

---

## PAUL BRUNTON

Una selección de las mejores sugerencias, exhortaciones y consejos de PB

---

### ... a los buscadores y buscadoras espirituales

¿Qué es la Realidad?

El mejor consejo: Conoce lo que eres ¡y sé libre!

En el camino de la Búsqueda

¿Quién o Qué soy yo?

Estamos en manos del Yo Superior

¿Quién es el verdadero Maestro?

El camino de la vida es único para cada ser humano

Todo lo que importa realmente es cómo vivimos nuestra vida

¿Cómo nos comportamos? Nuestras reacciones emocionales puestas a prueba

Dejemos de juzgar a los demás; la causa primera de nuestros problemas está en nosotros mismos

El ego es una ilusión... elimina su "irrealidad"

El equilibrio es fundamental

La paciencia, ¡qué gran virtud!

La fuerza de voluntad: Yo determino

Servir a la humanidad

La reivindicación final

---

### ¿Qué es la Realidad?

Si se pregunta qué es la Realidad, desde el punto de vista de la filosofía, la respuesta debe ser: la Consciencia. Si además se pregunta cuál es la labor del ser humano en esta vida, la respuesta debe ser: llegar a ser consciente de la Consciencia como tal. Pero como, ordinariamente, la Consciencia nunca se le revela a sí misma, sino sólo sus estados cambiantes, sólo podemos llevar a cabo esta labor adoptando medios extraordinarios. Tendremos que templar nuestros sentimientos y aquietar la mente. En resumen, tendremos que negarnos a nosotros mismos (a nuestro ego).

### El mejor consejo: Conoce lo que eres ¡y sé libre!

La vida sigue siendo lo que es: inmortal y sin ataduras. Todos nos volveremos a encontrar. Conoce lo que eres, y sé libre. El mejor consejo hoy es: mantén la calma, sé consciente. No dejes que la presión del entorno mental irrumpa en lo que sabes y en lo que es real y, en última instancia, verdadero. Este es tu talismán mágico para protegerte; aférrate a él. La última palabra es: ¡Paciencia! La noche es más oscura antes del amanecer, pero el amanecer llega.

Lo que sabemos es tan poco que debería hacernos intelectualmente humildes. Pero ese poco es, sin embargo, de la mayor importancia para nosotros. Porque sabemos que el Yo Superior está ahí, que pasar del caos del ego a la quietud del Yo Superior vale la pena, y que la bondad y la pureza, la introspección y la meditación nos ayudan a encontrarlo.

No hay mensaje más verdadero que éste: «Busca lo divino dentro de ti mismo, vuelve a ello todos los días, aprende cómo permanecer en ello y, finalmente, sé ello mismo».

Hay algo que podemos y debemos saber para realizarnos, pero no es un amontonamiento de hechos numerados; es, nada más y nada menos, que su relación con la Fuente del Cosmos.

"Sé con ELLO" es el mejor consejo para quienes puedan entenderlo.

Si queremos descubrir qué es real en la existencia debemos esforzarnos un poco. Debemos perseverar, leer y releer estas páginas hasta que el significado de todo se nos presente de golpe con claridad, como lo hará si persistimos. El estudio reflexivo de estos escritos de elevada vibración acelera nuestro crecimiento mental. El absorber el espíritu contenido en ellos nos eleva por un instante hasta el plano espiritual del autor.

Es bueno buscar y aceptar ser guiados. Pero el error y la exageración se infiltran cuando nos enfocamos demasiado en una única fuente de guía.

Existen cuatro modos principales mediante los cuales puedes ser guiado. Estos son: la percepción intuitiva, que en general aprueba o rechaza el curso de una acción propuesta; el mensaje interno preciso y directo; la manera en que se presentan las circunstancias externas; y las enseñanzas de textos inspirados. Si los cuatro existen juntos, y si están en armonía, entonces podrás dar un paso adelante con total seguridad. Pero, si entre ellos se contradicen, es muy aconsejable tener mucha cautela y aplazar un poco las decisiones.

## En el camino de la Búsqueda

Ninguno de nosotros está excluido de ese primer contacto con la Gracia que nos pone en el camino de la Búsqueda. Todos pueden recibirla; al final, todos la recibirán. Pero vemos por todas partes a nuestro alrededor la abundante evidencia de que no estaremos preparados para ella hasta que hayamos tenido suficiente experiencia del mundo, suficiente frustración y decepciones que nos hagan parar y nos vuelvan más humildes.

Una reflexión acertada sobre las experiencias pasadas, junto con la determinación de hacerse cargo de sí mismo, conducirán al alumno a un futuro más digno y allanarán el camino que tiene por delante.

Ningún entorno es ideal. La verdadera felicidad duradera no se encuentra en la búsqueda exterior, sino ahondando en lo más profundo de nosotros mismos.

Nuestro deber es actuar como pioneros; pero, si queremos ser exitosos pioneros, necesitaremos coraje para olvidar ideas desgastadas y para liberarnos de tradiciones decadentes, con el fin de ocuparnos de las nuevas condiciones que están emergiendo...

Aquello que has buscado tan ardientemente ha estado dentro de ti todo el tiempo. Porque allí, en lo más profundo de tu Ser, oculto bajo toda esa debilidad, pasión, pequeñez, miedo e ignorancia, mora la Luz, el Amor, la Paz y la Verdad. Las ventanas de tu corazón dan a la eternidad, ¡tan sólo las has mantenido cerradas! Te encuentras tan cerca del sagrado espíritu de Dios como siempre lo has estado; pero, debes abrir tus ojos y verlo. El estado divino del ser humano está allí, profundo, en tu interior. Pero, tú debes clamar por él.

La experiencia de ver la Verdad es como una sacudida. Allí está, dentro de tu propio Ser, yace en lo más profundo pero aún en tu propio Yo. Nunca hubo ninguna necesidad de viajar a ningún lugar para encontrarla; ni necesidad de visitar a nadie que supuestamente ya la hubiera alcanzado, y sentarse a sus pies; ni siquiera la necesidad de leer algún libro, por más sagrado o inspirado que sea. Ni tampoco podría otra persona, lugar o escrito ofrecértela; tienes que develarla por ti mismo, en ti mismo. Otros pueden guiarte a mirar hacia tu interior; así, se ahorra el esfuerzo de buscarla en cualquier otro lado. Pero, eres tú quien tiene que darte la necesaria atención a ti mismo. El descubrimiento debe ser propio, realizado dentro del silencioso centro de tu Ser.

Entre el ser humano común, que se acepta a sí mismo tal como es, y el filósofo, que también hace lo mismo, se encuentra el Buscador. En el primer caso, la perspectiva es estrecha, limitada a atender las ineludibles necesidades y demandas de la vida diaria. En el otro caso, se ha instalado la paz mental, se ha saciado la sed de conocimiento y el ego ha sido disciplinado. En el medio de estos dos, el Buscador no está satisfecho consigo mismo y tiene un fuerte anhelo de convertirse en un ser humano mejor y más iluminado. Intenta ejercitar su voluntad en la lucha por realizar su ideal.

¿Por qué buscan la Verdad? Porque al fin se han vuelto sensibles lo suficiente como para atender a la existencia del yo divino en su foro interno, el Yo Superior en el que sólo existe la Verdad. El hecho de su existencia ha presionado su subconsciente desde dentro y al fin empiezan a sentir la necesidad de tomar consciencia y de cooperar con su Yo Superior, su Alma Divina.

No sé de ningún nombre mejor ni más amplio con el que designar a quienes persiguen esta Búsqueda que decir que son estudiantes de filosofía...

La concentración mantiene a la mente estable en un pensamiento en particular, o en una línea de pensamiento, mientras evita a los demás. La meditación retira ese único pensamiento y mantiene calma a la mente. Este ya es un excelente estado, pero no basta para los buscadores de lo Real. Esto debe completarse con el conocimiento de qué es y qué no es Real.

Al aprender el arte de controlar el pensamiento, al estudiar las Leyes Superiores que gobiernan la vida y, por encima de todo, al buscar y encontrar el verdadero Yo en nuestro interior, seremos capaces de crear suficiente paz mental y coraje emocional para hacer lo mejor de lo peor que pueda sucedernos.

«¿Cómo voy a comenzar este proceso hacia el verdadero conocimiento de mí mismo?» La respuesta comienza con esto: antes que nada, adopta la actitud correcta. Cree en la divinidad de tu ser más profundo. Deja de buscar la luz y la guía por aquí y por allá... Imprime en tu corazón las grandes frases: “Yo poseo ilimitado poder en mi interior; Yo puedo crear una vida más divina y una visión más verdadera de la que hoy poseo”. Haz esto y luego entrega tu cuerpo, tu corazón y tu mente al Poder Infinito que todo lo sostiene. Escucha y obedece su guía interna y luego acepta con prontitud todo aquello que te sea asignado. Este es el desafío que los dioses te proponen, y ellos seguramente te apoyarán y te responderán. Tu alma será paulatinamente o súbitamente liberada; tu cuerpo tendrá un viaje más fácil a través de los acontecimientos.

En lugar de tener que mendigarle migajas de afecto a un hombre o a una mujer, encontraremos una auténtica fuente de amor siempre fluyendo en lo profundo de nuestro corazón, un amor disponible para nosotros en toda su plenitud. Este es el único amor que nunca puede abandonarnos, el único compañero de alma que por siempre permanecerá con nosotros, la única alma gemela que podemos buscar con la absoluta certeza de que es verdaderamente nuestra.

Quien está poseído por este amor a la Verdad y es tan sincero que está dispuesto a subordinar todos los otros deseos a éste, será recompensado por la Verdad misma.

El hábito de siempre recordar que estamos comprometidos con la Búsqueda y con la modificación del carácter que esto implica, debería ayudarnos a no ceder en la tentación y a rechazar el abatimiento en la tribulación.

A menudo, en este camino, lo que sucede es que lo que más necesitamos no nos llega cuando lo pedimos antes de tiempo, sino que sólo llega cuando es realmente necesario. Esta combinación de poner nuestro granito de arena y luego confiar en Dios nos conducirá a través de todas las dificultades.

En las primeras etapas de las experiencias de la iluminación, el aspirante se siente abrumado por el descubrimiento de que Dios está dentro de sí mismo. Esto despierta sus sentimientos más intensos y estimula sus pensamientos más profundos. Pero, aunque él no lo sabe, esos mismos sentimientos y pensamientos siguen formando parte de su ego, aunque sea la parte más elevada. Por lo tanto, él sigue separando su ser en dos: el yo y el Yo Superior. Solo en las etapas posteriores descubre que Dios no solo está dentro de sí mismo, sino que es él mismo.

Ser conscientes de las debilidades o errores de otra persona no necesariamente significa que la amamos menos. Es una parte esencial del mensaje de amor el que aprendamos cómo perdonar las características superficiales contemplando la esencia de la persona amada, para ver lo que “es”, al mismo tiempo que miramos aún más profundamente hacia lo que verdaderamente “ES”: lo Divino mostrándose en una forma particular.

Con una parte de nosotros mismos buscamos honestamente la Verdad, pero con otra parte tratamos de evadirla.

Los obstáculos que hemos puesto en nuestro propio camino no pueden ser retirados por nadie que no sea uno mismo.

A mayor esfuerzo por reconocer y rechazar los impulsos que provienen de la naturaleza inferior, mayor claridad de comprensión alcanzaremos.

La claridad de visión es tanto mejor cuanto mayor es la pureza de corazón.

## ¿Quién o Qué soy yo?

Comienza preguntándote «¿Quién soy yo?»; y, cuando comprendas que tu naturaleza más baja, el ego, no puede ser tu verdadero ser, continúa, haciéndote la siguiente pregunta: «¿Qué soy yo?» Así, estudiando y discerniendo sobre ti mismo, tú te aproximarás más y más a la Verdad.

¿Qué soy yo? Semejante pregunta es tan antigua y eterna porque cada individuo debe responderla por sí mismo. Si encontramos la verdadera respuesta, también nos daremos cuenta de que no es posible verdaderamente transmitírsela a otra persona, sino solamente una idea de esta, su sombra mental. Pero, también esto puede ser valioso para los demás, aunque no sea lo mismo.

## Estamos en manos del Yo Superior

El Yo Superior nos tomará la palabra y dejará que nuestro destino nos depare no sólo las experiencias que nos ganamos, sino sobre todo las que necesitamos. Si comprendemos esta situación de forma impersonal, nos daremos cuenta de que debemos acogerlas todas, y no seleccionar sólo las agradables a nuestro favor. Todas pueden llegar a ser nuestras maestras si se lo permitimos, por lo que todas deben ser recibidas con atención y apropiadamente. La rebelión y el resentimiento no hacen más que cerrarnos el paso a la lección que tienen que enseñarnos: si se pierde esta lección, tendremos que volver a pasar por la misma experiencia en algún momento futuro y repetir el mismo sufrimiento tan innecesariamente.

¿Por qué crear frustraciones innecesarias debido a una actitud demasiado entusiasta, a una exagerada actividad espiritual? Estás en las manos del Yo Superior, incluso ahora mismo y, si la aspiración fundamental está presente, tu desarrollo continuará sin que tengas que sentirte ansioso por ello. Deja ir esa carga...

Nuestra identificación con el Yo Superior debe ser tan perfecta como podamos lograrla. Debemos ser el Yo Superior, y no simplemente un estudiante que medita sobre Él.

Es vital ver claramente la diferencia entre las enseñanzas que surgen del ego y lo sirven únicamente a él, y las que surgen del Yo Superior y nos conducen a Él.

Olvidar al yo (ego), y recordar al Yo Superior. Es tan simple, y tan difícil.

La amorosa atención al Yo Superior no debería limitarse a los momentos dedicados a la meditación o a la oración, sino que debería constituir el trasfondo de todos nuestros demás pensamientos.

Quien depende de lo externo, de las apariencias, juega a los dados con su felicidad. Quien depende de su propio Yo Superior alcanza una serenidad inquebrantable.

El Yo Superior puede utilizar algún acontecimiento, alguna persona o algún libro como mensajero para ti. Puede hacer que cualquier nueva circunstancia actúe de la misma manera. Pero es necesario que seas capaz de reconocer lo que ocurre y estés dispuesto a recibir el mensaje.

Aquello que nunca ha sido perdido nunca puede ser encontrado. Si el buscador fracasa en encontrar al Yo Superior no es por causa de fallas o debilidades del ego, sino porque es a él mismo a quien busca. No hay nada más que encontrar que la comprensión de esta verdad. En lugar de buscar el Yo Superior como algo que está por encima, más allá o separado de él mismo, debería dejar de buscar por completo y reconocer 'yo soy' como 'YO SOY'.

En el momento en que tomamos consciencia de esta Verdad caen los velos de nuestros ojos. Renunciamos a nuestra esclavitud de la errónea creencia en las limitaciones. Nos negamos a considerar ese falso pensamiento de que existe una elevada condición que debemos alcanzar en un futuro lejano. Estamos convencidos de que el Ser se reconocerá a sí mismo ahora. ¿Para qué esperar? Reunamos todos nuestros pensamientos en la Realidad y mantengámoslos anclados allí; la Realidad no nos defraudará, y los pensamientos se disolverán y desaparecerán en el aire, dejándonos solos con la Belleza y la Sublimidad del Ser.

El modo de ser admitido ante la presencia del Yo Superior puede resumirse en una simple palabra: 'ámalo'. No es necesario inspirar muy profundamente ni espirar muy lentamente, ni hacerlo de manera sencilla... para lograr ser admitidos. Ni siquiera hace falta haber estudiado extensamente los temas espirituales ni haberlos analizado concienzudamente. Más bien, deja que el amor sea lo primero...

## ¿Quién es el verdadero Maestro?

A menudo se dice que cuando el alumno esté listo, aparecerá el Maestro. Pero todavía no he leído que alguien agregue que el Maestro puede ser invisible e inaudible, es decir, puede estar completamente dentro de ti.

Si falta el fuerte anhelo por la Verdad, una persona puede encontrarse con mil maestros de la Búsqueda pero no los reconocerá por lo que son, ni experimentará ninguna exaltación en su presencia. Este anhelo debe ser de hecho tan fuerte como el hambre de un hambriento o la desesperación de un viajero perdido en el desierto.

Una Iluminación intermitente, que sucede por instantes, es sólo un paso en el camino. No debemos contentarnos con ello. Nada menos que la Iluminación total, que es permanente, constante y siempre presente debe ser nuestro objetivo.

## El camino de la vida es único para cada ser humano

La humildad es el primer paso en esta senda. Deberíamos darnos cuenta de lo poco que realmente sabemos, cuando somos confrontados con los grandes misterios de la vida...

El camino de la vida de cada ser humano es único. Puede ser que lo mejor para nosotros no sea ajustarnos a una técnica impuesta por otros, o limitar nuestros esfuerzos a un esquema que le haya sido útil a otros. Lo que puede ser adecuado para una persona, que está en una etapa de desarrollo diferente, puede ser inadecuado para el aspirante en la Búsqueda.

Si alguien realmente quiere progresar, y ni hablar ya de triunfar, no conozco ninguna forma de escapar de estos dos requisitos indispensables: dedicación y perseverancia. No importa cuán principiante sea la persona; con seguridad ella tiene buenas esperanzas si realmente está deseosa de ver sus errores, si es su más severa crítica, y si pone empeño, continuo y persistente, en corregir su vida.

Deja que avance lenta o rápidamente, como mejor le convenga, y también a su manera, de nuevo según su individualidad, que ha moldeado a través de las reencarnaciones hasta su imagen actual y desde la que tiene que empezar y seguir adelante.

Sólo en una etapa muy avanzada el buscador empieza a comprender que su verdadero trabajo no consiste en desarrollar cualidades ni realizar tareas, en desarrollar el carácter ni en alcanzar objetivos, sino en sacar obstáculos y descorrer velos. Él tiene que abandonar el falso yo y descubrir el verdadero Yo.

La sensación de estar aislado, de recorrer un camino solitario, es verdad externamente pero no internamente, porque internamente estamos acompañados por el suave e infinito amor del Yo Superior. Sólo tenemos que ahondar en nuestro interior lo suficiente para saber esto por nosotros mismos, y saberlo con absoluta certeza.

El deber del aspirante de cultivar su carácter moral y de aceptar su responsabilidad personal por su vida interior no puede evadirse mediante la entrega de su lealtad a ninguna autoridad espiritual.

No necesitamos cambiar nuestros hábitos de vida hasta que no solo estemos intelectualmente convencidos de su necesidad, sino que también sintamos en nuestro interior que ha llegado el momento adecuado, el momento psicológico, para ello. De este modo, será natural y no forzado, y su curso y los resultados serán duraderos.

En determinados momentos, sentiremos la necesidad de apartarnos del contacto externo con otras personas y, en ese caso, deberemos obedecer. Si lo ignoramos, perderemos la oportunidad de avanzar a una etapa superior.

Harás tu mayor avance cuando dejes por completo de aferrarte al deseo de avanzar, cuando dejes de mirar continuamente hacia ti y, en lugar de esto, logres descansar en el simple hecho de que *Dios ES*, hasta que vivas solamente en este hecho. Esto transferirá tu atención del pequeño yo al Yo Superior y te hará ver Su presencia en la vida de cada persona y Su acción en cada circunstancia.

Dondequiera que estemos, cualquiera sea el lugar, o sean quienes sean las personas, debemos pensar que estamos ante la presencia divina.

## Todo lo que importa realmente es cómo vivimos nuestra vida

El extravío de energías, el despilfarro de esfuerzos y la penuria de sufrimientos inútiles constituyen el triste resultado de nuestra ignorancia respecto a las leyes superiores de la vida.

Eres parte de la Idea del Mundo de la Mente Universal. Por lo tanto, tú también eres parte de su propósito. Pide que te sea mostrado lo que es y cómo puedes hacerlo realidad, en lugar de deprimirte por la miseria, la frustración o el miedo. Observa tu situación —personal, doméstica, profesional, mental, emocional, espiritual— como si tuviera un significado dentro de ese propósito, como si te enseñara una lección específica o te dijera qué hacer o qué no hacer.

¿Qué es más nuevo que el amanecer de un nuevo día? ¡Qué oportunidad brinda éste para la renovación de la vida también! ¿Y qué mejor que tomar una Afirmación positiva como “Yo soy Infinita Paz” para que sea el primer pensamiento matinal, y sostenerlo, y aferrarse a él durante esos primeros pocos minutos que marcan el tema central del día? Entonces, cualquiera sea el asunto que debamos atender, o las pesadas obligaciones urgentes que debamos cumplir, llevaremos nuestra paz en medio de esas situaciones.

Todo lo que importa realmente es cómo vivimos nuestra vida. Pero las actividades del plano superficial no constituyen todo lo que la vida ofrece para vivir. La consciencia surge de un plano detrás de la mente, y esta región, así como el mundo exterior, necesita ser explorada siguiendo una guía adecuada; sus posibilidades y beneficios se revelan por completo a través de cada individuo y para sí mismo. El vivir comienza a alcanzar su propósito cuando nuestra vida externa se vuelve motivada, guiada y equilibrada por los frutos de nuestros descubrimientos internos.

Descubriremos que no es suficiente considerar como bueno sólo aquello que es favorable para nuestra vida física. Debemos completar el concepto, e incluso a veces hasta contradecirlo, agregando aquello que es favorable para nuestra vida espiritual.

La atracción hacia lo divino no tiene por qué significar repulsión hacia el mundo. En la vida humana hay espacio tanto para lo celestial como para lo terrenal. Profundizar en el conocimiento y aumentar la belleza, difundir la compasión y elevar al ser humano: esta es nuestra labor hoy.

No se nos pide que abandonemos nuestra vida social, por ejemplo, en favor de nuestras aspiraciones espirituales, sino que las equilibremos sanamente. Se nos pide que no busquemos lo uno a costa de lo otro, que no abandonemos ideales dignos en momentos importantes. Las grandes decisiones de nuestra vida deben basarse en una conciliación entre estar en el mundo y no ser del mundo.

Necesitamos lograr una vida equilibrada, con una sabia alternancia entre acción y reposo, trabajo y meditación, siendo activos y pasivos...

Tenemos que mantener vivo el recuerdo del Yo Superior como telón de fondo de la mente, aun cuando parezcamos estar debidamente atentos a los asuntos externos.

Ninguna otra actividad es tan urgente ni tan importante como ésta, la de dirigirnos ahora mismo, con el pensamiento y la remembranza, con amor y aspiración, hacia el Yo Superior. Porque, si no lo hacemos, y nos dirigimos a otras actividades mundanas, que son tan demandantes y exigentes, caemos en una tensión que nos conducirá al error y a su consecuente sufrimiento. Pero, si primero nos dirigimos al Yo Superior y después actuamos, nos elevamos a un estado de calma interior con su consecuente juicio más sabio.

Llegará el momento en que los valores cambien, en que las ambiciones, los poderes, las posesiones y las conquistas materiales vuelvan a ocupar el lugar que les corresponde, en que se ponga fin a su tiranía sobre la voluntad y los sentimientos.

## **¿Cómo nos comportamos? Nuestras reacciones emocionales puestas a prueba**

Supongamos que sabes que este será tu último día en la Tierra. ¿Cómo te comportarías con los demás? ¿No abandonarías todas las actitudes de corto alcance y te elevarías por encima del mezquino egoísmo, las lastimosas enemistades y las ásperas discordias que pueden haber estropeado tu pasado? ¿No tratarías al menos de sentir buena voluntad hacia todos los seres humanos? Así es como la filosofía te dice que te comportes en todo momento y no sólo en tu lecho de muerte.

Debes rastrear en ti los motivos reales de tu conducta, los cuales no siempre son los mismos que declaras ante los demás ni ante ti mismo.

Las heridas emocionales que tanto significan y que se sienten tan profundamente mientras somos jóvenes espiritualmente, pasan a significar cada vez menos a medida que nos volvemos adultos espiritualmente. Vemos cada vez más que estas nos han hecho infelices sólo porque nosotros mismos lo permitimos, sólo porque, de las dos actitudes posibles, nosotros mismos elegimos al pequeño ego, con su emotividad negativa y mezquina antes que a la racionalidad positiva y universal de la mente superior.

Es fácil lograr una especie de serenidad artificial mientras estamos sentados en la comodidad de un sillón, leyendo un libro filosófico; pero, mantener la calma en medio de la provocación o del peligro es una prueba. Por ello, el aspirante a filósofo deberá tratar de mantener una mente serena en todo momento, enfriar sus pasiones y controlar su agitación.

Cuando las acciones o las palabras de los demás nos provocan, es fácil volvernos irritables, resentidos o indignados; es difícil practicar una calma paciencia y ejercitar la tolerancia filosófica. Pero, es justamente eso lo que el aspirante debe hacer.

Al enfrentarnos a la agitación, recordaremos permanecer en calma. En presencia de la fealdad, pensaremos en la belleza. Cuando otros muestren su animalidad y brutalidad, mostraremos nuestro refinamiento espiritual y gentileza. Y, por encima de todo, cuando todo alrededor parezca oscuro y sin esperanza, recordaremos que nada puede extinguir la luz del Yo Superior y que ésta volverá a brillar, tan seguro como que la primavera le sigue al invierno.

En la medida en que mantengas el ego fuera de tu reacción ante un enemigo, en esa medida estarás protegido de él. Su antagonismo debe ser enfrentado no sólo con calma e indiferencia, sino también con un perdón constructivo y un amor activo.

En una situación inesperada, cuando no hay tiempo para calcular una reacción o preparar una respuesta, se revela qué tanta fuerza podemos llegar a tener. En una crisis imprevista —que no es más que una situación llevada al extremo— en la cual no

hay ninguna posibilidad de escapar ni de evadirse parcialmente, es entonces que se muestra qué tanta sabiduría tenemos, o cuánta nos falta.

Cuando uno se enfrenta a decisiones difíciles, debe tener especial cuidado en tener en cuenta los efectos futuros de su elección. Una decisión basada en sentimientos u otras reacciones emocionales, no controladas por la razón, no puede resolver ningún problema, como el estudiante, sin duda, ya ha aprendido. Es necesario examinar la experiencia pasada —la propia y la de los demás— para descubrir y sacar provecho de las lecciones que en ella se presentan. No hacerlo conduce a la repetición dolorosa de sufrimientos evitables. Esto es especialmente cierto en las relaciones personales.

Una experiencia que supone un golpe para su ego debería ser recibida con humildad y analizada con imparcialidad. Pero con demasiada frecuencia la persona la recibe con resentimiento y la analiza con distorsión. El resultado es un doble daño: el sufrimiento en sí y el deterioro del carácter.

Debes mostrar arrepentimiento no sólo porque tus actos erróneos pueden llevarte al sufrimiento, sino también, y mucho más, porque pueden alejarte del descubrimiento del Yo Superior.

La ira y el odio son emociones peligrosas para llevarlas contigo. Ya sea que conduzcan o no a acciones perjudiciales para la persona contra la que se dirigen, ciertamente son dañinas para ti. Conquistálas rápidamente, saca estos venenos psicológicos de tu sistema.

Para erradicar la ira, debemos cultivar su opuesto: el perdón.

Tenemos que declarar la guerra a nuestras propias pasiones, porque ahora vemos que no podemos tenerlas y a la vez poseer la paz. Como en toda guerra, ésta será testigo de victorias y derrotas, dificultades y sufrimientos. Pero de estas batallas con nosotros mismos podemos progresar, aprendiendo a discernir y ganando fuerza de voluntad.

Si un enemigo, un crítico o un oponente nos acusa de cometer un error o una falta, no debemos inquietarnos por este hecho ni perder la calma interior, ni sentirnos enfadados y resentidos ni tomar represalias con contraacusaciones. En su lugar, debemos prestarle atención, con frialdad, para determinar si hay algún fundamento para ello. De esta manera, nos “desidentificamos” del ego.

Pero aunque al aspirante le ayudará mucho un análisis sereno de la transitoriedad, el sufrimiento y la frustración inherentes a la vida, se verá muy perjudicado si lo utiliza como excusa para una mentalidad derrotista y un temperamento depresivo. La actitud valiente para avanzar y ascender a niveles más elevados es indispensable.

Puede que uno se avergüence de lo que hizo en el pasado, pero entonces era esa clase de persona también en el pasado. Si persiste en identificarse con el "yo", con el tiempo esos sentimientos vendrán a su memoria y le causarán ese tipo de sufrimiento. Pero si cambia a identificarse con el Ser intemporal detrás del "yo", no puede haber tal sufrimiento.

A ningún aspirante se le pide que permanezca emocionalmente neutral respecto a sus esperanzas y temores personales. Se le pide que se esfuerce por ser imparcial en sus decisiones, que reconozca que es una acción equivocada la que asegura su propio disfrute a costa del sufrimiento de otras personas o su propio beneficio a costa de los derechos de éstas.

En nuestra escalada hacia lo Alto, debemos aprender paulatinamente a soltar la visión emocional de la vida y reemplazarla por la visión inteligente. Así mostraremos nuestro avance de un nivel inferior a uno superior. Pero debe ser una inteligencia serena en la actividad, impersonal en el juicio, cálida en la benevolencia e intuitiva en cualidad. No debería haber lugar para el prejuicio o la intolerancia, por un lado, ni para una estéril lógica sin sentido, por el otro.

## **Dejemos de juzgar a los demás; la causa primera de nuestros problemas está en nosotros mismos**

La sed de curiosidad por conocer la vida privada de otras personas, la necesidad de entrometernos en sus asuntos o de alterar sus vidas, debe ser suprimida para que alguna vez encontremos nuestra propia paz.

Debemos abstenernos de prestarle atención a las imperfecciones y defectos de los demás, y ciertamente nunca debemos culparlos por ello. Debemos dirigir nuestra mirada crítica sólo hacia nosotros mismos, a menos que alguien nos pida específicamente que lo examinemos. Ejercitemos esto para corregirnos, mejorarnos y renovarnos a nosotros mismos.

Deja ir todos los pensamientos negativos, especialmente aquellos que se refieran a otras personas. Deja de condenar y de criticar...

Sólo cuando vemos que nosotros mismos somos la principal causa de nuestros problemas, y que los demás no han sido más que la causa secundaria, entonces vemos correctamente.

## **El ego es una ilusión... elimina su "irrealidad"**

Siendo lo que es, un compuesto de atributos superiores e inferiores que están perpetuamente en conflicto, el ego no tiene un futuro seguro que no sea el del colapso total. La frase bíblica, "Un reino dividido en contra de sí mismo no puede sostenerse", es muy aplicable: por eso es alentador para el aspirante saber que un día alcanzará la meta, incluso si no hubiera una ley de la Evolución que lo confirmara, ¡pero sí la hay!

Para aquellos aspirantes que no se conformarán con nada menos que alcanzar lo Más Alto, la necesidad de trascender el ego tiene prioridad sobre todo lo demás, incluso sobre la curación del cuerpo.

Puesto que es imposible que el ego cuestionador se convierta en el Yo Superior, el buscador debe reconocer que él es el Yo Superior y dejar de pensar en términos egoístas de progreso a lo largo de un camino o de logro de una meta.

A los que quieren viajar a la India o a cualquier otro lugar en busca de la salvación, o de un maestro que les conduzca a ella, hay que preguntarles: "¿No ves que aunque vayas allí seguirás teniendo que enfrentarte con tu ego allí como aquí? Mira más profundamente en tu propio corazón, pues es ahí donde está realmente lo que buscas".

El recuerdo del pasado, y especialmente el apego a él, sostiene el ego, lo mantiene y lo preserva. El buscador espiritual debe retener sus recuerdos sólo vagamente ya que, después de todo, esta vida presente es sólo una de una serie que en sí misma es sólo un sueño.

Sin duda, es mejor eliminar los defectos y remediar las debilidades que dejarlos tal como están. Pero no basta con mejorar, refinar, ennoblecer e incluso espiritualizar el ego. Porque toda esa actividad se lleva a cabo bajo la ilusión de que el ego posee la realidad. Esta ilusión debe eliminarse, no simplemente cambiarse por otra.

Debemos desarrollar el sentido de autocrítica en un grado elevado e incluso doloroso. Ya no podemos permitirnos el lujo de proteger al ego, como lo hicimos en el pasado, ni buscarle excusas a sus penosas debilidades y tonterías.

Si el ego no puede mantenernos atrapados a través de nuestros vicios tratará de hacerlo a través de nuestras virtudes. Cuando hayamos progresado lo suficiente como para estar en esta situación, puede ser que seamos conducidos astuta e insensiblemente a sentir orgullo espiritual. Demasiado rápido y equivocadamente nos creemos ser mejores que los demás debido a nuestros logros. Cuando esta creencia sea fuerte y prolongada, cuando nuestra enfermedad de engreimiento exija la cura necesaria, se armará una trampa, inconscientemente para nosotros, a través de otras personas, y nuestro ego nos llevará directamente a caer en ella. Mediante el sufrimiento que seguirá a esta caída, tendremos la oportunidad de crecer en humildad.

Debemos trabajar la humildad del ego. Debemos hacerlo nosotros mismos, en secreto, y a través de la meditación reflexiva y tranquila; entonces, la vida no necesitará hacerlo abiertamente y a través de amargas circunstancias externas.

Aquellos que no son capaces o no están dispuestos a destruir el reinado del ego desde dentro deben sufrir su destrucción desde fuera. Pero, mientras que la primera manera causa sufrimiento emocional y perturba la mente, la segunda causa esto y, además, trae problemas, desilusiones, enfermedades y golpes.

El aspirante que prefiere verse a sí mismo como mucho más avanzado de lo que realmente está, sufre la inflación de un ego fuerte. El aspirante que opta por el punto de vista opuesto y prefiere infravalorar su posición, sufre de la inferioridad de un ego débil. Ambas actitudes son perjudiciales.

La rigidez con la que nos aferramos al ego y, por tanto, con la que nos separamos de la vida del Yo Superior y la tensión con la que nos encerramos en la vieja existencia miserablemente limitada son los resultados del hábito. Si queremos escapar de esto hacia la libre creatividad de la vida mayor, tendremos que romper su círculo vicioso. Esto puede ser impuesto sobre nosotros por el impacto de eventos drásticos o puede ser posible a través de la Gracia de un ser humano Iluminado, o podemos lograrlo a través del enérgico despertar de una voluntad desesperada. Cualquiera sea la forma en que suceda, será el principio del fin para el ego y el principio de lo mejor para nosotros.

La destrucción de nuestro egoísmo debe venir del exterior si nosotros no la provocamos voluntariamente desde el interior. Pero en el primer caso, vendrá de forma implacable y demoledora.

Buscar la Verdad en su plena integridad, dejando de lado todos los penosos sucedáneos que contentan a las mentes pequeñas y menos honestas, requiere no sólo una independencia que crea soledad intelectual, lo que equivale a una soledad personal, sino también la voluntad de abandonar el egoísmo y renunciar a sus ventajas mundanas.

Nos esforzamos por encontrar a Dios, añoramos aquello que parece inalcanzable. Para lograrlo no debemos guardarnos nada, sino darlo todo, abandonar todo, hasta que el ego se disuelva junto con todo aquello que le pertenece.

Si perdiera su ego total y completamente, de modo que no quedara ni rastro, el ser humano debería morir, porque su cuerpo forma parte del ego. Pero el ser humano continúa viviendo. Esto demuestra que lo que realmente pierde no es la 'naturaleza del ego', sino la 'voluntad del ego'. Esta es reemplazada por la voluntad superior.

El ego sabe que si una atención profundamente concentrada se dirige a descubrir su verdadera naturaleza, el resultado será suicida, ya que se revelaría su propia naturaleza ilusoria. Por eso se opone a este tipo de meditación, pero acepta todas las demás. >>Cuando el ego es puesto de rodillas en el suelo, humillado ante sus propios ojos, por muy estimado o temido, envidiado o respetado que sea a los ojos de los demás seres humanos, se abre el camino para que fluya la Gracia. Ten por seguro que esta humillación completa del ser humano interior se repetirá una y otra vez hasta que se purifique de todo orgullo (8.4.430). >>De esta experiencia que aplasta el ego y humilla el orgullo, uno puede levantarse, escarmentado, atento y obediente a la voluntad superior.

## **El equilibrio es fundamental**

Una de las más valiosas cualidades del carácter filosófico es el equilibrio. Por lo tanto, el estudiante no debería estar dispuesto a someterse al completo autoritarismo y con ello sacrificar su capacidad de pensamiento independiente; por el otro lado, tampoco debería estar dispuesto a tirar todos los frutos del pensamiento y de la experiencia de otros seres humanos y con esto renunciar a su ayuda y guía. Él debería mantener un sabio equilibrio entre estos dos extremos.

No debe juzgarse a sí mismo con demasiada indulgencia, o no combatirá sus debilidades o no las combatirá lo suficiente, ni con demasiada severidad, o se desanimará tan fácilmente que provocará un sufrimiento mental innecesario.

Ningún placer, que es breve, sensual y fugaz, puede reemplazar a la ecuanimidad y a la paz, ni siquiera si éste se repite mil veces durante el curso de la vida.

## **La paciencia, ¡qué gran virtud!**

Aprende a penetrar en tu interior, en tu yo más profundo y casi desconocido. Se necesitará paciencia para volver día tras día, sin pausa, hasta alcanzar la verdad, sentir la paz y que descienda la bendición. Se necesitará perseverancia hasta encontrar la fuente de la fortaleza. A partir de ese momento, esta tomará el control: esto es la Gracia. Pero recuerda: con cada regreso tras los esfuerzos del día, te enfrentarás de nuevo al mundo, a su cruda realidad y a su gloriosa belleza, a sus conflictos descarnados y a sus interludios benignos. Así que conoce este mundo en el que tienes que vivir, sus mentes mezquinas y sus almas nobles. Aprende de ambas. Y cuando hayas visto lo suficiente de la superficie del mundo, pide conocer su tremendo secreto.

Nuestra propia fuerza nos llevará hasta cierto punto, pero no será capaz de llevarnos más lejos. Cuando se alcanza ese punto, no tenemos otra alternativa que entregarnos pasiva y pacientemente, y esperar. A través de tal sumisión, mostramos nuestra humildad y damos un paso en el camino de tornarnos merecedores de la Gracia.

Es como si a los dioses les gustara jugar con nosotros por un tiempo para probar nuestra paciencia y tenacidad, simplemente para ver cuán fuerte es en realidad nuestro deseo de alcanzar esta meta. Si nos damos por vencidos ante los primeros pequeños obstáculos o contratiempos, significa que no estamos tan interesados después de todo; pero, si podemos resistir y proseguir, y continuar y aún perseverar, sin importar lo que suceda, sólo entonces, los dioses dicen: aquí hay alguien que realmente quiere la Verdad, así que debemos dársela. Esta es la actitud que debemos desarrollar.

Cuando tus familiares o tus amistades no pueden compartir contigo la aceptación de las ideas espirituales, debes ser tolerante, comprensivo y paciente ante tal desacuerdo.

Es fácil despreciar como estúpidos a aquellos de evidente inteligencia inferior, pero sería bueno recordar que alguna vez estuvimos en el mismo nivel. La noción de renacimiento nos enseña tolerancia, paciencia.

No basta con aprender a soportar a los demás, a disculpar y aceptar sus defectos. También hay que aprender a soportarse a uno mismo, a aceptar los propios defectos.

No hay nada que pueda sustituir el esfuerzo personal, ni ningún maestro que pueda presentarnos gratuitamente la Consciencia divina; no hay forma de escapar de la necesidad imperiosa de practicar día tras día nuestra virtud, ni ninguna alternativa de ser absuelto de la necesidad de esperar con paciencia.

Quien desee triunfar debe aprender a aguantar, a resistir. Nadie puede superar la primera etapa sin obligarse a soportar las molestias, a tolerar, a esperar con paciencia y determinación, y aguardar con alegría el éxito final.

## **La fuerza de voluntad: Yo determino**

Existe un instrumento que podemos poner en nuestras manos, el cual nos tornará independientes del apoyo externo y nos hará maestros ante el vaivén de las circunstancias. Se trata de la fuerza de una férrea voluntad.

Nada fortalece más la voluntad que hacer algo todos los días en la línea de una declarada intención a la cual se oponen todos los hábitos y el entorno.

Debes plantar tus pies firmemente en un propósito bien definido. La objeción se arremolinará a tu alrededor, pero aguanta. El ser humano falto de rectitud está lleno de prejuicios, y noventa y nueve de cada cien personas que encuentres intentarán, inconsciente o conscientemente, desviarte de tu propósito divino.

Si nosotros fuéramos seres estáticos, fijos y encadenados por la Naturaleza, nada valdría la pena de ser intentado. Pero no lo somos. Somos dinámicos centros de inteligencia. La mayoría de nosotros gira a baja velocidad. Todos podríamos girar más rápido. Incluso, algunos de nosotros podrían girar a alta velocidad, ya que con la ayuda de la voluntad podemos acceder a cualquier cosa. En el silencio de nuestros corazones, debemos determinar que algo sea consumado, y he aquí, que esto sucede. "Yo determino" lleva al ser humano a avanzar y a elevarse, y la derrota sólo es un acicate para seguir esforzándose.

## **Servir a la humanidad**

Las mismas posesiones que esclavizan a un ser humano, a otro pueden hacerlo libre. Mientras que el primero las usa para fortalecer deseos, alimentar pasiones, aumentar el egoísmo y explotar a la humanidad, el segundo puede usarlas para formar el carácter, mejorar la inteligencia, fomentar la meditación y servir a la humanidad.

Con la humildad del estudiante y el espíritu investigador del buscador, mejoramos nuestra utilidad como un canal para ayudar a otras personas.

Hay un tiempo apropiado para cada cosa. Cuando ha llegado a la edad en que debe considerar sus propios intereses espirituales, debe disminuir sus actividades y reservar sus energías para un servicio más elevado, primero para sí mismo y luego para los demás.

Es muy poco lo que un individuo puede hacer sobre la condición espiritual del mundo, pero es mucho lo que puede hacer para mejorar la suya propia. Cuanto más pueda comprender las leyes universales aumentando su conocimiento de ellas, mejor comprenderá que incluso en los tiempos más oscuros, cuando el Mal parece triunfar, eso es sólo temporal y limitado porque sólo el Bien puede triunfar al final.

## **La reivindicación final**

Esta es la reivindicación final de la verdad práctica: hay que tratar con la naturaleza humana tal como es, no como nos gustaría que fuera o como imaginamos que debería ser. La sociedad de hoy vive, se mueve, y se identifica con su ego personal. Y continuará haciéndolo hasta que haya aprendido, captado, entendido a fondo e incorporado por completo la verdad sobre lo ilusorio del yo individual. Hasta que llegue ese feliz día, es mucho más sabio aceptar al ser humano tal como es y simplemente poner controles y restricciones a su egoísmo.

Si la instrucción moral y la dirección espiritual no consiguen llevar a una persona por el buen camino del autocontrol, es posible que tengan que hacerlo los problemas, los sufrimientos, los sobresaltos y los temores. Tarde o temprano tendrá que entregarse a principios estrictos; cuanto más pronto, más agradable será en último término.