

EL PENSAMIENTO LARGO SOBRE CONCENTRACIÓN, MEDITACIÓN, CONTEMPLACIÓN

1. Concentración es la capacidad de la mónada de dirigir su atención. Meditación es la capacidad de la mónada de dirigir su atención continuamente. Contemplación es la capacidad de la mónada de dirigir su atención continuamente y simultáneamente mover su conciencia de vigilia a una envoltura superior.
2. La concentración puede ser de muy corta duración. Cuando se interrumpe, es siempre debido al hecho de que la actividad mecánica de las envolturas han sido más fuerte que la conciencia autoactiva de la mónada, que la distracción ha sido más fuerte que la atención dirigida de la mónada.
3. La concentración puede desarrollarse más como correcta meditación y correcta contemplación cuando es nutrida con conocimiento, autodisciplina (eliminación de deseos innecesarios), autoconciencia y correcta actitud, la cual incluye percepción de responsabilidad, gratitud, humildad y reverencia hacia lo superior.
4. Lo que distingue principalmente la meditación de la concentración es la capacidad de la mónada de vencer intencionadamente la influencia causante de distracción del automatismo de las envolturas y de este modo mantener la concentración más tiempo. Cuando las vibraciones de la mónada son ocasionalmente más fuertes que las de las envolturas, se consigue la concentración. Cuando la mónada puede mantener ese estado ilimitadamente, se consigue la meditación.
5. En la meditación, el control del automatismo de las envolturas por la mónada es eficiente en la medida en que la conciencia de la mónada no es idéntica a la conciencia de la envoltura: “Yo soy, pero no soy la conciencia de las envolturas.”
6. La capacidad de la mónada de aplicar no-identificación, su constatación de que su propia conciencia no es idéntica a la conciencia de las envolturas, puede y debería ser intensificada hasta ese estado cualitativamente superior de autoconciencia. Esa es la razón de por qué la meditación y la contemplación realizan su verdadera función sólo cuando se llevan a cabo con autoconciencia simultánea.
7. La contemplación existe en varias clases cada vez más elevadas de acuerdo con la envoltura dejada por la mónada. La clase inferior de contemplación es la transición de la mónada desde el organismo a la envoltura etérica, la que le sigue es la transición a la envoltura emocional, la tercera clase es la transición a la envoltura mental, la cuarta clase es su transición a la envoltura causal, etc.
8. La enseñanza sobre concentración, meditación, contemplación, y sus resultado, iluminación, puede llamarse también la ciencia de la atención. En la formulación pitagórica de esta ciencia, también llamada la tecnología de la luz, la percepción esencial concierne al hecho de que la mónada está envuelta en envolturas inferiores para volverse autoconsciente en ellas y que esta adquisición de autoconciencia es necesaria para todo desarrollo de conciencia superior. Ello es así porque toda conciencia superior a partir de la causal es autoconciencia permanente y continua.

9. El descubrimiento del yo, ese centro de conciencia, que puede observar impersonalmente percepciones sensoriales, emociones y pensamientos como cosas externas al yo, hace que el individuo obtenga una nueva visión de la vida. La voluntad del yo de dominar estas clases diferentes de conciencia de las que se vuelve consciente conduce al control de la conciencia como condición necesaria para la adquisición de clases aún superiores de conciencia.

10. Concentración, meditación y contemplación son los miembros sexto, séptimo y octavo del raja yoga. Los cinco miembros precedentes y que estos tres presuponen son 1) cumplir los cinco mandamientos, 2) observar las cinco reglas, 3) adoptar la postura correcta, 4) controlar la respiración y 5) retirar la autoconciencia de los objetos de los sentidos.

11. En cinco puntos esenciales se desvía el yoga del correspondiente sistema pitagórico para la activación de la conciencia, o la tecnología de la luz. El yoga no enseña los tres aspectos equivalentes de la existencia. El yoga no enseña sobre la mónada y sus envolturas sino trata la conciencia como si tuviera existencia independiente. Por lo tanto, el yoga no enseña que la autoconciencia es la conciencia de la mónada en contraposición a las funciones mecánicas, no intencionales de la actividad de las envolturas. Por tanto el yoga no enseña que el desarrollo de la conciencia es la adquisición por la mónada de conciencia y del control de envolturas materiales de clases superiores sucesivas. El yoga no enseña que el desarrollo de la conciencia y todos los demás procesos en el cosmos están gobernados por leyes.

12. Dos desviaciones adicionales deben ser detalladas. El yoga no establece con claridad lo que es posible para el hombre alcanzar mientras es hombre y qué es posible para la mónada conseguir sólo en los reinos naturales quinto y sexto. En sus tres formas principales – hatha, bhakti y rāja – el yoga pertenece a los tres caminos antiguos, que ponen como condición para practicarlos que el yogui se aísle del mundo, mientras que el pitagorismo es parte del cuarto camino, que por el contrario exige como condición para practicarlo que el pitagórico esté activo en el mundo.

13. Según se desarrolla la capacidad de concentración, meditación y contemplación, el individuo encuentra cada vez más fácil alcanzar estados superiores de conciencia y finalmente la iluminación sin la preparación minuciosa de los miembros tercero, cuarto y quinto. Finalmente puede alcanzar estos estados superiores en la conciencia de vigilia. Esto se relaciona con ese proceso que llega a su término en el yo causal cuando la envoltura causal está enteramente encarnada en el hombre físico.

14. En la sexta raza raíz, cuando los individuos tengan la envoltura etérica como su envoltura inferior y su única envoltura física, los individuos vivirán en un estado que parecerá continua contemplación en comparación con el estado de los individuos de las razas actuales, dado que la sexta raza raíz tendrá su conciencia física constantemente en la envoltura etérica. Este enfoque de su conciencia en el físico etérico en vez del físico grosero facilita su contacto con la conciencia causal y su adquisición de la misma.

15. Concentración, meditación y contemplación presuponen, para ser eficientes al menos de modo pasable, que el individuo se ejercite en la actitud observadora y reflexiva también en su vida diaria, se esfuerce por ser tan consciente como sea posible en situaciones comunes. Debería esforzarse por “vivir en meditación”.

16. Estos tres estados – concentración, meditación y contemplación – no son objetivos en sí mismos o buenos y correctos en sí mismos. En etapas inferiores son herramientas que pueden utilizarse para bien o para mal, con metas tanto blancas como negras. Sólo la contemplación en la envoltura causal y envolturas superiores es siempre buena y necesariamente buena, porque no puede usarse más que para metas buenas, blancas.

17. En la tecnología de la luz, estos tres estados se usan exclusivamente para el desarrollo de la conciencia, para actividades que pretenden beneficiar y ayudar a las criaturas vivientes sin dañar a otras criaturas o hacerles perder nada bueno.

18. Uno de los factores más importantes elevando la conciencia del mental al causal es no pensar en nada salvo la verdad, en nada excepto ideas de realidad, una actividad que al mismo tiempo implica el rechazo de las mentiras.

19. Hay ficciones de dos clases que pueden ser llamadas percepción errónea y concepción errónea. La percepción errónea es una ficción que se basa en la realidad física pero es una interpretación errónea de la misma, como sucede cuando por la noche se ve un trozo de cuerda en el suelo y uno la toma por una serpiente. Concepción errónea es una construcción mental o mental-emocional que no se corresponde con la realidad. La concepción errónea incluye ideologías teológicas, filosóficas, ficciones científicas, ideologías políticas, etc.

20. En la etapa actual de desarrollo del género humano, concentración, meditación y contemplación no son suficientes en sí mismas, no pueden producir conocimiento por sí mismas. Debe basarse y partir del conocimiento de la realidad, de hechos esotéricos.

21. Hay tres fuentes de conocimiento de la realidad: la propia experiencia, la autoridad veraz, y correctas conclusiones de las dos anteriores.

22. Es la incapacidad de pensamiento persistente y concentrado lo que hace el pensamiento excesivamente corto, de manera que surgen ficciones innecesarias que de otra manera habrían sido descartadas. Teniendo una capacidad mejor desarrollada de pensar pensamientos largos, el individuo podría eliminar un buen número de ficciones.

23. En la concentración, meditación y contemplación esotérica, la conciencia debe aplicarse a la verdad, a la realidad; no debe dedicarse a mentiras, ficciones o ilusiones excepto con una clara percepción de su naturaleza y con la intención de captar sus opuestos con mayor claridad: verdad y realidad.

24. Uno de los propósitos de la meditación es producir, en el propio ser del individuo, momentos de calidad superior, momentos en los que se da cuenta de que sus muchos estados diarios son expresiones de las envolturas, del no-yo, y de este modo hacerle entender que “yo no soy uno, yo soy muchos”. En estado cualitativamente superior de esta clase, el individuo puede comparar esto con sus estados inferiores y darse cuenta del hecho de que son inferiores y por qué son inferiores. Cuando está en el estado inferior, el individuo ni siquiera capta que existe un estado superior.

25. Compartiendo su alegría cuando los demás son felices, simpatizando con ellos cuando están deprimidos, alegrándonos de sus virtudes, pasando por alto sus defectos, nuestra mente alcanza la serenidad y la tranquilidad.

26. Quienes ejercen control sobre sus envolturas se dividen en tres grupos de acuerdo a la fuerza de su determinación y voluntad de emancipación: débiles, moderados y fuertes. Los fuertes se encuentran más cerca de ese control.

27. Un propósito de la meditación esotérica es que el discípulo aprenda como usar energía causal para controlar las energías de sus envolturas de encarnación. Quien quiera adquirir conciencia causal debe aprender a controlar la actividad mental, porque su inquietud hace imposible captar ideas causales. La iluminación, que es la capacidad de descubrir las ideas, golpea como el rayo cuando el individuo contempla su sistema en la quietud y se vuelve receptivo. Su actividad mental, hasta ahora activa, se vuelve en su lugar pasiva en un estado de tensión expectante.

28. Otro objetivo de la meditación esotérica es que el discípulo aprenda el arte de servir, se vuelva útil para el género humano y para la jerarquía planetaria en su trabajo. Esto presupone voluntad de unidad, experiencia en la vida y sabiduría de la vida.

29. La meditación es necesaria para inculcar diariamente en nosotros la importancia de esforzarnos en pos de la unidad, de modo que nos esforcemos por comprender la percepción que dice que todos constituimos una unidad. La meditación puede ponernos en contacto con nuestro Augoeides, con la jerarquía planetaria, con nuestros semejantes, con los tres al mismo tiempo.

30. La mónada humana logra el contacto con Augoeides en parte mediante una actitud reflexiva, en parte mediante servicio altruista, en parte dominando la conciencia en la envolturas de encarnación, de modo que se conviertan en canales libres para las energías causales que se vierten a través de ellas.

31. El hombre no puede y no debería visualizar Augoeides, porque este vive en el mundo 46, que carece de forma para el hombre. Pero puede meditar sobre Augoeides mediante la sílaba sagrada AUM que es un símbolo de unidad así como de los tres aspectos de la existencia y de Augoeides. Augoeides es al mismo tiempo modelador de materia, es decir, el formador de la envoltura causal y de su centro, el guía de la evolución de la conciencia del hombre y el guardián de la ley.

32. La meditación, si se lleva a cabo correctamente, debería producir tres resultados. Debería implicar la disipación de la ilusión mediante la correcta captación de la idea. Debería producir un mejor entendimiento de nuestras relaciones con los demás. Debería conducir a la acción.

33. El objetivo principal de la meditación es el desarrollo de cualidades deseables, requeridas. Meditando el estudiante esotérico asimila el sistema mental esotérico y los sentimientos de tendencia atractiva, que producen una reevaluación de los valores y una actitud ideal hacia la vida.

34. No existen cualidades o capacidades importantes o necesarias que la meditación correcta no ayude al hombre a adquirir.

35. Sin meditación el individuo se desarrolla tan lentamente que apenas hace algún progreso en cien encarnaciones o más.

36. Es en meditación como el individuo asimila el conocimiento y adquiere la capacidad de pensar por medio del mismo. Meditando domina finalmente el sistema mental hilozoísta.

37. En la correcta meditación, las moléculas mentales del cerebro están trabajando; en la correcta contemplación, las moléculas causales. En la correcta contemplación, el yo está en contacto con la conciencia causal. Es la contemplación la que confiere iluminación: el descubrimiento de ideas causales, ideas de realidad, ideas platónicas.

38. La meditación es un método para contactar con la conciencia del segundo yo. Este método es en parte emocional, en parte mental. Desde la emocionalidad superior (48:2), la personas que medita busca el contacto con Augoeides en la esencialidad inferior (46:7). Desde la mentalidad superior (47:5 para empezar, luego 47:4), la persona que medita busca el contacto con Augoeides en la conciencia causal (47:3 para empezar, luego 47:2). El método emocional es el preferido por quien está inclinado místicamente, el método mental por quien está inclinado intelectualmente. Sin embargo, el esoterista debe aprender como usar ambos métodos, por que necesita ambos.

39. El sufrimiento existe sólo en las tres regiones inferiores físicas y emocionales (49:5-7, 48:5-7). El objetivo de la contemplación es también ayudar al hombre a elevarse por encima de la existencia de las envolturas de materia física inferior y emocional inferior y de este modo superar el sufrimiento por sí mismo. Cuando puede existir exclusivamente en las cuatro regiones superior de sus tres mundos (49:1-4, 48:1-4, 47:1-4), en los éteres o regiones de luz de esos mundos, se acerca a su emancipación a la morada de la inmortalidad.

40. El desarrollo de la conciencia es un proceso gradual, llamado simbólicamente como un deambular desde la oscuridad a la luz. La “luz” de cada mundo superior es de tal intensidad que el siguiente mundo inferior parece como “oscuridad” en comparación y así análogamente a través de las series de mundos cada vez más elevados hasta el superior. El proceso dentro de cada mundo de conciencia aparece como una percepción gradualmente ampliada de su realidad particular, el descubrimiento incesante de nuevos hechos. El individuo lleva a cabo esto mediante meditación y contemplación.