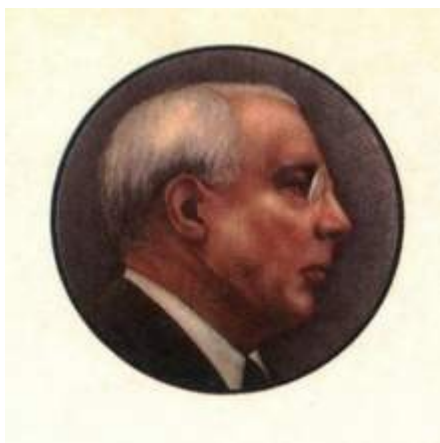


Título en Inglés: "Conscience"

Traducción: Esther Pérez Vázquez

Digitalización: A. M.



La Consciencia

Una búsqueda de la verdad

P.D. Ouspensky

Contenido

Introducción por Merrily E. Taylor

1.- La memoria

2.- Personalidad superficial

3.- La obstinación

4.- Las emociones negativas

5.- Notas al trabajo

Introducción

Al aproximarse a cualquiera de los trabajos publicados de P. D. Ouspensky, desde *Tertium Organum* (aparecido por primera vez en Rusia en 1912 y reeditado muchas veces desde entonces) hasta esta nueva colección de trabajos cortos, es importante recordar que el mismo Ouspensky tenía escasa fe en la palabra escrita como método básico de búsqueda de la verdad. No es que O. (como le llamaban entre los miembros de su círculo) tuviera ningún desprecio por la erudición o por el deseo de acceder al conocimiento. Lector voraz, aunque selectivo, Ouspensky tenía seis años de edad cuando leyó por primera vez a Turgenev (una clara indicación de extraordinario talento a una edad tan temprana).

A los doce años había devorado casi toda la literatura de ciencia natural y de psicología a la que tenía acceso. A los dieciséis, según su propio testimonio, había decidido no seguir estudios académicos, sino concentrarse más bien en aquellos aspectos de conocimiento que estaban fuera y por encima de los campos tradicionales de estudio. “Los profesores estaban matando a la ciencia”, decía, “de la misma manera que los sacerdotes estaban matando a la religión”. Ninguna de las ciencias establecidas iba suficientemente lejos, asentía él, en la exploración de las otras dimensiones que sin duda existían; se paraban, como Ouspensky señalaba, en una “blanca pared”.

La consiguiente reluctancia de Ouspensky a depender de lo escrito como medio de transmitir conocimiento estaba basada en dos puntos fundamentales, ambos integrados en el sistema que enseñaba. En primer lugar, estaba la importancia de trabajar en el propio desarrollo personal con, y gracias a, un entorno proporcionado por una escuela o grupo estructurado. La filosofía de Ouspensky estaba basada en la idea de que el hombre era una máquina, que pasaba por su existencia en un estado mecanicista semejante a un sueño, y que para aprovechar su pleno potencial tenía que despertar por medio de un disciplinado intento de “auto recuerdo” para ser capaz de estar completamente consciente en cualquier momento. El auto recuerdo era difícil, requiriendo una serie de pasos en un orden definido junto con la ayuda de una escuela; la recompensa final, por medio del auto estudio, el control y la transformación de las emociones negativas, era la adquisición de la consciencia objetiva. Este era un estado de vigilia en el cual un hombre, liberado de su estado de “soñar despierto”, sería capaz de ver la realidad superior (“el conocimiento esotérico”) invisible para él en su subdesarrollado nivel de existencia ordinario.

La clave de todo esto, evidentemente, era el trabajo proporcionado por la escuela basado en el principio de que el desarrollo del conocimiento y el crecimiento del ser deben ir parejos para que haya un entendimiento correcto. A diferencia de muchos otros sistemas, el de Ouspensky puede no tener éxito para el individuo aislado a través de la contemplación o ser comprendido únicamente mediante el ejercicio de la facultad intelectual. Fue por esa razón por la que Ouspensky enfatizó, a lo largo de toda su vida, que “el sistema no podía ser aprendido de ningún libro”. Aunque algunos capítulos de su libro *En busca de lo milagroso: Fragmentos de una enseñanza desconocida* fueron en ocasiones leídos en voz alta a antiguos miembros de sus grupos de Londres, se usaron allí no sólo para suscitar discusión, sino también para mostrar el nivel e intensidad del trabajo del grupo ruso original. Todos los libros de Ouspensky deben, por consiguiente, ser considerados como introducciones al trabajo del sistema más bien que como “libros-guía” para la comprensión de dicho trabajo.

La segunda razón fundamental para las dudas de Ouspensky sobre el valor del libro como instrumento didáctico fue el considerable respeto que el mismo sentía por el poder de la palabra. Ouspensky se había ganado la vida como reputado periodista en la Rusia pre revolucionaria y era bien consciente tanto de su efectividad como de su dificultad. Las palabras reunidas correctamente en una pagina pueden transmitir un pensamiento como no podría hacerlo el habla ordinario; por otro lado, un escrito menos que perfecto podría, por su misma ambigüedad, oscurecer más de lo que revelara. Era tan consciente Ouspensky de la importancia de la palabra correcta en el contexto correcto que a menudo revisaba un manuscrito una y otra vez, pasando años desde su primera versión. Un ejemplo típico es su novela *La extraña vida de Ivan Osokin*, escrita en 1905 pero no publicada hasta 1915. Varios libros suyos, incluyendo el bien conocido *En busca de lo milagroso: Fragmentos de una enseñanza desconocida*, nunca obtuvieron su aprobación para ser publicados en absoluto. En *busca de lo milagroso* apareció como manuscrito ya en 1925, fue leído en voz alta a miembros de los grupos de Ouspensky en Londres en los años treinta, pasó unas cuantas revisiones y aun estaba sin publicar a la muerte de Ouspensky, en 1947.

La gente que conoció bien a Ouspensky y que asistió a sus reuniones a menudo recuerda su énfasis en la selección de la palabra correcta para definir una situación dada, su negativa a enredarse con jergas religiosas y filosóficas y su convencimiento de que ninguna afirmación es valida sacada de su contexto. Uno de sus antiguos alumnos comentaba que: si alguien empezaba una pregunta con "el señor Ouspensky dijo la semana pasada..." él escucharía toda la pregunta y después diría: Pero, ¿en conexión con qué dije yo eso?. También ellos recuerdan su respeto por la más bien impresionante autoridad de la obra publicada; esto es, la perspectiva de que una vez que una filosofía es capturada en un libro esta en peligro de ser enterrada allí, sujeta a disección sin fin o tomada como evangelio y acabando tan muerta como las leyes de los medos y los persas. De ahí el convencimiento de Ouspensky del riesgo de decidirse a publicar un libro y su cuidado al tomar la decisión de ver su propia obra entre tapas duras.

Ouspensky fue un maestro de la palabra hablada, así como de la escrita. Fue, en primer lugar, un instructor, y los cinco trabajos de este pequeño volumen son el producto no de un hombre que escribe solo en un estudio, sino de un instructor explicando un sistema de ideas que pueden ser apreciadas lentamente y entendidas correctamente por medio de cuidadosas preguntas de quienes le escuchan y de su sincero deseo de aprender. Durante veintiséis años Ouspensky presidió reuniones en las cuales aquellos que estaban interesados en trabajar en el sistema podían oír una lectura básica, para después clarificar su sentido por sí mismos preguntando cuestiones precisas (la formulación propia de una pregunta era una parte importante de la auto disciplina que Ouspensky requería). Como puntualiza un miembro del círculo de O:

El mismo leía a grupos de sesenta o setenta personas una vez por semana durante un periodo de tres meses Las reuniones duraban tres horas; generalmente se leía media lectura en cada reunión y después se pasaba a las preguntas a las que Ouspensky respondería.

... Se tomaron notas taquigráficas de la mayor parte de las reuniones de Ouspensky y se hizo una larga recopilación de extractos de ellas después de su muerte, publicadas con el nombre de *El cuarto camino*, en 1957. Este libro contiene mucho material de estudi..., pero las valiosas pepitas son difíciles de extraer.

El presente volumen consiste en cinco ensayos cortos que fueron impresos originalmente como libros de 1952 a 1955, después de la muerte de Ouspensky y antes de la recopilación de *El cuarto camino*. Los libros se imprimieron para su distribución privada (en ningún caso se produjeron más de 300 copias). Estos libros no se pusieron a la venta, y han sido, hasta la fecha, inasequibles para el gran público.

Al igual que *El cuarto camino*, los cinco libros que forman este volumen se construyeron a partir de cosas dichas por Ouspensky en sus reuniones; a diferencia de la magnitud de ese amplio volumen, cada ensayo en éste concentra una cantidad importante de principios del sistema, de modo que las “pepitas” son más fáciles de “extraer”. El valor de esta identificación y sintetización de conceptos es que, tomados juntos, los ensayos cubren el lado psicológico práctico del sistema comunicado por Ouspensky; tomados por separado, pueden ser entendidos de una sentada y pueden, de ese modo, servir de “llave” para acercarse al rico material contenido en libros más extensos de Ouspensky.

Se ha puesto el máximo cuidado en la selección de los pasajes de las copias de las reuniones de Ouspensky, en editarlas para su continuidad y en evitar la distorsión o el adorno de las ideas de Ouspensky. Prácticamente en cada caso los comentarios de Ouspensky son transcritos *in extenso*. Debe recordarse, por supuesto, que las reuniones de cuyas transcripciones se compusieron estos libros tuvieron lugar a lo largo de un periodo de aproximadamente treinta años, y que durante ellos Ouspensky amplió, profundizó y refinó sus pensamientos. Además, él entendimiento completo de algunos de los términos empleados en estos ensayos depende de un conocimiento de “los significados especiales en conexión con un sistema del cuarto camino que Ouspensky enseñó”.

Aquellos que busquen una visión más cohesiva de la filosofía de Ouspensky o una elaboración más completa acerca de ciertos términos empleados en este libro, deberían pasar de esta “muestra” a sus libros más extensos, incluyendo *Un nuevo modelo del universo*, *En busca de lo milagroso: Fragmentos de una enseñanza desconocida* y *La psicología de la posible evolución del hombre*. Publicado después de la muerte de Ouspensky, este librito contiene el texto de las lecturas que se leyeron a “gente nueva” en las reuniones de Ouspensky durante el periodo de introducción de una duración de cuatro a seis meses. Se ha dicho que su lectura es “esencial... para cualquier estudio serio de las ideas”. A pesar de las advertencias anteriores, el lector profano no ha de dudar al aproximarse a los cinco trabajos en él contenidos, porque hay en ellos muchas cosas que puede entender cualquiera que sea consciente, aunque sea vagamente, de que existe algo más de lo que puede revelarse a la vista de las monótonas pautas de la vida cotidiana. Uno no puede evitar reaccionar, por ejemplo, a las seductoras palabras de Ouspensky en las primeras páginas de *Memoria*:

El hombre tiene momentos ocasionales de auto consciencia, pero no tiene dominio sobre ellos. Van y vienen por sí mismos, siendo controlados por circunstancias externas y asociaciones o emociones ocasionales. Surge la cuestión: ¿es posible conseguir dominio sobre estos fugaces momentos de consciencia, para evocarlos más a menudo y mantenerlos durante más tiempo, o incluso hacerlos permanentes?

Desde la Segunda Guerra Mundial, evidentemente, ha habido un crecimiento continuo del interés público en el estudio de la “consciencia”, no definida según las ciencias médicas, sino significando algo más: una consciencia y una percepción de un mundo por encima y más allá

de nuestra experiencia ordinaria. Especialmente en los últimos veinte años hemos contemplado la emergencia de diversas técnicas que buscan elevar el nivel de consciencia o de “ser”, desde el empleo de drogas a aquellas basadas totalmente, o en parte, en las antiguas religiones orientales. Además, por todas las así llamadas “ciencias legítimas” se ha producido un estudio renovado y serio en aquellas áreas en su tiempo etiquetadas como parte de lo oculto: percepción extrasensorial, fenómenos psíquicos, dimensiones adicionales, biofeedback, telepatía y otros temas considerados en tiempos pasados territorio de echadores de cartas y charlatanes. Puede decirse que todo el mundo cotidiano está dando la razón a la observación hecha hace cuatrocientos años en Hamlet: “Existen más cosas en el cielo y en la tierra, Horacio, de las que sueña tu filosofía.”

Es por estas razones por lo que es apropiado hoy reeditar estos cinco libros, al tiempo que se produce un despertar del interés por P. D. Ouspensky y por otros filósofos, en otro tiempo marginados, que hace tiempo dijeron “hay un conocimiento que sobrepasa todo conocimiento humano ordinario y que es inaccesible a la gente común, pero que existe en alguna parte y pertenece a alguien”. Los papeles de Ouspensky, ahora contenidos en la Colección de Manuscritos y Archivos de la Biblioteca de la Universidad de Yale (la colección Memorial de P. D. Ouspensky se abrió a los estudiosos en una gran exhibición en octubre de 1978), muestran una amplia evidencia del hecho de que P. D. Ouspensky y su “gente” estaban buscando un modo de alcanzar ese conocimiento superior mucho antes de que estuviera de moda o de que fuera aceptable tan siquiera.

Seguir “el cuarto camino” no exige contribuciones monetarias, tomar drogas, ni incluso una aceptación servil a las afirmaciones hechas por el mismo Ouspensky; en verdad, uno de su círculo recuerda: “Nos pidió que no aceptásemos ningunas ideas que no pudieran ser probadas en la práctica.” Lo necesario era el aceptar la propia mecanicidad y la falta de consciencia unificada, y apelar a la voluntad del auto recuerdo para vencer a una y adquirir la otra. El lector que se encuentre a sí mismo desorientado por los objetivos y métodos en conflicto de muchos de los cultos y filosofías de hoy debería encontrar una claridad digna de agradecer en los objetivos de Ouspensky, tal y como se expresa en *La personalidad superficial*: “La meta de este sistema es llevar al hombre a la consciencia.”

El lector sacará más partido de estas cinco cortas obras de Ouspensky leyéndolas antes que leyendo acerca de ellas. A pesar de todo, unas breves explicaciones:

La memoria: extractos de los dichos y escritos de P. D. Ouspensky acerca de la memoria, el auto recuerdo y el retorno.

Al igual que las otras obras de este volumen, *La memoria* fue impresa para uso privado en la Stourton Press de Ciudad del Cabo, Sudáfrica. Data de 1953. Las primeras cuatro secciones del libro pueden encontrarse con ligeras variaciones en *La psicología de la posible evolución del hombre*. La sección quinta está tomada de *En busca de lo milagroso*.

El tema principal de *La memoria* es que en realidad recordamos muy poco de nuestras vidas, y esto es porque recordamos *solo* momentos conscientes. La “consciencia” de Ouspensky no era meramente lo opuesto del dormir, o inconsciencia; era una consciencia del yo, un auto recuerdo. Ouspensky discute, pues, cómo podemos conseguir la verdadera auto consciencia, y con ella la memoria total y una apreciación de que estamos vivos (como opuesto al meramente existir en un estado mecánico).

La personalidad superficial: un estudio del hombre imaginario.

Este libro, publicado en 1954, está compuesto enteramente de cosas dichas por P. D. Ouspensky en reuniones entre 1930 y 1944. La personalidad superficial está organizada alrededor de la afirmación de Ouspensky de que “La principal característica de nuestro ser es que somos muchos, no uno”. Porque el hombre no es completamente consciente de sí mismo, tampoco es consciente de los muchos deseos contradictorios, creencias, emociones y prejuicios que le llevan desde un instante al siguiente; no tiene “centro de gravedad”, y careciendo de él es incapaz de mantener una meta fija durante un período de tiempo. Aunque puede creer que él está determinando la dirección de su propia vida, en realidad un hombre es zarandeado de un deseo a otro por una variedad de influencias exteriores. El hombre puede superar este estado sólo si se vuelve consciente de sus múltiples yoes y en la búsqueda del desarrollo de su verdadero yo detiene la expresión de emociones negativas, identificaciones, mentiras y demás elementos de la “falsa personalidad”.

La obstinación. Una recopilación de cosas dichas por P. D. Ouspensky principalmente acerca de la necesidad de sojuzgar la obstinación como preparación para el desarrollo de la voluntad.

Doscientas copias de este libro se imprimieron en Ciudad del Cabo en 1955; el texto se imprimió a partir de respuestas dadas a preguntas en los encuentros mantenidos por P. D. Ouspensky en Londres y Nueva York entre 1935 y 1944. El hombre, dice Ouspensky, no tiene voluntad, sino sólo obstinación (“el deseo de tener nuestro propio camino”) y terquedad (“el deseo de hacer algo simplemente porque no debemos”). Ambos se desarrollan a partir de los momentáneos deseos pasajeros de los muchos “yoes” o sí mismos de los que consta el hombre. La verdadera voluntad está presente únicamente en el hombre consciente, y es una meta que se consigue mediante el sistema; ganamos voluntad con el ejercicio del trabajo mediante el sistema, en el contexto de una escuela. La obstinación y la terquedad son particularmente difíciles de erradicar porque forman parte de nuestra ilusión de que somos ya conscientes y capaces de “hacer”, es decir de llevar a cabo algo por una genuina intención más bien que como una respuesta refleja, mecánica a influencias exteriores .

Una síntesis de alguno de los dichos y escritos de P. D. Ouspensky sobre el tema de las emociones negativas.

Este trabajo, impreso originalmente en 1953, fue sacado de los escritos no publicados de P. D. Ouspensky, con la excepción de algunas definiciones de términos tomados de *Lecturas psicológicas* publicadas para uso privado en 1934-40. Las “emociones negativas” son de violencia o depresión. Ouspensky afirmó que dichas emociones eran inútiles y destructivas, y que a pesar de nuestras protestas de lo contrario surgen no a causa de provocaciones externas, sino desde dentro de nosotros. Sin embargo, las emociones negativas eran artificiales (originándose en la identificación “nuestra incapacidad de separarnos a nosotros mismos de los objetos, la gente o las emociones que nos rodean”), y de ahí que puedan ser destruidas una vez que nos volvemos conscientes de ellas e intentamos suprimirlas por medio del auto recuerdo. El primer paso para eliminar las emociones negativas es limitar su expresión; cuando esto sucede entonces será posible acceder a la raíz de las mismas emociones negativas

Notas sobre el trabajo

Notas sobre el trabajo, impreso por primera vez en 1952, se compone de tres ensayos cortos: “Notas sobre la decisión de trabajar”, “Notas sobre el trabajo en uno mismo” y ¿Qué es la escuela?. Todos tratan acerca del grado de compromiso requerido para un trabajo de iniciación en el sistema. El mensaje principal de *Notas sobre el trabajo* está contenido en el párrafo de Ouspensky en el comienzo: “Piensa muy seriamente antes de decidir trabajar en ti mismo con la idea de cambiarte a ti mismo, este trabajo no admite el no compromiso y requiere una gran dosis de auto disciplina y disposición a obedecer todas las reglas...”

Estos cinco trabajos fueron impresos en su tiempo en tiradas muy limitadas, y solamente tuvieron acceso a ellos un pequeño grupo de gente que se había dedicado durante años al estudio de la filosofía de Ouspensky. La decisión de reimprimir *La memoria*, *La personalidad superficial*, *La obstinación*, *Las emociones negativas* y *Notas sobre el trabajo* para su presentación a una audiencia más amplia se basa en el entusiasmo renovado del público, a menudo bajo la forma de preguntas acerca de la colección Memorial de P. D. Ouspensky en la biblioteca de la Universidad de Yale. Es de desear que los muchos estudiosos y profanos interesados que han llegado a conocer a Ouspensky a través de esas y otras avenidas consigan una mayor comprensión de P. D. Ouspensky (y de sí mismos) con el descubrimiento de esta nueva y notable colección.

Merrily E. Taylor

-1-

La memoria

**Extractos de los dichos y escritos
de P. D. Ouspensky
acerca de la memoria, el recuerdo de uno mismo
y el retorno**

Prefacio

El propósito de este capítulo, *La memoria*, es el de reunir cosas dichas y escritas por Ouspensky acerca de la memoria, el recuerdo de uno mismo y el retorno. Los contenidos de *La memoria* no son definitivos, sino que son suplementarios a lo que Ouspensky escribió acerca de estos temas en *Tertium Organum* y en *Un nuevo modelo del universo*. *La memoria* no puede ser entendida sin referencia a dichos libros y sin un conocimiento del sistema de estudio del “cuarto camino” de Ouspensky.

Las primeras cuatro secciones de este libro se encuentran impresas con ligeras variaciones de forma en *La psicología de la posible evolución del hombre*. La sección quinta esta tomada de *En busca de lo milagroso*. Las secciones sexta y séptima han sido reconstruidas partiendo de anotaciones de algunas de las reuniones de Ouspensky en Londres y en Nueva York. Estas dos secciones no siempre utilizan las palabras exactas de Ouspensky porque unas anotaciones taquigráficas de preguntas y respuestas pueden ser bastante difusas, pero se ha tenido mucho cuidado para no alterar o embrollar en modo alguno el significado de las palabras de Ouspensky.

1

En el lenguaje ordinario la palabra consciencia se utiliza muy a menudo como equivalente de la palabra inteligencia (en el sentido de actividad mental) o como alternativa de esta. En realidad, la consciencia es una forma particular de “darse cuenta”, en el hombre, darse cuenta de sí mismo, darse cuenta de quien es él, de lo que siente o piensa o de dónde se encuentra por el momento.

De acuerdo con el sistema que estamos estudiando, el hombre tiene la posibilidad de cuatro estados de consciencia. Estos son: *dormido*, *vigilia*, *consciencia de sí mismo* y *consciencia objetiva*. Pero aunque tenga la posibilidad de estos cuatro estados de consciencia el hombre realmente vive sólo en dos estados: una parte de su vida la pasa dormido y la otra parte en lo que se denomina “estado de despertar”, aunque en realidad difiere muy poco del sueño.

Por lo que respecta a nuestra memoria ordinaria, o momentos de memoria, realmente recordamos sólo momentos de consciencia, aunque no veamos que esto es así.

Más tarde explicaré lo que significa la memoria en sentido técnico. Ahora simplemente quiero que dirijan la atención a sus propias observaciones de su memoria. Notaran que recuerdan las cosas de un modo diferente: algunas cosas las recordarán bastante vívidamente, algunas muy vagamente y otras no las recordarán en absoluto. Solamente *saben* que sucedieron.

Esto significa, por ejemplo, que si saben que hace algún tiempo fueron a un lugar concreto para hablar con alguien, pueden recordar dos o tres cosas conectadas con su conversación con esta persona; pero puede que no recuerden en absoluto cómo llegaron allí o cómo regresaron. Pero si les preguntan si se acuerdan de cómo llegaron allí y cómo regresaron dirán que lo recuerdan con claridad, cuando, en realidad, simplemente conocen el hecho y *saben* dónde fueron; pero no lo *recuerdan*, con la posible excepción de dos o tres chispazos.

Se quedarían asombrados si descubrieran lo poco que en realidad recuerdan. Y esto sucede así porque *solamente se memorizan los momentos en los que eran conscientes*. Comprenderán mejor lo que quiero decir si retroceden mentalmente todo lo que puedan a su temprana infancia, o en todo caso a algo que pasó hace mucho tiempo. Entonces se darán cuenta de lo poco que realmente recuerdan y cuanto de ello afecta a lo que simplemente *saben u oyen que ha sucedido*.

Por lo que respecta al tercer estado de consciencia, podemos decir que el hombre tiene momentos ocasionales de auto consciencia, pero no manda sobre ellos. Ellos van y vienen solos, siendo controlados por las circunstancias externas y por asociaciones o emociones ocasionales.

Se plantea la cuestión: ¿es posible adquirir dominio sobre estos fugaces momentos de consciencia para evocarlos más a menudo y para mantenerlos durante más tiempo, o incluso para hacerlos permanentes?

2

El primer estado, o más bajo, es el de dormido... El hombre esta rodeado por sueños... Imágenes puramente subjetivas (bien reflexiones de experiencias anteriores, bien reflexiones de vagas experiencias del momento, tales como sonidos dentro del alcance del durmiente, sensaciones provenientes del cuerpo, ligeras molestias, sensaciones de tensión) revoloteando por la mente, dejando sólo una ligerísima traza en la memoria e inclusive no dejándola.

El segundo grado de consciencia llega cuando el hombre se despierta. Este segundo estado (el estado en el que nos encontramos ahora, el estado en el cual trabajamos, hablamos, nos imaginamos a nosotros mismos como seres conscientes y todo lo demás) normalmente lo llamamos "consciencia de vigilia" o "consciencia clara", pero realmente debería llamarse "duermevela" o "consciencia relativa".

En el estado de dormido podemos tener chispazos de consciencia relativa. En el estado de consciencia relativa podemos tener chispazos de auto consciencia. Pero si queremos tener

períodos más prolongados de auto consciencia y no meramente chispazos, debemos entender que estos no pueden sobrevenir por sí mismos. Necesitan *acción voluntaria*. Esto significa que la frecuencia y duración de los momentos de auto consciencia dependen del dominio que uno tenga sobre sí mismo. Significa también que consciencia y voluntad son casi una y la misma cosa o, en cualquier caso, aspectos de la misma cosa.

En este punto debe entenderse que el primer obstáculo en el camino del desarrollo de la consciencia de uno mismo en el hombre es su convicción de que ya posee la auto consciencia o, en cualquier caso, que puede obtenerla siempre que quiera.

Es muy difícil persuadir a un hombre de que no es consciente y de que no puede ser consciente *a voluntad*. Es particularmente difícil porque aquí la naturaleza utiliza un divertido ardid. Si le preguntas a un hombre si es o no consciente, responderá que él es consciente y que es absurdo decir lo contrario, porque te oye y te entiende. Y no le sobran razones, aunque a su vez estará bastante equivocado. Este es un ardid de la naturaleza. Tendrá bastante razón, porque tu pregunta o puntualización le ha hecho vagamente consciente por un momento. Al instante, la consciencia habrá desaparecido, Pero recordará lo que dijiste y lo que respondió, y se considerara a sí mismo ciertamente consciente.

En realidad, la adquisición de la auto consciencia significa trabajo largo y duro. ¿Cómo puede un hombre estar de acuerdo con este trabajo si piensa que ya posee la misma cosa que se le promete como el resultado de largo y duro trabajo?. Naturalmente, un hombre no comenzará esta tarea y no la considerara necesaria hasta que se convenza de que ni posee auto consciencia ni nada que se le parezca conectado con ella; es decir, unidad o individualidad, “yo” permanente y voluntad.

3

Con el objeto de entender los siguientes párrafos debe tenerse en cuenta que el punto de vista general de que el hombre tiene sólo una mente (la mente intelectual) es erróneo. En realidad, el sistema nervioso se divide de acuerdo con las funciones del cuerpo, y cada división tiene su propia mente. El uso que hace Ouspensky de la palabra “centro” difiere del significado científico corriente porque incluye la mente particular en control así como los nervios y los conjuntos de células nerviosas subsidiarias que conectan esta con otras partes del cuerpo.

Debemos encontrar la razón por la cual no podemos desarrollarnos más rápidamente sin un largo periodo de trabajo escolar. Sabemos que cuando aprendemos algo acumulamos material nuevo en nuestra memoria. Pero, ¿qué es la memoria? Y ¿qué es material nuevo?

Para entender esto debemos aprender a considerar cada centro como una máquina separada e independiente, consistente en materia sensible que, debido a su función, es similar a la materia de la que están hechos los registros gramofónicos. Todo lo que nos sucede, todo lo que vemos, todo lo que oímos, todo lo que sentimos, todo lo que aprendemos, esta registrado en estas grabaciones. Esto significa que todos los acontecimientos externos e internos dejan ciertas impresiones en los discos. “Impresiones” es una palabra bastante buena porque realmente son impresiones o imprimaciones lo que

queda. Una impresión puede ser profunda, o puede ser ligera, o puede ser simplemente una impresión efímera que desaparece rápidamente sin dejar rastro detrás de sí. Pero ya sea una impresión profunda o ligera sigue siendo una impresión. Y estas impresiones grabadas son todo lo que tenemos, todas nuestras posesiones. Todo lo que sabemos, todo lo que hemos aprendido, todo lo que hemos experimentado, todo está allí en nuestras grabaciones.

Exactamente del mismo modo nuestros procesos mentales, cálculos y especulaciones consisten únicamente en comparar nuestras grabaciones unas con otras, oír las una y otra vez, intentando comprenderlas a base de juntarlas, y así sucesivamente. No podemos pensar en nada nuevo, nada que no esté en nuestras grabaciones. No podemos decir ni hacer nada que no se corresponda con algo que no esté en las grabaciones. No podemos inventar un pensamiento nuevo, igual que no podemos inventar un nuevo animal, porque todas nuestras ideas de animales son creadas a partir de nuestra observación de los animales existentes.

Las impresiones de nuestras grabaciones están conectadas mediante asociaciones. Las asociaciones conectan impresiones recibidas simultáneamente o semejantes entre sí de alguna manera.

Desde el momento en que la memoria depende de la consciencia, y ya que realmente sólo recordamos los momentos en los que tuvimos chispazos de consciencia, queda bastante claro que las impresiones simultáneas diferentes conectadas entre sí permanecerán durante más tiempo en la memoria que las impresiones inconexas. En el chispazo de auto consciencia, o incluso cerca de este, todas las impresiones del momento se conectan y permanecen así en la memoria. Lo mismo se puede decir de las impresiones conectadas por su similitud interna. Si estamos más conscientes en el momento de recibir una impresión, conectamos esta impresión más claramente con impresiones anteriores similares, y así permanecen conectadas en la memoria. Por otra parte, si recibimos impresiones en un estado de sueño, simplemente no nos damos cuenta de ellas y su rastro desaparece antes de que puedan ser apreciadas o asociadas.

En una de sus reuniones se le preguntó a Ouspensky si todas las impresiones de nuestras grabaciones se forman en esta vida o si nacemos con algunas. El contestó:

Las impresiones del centro instintivo nacen con nosotros; están ya allí, y también hay unas pocas cosas en el centro emocional. El resto se produce en esta vida; en los centros del movimiento e intelectual todo ha de ser aprendido.

4

Para comprender más claramente lo que voy a decir deben intentar recordar que nosotros no tenemos control sobre nuestra consciencia. Cuando digo que podemos volvernos más conscientes, o que un hombre puede ser llamado a la consciencia por un momento simplemente con preguntarle si es consciente o no, he usado las palabras “consciente” y “consciencia” en sentido relativo. Hay muchos grados de consciencia, y cada nivel más alto significa más consciente en relación con un nivel más bajo. Pero aunque no tengamos control sobre la consciencia misma, tenemos un cierto control sobre nuestro pensamiento acerca de la consciencia, y podemos construir nuestro pensamiento de forma tal que produzcamos consciencia. Lo que quiero decir es que si damos a nuestros pensamientos la dirección que podrían tener en un momento de consciencia, podemos de esta forma inducir a

la consciencia.

Ahora intente expresar lo que percibe cuando pretende observarse a sí mismo. Debe notar tres cosas. Primero, que *no se recuerda a sí mismo*, es decir, no es consciente de sí mismo al tiempo que intenta observarse. Segundo, esa observación se hace difícil por la incesante corriente de pensamientos, imágenes, ecos de conversaciones, fragmentos de emociones que flotan por su mente y que muy a menudo distraen su atención de la observación. Y en tercer lugar, que tan pronto como comienza la auto observación algo en usted comienza a imaginar, y la auto observación (si es que realmente se había puesto a intentarlo) se convierte en una lucha constante con la imaginación.

Y este es el punto clave en el trabajo sobre uno mismo. Si se da cuenta de que todas las dificultades en el trabajo dependen del hecho de que no puede recordarse a sí mismo, ya sabe lo que debe hacer. *Debe intentar* recordarse a sí mismo.

Con el objeto de lograrlo, debe luchar con los pensamientos mecánicos y debe luchar contra la imaginación. Si se hace esto concienzudamente y con persistencia se verán los resultados en un tiempo comparativamente corto. Pero no debe pensarse que es fácil o que se puede dominar esta práctica inmediatamente. El *recordarse a uno mismo*, como es denominado, es difícil de aprender a practicar. No se debe estar a la expectativa de los resultados, porque de otro modo uno se encontrará perdido pensando en sus propios esfuerzos. Debe estar basado en la consciencia del hecho de que no nos recordamos a nosotros mismos y de que, al mismo tiempo *podemos* recordarnos a nosotros mismos si ponemos el suficiente empeño en la dirección correcta.

No podemos volvernos conscientes a voluntad, en el momento en que lo deseemos, porque no tenemos mandato sobre los estados de consciencia. Pero podemos recordarnos a nosotros mismos durante un corto tiempo a voluntad, porque tenemos un cierto mandato sobre nuestros pensamientos. Y si comenzamos a recordarnos a nosotros mismos por la construcción especial de nuestros pensamientos, es decir, por la consciencia de que no nos recordamos a nosotros mismos, de que nadie se recuerda a sí mismo, y tomando consciencia de lo que esto significa, esta realización nos llevara a la consciencia.

Debe comprender que hemos encontrado el punto débil en el muro de nuestra mecanicidad, éste es el conocimiento de que no nos recordamos a nosotros mismos y la realización de que podemos intentar recordarnos a nosotros mismos. Con el entendimiento de la necesidad de un cambio real en nosotros mismos, la posibilidad de trabajar comienza.

Más tarde aprenderán que la práctica de recordarse a uno mismo, conectada con la auto observación y con la lucha contra la imaginación, no tiene sólo un significado psicológico, sino que también cambia la parte más sutil de nuestro metabolismo y produce en nuestro cuerpo efectos químicos, quizá mejor sería decir alquímicos, definidos. Así que de la psicología llegamos a la alquimia; a la idea de la transformación de elementos toscos en otros más finos.

El auto recuerdo y su efecto en la memoria son descritos de un modo más personal que en la

sección anterior en *Fragmentos de una enseñanza desconocida*, del cual se extraen los párrafos siguientes:

. . . todo lo que mis intentos en auto recuerdo me han mostrado me convenció muy pronto de que me estaba enfrentando con un *problema enteramente desconocido con el cual no se habían encontrado, hasta entonces, ni la ciencia ni la filosofía*

Observe que el problema consistía en dirigir la atención hacia uno mismo sin debilitar u obliterar la atención dirigida hacia algo más. Por otra parte, este “algo más” podría estar tanto dentro como fuera de mí.

Los primerísimos intentos... me mostraron que esto era posible. Al mismo tiempo, vi claramente dos cosas.

En primer lugar, que el auto recuerdo resultante por este método no tenía nada en común con el “sentimiento de uno mismo”, o “auto análisis”. Se trataba de un estado muy interesante, con un aroma extrañamente familiar.

En segundo lugar, me di cuenta de que en la vida también tienen lugar momentos de auto recuerdo, aunque más raramente. Solo la deliberada producción de estos momentos creaban la sensación de novedad. En realidad me eran familiares desde la más temprana infancia. O bien llegaban en entornos nuevos e inesperados, en un sitio nuevo, entre nueva gente en un viaje, cuando de repente uno mira a su alrededor y dice: ¡que extraño! yo y en este lugar; o bien en momentos especialmente emocionales, en momentos de peligro, en momentos en los que es necesario mantener la cabeza, cuando uno oye su propia voz y se ve y se observa a sí mismo desde el exterior.

Vi claramente que mis primeros recuerdos, que en mi caso eran muy tempranos, habían sido momentos de *auto recuerdo*. Esta última realización me reveló muchas más cosas. Por ejemplo, vi que en realidad únicamente recuerdo aquellos momentos del pasado en los cuales *me recordaba a mí mismo*. De los otros *solamente sabía que habían tenido lugar*. No soy capaz de revivirlos completamente, de experimentarlos de nuevo. Pero los momentos en los que me había recordado a mí mismo estaban vivos y no eran de ninguna manera diferentes del presente. Aun tenía miedo de llegar a las conclusiones. Pero ya veía que me hallaba ante el umbral de un gran descubrimiento.

Siempre me había dejado atónito la debilidad e insuficiencia de nuestra memoria. Tantas cosas que desaparecen. Por una u otra razón para mí consistía en el mayor absurdo de la vida. ¿Por qué tanta experiencia sólo para olvidarla más tarde?. Además, había en este hecho algo degradante. Un hombre siente algo que le parece muy importante, piensa que nunca lo olvidará; pasan uno o dos años y nada de aquello permanece. Ahora se hace claro para mí por que esto era así y por que no podía ser de otra manera. Si realmente nuestra memoria solamente mantiene vivos momentos de auto recuerdo, esta claro por que nuestra memoria es tan pobre...

A veces, el auto recuerdo no tenía éxito; otras veces iba acompañado por curiosas observaciones.

Cierta vez iba caminando por la Liteiny hacia la Nevsky, y a pesar de todos mis esfuerzos era

incapaz de mantener mi atención en el auto recuerdo. El ruido, el movimiento, cualquier cosa me distraían. A cada minuto perdía el hilo de la atención, lo recuperaba, para más tarde perderlo de nuevo. Al fin sentí una especie de ridícula irritación conmigo mismo y gire hacia la calle de la izquierda con la firme decisión de mantener mi atención en el hecho de que *debería recordarme a mí mismo* al menos durante algún tiempo, a cualquier precio hasta alcanzar la calle siguiente. Llegue a la Nadejdinskaya sin perder el hilo de la atención, excepto, quizá, por unos pocos momentos. Después volví de nuevo a la Nevsky, comprobando que en las calles tranquilas me resultaba más fácil no perder la línea de los pensamientos y deseando, por tanto, probarme a mí mismo en calles más ruidosas. Llegue a la Nesky y recordándome aun a mí mismo, y ya estaba comenzando a experimentar el estado extrañamente emocional de paz interior y de confianza que sobreviene después de grandes esfuerzos de esta clase. Justo en la esquina de la calle Nevsky estaba la tienda de tabaco en la que me hacían mis cigarrillos. Aun recordándome a mí mismo pensé que podría llegar hasta allí y encargarme algunos cigarrillos.

Dos horas después me *desperté* en la Tavrisheskaya, esto es, muy lejos. Estaba yendo en *izvostchik* a donde los impresores. La sensación de despertar fue extraordinariamente vivida. Podría casi decir que volví. Recordé todo de una vez. Cómo había caminado por la Nadejdinskaya, cómo me había recordado a mí mismo, cómo había pensado en los cigarrillos y cómo con este pensamiento me parecía que de repente todo caía y desaparecía como en un profundo sueño.

Al mismo tiempo, mientras que estaba inmerso en este sueño, había seguido realizando acciones consistentes y oportunas. Había salido del estanco, ido a mi apartamento en la Liteiny, telefonado a los impresores. Había escrito dos cartas. Luego, de nuevo, había salido de la casa. Había ido caminando por la acera izquierda de la Nevsky hasta la Gostinoy Dvor, con la intención de dirigirme a la Offitzerskaya. Luego, había cambiado de opinión al ver que se hacía tarde. Había cogido un *izvostchik* y estaba conduciendo hacia la Kavalergardskaya, donde mis impresores. Y en el camino, mientras que estaba atravesando la Tavrisheskaya, empecé a sentir una extraña desazón, como si estuviera olvidándome de algo. *Y de repente me acorde de que estaba olvidando recordarme a mí mismo.*

6

En sus reuniones en Londres entre 1935 y 1941 y en las de Nueva York de 1944 y 1945, Ouspensky contestó a muchas preguntas sobre la memoria y el retorno. La presente sección consiste en una reconstrucción de algunas de sus respuestas a preguntas que le fueron propuestas en las reuniones londinenses. La sección 7 intentará reconstruir algunas de las respuestas dadas en Nueva York del mismo modo. En aras de la continuidad, y para evitar repeticiones, algunas de las preguntas se dan por supuestas o bien se incorporan a las respuestas de Ouspensky. En los demás casos, aparecen entre comillas para que se distingan de las propias palabras de Ouspensky que, constituyendo el núcleo del texto, no se ponen entre comillas. Se ha cambiado, asimismo, el orden de las preguntas y sólo se han incluido aquellas que versan sobre la memoria y el retorno.

La memoria es una cosa extraña. Cada cual tiene su propia combinación de capacidades de memoria. Hay quien recuerda más algunas cosas; otros recuerdan otras cosas mejor. No se puede decir que unos sean mejores que otros. La memoria puede desaparecer; hay también

grados muy diferentes de la misma. Algo puede ser olvidado y luego ser hecho surgir de nuevo por métodos especiales, o bien puede desaparecer definitivamente.

“¿Por qué unos tienen más facilidad para los juegos de pelota que otros?”

Hay diferentes tipos de centros móviles con diferentes tipos de memoria. No hay un solo hombre que sea igual a otro. Uno puede hacer mejor una cosa; otro, hará otra. Hay miles de impresiones, de modo que las combinaciones son siempre diferentes. He hablado varias veces sobre los diferentes tipos de hombre: número uno, número dos, número tres y así sucesivamente. Uno recuerda mejor un tipo de impresiones; otro, al contrario.

“¿Consiste la vida en memorias de momento en momento? ”

No, eso es demasiado complicado. Usted sabe que hay diferentes tipos de memoria. Y la memoria es pasiva; uno no la usa. Puede decirse que la vida es un proceso.

“¿Qué se puede hacer para aumentar la propia memoria? “

Si usted se recuerda más a sí mismo, su memoria será mejor.

“Hasta que me integré en el sistema, yo tenía una memoria muy clara de algo que había ocurrido hacia tiempo. Ahora, si me pongo a recordarlo, resulta ser la memoria de una memoria. ¿Es esto debido a que ahora estoy un poco más despierto?”

Seguramente estaba conectado con una fuerte identificación. Si ahora usted mira hacia ello sin identificación, se torna más débil y puede desaparecer.

“¿Es la auto consciencia una completa no identificación?”

Identificación y auto consciencia son dos diferentes caras de la misma cosa.

“¿Resulta de alguna utilidad práctica el pensar en los sucesos pasados de la propia vida cuando uno intenta recordarse a uno mismo? Quiero decir, en orden a fijarlos para cualquier futuro retorno.”

No, no resulta práctico. Primero es necesario que este seguro de que el retorno existe. Segundo, es necesario que este seguro de recordarse a usted mismo. Si usted se lo plantea a sí mismo tal como lo hizo en su pregunta, se convertirá en imaginación, nada más. Pero si lo primero de todo intenta recordarse simplemente, sin añadir nada, y luego (cuando pueda) intenta también recordar sobre su vida pasada e intenta encontrar encrucijadas, entonces, en combinación, si que resultarán útiles. Sólo que no piense que puede hacerlo; usted no puede todavía.

“¿Que son las encrucijadas?”

Las encrucijadas son aquellos momentos en los que uno puede “hacer”. Se presenta una ocasión en la que uno puede ayudar o no en este trabajo. Si la oportunidad viene y se deja pasar, la próxima puede tardar un año, o incluso más. Hay períodos en condiciones ordinarias en las que nada sucede, y luego se presentan las encrucijadas. Toda la vida se

compone de calles y encrucijadas.

El retorno puede ser útil si uno empieza a recordar y sí empieza a cambiar y a no seguir el mismo círculo cada vez, sino que empieza a hacer lo que quiere y lo que piensa que es mejor. Pero si una persona no sabe nada sobre el retorno, o incluso si sabe pero no hace nada, entonces nada se saca en limpio de ello. Así, son generalmente las mismas cosas repetidas y repetidas.

“¿Tengo razón en suponer que es la esencia del hombre la que retorna?”

Completamente. Sabemos muy poco sobre el retorno. Algún día podríamos intentar reunir todo lo que se puede considerar como sólido en todo lo que se ha dicho sobre el retorno, y ver entonces lo que podemos pensar sobre ella. Pero es sólo teoría.

El retorno sucede en la eternidad; no es la vida misma. Esta vida termina y el tiempo termina. Hay una teoría, y este sistema la admite, de que el tiempo puede ser prolongado. Yo no tengo evidencia. Piense en cuantos intentos se han hecho, por parte de espiritistas y de otros, para averiguar cosas sobre el tiempo. Pero no hay evidencia.

El modo más fácil de estudiar el retorno es estudiar a los niños. Si tuviéramos suficiente material podríamos contestar a muchas preguntas. ¿Por qué, por ejemplo, aparecen tendencias inesperadas en los niños, completamente opuestas a sus circunstancias ambientales y bien nuevas para la gente que les rodea? Eso sucede a veces de diferentes modos. Y puede tratarse de tendencias muy fuertes que cambian la vida y van en direcciones inesperadas, sin que haya nada en la herencia que pueda explicarlas.

Como he dicho a menudo, la idea de la herencia no funciona para el hombre. Es una idea fantástica. Funciona para los perros y los caballos, pero no para el hombre.

“¿Tiene que ver con todo esto la idea de los tipos?”

Si, pero no sabemos nada sobre los tipos. Al menos no lo suficiente como para poder hablar sobre ellos. Esta es la razón por la que en la mayoría de los casos sucede que los padres no entienden a los hijos, y viceversa. En realidad, no pueden llegar nunca a entenderse correcta o suficientemente porque son personas muy distintas, extraños entre sí, que simplemente ha sucedido que se encuentran por accidente en cierta estación y que luego parten de nuevo en diferentes direcciones.

El estudio del retorno debe empezar con el estudio de las mentes de los niños; particularmente antes de que empiecen a hablar. Si los niños pudieran acordarse de esta época recordarían cosas muy interesantes. Pero, desgraciadamente, una vez que empiezan a hablar se convierten en verdaderos niños y olvidan después de los seis meses o del año.

Es muy poco corriente que la gente se acuerde de lo que pensaba antes de ese punto, en una edad tan temprana. Si pudieran hacerlo, se recordarían a sí mismos tal como son en estado adulto. No eran niños en absoluto, sino que después se convirtieron en niños. Si pudieran recordar su primera mentalidad, se encontrarían con que tenían la misma de un adulto. Esto es lo interesante.

“¿Sabe usted por que un niño debe recordar su mente adulta y no su mente infantil previa?”

Tenemos muy poco material para juzgar. Hablo sólo del modo en que puede ser estudiado. Supongamos que intentamos recordar cómo eran nuestras mentes a una edad muy temprana, procurando que la imaginación no se inmiscuya. Supongamos que intentáramos averiguar si eran de un tipo o de otro. Cualquier cosa que halláramos serviría como material. En la literatura se encuentra muy poco porque la gente no sabe cómo estudiar el retorno, pero, dentro de mi propia experiencia, me he encontrado con cosas muy interesantes. He conocido a gente que tenía recuerdos de los primeros años de sus vidas y todos tenían la misma impresión de que su mentalidad no era una mentalidad de niño. El modo en que consideraban a la gente, el modo en que la reconocían, no era una psicología infantil. Tenían mentes completamente formadas con reacciones bien de personas mayores como no se puede imaginar que se hubieran podido formar en seis meses de vida inconsciente. Tales mentes tenían que haber existido antes si sus memorias eran en verdad correctas. Pero, como digo, es muy difícil encontrar material, y la mayoría de la gente no recuerda en absoluto.

“¿Cómo es que la memoria temprana desaparece cuando el niño empieza a hablar?”

El niño empieza a imitar a otros niños y hace exactamente lo que los adultos esperan de él. Ellos esperan que se comporte como un niño estúpido, y el se convierte en ello.

“¿Cómo se puede saber que un bebe recuerda? Yo creía que uno nacía con los propios centros en blanco, y que uno recordaba con los centros?”

Es algo extraño. Pero la persona con la que hable (que no difiere mucho del resto de la gente) tiene memorias muy definidas incluso de sus primeros meses. y todos ellos piensan que veían a la gente del mismo modo que lo hacen los adultos y no como los niños. Ellos no intentan reconstruir imágenes elaboradas a partir de recolecciones dispersas y fragmentarias. Tienen impresiones bien definidas de casas, gente, y así sucesivamente. Parecen haber tenido una mentalidad bien desarrollada.

“Puedo recordar cosas de cuando tenía dos años que no sucedieron en absoluto. ¿Cómo se puede verificar lo que un bebe recuerda antes de poder hablar?”

¿Cómo sabe usted que esas cosas no sucedieron? Podían haberse tratado de sueños. Yo tuve una experiencia de ese tipo. Recuerdo que cuando era muy niño estaba en cierto lugar cerca de Moscú y la imagen del sitio permaneció en mi memoria. En realidad no estuve allí hasta aproximadamente cuatro años después del suceso. Entonces, cuando de verdad fui, vi que el lugar no era igual a como había estado en mi memoria, y me di cuenta de que mi memoria había sido un sueño.

Sobre la cuestión de vidas anteriores creo que hay gente que puede recordar algo, aunque sólo en casos muy raros, ya que recordar implica ya un cierto grado definido de desarrollo. El hombre ordinario (numero uno, numero dos y numero tres) no tiene aparato para una memoria tal. La esencia es mecánica. No vive por sí misma; no tiene un aparato especial para el pensamiento sino que tiene que pensar a través de la personalidad, y la personalidad no tiene experiencia.

“Cuando usted dice "observar a los niños", ¿a qué se refiere en realidad?”

Eso es justamente lo que es tan difícil. Si se observan tendencias en una gran escala se encuentran tendencias completamente inesperadas. No se puede decir que sean el resultado de una cierta causa o del medio ambiente, porque tendencias completamente inesperadas pueden aparecer y desaparecer. Luego continuarán durante toda la vida. En un caso tal, según la teoría del retorno, la tendencia puede haber sido adquirida en una vida anterior en años muy posteriores y luego aparecer muy temprano en esta vida.

“¿Puede ser entonces que, desde el punto de vista de la recurrencia, ciertas acciones importantes que se hagan entre el momento presente y el instante de nuestra muerte sean realmente responsables de nuestras tendencias actuales?”

¿Quiere usted decir en vidas anteriores? Muy posiblemente. Sólo que recuerde una cosa: este trabajo no existía antes. Puede ser que hubiera otros (y hay muchos tipos), pero no este. No existía antes, de eso estoy completamente seguro.

“Lo que quiero decir es que me parece tremenda la idea de que entre el momento actual y el instante de nuestra muerte podamos ejecutar acciones fatales que nos den tendencias para la próxima vez.”

Ciertamente, en cada momento de nuestra vida podemos crear tendencias de las que no seremos capaces de librarnos en diez vidas. Por eso la literatura india siempre enfatiza este punto. Aunque este vertido en forma de cuento, el principio es el mismo.

“¿Se puede aprender algo sobre la esencia a través de las memorias de la infancia?”

Se puede si se tiene una buena memoria y se pueden encontrar cosas en uno mismo que han cambiado y otras que no.

“¿Hay algún signo mediante el que podamos afirmar que no hemos estado nunca antes en esta casa?”

Nadie puede decirlo. Yo sólo sé que nunca antes he estado en esta casa.

“Entonces nosotros tampoco.”

No lo sé. Pero estará usted más cerca de la verdad si empieza con *ésta* como la primera vez. Si hemos hecho algo antes, fue sólo en tanto que hizo esto posible.

“¿La idea de tiempo paralelo significa que todos los momentos existen continuamente?”

Sí, es muy difícil pensar sobre ello. Ciertamente significa eternidad del momento, pero nuestras mentes no pueden pensar de ese modo. Nuestra mente es una máquina muy limitada. Debemos pensar del modo más fácil y ser indulgentes con ello. Es más fácil pensar en repeticiones que en la existencia eterna del momento. Debe usted entender que nuestra mente no puede formular correctamente las cosas como son. Podemos sólo hacer formulaciones apropiadas que estén más cerca de la verdad que nuestro pensamiento ordinario. Esto es todo lo que se puede hacer. Nuestra mente y nuestro lenguaje son

instrumentos muy burdos y tenemos que enfrentarnos a problemas muy finos y cuestiones muy delicadas.

“Habiéndonos encontrado con el sistema en un retorno, ¿lo encontraremos de nuevo en el próximo?”

Depende de lo que hiciéramos con él. Uno puede encontrarse con el sistema y decir, “qué de tonterías dice toda esta gente”. Así que todo depende del esfuerzo que uno haya hecho. Si uno ha hecho esfuerzos puede que haya adquirido algo, y ese algo puede permanecer si no pertenece solo a *la personalidad superficial*, si no era sólo formatorio.

“Si uno muere como hombre número cuatro, ¿retorna como hombre número cuatro o puede perder este *status* imitando emociones negativas, etc.?”

No. Sólo el hombre número cinco puede retornar como hombre número cinco. El puede no saberlo, pero las cosas le serán más fáciles. El número cuatro tiene que hacerlo de nuevo, sólo que con más facilidad y más temprano.

“¿Puede una tendencia en un retorno convertirse en hábito en el próximo?”

Depende de la tendencia. Si es mecánica, se convertirá en un hábito; pero si es consciente, no puede convertirse en un hábito porque son dos cosas distintas.

Todas las tendencias adquiridas se repiten. Una persona adquiere una tendencia a estudiar o a interesarse en ciertas cosas. Se interesara en ellas de nuevo. Otro adquiere una tendencia a huir de ciertas cosas. Escapara de nuevo. Estas tendencias pueden hacerse más fuertes o desarrollarse en una dirección diferente. No hay ninguna garantía hasta que uno alcanza algún tipo de acción consciente en la que tener una cierta posibilidad de confiar en uno mismo.

“¿Puede explicar cómo es posible que un hombre viva simultáneamente dos vidas coexistentes en dos lugares al mismo tiempo?”

Hay muchas cosas que parecen imposibles, pero es porque nuestro aparato pensante no es suficientemente bueno para pensar esas cosas. Su tendencia es a simplificar demasiado. Este tipo de problemas precisa de un pensamiento matemático. Por ejemplo, no podemos pensar en el tiempo como una línea curva, sino sólo como una recta. Si pudiéramos concebir el tiempo como una curva, entendiendo todas sus implicaciones, su pregunta no se plantearía. En este caso nos encontramos como seres planos que intentarían pensar en un mundo tridimensional. Un problema de este tipo no existe en la realidad. El problema es la estructura de nuestra propia mente. La meta de todo nuestro trabajo es llegar al tercer y cuarto estados de consciencia, lo que supone el pensar a través de centros superiores. Si fuéramos capaces de ello, entonces problemas sobre la vida futura, absurdos tales como esta cuestión temporal y otros similares, no se presentarían. Tal como están las cosas, sólo podemos construir teorías. Sabemos más o menos cómo aproximarnos a esos problemas, pero no podemos saber nada definido.

“¿Puede un hombre ser número cinco en una vida y número tres en otra simultáneamente?”

Realmente no lo sé. Uno no puede convertirse en número cinco de golpe; hay que aproximarse lentamente. Y si un hombre se desarrolla como número cinco fuera de una escuela, entonces se trata de un proceso muy lento, de modo que no creo que la diferencia pueda ser tan grande de una vida a otra. Sólo puedo decir una cosa sobre esto: yo creo que si uno sabe plena y conscientemente sobre el retorno, y puede hablar sobre éste y aceptarlo, entonces no puede olvidarlo totalmente la próxima vez. De modo que si usted lo acepta y lo conoce en una vida hay una gran probabilidad de recordar mucho la próxima vez. No tenemos experiencia, pero usted habrá notado cómo la gente, en la literatura, en la historia y en la filosofía, vuelve una y otra vez a esta idea del retorno. De hecho no llegan a olvidarla nunca del todo. Lo que pasa es que es muy difícil encajarla en un mundo tridimensional. Se necesita un mundo pentadimensional y la cuestión de recordar se refiere ya realmente a seis dimensiones. En la quinta dimensión el hombre retorna una y otra vez sin saberlo. Recordar implica un cierto desarrollo en la sexta dimensión.

Las dimensiones pueden entenderse simplemente de este modo: la cuarta dimensión es la realización de una posibilidad en cada momento, lo que llamamos el tiempo. La quinta dimensión es la repetición de esto. La sexta dimensión es la realización de *diferentes* posibilidades. Pero es difícil concebirla en tanto tengamos la imagen de la línea recta para el tiempo. El problema no es real. Se trata tan sólo de nuestra debilidad, nada más.

“No entiendo que es lo que quiere decir cuando afirma que la cuarta dimensión es la realización de una posibilidad.”

La vida es la cuarta dimensión, un círculo, la realización de una posibilidad. Cuando la vida llega al fin se encuentra con su propio principio. El momento de la muerte corresponde al momento del nacimiento, y entonces la vida empieza de nuevo, puede que con ligeras desviaciones, pero que no significan nada. Siempre vuelve a la misma línea. Romper con una tendencia importante, empezar esta vida de un modo completamente diferente, estaría en la sexta dimensión.

No podemos pensar en instantes simultáneos, tenemos que pensar en un instante detrás de otro, aunque en realidad son simultáneos en otra escala. Por ejemplo, nuestra propia experiencia en relación con las partículas elementales, tales como electrones, es que su *eternidad* esta en nuestro *tiempo*.

¿Por qué no entonces nuestra *repetición* no puede ser en el *tiempo* de la tierra?

“De lo que yo entiendo sobre la memoria, no veo cómo es posible recordar un retorno previo. Yo creía que la memoria dependía de los contenidos de los centros que están en la personalidad. ¿Cómo puede la personalidad recordar el retorno?”

Usted no puede recordar si no se recuerda a sí mismo aquí, en este retorno. Hemos vivido antes. Muchos hechos lo demuestran. La razón por la que no lo recordamos es porque no nos acordamos de nosotros mismo. Lo mismo sucede en esta vida. No recordamos realmente las cosas que hacemos mecánicamente, tan sólo sabemos que han sucedido. Solo con el auto recuerdo podemos acordarnos de los detalles.

La personalidad aparece siempre mezclada con la esencia. La memoria pertenece a la esencia, no a la personalidad, pero la personalidad la puede presentar correctamente si la memoria es lo suficientemente fuerte.

“¿Es muy difícil pensar en prepararse para encontrar el sistema antes?”

Usted no puede preparar nada. Sólo recordarse a sí mismo. Entonces recordara mejor las cosas. Toda la cuestión estriba en las emociones negativas: nos gustan tanto que de hecho no nos interesa nada más. Si usted se recuerda a sí mismo ahora, entonces puede recordarse la próxima vez.

“¿Es ésta la causa del sentimiento del "yo he estado aquí antes?" El sentimiento de que uno sabe algo de lo que no tiene posibilidad de haber oído antes.”

Yo quiero hechos. Puede tratarse simplemente de una imagen compuesta de diferentes ideas. Si usted puede recordar realmente algo de este tipo significa que puede recordarse a usted mismo. Si no puede hacerlo, entonces se trata de imaginación.

“¿Resulta de alguna utilidad para este propósito el auto recuerdo accidental?”

El auto recuerdo accidental es un chispazo que dura un segundo. No se puede confiar en él. La única posibilidad de cambio comienza con la posibilidad de empezar a recordarse a uno mismo ahora. El retorno no es necesario en el sistema. Puede ser interesante o útil, se puede incluso empezar por él, pero para el trabajo real en uno mismo la idea de retorno no es necesaria. Por eso este sistema no ha hablado de ella: ha venido de fuera, de la literatura o de mí mismo. Luego se ve que encaja, que no contradice. Pero no es necesaria porque todo lo que podemos hacer lo hacemos solo en esta vida. Si en esta pasamos inadvertidos, la próxima será igual, quizá con pequeñas variaciones, pero sin cambio positivo.

“¿Puede explicar por que resultan fatigosos los intentos de auto recuerdo cuando se persiste en ellos durante algún tiempo?”

No deberían serlo. Una explicación posible es que al hacer esfuerzo mental usted inconscientemente hace esfuerzo físico. Yo creo que los esfuerzos de auto recuerdo pueden cansar solo si hay algo erróneo asociado. Al principio somos incapaces de recordar durante un periodo largo cada vez y es mejor acordarse o buscar métodos que lo hagan tan a menudo como sea posible. Puede ser fatigoso si uno solo intenta mantener la mente fija en ello. Pero eso no es verdadero auto recuerdo, sino recuerdo sobre el auto recuerdo. Es útil también cuando se empieza a estudiar, pero después se deben encontrar otros métodos.

“Todos los esfuerzos de auto recuerdo que he hecho nunca han parecido penetrar hondo o subir a otro nivel. Parece que siempre hay un esfuerzo involucrado.”

Esa es la cuestión. Usted debe hacer lo que pueda. Primero intentar recordarse del modo ordinario, luego en los momentos difíciles, en aquellos en los que usted se olvida de sí mismo con más frecuencia. Tras muchas repeticiones vera que todo ello pasa de repente a un nivel superior. Pero eso sucederá sin su propio esfuerzo directo.

"Cuando un hombre consigue un estado superior de consciencia, tal como la consciencia de sí mismo, ¿sufrir algún cambio la velocidad de sus funciones? En otras palabras, ¿se puede esperar que una impresión para él dure más de una diezmilésima de segundo o una respiración más de un segundo, etc.?"

Es posible que cambie la velocidad de las funciones. Pero eso no es lo mismo que la longitud de las impresiones y es inútil examinar la disimilaridad. Las impresiones ahora son más largas. Cuando hablamos de la diezmilésima parte de un segundo nos referimos a una impresión del centro intelectual, pero hay otras.

“Si una célula tomará consciencia de su función como parte de un hombre, ¿olvidaría con ello que es una célula? Igualmente, si un hombre se hace consciente del modo en que contribuye a la vida de una estrella, por ejemplo, ¿perdería la memoria de su vida como un hombre y desaparecería del ciclo de una infinidad de vidas recurrentes?”

Justamente lo contrario. Una célula recordaría que era una célula. Lo mismo que un hombre recordaría que él era un hombre. Sería lo mismo que el auto recuerdo. No perdería memoria, sino que la adquiriría.

“Pensando retrospectivamente en la propia vida uno ve ciertas encrucijadas en las que se tomó una decisión que se piensa incorrecta. ¿Hay algo en particular que se pueda hacer en este retorno para que haya menos probabilidad de cometer la misma equivocación en el próximo?”

Sí, ciertamente. Uno puede pensar que se puede cambiar ahora en esos puntos particulares, y luego (si el pensamiento es lo suficientemente profundo) uno *recordará*; pero si no lo es, uno puede recordar. En cualquier caso, hay una probabilidad de que con el tiempo uno se las arregle para *no hacer* algo que se *hizo* antes. Muchas ideas y cosas como esa pueden pasar a través de una vida a otra. Por ejemplo, alguien ha preguntado que se puede sacar de la idea de retorno. Si uno se hizo intelectualmente consciente de esa idea, y si la idea se hizo parte de la esencia (es decir, parte de la propia actitud general ante la vida), entonces uno no puede olvidarla, y será una ventaja saber de ella pronto en la próxima vida.

“¿Existen posibilidades muy definidas para un hombre en un momento dado?”

La gente cree que hay muchas posibilidades. Esa es siempre la impresión que da, pero en realidad sólo hay una posibilidad, o a veces dos. El hombre solo puede cambiar en el sentido de la sexta dimensión. Las cosas suceden de un cierto modo y en cada momento se realiza una posibilidad de muchas supuestas: eso es lo que constituye la línea de la cuarta dimensión. Pero el cambio consciente, para un propósito definido (que es la idea del trabajo, la idea del desarrollo, cuando se entra en serio en este sistema) supone ya empezar en la sexta dimensión.

“Dice usted que puede haber dos posibilidades en un momento dado. ¿Quiere usted decir una mecánica y otra no?”

No, puede haber varias posibilidades mecánicas porque son posibles pequeñas desviaciones, pero siempre se vuelve a la línea.

“¿Cuales son algunas de las formas que asume el primer esfuerzo consciente?”

El ser consciente de uno mismo. El apercebimiento de que “yo estoy aquí”. Pero sin palabras. Sentimiento. La toma de consciencia de quien soy y dónde estoy.

Yo aconsejo pensar principalmente sobre la consciencia. Cómo aproximars. Cómo empezar a entender lo que es la consciencia. Podemos encontrar ejemplos de consciencia en nuestras propias vidas pasadas. Un momento de consciencia produce una memoria muy fuerte, así que si podemos encontrar en el pasado momentos de una memoria clara y muy vivida podemos saber que eso es el resultado de ser consciente. Con un chispazo de consciencia se tienen memorias muy claras: lugar, hora del día, día de la semana, y así sucesivamente. Esos momentos de consciencia dan una muy lucida memoria.

“¿Es posible, en un momento de auto recuerdo, oír cosas que no se oyen normalmente?”

Muy posible, pero depende de qué. No se puede esperar oír cantar a los ángeles.

El único modo de incrementar la propia memoria es siendo más consciente. En ningún otro sistema hay un método para aumentar la memoria. En este hay uno muy explícito: *recordarse a uno mismo*.

Quizá uno se diga por la mañana que se recordará a sí mismo a las doce. Luego se olvida de todo el asunto, pero de repente se acuerda a la una. Así es como funciona. Pero si se persevera, se pueden producir resultados muy inesperados. La cuestión estriba en crear continuidad. Los chispazos pueden *suceder*, pero la continuidad necesita esfuerzo. Al mismo tiempo, hay que procurar no desalentarse, porque los resultados del trabajo crecen lentamente. A veces, como un ejercicio en este sistema, la gente puede decidir recordarse a sí misma mañana, a una cierta hora, en una circunstancia determinada. Antes de la guerra, cuando la gente iba a París, yo les decía que ser recordarán a sí misma en la Gare du Nord. Nadie podía. Una vez, yo había quedado en verme con un amigo en la Gare du Nord y le pedí que se recordara a sí mismo cuando llegara allí. Pero el sólo se presentó con una cara de mucha preocupación diciendo: “He olvidado algo que usted me pidió que hiciera. ¿Era que comprara algo?”

Es necesario distinguir entre lo que es auto recuerdo y lo que no lo es. Por ejemplo, es muy distinto recordar que usted dijo que se iba a acordar de sí mismo a las doce que recordarse de verdad a sí mismo. Es necesario aprender a pensar. Tenemos mucho material para el pensamiento correcto, pero es necesario no olvidar sobre ello.

Para irse haciendo más fuerte en este sistema hay que acumular conocimiento y ser. Como el ser esta conectado con la memoria de lo que nos prometimos a nosotros mismos, podemos de este modo fortalecer nuestro ser. La memoria de nuestros fracasos también puede ser muy útil, pero a veces no sirve para nada. Si uno recuerda los propios fallos y se sienta a llorar o a acusar a alguien, no sirve de nada.

“El recibir impresiones es un proceso mecánico, ¿verdad?”

Se usan de modos muy distintos. Considere el conocimiento, uno puede aprender chino con el número suficiente de palabras chinas. Si uno reúne suficientes impresiones musicales, aprende música. El mover energía reúne memorias de una carretera o de un lugar.

“¿Dijo usted que el centro magnético es un grupo de intereses permanentes? ¿Podría

explicarlo?”

Sí. Si pudiéramos recordar lo que nos gustó la pasada semana, el pasado mes, el año pasado (si pudiéramos recordarlo) eso constituiría un centro permanente de gravedad. Por lo general, olvidamos. Pero si pudiéramos recordar y nos siguieran gustando las mismas cosas, eso constituiría un centro de gravedad. Es mejor recordar incluso lo que no nos gusta que no recordar en absoluto.

“¿Puede la memoria sobrevivir a la muerte?”

Morir no es nada. Uno puede ni notarlo. Si uno no nota que muere, puede no darse cuenta de que ha nacido.

“¿Es la inmortalidad imposible para los hombres números uno, dos y tres?”

Sí. Para ello ha de convertirse en hombre número cinco. Esto es una respuesta, pero puede haber otras. Por ejemplo, desde el punto de vista del retorno los hombres números uno, dos y tres pueden vivir de nuevo, pueden retornar, pero no recuerdan. Para recordar hay que llegar a ser un hombre número cinco.

“¿Qué es lo que se convierte en inmortal, la esencia o el cuerpo físico y el alma?”

Sólo la memoria. El cuerpo nace de nuevo, la esencia nace de nuevo, la personalidad es creada de nuevo. Así pues, no es una cuestión de inmortalidad, sino de memoria. Podemos vivir diez mil veces sin ventaja alguna si no recordamos. Si la inmortalidad mecánica fuera posible no serviría para nada. Debemos recordarnos a nosotros mismos y recordar los sucesos; cuanto más, mejor. De nuevo lo repito: lo que es útil y necesario recordar es que *no* recordamos; *nunca* el recordar y que no sabemos que no recordamos.

“¿Le entendí bien cuando dijo que si algo de nosotros sobrevivía era la memoria?”

Probablemente no es del todo cierto. Porque la memoria generalmente desaparece primero, si algo sobrevive. La memoria es algo muy inestable.

“Tengo la impresión de que para descubrir dónde hemos perdido una oportunidad en una vida pasada tenemos primero que alcanzar un momento de despertar en esta vida.”

Muy bien, solo que hay que hacerlo efectivamente.

“Cuando miro hacia atrás y veo las oportunidades perdidas en esta vida, tengo la sensación de que solo siendo un tipo diferente de persona podría haber actuado en forma diferente. De esto deduzco que el único modo de afectar al retorno es cambiar la propia esencia.”

De nuevo, muy útil. ¿Pero cómo?

“¿Podría la memoria de un retorno previo hacer posible el cambio de las propias acciones?”

Eso no lo sé. Usted mismo lo comprobará cuando la tenga.

“Una vida recurrente no es vivida exactamente como la anterior, ¿verdad?”

El principio es siempre el mismo.

“En la recurrencia a través de una vida a otra, ¿retenemos el mismo nivel de ser?”

Hay diversas teorías al respecto. Una teoría dice que si uno adquiere algo en una vida, esto se halla abocado al crecimiento. Pero hay muchas otras teorías.

“¿Esta la memoria en la esencia?”

Es mejor decir que esta conectada con “yoes” que están en la personalidad. Hay muchos tipos de memoria: memoria ordinaria, memoria de lo que oímos, memoria de olores, memoria de los caminos. Pero hablamos de la memoria que conocemos. Es muy fácil echar a perder esta memoria.

“Hay personas con memoria fotográfica. ¿Son más conscientes por ello?”

Hay muchos tipos de memoria. Usted tiene un cierto tipo de memoria. Otros la tienen de otro modo. Pero usted puede usar mejor o peor su propio tipo de memoria siendo más o menos consciente. La memoria esta en todos los centros. Puede que en un centro sea ligeramente mejor que en otro, pero sólo hay un modo de hacer la memoria más fuerte, haciéndose más consciente. No sólo cada centro tiene su propia memoria, sino que algunos tipos de memoria pertenecen a la esencia y otros a la personalidad.

“¿Es la memoria una función del cuerpo? ¿Puede ser comparada con el movimiento?”

Puede usted decir que es una función del cuerpo si quiere. Pero, ¿por qué compararla con el movimiento? Son dos cosas distintas entre sí. La memoria es algo en nosotros, puede que en la esencia, puede que en la personalidad. Reunimos con la personalidad, pero la memoria del gusto o del olfato esta en la esencia. Aunque, de hecho, uno recuerda en la personalidad.

“¿Qué se debe hacer para que nuestra memoria no se eche a perder?”

Trabajar en la imaginación primero. Luego en la mentira. Esas dos cosas destruyen nuestra memoria. Cuando empezamos a hablar de mentira, la gente lo tomó como algo divertido; no se hacían a la idea de que uno puede destruir su memoria completamente. Luche contra la imaginación también, no solo como deporte o ejercicio.

“¿En que puede ayudarnos reconocer la mentira en nosotros mismos?”

En cosas muy diferentes. Primero en el análisis de los hechos, de las palabras, de las teorías. El reconocimiento de las mentiras de otros es muy útil y entonces una luminosa mañana uno puede llegar a uno mismo.

“¿Destruye la memoria la falsa personalidad?”

Sí, se puede decir que una falsa personalidad destruye o distorsiona la memoria.

“¿Es la falsa personalidad una forma de mentira?”

Deje la falsa personalidad. No es una forma de mentir. Es una defensa. Evitando ciertos resultados desagradables por medio de una falsa personalidad, uno puede sentirse uno mismo en cierta forma.

“¿Puede el arruinamiento de la memoria resultar en cambios fisiológicos?”

¡Oh, sí! Puede acarrear la completa locura. Los psicólogos de antaño sabían sobre eso. Ellos hablaron de los histéricos y casos semejantes. Pero de lo que no se percataron es que con nuestro simple juego psicológico ordinario podemos arruinar la memoria. Mintiendo sobre las ideas, imaginando sobre las ideas, y así sucesivamente.

“¿Qué efecto tendría sobre el retorno el trabajo duro en tratar de parar los pensamientos?”

Correcto o equivocado, detrás de él hay recompensa.

“¿Cuál es el camino hacia el desarrollo de la memoria en el retorno?”

Esto es muy interesante y muy importante. Es necesario desarrollar la memoria, como también es posible destruirla. Según la teoría del retorno, el auto recuerdo es el único modo de desarrollar la memoria. Si uno se recuerda a sí mismo en esta vida, se recordará también en la próxima.

“¿Es posible tener sentimientos emocionales en la idea de retorno?”

Sí, es posible, particularmente si uno tiene aunque sea un pequeño recuerdo. No quiero decir siempre, pero incluso una ligera memoria puede dar un interesante entendimiento emocional.

“Si uno tiene un fuerte sentimiento de que una cosa ha sucedido antes, ¿cómo puede usarlo para desarrollar la memoria?”

Bueno, puede tener lugar de formas muy distintas. Solo después de una investigación muy larga y muy seria puede llegarse a la conclusión de que se trata de hechos.

“Me pregunto si, caso de poder haber hecho algo en este trabajo antes de morir, también podría suceder que no sirviera en nuestro próximo retorno.”

Sí. Lo que sucede antes puede determinar a lo que sucede después de muy diversos modos. Esto no es retorno.

La cuestión es cómo puede uno prepararse para el retorno. Suponga que en una cierta vida usted quiere hacer algo y se encuentra con que no puede hacerlo. Esto necesita de ayuda. Si usted no puede conseguir físicamente esta ayuda, empieza entonces a pensar sobre ello y descubre que tiene que prepararse para esta ayuda durante la vida anterior. Esta vida es demasiado tarde. La próxima vida es demasiado tarde. La única posibilidad está en la vida anterior. Piense sobre ello. Quizá usted perdió alguna oportunidad. Si alguien descubre que no puede hacer nada, se pone a pensar en una vez anterior en la que quizá él podría haberlo hecho, o quizá no pudo. Piense en las implicaciones de todo esto.

“¿No tendría dicho sujeto que haber tenido alguna memoria para percibirse de sus equivocaciones en su vida anterior, o bien de su falta de preparación?”

Puede que no haya habido equivocaciones, sino solo falta de preparación. Correcto. Uno necesita preparación. Uno dice que no esta preparado. Quizá uno podría haberse preparado antes. ¿Se puede hacer algo al respecto? Es difícil, lo sé. Pero uno puede descubrir que no esta preparado para una cierta cosa.

Hablamos de seis tríadas. Se puede hacer algo en una tríada y otra cosa en otra distinta. Pero esto cambia todas las ideas sobre el retorno. Lo que esta bien para un hombre puede que no lo este para otro. Por ejemplo, he dicho que incluso un conocimiento teórico del retorno cambia por completo la propia relación hacia éste. Depende también de lo profundamente que se sepa. Hay muchos grados.

“¿Puede la Ley del Siete ser observada en el modo en que las cosas suceden o aparecen?”

Se puede hablar de la Ley del Siete cuando se encuentran dos intervalos en una octava.

“¿Puede uno verla en operación en un periodo de muchos años o de golpe?”

Usted puede usar la memoria. Eso no significa que usted observe hechos concretos. Y usted debe ver dos intervalos en una octava.

“¿Qué se puede hacer para entender la ilusión del tiempo?”

Uno puede entender que no existe tal cosa como el tiempo. ¿Y por qué? Porque hay hechos que demuestran la no existencia del tiempo. El eterno retorno no es compatible con nuestro sentido temporal actual. Todo radica en eso, de modo que usted tiene que librarse del sentido del tiempo. El retorno se refiere a la eternidad, no al tiempo.

“¿Podemos impedir que se repita la pauta?”

Se puede si se tiene buena memoria.

“¿Dice usted que si de verdad se aceptara la teoría del retorno eso supondría una gran diferencia?”

Si uno estudia, si uno trabaja, hay material para el entendimiento. Usamos el entendimiento y la falta de él. Si pensamos lo suficiente, podemos entender algo y cambiar verdaderamente el retorno.

“¿Seria correcto decir que el único argumento a favor del retorno es que en esta vida algunos recuerdan que han vivido antes?”

No, ese es un argumento débil. Muy poca gente recuerda, y siempre se puede decir que están mintiendo.

“La creencia en el retorno, ¿no debería convertirse en un gran impulso a hacer un esfuerzo?”

La creencia no sirve. La creencia es amortiguante. No tiene suficiente poder. Pero la toma de consciencia sí.

Algunas cosas se pueden entender pensando. Por ejemplo, la cuestión de si todo el mundo es afectado del mismo modo por el retorno. Es imposible decir simplemente si o no porque lo que se aplica a uno puede que no sea cierto para otro. Para un hombre se tratará del mismo camino, de la misma casa, de los mismos gatos. Pero para otro puede ser diferente. Los grandes poetas, los grandes escritores, no necesitan caminar por las mismas calles. Pueden caminar por calles diferentes y, sin embargo, hacer las mismas cosas. Puede que esta diferencia no se deba a esfuerzos, sino a capacidades, a logros o a amplitud de pensamiento y sentimiento. Un gran poeta puede no necesitar escribir los mismos versos de nuevo. Quizá no sacó todo lo posible, pero sí lo suficiente, de su medio ambiente, de forma que puede intentar algo distinto de la última vez.

“Tras asistir a las conferencias, la gente siempre pregunta si los grandes poetas tienen el ser de los hombres números uno, dos y tres. Ahora usted dice que un poeta no necesita hacer la misma cosa de nuevo.”

No, puede ser un gran poeta y sin embargo no pertenecer al arte objetivo. Otros menos grandes pueden producir arte objetivo.

Piensen sobre algunas de estas ideas, pero no piensen que saben. Hay muchas variaciones, muchas posibilidades. Piensen, porque nada hay más importante para ustedes.

2

Personalidad superficial

Un estudio sobre el hombre imaginario

Prefacio

El texto de este capítulo es una reconstrucción de las cosas dichas por P. D. Ouspensky en reuniones celebradas entre 1930 y 1944. Ha resultado inevitable el introducir unos pocos cambios verbales para tratar de unificar y elaborar una secuencia de respuestas a una serie de preguntas en diferentes contextos, pero se ha tenido cuidado en no cambiar ni añadir nada que pudiera alterar el significado original. Las preguntas propuestas por los miembros de los grupos de Ouspensky se han puesto entre comillas, para distinguirlas de las palabras de Ouspensky que aparecen así sin ningún tipo de especificación.

En este libro aparecen palabras y expresiones que tienen un significado especial en relación con el sistema del cuarto camino que Ouspensky enseñaba. Se sigue que el libro no puede ser entendido por aquellos que no conozcan dichos significados. No se intenta ningún tipo de explicación en este lugar, primero porque el libro va dirigido a aquellos que ya conocen el lenguaje, y segundo porque ya se encuentran explicaciones de los términos especiales en las obras publicadas de Ouspensky, particularmente en *La psicología de la posible evolución del hombre* (Nueva York, 1950, y Londres, 1951).

1

La meta de este sistema es llevar al hombre a la consciencia. La consciencia es una cierta cualidad presente en todo hombre normal. Es realmente una expresión diferente de la misma cualidad que la conciencia, sólo que la conciencia trabaja más en el lado intelectual y la consciencia lo hace más en el moral (es decir, en el lado emocional). La consciencia ayuda a un hombre a darse cuenta de lo que esta bien y de lo que esta mal en su propia conducta. La consciencia une a las emociones entre sí. Podemos experimentar en el mismo día un buen número de emociones contradictorias, tanto agradables como desagradables, sobre el mismo tema, ya sea una detrás de otra, ya simultáneamente, y no notamos las contradicciones debido a la ausencia de consciencia. Son los amortiguadores los que impiden a un "yo" o personalidad el percatarse de otro, pero en un estado de consciencia no podemos evitar el ver las contradicciones. Recordaremos que por la mañana hemos dicho una cosa, otra por la tarde y todavía otra por la noche, pero en la vida ordinaria no recordamos, y si lo hacemos, insistimos en que no sabemos que es lo que esta bien y mal.

Se accede a la consciencia destruyendo a los amortiguadores, y los amortiguadores se destruyen a través del auto recuerdo y de la no identificación.

Tanto la idea de consciencia como la idea de amortiguadores precisan de un largo estudio, pero cuando se habla del lado moral de este sistema, lo que debe entenderse desde el principio es que el hombre debe tener un sentido del bien y del mal. Nada puede hacerse por él si no lo tiene. El tiene que empezar con un cierto sentido moral, un sentido de lo recto y de lo equivocado, para poder conseguir más. Debe entender en primer lugar la relatividad de la moral ordinaria, y en segundo lugar debe percatarse de la necesidad de un bien y de un mal objetivos y permanentes, entonces mirara las cosas desde el punto de vista de este sistema.

La consciencia esta en la esencia, no en la personalidad, mientras que el centro magnético está en la personalidad, no en la esencia. El centro magnético se adquiere en esta vida. Está en la parte intelectual del centro emocional, aunque quizá también en la parte intelectual del centro intelectual, y se construye a base de influencias B.

“¿Tiene uno que eliminar amortiguadores para despertar a la consciencia?”, alguien preguntó.

Solo con que los amortiguadores sean sacudidos, la consciencia despierta.

“¿Cómo puede uno descubrir cuáles son los propios amortiguadores?”, preguntó alguien más.

A veces es posible. Si uno entiende bien que son amortiguadores, puede encontrar los suyos propios. Hay una gran diferencia entre excusas y amortiguadores. Las excusas pueden ser distintas cada vez, pero si la excusa es siempre la misma, entonces se convierte en un amortiguador.

Los amortiguadores están conectados con la consciencia. Usamos la palabra consciencia generalmente en un sentido convencional, en el sentido de un hábito emocional educado. En realidad, la consciencia es una capacidad especial que todo el mundo posee, pero que nadie puede usar en el estado de sueño. Incluso si accidentalmente sintiéramos por un momento la consciencia, resultaría ser una experiencia muy penosa, tan penosa que inmediatamente querríamos vernos libres de ella. Aquellos que tienen chispazos ocasionales de consciencia inventan todo tipo de métodos para verse libres de ese sentimiento. Este no es otro que la capacidad de sentir al mismo tiempo todo lo que de ordinario sentimos en diferentes momentos. Traten de comprender que todos nuestros diferentes “yoes” albergan sentimientos diferentes. Un “yo” siente que le gusta algo, mientras que otro lo odia y para otro más resulta indiferente. Pero nunca sentimos tales cosas al mismo tiempo porque entre ellas, hay amortiguadores. Gracias a esos amortiguadores no podemos usar la consciencia, no podemos sentir al mismo tiempo dos cosas contradictorias que sentimos en momentos diferentes. Si sucede que alguien llega a sentir las, la consecuencia es que sufre.

Así, en nuestro estado actual, los amortiguadores son incluso cosas necesarias sin las que uno se volvería loco. Pero con la comprensión sobre los mismos, y preparándose propiamente, después de algún tiempo uno puede empezar a destruir las contradicciones y a derribar los amortiguadores.

La ruptura de un hábito mecánico, bueno o malo, puede resultar incómoda, porque tenemos hábitos mecánicos, tales como reglas de conducta y preceptos morales, que sacamos de nuestra educación. Por consiguiente, en la mayor parte de los casos no experimentamos la

consciencia: tenemos demasiados amortiguadores. Como ya he dicho, estos constituyen particiones entre nuestras actitudes emocionales, y la experiencia de la consciencia implica ver cien cosas al mismo tiempo. Las particiones desaparecen y todas las contradicciones internas se ven al mismo tiempo. Pero esto es muy desagradable, y como el principio general de la vida es el de evitar las sensaciones y tomas de consciencia desagradables, salimos corriendo para evitar verlas. De este modo creamos amortiguadores internos. Las contradicciones que se ven en sucesión no aparecen como tales; tienen que verse al mismo tiempo.

Somos máquinas y debemos ver en dónde podemos cambiar algo, porque en todo tipo de máquina siempre hay un punto por donde es posible empezar.

A veces la gente pregunta si en nosotros hay algo permanente, Hay dos cosas, amortiguadores y debilidades. A las debilidades a veces las llamamos rasgos, pero en realidad no son más que debilidades. Todo el mundo tiene una, dos o tres debilidades particulares. Y toda persona tiene ciertos amortiguadores que le pertenecen. Ella consiste en amortiguadores, pero algunos son particularmente importantes porque entran en todas sus decisiones y en su manera de entender. Tales rasgos y amortiguadores son todo lo que puede llamarse permanente en nosotros, y tenemos suerte de que no haya nada más que sea permanente, porque todos ellos pueden ser cambiados.

Los amortiguadores son artificiales; no son orgánicos. Fundamentalmente se adquieren por imitación. Los niños empiezan a imitar a los adultos, y así crean algunos de sus amortiguadores, Otros son creados inconscientemente por educación. Si fuera posible poner a un niño entre gente despierta, este no caería dormido. Pero en las condiciones en que vivimos, la personalidad imaginaria, o el "yo" imaginario, aparece normalmente en un niño a la edad de siete u ocho años. A veces la gente pregunta si podemos ver a los amortiguadores en nuestro estado actual de consciencia. Podemos verlos en otras personas, pero no en nosotros mismos.

2

El hombre esta dividido en cuatro partes: cuerpo, alma, esencia y personalidad.

La personalidad y la esencia no parecen estar separadas, pero podemos estudiar lo que pertenece a la esencia y lo que atañe a la personalidad. La idea del alma como un organismo separado controlando al cuerpo físico no puede decirse que este basada en nada. Hasta el siglo XVII, lo más aproximado a la idea del alma era lo que se llama esencia. El término alma se usa en este sistema sólo en el sentido de principio vital. La esencia, la personalidad y el alma, tomadas conjuntamente, corresponden a lo que antes solía llamarse alma. Pero se suponía que el alma tenía una existencia separada del cuerpo, mientras que en este sistema no suponemos que esencia, personalidad y alma tengan una existencia aparte del cuerpo.

Se dice que cuando un hombre muere, o cuando cualquier otra cosa muere (hombre o cucaracha, da lo mismo) su alma, es decir, su principio vital, va a la luna. El alma es material. Consiste en una cierta cantidad de materia fina, energía si ustedes quieren, que deja el cuerpo a la muerte. En el hombre ordinario, el alma no tiene consciencia: como es simplemente mecánica, no sufre. Pero el hombre puede desarrollar un tipo de media

conciencia que puede pasar al alma, y entonces cuando el alma va a la luna puede ser consciente de lo que la esta sucediendo. Esto sólo sucede en algunos casos muy raros y cuando la esencia ha muerto durante la vida. De este modo el alma puede sacar algo de sustancia de la esencia. De hecho, hay muchos otros que matan a la esencia y son realmente muertos en vida, pero esto no nos concierne aquí. Así que hablemos de lo que supone crear luna en uno mismo.

En primer lugar, ¿qué es la luna? ¿Cuál es la función lunar en relación al hombre, al hombre individual? ¿Qué sucedería si esta función de la luna fuera a desaparecer? ¿Sería o no beneficioso? Sabemos, por ejemplo, que la luna controla todos nuestros movimientos, de modo que, si la luna desapareciera, no seríamos capaces de realizar movimiento alguno, colapsando como marionetas con las cuerdas cortadas.

Debemos comprender que todo esto se aplica al ser. ¿Cuáles son las características de nuestro ser? El principal rasgo de nuestro ser es que no es uno, sino muchos. Si queremos trabajar en nuestro ser, si queremos hacerlo corresponder mejor con nuestro fin, debemos intentar hacernos uno. Pero esto no es sino una meta muy lejana. ¿Qué significa hacerse uno? El primer paso, que dista asimismo mucho de estar cerca, es crear un centro permanente de gravedad. Esto es lo que significa crear luna en nosotros mismos. La luna es un centro de gravedad permanente en nuestra vida física. Si creamos un centro de gravedad en nosotros no necesitamos la luna.

Pero primero debemos decidir que es lo que significa la ausencia de un “yo” permanente. Encontraremos en su lugar a muchos de los rasgos o debilidades a las que nos hemos referido antes, pero estos deben ser dilucidados por observación de una manera clara y por nosotros mismos. A continuación, debemos empezar una lucha contra esos rasgos que nos impiden convertirnos en uno. Debemos luchar contra la imaginación, las emociones negativas y la obstinación. Pero para que esta lucha tenga éxito debemos comprender que, desde el punto de vista de la obtención de un centro permanente de gravedad, el peor tipo de imaginación es creer que uno puede *hacer* algo por sí mismo. Después, debemos luchar contra las emociones negativas que nos impiden hacer lo que se nos dice en conexión con este sistema. Porque hay que entender que solo se puede vencer a la obstinación haciendo lo que se nos dice. La obstinación no puede romperse haciendo lo que uno decide por sí mismo, porque eso todavía seguirá siendo obstinación. La obstinación es siempre lucha contra otra voluntad. No puede haber manifestación de obstinación si no se opone a otra voluntad.

Puede serles de alguna utilidad el escribir en una hoja de papel lo que constituye su ser. Verán entonces que el ser no puede crecer por sí mismo. Por ejemplo, un rasgo de nuestro ser es que somos máquinas; otro, que vivimos en solo una parte de nuestra máquina; un tercero, nuestra pluralidad de “yoes”. Decimos “yo”, pero este “yo” es distinto en cada momento. En un instante decimos “yo” y se trata de un “yo”; cinco minutos después decimos “yo” y es otro “yo” diferente. Tenemos así muchos “yoes”, todos al mismo nivel, y no hay un “yo” central en control. He aquí el estado de nuestro ser: nunca somos unos y nunca somos el mismo. Si ustedes escriben todos estos rasgos, entonces verán que es lo que constituye un cambio de ser y que es lo que puede ser cambiado. En cada rasgo particular hay algo que puede ser cambiado, y un pequeño cambio en un rasgo significa también un cambio en los demás.

Al tratar de cambiarse a uno mismo, uno de los primeros y más importantes factores es la división de uno mismo. La división correcta es entre lo que es realmente “yo” y todo lo demás que podemos llamar “Ouspensky” o cualquiera que sea el nombre. Si no se hace esta división, si uno se olvida de ello y sigue pensando en sí mismo al modo usual, o si uno continua usando “yo” o Ouspensky, pero del modo incorrecto, el trabajo se para. La primera línea de trabajo sólo puede progresar en base a esta división. Si ésta se olvida, ninguna otra línea se abre, pero tiene que ser la división correcta.

Sucede a menudo que la gente hace una división incorrecta. A aquello que les gusta de sí mismos llaman “yo”, y a lo que no les gusta, o a lo que es débil o poco importante, llaman “Ouspensky”, “Petroff”, “Ivanoff” o cualquiera que sea su nombre. Una división de este tipo esta equivocada. No es suficiente hacer una división correcta hoy y olvidarse mañana. Se debe hacer una división correcta y conservarla en la memoria.

(Aquí se dio un ejemplo de división incorrecta, Un hombre llamado Petroff que había pertenecido a uno de los grupos de Ouspensky hacia una división de sí mismo en dos partes. El describía una de ellas como lo que “le mantenía vivo” y la llamaba “yo”; el resto era Petroff.)

Esta división incorrecta es simplemente mentir, mentirse a sí mismo, que es lo peor de todo, porque en el momento en que aparece la más pequeña dificultad, aflora como discusión interior y entendimiento equivocado.

“¿Cuál es el origen de esta dificultad en dividirse a uno mismo?”, preguntó la señora X.

El origen está en usted y en la señora X. La señora X piensa que sabe más que usted. Ella piensa que es más importante y quiere que usted siga sus dictados.

“Una de las dificultades”, dijo el señor Y, “es que Y sabe más que “yo” en ciertas situaciones”.

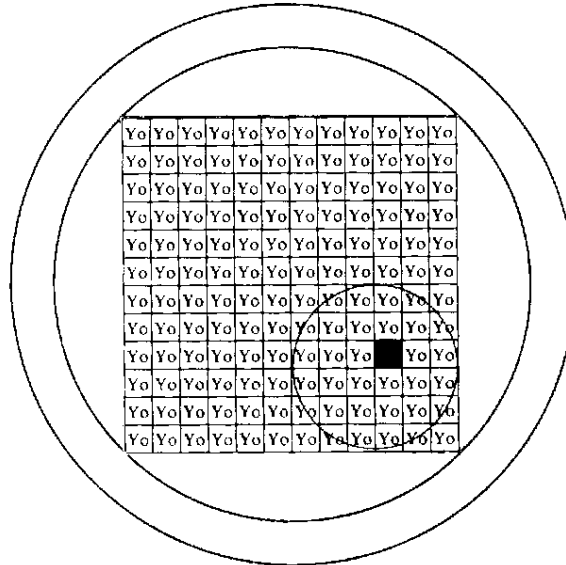
Y no sabe nada.

“Pero el cree que sí”, dijo el señor Y.

¿Tiene usted que obedecer? Si usted cree que él sabe más simplemente estúdiele y esto le llevará a un entendimiento correcto. La primera condición es que usted no debe creerse nada. ¿De que sirve tratar de crear un “yo” permanente mientras que usted sigue creyendo en el señor Y? El verdadero “yo” es creado por el deseo de *ser* y de *saber* y el resto es no-existente. Así que realmente no hay nada que dividir. No debemos creer en nada o no podremos llegar a nada.

En este sistema, se puede usar la palabra “yo” de cinco modos en cinco niveles diferentes. En su estado ordinario, el hombre es una multiplicidad de “yoes”; este es el primer significado. En el diagrama esta indicado por el cuadrado de “yoes”. Cuando decide ponerse a trabajar, aparece un “yo” observador (aparece en negro en el diagrama); este es el segundo significado. El tercer significado, indicado por el círculo más pequeño, es cuando el mayordomo delegado aparece. Este tiene control sobre un cierto numero de “yoes”. El cuarto significado, indicado por el círculo medio, corresponde al mayordomo. Este tiene

control sobre todos los “yoes”. El quinto significado es el del señor. Aparece dibujado como el círculo mayor exterior, ya que tiene cuerpo temporal. Sabe el pasado y conoce el futuro, aunque debe haber diferentes grados.



3

En este sistema, como ya se ha explicado, hacemos una división entre “yo” y “Jones”, “yo” y “Smith”, y así sucesivamente, según cuales sean nuestros nombres. Lo que debe entenderse es que Jones, Smith, Ivanoff, Petroff, etc., son la *personalidad falsa* que tiene cada uno de nosotros, pero esta división no debe ser confundida con la división entre esencia y personalidad.

Esencia es aquello con lo que nacemos, nuestras capacidades e incapacidades. Tiene que ver con el “tipo”, y también con el cuerpo físico. No se puede trabajar directamente sobre ella. Desde el punto de vista del trabajo en uno mismo solo tenemos a la personalidad. Cuando un hombre empieza a trabajar, su centro magnético trae al ser al “yo” observador. Este “yo” es también una personalidad que tiene que educar al resto de la personalidad y a la esencia.

“¿Es correcto suponer que una persona con una personalidad altamente desarrollada encontrará que este trabajo le resulta más difícil?”

Sí y no. No depende tanto del peso de la personalidad como de su estado, de si está educada, mal educada o ineducada. Puede ser que este bajo el poder del “yo” imaginario y entonces esta equivocada.

El ser no entra en la división entre personalidad y esencia. Conocimiento y ser son las dos caras de lo que hablamos en relación con la posibilidad del desarrollo del hombre. Constituyen un par de opuestos. Personalidad y esencia son otro par de opuestos en una

escala diferente.

La personalidad es adquirida. La esencia nos pertenece: es con lo que nacemos, lo que no puede ser separado de nosotros. Ambas están mezcladas y no podemos distinguir la una de la otra ahora, pero es útil recordar esta división como un hecho teórico.

La esencia, el tipo de hombre, es el resultado de influencias planetarias. Las influencias planetarias determinan muchos grandes eventos en la vida de la humanidad, tales como guerras y revoluciones. Nuestras emociones vienen originalmente de los planetas y diferentes combinaciones de influencias planetarias crean esencias diferentes. Según nuestro tipo actuamos de una u otra forma en ciertas circunstancias. Se dice que hay doce o dieciocho tipos principales y luego combinaciones de los mismos. Es muy raro encontrar un tipo puro, pero diferentes rasgos juegan partes diferentes en diferentes tipos, aunque cada tipo tiene todo.

“¿Se puede llegar a cambiar el tipo con el que se nace?”, alguien preguntó.

Si es un tipo muy malo y se trabaja muy duro, se puede cambiar. Primero hay que conocer el tipo, eso significa conocer la esencia. Si se encuentra algo en la esencia incompatible con el propósito, entonces, si se trabaja muy duro se puede quizá cambiarlo. La esencia esta oculta en la personalidad; los rayos de influencia planetaria no pueden penetrar porque la personalidad es accidental. Somos afectados por influencias planetarias sólo en ciertas partes de nosotros mismos, partes que están siempre ahí, de forma que esas influencias tienen un efecto sobre la masa, pero, en los casos normales, apenas afectan a los individuos.

“¿Hasta que punto”, alguien preguntó, ¿un hombre que está bajo la Ley del Accidente es regido por la Ley del Hado, aparte de su nacimiento y muerte?”.

Depende de la relación entre personalidad y esencia. Si la personalidad es fuerte construye un caparazón alrededor de la esencia, con lo que hay muy poco hado. Las influencias planetarias que controlan el hado, el tipo, la esencia, no nos alcanzan cuando la personalidad es muy fuerte. Pero hay quienes, totalmente aparte de la influencia de “escuelas”, viven más en la esencia. En ellos la personalidad es muy tenue y están más bajo la Ley del Hado que el resto de la gente. Así, dependen más de ciertas influencias de las que otros dependen menos. No diré lo que son esas influencias porque eso solo lleva a la imaginación. Es algo que hay que averiguar por uno mismo. En la vida de la gente corriente no hay nada de hado excepto el nacimiento y la muerte. Como ya he dicho, el hombre individual esta muy poco regido por influencias planetarias porque su esencia esta subdesarrollada y es muy pequeña, o bien demasiado mezclada con la personalidad. Como esas influencias no pueden penetrar en la personalidad, tales hombres están bajo la Ley del Accidente. Si el hombre viviera en su esencia, se hallaría bajo las influencias planetarias o, en otras palabras, bajo la Ley del Hado. El que esto sea o no ventajoso es otra cuestión. Puede ser mejor en un caso y peor en otro. Generalmente es mejor. Pero los rayos planetarios no pueden penetrar en la personalidad; son reflejados por ella.

Respondiendo a una pregunta sobre influencias planetarias y astrología, Ouspensky dijo: La combinación de influencias produce la combinación de tipos. No sabemos en que consisten, ni tampoco podemos averiguarlo levantando un horóscopo. Eso sería algo como

psicoanálisis medieval.

“Pero las combinaciones viene de los planetas, ¿verdad?”

Sí, originalmente. Todas nuestras emociones y todas nuestras ideas vienen de los planetas. Ellas no han nacido aquí.

“¿Se debe intentar vivir según las propias emociones, o, por el contrario, se debe siempre tratar de encontrar una buena razón para lo que se está haciendo?”

Es difícil de decir. Las emociones pueden ser diferentes y la capacidad de controlar la propia vida puede ser diferente. Muy a menudo resulta ser imaginaria. Con frecuencia preguntas tales como “¿debo hacer esto o aquello?” son completamente artificiales, porque solo hay un modo en el que uno puede *hacer*. A menudo uno cree que puede hacer algo en una o en otra dirección, pero en realidad sólo hay un camino abierto a la propia acción. Uno no tiene control. Pero volviendo a la pregunta misma, pienso que un buen punto de partida sería el siguiente punto de vista: ver a que tipo de emociones se está usted refiriendo, si son emociones que pertenecen a la esencia o a la personalidad. Y muy a menudo (no siempre, pero muy a menudo) se puede confiar en las emociones pertenecientes a la esencia y no en las de la personalidad. Pero esto no es una regla general; solo muestra líneas de estudio en conexión con su pregunta. La pregunta misma indica la línea por la que su pensamiento debe discurrir. Debe usted pensar en la esencia y en la personalidad. Debe usted pensar en las cosas que puede controlar en usted mismo y en las que no. No es algo a responder, sino a investigar.

“¿Es la esencia siempre buena?”

No, en absoluto. La esencia es mecánica, no vive por sí misma, no tiene un aparato pensante especial. Tiene que pensar a través de la personalidad.

La esencia, el tipo y el hado son prácticamente lo mismo, pero encontrar hechos en conexión con el hado es algo muy difícil, excepto quizá en lo relativo a lo físico: salud, capacidades y cosas así. Hay muchas otras cosas, pero son difíciles de distinguir porque en nuestro estado la esencia rara vez trabaja separadamente de la personalidad. Así que es peligroso sacar conclusiones. Pero hay algunas cosas que se pueden ver, por ejemplo que ciertos tipos de personas atraen a ciertos tipos de personas. Ellos tienen el mismo tipo de amigos, el mismo tipo de problemas, el mismo tipo de dificultades, pero, por supuesto, sin que la personalidad tome nunca parte. Así que no se puede llamar puro hado; es más bien causa y efecto.

“¿Debe uno trabajar más duro para cambiar el propio tipo que para cambiar la personalidad adquirida?”

Si es que es necesario, pero quizá el tipo está perfectamente bien. En la mayor parte de los casos es la personalidad la que debe ser cambiada. La personalidad descontrolada no puede estar bien.

Hay muy pocos que puedan trabajar en la esencia. No es para estos exactamente una ventaja, porque les resulta muy difícil. Por lo general, trabajamos en la personalidad: este es

el único trabajo que podemos hacer, y si trabajamos nos lleva a algún lado.

“¿Resulta la esencia igual de cambiada que la personalidad cuando tratamos de cambiar nuestro ser?”

Tenemos que trabajar en la personalidad, pero la esencia resulta afectada si realmente cambiamos algo.

“¿Dijo usted que la personalidad es todo mentira?”

No, lo que dije es que la personalidad es casi toda artificial, igual que la esencia es casi toda real.

“¿Son nuestros "yoes" parte de la personalidad o de la esencia?”

Ambas cosas. Hay “yoes” que pertenecen a la esencia y otros a la personalidad.

“¿Están conectados con distintos centros?”, preguntó la misma persona.

Ciertamente. Hay “yoes” intelectuales, “yoes” motores y “yoes” instintivos.

Un “yo” es simplemente un deseo. Pero esta distinción es solo por conveniencia. Puede usted olvidarla si quiere, pero es algo así. Considere simplemente que los “yoes” son pequeños y que la personalidad es ya un conjunto de deseos más complicados.

“¿Está el centro instintivo estrechamente conectado con la propia esencia?”

Sí, controla las necesidades de la esencia.

“¿Es la inteligencia parte de la esencia?”

Hablando en general, sí. Pero me gustaría saber que es lo que usted entiende por inteligencia. Si digo que “sí”, usted no podrá aplicarlo; permanecerá como capital muerto.

“¿Puede la inteligencia aumentarse o crecer mediante ciertos tratamientos?”, preguntó la misma persona.

Eso es a lo que me refiero. Si hablamos de nosotros, veremos que la inteligencia pertenece a la esencia y a la personalidad de una forma muy mezclada, aunque en sentido cósmico una cantidad de inteligencia es dada a cada esencia.

4

El hombre vive sometido a un gran número de leyes: físicas, fisiológicas, biológicas, leyes creadas por el hombre mismo, y así sucesivamente, hasta que llegamos a las leyes de la vida personal y finalmente al “yo” imaginario. Esta es la más importante ley que gobierna nuestra vida y nos hace vivir en la no existente séptima dimensión. Un gran número de fuerzas o influencias actúan sobre el hombre en un instante cualquiera, aunque este se halla

controlado principalmente por la imaginación. Nos imaginamos ser diferentes de lo que somos, y eso crea ilusiones. Pero también hay leyes necesarias. Estamos limitados a cierta comida y a cierta cantidad de aire, a cierta temperatura, y así sucesivamente. Estamos tan condicionados por influencias que tenemos muy poca libertad de elección. Es necesario que cambiemos nuestra actitud interna.

Aquellos que viven exclusivamente bajo influencia A, y que si se encuentran con influencias B las toman al mismo nivel que las influencias A, generalmente mueren en esta vida. Puede que estén físicamente vivos, pero eso no significa que su esencia pueda desarrollarse.

“¿Tiene la misma apariencia la gente muerta que los demás? ¿Viven como nosotros?”

Sí, absolutamente. Porque tienen alma y los restos de esencia. ¡Ellos pueden hacerse un seguro!

“Usted habló antes de crear un “yo” permanente. Eso, ¿qué significa?”

Significa que cuando uno diga “yo” pueda estar seguro de que es el mismo “yo” cada vez. Porque ahora usted dice “yo quiero esto”, y media hora después “yo quiero aquello”. El “yo” es completamente diferente. Hay una cosa que es *usted* y hay muchos “yoes” imaginarios. Este *usted* es lo que realmente es, y debe aprender a distinguirlo. Puede que sea muy pequeño, muy elemental, pero usted debe encontrar algo definido y permanente, y suficientemente sólido en usted mismo.

Si usted recordara todo lo que se ha dicho, se recordaría a sí mismo al cabo de diez semanas. Por ejemplo, coja el estudio de la falsa personalidad. Este es uno de los métodos más rápidos. Cuanto más entienda a la falsa personalidad más se recordará a sí mismo. Lo que impide el auto recuerdo es, en primer lugar, la personalidad falsa. La personalidad falsa no puede o no quiere recordarse a sí misma, y no quiere dejar hacerlo a ninguna otra personalidad. Así, trata de parar el auto recuerdo; coge alguna forma de sueño y lo llamas auto recuerdo. De ese modo se siente feliz.

La personalidad falsa es algo especial. *Usted* está opuesto a ella. Debe, por tanto, hacerse desaparecer o, al menos, no debe tener parte en este trabajo. Esto se aplica a todos y todo el mundo debe empezar de este modo. Lo primero es conocer a la propia personalidad falsa y de ningún modo confiar en ella (en sus ideas, palabras y acciones). Esta no se puede destruir, pero se puede hacer pasiva durante algún período de tiempo, y luego poco a poco ir debilitándola.

La personalidad falsa no existe en realidad, pero nos imaginamos lo contrario. Existe por sus manifestaciones, pero no como parte de nosotros mismos. No intenten definirla o se perderán en palabras, pero es necesario tratar con hechos. Las emociones negativas existen, pero al mismo tiempo no existen; no hay un centro real para ellas. Esta es una de las desdichas de nuestro estado. *Estamos llenos de cosas no existentes.*

Alguien dijo que a veces dudaba de la autenticidad de su interés por el trabajo. Podría estar mintiéndose a sí mismo. Ouspensky respondió:

Solo usted puede responder a eso, y sólo si no olvida los principios fundamentales diciendo

“yo” sobre algo, cuando en realidad es solo uno de los “yoes”. Tiene que conocer a otros “yoes” y recordar sobre ellos. Si se olvida de esto, se olvida de todo. En tanto recuerde esto, podrá recordar todo. Olvidarse de esto es el gran peligro, y un ligero cambio en algo es suficiente para hacer que todo este equivocado.

Algunos grupos de “yoes” son útiles, otros son artificiales y los hay patológicos. Todo el mundo representa diferentes roles. Todos tenemos cinco o seis roles en nuestra vida. Los representamos inconscientemente, o si intentamos hacerlo conscientemente, pronto nos identificamos con ellos y entonces continuamos representándolos inconscientemente. Todos esos papeles juntos constituyen el “yo” imaginario.

La personalidad falsa es el “yo” imaginario.

Alguien preguntó si los estados superiores de consciencia podían producir gente más completamente mala o gente más completamente buena por igual. Ouspensky respondió:

No. Eso es falso. La gente mala solo puede ser producida por un incremento de la mecanicidad. El auto recuerdo no puede producir resultados equivocados siempre que se mantenga su conexión con otras ideas del sistema, pero si uno omite una cosa y toma otra del sistema (por ejemplo, si uno trabaja seriamente en el auto recuerdo sin conocer la idea de la división de “yoes”, de modo que uno se toma a sí mismo como uno (como una unidad) desde el principio) entonces el auto recuerdo producirá resultados incorrectos y puede incluso llegar a producir una falsa cristalización y hacer el desarrollo imposible. Hay, por ejemplo, escuelas o sistemas que, aunque no lo formulan de este modo, están de hecho basadas en la personalidad falsa y en la lucha *contra* la consciencia. Un trabajo tal debe llevar a resultados equivocados. Al principio producirá un tipo de fortaleza, pero hará que el desarrollo de la consciencia superior sea imposible. La personalidad falsa destruye o distorsiona la memoria.

El auto recuerdo es algo que debe estar basado en la recta función. Al mismo tiempo, debe trabajarse en el desarrollo de la personalidad falsa. Desde el principio se sugieren y explican varias líneas de trabajo y todas se deben seguir al tiempo. No se puede hacer una cosa y dejar de hacer otra. Todas son necesarias para crear esta correcta combinación, pero primero debe darse una comprensión de la falsa personalidad y una lucha contra la misma. Supongamos que uno intenta recordarse a sí mismo y no quiere hacer esfuerzos contra la falsa personalidad, entonces todos sus rasgos entraran en juego, diciendo: “No me gusta esta gente, no quiero esto, no quiero aquello, etc.” No habrá entonces trabajo, sino todo lo contrario. Si uno intenta trabajar de este modo falso, puede llegar a hacerse más fuerte de lo que era antes, pero en tal caso, cuanto más fuerte se vuelve, menor es la posibilidad de desarrollo. Una fijación antes del desarrollo, ¡he aquí el peligro!

“¿Está un hombre aburrido libre de identificaciones?”

El aburrimiento es una identificación con uno mismo, con la personalidad falsa, con algo en uno mismo. La identificación es un estado casi permanente para nosotros. Constituye la manifestación principal de la falsa personalidad, y es lo que nos impide salir de ella. Tenemos que ser capaces de ver este estado como alejado de nosotros mismos, separado de nosotros mismo, y eso solo puede hacerse tratando de ser más conscientes, tratando de recordarnos a nosotros mismos, tratando de aumentar la auto consciencia. Sólo cuando uno

se vuelve más consciente de sí mismo se vuelve capaz de luchar con manifestaciones como identificación y mentira así como con la misma falsa personalidad. Resultará inútil y pronto se abandonará, cualquier otro trabajo que deje esto a un lado.

Como ocurre con las emociones negativas, con el auto engaño y con toda la imaginación, la personalidad falsa no puede existir sin identificación. Hay que entender que la falsa personalidad es una combinación de todas las mentiras, rasgos y “yoes” que nunca pueden ser útiles en ningún modo o sentido, ni en la propia vida ni en el trabajo, como las emociones negativas.

“¿Está la personalidad falsa basada por completo en las emociones negativas?”

En la personalidad falsa hay muchas cosas además de las emociones negativas. Por ejemplo, siempre hay malos hábitos mentales, pensamiento equivocado. La personalidad falsa, o partes de la personalidad falsa, está siempre basada en un pensamiento equivocado. Al mismo tiempo, si se la quitaran las emociones negativas la personalidad falsa colapsaría. No podría existir sin ellas.

“¿Entonces todas las emociones negativas brotan de la personalidad falsa?”

Sí, ciertamente. ¿Cómo podría ser de otro modo? La personalidad falsa es, por así decir, un órgano especial para las emociones negativas, para desplegar las emociones negativas, para disfrutar de las emociones negativas, para producir las emociones negativas. Recordarán que yo dije que no hay un centro real para las emociones negativas. La personalidad falsa actúa como un centro para las emociones negativas.

“¿Cómo puede uno superar el engaño de la personalidad falsa?”

Debe usted conocer todos sus rasgos primero y luego debe usted pensar correctamente. Cuando usted piense correctamente encontrara modos de superarlo. No debe usted justificarla; la falsa personalidad vive de la justificación, incluso de la glorificación de todos sus rasgos. En casi todos los momentos de nuestra vida, incluso en los periodos de quietud, estamos siempre justificándola, considerándola legitimada y excusándola de todas las formas posibles. Esto es a lo que me refiero cuando hablo de pensamiento equivocado. Así que lo primero es conocer la falsa personalidad y luego pensar correctamente acerca de ella. Se debe conocer lo que es, ubicarla, por así decir. Este es el primer paso. Y, como ya he dicho, hay que tomar consciencia de que *todas* las identificaciones, *todas* las consideraciones, *todas* las mentiras, *todas* las mentiras a uno mismo, *todas* las debilidades, *todas* las contradicciones visibles o invisibles, *todas* ellas son personalidad falsa. Además, todas las formas de obstinación pertenecen a la falsa personalidad, así que más pronto o más tarde hay que sacrificarlas.

“¿ Dijo usted que todos nuestros gustos y disgustos están en la falsa personalidad?”

La mayor parte de ellos. E incluso aquellos que originalmente no pertenecen a ella, que tienen raíces reales, todos pasan a través de la falsa personalidad.

Alguien preguntó si uno tenía que conocer a la totalidad de la falsa personalidad para poder luchar contra ella, porque le parecía que sólo se podían conocer pequeños trozos de ella.

Ouspensky respondió:

Hay que conocerla. Es como una raza especial de perros. Si no se conoce no se puede hablar de ella. Si la has visto puedes hablar acerca de ella. Ver solo trocitos, como usted dice, es suficiente. Cada pequeña parte de ella es del mismo color. Si usted ve a este perro una vez siempre lo reconocerá. Ladra de un modo especial, anda de un modo especial, etcétera.

Alguien preguntó si el “rasgo principal”, (es decir, el rasgo principal de la falsa personalidad) constituía un alimento para la falsa personalidad. Ouspensky dijo:

El rasgo principal no es alimento. El rasgo principal es la falsa personalidad. En la mayor parte de los casos la falsa personalidad esta basada en un rasgo que entra a formar parte de todo. Algún día veremos algunos ejemplos de rasgo principal y entonces veremos cómo efectivamente es lo que constituye la falsa personalidad.

“¿Cuál es el mejor modo de buscar el propio rasgo principal?”, alguien preguntó.

Simplemente véase a usted mismo. No sé cómo explicarlo mejor. Es posible que uno encuentre algo, el rasgo principal del momento. Es la personalidad imaginaria; esto es rasgo principal para todo el mundo.

“¿Puede uno alterar el propio rasgo principal?”, preguntó alguien más.

Primero es necesario conocerlo. Después, mucho dependerá de la cualidad de este conocimiento. Si se conoce bien, es posible cambiarlo.

“Cuando una actitud detrás de una emoción negativa es muy antigua y habitual (posiblemente un rasgo), ¿cómo puede atacarse?”

Empiece por el rasgo. Encuentre el rasgo, hable sobre él, y así sucesivamente.

Es necesario *pensar* sobre la falsa personalidad y en algunos casos podrá verse con toda claridad un tipo de rasgo principal entrando en todo, como un eje alrededor del cual todo gira. Puede ser mostrado por otro, pero la persona dirá: “¡Eso es absurdo!, cualquier cosa menos eso.” O a veces es tan obvio que es imposible negarlo, pero con ayuda de amortiguadores uno puede olvidarlo de nuevo. He conocido a personas que dieron varias veces un nombre a su rasgo principal y fueron capaces de recordarlo durante algún tiempo. Luego los volví a encontrar y lo habían olvidado, o cuando lo recordaban tenían una cara y cuando lo olvidaban tenían otra y empezaban a hablar como si nunca hubieran hablado de ello en absoluto. Debe usted aproximarse a él por usted mismo. Cuando pueda sentirlo por usted mismo, entonces lo conocerá; si sólo se le ha dicho, siempre hay la posibilidad de que olvide.

“¿Puedo conseguir una pista sobre la falsa personalidad pensando en sucesos pasados?”

A veces sí. Piense en el pasado o en los amigos. Pero no se olvide que usted también tiene falsa personalidad, ¡y no solo sus amigos!

“¿Se puede ver a la falsa personalidad sin ayuda?”

En teoría no hay nada contra ello, pero yo no he conocido ningún caso y nadie que yo sepa ha conocido ningún caso. En general, ni incluso con ayuda estamos preparados para verla. Es como si se mostrara a un hombre su reflexión en un espejo real, verdadero, y él dijera: "Este no soy yo. Esto es un espejo artificial, no real. Esto no es mi reflexión". Pero si se está preparado, a veces es posible reconocer un rasgo de debilidad en uno mismo. Conociéndolo, si se empieza a mantenerlo en la mente y a recordarlo, puede llegar un momento en el que uno se vea libre de ese rasgo, en el que su acción no este determinada por tal debilidad.

A veces nuestros rasgos o debilidades asumen formáis simples, como pereza, pero en otros casos sus formas están tan bien disimuladas que no hay palabras corrientes para describirlas, y es necesario recurrir a algún tipo de dibujo o diagrama.

La pereza constituye para algunos los tres cuartos de su vida, o incluso más. A veces la pereza es muy importante, y otras es el rasgos principal de la personalidad falsa. Muy a menudo es rasgo principal y todo el resto depende de la pereza y sirve a la pereza. Pero recuerden que hay diferentes clases de pereza. Es necesario averiguar de cuál se trata observándose a uno mismo y observando a los demás. Por ejemplo, hay gente muy ocupada que está siempre haciendo algo, y sin embargo sus *mentes* pueden ser perezosas. Esto sucede más a menudo que lo contrario. La pereza no es sólo deseo de sentarse y no hacer nada.

Alguien preguntó a Ouspensky en una de sus reuniones si uno podía hacer algo por sí mismo o si debía ser hecho con la ayuda de otros. Ouspensky dijo:

Siempre que le decía a alguien lo que tenía que hacer, éste empezaba a discutir, y no sólo a discutir, sino que se volvía negativo. Dijo luego que esta era la razón por la que no se podía ayudar y por la que era necesario dar reglas y hacer peticiones concretas. Si lo único necesario fuera el mostrar a la gente que hacer, todo resultaría muy simple, pero no es siempre fácil explicar el rasgo principal de la falsa personalidad. A veces se ve claramente, otras esta más oculto y es difícil de ver, con lo que entonces sólo es posible pensar de un modo general en la falsa personalidad. Pero no ha habido un sólo caso en el que yo mostrara el rasgo principal a alguien y este no empezara a discutir.

En otra reunión alguien observó que le era posible a veces verse en el acto de considerar o de identificarse. Preguntó si de este modo él podía llegar a conocer su personalidad falsa y, observándola, a debilitarla. Ouspensky respondió:

Este era el único modo, y que estaba muy bien siempre que no se cansara de intentarlo. Al principio la gente empieza con mucha ansia, pero pronto se cansa y empieza a usar la palabra "yo" indiscriminadamente, sin preguntarse que "yo", que parte del "yo". Nuestro principal enemigo es la palabra "yo", porque no tenemos derecho a usarla de verdad en condiciones ordinarias. Mucho después, tras un largo trabajo, podemos empezar a pensar en uno de los grupos de "yoes" (como el que fue llamado Mayordomo Delegado) que se desarrolla a partir del centro magnético como "yo".

Pero siempre que en circunstancias ordinarias nos oigamos decir "no me gusta", debemos preguntarnos a cual de nuestros "yoes" no le gusta. De este modo nos recordaremos sobre la pluralidad que hay en nosotros. Si nos olvidamos de ello una vez, será más fácil olvidarlo la

próxima vez. En este trabajo se dan muy buenos principios, pero luego todo esto se olvida y se empieza a ceder, y al final todo lo que sucede es que nos volvemos más mecánicos que antes.

“¿No podemos descubrir nuestros rasgos por observación?”

Es muy improbable. Estamos demasiado metidos en ellos. No tenemos perspectiva suficiente, de modo que el trabajo real, el trabajo serio, empieza sólo con los rasgos. No quiero decir que esto sea absolutamente necesario para todos, porque hay casos en los que los rasgos no pueden ser definidos. La definición tendría que ser tan complicada que carecería de valor práctico. En casos tales es suficiente considerar la división general entre “yo” y “Ouspensky”. Lo único que hace falta es llegar a un entendimiento *correcto* de lo que es “yo” y de lo que es “Ouspensky”, es decir, de lo que se es y de lo que es mentira. No es suficiente, por ejemplo, admitir esta posibilidad de división y luego decir que lo que me gusta es “yo” y lo que no me gusta es no “yo”. El trabajo es largo y no se puede esperar encontrar enseguida la división correcta, pero se podrán encontrar algunas indicaciones sobre el modo de empezar. Por ejemplo, supongamos que usted formula su meta en conexión con este trabajo diciendo: “Quiero ser libre”. Esta es una buena definición, pero entonces, ¿qué es necesario? Es necesario entender lo primero de todo que usted no es libre. Si usted entiende hasta que punto no es libre, y si usted formula su deseo de ser libre, entonces verá que parte de usted mismo quiere ser libre y que parte no.

Alguien preguntó si el hecho de descubrir un rasgo era en sí mismo suficiente para disminuirlo, y también que podía poner uno en su lugar. Ouspensky dijo que sólo ver no disminuía, que era necesario luchar contra él. Luego continuó:

Primero uno debe intentar sujetarlo por lucha directa. Supongamos que uno encuentra que discute mucho. Entonces uno debe dejar de discutir. Eso es todo. ¿Por qué poner algo en su lugar? No hay necesidad de poner nada en su lugar excepto el silencio.

Una mujer habló de que ella disfrutaba con una personalidad inútil aun a sabiendas de que era inútil. Ouspensky dijo:

En tal caso, puede usted luchar contra esta personalidad fortaleciendo otras que se le opongan. Suponga que usted tiene un cierto rasgo definido contra el que desea luchar y que intenta encontrar algún otro rasgo incompatible con él y que sin embargo sea útil. Si en su equipamiento presente no encuentra usted nada suficientemente fuerte como para ponerlo contra aquél, busque en su memoria. Suponga que usted encuentra algún rasgo que sea incompatible con aquel del que usted desea librarse, y que además sea útil, entonces simplemente reemplace uno por el otro. Pero puede suceder que incluso entonces ambos puedan llegar a una convivencia feliz. Uno puede asomarse por la tarde, el otro por la mañana, y así no encontrarse nunca.

Solo hay un peligro real. Si durante un tiempo largo uno sigue sin hacer suficientes esfuerzos o sin hacer nada en serio, entonces, en lugar de unificarse, uno se divide en dos, de modo que todos los rasgos y personalidades aparecen divididas en dos grupos (una parte que es útil para el trabajo y que favorece el desarrollo personal, y otra que es indiferente al mismo o incluso hostil). Esto constituye un peligro real, porque si se empiezan a formar dos partes del modo dicho, la indiferencia de una hecha a perder el resultado del trabajo de la otra. Así que

es necesario luchar muy rápido e intensamente contra esto para que no nos lleve a una doble cristalización.

“¿Que es lo que entiende por cristalización?”

Usamos esta palabra en un sentido particular. Cualquier rasgo puede cristalizar al igual que lo hacen los amortiguadores. El término proviene de la terminología teológica. A veces resulta útil. Creo que todo el mundo aquí habrá oído algo sobre cuerpos sutiles: astral, mental, causal. La idea es que el hombre no tiene más que el cuerpo *físico* y que el crecimiento consiste en el desarrollo de cuerpos superiores. Así el hombre número cinco corresponde a la cristalización del cuerpo astral, el hombre número seis a la cristalización del cuerpo mental y el número siete a la del cuerpo causal.

Pero, hablando de la cristalización de rasgos, una persona puede tener muy buenos y bellos rasgos y sin embargo detrás de ellos puede tener un pequeño rasgo de falsa personalidad que haga que el trabajo le sea muy difícil, más difícil quizá, que para otro sin tales brillantes rasgos.

La personalidad falsa puede pretender el tener un interés en el trabajo, puede tomar las cosas por sí mismas y llamar a alguna acción mecánica y negativa “auto recuerdo” o algo así. Pero lo que no puede hacer es trabajo útil. Tan solo podrá estropear el trabajo de personalidades que trabajen y consigan resultados.

El sistema a la luz de la falsa personalidad es completamente diferente, convirtiéndose en algo que fortalece a la falsa personalidad y debilitando el sistema real para el individuo. Desde el momento en que la falsa personalidad asume el sistema para sí misma, empieza a añadir una palabra aquí y otra allá. No pueden imaginar lo extraordinario que tales ideas resultan cuando se me repiten. Una palabra omitida de una formulación constituye una idea muy diferente, y con ella la falsa personalidad queda plenamente justificada y puede seguir haciendo lo que le parece.

“¿Aumenta nuestra capacidad para el trabajo en la misma medida en que seamos capaces de debilitar a la falsa personalidad?”

Todo lo que uno puede conseguir lo puede hacer solo a expensas de la personalidad falsa. Después, cuando ésta no esté presente, se pueden conseguir muchas cosas a expensas de otras diferentes, pero durante mucho tiempo uno tiene que vivir, por así decir, a expensas de la personalidad falsa.

“¿Es la falsa personalidad la principal barrera para ser consciente?”

En principio sí. Pero también muchos hábitos mecánicos. A veces incluso hábitos mecánicos en otros centros.

“Si uno pudiera eliminar a la personalidad falsa...”, alguien empezó.

Usted no puede eliminar nada; eso sería lo mismo que tratar de cortar su cabeza. Pero puede hacer que la personalidad falsa sea menos insistente y menos permanente. Si en cierto instante usted siente el peligro de manifestación de la personalidad falsa y puede encontrar un modo de pararla, eso es lo que usted tiene para empezar. La cuestión de la eli-

minación no se plantea; eso está conectado con cosas muy diferentes. Debe usted aprender a controlar las manifestaciones. Pero si alguien *piensa* que puede hacer algo y al mismo tiempo rehúsa *trabajar* para adquirir este control, las cosas se vuelven peores para él. Uno puede manifestar entusiasmo sobre lo que tiene que hacer hasta que averigua qué es lo que tiene que realizar. Entonces se vuelve muy negativo e intenta evitarlo o explicarlo de algún otro modo. Esto es lo que hay que entender claramente: *la personalidad falsa se defiende a sí misma*. Hay que entender también que uno no puede ni siquiera empezar a trabajar tal como es en su nivel presente. Hay que cambiar primero alguna que otra cosa. Pero sólo se puede saber qué cambiar como resultado de las propias observaciones, lo cual es diferente para cada individuo. A veces aparece muy claro qué es lo que debe ser cambiado y entonces la lucha comienza, porque *la personalidad falsa se defiende a sí misma*. Para luchar contra la personalidad falsa haga usted cualquier cosa que a ésta no le guste y así averiguará muy pronto qué es lo que le disgusta. Si usted insiste, la personalidad falsa se irritará más y más, y se mostrará a sí misma más y más claramente, de modo que muy pronto no quedará ninguna duda sobre ella. Pero si no se hace nada para poner en jaque a la personalidad falsa, ésta crece. No puede menguar por sí misma. Sus gustos pueden cambiar, así como otras cosas, pero seguirá creciendo. Este es el único desarrollo que tiene lugar en la vida mecánica, nada más.

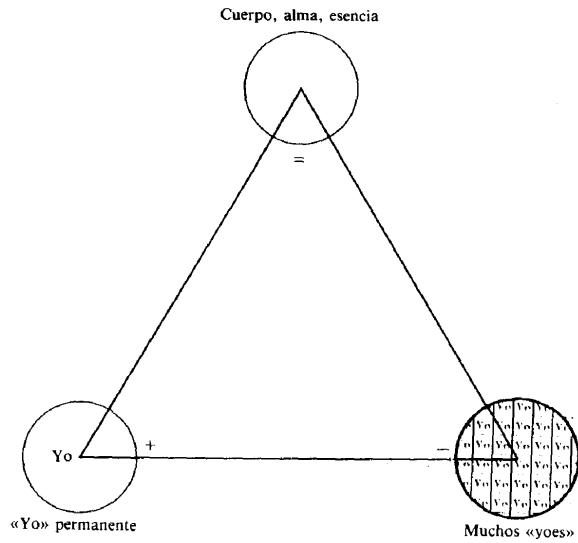
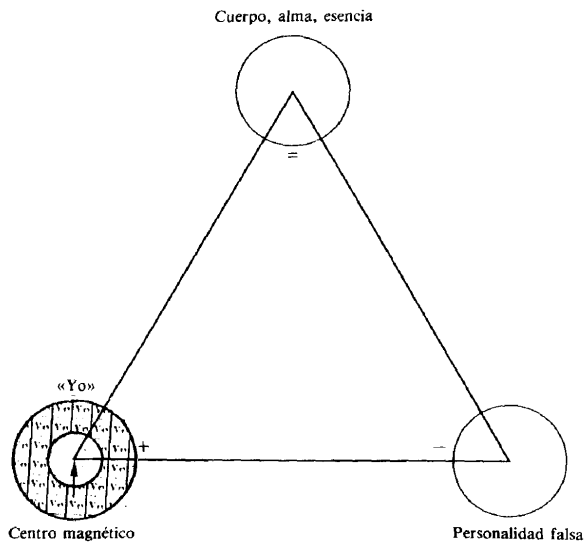
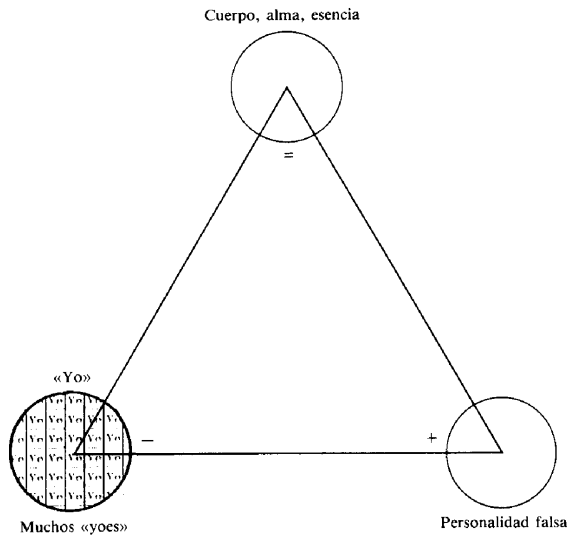
5

Hablemos de la relación que hay entre la personalidad falsa y otras partes del hombre. En cada momento, el desarrollo de todo hombre procede por lo que podría llamarse una tríada estática. Esta tríada se llama estática porque, en ella, el cuerpo, el alma y la esencia siempre están en el mismo sitio y actúan como la fuerza neutralizante, mientras que las demás fuerzas cambian sólo muy lentamente. De modo que la tríada completa esta todo el tiempo más o menos en el mismo sitio.

El primer triángulo representa el estado del hombre en la vida ordinaria; el segundo, cuando empieza a desarrollarse. Hay largos períodos de tiempo entre los estados del primer y segundo triángulo, y todavía más entre ellos y el tercero. De hecho, hay muchos estados intermedios, pero los tres mostrados son suficientes para ejemplificar el modo de desarrollo en relación con la personalidad falsa.

Es necesario recordar que ninguno de estos estados es permanente. Cualquiera de ellos puede durar, digamos, una media hora y luego otro diferente puede venir, para ser de nuevo seguido por otro estado. El diagrama solo pretende mostrar cómo va el desarrollo. Sería, asimismo, posible el continuarlo más allá del “yo” permanente, porque el “yo” permanente tiene también muchas formas.

La tríada esta constituida por el cuerpo, el alma y la esencia en el vértice superior. En el segundo vértice está el “yo”; esto es, los muchos “yoes” que son la persona, dicho de otro modo, todos los sentimientos y sensaciones que no forman parte de la personalidad *falsa*.



El tercer vértice del triángulo es ocupado por la personalidad falsa (es decir, por la idea imaginaria de uno mismo).

En el hombre corriente, la personalidad falsa se llama a sí misma “yo”, pero si el hombre se muestra capaz de desarrollo, después de un tiempo, un centro magnético empieza a crecer en él. El puede llamarlo “intereses especiales”, “ideales”, “ideas” o algo por el estilo. Pero en cuanto empieza a sentir la presencia de ese centro magnético en él, halla una parte separada de sí mismo, y desde esa parte empieza su desarrollo. El cual solo puede tener lugar a expensas de la personalidad falsa, porque la personalidad falsa no puede aparecer al mismo tiempo como centro magnético.

Puede ser que si el centro magnético se ha formado, la persona pueda encontrar una escuela, y tan pronto como empieza a trabajar, debe hacerlo contra la falsa personalidad. Esto no significa que la falsa personalidad desaparezca, sino que no va a estar ya siempre presente. Al principio está casi siempre presente, pero cuando el centro magnético empieza a crecer, desaparece, a veces durante media hora, incluso durante un día. Luego a lo mejor vuelve y se aposenta por una semana. Así que todo nuestro trabajo debe ir dirigido contra la personalidad falsa.

Cuando la falsa personalidad desaparece durante algún tiempo, el “yo” se hace más fuerte, sólo que no es realmente un “yo”, sino muchos. Contra más largos sean los períodos de desaparición de la falsa personalidad, más fuerte se hace el “yo” compuesto por muchos “yoes”. El centro magnético puede transformarse en mayordomo delegado, y cuando el mayordomo delegado adquiere control sobre la falsa personalidad transfiere realmente todas las cosas innecesarias al lado de la personalidad falsa, y solo las cosas necesarias permanecen en el lado del “yo”. Después, en un estadio posterior, puede ser que el “yo” permanente ocupe el vértice del “yo” con todo lo que a él pertenece. Entonces habrá muchos “yoes” en el vértice de la personalidad falsa, pero sobre ello no podemos decir mucho ahora. Habrá un “yo” permanente con todo lo que a él pertenece, pero no sabemos qué es ello. El “yo” permanente tiene funciones muy diferentes, un punto de vista muy diferente de todo aquello a lo que estamos acostumbrados.

La tríada estática nos muestra que, en relación con las diferentes manifestaciones de la personalidad falsa, esta teniendo lugar un trabajo personal o una degeneración, pero que el cuerpo, el alma y la esencia permanecen los mismos todo el tiempo. Después de algún tiempo ellos también resultarán afectados, pero no participan en los estadios iniciales. El cuerpo seguirá siendo el mismo cuerpo, la esencia cambiara después, pero no entra en juego al principio del trabajo. Según este sistema, la esencia sólo entra en tanto que esta mezclada con la personalidad. No la consideramos separadamente porque, como ya se ha explicado, no tenemos medio de trabajar en la esencia aparte de la personalidad.

“¿Qué es (alguien preguntó) lo que hace que el “yo” real empiece a desarrollarse y la personalidad falsa a receder?”

En primer lugar es una cuestión de tiempo. Digamos que la personalidad falsa esta ahí (en la vida ordinaria) durante veintitrés de cada veinticuatro horas; luego, cuando el trabajo comienza, lo estará solo durante veintidós horas y el centro magnético estará presente durante una hora más de lo habitual. Después, con el tiempo, toda la personalidad falsa disminuirá y se hará menos importante. (Esto queda mostrado en el segundo estadio del

diagrama, en el que la personalidad falsa se ha convertido en pasiva y los muchos “yoes” que rodean al centro magnético se han convertido en activos.) No se puede disminuir la personalidad falsa en el sentido del tamaño, pero si en el sentido del tiempo.

Alguien más dijo: “Hasta ahora tenía la impresión de que la personalidad falsa consistía en la colección de todos los muchos “yoes”. Este diagrama ha hecho que las cosas me resulten más oscuras.”

Entre todos estos muchos “yoes” hay bastantes que son pasivos y que pueden ser el principio de otra personalidad.

La personalidad falsa no puede desarrollarse. Toda ella es errónea. Es por esto por lo que se dice que todo el trabajo tiene que ser contra la personalidad falsa. Si se fracasa es porque no se ha prestado suficiente atención a la personalidad falsa, no se la ha estudiado, no se ha trabajado contra ella. Dicha personalidad esta hecha de muchos “yoes” y todos son imaginarios.

“No entiendo que es lo que quiere decir con “yoes” pasivos.”

Me refiero a “yoes” que están controlados por algún otro “yo” activo. Por ejemplo, las buenas intenciones están controladas por la pereza. La pereza es activa, las buenas intenciones pasivas. Aquel “yo”, o combinación de “yoes” en control, es activo. Los “yoes” que son conducidos o llevados son pasivos. Es así de simple.

El diagrama representa un estado, luego un estado ligeramente diferente y de nuevo otro estado diferente. Con ayuda de este diagrama se pueden así ver tres estados diferentes del hombre, empezando por el más elemental. En este ultimo la personalidad falsa es activa y el “yo” es pasivo. El cuerpo, el alma y la esencia siempre permanecen neutralizando. Cuando, tras muchas vicisitudes, aparece el “yo” permanente, entonces el “yo” pasa a ser activo, los muchos “yoes” pasan a ser pasivos y la personalidad falsa desaparece. Entre estos dos casos extremos pueden dibujarse muchos diagramas, y lo que es todavía más, hay varias posibilidades.

Se le preguntó a Ouspensky si había un lugar en la tríada estática en el que un grupo de “yoes” desconectados del centro magnético fuera activo y la falsa personalidad pasiva. El contestó que cuando decía que ciertos grupos de “yoes” o personalidades se convertían en activos, se refería a aquellos que estaban centrados alrededor del centro magnético.

Primero, el centro magnético mismo, luego todos esos “yoes” que se sitúan alrededor del centro magnético, están opuestos a la personalidad falsa. Después, en cierto momento, el centro magnético se convierte en activo y la personalidad falsa en pasiva. El centro magnético es una combinación de un cierto grupo de intereses. El centro magnético no le lleva a usted, porque llevar significa progreso y usted permanece en un sitio. Pero cuando las cosas vienen, entonces con la ayuda del centro magnético usted es capaz de ver que es que o si está interesado o no en una cosa. Puede usted entonces tomar una decisión. Antes de entrar en el trabajo, el centro magnético ha alcanzado un punto que lo transforma en un cierto grupo de intereses. Cuando uno se encuentra con el trabajo de escuela, se interesa en él, y entonces desaparece como centro magnético, porque el centro magnético en sí es débil. Este diagrama pretende describir los estadios iniciales del trabajo, y así solo he incluido en él

algunas de las combinaciones posibles. Por ejemplo, en el primer triángulo tenemos una tríada compuesta por cuerpo, alma y esencia (=), personalidad falsa (+) y “yoes” (--). Ahora bien, suponiendo que estos “yoes” estén ya divididos en ciertos grupos, entonces uno de esos grupos es el centro magnético. Luego hay otros grupos, puede que no adheridos, pero tampoco hostiles al centro magnético, lo cuales pueden existir y evolucionar con el tiempo en algo mejor. Los grupos de “yoes” que son siempre hostiles y siempre perjudiciales constituyen la personalidad falsa misma.

Alguien preguntó si el cambio de una a otra forma de tríada estática dependía de un cambio de ser.

Sí, todo pequeño cambio es un cambio de ser, aunque esta expresión se aplica generalmente a los cambios más serios e importantes. Cuando hablamos de cambios de ser nos referimos, por ejemplo, a un cambio de hombre numero uno, dos o tres, a hombre numero cuatro. Esto es un cambio que afecta al modo de ser, pero, por supuesto, este gran salto consiste en muchos saltos pequeños. La tríada estática nos representa. Ella muestra el *estado* del propio ser, lo que se es en un momento determinado. Uno de los puntos, cuerpo y esencia, es siempre el mismo, pero la relación entre los otros dos cambia. Si el cuerpo y la esencia son normales, permanecen imparciales, sin tomar partido por uno u otro lado, pero si hay algo malo en ellos, entonces están del lado de la falsa personalidad.

En un estado de duda hay que recordar intentar sacar a relucir otros “yoes” que aporten una cierta valoración. Este es el único modo de vencer las dudas. Para evolucionar hay que tener una cierta capacidad de valoración. La única aproximación practica consiste en pensar en los diferentes lados de uno y hallar aquellos que pueden trabajar por contraste con los que no. Hay personas con valores reales, otras con valores falsos y otras sin valores en absoluto. Pasa lo mismo con los diferentes “yoes”: algunos valoran cosas reales, otros equivocadas y otros no valoran nada.

Mucha gente se pasa la vida estudiando sistemas y estructuras verbales y nunca llegan a las cosas reales. Las tres cuartas partes, o los nueve decimos, de nuestro conocimiento ordinario no existen en realidad; sólo existen en la imaginación.

La toma de consciencia del estado de sueño es la única cosa importante. Es necesario encontrar modos de despertar, pero antes hay que percatarse de que se esta dormido. Hay que comparar el sueño con la vigilia. Todas las ideas del trabajo empiezan con la idea de sueño y la posibilidad de despertar. Todas las demás ideas (ideas de la vida) pueden ser elaboradas o inteligentes, pero todas son ideas de gente dormida producidas por otra gente dormida. El sueño es el resultado de muchos factores: división de personalidades, diferentes “yoes”, contradicciones, identificaciones, etc. Pero lo primero de todo, pura y sin ninguna teoría, es la *toma de consciencia del estado de sueño*.

3

La obstinación

Una recopilación de las cosas dichas por P. D. Ouspensky, principalmente sobre la necesidad de sojuzgar a la obstinación como preparación para el desarrollo de la voluntad

Prefacio

El texto que sigue ha sido reunido a partir de las respuestas dadas por P. D. Ouspensky a preguntas que le fueron formuladas en sus encuentros de Londres y Nueva York de entre 1935 y 1944.

Aunque el material no ha sido dispuesto cronológicamente, se ha tenido especial cuidado en no distorsionar el sentido de ninguna de las respuestas de Ouspensky colocándolas junto a otras que pertenezcan a una línea de pensamiento diferente. También se ha puesto cuidado en no interferir con la intención de las respuestas al resumir excesivamente los contextos de los cuales han sido tomadas. Por ello, algunas de las ideas principales sobre la lucha contra la obstinación aparecen repetidas varias veces en el texto con casi las mismas palabras.

Este capítulo sobre la *obstinación* va dirigido a personas ya familiarizadas con el sistema enseñado por Ouspensky y con su terminología específica. Tanto el sistema como el lenguaje aparecen descritos por Ouspensky en *The Psychology of Man's Possible Evolution* (Nueva York, 1950, y Londres, 1951) y en *In Search of the Miraculous* (Nueva York, 1949, y Londres, 1950).

Ouspensky. La vida no es lo suficientemente larga como para cambiar nuestro estado de ser si trabajamos en ella del mismo modo que hacemos todo lo demás. Conseguir algo solo es posible si se usa un método más perfecto. La primera condición es el entendimiento. Todo lo demás resulta proporcional al entendimiento. También hay que hacer esfuerzos en relación con la voluntad y con las emociones. Hay que ser capaz de ir contra uno mismo para renunciar a la propia voluntad.

Primero hay que preguntarse: ¿qué es la voluntad? No tenemos voluntad, de modo que ¿cómo vamos a renunciar a lo que no tenemos? Esto significa, en primer lugar, que no estamos en realidad de acuerdo con que no tenemos voluntad; sólo asentimos de palabra. En segundo lugar, no tenemos siempre voluntad, sino solo a veces, Voluntad significa fuerte deseo. Si no hay fuerte deseo, no hay nada a lo que renunciar; no hay voluntad. En otro momento, tenemos un fuerte deseo que va contra el trabajo, y si lo paramos, significa que hemos renunciado a la voluntad. Así que no es siempre y en todo momento que tengamos que renunciar a la voluntad, sino solo en momentos especiales. Y ¿qué significa ir contra el

trabajo? Significa contra las reglas y principios del trabajo o contra algo que se le diga personalmente que haga o que no haga. Hay ciertas reglas generales y principios, y puede haber diferentes condiciones para diferentes personas.

Pregunta. ¿Debe uno pedir instrucciones personales?

Ouspensky. Sí, pero si uno las pide debe obedecer. Uno no está obligado a nada si no pide, así que antes de hacerlo hay que pensarlo dos veces.

Pregunta. Si uno está dispuesto a obedecer, ¿le dará instrucciones?

Ouspensky. Si la oportunidad se presenta. Ha de ser en un momento en el que se tenga voluntad. Debe haber un deseo definido de hacer algo que afecte al trabajo o a otras personas. Generalmente tenemos mala voluntad. Rara vez tenemos buena voluntad. Si usted tuviera buena voluntad yo no hablaría sobre ello; simplemente diría: “siga, continúe, aprenda”.

Aquí se mezclan muchas cosas. Usted no sabe como pensar sobre la voluntad. Una parte de usted se da cuenta de que somos máquinas, pero al mismo tiempo usted quiere actuar según su propia opinión. En ese momento usted debe ser capaz de parar, de no hacer lo que desea. Esto no se aplica a momentos en los que usted no tenga intención de hacer nada, pero usted debe ser capaz de pararse si su deseo va contra las reglas o principios, o contra lo que se le ha dicho.

Es importante entender dos cosas: que no podemos “hacer” y que vivimos bajo la ley del accidente. En la mayoría de los casos. La gente cree que puede “hacer”, que puede conseguir lo que quiere y que el que esto no suceda es puramente accidental. La gente piensa que los accidentes son muy raros y que la mayoría de las cosas son debidas a la ley de causa y efecto. Esto es completamente falso. Es necesario aprender a pensar correctamente; entonces veremos que todo *sucede* y que vivimos bajo la ley del accidente.

En relación con “hacer”, es difícil darse cuenta de que, por ejemplo, cuando la gente construye un puente eso no es “hacer”: es solo el resultado de todos los esfuerzos previos. Es algo accidental. Para entenderlo, pensemos en el primer puente que Adán construyera y de toda la evolución de la ingeniería de puentes. Al principio es algo accidental (un árbol cae atravesando un río, luego el hombre construye algo parecido, y así sucesivamente). La gente no “hace”; una cosa viene detrás de la otra.

Si usted recuerda que no puede *hacer nada*, también recordará muchas otras cosas. Generalmente hay tres o cuatro obstáculos, y si usted no tropieza con uno, lo hace con el siguiente. El “hacer” es uno de ellos. En conexión con esto, hay algunos principios fundamentales que usted no debe olvidar. Por ejemplo, que hay que mirarse a uno mismo y no a otras personas; que la gente no puede hacer por sí misma, pero que si es posible el cambio éste solo se realizará con la ayuda del sistema, con la organización, el trabajo personal y el estudio del sistema. Usted debe averiguar cosas como esas y recordarlas.

Pregunta. ¿Cómo puede uno asegurarse de recordarlas?

Ouspensky. Imagínese empezando a hacer planes para hacer algo. Es solo cuando usted

intenta de verdad hacer algo *diferente* del modo en que *sucede* cuando usted se da cuenta de que es *absolutamente imposible hacerlo diferentemente*. La mitad de las preguntas que se hacen son sobre el “hacer” (como cambiar esto, destruir aquello, evitar esto otro, y así sucesivamente). Pero para cambiar incluso una cosa mínima hace falta un esfuerzo enorme. Uno no se convence de ello hasta que lo intenta por sí mismo. Solo a través del sistema se puede cambiar algo. Esto es algo que suele olvidarse.

Todo sucede. Nadie puede hacer nada. Desde el momento en que nacemos hasta el momento en que morimos las cosas suceden, suceden y suceden, y nosotros pensamos que “hacemos”. Esta es nuestra condición normal en la vida, e incluso la más pequeña posibilidad de “hacer” algo solo se presenta a través del trabajo, y primero solo en uno mismo, no externamente. Incluso en uno mismo, el “hacer” empieza muy a menudo por *no* hacer. Antes de poder hacer algo que antes no podía, se deben *no hacer* muchas cosas que antes se hacían.

Pregunta. ¿Puede uno elegir a veces entre dos posibles sucesos?

Ouspensky. Solo en cosas muy pequeñas, e incluso entonces, si usted percibe que las cosas van en una determinada dirección y decide cambiarlas, percibirá lo desagradablemente incómodo que es cambiar las cosas. Entonces regresara de nuevo a lo mismo.

Pregunta. Cuando uno realmente empieza a entender qué no puede “hacer”, necesita una buena dosis de coraje. ¿Se alcanza a expensas de librarse de la personalidad falsa?

Ouspensky. No se llega a tal entendimiento de ese modo. Este solo se presenta después de algún tiempo de trabajo en uno mismo, de modo que cuando uno llega a esa comprensión, esta viene acompañada de otras muchas; principalmente la de que hay modos de cambiar si uno aplica los instrumentos adecuados en el lugar correcto y en el momento preciso. Para lo cual hay que tener esos instrumentos, y eso de nuevo solo se consigue mediante el trabajo. Es *muy* importante llegar al convencimiento de esto. Sin el no se pueden hacer las cosas adecuadas. Con lo cual uno se excusara a sí mismo.

Pregunta. No entiendo por que uno tiene que excusarse a sí mismo.

Ouspensky. Porque uno no quiere abandonar la idea de que puede “hacer”, de modo que si llega a la conclusión de que las cosas suceden lo natural es encontrar excusas, tales como esto ha sido un accidente pero mañana será diferente. Esto es por lo que no podemos asimilar esa idea. Durante toda nuestra vida vemos que las cosas suceden, pero seguimos explicándolas como accidentes, como excepciones a la regla de que podemos “hacer”. O nos olvidamos, o no vemos, o no prestamos atención suficiente. Siempre creemos que en cualquier momento podemos empezar a “hacer”. Tal es nuestro modo ordinario de pensar sobre el tema. Podemos ver en nuestra vida una ocasión en la que intentamos hacer algo y fracasamos, y así tendremos un ejemplo de lo dicho, porque comprobaremos que nuestro fracaso fue explicado como un accidente, como una excepción. Si las cosas se repitieron, todavía seguimos pensando que podíamos haber hecho, y si de nuevo vemos lo mismo, aun explicaremos nuestro fracaso como simplemente un accidente. Resulta muy útil repasar la propia vida desde este punto de vista. Intentamos hacer algo, pero algo diferente sucedió. Si somos realmente sinceros lo veremos; si no, llegaremos hasta a persuadirnos de que lo que sucedió era exactamente lo que queríamos.

Ouspensky. Se debe empezar con alguna idea concreta. Intentemos averiguar que es lo que realmente nos impide el ser activos en el trabajo. Es necesario ser activos en el trabajo; no se consigue nada siendo pasivos.

Ahora bien, olvidamos el principio, donde y por que empezamos, y la mayor parte del tiempo ni siquiera pensamos en nuestro *objetivo*, sino solo en pequeños detalles. Pero los detalles de nada sirven sin un objetivo. El auto recuerdo de nada sirve sin recordar los objetivos del trabajo y el objetivo original fundamental. Si esos objetivos no son recordados emocionalmente, pueden pasar años y uno permanecer en el mismo estado. No basta con educar a la mente; hay que educar a la voluntad. Hay que entender lo que es la voluntad. De cuando en cuando tenemos voluntad. La voluntad es la resultante de los deseos. Cuando hay un deseo fuerte, hay voluntad. En un momento tal debemos estudiar nuestra voluntad y ver lo que puede hacerse. No tenemos voluntad, sino voluntariedad y obstinación. Si se entiende esto, se debe tener el coraje de renunciar a la propia voluntad para atender a lo que se dijo. Hay que buscar esos momentos, que no se deben dejar escapar. Lo que no quiere decir que deban ser creados artificialmente, aunque en una casa (organizada según los principios del trabajo) se elaboran las posibilidades especiales de renunciar a la propia voluntad, de modo que si se renuncia a ella, después se puede tener la propia voluntad. Pero incluso aquellos que no están en la casa, si se vigilan a sí mismos y son cuidadosos, pueden cogerse a sí mismos en tales momentos y preguntarse que es lo que van a hacer. Todo el mundo debe averiguar cual es su propia situación.

Pregunta. ¿Cómo hay que pensar sobre nuestra incapacidad para “hacer” en relación con las responsabilidades?

Ouspensky. Se le dan ciertas tareas definidas, cosas para hacer. Cuando uno aprende a recordarse, incluso un poco, se da cuenta de que está en mejor posición en relación con todas las demás cosas.

Pregunta. ¿Propone el sistema alguna otra tesis sobre el poder de la voluntad además de la que usándola crece y no usándola se debilita?

Ouspensky. El sistema explica que usted tiene muchos “yoes” y que cada uno tiene su propia voluntad. Si en lugar de ser muchos usted se convierte en uno, entonces usted tendrá una voluntad. En los hombres números uno, dos o tres, la voluntad no es más que la resultante de los deseos. Ciertos deseos en conflicto, o ciertas combinaciones de deseos, le hacen a usted actuar de una manera determinada. Eso es todo.

Pregunta. ¿Constituye el “yo” que observa el embrión del “yo” permanente?

Ouspensky. El “yo” observador es el embrión del “yo” permanente, pero carece de voluntad real. Su voluntad no se opone a la obstinación volitiva egoica. ¿Y que es lo que se la puede oponer? No hay más que dos cosas opuestas entre sí: el trabajo y la obstinación. La obstinación quiere hablar, por ejemplo, pero hay una regla de silencio. Con lo que sobreviene una lucha cuyo resultado depende de cual de los dos conquista al otro.

Pregunta. Usted llama lucha a esforzarse, pero, ¿qué pasa si uno no es consciente de una lucha?

Ouspensky. Eso significa que sucedió. Las cosas nos pueden acaecer de cuatro modos diferentes: por accidente, a través de la ley de causa y efecto, por hado y por voluntad. La lucha debe ser intencional, por voluntad. Y usted debe ser consciente de su intención. Usted no puede hacer un esfuerzo y no ser consciente de ello. La voluntad está presente si usted desea algo, y decide y actúa, y consigue lo que se había propuesto. Eso es lo que importa.

Pregunta. Creí que se había dicho que si se estudian los grupos de “yoes” se llega a entender como estos grupos se ayudan entre sí.

Ouspensky. Lo que importa en este caso es la acción de la voluntad. Al principio solo se nos habla de tres cosas: voluntad, hado y accidente. Luego llegamos a la conclusión de que debe haber una cuarta clase que corresponde al Karma. Pero como esta palabra ha cosechado muchas asociaciones falsas de la teosofía, nosotros usamos las palabras causa y efecto, queriendo implicar algo que sucede en esta vida y se refiere solo a uno mismo, porque desde otro punto de vista el mundo entero esta basado en la ley de causa y efecto.

Pregunta. En esas cuatro categorías, la voluntad con frecuencia no se usa, ¿verdad?

Ouspensky. Hay que usar la voluntad. Nunca estamos preparados para el trabajo, pero debemos trabajar igualmente. Una vez preparados, se nos da otra tarea para la cual de nuevo no estamos preparados.

Pregunta. Conociendo el propio hado, ¿cómo se puede actuar a lo largo de una línea para evitar accidentes?

Ouspensky. No sé lo que usted quiere decir por “conocer el hado”. No tiene nada que ver con la evitación de accidentes. Uno evita accidentes (en el sentido que nosotros le damos) creando causas e incrementando los efectos. Esto se acerca a la voluntad. No es todavía la voluntad, pero se acerca. En una hora o en un día solo hay sitio para que sucedan algunas cosas, de modo que si uno incrementa las causas no queda espacio para los accidentes.

El hado solo se ha de considerar en relación con nuestro estado físico, la salud y cosas parecidas. El hado no tiene nada que ver con el logro. Este empieza con el juego de causa y efecto. Pero el juego de causa y efecto se da cuando el resultado depende de la propia acción, si bien impremeditada. Hay que intentar usar la voluntad en el trabajo (tanto como tengamos). Si uno tiene un centímetro de voluntad y la usa, entonces tendrá dos, luego tres, etc.

Pregunta. ¿Cómo puedo aprender a actuar de modo diferente en la vida para evitar las mismas emociones recurrentes y limitadas que ahora siento?

Ouspensky. Ese es nuestro objetivo; ese es el objetivo de todo el trabajo. He aquí la razón por la que el trabajo se organiza, por la que tenemos que estudiar diferentes teorías, que recordar diferentes reglas, y así sucesivamente. Usted esta hablando del objetivo último. Primero tenemos que trabajar en el sistema. Aprendiendo a actuar en conexión con el sistema y la organización, aprendemos a actuar en la vida. Pero no podemos aprender a actuar en la vida sin pasar primero por el sistema.

Pregunta. Si nosotros solo somos debilidad y no tenemos fuerza, ¿de qué fuente podemos

extraer esa fuerza que es necesaria incluso para empezar a trabajar en nosotros mismos?

Ouspensky. Debemos tener algo de fuerza. Si fuéramos solo debilidad no podríamos hacer nada. Pero si no tuviéramos fuerza en absoluto, no nos habríamos interesado en este trabajo. Tomar consciencia de la situación ya nos da una cierta fuerza, y los nuevos conocimientos no hacen sino aumentarla. Así que tenemos la suficiente como para empezar. Después, con nuevos conocimientos y nuevos esfuerzos, nuestra fuerza aumentará.

A menos que se hagan suficientes esfuerzos desde el principio, el sistema resulta inútil. Los esfuerzos deben ser organizados. ¿Qué quiere esto decir? A menos que uno entienda nuestro trabajo, no estaremos en disposición de poder ayudarlo. Solo podemos ayudar a aquel que entre en nuestro trabajo. Hay que trabajar según tres líneas. Antes de poder entender lo que esto significa en relación con el *trabajo* hay que asumir tres líneas de trabajo en *uno mismo*: *trabajo intelectual* (adquisición de conocimiento), *trabajo emocional* (trabajo en las emociones) y *trabajo en la voluntad* (*trabajo* en la propia acción). Uno no tiene una gran voluntad tal como la del hombre número siete, pero si tiene voluntad en ciertos momentos. La voluntad es la resultante de los deseos. Puede verse en acción en los momentos en los que hay un fuerte deseo de hacer o de no hacer algo. Solo esos momentos son importantes. El sistema solo puede ayudar a aquellos que se dan cuenta de que no pueden controlar su voluntad. Entonces el sistema, o bien les ayudará a controlar su voluntad o bien tales personas tendrán que hacer lo que se les diga.

Pregunta. ¿Es que no existe tal cosa como forzar una situación?

Ouspensky. Eso es lo que puede parecer, pero se trata de algo que en realidad sucedió. Caso de no haber sido de esa manera, simplemente no habría sucedido. Cuando las cosas suceden de una manera, somos llevados por la corriente pero creemos que controlamos la corriente.

Pregunta. Si uno siente por un momento que es capaz de “hacer”, digamos de llevar a cabo una tarea particular en su trabajo cotidiano, ¿cuál es la explicación de esto?

Ouspensky. Si alguien es adiestrado a hacer algo, aprende a seguir un cierto tipo de sucesos, o si lo prefiere, de empezar un cierto tipo de sucesos, y luego ellos mismos se desarrollan y uno corre tras ellos, aunque siempre creyendo que es él quien controla.

Pregunta. Si uno tiene la actitud correcta...

Ouspensky. No, la actitud no tiene nada que ver con esto. La actitud puede ser correcta y el entendimiento correcto y uno encontrarse con que todavía las cosas suceden de un cierto modo. Cualquiera de las cosas corrientes. Resulta muy útil el tratar de recordar ejemplos en los que uno trato de hacer algo de otro modo y ver como uno siempre volvió a la misma cosa incluso aunque la desviación fuera mínima: fuerzas enormes le devuelven a uno a los viejos modos.

Pregunta. ¿Cuándo usted dice que no podemos evitar que las mismas cosas sucedan, quiere decir hasta que nuestro ser cambie?

Ouspensky. No he hablado sobre el trabajo. Lo que he dicho es que es necesario entender

que *por nosotros mismos* no podemos “hacer”. Cuando esto este suficientemente entendido se puede empezar a pensar que es posible hacer: en que condiciones, con que conocimiento y que ayuda es necesaria. Pero primero es necesario convencerse de que, en la vida ordinaria, si uno intenta hacer algo diferente se encuentra con que no puede. Cuando esto se entienda emocionalmente será posible ir más lejos.

Pregunta. Si somos máquinas, ¿cómo podemos cambiar nuestro ser?

Ouspensky. Usted no puede esperar hasta que cambie. Hay un principio muy importante en el trabajo (nunca hay que trabajar de acuerdo con las propias fuerzas, siempre por encima de ellas). Esto es un principio permanente. En el trabajo siempre hay que hacer más de lo que se puede. Solo entonces se puede cambiar. Si solo se hace lo que es posible se permanece en el mismo lugar. No hay que considerar la palabra “imposible” en una gran escala, pero incluso un poco significa mucho. Hay que hacer más de lo que se puede o nunca se cambiará. En esto es diferente de la vida, en la vida sólo se hace lo que es posible.

Pregunta. Me gustaría encontrar el modo de tomar una decisión de trabajar de la que no pudiera volverme atrás.

Ouspensky. Esta es una de nuestras mayores ilusiones, la de que podemos tomar decisiones. Para poder tomar decisiones es necesario *ser*, porque, tal como ahora somos, un pequeño “yo” toma decisiones y otro “yo” que no sabe nada de ellas se supone que ha de llevarlas a cabo. Esta es una de las primeras cosas a entender, es decir, que tal como somos no podemos tomar decisiones ni incluso en las cosas más pequeñas (“las cosas simplemente suceden”). Pero cuando se entiende esto correctamente, entonces se empiezan a buscar las causas, y cuando se encuentran, se puede empezar a trabajar y quizá a tomar decisiones, pero durante un largo período solo en relación con el trabajo y con nada más.

La primera cosa que hay que decidir es la de hacer el propio trabajo y hacerlo regularmente, la de recordarse a uno mismo sobre ello, la de no dejar que la cosa resbale. Olvidamos con demasiada facilidad. Decidimos hacer esfuerzos (cierto tipo de esfuerzos y cierto tipo de observaciones) y entonces cosas de lo más corrientes, octavas ordinarias, lo interrumpen todo y lo olvidamos por completo. De nuevo recordamos y de nuevo olvidamos, y así sucesivamente. Es necesario olvidar menos y recordar más. Es necesario mantener ciertas realizaciones, ciertas cosas que ya se han asimilado y entendido, siempre presentes. Hay que intentar no olvidarlas.

La principal dificultad es *qué* hacer y *cómo* conseguir que uno lo haga. Hacerse a uno mismo pensar regularmente, trabajar regularmente, esa es la cosa. Solo entonces se empieza a verse a uno mismo, es decir, a ver que es lo más importante y que es lo menos, en donde poner la atención, y así sucesivamente. ¿Qué es lo que sucede sino? Se decide trabajar, hacer algo, cambiar las cosas (y luego se sigue justo en el mismo sitio). Intenten pensar sobre su trabajo, sobre lo que están intentando hacer, por que lo están intentando hacer, que es lo que les ayuda a hacerlo y que les obstaculiza, tanto desde dentro como desde fuera. Puede también ser útil el pensar sobre acontecimientos externos porque nos enseñan sobre todo lo que depende del hecho de que la gente esta dormida, de que son incapaces de pensar correctamente, de entender profundamente. Una vez visto esto fuera, se debe aplicar a uno mismo. Se verá entonces como prevalece en uno mismo la misma confusión en todo tipo de temas. Es difícil pensar, difícil ver donde empezar a pensar. Una vez comprendido

esto, se puede empezar a pensar correctamente. Si uno consigue pensar correctamente sobre algo, eso inmediatamente le ayudará a pensar correctamente sobre otras cosas. El problema es que la gente no piensa correctamente sobre nada.

Ouspensky. ¿Qué significa trabajar prácticamente? Significa trabajar no solo en el intelecto sino también en las emociones y en la voluntad. Trabajar en el intelecto significa pensar de un nuevo modo, creando nuevos puntos de vista, destruyendo ilusiones. Trabajar en las emociones significa no expresar emociones negativas, no identificarse, no considerar, y después también trabajar en las emociones mismas. Trabajar en la voluntad, ¿qué significa? ¿Qué es la voluntad en los hombres números uno, dos y tres? Es la resultante de los deseos. La voluntad es la línea de deseos combinados, y nuestros deseos cambian constantemente (no tenemos una línea permanente). Así, la voluntad corriente depende de los deseos, y los deseos pueden ser muy diferentes: deseo de hacer algo y deseo de no hacerlo. El hombre no tiene voluntad, sino solo obstinación y cabezonería.

Tenemos que preguntarnos sobre que factores se basa la voluntad del hombre número siete. Por necesidad ha de estar basada en la plena consciencia, y esto implica conocimiento y entendimiento en conexión con la consciencia objetiva y el “yo” permanente. Así que son necesarias tres cosas: conocimiento, consciencia y “yo” permanente. Solo aquellos con las tres cosas pueden tener verdadera voluntad, es decir, una voluntad que sea independiente de todo lo demás y que solo este basada en la consciencia, en el conocimiento y en un “yo” permanente.

Ahora preguntémosnos en que se basa la obstinación. Siempre en la oposición. Hay obstinación cuando, por ejemplo, alguien ve que otro no sabe como hacer una cosa y cuando le dice que se lo va a explicar, el otro dice: “No, lo haré yo mismo”. La obstinación brota de la oposición. En general puede convertirse en un tipo de hábito.

Para estudiar como empezar a trabajar en la voluntad, como transformar la voluntad, uno tiene que renunciar a la propia voluntad. Lo cual es una expresión muy peligrosa si se entiende mal. Es importante entender correctamente qué es lo que significa renunciar a la propia voluntad. La cuestión es como hacerlo. Primero, uno debe intentar conectar y coordinar los pensamientos, palabras y acciones, con las ideas, requerimientos e intereses del sistema. Tenemos demasiados pensamientos accidentales que cambian toda la perspectiva. Si queremos estar en el trabajo, tenemos que verificar todos nuestros pensamientos, palabras y acciones desde el punto de vista del trabajo.

Algunos de ellos pueden dañar al trabajo. Así que, si usted desea trabajar, deja de ser libre: usted debe perder la *ilusión* de libertad. La pregunta es: ¿tenemos libertad? ¿Tenemos algo que perder? La única libertad que tenemos es la de hacer daño al trabajo y a la gente.

Aprendiendo a no dañar al trabajo aprendemos a no dañarnos a nosotros mismos, a no ejecutar acciones inconexas e irresponsables. Así que no renunciamos a nada real.

Ouspensky. La determinación y definición del objetivo constituye un momento muy importante en el trabajo. Sucede, por lo general, que uno define muy bien el objetivo, en la dirección perfectamente acertada, solo que ha elegido un objetivo demasiado lejano. Entonces, con este objetivo en mente, uno empieza a aprender y a acumular material. La siguiente vez que uno intenta definir el objetivo, lo hace de un modo algo diferente,

encontrando un objetivo un poco más cercano. La vez siguiente de nuevo un poco más cercano, y así sucesivamente hasta que uno encuentra un objetivo que esta bastante próximo (mañana o pasado mañana). Este es realmente el modo correcto en relación a los objetivos si hablamos sobre ellos sin palabras específicas. Pero, además, podemos encontrar muchos que ya han sido mencionados de una forma definida. "Ser uno". Correcto, muy buen objetivo. "Ser libre". ¿Cómo? Solo adquiriendo control de la máquina. Uno puede decir: "Quiero ser consciente" Muy bien. Otro: "Quiero tener voluntad" Perfecto. "Quiero estar despierto." También muy bueno. Todos estos son objetivos en la misma línea, solo que a diferentes distancias.

Pregunta. He llegado a la conclusión de que la mayoría de mis objetivos son demasiado remotos y me gustaría trabajar más en el lado práctico.

Ouspensky. Si, porque antes de que usted pueda alcanzar objetivos remotos hay muchas cosas que usted tiene que hacer aquí y ahora, y esa es la diferencia entre el nuestro y casi todos los sistemas. Casi todos los demás sistemas empiezan al menos diez mil millas por delante y carecen de significado práctico. Pero nuestro sistema empieza en esta habitación. Esa es la diferencia, y eso es lo que hay que entender antes que nada.

Una y otra vez tenemos que volver a la cuestión de qué es lo que queremos del trabajo. No usen la terminología del sistema, pero averigüen que es lo que quieren. Si ustedes dicen que quieren ser conscientes, eso esta muy bien, pero ¿por qué? ¿Qué es lo que quieren conseguir siendo conscientes? No piensen que pueden responder inmediatamente a esta pregunta. Es muy difícil. Pero deben ustedes seguir volviendo a ella. Y deben saber que antes de que llegue el momento de que ustedes consigan lo que quieren deben tener una idea clara de lo que es. Esta es una condición necesaria. Nunca podrán conseguir nada hasta que sepan el qué y puedan decir "yo quiero esto". Entonces puede que ustedes lo consigan o puede que no. Pero lo que es seguro es que no se puede alcanzar sin antes saber qué es. Además, hay que querer las cosas en el orden correcto.

Pregunta. ¿Qué es lo que quiere decir?

Ouspensky. Uno debe estudiar y entender el orden correcto de posibilidades. Esto es un tema muy interesante.

Pregunta. ¿Quiere usted decir en el sistema?

Ouspensky. Con la ayuda del sistema. Pero usted puede formularlo a su manera. Usted debe ser sincero consigo mismo. Debe saber exactamente lo que quiere y entonces preguntarse: "¿Podrá el sistema ayudarme a conseguirlo?", y así sucesivamente. Pero es necesario saber lo que quiere.

Nunca somos el mismo durante dos días seguidos. Algunos días tendremos más éxito. Otros menos. Todo lo que podemos hacer es controlar lo que podemos. Nunca podremos controlar cosas difíciles si antes no controlamos las fáciles. Cada día y cada hora se presentan cosas que podemos controlar y no lo hacemos; así que no podemos tener nuevas cosas que controlar. Estamos rodeados de cosas que ignoramos. Principalmente, no controlamos nuestro pensamiento. Pensamos en lo que queremos de un modo vago, pero si no llegamos a formular lo que queremos, entonces nada sucederá. Esta es la primera condición, aunque

hay muchos obstáculos.

He hablado sobre esta cuestión del objetivo porque les aconsejo que piensen sobre ello, que revisen lo que ya hayan pensado sobre los objetivos y que piensen en como definirían ahora su objetivo tras un estudio de estas ideas. Es inútil definir un objetivo que no pueda alcanzarse. Pero si ustedes definen un objetivo que pueden esperar alcanzar, entonces su trabajo será serio, consciente.

Si se me preguntara sobre esto, yo respondería que lo que un hombre puede conseguir, lo que se le puede prometer siempre que trabaje, es que después de algún tiempo de trabajo se verá a sí mismo. Las demás cosas a conseguir, tales como consciencia, unidad, conexión con los centros superiores, etc., todo esto viene después de lo anterior, y no sabemos en que orden se presenta. Pero debemos recordar una cosa: hasta que no consigamos esto (hasta que no nos veamos a nosotros mismos) no podemos conseguir nada más. Solo cuando empezamos a trabajar con este objetivo en perspectiva podemos decir que hemos empezado a trabajar de verdad. Así que, después de algún tiempo, debemos ser capaces de formular nuestro objetivo inmediato como el de verse a uno mismo. No *conocerse* a uno mismo (eso vendrá después), sino solo *verse* a uno mismo.

Ouspensky. Incluso el conocimiento y el entendimiento no bastan si uno no trabaja en el ser. Si la voluntad no crece al mismo tiempo, uno puede entender mucho y no ser capaz de hacer nada.

Pregunta. ¿Dice usted que es posible entender y sin embargo no poder hacer nada al respecto?

Ouspensky. Sí, si desde el principio uno no empieza a hacer esfuerzos serios para desarrollar la voluntad. Si la voluntad permanece infradesarrollada, el crecimiento en entendimiento no podrá servir de mucho. Uno puede entender muchísimo y sin embargo no ser capaz de hacer nada al respecto.

Pregunta. ¿Es la voluntad parte del ser?

Ouspensky. Sí, lo mismo que la consciencia o el entendimiento. Pero si usted trabaja mucho en el entendimiento y deja la voluntad a un lado, ésta en lugar de hacerse más fuerte se debilitará, o al menos permanecerá como estaba. Con nuestra voluntad (hablo de la voluntad de los hombres números uno, dos y tres) solo podemos controlar un centro, y esto usando toda la concentración de que somos capaces. Nunca podemos controlar dos o tres centros, y sin embargo los centros dependen unos de otros. Supongamos que decidimos controlar un centro y, mientras tanto, otros centros empiezan a operar por sí mismos, entonces inmediatamente su acción corromperá a la del centro que queremos controlar que retornará a un tipo de reacción mecánica.

Pregunta. ¿Cómo se puede llegar a este tipo de voluntad?

Ouspensky. Esto ya se ha explicado en relación con el ejercicio de "parar"¹. Aquellos que

¹ Para una descripción del ejercicio de "parar", véase P. D. Ouspensky: *In Search of the Miraculous*; págs. 351-6, Nueva York, y Londres, 1950.

asistieron a la conferencia sobre el ejercicio de “parar” lo recordarán. Controlar más de un centro es la base de ese ejercicio, lo cual solo puede conseguirse si uno se pone bajo otra voluntad, porque la propia es insuficiente. A veces puede llegar a ser necesario controlar cuatro centros, y el máximo de energía de la propia voluntad solo puede controlar uno. Por eso se hace necesaria otra voluntad. Por eso es necesaria la disciplina de escuela con todos sus ejercicios.

Pregunta. ¿Cómo podemos trabajar contra la obstinación? ¿Es posible que nosotros, tal como somos, reconozcamos los momentos en los que tenemos verdadera voluntad?

Ouspensky. No verdadera voluntad; no podemos tener tal cosa. Todo lo que tenemos es volición egoica y obstinación, o bien pequeñas voluntades que cambian todo el tiempo. La verdadera voluntad esta muy lejos de eso. Está basada en el “yo” permanente, en la consciencia y en la individualidad. No la tenemos.

Sobre como trabajar contra la obstinación: puede usted estudiar el sistema. En él hay ciertas demandas: cosas que usted debe o no debe hacer. Por ejemplo, usted no debe hablar, porque si lo hace solo dirá mentiras. No se puede hablar sobre el sistema antes de conocerlo y entenderlo. De este modo, desde el mismo principio, usted se encuentra con ideas del trabajo opuestas a la obstinación. Si usted se olvida del trabajo no estará trabajando contra la obstinación. El único modo de trabajar contra ella es recordar el trabajo. Puede que en un momento dado el trabajo no entre en absoluto, pero lo hará en otro momento, y entonces usted podrá entender lo que significa renunciar a la obstinación. Pregúntese: ¿es esto correcto desde el punto del trabajo o no? Así se lucha contra la obstinación.

Primero es necesario entender lo que es la voluntad. No tenemos voluntad; solo cabezonería y obstinación. La obstinación es presunción o agresividad. La cabezonería es ir contra algo, contra las reglas, contra lo que sea. Ambas conllevan un tipo de oposición a algo y de esa forma existen. El hombre no tiene una voluntad originaria que pueda existir sin oposición y que sea permanente. Por eso es necesario sojuzgarla. Este sometimiento la adiestra para que luego pueda seguir una línea definida. Una vez que la voluntad se ha vuelto suficientemente fuerte ya no es necesario limitarla. O sea, que no se puede dar a la voluntad tal y como esta. Ahora va en todas direcciones. Tiene que ser entrenada, y para conseguirlo es necesario hacer muchas cosas desagradables.

En el hombre corriente, la voluntad va en zigzag, o bien se mueve en un círculo. La voluntad pone de manifiesto la dirección de los esfuerzos. El esfuerzo es nuestra moneda. Debemos pagar con esfuerzo. Obtenemos resultados en proporción a la intensidad de nuestros esfuerzos y a su tiempo de aplicación (en el sentido de si es el momento correcto o no). El esfuerzo precisa conocimiento (conocimiento de los momentos en los que el esfuerzo es útil). Los esfuerzos que podemos hacer son esfuerzos de auto observación y de auto recuerdo. Cuando la gente oye hablar de esfuerzo siempre piensa que es un esfuerzo de “hacer”. Sin embargo, eso es siempre un esfuerzo perdido o equivocado. El esfuerzo de auto observación y de auto recuerdo es un esfuerzo correcto porque puede dar resultados.

Pregunta. ¿Porqué dijo usted que es necesario recordarse cuando es más difícil?

Ouspensky. Usted sabe que no debe hacer algo. Pero una parte de usted quiere hacerlo.

Entonces usted se recuerda a usted mismo y lo para. El auto recuerdo lleva consigo un elemento de voluntad. Si no fuera nada más que sonar, “yo soy”, “yo soy”, “yo soy”, no sería nada. Debe usted dedicar un cierto tiempo simplemente a estudiar lo que significa recordar, y lo que significa no recordar, y el efecto que ambos tienen. Después usted podrá inventarse muchos procedimientos para recordarse a usted mismo. En realidad, el auto recuerdo no es algo abstracto o intelectual; es un momento de voluntad. No es pensamiento; es acción. Significa haber incrementado el control. ¿Sino, para que serviría? Solo podemos controlarnos en un momento de auto recuerdo. El control mecánico que se adquiere mediante el adiestramiento y la educación (cuando a uno se le enseña como comportarse en ciertas circunstancias) no es un verdadero control.

Ouspensky. No solo consciencia: Significa también una cierta capacidad de acción en una dirección, para hacer lo que uno quiere. Vea usted, en nuestro modo lógico de pensar, según el conocimiento de tipo lógico, la consciencia es algo aparte de la voluntad. Pero consciencia *significa* voluntad. En lengua rusa, por ejemplo, “voluntad” es la misma palabra que “libertad”. La palabra “consciencia” significa una combinación de todo el conocimiento: como si se tuviera delante todo el propio conocimiento delante de uno al mismo tiempo. Pero consciencia también significa voluntad, y voluntad significa libertad.

Pregunta. ¿Qué significa renunciar a la voluntad?

Ouspensky. Dar el infantilismo, la ineficacia y la mentira.

Pregunta. ¿Renunciar a la volición egoica supone renunciar a los propios juicios?

Ouspensky. Depende en que. ¿Qué significa abandonar la voluntad? ¿Cómo se puede conseguir esto? Han confundido las ideas sobre esto. Para empezar, ustedes lo conciben como una acción final: ustedes renuncian a la voluntad y entonces ya no tienen más voluntad. Esto es una ilusión porque, en realidad, no hay tal voluntad para ser abandonada. Nuestra voluntad dura aproximadamente tres minutos. La voluntad se mide en términos de tiempo. Si una vez renunciamos a tres minutos de voluntad, al día siguiente otros tres minutos se desarrollaran. Renunciar a la voluntad es un proceso continuo, no una única acción. Una acción aislada no significa nada. La segunda equivocación es olvidar aquellos principios a los que uno renuncia a su voluntad, tales como las reglas. Por ejemplo, sea la regla que impide hablar sobre este sistema. El deseo natural es hablar, pero si uno se para significa que renuncia a su voluntad, que obedece a esta regla. Hay muchos otros principios en los que hay que renunciar a la voluntad para poder seguirlos.

Pregunta. ¿Renunciar a la propia voluntad significa no actuar sin entendimiento?

Ouspensky. Ustedes ven, esa es otra de sus equivocaciones. Ustedes piensan que renunciar a la voluntad significa *hacer* algo. Eso sucede muy raras veces. La mayor parte de las veces lo que se les dice es que *no* hagan algo. Y esto supone una gran diferencia. Por ejemplo, quieren ustedes explicar a alguien lo que piensan de él, y no deben hacerlo. Es una cuestión de entrenamiento. La voluntad puede crecer si un hombre trabaja en sí mismo y hace que su voluntad obedezca a los principios del trabajo. Las cosas que no conciernen al trabajo no pueden ser conectadas con él, pero cuanto más se implica uno en el trabajo más cosas empiezan a incidir sobre el mismo. Sin embargo, eso lleva tiempo.

Cuando llega la oportunidad y se le dice a alguien que haga algo, o por el contrario que no lo haga, éste se opone a ello por lo que le parecen las mejores de las razones. De ese modo pierde la oportunidad. Pasa el tiempo y después se da cuenta de que ha perdido su oportunidad, pero ésta ya no puede ser reemplazada con nada. Ese es el castigo a la obstinación.

Sobre la idea de renunciar a la propia voluntad: hay que repetir que los hombres números uno, dos y tres no tienen voluntad, sino obstinación y cabezonería. Intenten entender lo que esto significa. Ser cabezota significa que uno quiere hacer o hace de hecho algo prohibido, simplemente porque esta prohibido.

Y un ejemplo de obstinación es cuando alguien ve que estás intentando hacer algo y que no sabes como hacerlo y quiere ayudarte, pero le dices: "No, lo haré por mí mismo." Esos son los dos tipos de voluntad que tenemos. Ambos están basados en la oposición. La voluntad real debe basarse en la consciencia, en el conocimiento y en "yo" permanente. Tal como somos no la tenemos. Todo lo que tenemos es obstinación y cabezonería. Nuestra voluntad es el resultado de los deseos. Los deseos pueden estar bien escondidos. Por ejemplo, alguien desea criticar a otra persona y llama a eso sinceridad. Pero el deseo de criticar puede ser tan fuerte que para pararlo tendría que hacer un gran esfuerzo, y un hombre no puede por sí mismo hacer grandes esfuerzos.

Para poder crear voluntad hay que intentar coordinar cada acción con las ideas del trabajo. Hay que preguntarse en cada acción: ¿Cómo se verá esta acción desde el punto de vista del trabajo? ¿Me resultara útil o dañina, o bien lo será para el trabajo? Si no lo sabemos podemos preguntar. Después de permanecer un largo tiempo en el trabajo no habrá prácticamente una sola acción que no incida sobre él. No hay acciones independientes. De ese modo, no se es libre, en el sentido de que no se puede actuar locamente y sin discriminación. Hay que pensar antes de actuar. Este es el único procedimiento para la creación de voluntad, y para llevarlo a cabo es necesario el trabajo organizado de escuela. Sin escuela no se va a ninguna parte.

Pregunta. Al hablar sobre la voluntad, usted ha dicho que primero tendríamos la voluntad de otras personas y luego la nuestra. ¿Cómo venimos a estar bajo la voluntad de otras personas?

Ouspensky. Cuando se entra en contacto con la segunda y la tercera línea del trabajo necesariamente se entra en contacto con la voluntad de otros.

Pregunta. ¿No es para la expresión de las emociones negativas más o menos la misma cosa que renunciar a la cabezonería?

Ouspensky. ¿Por qué quiere usted traducir una cosa a la otra? La cabezonería puede presentar muchas formas sin conexión definida con las emociones negativas.

Pregunta. Me parece que renunciando a la obstinación se consigue lo que se desea; que renunciando al deseo se obtiene el resultado deseado.

Ouspensky. Eso no es obstinación. La obstinación no contiene a todo lo que se quiere. Si se tiene hambre y se quiere comer, eso no es obstinación. Obstinación significa actuar por uno

mismo y, en nuestro caso, no tomar en consideración al trabajo ni a los principios del trabajo. Estamos hablando de los principios del trabajo y de la obstinación. Podemos hacer las cosas a nuestra manera o no. Si es mi obstinada volición el blasfemar, por ejemplo, y yo renuncio a ella porque va contra los principios del trabajo, ¿dónde están los resultados deseados de los que usted habla?

Como dije antes, la obstinación esta siempre conectada con la propia opinión, con el pensar que se sabe algo. Entonces se viene a una escuela y uno se da cuenta de que no sabe nada. De ahí que una preparación sea necesaria para la escuela. Normalmente estamos llenos de opiniones propias y de obstinaciones. La obstinación es como un niño que dice: "Ya lo sé. Lo haré solo". La obstinación tiene muchas facetas. Se le dice a alguien que no haga algo y al instante quiere hacerlo. Se le dice a alguien que algo está mal y al instante dice: "No, yo lo se mejor". El que va a una escuela debe estar preparado a aceptar la enseñanza y la disciplina de la escuela. Tiene que ser libre de aceptarla o no; sino no sirve para nada. No se puede adquirir voluntad hasta no haber renunciado a la obstinación. Del mismo modo que no se puede conseguir conocimiento hasta no haber renunciado a las opiniones personales.

Pregunta. Debe uno romper la obstinación por sí mismo, o es algo a ser hecho desde afuera?

Ouspensky. Es algo que tiene que hacer uno mismo, y hay que haberla quebrado suficientemente para poder estar en una escuela. Hay que estar lo suficientemente libre de su acción como para poder aceptar las cosas sin lucha. No se pueden mantener todos los viejos puntos de vista y opiniones y adquirir otros nuevos al mismo tiempo. Hay que ser lo suficientemente libres como para renunciar a lo viejo, al menos temporalmente. Hay que ser capaces de entender la necesidad de la disciplina. No se puede crear voluntad hasta no haber aceptado una disciplina.

Ouspensky. Supongamos que alguien es hecho consciente por otra persona; se convertiría en un instrumento en manos de los demás. Los propios esfuerzos son necesarios porque si no, incluso si alguien es vuelto consciente, sería incapaz de usar su consciencia. Está en la misma naturaleza de las cosas el que la consciencia y la voluntad no puedan darse. Todo debe ser comprado, nada es gratis. Lo más difícil es aprender como pagar. Uno consigue exactamente tanto como paga, pero si esto se pudiera explicar en unas pocas palabras no habría ninguna necesidad de ir a una escuela.

Si entendiéramos lo que significa el desarrollo, veríamos que el hombre solo puede evolucionar por sus propios esfuerzos. La voluntad no se puede desarrollar mecánicamente; la conciencia no se pueda desarrollar inconscientemente, no puede crecer de la nada, hay que pagar por todo. Lo cual nos trae de nuevo a la cuestión de las escuelas y de por que hay que estar preparado para una escuela. Hay que tomar consciencia de la propia posición y hay que estar preparado para pagar. Cuanto más este uno dispuesto a pagar más obtiene. Nada puede darse. Lo mismo se aplica a la compasión. Si uno tiene algo y quiera darlo resulta que no puede. La naturaleza de la cosa que uno quiere dar es tal que los demás *deben* pagar por ella. Uno no puede conseguir que ellos la tomen; tienen que quererla mucho y estar dispuestos a pagar por ella. No hay otro modo. Solo entonces puede llegar a ser suya; si no, se pierde.

El pago no tiene nada que ver con dar dinero ni nada por el estilo. El pagar es más bien un

principio. El dar dinero y servicio es una cuestión de posibilidad. Desgraciadamente solo tenemos una palabra, “pago”, de modo que hay que usarla en diferentes sentidos. El pago con dinero depende en parte del entendimiento y en parte de las posibilidades. El otro tipo de pago es algo mucho más importante y debe ser entendido como algo absolutamente necesario.

Pregunta. Encuentro que trabajo por resultados inmediatos y no para despertar. ¿Es eso un objetivo equivocado?

Ouspensky. No es cuestión aquí de correcto o equivocado, sino solo de conocer el propio objetivo. El objetivo debe estar siempre en el presente y referirse al futuro.

Pregunta. El intentar definir mi objetivo me ha llevado a ver que no sé cual es y que tengo que averiguarlo antes de poder seguir adelante.

Ouspensky. Me temo que usted solo piensa en ello de un modo abstracto. Simplemente imagínese yendo a una gran tienda con muchos departamentos. Usted debe saber que es lo que quiere comprar. ¿Cómo puede usted conseguir algo si no sabe lo que quiere? Este es el modo de aproximarse al problema. La primera pregunta es; ¿qué es lo que quiero? Una vez sabido esto, la siguiente pregunta será: ¿merece la pena pagar por ello, y tengo suficiente dinero? Pero la primera pregunta es: “¿Qué?”

El pago constituye un principio de la máxima importancia en el trabajo y hay que entender que es absolutamente necesario. Sin pagar no se puede conseguir nada; y solo podrá conseguir en la medida en que pague, nada más.

En Petersburgo se planteo esta pregunta: “Si uno paga más, y más, y más, ¿puede uno conseguir algo?” Eso significa sacrificio. Pero no debe haber demasiada obstinación, incluso sobre el sacrificio.

Pregunta. En nuestro estado actual, ¿podemos juzgar lo que es una acción moral?

Ouspensky. Es muy fácil equivocarnos, pero, al mismo tiempo, podemos. Estamos sólo empezando. Cuanto más control tengamos, mayor será nuestra consciencia. Y la consciencia en este sentido incluye a la voluntad. En nuestro estado ordinario, sin control, solo podemos hablar de moral convencional, pero con más control nos volvemos más responsables. Cuanto menos consciencia tengamos, más serán nuestras acciones contrarias a la moralidad. En cualquier caso, lo primero para que una acción sea moral es que sea consciente.

4

Las emociones negativas

Una síntesis de algunos de los dichos y escritos de P. D. Ouspensky sobre el tema de las emociones negativas.

Prefacio

Nuestro punto de partida en esta síntesis es que, por lo corriente, casi todo lo que *sentimos* es imaginario, y si bien puede no ser inmediatamente desagradable, es susceptible de llegar a serlo en cualquier momento. El objetivo de la síntesis es mostrar que hay métodos para reducir rápidamente muchas de esas emociones negativas e imaginarias: posibilidades de eliminar gradualmente la mayor parte de ellas y posibilidades remotas de sustituir nuestras emociones negativas e imaginarias con emociones reales y positivas.

La síntesis ha sido elaborada a partir de dichos y escritos inéditos de P. D. Ouspensky, con la excepción de algunas descripciones de términos que han sido tomados de la edición privada de sus *Psychological Lectures, 1934-40*. Allí donde ha sido posible, como ha sucedido casi siempre, se han usado las mismas palabras de Ouspensky. Al hacer los cambios necesarios para presentar el material con la continuidad debida, se ha tenido un especial cuidado en no distorsionar el significado de Ouspensky ni en añadir ningún tipo de adorno al texto.

1

El término “emociones negativas” comprende a todas las emociones de violencia o depresión: auto-compasión, ira, sospecha, miedo, enfado, aburrimiento, desconfianza, celos, etc. De ordinario se acepta esta expresión de emociones negativas como completamente natural o incluso necesaria. Muy a menudo recibe el nombre de “sinceridad”. Por supuesto, no tiene nada que ver con la sinceridad; es sólo un síntoma de debilidad en la persona, un signo de mal carácter y una incapacidad para guardar para uno mismo las propias penas. Tomamos consciencia de ello cuando tratamos de oponernos a esta tendencia, y de esto aprendemos otra lección. Nos damos cuenta de que en relación con las manifestaciones mecánicas no es suficiente observarlas, es necesario resistirlas, porque sin resistirlas no podemos observarlas. Suceden tan rápido, tan habitualmente y tan imperceptiblemente, que no podemos percibir las a menos que hagamos suficientes esfuerzos para crearlas obstáculos.

Las emociones negativas constituyen un terrible fenómeno. Ocupan un enorme lugar en nuestra vida. Se puede decir de mucha gente que todas sus vidas están reguladas y controladas, y en última instancia son arruinadas por las emociones negativas. Al mismo tiempo, no puede decirse que las emociones negativas representen ningún papel útil en nuestras vidas. No ayudan a nuestra orientación, no nos dan ningún conocimiento, no nos

guían de modo sensato. Por el contrario, echan a perder todos nuestros placeres, hacen que la vida nos sea un peso difícil de llevar y muy eficazmente impiden nuestro posible desarrollo, porque no hay nada más mecánico en nuestras vidas que las emociones negativas.

Las emociones negativas escapan siempre a nuestro control. Aquellos que piensan que pueden controlar sus emociones negativas y manifestarlas a voluntad simplemente se engañan a sí mismos. Las emociones negativas están basadas en una identificación², si la identificación se destruye en un caso particular, las emociones negativas desaparecen. El hecho más extraño y fantástico sobre las emociones negativas es que, de hecho, son reverenciadas por todos. Lo que más le cuesta admitir al hombre mecánico corriente es que las emociones negativas propias y ajenas no tienen ningún valor y no contienen nada noble, ni bello, ni fuerte. En realidad, las emociones negativas no contienen sino debilidad, y a menudo son el principio de la histeria, de la locura o del crimen. Lo único bueno que se puede decir de ellas es que, siendo completamente inútiles y creadas artificialmente por la imaginación y las identificaciones, pueden ser destruidas sin que eso suponga ninguna pérdida, y ésta es la única oportunidad de escape que el hombre tiene.

En realidad, tenemos mucho más poder sobre las emociones negativas de lo que pensamos, particularmente cuando nos hemos convencido de lo peligrosas que son y de lo urgente que resulta el luchar contra ellas. Pero encontramos demasiadas excusas contra ellas y nadamos en los mares de la auto-compasión o del egoísmo, encontrando fallos en todo excepto en nosotros mismos.

Antes de decir nada más sobre las emociones negativas es necesario que recapitulemos muy brevemente la idea fundamental sobre la que se basa nuestro estudio del hombre. El hombre, tal como le conocemos, no es un ser completo. La naturaleza le desarrolla solo hasta un cierto punto, y luego le deja para que siga creciendo por sus propios esfuerzos y recursos, o bien para que viva y muera tal como ha nacido. El hombre se atribuye a sí mismo muchos poderes, facultades y propiedades que no posee, y que nunca llegará a poseer a menos que pueda desarrollarse hasta convertirse en un ser completo. El hombre no se da cuenta de que, de hecho, él no es más que una máquina sin movimientos independientes, la cual es puesta en funcionamiento por las circunstancias externas. La más importante de las cualidades que el hombre se atribuye a sí mismo, pero que no posee, es la consciencia. Por consciencia entendemos un tipo particular de apercebimiento en el hombre. La consciencia de sí mismo, de quién es, de lo que siente o piensa, o de dónde se encuentra en ese momento. Hay que recordar que el hombre no es igualmente consciente todo el tiempo y que, según el modo en el que nosotros estudiamos al hombre, consideramos que él tiene la posibilidad de cuatro estados diferentes de consciencia. Son los siguientes: *sueño, estado de vigilia o consciencia relativa, tercer estado de consciencia o auto-consciencia y cuarto estado de*

²² El “identificarse” o la “identificación” es un curioso estado en el que el hombre pasa la mitad de su vida, estando en estado de sueño la otra mitad. El se identifica con todo: con lo que dice, con lo que siente, con lo que cree, con lo que no cree, con lo que desea, con lo que no desea, con lo que le atrae, con lo que le repele. Todo se convierte en *él* o, mejor dicho, *él* se convierte en *ello*. Se convierte en lo que le gusta y en lo que le disgusta. Esto significa que en estado de identificación el hombre es incapaz de separarse del objeto de su identificación. Es difícil encontrar una mínima cosa con la que el hombre sea incapaz de identificarse. Al mismo tiempo, en estado de identificación es cuando el hombre tiene menos control sobre sus reacciones mecánicas.

La identificación, su significado, causas y resultados, esta extremadamente bien descrita en *Writings from the Philokalia*, trad. por E. Kadloubovsky y G. E. Palmer, pagina 338, párrafos 34-6, Londres, 1951.

consciencia o consciencia objetiva. Pero en la vida ordinaria el hombre no sabe nada de lo que es consciencia objetiva y no hay experimentos posibles en esta dirección. De hecho, el hombre vive en sólo dos estados: una parte de su vida la pasa dormido y la otra en lo que es llamado estado de vigilia pero que en realidad se diferencia muy poco del sueño. Por consiguiente, cuando hablamos de consciencia nos referimos a un estado de mayor amplitud que nuestro estado ordinario de vigilia. Sobre este estado no tenemos control, pero sí sobre el modo en que pensamos sobre él y podemos construir nuestro pensamiento de modo que la consciencia se produzca. Dando a nuestros pensamientos una dirección que tendrían en un momento de consciencia, podemos inducirla. Llamamos a esta práctica *auto recuerdo*.

En relación con nuestro estudio del hombre hablamos además de la necesidad de entender las cuatro funciones de la máquina humana (pensamiento, sentimiento, movimiento e instinto) y de intentar observar las diferencias en cualidad de sus manifestaciones en cada uno de los tres estados de consciencia. Las cuatro funciones pueden manifestarse en el sueño, pero sus expresiones resultan ilusorias y poco fiables; además, no pueden usarse en modo alguno, simplemente “van a su aire”. En el estado de consciencia relativa, o estado de vigilia, ya pueden hasta cierto punto, servir para nuestra orientación. Sus resultados pueden ser comparados, verificados, enderezados, y aunque pueden crear muchas ilusiones, en nuestro estado ordinario no tenemos nada más y debemos aprovecharlos lo mejor posible. Si supiéramos la cantidad de falsas observaciones, falsas teorías, falsas deducciones y conclusiones hechas en este estado, dejaríamos por completo de creer en nosotros. Pero los hombres no comprenden lo engañosas que sus observaciones y teorías pueden llegar a ser y continúan creyendo en ellas. Es esto lo que les impide observar los raros momentos en los que sus funciones se manifiestan en conexión con chispazos del tercer estado de consciencia o auto-consciencia.

La observación de las funciones es un trabajo largo. Hay que encontrar muchos ejemplos de cada una. Empezamos viendo que no podemos estudiar todo al mismo nivel, que no podemos observarnos imparcialmente. Inevitablemente observamos que algunas funciones están bien y que otras resultan indeseables desde el punto de vista de nuestra meta. Y debemos tener siempre una meta si queremos que cualquier estudio tenga resultados. Si nos conscienciamos como dormidos, la meta será despertar. Si nos conscienciamos como máquinas, la meta será dejar de serlo. Si queremos ser más conscientes, debemos estudiar lo que nos impide recordarnos a nosotros mismos. Así que tendremos que introducir una cierta valoración de las funciones desde el punto de vista de si son útiles o perjudiciales para el auto recuerdo. Si se hace un esfuerzo serio para observar por uno mismo a las funciones se percibirá una cosa. Se percibirá que, de ordinario, se piense lo que se piense, se haga lo que se haga, se sienta lo que se sienta, uno no se recuerda a sí mismo. Al mismo tiempo se encontrara que, si se hacen suficientes esfuerzos durante un tiempo suficientemente largo, se puede incrementar la capacidad de auto recuerdo. Se empieza a recordarse a uno mismo más a menudo y más intensamente. Se empieza a recordarse a uno mismo en conexión con más ideas, tales como la idea de consciencia, la idea del trabajo, la idea del auto-estudio.

La cuestión es: ¿cómo vamos a recordarnos a nosotros mismos, cómo vamos a hacernos más conscientes?

Si se piensa seriamente sobre el tema de las emociones negativas, se encontrara que constituyen los principales factores que nos impiden recordarnos a nosotros mismos. Así que una cosa no puede ir sin la otra. No se puede luchar contra las emociones negativas sin

recordarse más a uno mismo, y no se puede recordar más uno a sí mismo sin luchar contra las emociones negativas.

3

Lo primero para poder empezar a luchar contra las emociones negativas es convencerse de que no hay una sola de ellas que resulte útil. Todas las emociones negativas son igualmente malas y constituyen un signo de debilidad. Lo segundo de lo que tenemos que convencernos es que se puede luchar contra ellas, se pueden conquistar y destruir porque no tienen un centro real. Si hubiera un centro real para ellas, no tendríamos oportunidad alguna; permaneceríamos para siempre bajo el poder de las emociones negativas. Afortunadamente para nosotros, existen en un centro artificial que puede ser destruido y perdido, y nos sentiremos mucho mejor si lo hacemos. Incluso la toma de consciencia de que esto es posible ya es mucho, pero tenemos al respecto tantas convicciones, prejuicios e incluso principios, que nos resulta difícil librarnos de la idea de que las emociones negativas son necesarias y obligatorias. En tanto que sigamos pensando que resultan necesarias, inevitables e incluso útiles para la auto-expresión o para muchas otras cosas, no podemos hacer nada. Es así necesario el desarrollar una cierta lucha mental para convencernos de que las emociones negativas no desempeñan ninguna función útil en nuestras vidas y que, al mismo tiempo, toda la vida esta basada en ellas. Esto es lo que nadie percibe.

Una de las ilusiones más fuertes es pensar que las emociones negativas son producidas por las circunstancias, y así hablamos de estar airados “por alguna razón perfectamente justa”, pero todas las emociones negativas están en nosotros, *dentro de nosotros*. Para poder empezar a luchar contra ellas debemos convencernos de que no hay razones justificadas para estar airados. Pensamos, y nos gusta pensar, que nuestras emociones negativas se producen bien por fallos de otros, bien por fallos de las circunstancias. Esto es una ilusión. Mi ira no esta en la razón, está en mí. Las causas de las emociones negativas no están en las circunstancias externas, están en nosotros mismos. No hay ni una sola razón inevitable por la que cierta acción de otra persona, o cierta circunstancia, tenga que producir una emoción negativa en mí. Sólo mi debilidad.

Si uno se observa a sí mismo, verá que aunque las causas externas permanezcan iguales, a veces le producen una emoción negativa y a veces no. La razón es que la verdadera causa de la emoción negativa esta en él y que el suceso externo es solo la causa aparente. Si uno se halla en un buen estado, si se esta recordando a sí mismo, si no se está identificando, entonces “hablando relativamente y excluyendo posibles catástrofes” nada de lo que suceda fuera le puede producir una emoción negativa. Si, por el contrario, uno se halla en un mal estado, identificado, inmerso en la imaginación o algo así, entonces todo, por mínimamente desagradable que sea, puede producirle violentas emociones negativas.

En un intento por demostrar que las emociones negativas están producidas por causas exteriores, en este punto suelen plantearse preguntas tales como qué pasa con el dolor producido por la muerte de un amigo, así como con otros tipos de sufrimiento. El sufrimiento, en sí mismo, no es una emoción negativa. Sólo producirá emociones negativas si uno se identifica con él. El sufrimiento puede ser real; las emociones negativas, no. Después de todo, el sufrimiento solo ocupa una pequeña parte de nuestra vida, mientras que las emociones negativas ocupan una gran parte (ocupan la totalidad de ella). ¿Por qué? Porque las

justificamos. Pensamos que están producidas por alguna causa externa. Por supuesto que aquellos llenos de emociones negativas e identificaciones van con toda probabilidad a producir similares reacciones en los demás, pero, de nuevo, uno puede aprender a aislarse en tales casos mediante el auto recuerdo y la no identificación asumiendo al mismo tiempo que aislamiento no significa indiferencia. La mayor parte de las emociones negativas desaparecen cuando se sabe que no pueden ser producidas por causas externas, pero la primera condición es el pleno apercebimiento de que efectivamente *no pueden* ser producidas por causas externas si nosotros no queremos tenerlas. Si están ahí es porque las toleramos, explicando su presencia en función de las circunstancias externas, de modo que así no luchamos contra ellas. Las emociones negativas no pueden existir sin la imaginación.

El solo padecimiento de un dolor no es una emoción negativa, pero puede convertirse en una cuando la imaginación y las identificaciones entran en juego. El dolor emocional al igual que el físico, no es una emoción negativa en sí mismo, pero se transforma en una cuando empezamos a tejer sobre el todo tipo de adornos y bordados.

4

Después trataremos de los métodos para luchar contra las emociones mismas, porque hay muchos y definidos, diferentes además para diferentes emociones, pero primero hemos de luchar contra las identificaciones y la imaginación. Se suele adscribir a la palabra imaginación un significado completamente artificial e inmerecido en el sentido de una facultad creativa o selectiva. La imaginación es una facultad destructiva que no puede ser controlada. Empezamos por imaginar algo para agradarnos a nosotros mismos, pero muy pronto empezamos a creerlo, o al menos parte de ello. La imaginación en general consiste en atribuirse a uno mismo algún tipo de conocimiento, facultad o poder que no posee de hecho. Este es el tipo peligroso de imaginación, mientras que el dejar simplemente que las cosas aparezcan en la mente, o el soñar despierto, puede resultar inofensivo, o incluso agradable, en tanto que uno esté libre de identificaciones. La lucha contra las identificaciones y la imaginación es suficiente para destruir muchas de las emociones negativas corrientes, o al menos para hacerlas adoptar formas mucho más suaves. Se debe empezar por ahí porque solo es posible usar métodos fuertes contra las emociones negativas cuando ya se puede luchar contra la imaginación hasta un cierto punto, y cuando ya se ha parado la imaginación negativa. Esta debe cesar por completo. Es inútil estudiar métodos más avanzados hasta haberlo conseguido. Si se intenta eliminar la imaginación no hay peligro de que el verdadero sentimiento sea eliminado. Si es real no puede ser eliminado. La imaginación negativa puede ser parada, e incluso el mero estudio de la identificación podrá de hecho disminuirlas, pero la verdadera lucha contra las emociones negativas mismas empieza después. Esta se basa, en primer lugar, en el recto entendimiento de cómo son creadas, que es lo que hay detrás de ellas, lo inútiles que resultan y lo mucho que se pierde por el placer que uno se concede en tener emociones negativas. Al tomar consciencia de lo mucho que se pierde quizá uno logre entonces reunir la suficiente energía como para hacer algo al respecto

5

Es necesario entender que parar la *expresión* de las emociones negativas y luchar contra las mismas son dos prácticas completamente diferentes. Intentar parar la expresión viene

primero. No se puede hacer nada sobre las emociones negativas mismas hasta haber aprendido a parar su expresión. Una vez adquirido un cierto control sobre su expresión se puede empezar el estudio de las emociones negativas en sí mismas. Se puede empezar por hacer un esfuerzo de clasificación, averiguar que emociones negativas predominan en uno, por que vienen, que es lo que las provoca, y así sucesivamente. Se debe entender que el único control posible de las emociones es a través de la mente, pero que éste no se da de inmediato. Si uno piensa correctamente durante seis meses, las emociones negativas se verán afectadas porque están basadas en un pensamiento equivocado. Si se empieza a pensar correctamente hoy, las emociones negativas no cambiarán mañana mismo, pero si pueden hacerlo en seis meses si se empieza a pensar correctamente desde ahora. El terreno ha de ser preparado de antemano. El aprender a crear una actitud correcta hacia la propia irritabilidad, el mal genio, la sospecha o cualquiera que sea la emoción negativa que uno experimente con más frecuencia, sirve de gran ayuda a la hora de pararla justo en el principio. Porque una vez que se la ha permitido empezar no se la puede detener. Una vez que uno ha empezado a expresarla se halla bajo su poder. La lucha debe empezar en la mente, y hay que encontrar el propio modo de pensar sobre un tema definido. No se puede controlar el mal genio cuando ya ha empezado a aparecer. Es demasiado tarde. Este ya ha saltado afuera. Sólo se pueden controlar cosas tales como el mal genio de una manera. Supongamos que uno se encuentra con cierta persona y que ésta le irrita. Siempre que uno se encuentra con ella el mal genio tiende a manifestarse. No nos gusta eso pero ¿cómo evitarlo? Se puede empezar por el estudio del propio pensamiento. ¿Qué es lo que uno *piensa* sobre esta persona, no qué es lo que uno *siente* cuando esta irritado, sino qué es lo que piensa sobre ella en momentos de tranquilidad?. Uno se puede encontrar con que en la mente discute con ella; uno le demuestra que está equivocada; le dice todas sus equivocaciones y se encuentra con que, en general, ella se comporta mal hacia uno. Es aquí donde uno se equivoca. Hay que aprender a pensar correctamente; hay que encontrar el modo de pensar correctamente. Entonces, si se consigue, sucederá algo así como esto: aunque la emoción es mucho más rápida que el pensamiento, no es sino algo temporal. Pero el pensamiento puede hacerse continuo. Así que, cuando la emoción se dispara, golpea contra este pensamiento continuo y no podrá continuar y manifestarse. O sea, que sólo se puede luchar contra la expresión de emociones negativas creando, como en este ejemplo, un pensamiento continuo correcto. Volveremos en breve a la cuestión de qué es lo que quiere decir pensamiento y actitud correctos como un arma contra las emociones negativas.

6

Es necesario repetir que antes de nada *hay que* entender cuan erróneas y cuan inútiles son las emociones negativas, y después hay que entender que no pueden existir sin identificaciones. El hacerlo lleva un cierto tiempo, pero una vez conseguido, se debe intentar dividir las emociones negativas en tres categorías. La primera consta de las emociones negativas cotidianas, más o menos corrientes, que suceden a menudo, y que están siempre conectadas con identificaciones. Ciertamente, hay que observarlas y, en este punto, se debe ya tener un cierto control sobre su expresión. Después, se debe empezar a trabajar con ellas intentando no identificarse, evitando las identificaciones tanto como sea posible, no solo en relación con estas emociones, sino en relación con todo. Si uno crea en sí mismo la capacidad de no identificarse, las emociones en cuestión se verán afectadas y entonces se notará cómo empiezan a desaparecer por sí mismas.

La segunda categoría ya no es tan de todos los días. Está formada por las más difíciles y

complicadas emociones que dependen de algún tipo de proceso mental (el sospechar, el sentirse herido y muchas cosas por el estilo). Estas son más difíciles de conquistar. Se puede trabajar sobre ellas por la creación de una actitud mental adecuada mediante el pensamiento (no en el momento en el que uno está en la emoción negativa, sino en los intermedios, cuando uno está tranquilo). Se trata de encontrar la actitud correcta, el punto de vista adecuado, y hacerlo permanente. El recto pensar privará de su energía a esas emociones negativas.

Luego hay una tercera categoría, mucho más intensa, mucho más difícil, y también muy rara. Contra ella nada se puede hacer. Los dos métodos descritos (la lucha contra las identificaciones y la creación de las actitudes correctas) no sirven en este caso. Cuando tales emociones se presentan sólo se puede hacer una cosa: intentar recordarse a uno mismo, recordarse a uno mismo con la ayuda de la emoción. Eso puede cambiarlas después de algún tiempo. Pero para ello hay que estar preparado; es una cosa bastante especial.

7

Nos estudiamos a nosotros mismos no desde el punto de vista de lo que somos, sino de lo que podemos llegar a ser; de modo que cuando hemos estudiado ciertas cosas durante un tiempo suficiente, trabajamos para cambiarlas. El estudio hecho con la suficiente seriedad produce en sí mismo algún cambio, pero todos los resultados de este cambio pueden ser estropeados por ciertas emociones negativas. Si se comienza este trabajo para cambiarse a uno mismo sin haber conquistado a las emociones negativas, una parte de uno mismo puede trabajar y la otra parte puede estropear el trabajo, de modo que después de un tiempo uno puede encontrarse en un estado peor que el anterior. Ha ocurrido ya varias veces que a gente que deseaba mantener sus emociones negativas le ha sido imposible la continuación de su trabajo. Hubo momentos en los que se dieron cuenta del peligro de sus emociones negativas pero fracasaron en sus esfuerzos en aquellos momentos y las emociones negativas se hicieron más fuertes. Se ha explicado ya que una actitud correcta hacia las emociones negativas destruye la mayor parte. Si queremos evitar que se estropeen los resultados de nuestro trabajo, es importante que aprendamos a cultivar esta actitud desde el principio.

Una actitud correcta hacia un tema es el resultado de pensar correctamente con relación a ese tema concreto. Por ejemplo, mucha gente vive sólo de objeciones; piensan que son inteligentes sólo cuando encuentran una objeción a algo. Cuando no es así no se sienten que estén trabajando, o pensando, o nada parecido. Repito, casi todas nuestras emociones personales negativas están basadas en la acusación, y en suponer que cualquier otro es culpable. Si, por medio de un pensamiento persistente, nos damos cuenta de que nosotros somos la causa de todo lo que nos ocurre, nuestra actitud hacia aquellas emociones de acusación comenzarán a cambiar. Con el tiempo este pensar correcto, esta creación de una actitud o punto de vista correctos puede llegar a convertirse en un proceso permanente, y entonces las emociones negativas aparecerán sólo ocasionalmente. Precisamente por ser permanente este proceso de recto pensar tiene poder sobre las emociones negativas; las controla justo desde el principio.

Podemos aprender a rechazar algunos puntos de vista ya aceptar otros. Desde un punto de vista somos muy mecánicos y no podemos hacer nada, mientras que desde otro existen en nosotros quizá no muchas pero si puede que algunas cosas que podemos comenzar a hacer.

Tenemos en nosotros ciertas posibilidades que no usamos. Es verdad que no se puede *hacer* cualquier cosa en el sentido de que no se puede cambiar lo que se *siente* en cualquier momento dado, pero puede obligarse a *pensar* acerca de un tema en un momento dado. Este es el comienzo. Usted puede saber lo que es posible y comenzar por eso, porque la posibilidad de hacer algo en lugar de dejar que algo suceda puede aumentarse rápidamente. Puede obligarse a pensar acerca de un tema en una forma establecida, y (cuando es necesario) puede obligarse a no pensar.

Usted no se da cuenta del enorme poder que subyace en el pensamiento. Esto no supone una explicación filosófica de poder. El poder está en el hecho de que, si se piensa siempre correctamente sobre ciertas cosas, se puede hacer ese pensamiento permanente y esto desarrollará una actitud externa. Si se encuentra en uno mismo una inclinación hacia una incorrecta manifestación emocional de algún tipo, no se puede hacer nada acerca de ella en ese momento porque se ha educado en uno mismo la capacidad para esta clase de reacción mediante el pensamiento equivocado; pero después de algún tiempo de recto pensamiento, se puede educar en uno mismo la capacidad para una reacción diferente. Este método *tiene que ser entendido y este entendimiento debe ser bastante profundo*. Se puede aplicar este método a muchas cosas diferentes. Esta es realmente la única cosa que se puede hacer. No se puede hacer nada más. No hay un modo directo de luchar contra las emociones negativas, porque no se puede apresarlas; y no hay modo de prevenirlas excepto estando preparado para ellas de antemano. Un darse cuenta de pasada de que son erróneas no ayudara; éste deberá ser muy profundo, o de otro modo se tendrá de nuevo un proceso igualmente difícil que preparara el terreno para otra manifestación. Tiene que darse una cuenta de cuanto se pierde por estas manifestaciones espontáneas de carácter negativo. Ellas hacen imposibles muchas cosas deseables, y se pierde exactamente aquello que se desea conseguir.

8

Para tener una actitud correcta hacia las cosas, debemos aprender a pensar de un modo diferente, y a tener *pensamientos más largos*. Cada uno de nuestros pensamientos es demasiado corto. Hasta que no se tenga experiencia a partir de nuestra propia información de la diferencia entre pensamientos largos y cortos, esta idea no significara nada.

Mientras permitamos a nuestro pensamiento depender enteramente de asociaciones habituales no mejorará; pero si introducimos nuevos puntos de vista, podemos crear nuevas asociaciones. Por ejemplo, estamos acostumbrados a pensar en términos absolutos (todo o nada), pero es necesario comprender que cualquier cosa nueva llega al principio en chispazos. Llega, y después desaparece.

Sólo después de un cierto tiempo estos chispazos se tornan largos y después más largos, y usted los puede ver y darse cuenta de ellos. Nada llega inmediatamente en forma completa. Todo lo que puede ser adquirido llega, luego desaparece, viene de nuevo, de nuevo desaparece. Después de largo tiempo vuelve y permanece un poco, de modo que se le puede dar un nombre, percibirlo. No quiero dar un ejemplo porque podría conducir a imaginaciones. Todo lo que puedo decir es que, por ejemplo, mediante ciertos esfuerzos de auto recuerdo se podrían ver ciertas cosas que no se perciben ahora. Nuestros ojos no son tan limitados como pensamos. Hay muchas cosas que se pueden ver pero no notar. No podemos percibir distintamente hasta que no pensamos distintamente. Tenemos control sólo

sobre los pensamientos; no tenemos control sobre la percepción. La percepción no depende de nuestro deseo o decisión, depende en particular de nuestro estado de consciencia, de nuestro estar más despiertos. Si uno despierta por suficiente tiempo, digamos por una hora, puede ver muchas cosas que no ve ahora.

9

El extremo de usar una actitud correcta como un arma contra las emociones negativas necesita ser entendido; se refiere a nuestra actitud hacia las emociones mismas, porque podemos tener una actitud correcta o negativa hacia nuestra negatividad. Es diferente en diferentes casos y no puede haber generalización. Ahora debemos considerar las actitudes en sí mismas y comprender que una actitud positiva es correcta en algunos casos, y que una actitud negativa también lo es en otros. Una actitud positiva pertenece a la parte de nuestro intelecto que dice "sí", y una actitud negativa a la parte que dice "no". Puede haber también diferentes actitudes, pero estas son las dos más importantes. La falta de entendimiento acerca de algún tema o problema puede deberse simplemente a tener una errónea actitud hacia él. Hay gente que tiene una actitud negativa hacia todo y cualquier cosa, y hay otros que intentan cultivar una actitud positiva hacia cosas sobre las que deberían tener una actitud negativa. Tomando las palabras "positiva" y "negativa" en el sentido ordinario de acuerdo o desacuerdo, podemos decir que para comprender ciertas cosas debemos tener actitudes negativas mientras que otras cosas deben ser entendidas positivamente. Demasiado de una actitud indiscriminadamente positiva puede estropear las cosas de la misma manera que una actitud persistentemente negativa hacia todo puede estropear las cosas, pero a veces una actitud negativa es útil porque hay muchas cosas en la vida que solo pueden ser entendidas por medio de una actitud negativa hacia ellas lo suficientemente buena. Ciertamente, la identificación con una actitud negativa podría causar una emoción negativa, pero esto se puede evitar, y muy a menudo la identificación es el resultado de una actitud equivocada. Aunque parezca paradójico, tenemos muchas emociones negativas porque no tenemos una actitud lo suficientemente negativa hacia las emociones negativas. Por otra parte, en el momento en que se tenga una actitud negativa hacia cualquiera de las cosas conectadas con este trabajo de desarrollo, se cesará de comprenderlo.

Debemos comprender que no tenemos control, que somos máquinas, que todo nos sobreviene. Simplemente hablar de ello no cambia estos hechos. Para dejar de ser mecánico se necesita algo más. Es necesario un cambio de actitud. La actitud debe ser independiente de la emoción, y hasta cierto punto puede estar bajo nuestro control. Por ejemplo, tenemos algún control sobre nuestras actitudes hacia el conocimiento, acerca de los amigos, acerca de este trabajo y acerca del auto-estudio. La actitud es realmente un punto de vista, y si un punto de vista es correcto, tiene un efecto; si es equivocado, otro efecto. Es necesario comprender que no podemos hacer cosas, pero si cambiar nuestras actitudes.

Una actitud correcta puede desarrollarse gradualmente mediante el estudio de uno mismo y el estudio de la vida, de acuerdo con el modo concreto en que la estudiemos. Este estudio no depende únicamente del conocimiento, sino de un modo diferente de pensar. Un pensar diferente sólo puede provenir de diferentes actitudes y de un entendimiento de los valores relativos de las cosas. El cambio de actitud no provoca por sí mismo un cambio en el ser de un hombre. Es necesaria una evaluación.

5

Notas al trabajo

Notas a la decisión a trabajar

Piense muy seriamente antes de decidirse a trabajar en uno mismo en la idea de cambiarse a uno mismo, es decir, a trabajar con la meta definida de volverse consciente y de desarrollar la conexión con los centros superiores. Este trabajo no admite compromiso y requiere una gran cantidad de autodisciplina y prontitud en obedecer todas las reglas y particularmente instrucciones directas.

Piense muy seriamente: ¿está realmente dispuesto y deseoso de obedecer, y comprende totalmente la necesidad para ello? No hay vuelta atrás. Si consiente y luego se vuelve atrás, perderá todo lo que ha logrado hasta esa fecha, y perderá realmente más, porque todo lo que adquirió se convertirá en algo equivocado en usted. No hay remedio contra esto.

El entender la necesidad de obedecer a las reglas e instrucciones directas debe estar basado en la toma de consciencia de su mecanismo y de su indefensión. Si esta toma de consciencia no es lo suficientemente fuerte, sería mejor que esperase y se ocupara del trabajo cotidiano: el estudio del sistema, el trabajo en grupos, etc. Si hace este trabajo con sinceridad y recuerda todas las reglas, esto le llevara a la realización de su estado y de sus necesidades. Pero no debe retrasarse demasiado. Si desea llegar al verdadero trabajo debe apresurarse. Debe comprender que la oportunidad que se produce hoy puede no presentársele de nuevo. Puede perder todas sus oportunidades si duda y espera demasiado tiempo.

Si decide trabajar y acepta todo lo que el trabajo conlleva, debe aprender a pensar con rapidez. Si se le ofrece una tarea debe responder *inmediatamente* que la acepta. Si duda o se toma tiempo en responder, se le retirara el ofrecimiento de la tarea y no será repetido. Puede que se le de tiempo antes de que lleve a cabo realmente lo que se le ha dicho que haga, pero debe aceptar la tarea inmediatamente. Un intento de discusión, una actitud irónica, de sospecha o negativa, el miedo o falta de confianza pueden hacer la tarea imposible en el acto. Si siente dudas acerca de la tarea que se le ofrece, piense acerca de su mecanismo, piense acerca de su negatividad, acerca de su obstinación, pero piense con rapidez. No puede hacer nada por usted mismo contra sus puntos débiles. Las tareas que se le of recen tienen la finalidad de ayudarle. Si duda o las rechaza, desecha la ayuda. Esto debe quedar suficientemente claro en su mente.

La toma de consciencia de su indefensión y de su sueño profundo debe ser en usted permanente. Puede reforzarla recordando constantemente su insignificancia, su nulidad, su debilidad de todo tipo. No tiene absolutamente nada de lo que estar orgulloso. No tiene nada en lo que basar su juicio. Puede ver, si es sincero consigo mismo, todas las meteduras de pata y todos los errores que comete cuando intenta actuar por usted mismo. Puede que no piense correctamente. Puede que no sienta correctamente. Necesita ayuda constante y puede obtenerla. Pero debe pagar por ello, al menos, no discutiendo.

Tiene que hacer un trabajo gigantesco si quiere llegar a ser diferente. ¿Cómo puede esperar conseguir nada si a los primeros pasos duda y discute, o ni siquiera se da cuenta de la necesidad de ayuda, o se vuelve desconfiado y negativo?

Si desea trabajar seriamente tiene que conquistar muchas cosas en usted mismo. No puede llevar con usted sus prejuicios, sus opiniones fijas, sus identificaciones y animosidades personales.

Pero al mismo tiempo intente entender que lo personal no siempre está equivocado. Lo personal incluso puede ayudar en el trabajo, pero también puede ser muy peligroso, si no está aclarado por la lucha contra la identificación y por la realización de su mecanismo y debilidad.

Intente entender la necesidad del sufrimiento deliberado y del esfuerzo consciente. Estas son las únicas dos cosas que pueden cambiarle y llevarle a su objetivo.

El sufrimiento deliberado no significa necesariamente un sufrimiento infligido en usted por usted mismo. Significa una actitud hacia el sufrimiento. El sufrimiento puede ocurrir como resultado de sus sentimientos, pensamientos y acciones conectados con su tarea; puede ocurrir por sí mismo como resultado de sus propias culpas o como resultado de las acciones de otras personas, o de sus actitudes o sentimientos. Pero lo importante es su actitud hacia él. Se convierte en deliberado si no se rebela contra él, si no intenta evitarlo, si no acusa a nadie, si lo acepta como parte necesaria de su trabajo en un determinado momento, y como un medio de conseguir su objetivo.

El esfuerzo consciente es un esfuerzo basado en el entendimiento; entendimiento de su necesidad lo primero de todo y entendimiento de las causas que lo hacen necesario. La principal causa para el esfuerzo consciente es su necesidad de romper las barreras del mecanicismo, de la obstinación y de la falta de auto recuerdo que constituyen su ser en el momento actual.

Para entender mejor la necesidad de aceptar tareas que se le dan sin dudar, la necesidad de sufrimiento deliberado y de esfuerzo consciente, piense en las ideas que le llevaron hasta el trabajo, piense en la primera toma de consciencia de su mecanicismo y en la primera toma de consciencia de que no sabe nada. Al principio se dio cuenta de ello y pidió ayuda, pero ahora duda si realmente debe hacer lo que se le ha dicho. Y entonces intenta encontrar los medios de evitarlo, de permanecer con su propio juicio y con su propio entendimiento. Entendió claramente una vez que su juicio y su entendimiento eran falsos y débiles, pero ahora intenta otra vez conservarlos. No quiere abandonarlos. Bien, puede conservarlos, pero debe comprender que con ellos conservara todo lo que es falso y débil en usted mismo. No hay medias tintas. Usted debe decidir. ¿Quiere trabajar o no?

Notas al trabajo en uno mismo

Intente recordar y conservar constantemente en su pensamiento todas las líneas en las que tiene que trabajar. Tiene que trabajar en la mente, en la consciencia, en las emociones y en la voluntad. Intente comprender que cada línea de trabajo necesita de una atención especial, métodos especiales y especial comprensión. Después de algún tiempo las cuatro

comenzarán a ayudarse las unas a las otras y más tarde emergerán como una sola, pero al principio las cuatro líneas deben marchar separadamente.

Intente comprender el trabajo con la *mente*. Para llevar a cabo este trabajo debe revisar constantemente todas las ideas del sistema que se refieren al hombre y al universo, y particularmente las relacionadas con la filosofía, al estudio de las emociones, los muchos “yoes”, la división del hombre, la personalidad falsa, el “yo” permanente, el esoterismo, las escuelas y los métodos del trabajo de la escuela. Mantenga su mente en estas ideas o cuando menos regrese a ellas siempre que le sea posible. Su mente nunca debe estar ociosa. En cada momento que le sea posible debe reflexionar sobre una idea u otra, sobre uno u otro aspecto del sistema y de sus métodos.

Intente comprender la necesidad de introducir los métodos y principios del trabajo en su *vida personal* y en primer lugar la necesidad de pensar correctamente en todos los interrogantes personales y en su posible relación con su trabajo.

Sin esto, nunca alcanzara la unidad. No puede permitir que una parte de usted mismo piense equivocadamente y esperar que otra parte pensara correctamente.

La comprensión de los principios, reglas y métodos del *trabajo de escuela* es una de las partes más importantes del trabajo con la mente. La mente debe ser entrenada para no dudar en su elección entre lo correcto y lo equivocado, debe asimilar perfectamente las relaciones correctas conmigo, con otras personas en el trabajo y con las personas de fuera.

La mente debe entender que en el mismo principio de trabajo serio en uno mismo se abandona la propia libertad.

Ciertamente que es una libertad ilusoria, pero cuando uno se somete a las leyes del trabajo, naturalmente que esta sometido a más leyes que alguien de fuera del trabajo.

Intente comprender el significado del *silencio* en el trabajo, el significado de la *sinceridad* y el significado de la *verdad*.

No se puede nunca esperar conseguir nada del trabajo si no se guarda silencio cuando no se precisa hablar por el bien del trabajo. Las personas generalmente hablan demasiado, hablan para su propia gratificación, por su orgullo, por su vanidad, por el deseo de revivir experiencias placenteras o penosas; hablan porque no pueden resistir la identificación con el hablar o porque no se dan cuenta de que no deberían hablar de esa manera particular o acerca de ese tema concreto. Muy a menudo la especial atracción a hablar, para ellos, es el hecho de que ellos saben que no deberían hablar.

No me refiero incluso a hablar con personas de fuera del trabajo. Eso debería haber sido resuelto mucho tiempo antes de que surja en uno mismo cualquier posibilidad de trabajo serio.

Lo que quiero decir es que uno debe guardarse mucho incluso de hablar con sus amigos del trabajo, a menos que yo le diga que hable.

Asimismo, uno no puede esperar nada si no puede ser sincero consigo mismo y conmigo.

Con las demás personas en el trabajo se pueden llegar a arreglos mutuos con respecto a la sinceridad acerca de todo o acerca de temas concretos, pero esto solo puede hacerse con mi aprobación y con mi completo conocimiento de lo que se dice.

Además, una persona no puede esperar conseguir nada del trabajo si tiene miedo o reluctancia a decirme la verdad incluso sin que sea instado a ello.

Debe comprender que nadie que desee permanecer en el trabajo puede pedirle a otra persona del trabajo que me guarde algún secreto, y nadie puede prometer el mantener nada secreto. Este es un punto muy importante.

Uno debe estar siempre preparado para decirme cualquier cosa sobre sí mismo y cualquier cosa que uno pueda aprender acerca de otra persona. Y debe hacerlo por sí mismo sin serle requerido, y hacerlo con pleno conocimiento porque ésta es una parte esencial del trabajo.

Debe comprender que no puede aceptar parte de las reglas y rechazar u olvidar otra parte. Debe entender la importancia de la disciplina en el trabajo.

Debe comprender el significado de las palabras: *sacrifica tu sufrimiento*, y los momentos correctos, los métodos correctos y la finalidad y posibles resultados de semejante sacrificio.

Debe comprender la necesidad de ser cuidadoso cuando diga "yo". Puede decir "yo" cuando habla acerca de sí mismo sólo cuando esté seguro de que habla acerca del trabajo o las ideas o las reglas y principios de la obra, o de acuerdo con todas las reglas y principios. En todos los demás casos debe intentar comprender que parte de usted esta hablando o pensando, y llamarla por su nombre. Esta idea no debe exagerarse. No hay nada malo en que diga: voy a comprar cigarrillos. Pero no puede decir: me disgusta este hombre. Debe encontrar que parte de usted rechaza a esa persona y por qué, y no adscribir este disgusto a todo usted.

Debe entender claramente la necesidad de la auto observación para el estudio de uno mismo. Debe entender la diferencia entre funciones y consciencia. En términos de funciones, debe ser capaz de distinguir las funciones intelectual, emocional, de movimiento e instintiva; las partes positiva y negativa de los centros en los centros intelectuales e instintivo; las partes de movimiento, emoción e intelecto de todos los centros. Debe estudiar la atención y entender cómo, mediante el estudio de la atención, puede distinguir las partes de los centros.

En relación con el estudio de *la consciencia*, debe recordar lo que sabe acerca de los estados de sueño y de despertar, los diferentes niveles del estado de despertar y la conexión de los centros superiores con los estados superiores de consciencia. Debe recordar que su meta es producir estados superiores de consciencia en usted mismo y establecer la conexión con los centros superiores. Debe entender que los centros superiores poseen muchas funciones desconocidas que no pueden ser descritas en el lenguaje ordinario. Tienen mucho más poder y una penetración más profunda en las leyes de la naturaleza. Debe recordar que muchos problemas insolubles para nuestra mente ordinaria pueden verse solucionados por los centros superiores. Y siempre debe volver a la idea del "yo" permanente y darse cuenta de lo lejos que está de él y de cuantos esfuerzos y sacrificios son necesarios para alcanzarlo.

En el trabajo sobre la *consciencia* debe entender lo primero de todo que este trabajo es

enteramente práctico. El estudio teórico no servirá de ayuda. En segundo lugar, debe entender que el trabajo sobre la consciencia puede dar resultados solo cuando se convierte en permanente o tan continuo como sea posible. El trabajo espasmódico, accidental o interrumpido, no puede dar resultados. Así que intente encontrar el modo de hacer con continuidad su trabajo sobre la consciencia. Su mente puede guiarle en un principio, recordándole constantemente la necesidad de recordarse a sí mismo, y ayudándole a captar los momentos de no-recuerdo.

Pero entienda que la mente puede únicamente *prepararle* para este trabajo y solamente guiarle durante un cierto trecho. Puede ir más lejos en el trabajo sobre la consciencia únicamente con la ayuda de la voluntad y de las emociones.

Recuerde también que la consciencia puede ser medida por la duración de los periodos de consciencia y por la frecuencia de aparición de dichos períodos.

Los esfuerzos para crear consciencia en uno mismo parecen casi desesperados al principio. Pero muy pronto comenzaran a dar resultados. Se dará cuenta de estos resultados al observar cómo aparecen por sí mismos momentos de consciencia sin ningún esfuerzo por su parte. En realidad, son los resultados de esfuerzos previos.

La práctica de parar los pensamientos ayuda muchísimo al auto recuerdo. La lucha contra la imaginación y contra la charla mecánica con uno mismo o con los demás es necesaria desde el primer momento. Pero se puede conseguir aun más ayuda para el auto recuerdo mediante el sacrificio del propio sufrimiento. Sólo esto puede hacer que el trabajo sobre la consciencia sea real y serio. Todo lo anterior es únicamente una preparación para ello.

El trabajo con las *emociones* como el trabajo con la consciencia debe ser práctico desde el principio. Comienza por la lucha contra la expresión de emociones negativas. Cuando se logra un cierto control y cuando comprenda totalmente todos los malos aspectos de las emociones negativas en su propia vida y en la vida en general, debe formarse un plan para su trabajo personal con la identificación, la imaginación y las mentiras en aquellas formas específicas que adquieren en usted.

En esta tarea debe tener miedo de hacerse daño a usted mismo. Comprenda que únicamente al hacerse daño a usted mismo puede conseguir lo que quiere. Puede hacer esto mediante la observación de las reglas. Por ejemplo, diciendo de usted o de otras personas algo que no quiera decir, pero cuando se le diga que lo haga. También puede producir en usted un estado altamente emocional al prepararse a hablar en este sentido, esto es, al imaginarse que se le pide que diga la verdad acerca de los temas más difíciles e íntimos que usted piensa que están escondidos o disfrazados.

Dése cuenta también que hay muchas clases de sufrimiento por las que podrá pasar antes de que consiga su objetivo. Intente comprender que el sufrimiento es el *único principio activo en nosotros* que puede ser transformado en un sentimiento superior, que es también pensamiento superior y entendimiento superior.

No tenga miedo de pensar en sus emociones y encontrar en ellas contradicciones, incluso si eso le hace daño. Únicamente comparando las diferentes emociones referidas al mismo tema puede encontrar reguladores en usted mismo, y con el tiempo destruirlas si trabaja lo

suficientemente duro y no teme herirse a usted mismo.

Recuerde que esto puede llevarle al despertar de la consciencia, que es el sentimiento simultáneo de todas las emociones contradictorias; y recuerde que el despertar de la consciencia es un paso necesario para transferirse a usted mismo a un nivel superior de consciencia.

Practique el trasladar la identificación y la imaginación de las emociones negativas sin destruirlas. Puede conseguir unos resultados bastante inesperados y muy interesantes.

Aprenda a transformar las emociones en actitudes mentales y a transferirlas a la mente. Muchas emociones que son bastante inútiles, e incluso dañinas en el centro emocional, porque no pueden existir allí sin identificación ni imaginación, se vuelven bastante útiles como actitudes mentales y ayudan a la auto observación, a la observación de otras personas y al entendimiento en general.

Intente examinar a fondo todas sus emociones durante todo el tiempo que haya estado conectado con el sistema, las emociones que se refieren al sistema mismo, conmigo, con usted mismo y con otras personas en el trabajo.

Intente ser sincero consigo mismo. Mire cómo siempre ha intentado aprovecharse por estar en el trabajo; por ejemplo, haciendo uso de la particular intimidad que se establece espontáneamente entre personas del trabajo, debido al estudio psicológico en común y a la desaparición de muchas trabas, para hacer amigos en la forma corriente mecánica y sentimental, para tener asuntos amorosos, etc.

Observe que uso ha hecho de su conexión con el trabajo. Observe cómo a menudo era egoísta y calculador, que poco dio al trabajo y cuanto recibió de él. Observe cuanta consideración había en sus actitudes, cuantas demandas y cuanto resentimiento, en particular cuando las personas intentaban ayudarlo. Intente ver cuán pobre era su evaluación del trabajo y cuanto perdió por este motivo.

Intente ver que atolondrado era por expresar opiniones negativas de personas que podrían haberle ayudado, de las cuales muchas ya han desaparecido. Intente verse a usted mismo como es en realidad. Y no se conceda descanso, no se reconforte con falsas esperanzas y esperando milagros, o con propósitos de actuar diferente mañana.

Piense en la vida en general, piense en las masas de gente ciega y dormida sin ninguna posibilidad en absoluto de llegar a ser otra cosa. Piense en usted mismo, dése cuenta de cuantas oportunidades tuvo y de cuantas ha perdido ya y continua perdiendo diariamente.

Piense acerca de la muerte. No sabe cuanto tiempo le queda. Y recuerde que si no cambia, todo se volverá a repetir, todos los tontos errores, todas las estúpidas equivocaciones, toda pérdida de tiempo y de oportunidades, todo se repetirá con la excepción de la *ocasión* que tuvo esta vez, porque *la ocasión* nunca llega de la misma manera.

Tendrá que *buscar* su *ocasión* la próxima vez. Y con objeto de hacerlo, tendrá que recordar muchas cosas. ¿Y cómo recordará entonces si no es capaz de recordar nada ahora?

Intente comprender el trabajo con la *voluntad*. Comience esta tarea trabajando en la mente y en la consciencia; el trabajo con las emociones fortalece la voluntad incluso más, y le prepara para esfuerzos venideros. Pero el verdadero trabajo con la voluntad comienza con el intento de comprender la obstinación y de encontrar ejemplos de su manifestación en sus acciones. En este punto aparece la necesidad de una gran sinceridad consigo mismo y la necesidad de estar listo para hablarme acerca de sus manifestaciones de obstinación. Intente entender que cada decisión hecha por usted mismo y para usted mismo que puede al mismo tiempo afectar a su trabajo es la manifestación de la obstinación.

Para comprender mejor la diferencia entre obstinación y voluntad aprenda a distinguir entre lo que es mecánico y lo que es consciente. La obstinación es siempre mecánica, la voluntad es siempre consciente. Debe comprender que incluso a nivel ordinario hay una gran diferencia entre lo mecánico y lo consciente. En la vida la diferencia se conecta con la diferencia entre lo importante y lo accesorio, pero en la vida la diferencia entre lo importante y lo accesorio varía con las personas y cambia de acuerdo con las circunstancias. Para las personas en las escuelas, “lo importante” está siempre conectado con el trabajo.

Si se considera a usted mismo como conectado con el trabajo de la escuela o desea estar en el trabajo de la escuela pero duda en relación con asuntos mundanos y no sabe que camino seguir, puede dar siempre con lo que es más importante para usted enfocando la cuestión desde este punto de vista.

“Lo importante” siempre, en uno o en muchos sentidos esta conectado con el trabajo y no puede contradecir a los principios y métodos del trabajo. Las decisiones mecánicas y las acciones mecánicas siempre contradicen los métodos del trabajo, y dañan su trabajo y su posición en el trabajo.

Si no puede decidir por sí mismo lo que es más importante y que dirección escoger, *debe preguntarme*.

Si esta comprometido seriamente con el trabajo y quiere estar en el trabajo, no debe tomar ninguna decisión que pueda afectar a su vida sin pedir mi opinión primero. Sus propias decisiones están condenadas a basarse en la obstinación.

Pero no debe pedir mi opinión o mi decisión cuando su decisión esta ya tomada y ya haya comenzado a actuar sobre esa base, porque eso significa obstinación en acción y es demasiado tarde para preguntarme. Las preguntas sobre mi opinión y mi decisión cuando su decisión está ya tomada son en realidad manifestaciones de insinceridad consigo mismo e intentos de engañarme con falsas pretensiones.

Intente darse cuenta que las acciones mecánicas y las decisiones mecánicas están siempre basadas en consideraciones de fuera del trabajo (incluso si se persuade a usted mismo de que el resultado será útil para su trabajo), consideraciones de placer, o conveniencia o confort; o son el resultado de emociones negativas o de la imaginación.

Intente comprender que si está en el trabajo y desea estar en el trabajo la manifestación más mecánica es mentirme u ocultarme la verdad.

La demanda de la verdad completa no sólo se refiere a personas que han comenzado a

trabajar conmigo. Deben hacer un largo trabajo preliminar sobre la mente y la consciencia antes de que la verdad completa se convierta en necesaria y obligatoria. Pero cuando se dan cuenta de la necesidad de ayuda personal, y cuando encuentro que están preparados y estoy en disposición de ayudarlos, el principio de la verdad completa se hace obligatorio. Y ciertamente es obligatorio para todas las personas que han estado en el trabajo durante cinco años y también para algunos que llevan mucho menos en el trabajo, pero que ya han formulado su objetivo.

Recuerde que su principal trabajo debe ser con la obstinación. Se comienza a abandonar la obstinación cuando se aceptan las reglas, pero uno debe ser sincero acerca de esto.

Más tarde se puede abandonar la propia obstinación en todos los asuntos serios y aceptar la voluntad de otra persona, en este caso, de la mía. Únicamente haciendo esto, y haciéndolo con entendimiento pleno de la necesidad de hacerlo así, una persona comenzará a adquirir lentamente su propia voluntad. En realidad, el mismo hecho de abandonar la propia obstinación es el primer acto y la primera manifestación de la verdadera voluntad.

Las cuatro líneas de trabajo en uno mismo pueden esbozarse así: trabajo intelectual, *preparación*; trabajo en la consciencia, *objetivo*; trabajo con las emociones, *medios, energía*; trabajo con la voluntad, *control*, y también *energía*.

¿Que es la escuela?

Pregunta. ¿Qué es la escuela?

Ouspensky. La escuela es una organización para la transmisión a un cierto numero de personas preparadas del conocimiento proveniente de la mente superior.

Lo más esencial en la escuela es el conocimiento que proviene de la mente superior. Esto quiere decir que las escuelas no pueden formarse arbitrariamente sin la participación de personas que han obtenido el conocimiento en las escuelas. Otro hecho muy importante es la selección que la escuela efectúa, es decir, la selección de estudiantes. Únicamente son admitidas personas de una cierta preparación y de un cierto nivel de entendimiento. Una escuela no puede estar abierta a todos, no puede incluso estar abierta a muchos. Una escuela es siempre un círculo cerrado con el instructor en el centro.

Las escuelas pueden ser de muy diferentes niveles, dependiendo de la preparación y del nivel de ser de los estudiantes. Cuanto más alto sea el nivel de la escuela tanto mayores serán las demandas que se hagan a los estudiantes.

Pregunta. ¿Por qué son necesarias las escuelas?

Ouspensky. Antes de hablar de por *qué* son necesarias debe tenerse en cuenta *para quien* son necesarias las escuelas, porque las escuelas no son necesarias en absoluto para la vasta mayoría de personas. Las escuelas son necesarias para aquellas personas que ya se han dado cuenta de la insuficiencia del conocimiento adquirido por la mente ordinaria y que sienten que, por sí mismas, con sus propias fuerzas ni pueden resolver los problemas que les rodean ni encontrar el camino correcto. Únicamente esas personas son capaces de

vencer las dificultades conectadas con la escuela y únicamente para ellas son las escuelas necesarias.

Para entender *por qué* las escuelas son necesarias debe tenerse en cuenta que el conocimiento que proviene de hombres de mente superior puede ser transmitida únicamente a un número muy limitado de personas simultáneamente y con la necesaria observancia de una completa serie de condiciones definidas que deben ser bien conocidas por el instructor de la escuela y sin cuyo conocimiento no pueden ser transmitidas *correctamente*.

La existencia de dichas condiciones y la imposibilidad de actuar sin ellas explica la necesidad de una organización. La transmisión de conocimiento exige esfuerzo tanto por parte de aquel que la recibe como por parte de aquel que la da. La organización facilita estos esfuerzos o los hace posibles. Estas condiciones no pueden darse por sí mismas. Una escuela únicamente puede organizarse de acuerdo con un cierto plan definido elaborado y conocido con bastante antelación. No puede haber nada arbitrario e improvisado en las escuelas. Pero las escuelas pueden ser de diferentes tipos como corresponde a diferentes maneras. De las diferentes maneras se hablará más tarde.

Pregunta. ¿Puede explicarse en que consisten estas condiciones?

Ouspensky. Estas condiciones están conectadas con una propiedad definida de la naturaleza humana, a saber, que hay dos facetas del hombre que, en su desarrollo general, tienen que desarrollarse simultáneamente y en paralelo: *conocimiento y ser*. Las personas saben, o piensan que saben, lo que es el conocimiento y hasta cierto punto comprenden la relatividad del conocimiento. Pero no saben que es el ser y no comprenden la relatividad del ser y el hecho de que el conocimiento depende del ser. Entretanto, el desarrollo del conocimiento sin un desarrollo correspondiente del ser o un desarrollo del ser sin un desarrollo correspondiente del conocimiento da unos resultados erróneos.

Las escuelas son necesarias con el fin de evitar semejantes desarrollos unilaterales y los no deseables efectos a ellos conectados. Las condiciones de enseñanza de la escuela son tales que desde los primeros peldaños el trabajo progresa simultáneamente a lo largo de dos líneas, la línea del conocimiento y la del ser. Desde los primeros días en la escuela un hombre comienza a estudiar la mecanicidad y a luchar contra la mecanicidad en el mismo, contra las acciones involuntarias, contra la charla innecesaria, contra la imaginación, contra el soñar despierto y contra el sueño. Se le explica que su conocimiento depende de su ser. Los principios del trabajo de la escuela, todo lo que se le exige, las reglas que debe recordar, todo le ayuda a estudiar a su ser y a trabajar para cambiarlo.

Pregunta. ¿Por qué es necesario el conocimiento?

Ouspensky. El objetivo de un hombre que se da cuenta de su estado y posición se convierte en un cambio de ser. Este cambio es tan difícil que de hecho sería imposible si el conocimiento no estuviera allí para ayudarle.

Pregunta. ¿Puede un cambio del ser, es decir, la consecución de un cierto nivel de ser, dar el conocimiento?

Ouspensky. No, no puede. El conocimiento y el ser expresan dos caras de la naturaleza del

hombre que pueden desarrollarse y crecer, pero requieren esfuerzos diferentes para su desarrollo.

Pregunta. ¿De qué depende el entendimiento, del conocimiento o del ser?

Ouspensky. Ni el conocimiento ni el ser por separado pueden dar un entendimiento correcto. La razón para esto es que el entendimiento es la resultante del conocimiento y del ser. Un aumento del entendimiento es posible únicamente con un aumento simultáneo de conocimiento y de ser. Si uno crece más que el otro, el entendimiento no se puede desarrollar en la dirección correcta.

Pregunta. ¿Qué se quiere decir con aumento de conocimiento y aumento de ser?

Ouspensky. El aumento de conocimiento significa una transición de lo particular a lo general, de los detalles al todo, de lo ilusorio a lo real. El conocimiento ordinario, o lo que es llamado conocimiento, es siempre un conocimiento de los detalles sin un conocimiento del todo, un conocimiento de las hojas, o de las venas y bordes dentados de las hojas, sin un conocimiento del árbol. El conocimiento real no muestra solamente un detalle dado, sino el lugar, la función y el significado de este detalle en el todo. En nuestro conocimiento ordinario hay ocasiones que nos llevan cerca del conocimiento real. Por ejemplo, en el sistema de notación ordinario cualquier número no sólo define la potencia, sino que muestra el lugar de dicha potencia en las series de potencias desde cero hasta infinito. Todo el conocimiento real es de esta naturaleza.

El conocimiento real proviene de la mente superior, es decir, de las mentes de hombres que han alcanzado el máximo desarrollo posible para los hombres. Se le llama *conocimiento objetivo*, para distinguirlo del conocimiento del hombre común, que es llamado conocimiento subjetivo. El conocimiento objetivo es siempre conocimiento *de escuela*, es decir, conocimiento adquirido en una escuela. Un hombre no puede llegar a él con su propia mente o sacarlo de libros.

Una de las primeras ideas del conocimiento objetivo es que es posible un conocimiento del mundo real, pero solo con la condición de ser capaz de hacer uso de los principios de *relatividad* y de *escala* y luego de conocer las leyes fundamentales del universo, la *ley del tres* y la *ley del siete*. La aproximación al estudio del conocimiento objetivo comienza con el estudio de un lenguaje objetivo. El siguiente paso es el estudio de uno mismo que empieza con la comprensión del lugar del hombre en el universo y el estudio de la máquina humana. El conocimiento de uno mismo es tanto un medio como un fin.

Un hombre que no ha recibido enseñanza de la escuela, es decir, un hombre con una forma de pensar subjetiva, vive rodeado de ilusiones, en primer lugar acerca de sí mismo. Piensa que tiene voluntad y la posibilidad de elegir en cada momento de su vida; piensa que él puede *hacer*; piensa que tiene individualidad, es decir, algo permanente e incambiable; piensa que tiene un “yo” o ego igualmente permanente e incambiable; se considera a sí mismo un *ser consciente* y supone que es capaz de planear su vida en la tierra siguiendo las indicaciones de la razón y de la lógica; su estado normal de consciencia, con el cual vive y actúa, es llamado por el *consciencia clara* cuando en realidad es sueño. En este sueño vive, escribe libros, inventa teorías, libra batallas, mata a otras personas que duermen y él mismo muere sin sospechar incluso por un momento que puede despertar.

No se da cuenta de la posibilidad de desarrollo o de crecimiento. Se adscribe a sí mismo aquello que no posee. Pero desconoce cuanto podría adquirir.

Si es un hombre de miras científicas no admite la posibilidad de ninguna evolución del hombre más allá de los límites de un desarrollo intelectual ordinario durante la vida. En su lugar reconoce la posibilidad de evolución del hombre como *especie* y considera que tal evolución es totalmente mecánica, es decir, no dependiente de ninguna voluntad.

Si es un hombre religioso cree en una vida futura y que es guiado *por su propio bien* mediante poderes superiores con los que puede relacionarse por la oración.

Si está familiarizado con la teosofía cree en la ley del Karma y en la reencarnación; considera que tiene un cuerpo astral, un cuerpo mental y un cuerpo causal, y que a través de la inevitable evolución llegara a los más altos grados, si no en la tierra, en cualquier otro planeta.

Si ha comprendido ya la naturaleza inadecuada e ilusoria de las ideas científicas, religiosas y teosóficas y se da cuenta de la necesidad que tiene el hombre de un cambio interno y no se da cuenta de su dificultad, no se da cuenta de la necesidad de esfuerzos prolongados y sistemáticos que son imposibles sin un conocimiento de los métodos y sin un conocimiento exacto y detallado de la máquina humana. Le parece que lo que *puede* suceder *debe* suceder.

Pero en realidad nada sucede por sí mismo. Un hombre debe en primer lugar liberarse de las ilusiones y después trabajar para alcanzar otro (nivel de) ser. Este trabajo requiere esfuerzos prolongados y sistemáticos y conocimiento.

Pregunta. ¿Cuál es la diferencia entre la escuela de la que usted habla y la “escuela esotérica” en la sociedad teosófica? Me parece que la idea que subyace a ambas es idéntica.

Ouspensky. La diferencia principal entre la escuela de la que yo hablo y la “escuela esotérica” consiste en el hecho de que la “escuela esotérica” es, por así decir, la superestructura o la historia superior de la teosofía en su conjunto. Con el fin de acceder a la “escuela esotérica” debe aceptarse todo lo demás. Y en el sistema teosófico hay mucho de ingenuo, ilógico, contradictorio e imposible.

Pregunta. ¿Cuál es la diferencia entre los “maestros” y los seres de una mente superior?

Ouspensky. Los “maestros” de la teosofía están conectados con una *leyenda* concreta que comienza con Blavatsky. Al aceptar a los “maestros” tienes que aceptar toda la leyenda. Pero hay mucho de inaceptable y de imposible en esta leyenda. Las *personas de una mente superior* no están conectadas con ninguna clase de leyenda. El hombre tal y como le conocemos es contemplado no como la expresión más alta posible de su categoría y no como un ser completo, sino como un ser en una cierta fase definida de su posible *transformación*. Se considera que esta transformación es posible en el transcurso de una vida, es decir, se considera que un hombre que nace en una fase puede, durante su vida, pasar a otra. Si tomamos el ejemplo de una mariposa entonces el hombre es poco más o menos una oruga. Y la vasta mayoría de la gente muere siendo “orugas”. Pero de las masas de orugas un pequeño porcentaje de seres en transformación esta constantemente

surgiendo. Estos seres evolucionados son, para nosotros, *personas de mente superior*. Podemos saber acerca de su existencia mediante las trazas de su actividad en la historia, principalmente en el arte y en las religiones. Al poseer una mente más perfecta que la gente corriente también poseen un mayor conocimiento. Las escuelas de las que hablo tienen como su objetivo el acercar a la gente corriente, que ha sentido o percibido la necesidad de escapar de su estado actual, a las ideas provenientes de personas de mente superior, porque únicamente esas ideas pueden ayudar a su transformación, es decir, a su transición a un nuevo nivel de ser.

Pregunta. Piensa que seres como el Buda o el Cristo tenían conocimiento de “escuela”?

Ouspensky. No puedo responder a la pregunta acerca de Cristo y acerca de Buda porque debe quedar primero claro lo que nosotros aceptamos y lo que rechazamos de las leyendas con ellos conectadas. Pero si Cristo existió realmente, entonces sin duda que enseñó a sus discípulos *ciencia de la escuela*.

Los Evangelios están llenos de referencias al sistema escolar y al conocimiento escolar.

Pregunta. La idea de iniciación en la “escuela esotérica” esta basada en la elección y apreciación de aquellos que saben más y esa parece su idea también (un numero de personas preparadas).

Ouspensky. La idea de una iniciación que dependa de otra persona distinta no tiene sitio en este sistema de ninguna manera. Únicamente existe la auto-iniciación, es decir, el crecimiento interior. Únicamente el conocimiento puede recibirse de alguien distinto y no puede recibirse de ninguna otra manera. Preparación quiere decir algo bastante diferente. En su primer sentido se trata simplemente de preparación intelectual y emocional, dándole a un hombre la posibilidad de entender y de evaluar nuevas ideas. La necesidad de preparación es enfatizada únicamente para mostrar que las ideas del sistema no pueden darse a cualquiera sin discriminación

Del significado más completo de *preparación* hablare más tarde.

Pregunta. Hay una gran cantidad de personas que se precian de pertenecer a una escuela y de poseer un conocimiento especial. Todos ellos dicen lo mismo que usted. ¿Dónde está el criterio que nos ayudara a reconocer al que está en lo cierto? Los ejemplo de algunas de estas personas más parecen negar su conocimiento que afirmarlo.

Ouspensky. Por supuesto, además de escuelas verdaderas existen muchas falsas. El principal peligro proviene de las escuelas que poseen muy poco conocimiento y una gran cantidad de fantasía, como la teosófica, la antroposófica, la martinista, etc. Es muy difícil indicar un criterio exacto para hacer una discriminación en un primer contacto con una escuela, porque ese criterio depende de la profundidad y de la calidad de la preparación. Para mi personalmente la primera prueba de que *esta* escuela estaba en lo cierto fue un conocimiento en psicología indudable y exacto que superaba a todo lo que yo había escuchado anteriormente en otras partes, y que hacía de la psicología una ciencia exacta y práctica. Esto era un hecho, incontrovertible para mí, y yo tenía una preparación para juzgar este hecho.

Las escuelas pueden ser de muy diferentes niveles

1. Las escuelas preparatorias del cuarto camino pueden dividirse en dos categorías. A la primera pertenecen las escuelas cuyo instructor reconoce *la superioridad de su propio ser sobre el ser de los estudiantes* y por esto promete ayuda al estudiante basada en el uso de poderes que sobrepasan los poderes del hombre corriente. Y a la segunda pertenecen las escuelas cuyo instructor reconoce únicamente la superioridad de su *conocimiento*.
2. Las escuelas de la primera categoría, es decir, las que su instructor reconoce la superioridad de su ser y su posesión de poderes que el hombre corriente no posee, son inconmensurablemente más difíciles y es únicamente posible estar en ellas mediante un recuerdo *constante* de los principios del trabajo, una sumisión *completa* al instructor y un *estricto* cumplimiento de las reglas. La más ligera desviación en recordar los principios, en someterse al instructor y en el cumplimiento de las reglas hace que sea imposible el continuar estudiando en una escuela como esa.
3. En las escuelas de la segunda categoría el instructor puede excusar muchos fallos de los estudiantes individuales, incluso aunque retrase su tarea, siempre que esto no perjudique al trabajo general de la escuela.
4. Hacer más fáciles las dificultades del trabajo, reducir las demandas o hacer concesiones por parte del instructor no es nunca un privilegio o una ventaja para los estudiantes; por el contrario, indica siempre únicamente un fracaso del trabajo de estos y su pérdida de un lugar en el trabajo.
5. Solo un crecimiento o un incremento de las demandas es un privilegio.
6. El lugar en el trabajo se determina por la preparación, antigüedad, esfuerzo, capacidades, confianza en el instructor y comprensión de los objetivos del trabajo.
7. Un estudiante puede empezar sin comprender totalmente el significado de las ideas provenientes de la mente superior y los objetivos del trabajo de la escuela. Pero después de un cierto tiempo le serán requeridos una *evaluación correcta* y un entendimiento y sin esta evaluación y este entendimiento no puede continuar.
8. La apariencia de desconfianza hacia el instructor, y especialmente la expresión de dicha desconfianza hacia el conocimiento, los métodos o las opiniones personales del instructor hacen imposible la continuidad en la escuela.
9. El estudiante debe recordar que las opiniones personales del instructor que contradigan sus propias opiniones personales se basan en unos mejores métodos de observación y razonamiento que aquellos que él puede tener a su disposición. Por tanto, deben ser para él un sujeto de estudio, no un tema o argumentación u objeción.
10. Debe recordar que uno de los objetivos de su trabajo es un cambio en sus puntos de vista, porque sus viejos puntos de vista (puntos de vista de un hombre que duerme) no pueden ser correctos. La tarea del instructor es mostrarle la posibilidad de puntos de vista que estén en consonancia y que al mismo tiempo puedan contribuir a su despertar.

11. El estudiante debe recordar que vino a aprender y no a enseñar o a expresar sus opiniones.

12. La diferencia de opinión con el instructor puede ser una indicación de que el estudiante ha obtenido de aquel todo lo que puede obtener y que debe dejar la escuela y trabajar independiente. Al mismo tiempo, la diferencia de opinión puede mostrar simplemente que el estudiante ha olvidado algunos de los principios fundamentales del trabajo o, lo que es todavía peor, ha añadido a este algo de su propia cosecha, algo que no ha escuchado del instructor. Esto hace inútil todo trabajo posterior.

13. El trabajo independiente fuera de la escuela es posible con o sin contacto con el instructor.

14. El contacto depende del estudiante y no del instructor y se establece si el estudiante recuerda todo lo que ha escuchado en cualquier momento del instructor y lo sigue por completo sin ningún tipo de desviación, y sobre todo sin añadir nada de su cosecha.

15. El instructor asume la responsabilidad por el trabajo de los estudiantes y puede ayudarles en sus dificultades únicamente cuando en relación con él, aquellos siguen los principios de las escuelas de la primera categoría y se someten a las reglas de las escuelas de la primera categoría; es decir, cuando ellos nunca olvidan lo que se les ha dicho una vez y no discuten con el instructor.

10. Esto a veces se denomina *trabajo escolar de imitación*.

17. En una misma escuela puede haber estudiantes diferentes, es decir, estudiantes de escuelas de la primera categoría y estudiantes de escuelas de la segunda categoría. Esta diferencia ente estudiantes viene determinada únicamente por sus actitudes hacia el instructor.
