

Grupo de Meditación
para la
Nueva Era

SEGUNDO AÑO
CUADERNO II

- Parte I** **Meditación y adiestramiento en el conocimiento de uno mismo.**
Equilibrio y síntesis de los opuestos.
- Parte II** **Características y tendencias de la Nueva Era.**
Desarrollo de la mente.
- Parte III** **El Principio de Buena Voluntad**
Delineamiento de la meditación.
-

EL GRUPO DE MEDITACIÓN PARA LA NUEVA ERA

se ha formado para que el pensamiento de los hombres y mujeres de todo el mundo se concentre simultáneamente sobre las Leyes y Principios de la Nueva Era. Dichas Leyes y Principios, además de los períodos correspondientes para su meditación, son los siguientes:

La Ley de
Rectas Relaciones Humanas Enero y Febrero

El Principio de
Buena Voluntad Marzo y Abril

La Ley del
Esfuerzo Grupal Mayo y Junio

El Principio de
Unanimidad Julio y Agosto

La Ley del
Acercamiento Espiritual Septiembre y Octubre

El Principio de la
Divinidad Esencial Noviembre y Diciembre

Grupo de Meditación para la Nueva Era
Meditation Group for the New Age
P.O. Box 566, Ojai, California 93024-0566

Se solicita y se agradece las contribuciones voluntarias para la difusión de estos materiales.

Parte I

Meditación y Adiestramiento para el Conocimiento de uno Mismo

Equilibrio y síntesis de los opuestos

Una función importante de la meditación es alcanzar el conocimiento de los diversos “pares de opuestos” que existen en nosotros, de los problemas que este hecho representa y de las técnicas para lograr su equilibrio. Los “pares de opuestos” son las grandes dualidades entre las cuales tenemos tendencia a oscilar al responder primero a una y luego a la otra, por ejemplo, espíritu-materia, alegría-tristeza, amor-odio. Su reconocimiento y equilibrio para aprender a permanecer serenos entre esos opuestos es una parte fundamental de nuestra integración y perfeccionamiento psíquico y espiritual, y en consecuencia es este un punto práctico y vital al que conviene dedicar toda la atención y esfuerzo necesarios.

El equilibrio de los opuestos permite alcanzar una justa armonía; el encuentro de este punto de equilibrio es lo que se llama en las enseñanzas de Buda “el paso del Noble Camino Medio”. Debemos darnos cuenta de que lo que importa no es elegir el camino intermedio como un arreglo cómodo, sino encontrar el más elevado punto de la adecuada tensión que utiliza cada uno de los dos polos de manera constructiva.

La polaridad es un hecho universal. Desde el preciso momento en que la manifestación cósmica comienza a desplegarse, nace la dualidad. La primera dualidad fundamental se da entre lo manifiesto y lo Inmanifiesto. En el proceso de manifestación la polaridad fundamental es la de espíritu y materia. Toda polaridad es interrelación entre dos elementos, y como tal nunca es absoluta, sino relativa a un par de opuestos determinados. Así un mismo elemento puede ser positivo en su relación con un “polo” dado y negativo en su relación con otro.

En el mundo físico, la polaridad más generalmente conocida es la que existe en electricidad entre los polos positivos y negativos. Esta polaridad es la base de la constitución de la materia, pues, como es bien sabido, cada átomo está compuesto de cargas de electricidad

(protones) diferenciadas dentro de núcleos positivos (sin considerar la complejidad de las diversas partículas más pequeñas que lo constituyen, recientemente descubiertas) y un número variable de electrones negativos.

En los tres reinos de la vida orgánica (vegetal, animal y humana) una de las polaridades más importantes y generales es la sexual. El polo positivo está representado por el elemento masculino, el negativo por el femenino. Lo cual no significa que sólo uno sea activo y el otro pasivo. Los dos son activos, pero de un modo diferente: el elemento masculino es dinámico y positivo, mientras que el elemento femenino es receptivo y “gestativo”.

Este tipo de polaridad se extiende mucho más allá de la interrelación hombre-mujer para abarcar innumerables manifestaciones de la vida. Los chinos han puesto especial y profundo énfasis en este hecho pues consideran estos dos principios como la base tanto de la evolución cósmica como de todos y cada uno de los aspectos de la vida humana. Ellos llaman *Yang* al aspecto creativo, simbolizado por el padre y el Cielo, y *Yin* al aspecto receptivo, simbolizado por la madre y la Tierra. El bien del hombre depende, según esta filosofía, del acuerdo armonioso entre el hombre y la evolución cíclica del Universo, entretejida por las innumerables relaciones y recíprocas acciones que se dan entre *Yang* y *Yin*. Varias obras chinas versan sobre este tema; uno de los más interesantes es *I Ching* o *El Libro de las Transformaciones*.

Dentro de los organismos vivos, como el cuerpo humano, hay muchas polaridades; una de las más importantes es la que existe entre el sistema nervioso simpático y parasimpático: el primero estimula el catabolismo y el segundo la asimilación o anabolismo. Otras polaridades son las de las distintas glándulas endocrinas.

En el campo de las emociones y sentimientos encontramos dualidades que son familiares a todos: placer-dolor; excitación-depresión; confianza-temor; atracción-repulsión; amor-odio.

En el plano mental existe la polaridad entre la actividad de la mente concreta y el trabajo de síntesis de la inteligencia superior; entre el proceso inductivo (de lo particular a lo general) y el proceso deductivo (de lo general a lo particular). La personalidad humana en su totalidad tiene también diversas polaridades fundamentales

ampliamente investigadas por la psicología moderna. Las polaridades psicológicas más importantes son: impulso-inhibición; sumisión-afirmación de sí; sentimiento-razón; extroversión-introversión.

La dualidad fundamental en el plano espiritual es la que existe entre la personalidad y el Yo, polaridad que es causa de muchos conflictos internos, hasta que se llega a una interrelación armoniosa, y una cada vez mayor fusión o unificación (psicosíntesis).

Nuestras relaciones con nuestros semejantes crean incontables polaridades. No solo la que se da, entre hombre y mujer e individuo y grupo, sino también entre juventud y vejez, capital y trabajo, y, en un nivel más amplio todavía, entre tipos nórdicos y meridionales, entre occidentales y orientales, etc.

Cada una de las múltiples polaridades nos enfrenta con el problema de su acción recíproca y equilibrio. Solo nos es posible presentar aquí el siguiente breve examen de los principios y métodos generales para equilibrar polos opuestos con el objeto de resolver “tensiones polares”, pero bastará para señalar tanto los objetivos como la índole del trabajo que debemos encarar.

1. *Fusión de los polos*, lo que implica, la neutralización de sus cargas y energías.
2. *Creación de un ser nuevo*, de una nueva realidad.
3. *Ajuste de los polos opuestos* por medio de un “centro intermedio” o principio más elevado que ambos. Se puede lograr esta acción reguladora de dos maneras:
 - a) Disminuyendo la amplitud de las oscilaciones entre los dos extremos, hasta que casi desaparezcan por momentos, induciendo así una neutralización más o menos completa (“el justo término medio”). Un ejemplo, de gran interés actual, es la oscilación entre autoridad excesiva y libertad incontrolada en el ámbito educacional y la búsqueda de una actitud equilibrada.
 - b) Dirigiendo consciente y sabiamente las alternaciones para que el resultado sea armonioso y constructivo, y de acuerdo con las alternaciones cíclicas de las condiciones individuales y generales, humanas y cósmicas

4. *Síntesis* producida por un elemento o principio más elevado que transforma, sublima y reabsorbe los dos polos en una realidad superior.

Los diferentes tipos de polaridad requieren las correspondientes soluciones adecuadas. Pero el hombre frecuentemente tiene la libertad — y por consiguiente la responsabilidad — de elegir entre un método de equilibrio y otro. Sin embargo, se debe señalar que las soluciones adecuadas no son siempre tan claras como podría parecer por la enumeración anterior. A veces pueden superponerse o combinarse de diferentes maneras.

El equilibrio de cualidades opuestas en el campo de las emociones y sentimientos requiere la intervención de un principio regulador superior de naturaleza mental o espiritual. La primera tarea es impedir que las emociones nos anonaden y nos priven de la razón y la voluntad. La mejor manera de lograrlo es no indentificarse con ellas, mantener el “Yo”, el centro de la conciencia, en un plano superior a las emociones, para que sea posible analizarlas, evaluarlas y gobernarlas sabiamente.

Conviene dejar bien sentado que “gobernar” no significa “suprimir”, y que de ningún modo el objetivo propuesto es llegar a un estado de insensibilidad o aridez. Consideremos, por ejemplo, la polaridad fundamental, placer- dolor. Mientras seamos esclavos de esta dualidad, buscando siempre ansiosamente el placer y evitando temerosos el dolor, nunca encontraremos paz, o verdadera satisfacción. Por otra parte, una inhibición forzada o impasibilidad artificial, no constituye ciertamente una solución satisfactoria, a la cual sólo se puede llegar por una clara percepción que nos permita comprender las causas, la naturaleza y las funciones tanto del placer como del dolor. Esta percepción trae aparejado el reconocimiento de que al aceptar el placer sin ansiar apegarnos a él, y al aceptar el dolor, cuando es él inevitable, sin temor y sin rebelarnos, se pueden obtener provechosas lecciones tanto del placer como del dolor, y “destilar la esencia” que ambos contienen. Por lo demás, se puede elevar gradualmente la calidad y nivel de estos “opuestos”, se avanza por grados de los placeres físicos a las alegrías del sentimiento y de la mente, experimentando finalmente alegría espiritual. De la misma manera, recorreremos el camino que conduce del sufrimiento físico a las perturbaciones emocionales, a los desórdenes intelectuales; y

luego a la compasión por el sufrimiento de otros, de la raza humana en general y de toda la creación. De todas estas experiencias se recogen frutos de sabiduría y se aprende a mantener el centro de la conciencia cada vez más estabilizado a un nivel que se halla por encima de las alternaciones del placer y del dolor personal. Finalmente podemos adquirir la habilidad de identificarnos con la Vida Universal, con el Ser Supraindividual, con el Ser Supremo, que trasciende todos los “opuestos” en bendición inefable.

Si examinamos más de cerca las polaridades específicas del campo emocional, podremos distinguir claramente dos tipos de solución. Una que se realiza en el mismo nivel, se la podría llamar “el camino intermedio” del acuerdo, en el que ambos polos se confunden. La otra solución se presenta en un nivel superior y es, a su vez, de dos clases:

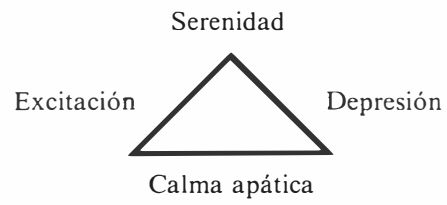
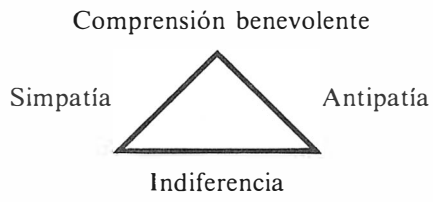
1. Sabio control y utilización de las dos fuerzas opuestas;
2. La fusión de ambas en una síntesis más elevada.

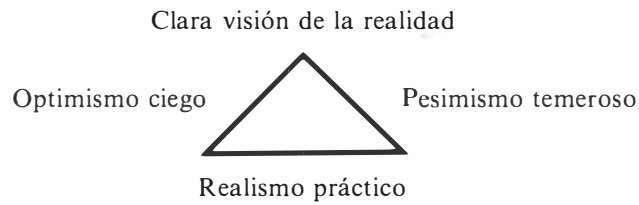
Un curioso libro de magia que — además de su tema específico — contiene material psicológico interesante, explica cómo utilizar hábilmente las fuerzas opuestas: “Para equilibrar las fuerzas es necesario mantenerlas simultáneamente y emplearlas alternadamente. Cuanto más apacible y sosegada sea una persona, su cólera será tanto más efectiva; cuanto más fuerte sea, tanto más se apreciará su mansedumbre... cuanto más indiferente se muestre, tanto más fácil le será conseguir que otros lo amen.” (*Ritual de magia superior*, de Eliphas Pevy, capítulo VIII)

Por supuesto, el uso correcto y constructivo de este método presupone motivos razonables y pureza de intenciones.

El segundo método, de síntesis, que en cierto sentido es análogo a una combinación química, reabsorbe los dos elementos en una unidad superior dotada de cualidades diferentes a las que caracteriza a cualquiera de ellos por separado. La diferencia entre las soluciones logradas por medio de componendas y las que se obtienen a través de síntesis, se observarán fácilmente utilizando un diagrama triangular.

A continuación damos unos pocos ejemplos:





Los diversos equilibrios, ajustes y síntesis vienen precedidos en muchos casos por crisis y conflictos intensos. A veces se llega a ellos de un modo más armonioso y gradual. Una clara comprensión de estos procesos de psicosisíntesis permite alcanzar el equilibrio más fácil y rápidamente. El requisito esencial, como se ha dicho previamente, es evitar identificarse uno mismo con cualquiera de los dos polos opuestos y controlar, transmutar y dirigir sus energías desde un centro más alto de conocimiento (conciencia) y poder.

Otra manera de considerar la síntesis de las cualidades es recordando el símbolo de la pirámide. En la cúspide existe la *unidad*, y desde ella descienden líneas divergentes, y ya en el plano físico y concretamente en el nivel humano es donde prevalece el máximo de diversidad, razón por la cual en dicho nivel son frecuentes los conflictos, la incomprensión y las discrepancias.

Un ejemplo que aclara muchos problemas es el siguiente: desde los tiempos de Platón se considera que las tres energías o cualidades espirituales principales son: Verdad, Belleza y Bondad. En la cúspide de la pirámide se unen en perfecta síntesis, pero en la humanidad con frecuencia están muy separadas, y si bien este hecho es evidente, no siempre lo reconocemos así. Puede haber genuina belleza sin verdad y sin ninguna bondad; puede existir verdad puramente científica sin belleza y sin ninguna bondad; y lamentablemente pueden existir expresiones de verdadera bondad que son a veces muy tontas. Dicho sea de paso esto explica la independencia del arte respecto de la moral, tema que ha sido y es todavía objeto de tan apasionados debates. En la cúspide de la pirámide se logra la armonía y la síntesis, pero en los niveles inferiores existen discrepancias y con frecuencia conflicto.

Otra polaridad de gran importancia es la que existe entre “mente” y “corazón”, razón y sentimiento. Esta dualidad se regula en primer lugar por la determinación y fijación de las respectivas funciones y del legítimo campo de acción de cada una, de modo que ninguna de ellas domine a la otra. Puede lograrse este equilibrio por una mutua y cada vez mayor cooperación e interpenetración entre las dos, llegándose finalmente a la síntesis que Dante expresaba tan acertadamente con las palabras: “luz intelectual llena de amor”. La polaridad fundamental entre la personalidad humana como un todo y el Ser Espiritual se resuelve en unidad a través de un largo proceso de conflictos, transmutaciones, acercamientos y contactos produciendo al principio una fusión parcial que se hace luego cada vez mayor y culmina en la completa unión o comunicación con el alma. A lo largo de todo este proceso la meditación tiene un papel muy importante.

Parte II
Características y Tendencias
de la Nueva Era

DESARROLLO DE LA MENTE

El crecimiento de la actividad mental

Uno de los adelantos más importantes que la humanidad ha realizado en los últimos tiempos es la difusión del fomento de la actividad mental. A través de las edades siempre ha existido una minoría de individuos y grupos inteligentes y de cultura elevada, pero la mayoría ha vivido casi por completo en los niveles materiales y emocionales. Muchos de ellos tenían sentimientos piadosos y religiosos y eran capaces de grandes sacrificios, pero su actividad mental era muy escasa; en efecto, podría decirse que, eran “irracionales” y estaban principalmente motivados por la naturaleza emocional.

Con el Renacimiento y el estudio de las ciencias naturales y especialmente después de la invención de la imprenta un número creciente de hombres y mujeres empezaron a usar sus mentes cada vez más. Este proceso se vió acelerado por la revolución francesa y la implantación de las democracias en el siglo XIX, que trajeron aparejada una mayor participación general en la vida pública y social.

Pero en nuestro siglo, el desarrollo de los medios de comunicación de masas; las migraciones y entrecruzamientos de los pueblos provocados por las dos guerras mundiales y los cambios de regímenes en muchos países; la difusión de las ideologías y los conflictos surgidos entre ellas, y el interés universal puesto en la educación, han estimulado a la masa de la humanidad, y podría decirse que la han obligado a *pensar*.

Otra razón de este incremento de la actividad mental es que la gente está cada vez menos dispuesta a aceptar concepciones filosóficas abstractas o enseñanzas teológicas y autoritarias, y rehusa — con toda justicia — creer o aceptar teorías “confeccionadas”. Sin embargo, ansía comprender, desea descubrir los auténticos valores de la vida y su verdadero valor, tanto para el individuo como para el mundo en su totalidad. Esta independencia de pensamiento ha

alcanzado hoy un punto crítico y la humanidad, particularmente la generación joven, pone en tela de juicio y discute prácticamente todos los temas.

Este despertar de la mente avanza rápidamente en todos los continentes; cientos de millones de habitantes de regiones, subdesarrolladas están en vías de alcanzar los niveles de educación y actividad mental que existen en Europa y en América del Norte.

Esta es una característica bien definida de la Nueva Era que ha de traer aparejados cambios y revelaciones imprevistas para la humanidad. Tal vez en nuestros días, debido justamente a esa característica, aumente el uso crítico, separatista y combativo de la mente. Pero no cabe duda de que más adelante servirá como vínculo unificador y suministrará, un fundamento común a todos los pueblos porque esa misma característica se equilibrará y asociará con la otra tendencia de unificación y síntesis de la Nueva Era.

Aspectos superiores de la mente

El desarrollo mental no debería, sin embargo, considerarse meramente en términos de mente analítica concreta. Existe un aspecto más elevado de la actividad mental que se está manifestando rápidamente. Es la búsqueda del significado esencial de los hechos, acontecimientos y conducta. Es el *preguntarse "por qué"*. Se manifiesta en el empeño en comprender la naturaleza humana, tanto la propia como la de los demás y el reconocimiento de la acción no solo de leyes naturales, sino también de leyes psicológicas y espirituales, particularmente del principio de causa y efecto.

Al plantearse estos problemas, los seres humanos descubren lo limitado e inadecuado que es tratar de resolverlos exclusivamente con la mente y se percatan de que para comprender la realidad es necesario utilizar además otro medio: la intuición.

Desde hace mucho tiempo se admite la existencia de esta facultad superior. Plotino, escribió en el siglo III: "Preguntáis: ¿cómo podemos conocer el Infinito: Os contestaré: ciertamente no por la razón. Es función de la razón distinguir y definir. El infinito, por lo tanto, no puede ser clasificado entre sus objetos. Solo puede aprehenderse el Infinito por medio de una facultad superior a la razón."

La intuición es visión clara, sintética, que lleva luz al conocimiento adquirido y lo transforma en sabiduría. Nuestra tarea consistirá, pues, en desarrollar las funciones más elevadas de la mente, el empleo juicioso y controlado de sus poderes analíticos y “concretos”, y el crecimiento cada vez mayor de sus aptitudes para discriminar, ahondar, entender y comprender.

Hasta que se reconozca la realidad de esta capacidad superior de la mente, y se asigne a la mente concreta inferior el verdadero lugar que le corresponde al servicio o como instrumento de la mente superior, no conseguiremos superar la tendencia actual al hiperdesarrollo de la facultad sintetizadora, materializadora, con su aptitud para memorizar, correlacionar hechos, analizar y producir solamente aquello que satisface las necesidades y deseos inferiores de la humanidad.

El problema de armonizar el intelecto y la intuición y lograr su mutua cooperación debe ser considerado seriamente por los educadores, pues la integración de ambas facultades está destinada a constituir uno de los cambios importantes de la Nueva Era.

Proceso del desarrollo

Es obvio que la educación parece ser al principal medio para desarrollar la mente, llegando como ocurre hoy a casi todos los rincones del mundo, y por ocupar también un lugar destacado en la conciencia social. Pero todo en torno a nosotros, en nuestra moderna forma de vida, tiende a “alimentar” y a “forzar” nuestras mentes en un sentido u otro, y la ciencia tiene una parte muy importante en este desarrollo.

No solo el pensamiento de los científicos penetra en la esfera del “pensamiento abstracto”, sino que los resultados obtenidos hacen que todos nosotros apresuremos el paso. Constantemente se nos induce, por no decir obliga, a extender nuestro pensamiento hasta los límites de su capacidad en el esfuerzo por comprender y manejar el mundo que se está construyendo a nuestro alrededor. Incesantemente se nos ofrecen nuevos conceptos, factores y conocimientos más complejos. Pero la nueva generación asimila rápidamente esas novedades y pronto se tornan lugar común para la conciencia humana. De esta manera nuestros descubrimientos se suceden y crecemos mentalmente con cada perspectiva nueva.

La meditación tiene una contribución importante que hacer en el desarrollo de las facultades superiores de la mente. Su práctica correcta conduce a la mente a áreas subjetivas de percepción y enseña la receptividad controlada y refinada que hace posible el contacto con verdades y realidades cada vez más sutiles.

El interés recientemente difundido en diversos tipos de meditación evidencia la búsqueda de modos de desarrollar esas cualidades superiores. Indica también el reconocimiento más o menos vago de que existen regiones de la conciencia en las cuales aún no se ha penetrado. Pero es necesario formular una advertencia. Los métodos de meditación que niegan el uso de la mente antes de que esta se haya desarrollado impiden la utilización de sus mejores posibilidades. La mente debe ser perfeccionada y usada correctamente en *todos* los niveles para que llegue a ser un instrumento elevado que coopere totalmente con la intención. Se necesita el uso de la mente para discriminar entre impresiones psíquicas, “premoniciones”, ilusiones imaginativas y la verdadera acción de la intuición.

Las funciones de la mente cubren un campo demasiado amplio que no podemos examinar aquí. Por el momento, nuestro objetivo principal es ver el lugar que esta tendencia ocupa, desarrollarla en la Nueva Era que está empezando a emerger y reconocer los lineamientos a lo largo de los cuales esta habrá de proseguir. Las siguientes citas del libro de Alicia A. Bailey *Del Intelecto a la Intuición* describen el cuadro concisamente: “A medida que la raza progresa... el cuerpo de la mente cobra vida y entra en actividad, asumiendo gradualmente un control activo y natural. Como los organismos físicos y emocionales, al principio este mecanismo mental es completamente objetivo en su orientación y entra en actividad a través de impactos que recibe del mundo exterior a través de los sentidos tornándose cada vez más positivo, lenta y seguramente comienza él a dominar los otros aspectos fenoménicos del hombre hasta que la personalidad, en sus cuatro aspectos, queda completada y unificada como una entidad que funciona en el plano físico. Cuando esto ocurre, se produce una crisis que provocará nuevos desarrollos y descubrimientos.

“Hemos alcanzado la comprensión de las leyes que rigen el mundo natural y de algunas de las que gobiernan el mundo físico. Pero las leyes del llamado reino espiritual quedan por ser científicamente

descubiertas y utilizadas... ¿No estaremos ya capacitados para pasar a nuestro próximo desarrollo evolutivo? Habiendo llegado a cierta comprensión de la naturaleza de la humanidad y de la mente, ¿no podremos empezar a captar la naturaleza de la intuición y a desempeñarnos en otro reino de la naturaleza con tanta eficiencia y facilidad como actuamos como hombres?" (pp. 58 y 181)*

Es este un pensamiento estimulante y a la vez un desafío. El constante crecimiento, a través de los tiempos, del poder de la humanidad para pensar, esta adquiriendo gran impulso en nuestro siglo. Esto ocasionará dificultades y, beneficios, problemas y progresos respecto del conocimiento; pero todos estos factores serán peldaños que nos conducirán a una mayor comprensión. Delante nuestro se abre un camino que nos lleva a un nuevo conocimiento de nosotros mismos y del universo en que vivimos y al correcto perfeccionamiento de la mente. Sin duda alguna, la medida en que nos adentremos en él determinará que en un futuro no lejano surja una Nueva Era verdaderamente *iluminada*.

* Se recomienda la lectura de esta obra a las personas que deseen estudiar más definitivamente el tema.

Parte III

El Principio de Buena Voluntad

La expresión “*buena voluntad*” nos es familiar a todos, en realidad tal vez nos sea demasiado familiar, lo cual la priva de parte de la atracción magnética o significado interior necesario para promover nuestro interés y entusiasmo. Pero, ¿qué es el *Principio* de Buena Voluntad? Y ¿por qué ha sido llamada “la piedra de toque” que puede transformar el mundo?

Su profundo significado se hace más claro si pensamos en la buena voluntad como una expresión de “voluntad hacia el bien”. La voluntad es un poder fundamental para la iniciación y prosecución de los proyectos, ya sea esta la voluntad individual o la que designamos como “Voluntad de Dios”, el gran propósito omnímodo; la voluntad hacia el bien es el empleo más elevado que se puede hacer de la voluntad, la orientación más acertada que se le puede dar. Significa identificación con “el bien más grande” y la intención de trabajar por él; pone una invencible fuerza redentora en acción.

La buena voluntad es la actitud engendrada por la voluntad hacia el bien; es la expresión de una elevada identificación con algo más grande que nosotros mismos. Es una “fuerza salvadora” que puede ayudarnos en la solución de todos y cada uno de los problemas que debemos enfrentar, y es, no obstante, el instrumento más simple de que nos podemos valer. La voluntad hacia el bien ha sido llamada la “semilla magnética del futuro” y este pensamiento nos da la clave de por qué el Principio de Buena Voluntad es uno de los principios fundamentales de nuestra tarea como integrantes del Grupo de Meditación para la Nueva Era.

Hay aún otro punto que merece nuestra consideración: la buena voluntad es contagiosa. Si se la pone en práctica prende como un incendio en un bosque, inflamando los corazones de todos cuantos toca y avanzando para propagar su calor en nuevas direcciones. Pero puede marchitarse hasta secarse por completo si no se la nutre, alimenta y permite madurar. Esta es nuestra responsabilidad personal. Necesita estímulo para que crezca cada vez más, lo que se consigue por medio del trabajo interior: reconociendo su importancia, meditando lo que ella significa como principio rector, e identificándose con su “vida” o energía. De esta manera se convierte

para nosotros no simplemente en algo que sabemos que deberíamos poseer, sino un impulso motivador interno que irradia de nosotros y acelera hacia el éxito todo lo que emprendemos.

Finalmente, debemos reconocer que el espíritu de buena voluntad produce la atmósfera apropiada para que se produzca la verdadera cooperación, al tiempo que se resuelven los problemas y se salvan los obstáculos. La buena voluntad está más difundida de lo que generalmente se cree con frecuencia; se halla presente, pero espera ser liberada.

Es necesario admitirlo así, porque cuando se cultive y utilice la buena voluntad, los problemas mundiales, no importa cuáles sean, podrán ser resueltos a su debido tiempo. Cuando la buena voluntad llegue a ser un factor activo y positivo en las relaciones humanas, ella establecerá las bases para un nuevo tipo de sensibilidad: el sentido de orientación de la humanidad nos introducirá en una era de más plena y fecunda comprensión de nuestros semejantes y surgirá una nueva esperanza.

En el *Cuaderno II del Primer Curso de Meditación* se examinó la Buena Voluntad, así como sus técnicas y efectos, razón por la cual se recomienda releer dicho cuaderno, que también contenía una evaluación de la Buena Voluntad. Pero, para llegar a la verdadera comprensión del valor y significado de un principio básico como este, debemos pensar por nosotros mismos y formar nuestros propios conceptos. Por esta razón se sugieren los siguientes “pensamientos simientes”. Son verdades de tal naturaleza que, si meditamos acerca de ellas, se revelarán a nuestra comprensión capas más profundas de significado, lo que dará por resultado un nuevo florecimiento de buena voluntad en nuestras vidas y en el medio circundante.

PENSAMIENTOS SIMIENTE

Considerar la buena voluntad como:

La voluntad de crear aquello que es justo y que merece existir.

El vehículo de la correcta interrelación.

Un factor *subjetivo* que “captado” por otros puede transformar una situación anónima y silenciosamente — “entre bambalinas” — aunque también puede hacerlo en forma absolutamente manifiesta.

El sello distintivo de la gran “Compañía de los Comprometidos”.

Experimentar con el hecho de que:

El esfuerzo deliberado por practicar la buena voluntad puede tener un efecto beneficioso para nuestro propio crecimiento espiritual.

La práctica de la inofensividad puede generar buena voluntad en los demás.

Puede haber buena voluntad aun cuando existan desacuerdos fundamentales.

La buena voluntad es una *energía* armonizadora.

La buena voluntad solamente llega a ser dinámica cuando se la pone en acción, es decir, cuando es evocada para solucionar problemas, superar discrepancias, remediar la desunión. La buena voluntad se torna entonces una energía creativa y dinámica, liberada por la voluntad hacia el bien que palpita en nuestro corazón . . . “La buena voluntad es la piedra de toque que puede transformar al mundo.”

★ ★ ★

DELINEAMIENTO DE LA MEDITACION

I. **Alineación**

Por medio de:

1. Relajación física, emocional y mental.
2. Aspiración.
3. Concentración mental.
4. Unión con todos los que practican esta meditación en todo el mundo.

II. **Dedicación**

“Me dedico con todos los hombres y mujeres de buena voluntad a la construcción de la nueva ciudad de la Humanidad.”

III. **Meditación sobre la Nueva Era**

Tema: “Equilibrio y síntesis de los opuestos.”

- a) *Etapa receptiva*. Abrirse uno mismo a la idea de esta característica de la Nueva Era, y asimilarla.
- b) *Etapa reflexiva*. Considerar qué significa; tomar varios opuestos (conviene tomar un par de opuestos en cada meditación) y tratar de establecer cómo pueden ser equilibrados y sintetizados. Relacionar esta tendencia con el Principio de Buena Voluntad.
- c) *Etapa creativa*. Infundir la energía del sentimiento en cualquier forma de pensamiento que se haya estructurado, y por un acto de la voluntad, afirmar que ésta puede ser manifestada.
- d) *Irradiar telepáticamente* este concepto
 1. Reflexionando de una manera concisa.
 2. Enviando formas de pensamiento a lo largo de rayos de luz en todas direcciones.

IV. **Invocación**

Decir *La Gran Invocación* dinámicamente con toda la mente, corazón y voluntad, reconociendo que es un medio poderoso para el advenimiento de la Nueva Era:

Desde el punto de Luz en la Mente de Dios,
Que afluya luz a las mentes de los hombres;
Que la luz descienda a la Tierra.

Desde el punto de Amor en el Corazón de Dios,
Que afluya amor a los corazones de los hombres;
Que Cristo retorne a la Tierra.

Desde el centro donde la Voluntad de Dios es conocida,
Que el propósito guíe a las pequeñas voluntades de los hombres;
El propósito que los Maestros conocen y sirven.

Desde el centro que llamamos la raza de los hombres,
Que se realice el Plan de Amor y de Luz
Y selle la puerta donde mora el mal.

Que la Luz, el Amor y el Poder restablezcan el Plan en la Tierra.

Trabajo externo

Otras formas de contribuir al acercamiento de la Nueva Era son:

1. Hacer conocer las ideas e ideales de la Nueva Era por medio de la palabra oral y escrita; la distribución de este y cualquier otro material adecuado puede ayudar a la difusión de estas ideas.
2. Cooperar con las manifestaciones *concretas* de las características y energías de la Nueva Era, y esforzándose en distinguir y contrarrestar todas las malas aplicaciones y deformaciones de sus principios y tendencias.
3. Esforzarse constantemente por vivir como un ciudadano de la Nueva Ciudad de la Humanidad y como si ésta tuviera ya plena existencia.

★ ★ ★

GRUPO DE MEDITACIÓN PARA LA NUEVA ERA
(Meditation Group for the New Age)

Español (Para Europa)	Calle Pintor Cabrera 106 Alcoy (Alicante), ESPAÑA
(Para las Américas)	P.O. Box 566 Ojai, California, EE.UU.93024-0566
Inglés	P.O. Box 566 Ojai, California EE.UU.93024-0566
	Sundial House, Nevill Court Tunbridge Wells, Kent INGLATERRA, TN4 8NJ
Alemán	Merz Strasse 1 8170 Bad Tolz WEST GERMANY (ALEMANIA)
Francés	Group de Meditation Pour le Nouvel Age "Bellevue" 74380 Lucinges, France (FRANCIA)
Francés y Belga	Residence Ascot Parklaan 81, Gent. 9000 BELGICA
Francés (Canada)	C.P. 1543 Place du Parc Montreal, P. Q. CANADA H2W 2P4
Italiano	Via Laurentina 622-EUR 00143 Roma, ITALIA
Holandes	Stichting Relato Postbus 203 8200 AE Lelystad, HOLANDA

