuerzos, y fuera del Trabajo la persona no tiene ni la menor noción acerca del posible cambio en su estado psicológico.

Si el Trabajo consistiera en cierto número de ejercicios físicos, todas las personas sabrían con precisión qué tipo de prácticas tendrían que hacer, y si alguien realizara un ejercicio mal, sería evidente el error, y se corregiría. Entonces una persona se daría cuenta de su progreso por el número de ejercicios físicos que puede ejecutar correctamente, pero el Trabajo Interior no es físico, es psíquico.

Como es sabido existen Escuelas de Conocimiento que sólo se ocupan del cuerpo mediante el desarrollo de la voluntad sobre el cuerpo. El fakir que se queda con los brazos extendidos por años, es un ejemplo. Desarrolla la *voluntad* para dominar el cuerpo, pero esto por sí sólo es inútil. Posee la voluntad capaz de dominar el cuerpo, pero carece de comprensión consciente, y la voluntad sin esa comprensión es inútil.

Tal hombre, ignorante, puede "*cristalizar*" por sus increíbles esfuerzos, es decir, que ya nada puede cambiar en él y seguirá siendo permanentemente ignorante.

También hay Escuelas de Conocimiento que trabajan para transformar la mente emocional y las hay también para vaciar y liberarse de la mente mental.

El trabajo que hacemos tiene una dimensión holística, puesto que utilizamos el cuerpo, la emoción y la mente, con el fin de elevar a la persona

por encima de la base psicológica sobre la cual descansa, primero para transformar su psicología al desarrollar la *conciencia-de-sí-mismo* (cuerpo-emoción-mente), y luego para trascender su psicología al desarrollar la *Conciencia Objetiva* que le es posible.

Es decir, el propósito del Trabajo no es cambiar físicamente a la persona, sino psicológicamente.

La observación de sí mismo

Los esfuerzos que ello exige no son esfuerzos físicos, si bien estos también ocupan su lugar en el Trabajo, sino esfuerzos psicológicos, el primero de los cuales es la *observación de sí mismo*.

Observarse-a-sí-mismo es un esfuerzo psicológico, y es sólo por la observación-de-sí como se llega a percibir que se posee una psicología, pero todos sabemos que este no es un esfuerzo fácil de hacer. Es mucho más difícil que hacer esfuerzos físicos, limpiar ollas, mezclar cemento, utilizar Internet o en verdad hacer cualquier cosa que se relacione con el mundo visible exterior que está en el espacio.

Pero es preciso recordar que cada uno de nosotros vive en dos mundos, uno exterior y visible, que está en el espacio, y el otro interior e invisible, que no está en el espacio. Nuestros cuerpos están en el espacio, pero nuestra psicología no lo está.

Pero, a diferencia de los animales, estamos hechos de tal modo que podemos contemplar tanto el mundo visible exterior, que es el ámbito del cuerpo, como el mundo invisible interior, que es el ámbito de nuestra psicología, que es lo que somos... por ahora.

Del mismo modo que siempre estamos en algún lugar del mundo exterior, también estamos *siempre* en algún lugar del mundo interior. Pero así como es posible cambiar de lugar físico mediante un esfuerzo físico, es también posible cambiar de *estado* psicológico mediante el esfuerzo psicológico que el Trabajo Interior enseña.

Entonces, del mismo modo que una persona puede estar en un mejor o peor lugar en el mundo exterior, así también puede estar en un mejor o peor lugar en el mundo interior. Pero como es difícil examinar el mundo interior y

ver dónde se está en él, la gente se deja, por así decir, estar en *cualquier lugar* dentro de sí, aunque nunca se les ocurriría dejarse estar en *cualquier lugar* en el mundo exterior.

Pero dejemos en claro que los cambios de *estado interior* no son cambios de conductas, que mejoran cositas pero no producen transformación alguna, sino mutaciones resultado de la conciencia-de-sí, *observando* eso que sucede en el espacio psíquico.

Lo que soy... ahora

Intentemos comprender ahora cuál es la significación de tener cada uno de nosotros una psicología y la necesidad de *observarla*.

Podemos convenir que *mi* psicología es el lugar interno donde estoy y lo que frecuento en el mundo interior. Del mismo modo que vivo en algún lugar físico y tiendo a frecuentar ciertos lugares en el mundo exterior, también vivo y tiendo a frecuentar ciertos lugares en el mundo interior.

La diferencia radica en que en el mundo exterior *ocupo un lugar* en el espacio, mientras en el mundo interior *asumo un estado* psicológico. *Mi* cuerpo me pone en contacto con un lugar físico y *mi* psicología me pone en contacto con un estado psíquico, que usualmente no es el mejor.

En todo momento ocupo un lugar físico y asumo un *estado* psíquico, simultáneamente, pero casi nunca soy consciente del lugar que ocupo ni del estado que asumo. Casi nunca, porque entre otras cosas, carezco de la *atención* activa, dirigida, que permite observar lo externo y lo interno.

Si dispongo de *atención dirigida* hacia fuera puedo observar el lugar físico que ocupo en el espacio, y si dispongo de *atención dirigida* hacia dentro puedo observar el *estado* en que me encuentro en este momento, y es así como se inicia el proceso de auto-transformación que no tiene límites.

Pero la mente no puede ni imaginar qué es lo que no tiene límite...

Estar psicológicamente en un mal estado (deprimido, triste, iracundo, paranoico, ansioso, impaciente...) es como si estuviera en un rincón oscuro de una habitación, sentado allí, sombrío y triste, cuando se podría cambiar fácilmente de posición y estar en la luz, pero llevamos tantas vidas viviendo

en la oscuridad, como los murciélagos, que la noción de la luz se nos perdió.

Si alguien le dijera que usted es un ser luminoso, posiblemente se reiría por dentro, educadamente, profundamente incrédulo, escéptico... y sin embargo es así. Lo mismo les sucede a las ostras cuando se les hace caer en cuenta que, en realidad, son una perla. Ellas tampoco lo creen, y se ríen.

En todo momento estamos en un *estado* psicológico, al cual llegamos merced a procesos mentales autónomos, en los cuales no hemos participado, resultado de lo heredado y lo aprendido.

Pues bien, ese *estado* psicológico en el que estoy en este momento es lo que *soy*, *eso es lo que soy*, por ahora, a menos de separarme de dicho estado.

Mi estado psicológico en este momento es mi *ser* de este momento.

Si me identifico con mis emociones negativas y pensamientos tenebrosos, tal como hace la gente en la vida cuando está completamente dormida, entonces *donde* estoy psicológicamente será lo que **soy** en ese momento.

No soy mis apellidos, ni mis conocimientos, ni mis ilusiones...

Mi *ser* en este momento es el *estado* psíquico de este momento. Eso es lo que soy... ahora.

Es desde este *estado*, sea el que sea, desde donde vivo, desde donde me relaciono, desde donde amo, desde donde odio. Ese *estado* psíquico es la fuerza motriz, la fuerza vital que hace que mi vida sea lo que es... en este momento.

Si sufro, ese sufrimiento es la proyección de mi *ser* de este momento.

Ese pequeño *ser*, ese frecuentemente miserable y frívolo *ser*, es el que puede evolucionar, si hay un Trabajo Interno.

¿Cuál es la evolución posible? Del *ser* al *SER*. Pero por ahora, la mente no puede con este concepto, porque la naturaleza del *SER* trasciende la mente.

El *ser* es la oscuridad, y el *SER* es la luz de la conciencia.

Por ahora, soy el *ser*, soy el estado interior que me tomó... mientras inicio mi Trabajo Interior.

Por ahora, soy una semilla... que puede evolucionar.

Por ahora, mi *ser* es la oscuridad...

Si desde ese *ser* que soy, vivo, ¿qué otra cosa puedo **ser**, ahora?

Comprenda eso, por favor.

Ese pequeño, frívolo y miserable *ser* que soy, ahora, es el que puede evolucionar hacia el *SER*.

La luz de la percepción

Su *estado* psicológico, Aquí-Ahora, eso es lo que usted es, por ahora... mientras puede llegar a *Ser* otra cosa, si Trabaja interiormente.

¿Cuál es la evolución posible? Del *ser*, al *Ser* y al *SER*.

Del estado de mecanicidad -mal llamado estado de vigilia- a la Conciencia Subjetiva, luego a la Conciencia Objetiva. Estos son los tres estados que, en general, nos son posibles.

Ahora bien, en el Trabajo la práctica de la observación-de-sí nos induce a percibir en todo momento dónde nos hallamos psicológicamente, y es esa percepción pura, sin proceso racional alguno, lo que cambia el estado en que nos encontramos.

¿Por qué cambia? Porque todo estado interno, positivo o negativo, es una "*forma*" existencial de la energía, y la energía es transformable.

La transformación de la energía explica por qué una "*forma*" compleja, como la ira, puede mutar hacia una "*forma*" más sencilla, como la paciencia, y así el proceso puede continuar hasta un estado de "*no-forma*".

Es la observación pura, sin pensamiento alguno, el proceso que transmuta las "*formas*".

No se trata de que “yo” cambio un estado por otro, puro conductismo, sino que la percepción cambia el estado. Cuando la luz llega, la oscuridad se extingue.

La palabra *percepción* no significa simplemente *ver*. Es un contacto más profundo con lo observado, tal como la aprehensión de lo observado, la captación de eso, el contacto existencial con eso, la conexión empática con eso.

Imagine un rayo de luz que se posa en algo y permanece ahí, iluminando eso, en contacto con eso, sin cambiar nada. Cambie la luz por la atención consciente, dirigida, mantenida ahí, observando. Esa es la percepción, que pertenece al estado de conciencia de sí-mismo.

Ahora bien, la observación-de-sí no es un ejercicio monótono que es preciso hacer porque así nos lo ordenaron. Es un acto de inteligencia práctica.

Si uno no observa nada en sí-mismo, no sólo no evitará nada en sí-mismo sino que repetirá su vida día tras día, siempre se encontrará en los mismos estados y se acostumbrará a pensar que sus estados patológicos interiores son normales y naturales, los únicos posibles, y los dará por supuestos.

Sólo esperará que la vida exterior cambie, no usted mismo.

Einstein dijo que una de las definiciones de locura es hacer las mismas cosas una y otra vez y esperar diferentes resultados.

Por efecto de la eterna recurrencia, se negará a creer en absoluto que tiene una *psicología*, aunque admita tener un cuerpo que posee sus propias peculiaridades. Al negarse a creer que tiene una cierta psicología, no se interesará jamás por la calidad de ese estado tan particular e individual, ni nada le indicará que puede observarlo, y menos aún, que es susceptible de ser modificado hasta que cese, hasta disolverse en la nada.

Así es como la persona puede vivir interiormente como en un infierno lleno de desgracias, sin que sospeche jamás que no es necesario vivir así, que es posible modificarlo y que existen Escuelas de Conocimiento que enseñan cómo lograrlo.

Mediante cierto Trabajo Interior el infierno se transforma en el cielo, lo profano en lo sagrado, la tierra estéril en el paraíso, el estercolero en la flor de loto, porque todo es, esencialmente, conciencia.

Todo es conciencia.

El Trabajo Interior transforma lo inconsciente en consciente, las “formas” complejas en “formas” más simples, sin límite, hasta un estado interior de “no-forma”.

No hay nada más útil ni más interesante que hacer un alto repentinamente y observar *dónde se está interiormente*. Si lo hace, empezará a descubrir qué clase de psicología es la suya, cuáles son las tendencias que lo caracterizan, cuáles sus hábitos mentales, cuáles sus adicciones psíquicas y ahí empieza el proceso de auto-transformación.

Pero es necesario insistir en que no es usted el que hace el cambio, sino que es la percepción pura y consciente de los estados psicológicos lo que los cambia. No se trata de un acto de la voluntad.

La mirada interna es la luz que transforma lo observado.

Su ser atrae su vida

Se afirma en el Trabajo que... “*Su ser atrae la vida*”.

De ser así, pondría en evidencia la relación entre lo que es **externo** y lo que es *interior*, y explicaría muchísimas cosas que nos suceden, aparentemente sin merecerlo.

Por ejemplo, a nivel general, el nivel de *ser* de la humanidad atrae la guerra. Si el nivel de *ser* de la humanidad estuviera en un nivel ligeramente superior, la guerra sería imposible.

En la escala individual, el *ser* de una persona atrae su vida, sus circunstancias. Siempre atraerá la misma clase de cosas, las mismas situaciones, la misma clase de amigos, la misma clase de gente, las mismas dificultades y así sucesivamente, sin importar dónde esté la persona o a dónde vaya.

Reflexione acerca de lo siguiente:

- ¿Qué atrae un alcohólico?
- ¿Qué atrae un monje?
- ¿Qué atrae un vanidoso?
- ¿Qué atrae una persona codiciosa?
- ¿Qué atrae un filósofo?
- ¿Qué atrae una persona iracunda?
- ¿Qué atrae una persona depresiva?
- ¿Qué atrae un mentiroso?
- ¿Qué atrae un meditador?
- ¿Qué atrae usted?

Cambiar el *ser* es cambiar nuestra vida, pero cambiar nuestra forma de vida no es cambiar nuestro ser. Modificando su situación exterior no cambiará su vida, porque su *ser* seguirá atrayendo cierta clase de vida.

Un caballo atrae hacia sí cierta clase de vida diferente de la de una vaca o de un perro, y esto se debe a su diferencia de *ser*.

Al cambiar su forma externa de vida, una vaca no cambiará, porque conserva inalterado su *ser*. Podrá cambiar de potrero o de toro, pero no por esto su *ser* cambiará.

En general nos damos cuenta de que el ser de los animales los conecta con cierta clase de vida, pero no vemos de un modo similar que la ley de que “*El ser atrae la vida*” es también válida para los seres humanos.

Claro que es preciso estudiar el propio *ser*, para ver cuál es su clase de *ser*, y estudiar su vida, para ver cuál es su clase de vida. Al estudiar su propio *ser* descubrirá por qué le pasa lo que le pasa en su vida, sin negar que también existe la ley del accidente, ni negar que el cuerpo está gobernado por leyes de la naturaleza.

¡Pero *sus* circunstancias vitales son atraídas por *su ser*!

¡Su ser atrae su vida!

A la gente le cuesta darse cuenta de que sus circunstancias, ámbitos y contornos, corresponden a la calidad de su *ser*. No comprenden las diferencias circunstanciales entre unas y otras personas. Se creen libres para seleccionar su entorno y creen que pueden *hacer* según su capricho veleidoso y *vivir* como más les gusta, con la calidad de vida interior que desean.

No ven ni comprenden que ese *hacer* y ese nivel de *vivir* están limitados y condicionados por su calidad de *ser*. Es una ley que limita, restringe, condiciona, pero no se ve, ni se comprende.

La ignorancia cree que basta con la voluntad caprichosa para vivir interiormente como uno quiere vivir, o que modificando las circunstancias externas su calidad de vida interior evolucionará.

¿Si un alcohólico se va a vivir a la India, qué pasaría allí?

Si se estudia el propio *ser* se descubre que tiene cierta clase de vida, y si se estudian las circunstancias vitales se descubre que se tiene cierto tipo de *ser*.

En el Trabajo decimos que el estudio de nuestro *ser* es absolutamente necesario, porque la evolución posible depende de la percepción pura de ese *ser*.

Es el *ser* el que puede evolucionar mediante la percepción pura de sus contenidos, estados y procesos.

Conocimiento y observación

En este Trabajo decimos que somos máquinas reactivas, impulsadas por impresiones externas. Recuerde que el cuerpo dispone de un aparato que transforma el alimento ordinario y otro aparato que transforma el aire respirado, pero carecemos de un aparato transformador de las energías que portan las impresiones.

Estas llegan, entran y activan mecanismos asociativos mentales,

emocionales y corporales, sin nuestra participación.

Ahora bien, mientras una persona no tenga conocimiento de su ser no comprenderá ese automatismo que lo transforma en hombre-máquina. Pero el hombre-máquina *puede* conocerse-a-sí-mismo, proceso que lo transforma cada vez en más ser humano, en el sentido de elevar su *ser*, y cada vez en menos máquina, porque su reactividad se va extinguiendo.

Pero esto demanda tiempo, esfuerzos y cierto conocimiento.

Necesita cierta clase de esfuerzo para aprender y comprender el *conocimiento* que aporta el Trabajo, y necesita otra clase de esfuerzo para *trabajar* con su ser. Es decir, trabajar conforme al *ser*, requiere esfuerzos diferentes que se fusionan en la acción concreta.

Una persona no puede llegar al conocimiento de sí-mismo a menos que se observe a sí-mismo con su atención interna, y no puede observarse a sí-mismo de un modo inteligente a menos que haya una enseñanza definida sobre lo que debe observar, cómo observar y la razón por la cual debe observar-se.

La acción inteligente con sí-mismo requiere de un conocimiento del método y los propósitos, que lo aporta la sabiduría del Trabajo.

Hay ciertos factores especiales en nuestro *ser* que impiden su desarrollo: las emociones negativas, la reactividad, el apego, la identificación, la consideración-de-sí, la pereza, el pensamiento asociativo, la mente del pasado, la búsqueda de seguridad y placer... Es necesario *conocer* estos factores como materia de *observación*.

Así se aprende primero el *conocimiento* del Trabajo. Esto explica la razón de estos artículos y explica por qué en los grupos se va suministrando, poco a poco, cierto *conocimiento* acerca del ser interior y sus posibilidades.

Pero luego es necesario aplicarlo a sí-mismo con el fin de obtener una comprensión real del propio *ser*, a la luz del conocimiento recibido.

Podríamos decir que el *conocimiento mental* es el que se recibe y el *conocimiento real* es el adquirido mediante la acción con sí-mismo. Si nos quedamos en el conocimiento mental nos convertimos en eruditos, sin que el *ser* se modifique un ápice. Puede empeorar, como sucede con las

personas confusas.

El conocimiento mental es la pauta necesaria pero el propósito es el *conocimiento-real-de-sí-mismo*, que es la comprensión de mí ser mediante la observación y percepción pura. Esa comprensión es la que transforma el *ser*.

El conocimiento de sí-mismo es el conocimiento de mi *ser*, en el más puro sentido; es el conocimiento de ciertas cosas y procesos del *ser*, a partir de una enseñanza recibida, pero no se trata de un conocimiento mental sino perceptivo.

La percepción pura

Es que la palabra “*conocimiento*” complica, por su asociación con el saber mental. Si la cambiamos por el término “*percepción*”, menos usual pero más preciso, la idea se aclara un poco.

Es la percepción de los contenidos y proceso del *ser* lo que transforma al *ser*. El cambio no se da por un acto de la voluntad, como suele creerse, sino por un acto perceptivo consciente, principio compartido por la Física Cuántica.

¿Cuál voluntad, si no hay Conciencia?

Darse cuenta que las emociones negativas son dañinas, por ejemplo, que nos mantienen en este nivel de *ser*, no es suficiente. No se trata sólo de darse-cuenta, que es una función cerebral, sino de focalizar la atención en eso, mantenerla en eso y percibir eso directamente, sin darle *significación* alguna, sin un solo pensamiento.

Cuando percibo eso así, sin proceso racional alguno, me separo de eso, y surge el Testigo, la Presencia, que es una manifestación de la Conciencia.

Pero muchas veces, frecuentemente, las personas de los grupos de Trabajo Interior no se observan a sí-mismos en el sentido de lo que se les explica y enseña; o no relacionan lo que observan con lo que se enseña; o dan por sentado todo cuanto piensan, sienten, imaginan, hacen o dicen, y no pueden ver que hay algo en sí que deben *observar*.

Es muy usual también que las personas supongan o creen que basta con asistir a un grupo para que el proceso evolutivo se inicie.

Es necesario comprender que el Trabajo en el grupo es como un taller o laboratorio en el cual se reciben unas pautas, cierto conocimiento, para aplicar fácticamente a sí mismo, en medio de la cotidianidad.

La vida es el ámbito donde aplico la enseñanza recibida en los grupos.

La vida, con sus circunstancias, es la verdadera Maestra.

Causa asombro esta incapacidad de no poder observar cosa alguna en uno mismo. En condiciones ordinarias, la persona se da cuenta de ciertas cosas, pero no se observa jamás. Es necesario que se le produzca un choque a su ego para que despierte un poco, y esto se hace en los grupos. ¿Y dónde más?

En medio de la vida, si alguien le produce un choque a su ego, un simple *no*, la persona reacciona desde su nivel de ser, pero no se observa. Pierde la oportunidad que la vida le ofrece.

El sentido del bien

Todas las personas obran según su sentido del bien, según lo que creen que está bien. Nadie obra según el mal. Pero un hombre obra según el bien que corresponde a su nivel de ser, es decir, según lo que le parece bien.

Un ladrón roba, salvo excepciones, porque le parece que robar es bueno. Un revolucionario fusila a la gente porque cree que es bueno fusilarla. Las guerras religiosas son necesarias porque es bueno para la religión. Bombardear a otros pueblos es bueno para mi país. Especular con los precios de los alimentos es bueno para mi economía. Beber alcohol es bueno para mi placer.

Es un poco extraño, pero el bien lucha contra el bien, porque todos actuamos desde el sentido del bien que el ser nos otorga.

El bien es relativo al nivel de *ser*. Lo que la gente considera bueno es diferente en diferentes casos. Lo que creían bueno antes, ya no lo creen ahora. Esto significa un cambio en el nivel de *ser*. Si el nivel de *ser* sólo

cambia un poco, enseguida se tiene una nueva percepción del bien. Por ejemplo, quizás ahora no le guste ser negativo como lo fue antes. Quizás ahora le parezca bien vivir solo y antes no. Tal vez ahora le parece bien no beber ni fumar... no sufrir... no apegarse... no creer...

Esto se debe a un ligero cambio en su nivel de ser.

El propósito de este Trabajo Interior radica en alcanzar un nivel superior de ser y por eso se refiere a otra vida, a otra calidad de vida, pero **AQUÍ, AHORA**.

Pero es necesario entenderlo, aprenderlo, comprenderlo y constatarlo mediante ciertas acciones interiores inteligentes, conscientes y voluntarias, aplicadas a sí-mismo, acciones que se practican en las Escuelas de Conocimiento: Yoga, Budismo, Zen, Tao...

La esencia de esas acciones interiores es la observación-de-sí-mismo, entendido el sí-mismo como la fenomenología que sucede en la tríada cuerpo-emoción-mente.

Su sí-mismo son los contenidos y procesos de su *ser* actual.

Si la ciencia de lo externo se fundamenta en tres pilares: observación-hipótesis-constatación, podemos afirmar que el Trabajo propuesto es científico, pero interior.

La mutación posible

Cuando su *ser* comienza a ser percibido, sus automatismos comienzan a cambiar.

Cuando su *ser* comienza a ser percibido por *usted-mismo* para *usted-mismo*, su conciencia comienza a despertar.

Cuando empieza a ver el bien de hacer el Trabajo y vivir según el Trabajo, su *ser* empieza a cambiar.

Cuando descubre la importancia existencial de hacer sus prácticas, su *ser* ha cambiado.

Cuando descubre el gozo de acordarse-de-sí-mismo su ser ha cambiado y continúa cambiando.

Cuando descubra por-sí-mismo la inutilidad de la consideración interna, la ridiculez de ciertas imágenes sobre su persona, el vacío de la vanidad, el perjuicio que causan los estados negativos, la enajenación producida por los estados de identificación, la naturaleza pasajera del apego -todas estas y otras más- entonces obtendrá una nueva concepción del bien, porque su *ser* habrá cambiado.

Cuando su *ser* cambia, el antiguo nivel de bien es reemplazado por un nivel superior e interior de bien.

El bien es relativo, según su *ser*.

Primer usted se *hace* el bien, luego usted es el bien.

Es que la potenciación del ser humano no tiene límite. Cuando proponemos partir del *ser* inconsciente que soy ahora hacia la Conciencia-de-sí-mismo, mediante cierto Trabajo que exige esfuerzo, constancia y seriedad; y luego despertar a la Conciencia Objetiva, estamos refiriéndonos a lo eterno, a la verdad, a lo infinito. Eso no tiene límite.

Esa es la enseñanza de todas las Escuelas de Conocimiento Interior, y esa ha sido la enseñanza de todos los grandes Maestros que la humanidad ha concebido.

Pero necesito empezar por mí *ser* de *ahora*, sea como sea.

El *ser* de ahora es sólo un organismo psicológico, producto de ciertas funciones del cerebro, que fragmenta la Vida. Es producto del tiempo. Es una manifestación del estado de inconciencia. Sucede. Es la síntesis de lo heredado y lo aprendido, sin su participación consciente.

La evolución del *ser* al *Ser* corresponde a la transformación de la inconciencia en Conciencia Subjetiva. Esa es la Tarea inmediata que hay que acometer, en primera instancia: de la inconciencia a la consciencia de sí.

La posibilidad suprema sería la transformación del *Ser* en *SER*, como expresión de la Conciencia Objetiva.

Es necesario recordar que la esencia del ser humano es la Conciencia, pero está aletargada. Despierta en la medida en que su *ser* empieza a evolucionar.

Su *ser* actual es un muy bajo nivel de conciencia, pero puede despertar.

¿Ayudar al otro?

Las relaciones mutuas sólo son posibles a través de nuestros mundos interiores. Para *comprender* a otra persona es preciso penetrar en su mundo interior, pero esto no es posible si no se ha entrado en el propio mundo interior.

Por lo tanto, el primer paso que hay que dar para penetrar conscientemente en otra persona y comprender su posición es penetrar en uno mismo y comprender la posición de *uno-mismo*, y mientras no se dé ese paso, en el mayor grado posible, la posibilidad de penetrar en otra persona y comprender su situación es nula. No es posible.

Para penetrar en uno mismo es necesario empezar con la observación-de-sí y se llega a la comprensión mediante un largo estudio de sí a la luz de este Trabajo, cuyo fin último es la gradual pero definida transformación de uno mismo.

Por esta razón, el sólo pensamiento de que se es capaz de penetrar en otra persona, comprenderla y ayudarla, *tal como uno es* ahora, es interpretar erróneamente la naturaleza del contacto humano, generando dificultades que acompañan este impulso bien intencionado pero mal fundamentado.

Supongamos que usted tiene un *ser* de baja calidad, es decir, muy emocional, codicioso, depresivo... y la persona a quien pretende ayudar también tiene un bajo nivel de *ser*, muy emocional, codicioso, depresivo, paranoico... ¿Cuál puede ser el resultado de esa pretendida ayuda?

A ninguna persona le es dado, tal como es mecánicamente, es decir, tal como lo formaron la vida y sus influencias, penetrar en otra persona, comprenderla y ayudarla, a menos que ya conozca por la observación-de-sí, por el estudio-de-sí, el discernimiento y Trabajo sobre sí, lo que hay en la

otra persona.

Sólo a través del conocimiento de sí es posible el conocimiento de los demás.

Sólo viendo, conociendo, percibiendo y comprendiendo lo que está en uno mismo se puede ver, conocer, percibir y comprender lo que está en la otra persona.

Uno de los grandes males de las relaciones humanas es que una persona no intenta penetrar en el estado de la otra persona, lo cual es imposible, prefiriendo la crítica mecánica y el juicio subjetivo desde su usual bajo nivel de *ser*, sin ningún freno interior.

Y es imposible porque aún no ha penetrado en sí-mismo.

Como resultado, la mayoría de personas no puede *realmente* ayudar al otro, y al intentarlo se forma una acumulación de material psíquico equivocado en las relaciones humanas y en la vida de cada persona, que nunca existiría si se vieran a sí-mismos y a los demás *simultáneamente*.

La carencia de todo discernimiento en sí-mismo, propio de un bajo nivel de *ser*, imposibilita cualquier discernimiento en el estado interior de la otra persona.

Es la percepción de sí-mismo y la percepción interior de la otra persona, *SIMULTÁNEAMENTE*, lo que permite verla objetivamente para tratar de ayudarla objetivamente, pero no hay garantía de nada.

Es el *ser* de la otra persona el que recibirá la ayuda, de una u otra manera, bien o mal, para aceptarla o rechazarla, para agradecerla o despreciarla, porque su *ser* es el emisor y el *ser* del otro es el receptor.

Tal vez a esto se refería Oscar Wilde al afirmar que “*las peores cosas se hacen con las mejores intenciones*”.

El juzgar a otros

En este Trabajo las personas deben estar muy atentas para vigilar la actitud **crítica** que asumen frente a las demás personas, el *juez interior*, ya sea pensándola o expresándola de viva voz, puesto que produce

continuamente un material psíquico equivocado que baja aún más su nivel de *ser*, a tal punto que puede llegar a imposibilitar el Trabajo Interior.

Cuando un “yo” negativo, rasgo de su *ser*, como el rencor, la envidia, la ansiedad..., es recurrente, frecuente e intenso, puede llegar a cristalizar; es decir, que ya no hay poder humano ni divino capaz de mover esa roca. Usted, ahora, es ese “yo”, para siempre.

En muchos casos, la razón fundamental del *juez* es la torpeza y la ignorancia, un acostumbrado grado de vanidad, la autosatisfacción de ser un tirano implacable y silencioso, sentir que se tiene la razón, sentir el auto-merecimiento, el falso sentimiento de virtud, el orgullo de la superioridad y otros factores de esta clase, que son una oportunidad para el Trabajo Interior, pero también podrían convertirse en la imposibilidad, si se cristalizan.

Otras razones muy curiosas que auto-justifican al *juez* infame que llevamos por dentro: el sentimiento mecánico del mérito, el sentir sobredimensionadamente el grado de excelencia, sentir que los demás tienen que cambiar y no nosotros, la sensación extraña y profunda que me indica que “*soy casi perfecto*”, sensación propia de la vanidad.

¿Y qué es todo esto sino componentes de mi bajo nivel de **ser**?

¿De dónde sale todo ese horror?

¡De mi *ser*!

¡Todo eso es lo que soy!... por ahora.

Y ese *ser* es el que puede evolucionar... si hay un Trabajo interno.

La transformación

Nuestro nivel de *ser* se caracteriza por el estado impuro de la vida emocional, como se ha descrito.

El Trabajo sobre el *ser*, en lo concerniente al centro emocional, exige por lo tanto el esfuerzo de observar y comprender la existencia de esas emociones en uno mismo, descubrir su origen, el curso que siguen, su flujo, su fuerza, su frecuencia, y los efectos a que conducen.

Cuando tenemos plena conciencia de nosotros mismos, lo cual significa un *Testigo* percibiendo eso, estamos en camino de cambiar eso.

Sólo la conciencia de eso, si es lo suficientemente perseverante, cambiará eso.

Es necesario repetirlo. No es mi querido “yo” el que cambia eso, no es un acto de supuesta voluntad de “yo”, no es un deseo de mi “yo”, no es un propósito de “yo”. *NO*. No es ese el catalizador del cambio. Es la percepción pura y consciente de eso, lo que transforma eso.

Cuando usted alumbra con una linterna a las cucarachas, ¿no salen corriendo? tienen pavor a la luz.

Es lo mismo con las emociones. Se disuelven en presencia de la luz de la conciencia.

Una vez que ha visto algo en sí-mismo, en su *ser*, nítidamente, lo conducirá a ver otra cosa.

Sólo la conciencia de eso, entendida como la percepción pura de eso, cambia eso. Esa es la alquimia interior que es necesario constatar, en sí-mismo.

Es necesario comprender que la realización del ser humano, que es su potenciación, exige cambiar el *ser* de ahora, debe cambiar *ahora* y *aquí*.

Muy a menudo las personas religiosas suponen que cambiarán en algún más allá; se imaginan que, tal como son, con el nivel de *ser* que tienen, con todas sus emociones negativas, vanidad, engreimiento de sí, envidia, curiosidad maliciosa, charla perversa... podrán llegar a Dios.

Y hay otras muchas ilusiones similares (el paraíso, el cielo, el estado de bienaventuranza, las indulgencias, el perdón de los pecados...) las cuales se deben a no ver *nuestro nivel de ser*, que en realidad determina el lugar donde estamos situados en la escala o escalera de todas las clases de *ser*, que llega al Ser Divino, que es el estado de Conciencia Pura.

Recuerde que no soy Dios, pero puedo conectarme con estados de divinidad que se encuentran ocultos en mi *ser* actual.

Cada cual está en algún lugar de esta escala que parte del estiércol y culmina en Dios.

Ahora bien, en este Trabajo compartimos cierto conocimiento de cómo cambiar el *ser*, y este conocimiento debe ser aplicado a su *propio ser* mediante las prácticas sugeridas, y a través de la observación de sí, de acuerdo con lo que tal conocimiento le dice que observe.

Es así como obtiene el conocimiento existencial de su ser y puede empezar a Trabajar sobre él.

Si posee un conocimiento auténtico de su propio *ser* y ha Trabajado sobre él, será capaz de penetrar en otra persona, comprenderla y ayudarla, pero sólo hasta el punto en que ha llegado al conocimiento de sí-mismo, a la constatación empírica de sí-mismo, al descubrimiento consciente de sus propias dificultades... y posibilidades.

Cuando usted puede *ver y verse, simultáneamente*, usted puede ayudar, pero sólo hasta el nivel en que usted puede *verse*. Ni un milímetro más allá le es posible, sinceramente. Sólo cuando usted pueda distinguir mejor entre lo puro y lo impuro de su *ser*, de sí-mismo, podrá hablar con más pureza a los demás.

Si mientras está hablando, *ve en sí lo que ve en el otro*, hablará de un modo puro o más puro, y lo que es puro en este sentido no puede herir al otro u ofenderlo, sino que lo ayudará, aunque haya de por medio un pequeño choque a su querido ego.

Si no sabe en el momento en que habla al otro si ha hablado con propiedad, no tiene mucha importancia lo dicho.

Si ha hablado con la *doble conciencia* de sí-mismo y de la otra persona, lo cual es hablar en un estado de Conciencia-de-sí, ha ayudado.

No es tan importante lo dicho, sino la sinceridad consciente de lo hecho-dicho con el otro, según el sentimiento del Trabajo Interior.

Una pregunta necesaria

Usted tiene derecho a preguntarse, ¿y para qué todo esto?

Debería hacerse esa pregunta y sentir las respuestas que surgen de su *ser*.

Usted tiene dos opciones:

1. La ignorancia feliz.
2. La Verdad.

Usted decide.

En la “*ignorancia feliz*” no necesita hacer nada, todo le sucede, depende de lo externo, tal vez sea temporal, y lo peor, morirá sin saber *quién* era el feliz.

Si se decide por la Verdad, usted tiene que hacer ciertos esfuerzos, asumirse, pagar con su ego, buscar nuevas influencias y someterse a las leyes que surgen en la búsqueda.

La primera opción es fácil, gratis, no exige merecimientos, le sucede.

La segunda opción es difícil, exige esfuerzos y no hay garantía de nada.

Así es esto.

¿Podría decidirse seriamente?

Tome una decisión, cualquiera que sea, asúmala y entréguese a eso con toda su pasión y con toda su energía, con toda su *Vida*.

Si todo lo que hacemos en la vida es un juego (poder, dinero, éxito, imagen, prestigio...) ¿por qué no escoger también un juego bello y jugársela toda?

¿Por qué no jugarlo con pasión?

¿Qué puede perderse?

¿Y si después de la muerte no hay nada, no sería mejor haber jugado un juego bello?

Existe la posibilidad de Trabajar internamente sin renunciar a nada.

Lo sagrado y lo profano, simultáneamente.

Lo divino y lo humano, simultáneamente.

Lo interno y lo externo, simultáneamente.

Esa es la línea de Trabajo que proponemos.

No es necesario renunciar a nada, pero no es suficiente con la cotidianidad humana.

La plenitud del *Ser* humano exige un doble juego.

Krishnamurti lo dice muy claramente. Se trata de:

“Ser en el Hacer.”

Y Gurdjieff lo dice en forma implacable:

“Sé tú, y no importa ni Dios ni el diablo.”

De manera que se trata de:

“Del ser... al Ser... al SER”

De la mente... a la conciencia-de-sí... a la Conciencia Pura.

Esa es la evolución posible.

De la escoria... a la realidad esencial.

De la miseria humana al Ser consciente.

Pero no es fácil, ni rápido, ni gratis.

Ud. tiene que pagar con la disolución de su sufrimiento y su ignorancia.

Bibliografía

- . Comentarios psicológicos. Maurice Nicoll.
- . La conciencia. Ouspensky.
- . Terapia espiritual. Ramiro Calle.
- . El arte de ser uno mismo. Patrice Richard.
- . Tu Yo sagrado. Wayne W. Dyer.