

**Grupo de Meditación
para la
Nueva Era**

**SEGUNDO AÑO
CUADERNO VI**

- Parte I Meditación y Adiestramiento en el
 Conocimiento de Uno Mismo
 Contemplación e irradiación**
- Parte II Características y Tendencias de la Nueva Era
 Unificación - Síntesis - Universalidad**
- Parte III El Principio de la Divinidad Esencial
 Plan 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.

Revised 1994

PARTE I
MEDITACIÓN Y ADIESTRAMIENTO EN EL CONOCIMIENTO
DE UNO MISMO
CONTEMPLACIÓN Y RADIACIÓN

Contemplación

En este último cuaderno del presente Curso, consideramos lo que podrían denominarse puntos opuestos en el proceso de la meditación. La Contemplación, que tiene lugar en las cimas interiores más elevadas, y la Radiación o expresión, que es su resultado en el campo exterior.

Los diversos tipos de meditación fueron tratados en el primer curso, pero la contemplación se ha ido dejando hasta ahora ya que constituye una etapa de la meditación que no es fácil de alcanzar y, por diversas razones, el examen de este tema resulta un tanto arduo.

La dificultad fundamental reside en el hecho de tener que expresar en palabras un conocimiento interior que, por su naturaleza, está más allá de los estados de conciencia “normales” y generalmente conocidos. Todos cuantos han experimentado un estado de contemplación han puesto énfasis en su “inefabilidad”. Esta es una característica de todos los estados místicos, según lo manifiesta el psicólogo William James, cuyo libro *La Diversidad de la Experiencia Religiosa*, aunque publicado en 1902, es todavía hoy un estudio valioso, objetivo e imparcial de este tema.

La contemplación ha sido extensamente comentada por Evelyn Underhill en su libro *Misticismo*. No obstante haber aparecido hace ya más de cincuenta años, es otra obra muy valiosa para el estudiante de este tema, tanto por la riqueza de las citas extraídas de escritos místicos, como por el análisis y discusión penetrante del autor. Se citan a continuación algunos de los comentarios más significativos:

“La contemplación no es, como la meditación, un estado simple, gobernado por un conjunto de condiciones síquicas. Es el nombre que se da a un vasto grupo de estados, parcialmente gobernados — como todas las demás formas de actividad mística — por el temperamento del sujeto y acompañados por estados sensibles que varían desde una extrema quietud o ‘la paz en el anonadamiento de la vida’, al amor activo y arrebatado en el cual ‘el pensamiento se transforma en canto’. Algunos tipos de meditación están intrincadamente entretejidos con los fenómenos de la ‘visión

intelectual' y 'voces interiores'. En otros casos encontramos lo que parece ser un desarrollo de la 'quietud' un estado en el cual el sujeto describe una especie de absorción de vacío, una oscuridad o contemplación '*in caligine*'. Algunas veces la persona que se encuentra en estado de contemplación nos dice que pasa de esa oscuridad a la luz; otras le parece que permanece para siempre en esa benéfica oscuridad...

“Ante este tumulto de experiencias personales, se vuelve necesario adoptar alguna base de clasificación, alguna regla que permita distinguir la verdadera contemplación de otros estados de introversión. No es fácil encontrar esa base. Pienso, no obstante, que existen dos señales que evidencian el estado de contemplación verdadera. A) La totalidad..., B) La fusión con el Yo... Podemos utilizar estos signos con seguridad al intentar determinar su carácter.

“A) Cualesquiera sean los términos que emplee para describirla y por muy débiles y confusas que sean sus percepciones; la experiencia del místico durante la contemplación es la experiencia del Todo... Es en realidad el Absoluto lo que le es revelado: no, como ocurre en la meditación o en la visión, algún símbolo parcial o aspecto de Él.

“B) Esta realidad revelada es aprehendida por la participación, no por la observación. La receptividad pasiva de la Quietud evoluciona en este caso hacia la entrega activa de uno mismo... Un 'dar y recibir' — divina ósmosis — se establece entre la vida finita y la infinita.” (p.p. 323/3, 1962).

El sicólogo francés Enrique Delacroix ha descrito también acertadamente la contemplación. Cuando aparece, dice:

“a) Produce un estado general de indiferencia, libertad y paz, una elevación sobre el mundo, un sentimiento beatífico. El sujeto deja de percibirse a sí. Un alma más pura y profunda reemplaza al ser normal.

“b) En este estado, en el cual la conciencia de uno mismo y la conciencia del mundo desaparecen, el místico es consciente de estar en relación inmediata con Dios mismo, de participar de la divinidad. La contemplación establece un método para ser y conocer. Por lo demás, estos dos hechos tienden, en el fondo, a ser uno solo. El místico tiene en grado cada vez mayor la impresión de ser lo que conoce, y de conocer aquello que él es”. (*Etudes sur la Mysticisme*, p. 370).

Pero estas descripciones, a pesar de su valor, no abarcan el tema en su totalidad. Se refieren a la contemplación *mística*, pero existen otras formas de contemplación que escapan a la índole específicamente religiosa atribuida al “misticismo” en su sentido más difundido y aceptado.

La contemplación puede ser *estética* — la contemplación de la belleza, la contemplación de la realidad, manifiesta o inmanente, del mundo visible — o *poética*, la contemplación del orden cósmico y del dinámico fluir de la vida universal.

Trataremos ahora de relacionar la contemplación con las demás etapas de “actividad interior” descritas en los cuadernos precedentes. La Contemplación *puede* (aun cuando no siempre sucede así) seguir a la fase de la meditación *reflexiva*. A veces esto tiene lugar espontáneamente de manera casi inevitable; pero con más frecuencia es el resultado de una actividad deliberada de quien medita, de un acto de su *voluntad*. El detiene o abandona toda actividad mental, todo “pensamiento”; dirige su atención, el proyector de su mente, hacia lo alto, hacia la región del conocimiento puro. En una etapa posterior, su conciencia es elevada y él puede *permanecer*, durante un tiempo más o menos corto, en ese plano superior de la realidad, del *ser*. Es un estado de “silencio” profundo pero *positivo*, un estado de serena “tensión interior”. Es entonces cuando puede recibir luz y energía, y practicar el más elevado tipo de meditación *receptiva*. Este estado ha sido llamado “la fuente de inspiración e iluminación”, es un toque en los resortes de la energía espiritual, un “período de crecimiento interior”.

De lo que antecede surgen dos hechos básicos:

1. La verdadera contemplación no es un estado pasivo de ensoñación, como se lo ha considerado a veces, sino que, por el contrario, es un estado de percepción de conocimiento puro, que puede producirse y sostenerse por un acto de la voluntad.
2. Proporciona un conocimiento directo y consciente de universalidad.

Según lo ha expresado el filósofo alemán Eucken, el hombre es “transplantado a la vida universal, a la cual no somos ajenos, sino que, por el contrario, nos es propia”. Evelyn Underhill escribe: “Del contacto establecido con la vida universal... el místico extrae esa fuerza sorprendente, esa paz inalterable, ese poder de hacer frente a las circunstancias que es una de las características más notables de la vida unitiva” (*Mysticism*, p. 417).

Este es en verdad el máximo logro de la evolución interior; es la realización del último principio al cual conducen las otras leyes y principios del reino de Dios: el *Principio de la Divinidad Esencial*.

Trascender este dualismo, no obstante ser de la más elevada naturaleza, pasar de la visión a la identificación, requiere la transformación y regeneración de la personalidad.

Para lograr esa transformación, todos los elementos “inferiores”, los aspectos oscuros de la naturaleza del hombre, tienen que ser primero reconocidos y “aceptados” en cuanto a que nos pertenecen y constituyen el material con el cual debemos trabajar, transformándolo, para incluirlo después en la plenitud total y síntesis del “hombre nuevo” regenerado. Durante las fases críticas de este proceso de reconocimiento y transformación, el individuo pasa por penosos estados de aridez y oscuridad interior.

Esta necesidad de trabajar con el “lado oscuro”, la “sombra”, la han puesto de manifiesto los psicólogos modernos más perceptivos: C.G. Jung y Rollo May, entre ellos. Pero antes que tales científicos, la mencionada necesidad fue ampliamente reconocida por los místicos de todos los tiempos, aunque empleando una terminología diferente y poniendo el énfasis en el aspecto purificador de la transformación; los místicos del cristianismo insistieron particularmente en la necesidad de la acción de Dios.

Lo que antecede nos ayuda a comprender la índole y el significado de otro tipo aparentemente opuesto de contemplación. Evelyn Underhill resume su naturaleza con las siguientes palabras: “El yo está en la oscuridad porque lo enceguece una luz más intensa que la que puede soportar”, y continúa citando una esclarecedora revelación de San Juan de la Cruz: “cuanto más fuerte es la luz, más enceguece al buho y cuanto más tratamos de mirar el sol, más se debilita nuestra vista y más se enceguecen nuestros débiles ojos. De igual modo, cuando la luz divina de la contemplación irrumpe en el alma que no está todavía perfectamente purificada, la llena de oscuridad espiritual, no sólo por la intensidad de su brillo, sino también porque paraliza la percepción natural del alma. El dolor que experimenta entonces el alma es comparable al que sufren los ojos débiles o enfermos cuando son súbitamente heridos por una intensa luz. El sufrimiento es también intenso cuando el alma todavía impura se ve invadida por esta luz purificadora. Porque en esa luz pura, que ataca sus impurezas y las expulsa, el alma percibe que es tan impura y despreciable que parecería que Dios mismo se hubiera puesto en contra de ella.”

Tipos menos drásticos de oscuridad, en forma de “aridez”, de vacío interior, de pérdida de todo gusto por la vida, se presentan también en las etapas previas de la meditación. Ocurren especialmente (pero no con exclusividad) en las personas de tipo emocional y más o menos místicamente predispuestas que emprenden el uso y desarrollo consciente de la mente. Estas fases de oscuridad y vacío son parte de la inevitable fluctuación de la vida interior, se las debe conocer por anticipado y reconocer y valorar su purificadora y útil función. Se obviará así mucho sufrimiento innecesario. Todos cuantos pasan por estos estados de oscuridad deben permanecer firmes en la fe, basada en la experiencia de innumerables peregrinos, de que esos estados son realmente pasajeros y temporales, y de que a través de ellos llegarán a planos más elevados de conocimiento y a una luz y alegría cada vez más vividas.

Radiación

A lo largo de nuestro estudio, se ha reiterado la importancia de expresar la energía con la cual nos hemos puesto en contacto como resultado de la meditación y de emplear las ideas e impresiones recibidas. En el Cuaderno VI del Primer Curso se estudió específicamente la Radiación y la Expresión, por lo que recomendamos releer ese cuaderno. No obstante, debido a la importancia de ese “producto final” de la meditación, se dan algunas sugerencias más en forma de breve revisión para finalizar el presente curso.

REVISIÓN SOBRE LA RADIACIÓN

I. ¿Qué es la Radiación?

1. Es el escape de la esencia subjetiva o radiactividad de cualquier forma particular.
2. Es una expresión de energía, y en el átomo, el mineral, la flor y el animal, puede observarse la correspondencia inferior de la radiación espiritual del Ser Superior y de todos los seres divinos.
3. Es el efecto producido cuando se llega a una etapa determinada de actividad vibratoria.
4. Se incrementa con el estímulo del contacto y la fusión con el Alma.

II. Tipos de Radiación Relacionados con la Meditación.

1. Telepatía
 - a) receptiva
 - b) proyectada
2. Impresión
 - a) entrante
 - b) saliente
3. Proyección
 - a) Hacia lo alto — alineación y contacto con el Yo Superior o Seres Superiores.
 - b) Hacia afuera — emanando hacia el medio ambiente, afectando, condicionado y cambiando así, todo cuanto nos rodea.
4. Penetración
 - a) Hacia arriba — hacia esferas más elevadas o interiores de conocimiento.
 - b) Hacia abajo — dentro de áreas u objetivos específicos.

III. Efectos

1. Creatividad. Puede tomar formas diversas, según sean las características y aptitudes del individuo y no debe necesariamente pensarse en ella como creatividad artística. En la vida diaria podemos ser creativos de muchas maneras prácticas; no es la menor asumir una actitud positiva que trasmute creativamente el medio ambiente.
2. Alegría. El valor radiatorio de la alegría fue estudiado en el Cuaderno V.
3. Disipación del espejismo. Este es un tema complejo, vasto y de gran importancia que estudiaremos en los seis cuadernos que integran el Tercer Curso.
4. La Bendición es una trasmisión definida de energía. El doctor Assagioli lo explica en *Ciencia y servicio de la bendición*, obra que se recomienda leer a los miembros del grupo que aún no la hayan leído.
5. Curación. Este es un tema muy vasto para que podamos considerarlo aquí, comprendemos no obstante que todos tenemos energías, “curativas” en la medida en que irradiamos amor, inofensividad, espíritu positivo, buena voluntad, correctas relaciones y cualidades de naturaleza similar.

Las tendencias de la Nueva Era: positivas, de dinamismo, extraversion y alegría, son todas radiatorias en cualidad. Podemos por tanto esperar que la radiación se convertirá en el futuro en un factor de la vida humana más vigoroso y mejor comprendido. La radiación de naturaleza física diversa ya está siendo científicamente estudiada en diferentes campos, lo que está preparando el camino para un conocimiento mayor de formas más sutiles de radiación — emocional, mental y espiritual — que debemos aprender a controlar y utilizar.

Se ha dicho que nuestra “esfera de radiación” es un potente instrumento de servicio y que nuestra radiación constituye, en efecto, una de nuestras mayores responsabilidades. Permanentemente estamos emitiendo — esparciendo — en torno nuestro y hacia los demás, pero recordemos que podemos irradiar odio tan eficazmente como buena voluntad — y con frecuencia, mucho más fácilmente! Podemos servir u obstaculizar. Podemos ejercer una influencia elevadora, transmutadora y sanadora, cualquiera que sea el lugar en que nos encontremos, y la radiación es uno de los más grandes medios de utilizar el poder del Alma.

PARTE II

CARACTERÍSTICAS DE LA NUEVA ERA UNIFICACIÓN — SÍNTESIS — UNIVERSALIDAD

Como ya se ha mencionado, al comenzar una nueva era las energías frecuentemente emergen o fluyen en forma primitiva, tosca o exagerada. En el presente la tendencia a la unificación y síntesis es una de las que se puede reconocer más fácilmente y con la cual “teóricamente” se puede estar de acuerdo, pero es tal vez la más difícil de seguir y poner en práctica con firmeza, pues con frecuencia tiene las consecuencias más drásticas y revolucionarias. Su impulso está creciendo rápidamente, y por momentos se manifiesta en forma violenta, como una corriente poderosa que tiende a arrasar cualquier obstáculo. Por consiguiente, esta tendencia a la socialización, fusión y síntesis es fuertemente resistida, a veces al punto de que se producen violentas reacciones.

El pasado en todavía fuerte en la conciencia de la humanidad, y para aceptar lo nuevo es necesario una serie de desapegos en todos los niveles de la vida personal o física, emocional y mental. En el plano material significa anteponer constantemente el bien de la humanidad a nuestros propios intereses y los del grupo o grupos a que pertenecemos. Implica abandonar muchos privilegios que ordinariamente no son reconocidos como tales y, por tanto, considerados “correctos”. Quiere decir aceptar con buena disposición y adaptarse a las condiciones y estructuras sociales y económicas rápidamente cambiantes; requiere vencer toda clase de “particularidades” y prejuicios y todo tipo de orgullo nacional.

No es extraño que marcadas divisiones, profundas diferencias y agudos conflictos caractericen la vida de la humanidad en todos los dominios. En esto, todos nosotros — más o menos voluntaria y conscientemente — participamos; por tanto, es muy difícil tener una visión equilibrada e imparcial de la situación.

Al preparar el camino para la nueva era, la primera tarea es eliminar los obstáculos que se oponen a las nuevas tendencias, individualmente, en nosotros mismos, y luego, en círculos cada vez más amplios, a través de nuestra influencia, en el medio ambiente.

Uno de esos obstáculos es con frecuencia el apego a las cosas materiales, a las posesiones y al dinero, hecho que se debe a la tendencia fundamental a identificarnos con el aspecto material de la vida. Nuestra identificación básica es con el *cuerpo*, lo que nos

induce a someternos a sus instintos y deseos a fin de satisfacerlos. Existen luego los innumerables apegos a las *cosas*; las cosas tienen un poder de atracción, casi una vida que les es propia, de modo que no sólo las poseemos, sino que somos *poseídos por ellas*; nos sentimos enteramente uno con ellas.

El apego a las cosas aumenta por otra tendencia general o ilusión: poner indebido énfasis en los *medios* para alcanzar nuestros fines; este énfasis frecuentemente llega al punto en que los medios se vuelven fines en sí mismos, y olvidamos su propósito original. El dinero es un medio práctico y adecuado de facilitar el cambio de mercaderías y compensar servicios. *En sí mismo* no es “malo”; por el contrario, puede ser un poderoso instrumento para propósitos humanitarios y espirituales. Pero cuando, como ocurre con frecuencia, su posesión se vuelve un fin independiente, un anhelo vehemente y hasta una obsesión, puede llevar a las peores clases de egoísmo, crueldad y agresión.

Existe luego un gran número de obstáculos que se deben a nuestros apegos emocionales. Entre ellos, como hicimos notar ya, está *el apego al pasado*, a las “formas” viejas de todo tipo. Estas *formas* han adquirido una vida que les es propia, constituyen entidades colectivas (en el “inconsciente colectivo”) de gran poder, y frecuentemente poseen y obsesionan al individuo.

Una forma más sutil de hechizo emocional se debe a la imagen “idealizada” que frecuentemente tenemos del pasado; olvidamos sus aspectos negativos y somos atraídos por su fase sentimental y por los sentimientos y emociones que despertaban en nosotros, los que pueden haber sido muy adecuados para su época; pero que, habiendo cumplido ya su función, no pueden persistir por siempre.

El presente, no obstante, al igual que el pasado puede ser un obstáculo para la inauguración de la Nueva Era. Lo que podría denominarse el *hechizo de lo inmediato*, la visión miope, concede exagerada importancia a las condiciones individuales y grupales *presentes*, y produce el deseo de cambiar de inmediato las condiciones que son insatisfactorias o desagradables. No existe en esos casos visión de largo alcance o perspectiva amplia y se carece de una correcta proporción.

Por lo demás, hay otras factores de carácter más mental: ideologías e ideas establecidas, que se vuelven frecuentemente ideas fijas, generando actitudes y actividades fanáticas. Estas son el producto de la estrechez de miras y de la unilateralidad mental y falta

de comprensión y amplia visión. El prejuicio es un tipo muy fuerte de obstáculo, en el cual la estrechez y embotamiento mental, llegando por momento al colmo de la estupidez, se combinan con intensas reacciones emocionales, condicionadas frecuentemente por factores inconscientes.

Todos estos factores, en sus diversas combinaciones y teniendo lugar a veces al mismo tiempo, no solamente obstruyen el comienzo de la Nueva Era, sino que constituyen un verdadero conflicto actual. Estos conflictos pueden llegar hasta culminar en guerras, debiendo admitirse que las causas de ellas son hoy principalmente de naturaleza psicológica.

Unificación y Síntesis en las Nuevas Estructuras Sociales

La tendencia a la *unificación y síntesis*, crea el problema de las correctas relaciones entre el individuo y la comunidad o comunidades a las cuales pertenece. Este problema se ha agudizado en el momento actual, a pesar de que ha existido desde el comienzo de la vida humana en la tierra. El hombre primitivo formaba tribus para defenderse y ayudarse mutuamente, y el vínculo era muy fuerte, no sólo por necesidad, sino también porque la conciencia individual estaba poco desarrollada, predominando la conciencia colectiva. Era así fácil para los jefes de las tribus exigir y recibir obediencia. De los primitivos grupos sociales, gradualmente, se formaron los diversos tipos de comunidades mayores hasta llegar a los reinos e imperios, democracias y grandes confederaciones de estados.

Hoy en día, el colapso de las viejas estructuras sociales y políticas y la tendencia hacia nuevas formas de organización colectiva, han llevado las relaciones entre el individuo y comunidad a una aguda crisis. La actual tendencia a la unificación y organización en el ámbito social y en el político, han producido tipos extremos de uniformidad, de subordinación compulsiva de los individuos e imposiciones de tipos totalitario. Pero esas imposiciones han provocado violentas reacciones de individuos y grupos. No es necesario dar ejemplos; la historia es reciente y conocida.

El problema y su solución pueden expresarse en términos generales como la búsqueda y el establecimiento de un correcto equilibrio entre la *unión* y la *libertad*. Esto abarca la comprensión de los siguientes hechos:

1. Ni la unificación ni la libertad son “fines últimos”; no son opuestos en el sentido de excluirse uno al otro.
2. La unificación y la libertad se limitan entre sí; pueden y deben ser reguladas y equilibradas por un principio más elevado: el principio de *síntesis*. Un ejemplo de esa síntesis es la coordinación de los órganos y funciones en un cuerpo vivo y sano.
3. No existe una pauta fija y estática de organización política y social que represente una síntesis ideal. Las “proporciones” relativas entre la unidad y la libertad y las estructuras en las cuales su síntesis puede operar, diferirán considerablemente según sean las condiciones históricas, las características psicológicas y la naturaleza específica y tamaño de cualquier grupo o comunidad. Hay sin embargo algunas libertades básicas que todo ser humano y toda comunidad o nación tienen el derecho esencial de poseer; sin ellas no puede haber justicia ni paz verdadera sobre la tierra. Son las “cuatro libertades”: de palabra, de culto, y estar libres de la necesidad y el temor.
4. La búsqueda de soluciones prácticas para salvar estas diferentes situaciones concretas no debe hacerse sobre la base de ninguna teoría o ideología preconcebida. Debe inspirarse en el espíritu de experimentación, y ha de estar dispuesta a cambiar y adaptarse de acuerdo con los resultados de los experimentos y las condiciones cambiantes. El hecho de que las condiciones están cambiando constantemente y de manera imprevista, debe ser constantemente recordado y tenido en cuenta.
5. La forma o modelo de una comunidad, a pesar de lo deseable que puede parecer, o lo exitosa que sea su aplicación, no puede ser impuesta a otras comunidades para las cuales podría resultar totalmente inadecuada.
6. Más importantes y decisivos que cualquier forma externa son los factores psicológicos y espirituales, el bien del conjunto y el espíritu de buena voluntad y genuino interés de cuantos son responsables de la organización y su funcionamiento.

Todos estos criterios son válidos para lograr la *unificación gradual* de la sociedad, a través de etapas intermedias hasta alcanzar la síntesis mundial que abrace a toda la humanidad.

Aun cuando la tendencia a la unificación se está poniendo de manifiesto particularmente en los campos de la economía, el orden social y la política, se evidencia también por el sorprendente

crecimiento en:

a) *Comunicaciones*. A través del transporte y la prensa, la radio y la televisión, la comunicación entre las personas — y los pueblos — ha alcanzado una nueva fase en las últimas décadas.

b) *Relación, interrelación y contactos*. Al principio son frecuentemente origen de conflicto más bien que de armonía; ¡recordemos sin embargo que el conflicto es un tipo de relación si se lo compara con el aislamiento y la reclusión!

c) *Agrupación, unión, identificación* con todo mayor. Este es un paso posterior en el camino de la unificación que conduce a la cooperación, el trabajo grupal y el servicio.

Estos grados o tipos de unificación actúan simultáneamente en proporciones diversas. Se forman grupos y bloques que con frecuencia están en conflicto con otros grupos y bloques. Este caso se da en el momento actual y la situación es peligrosa; este peligro puede no obstante, evitarse por la evolución de la tendencia a la unificación, hasta que se produzca una síntesis orgánica en todos los niveles, que eventualmente conduzca a la síntesis mundial y a la humanidad una.

Las relaciones interpersonales y grupales fomentadas por la *unificación* y la *síntesis* generan solidaridad, cooperación y camaradería capaz de evolucionar en amor grupal, comprensión, compasión y, en último término, en hermandad. En este sentido debemos comprender las cualidades que el amor revelará en la Nueva Era. Podemos esperar que sea menos emocional, personal, exclusivo; más amplio, altruista y que impulsará a la actividad humanitaria y a desplegar responsabilidad social y por consiguiente a dirigir el esfuerzo grupal al servicio de nuestros semejantes. Esta tendencia se ve reforzada por la otras dos características de la nueva era ya mencionadas — el dinamismo y la extraversion — que fomentan la expresión activa en el mundo exterior de todos los incentivos interiores. Walt Whitman expresó su visión en “Leaves of Grass” (Hojas de Hierba);

Yo soñé y en el sueño ví una ciudad invencible a los ataques
de todo el resto de la tierra,
soñé que esa era la nueva ciudad de amigos.
Nada era allí más grande que la cualidad del intenso amor,
se lo percibía a toda hora en las acciones de los hombres de
esa ciudad,
y en cada una de sus miradas y palabras.

Técnicas para la Unificación

Las técnicas positivas para lograr la unificación y síntesis pueden resumirse como:

1. *Correcta Información*
Una de las causas de fricción y conflicto es la falta de información mutua entre los individuos, los grupos y las naciones.
2. *Comprensión*
Aun la mejor información no es suficiente para producir un correcto acercamiento y ubicación si no es correctamente evaluada y no conduce a la verdadera comprensión.
3. *Cooperación*
Obviamente es provechosa para todos. Elimina grandes pérdidas de todo tipo originadas en toda suerte de conflictos, aúna recursos e integra las habilidades mutuas; el mero interés propio debería inducir a todos, tanto individuos como grupos, a practicarla.
4. *Buena Voluntad*
Es el medio más efectivo de eliminar obstáculos y lograr la unificación y síntesis.

Universalidad

En el Cuaderno III. (pp. 8-13) se trató la relación entre Ser individual y Ser universal en su aspecto psicológico, pero la Universalidad en su sentido más amplio es la tercera y última etapa de la tendencia a la Unificación y Síntesis. Se basa en el reconocimiento de la Realidad Universal y la relación del hombre con ella.

Es bien sabido que ciertas observaciones astronómicas tenderían a probar que el Universo visible se está expandiendo en una espantosa velocidad. Ya sea esta teoría verdadera o no, el conocimiento y concepción que el hombre tiene del Universo ha ido ciertamente expandiéndose gradualmente, y en tiempos recientes con creciente rapidez. En Occidente, hasta pocos siglos atrás, el modelo de Universo que prevalecía era el conocido por Ptolomeo, según el cual, la tierra era el centro del Universo, y alrededor de ella giraban los planetas, el Sol y las demás estrellas.

Tuvo luego lugar la “Revolución Copernicana”, por la que se reconoció que el Sol era el centro del sistema solar y se asignó a la Tierra su propio lugar como uno de los planetas que giran alrededor del Sol.

Posteriormente se admitió que el Sol era solo uno de los millones de estrellas que componen la galaxia que llamamos Vía Láctea. En las últimas décadas, la construcción de telescopios cada vez más potentes ha permitido descubrir incontables galaxias y grupos de galaxias que están a una distancia de millones de años luz. Al mismo tiempo, por medio de diversos instrumentos, principalmente radiotelescopios, los científicos han descubierto un número creciente de radiaciones que llegan a la tierra de todas partes de Universo, así como la potencia de tales radiaciones.

De este modo, ha quedado científicamente demostrada tanto la magnitud del Universo como su estrecha coherencia. Esto ha permitido al hombre, el conocimiento de “totalidades” cada vez mayores. El hombre está alcanzando cada vez un mayor sentido de *universalidad*, de pertenecer a un cosmos ilimitado y de ser afectado por todo lo que lo compone. El hombre empieza a considerarse a sí mismo un “*verdadero ciudadano del cosmos*”.

Todo ello ha despertado en el ser humano un más vivo interés y la necesidad de aprender más acerca de él y, hasta de salvar *físicamente* los límites del planeta en que vivimos.

Hasta el presente, esa sensación de “pertenecer al cosmos”, sólo ha influido parcialmente sobre la actitud de los hombres hacia ellos mismos y hacia sus semejantes. Podría decirse que *sicológicamente* el hombre se adhiere todavía a la concepción ptolomaica; aún siente y actúa como si él fuera el centro de su universo interior: es “ego-céntrico”. Lo mismo cabe decir de los grupos, y particularmente de las naciones. Existen todavía una gran y hasta chocante falta de proporción entre la expansión mental del hombre y su concentración personal en sí mismo.

Sin embargo, esa desproporción está empezando a ser reconocida y puede observarse una definida tendencia hacia la unificación y síntesis de la vida social. Se están formando grupos de toda índole y en todos los ámbitos; la interdependencia es reconocida cada vez más como un hecho, se ensayan y establecen muchas formas de cooperación.

Todas estas son expresiones iniciales del *sentido de universalidad*

que progresivamente tendrá vigencia en la Nueva Era, y que constituirá sin duda su principal gloria, sentando de ese modo las bases necesarias para que se manifieste lo que cabe considerar el quinto Reino, que en lenguaje religioso ha sido llamado el Reino de las Almas o el Reino de Dios.

El Actual Período de Transición

De todo lo que antecede se infiere que el período en que estamos viviendo es extremadamente interesante; pero, al mismo tiempo, uno de los más difíciles en la historia de la humanidad. Son los nuestros tiempos de confusión y agudo conflicto en todos los sectores de la vida. Todas las viejas y queridas formas se están deteriorando rápidamente, y en muchos casos se desmoronan bajo el impacto de las nuevas energías. Las formas que todavía perduran demuestran adecuarse cada vez menos a las nuevas condiciones y a la nueva mentalidad de la joven generación. Por otra parte, las primeras expresiones de las nuevas tendencias con frecuencia parecen, en diversos aspectos, imperfectas e insatisfactorias tentativas; ellas contienen, sin embargo, el germen y la esperanza del futuro.

Es desagradable tener que vivir en un período tan caótico; se necesita mucha sabiduría, habilidad en la acción y un constante esfuerzo para compensar el aturdimiento, el desaliento, la crítica negativa y el temor hoy tan difundidos. La clara comprensión de la situación y la correcta evaluación de las tendencias y actividades que están surgiendo en la actualidad pueden, no obstante, ser de gran ayuda.

Cabe hacer una fundamental distinción entre la *calidad original* y la naturaleza esencial de las nuevas tendencias que hemos enumerado y de las diversas, y con frecuencia muy cuestionadas, *maneras* en que ellas son expresadas y correcta o incorrectamente aplicadas. Es una regla muy general que en el descenso gradual de una idea pura desde un plano mental elevado hasta su concreción en alguna forma o actividad externa, inevitablemente la idea se ve sometida a muchas clases de limitaciones, distorsiones y aplicaciones incorrectas. Es conveniente considerar cuidadosamente las numerosas vicisitudes a las cuales las ideas están sujetas, pues ello nos permite contrarrestarlas o corregirlas en cierta medida.

El principal peligro para una nueva idea es la exageración. El énfasis excesivo en cuanto a la importancia de una nueva idea,

conduce a un idealismo y fanatismo que propende a hacer que tal idea sea demasiado rápida o violentamente implantada, sin tener presente que puede causar sufrimientos y penurias, o que puede ser mejor, y hasta necesario, introducirla gradualmente. Elevados y generosos motivos pueden existir detrás de esa actitud, pero un ideal puede volverse una obsesión y deslumbrarnos en tal forma con su luz, que quedemos ciegos a toda otra consideración. Muchos son los ejemplos que de ello existen en el presente. Precedentemente se ha señalado que la tendencia a la unificación y síntesis ha llevado en muchos casos a un totalitarismo forzado, unificación excesiva, presión para ser acatados y a la supresión de la individualidad, la iniciativa, la originalidad y la autoexpresión.

Entre las otras tendencias que se han mencionado en este Curso, es fácil apreciar que el predominio del elemento *positivo* o *masculino*, el *dinamismo* y la *extraversión*, son también en el momento actual, exagerados y unilaterales en su expresión.

El descenso de una idea o de un impulso original en una expresión externa se logra haciéndolos “descender”, lo cual etimológicamente, es el significado de la palabra *degradación*. Este proceso es inevitable y normal, pero por desgracia, este “descenso” con frecuencia produce real “degradación”. La idea o impulso original se estrecha, se lo comprende superficial o parcialmente, se lo materializa indebidamente, de modo que, su verdadero significado y potencialidad se ve limitado y restringido. Claros ejemplos de ello son el dinamismo y la velocidad. Estas cualidades en sus mejores aspectos, pueden ser consideradas como el triunfo del espíritu sobre la materia, la victoria de la iniciativa, la audacia y la determinación sobre la inercia, la pereza y el temor. Pero con frecuencia el propósito de tales cualidades falta o es olvidado y, como en el caso de la velocidad, se vuelve un fin en sí mismo, carecen de un propósito determinado, tornándose agotadoras y peligrosas tanto para uno mismo como para los demás.

Durante el proceso de descenso, tienen tendencia a aparecer muchas formas de aplicación incorrecta. Pueden deberse a motivos incorrectos o confusos que deforman o explotan una idea original o una energía, pero también pueden deberse a motivos no intencionales, o a malas interpretaciones, o bien a la estupidez y falta de destreza.

El conocimiento de las dificultades, peligros y dolor del período de transición no deben amilanarnos y hacer que perdamos de vista los

aspectos *positivos* de la situación, los grandes logros ya alcanzados y, sobre todo, las maravillas que se aproximan y que han de ser la gloria de la Nueva Era. Los obstáculos pueden salvarse y las desviaciones ser rectificadas por el empuje de la nueva vida y por la acción de las nuevas y tremendas energías que están operando con creciente impulso.

Nuestro problema, y el de toda la humanidad, es manejar esas energías *correctamente*, y todo medio con que podamos contribuir a ello es, por consiguiente, de extrema importancia. Y no es el menor de esos medios la meditación: Meditación para la Nueva Era.

En *El fenómeno del Hombre*, Teillard de Chardín, da la inspirada visión de una condición ultrahumana y describe el inmenso alcance del progreso del hombre hacia un nuevo y más elevado nivel:

“Estamos, en este preciso momento, atravesando una era de *transición*.

“La era de la industria; la era del petróleo, la electricidad y el átomo; la era de la máquina, de grandes colectividades y progresos científicos. El futuro decidirá cuál es el mejor nombre para describir la era en que estamos entrando. La palabra importa poco, lo que sí importa es que se nos diga que lo que ahora estamos sufriendo es el precio que deseamos pagar por el paso decisivo que la vida está dando hacia adelante, en nosotros y en el ambiente que nos rodea. Después de la larga maduración que se ha estado gestando persistentemente durante la aparente inmovilidad de las centurias agrícolas, ha llegado por fin la hora que se caracteriza por los dolores del parto inevitable en todo cambio de estado. Los primeros hombres presenciaron nuestro origen. Otros serán los que contemplen las magníficas escenas del fin. A nosotros, en nuestro breve lapso de vida, nos cabe el honor y la suerte de coincidir con el cambio crítico de la noosfera.

“En estas confusas e intranquilas zonas en que el presente se une con el futuro en un mundo transformado, nos encontramos frente a frente, con toda la grandeza sin precedentes del fenómeno del hombre. Aquí y ahora, tenemos, más legítimamente que ninguno de nuestros predecesores, el derecho a pensar que podemos medir la importancia de la hominización y descubrir la dirección de este proceso.

“Nuestra tierra de chimeneas y oficinas, bullente de trabajo y negocios, nuestra tierra con un centenar de nuevas radiaciones —

este gran organismo vive, en último análisis, por y para el nacimiento de una nueva alma. Debajo del cambio de era, subyace el cambio de pensamiento. ¿Dónde debemos buscarlo, dónde deseamos situar esta sutil y renovadora alteración, que sin cambiar apreciablemente nuestros cuerpos, ha hecho nuevas criaturas de nosotros? En un lugar y solamente en uno: en una nueva intuición que signifique un cambio total en la fisonomía del universo en que nos movemos, en otras palabras, en un despertar.” (pp. 214-15).

Un tipo de hombre nuevo y superior está tomando vida, es el “hombre planetario” que tiene una perspectiva inmensamente más grande que la de sus predecesores, y está rápidamente superando las limitaciones del pasado. Pero, además de esto — y es esta la mayor garantía del futuro — ese hombre está ya demostrando un sentido de “participación” que va más allá del planeta. Está alcanzando un cada vez mayor conocimiento de las dimensiones cósmicas y de la interrelación y está adquiriendo una universalidad que se amplía cada vez más.

PARTE III

EL PRINCIPIO DE LA DIVINIDAD ESENCIAL

“Habiendo penetrado todo el Universo con un fragmento de Mí mismo, Yo permanezco”, Krishna dice estas palabras en el *Bhagavad Gita*, el gran “Canto de Dios” hindú, para expresar el concepto de divinidad esencial y lo infinito de la Vida Divina que anima a todos los seres, y no obstante, permanece indiferenciado e indifuso.

Las escrituras de todas las grandes religiones hablan de este principio en diversas formas, y la investigación científica confirma todos los días esta Energía de Vida fundamental y universal que subyace e interpenetra toda forma y substancia sobre la tierra. No obstante, esto es algo que debemos descubrir por nosotros mismos; no podemos tomar la palabra o descubrimiento de otro para arribar a un verdadero “conocimiento” de este hecho.

Ello es así porque la divinidad esencial no es materia de investigación intelectual, o algo que pueda ser “probado” por la razón o explicado con palabras. Es una realidad viva que tiene que ser *experimentada*, una revelación e iluminación interior. Comprenderla significa despertar a un aspecto existente pero anteriormente incomprendido por nosotros: el aspecto central y más elevado, la verdadera *esencia de nuestro ser*.

Los diversos acercamientos a esta comprensión fueron tratados en el Cuaderno VI del Primer Curso y sería conveniente volver a estudiar esa sección, que incluye una útil tabulación. Frecuentemente descubrimos que podemos comprender algo más en una vuelta más alta de la espiral cuando volvemos a ella después de un año, captando un significado y una realidad enteramente nuevos.

En el presente Cuadernos hallaremos también, varios hilos que habrán de permitirnos ahondar más en el *Principio de la Divinidad Esencial*. Este sentido de universalidad está estrechamente relacionado con ese Principio, y constituye, en verdad, una manifestación de nuestro conocimiento de la Divinidad. Según reza el *Upanishads*:

“Infinito es Aquél cuya forma es impensable,
“y no obstante, brilla menos que lo más pequeño.
“Es lejano y más lejano que la lejanía.
“Y no obstante, en el centro del corazón descansa.”

La contemplación está también íntimamente ligada con la

divinidad esencial. A través de ella se llega a la comprensión de la “Inefable Unidad” de que hablan todos los místicos que han alcanzado esa elevada etapa. La comprensión de la divinidad esencial tiene lugar en un plano interior, en un estrato de la conciencia que está por encima o más allá de la razón y la mente “normal” (sin que por ello sea en modo alguno irracional). La meditación es, por tanto, el modo más directo de lograr ese conocimiento y la contemplación consiste, por sobre todo, en la “apertura de la puerta”. Herman Keyserling escribió:

“... Cada hombre debería elevar el centro de su conciencia hasta la esfera espiritual donde la pura consagración prevalece y la búsqueda de uno mismo cesa naturalmente”. Esta demanda está ahora en armonía con el sentimiento y es fundamentalmente susceptible de realización. El hombre *es* en última instancia, Espíritu: solamente alcanza la completa realización del Yo quien se ha vuelto consciente del “Espíritu”. (*El Restablecimiento de la Verdad*, pp. 488-9).

La *radiación* este también profundamente relacionada con este tema, pues ¿qué es la radiación sino la divinidad esencial que emerge? Al profundizar nosotros conocimiento de este hecho — “del Dios inmortal que habita en nosotros” — nuestro poder de irradiación aumenta y nuestra capacidad para derramar luz a nuestro alrededor, transformar nuestro medio ambiente y vivir con creatividad espiritual se intensifica.

Pero no olvidemos buscar también la divinidad que habita en los demás. “*Namaskar*” es un saludo muy usado en el Oriente; significa, “saludo a la divinidad que hay en ti”. Este reconocimiento tiene un poder mágico para evocar la divinidad esencial. El ejemplo de este saludo es una técnica que no sólo nos reorienta y alinea con la divinidad, sino que nos permite irradiar bendiciones de una manera dinámica y definida, y ser, por tanto, “agentes de la divinidad” en cada ocasión que la empleemos.

La *Divinidad Esencial* es un gozoso reconocimiento, y en evocarla e irradiarla estriba una de las formas más vigorosas de servicio que podemos prestar. Es también la gran garantía de nuestra inmortalidad, como lo proclaman estas palabras de una antigua canción:

“Soy arrastrado por la Vida universal
y al deslizarme hacia adelante por mi camino
— el camino de Dios —

veo que las energías más pequeñas se desvanecen.
Soy el Uno; soy Dios.
Soy la forma en la que todas las formas se unen.
Soy el alma en la que todas las almas se funden.
Soy la vida y en esa Vida
todas las pequeñas vidas permanecen.”

PLAN DE MEDITACIÓN

I. Alineación

Por medio de:

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

II. Dedicación

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

III. Meditación sobre la Nueva Era

Temas: Unificación, Síntesis y Universalidad

- a) *Etapa receptiva*. Abrirse uno mismo y asimilar estas cualidades como ideas vitales.
- b) *Etapa reflexiva*. Considerar un tema por vez y sus diferentes aspectos. Reflexionar también en el papel que cada uno puede tener en la construcción de la era venidera.
- c) *Etapa creativa*. Infundir la energía del *sentimiento* en toda forma de pensamiento que hayamos construido y, mediante un acto de voluntad, *afirmar* que puede manifestarse.
- d) *Irradiar telepáticamente* estas ideas:
 1. Repitiéndolas en forma concisa.
 2. Enviando las formas de pensamiento en todas direcciones a través de rayos de luz.

INVOCACIÓN

Decir *La Gran Invocación* dinámicamente con toda la mente, corazón y voluntad, convencidos de que es un medio de poderosa eficacia 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 se halla el mal.

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

Expresión externa

Finalmente, debemos siempre encontrar algún medio de emplear nuestra meditación prácticamente para que se traduzca en nuestras vidas o apliquemos sus frutos en forma tal, que ayuden a la construcción de la Nueva Era. Tengamos siempre presente este objetivo, y recordemos que por medio de la meditación para la Nueva Era, podemos ayudar a establecer las bases espirituales sobre las cuales podrá edificarse una gran era futura para la humanidad.

GRUPO DE MEDITACIÓN PARA LA NUEVA ERA
ÍNDICE

PRIMER AÑO

- Cuaderno I La Nueva Era... Meditación: Concentración... La Ley de Rectas Relaciones Humanas.
II Meditación Reflexiva... El Principio de Buena Voluntad.
III Meditación Receptiva... La Ley del Esfuerzo Grupal.
IV La Plegaria: Visualización... El Principio de Unanimidad.
V Meditación: La Voluntad... Invocación - Evocación... La Ley del Acercamiento Espiritual.
VI Radiación — Actividad Interna... Expresión — Acción Externa... El Principio de Divinidad Esencial.

SEGUNDO AÑO

- Cuaderno I Meditación y Adiestramiento en el Autoconocimiento... Meditación "Personal" y como "Servicio"... La Nueva Era... La Actual Crisis Mundial... Meditación Creativa... La Ley de Rectas Relaciones Humanas.
II Meditación y Adiestramiento en el conocimiento de uno mismo... Equilibrio y síntesis de los opuestos... Características y tendencias de la Nueva Era... Desarrollo de la mente... El Principio de Buena Voluntad.
III Meditación y Adiestramiento en el Conocimiento del Yo... Realización del Yo o Alma... Características y Tendencias de la Nueva Era... Modalidad y Dinamismo Positivos... La Ley del Esfuerzo Grupal.
IV Meditación y Adiestramiento en el Conocimiento de Uno Mismo... La Voluntad... Tendencias y Características de la Nueva Era... Extraversión... El Principio de Unanimidad.
V Meditación y Adiestramiento de Uno Mismo... Precauciones para la Meditación... Características y Tendencias de la Nueva Era... Alegría... La Ley del Acercamiento Espiritual.
VI Meditación y Adiestramiento en el Conocimiento... Contemplación e Irradiación... Características y Tendencias de la Nueva Era: Unificación... Síntesis... Universalidad... El Principio de la Divinidad Esencial.

TERCER AÑO

- Cuaderno I Reconocimiento de la Realidad... ¿Qué es la Realidad... Técnicas para el Reconocimiento de la Realidad... ¿Qué es el Espejismo?... Categorías de Espejismos... Cómo hacer frente a los Espejismos... Rectas Relaciones Humanas y los Espejismos.
II Reconocimiento de la Realidad... El Inconsciente... Técnica de Desidentificación... Técnica de las Correctas Proporciones... Resumen de otras Técnicas... El Principio de Buena Voluntad y el Espejismo.
III Reconocimiento de la Realidad... Espejismos positivos... Técnicas... El Ley del Esfuerzo Grupal y Espejismos.
IV Los Espejismos Negativos... Técnicas... El Principio de Unanimidad y el Espejismo.
V Reconocimiento de la Realidad... Los Espejismos que se relacionan con la Actividad... La Ley del Acercamiento Espiritual.
VI Reconocimiento de la Realidad... Los Seis Grupos de Espejismos... Técnicas... El Principio de la Divinidad Esencial.

GRUPO DE MEDITACION PARA LA NUEVA ERA

Si conocen personas interesadas, pueden obtener los cuadernos en otros idiomas en:

Alemán	8170 Bad Tolz, Saggaaase 6, Alemania Occidental
Español (para Europa) (Para las Américas)	Pintor Cabrera 106, Alcoy, (Alicante) España P.O. Box 566, Ojai, California, EE. UU. 93024
Francés (Para Europa) (Para Norteamérica)	Groupe de Meditation Pour Le Nouvel Age "Bellevue" 74380 Lucinges, Francia Claire Fugere 6240 Chemin Deacon Montreal (Quebec) Canada H3S 2P5
Holandés	Rob de Pree Straelseweg 329 5916 AA Venlo Holanda
Inglés (Para Europa) (Para las Américas)	Sundial House, Nevill Court, Turnbridge Wells, Kent, TN4 8NJ, Inglaterra P.O. Box 566, Ojai, California, EE. UU. 93024
Italiano	Sergio Bertoli Comunita de psicosisinesi de Citta della Pieve Poggio del Fuoco Strada Statale n.71 Umbro Casentinese Km.72.100 Citta della Pieve (PG) Italia
Portugués	P.O. Box 566, Ojai, California, EE. UU. 93024

