

DESPERTAR A UN MUNDO MEJOR

INTRODUCCIÓN

Una noche despejada recuerdo haber mirado hacia las estrellas. Estaba en un lugar apartado de la luz nocturna de la civilización y eso me permitía ver la inmensidad del espacio que rodea a la Tierra, con los millones de distantes estrellas. Intenté penetrar hacia los misterios de lo infinitamente grande que el cielo me mostraba, y allí me quedé sin lograrlo. Otras veces he podido, con el Bio-microscopio, mirar capilares de la conjuntiva ocular y en ellos ver los glóbulos rojos circulando ordenadamente uno tras otro, cumpliendo su importante misión para mantenernos vivos. He Intentado penetrar hacia los misterios de lo infinitamente pequeño, y allí me quedo sin lograrlo.

Son ocasiones en las que me he sentido limitado, sabiendo que potencialmente somos ilimitados, viviendo en una transitoria realidad existencial limitada. No somos capaces de pensar y pasar más allá del tiempo y del espacio. No somos capaces de recordar qué hubo antes de nacer ni de saber qué habrá después de morir. No somos capaces de abandonar este navío sideral llamado Tierra. Entonces surgió en mi mente una pregunta: ¿Somos realmente unos prisioneros incapaces y limitados?

Al parecer me dormí y en el vívido sueño que tuve me encontré en la ladera de un cerro en las alturas de Cochiguaz, al interior del Valle del Elqui. Una gran roca negra incrustada en el cerro llamó mi atención. Me acerqué a ella y la toqué, comenzando entonces la roca a girar sin ruido y dejando a la vista un túnel no natural, del que la roca negra era su puerta. Ingresé al túnel que estaba suavemente iluminado desde sus pulidas paredes. Al fondo aprecié una gran sala intensamente iluminada. En la sala me encontré con un Ser vestido de blanco. Mi actitud ante él fue de respeto y amistad, dado que Él sólo inspiraba paz y confianza. Me señaló: *"Has nacido como todos los demás, para lograr algún día saber que esas cuatro paredes que os limitan, no son tal, sino que límites creados por vuestra propia mente humana. Vuelve a leer tu reciente escrito DESPERTAR y lo entenderás. Ahora podrás agregar nuevos conceptos que reforzarán lo que has recibido. Quedarás tranquilo, mas no con la misión cumplida aún. Sigues siendo un Guerrero, pero ahora lo eres de PAZ, y en esa condición mejor podrás comprender lo que aquí verás"*.

Así me habló el Ser, sin recordar yo nada más, aún cuando un nombre quedó en mi memoria: Zoltan, el de un amigo cósmico preocupado del futuro de la humanidad. Humanidad cuyo padre, un Nefilim para los sumerios, ayudó a crear mediante ingeniería genética. Me pregunto para qué escribo estas cuartillas en el computador, y me parece recordar que el Ser me señaló: *"Lo harás para así ayudar a más de uno, y eso para ti suficiente será"*. Tengo la sensación que al escribir ahora es necesario reforzar conceptos relacionados con la ciencia y la mente, con la brusca transformación de algunas personas y dar más argumentos para la auto-programación mental positiva. Todo ello orientado a una mejor comprensión de la metodología mostrada, la cual nos permitirá un uso racional más fácil y con mejores resultados y efectos más rápidos, al tener mejores y más argumentos, *dado que al parecer estamos en una carrera contra el tiempo*.

Este escrito **DESPERTAR** está destinado a expandir la mente más allá de los cuatro límites en que la hemos tenido encarcelada. Muchos ya vislumbran una meta, lo hacen siguiendo diferentes caminos. No es el camino lo que importa, sino que lograr caminar hacia la meta. Meta que por ahora está más allá de nuestro entendimiento, pero que es la meta a alcanzar. Lo que nuestro, sé que en alguna medida ayuda a la mente a fijar la atención en esa meta, y hacerlo por sobre los transitorios honores y placeres de la mundanalidad. Sabiendo que en especial preferiremos usar la mente para logros puntuales materiales y no, por desgracia, para alcanzar la liberación. La meta está más allá, es un salto cuántico hacia una realidad existencial superior que nos aguarda. Y aunque no lo aceptemos, lo dudemos o lo ignoremos, hacia allá vamos.

Existe una Consciencia Cósmica a la que cada ser humano está ligado por la mente. Esta Consciencia Cósmica es un depósito inagotable de Sabiduría y fuente de iluminación personal para tantos que en ciertas ocasiones de sus vidas reciben chispazos llenos de fuerza creativa y conocimiento.

La mente tiene tres niveles. El más sutil es el de la supra-mente, encargada de ligarnos directamente con el Alma mediante constantes saltos cuánticos que traspasan información hacia el Alma y reciben la fuerza de ella. Esa fuerza llega al nivel intermedio mental o subconsciente, que es su depositario y canalizador hacia la realidad del mundo exterior. El subconsciente contacta con el cerebro gracias a saltos cuánticos al nivel de los microtúbulos de las neuronas cerebrales. El nivel menos sutil de la mente es el llamado consciente, allí está la fuente de los pensamientos y por medio de los pensamientos nuestra vida es regida para bien o para mal.

Todos de una u otra forma recibimos chispazos de "inspiración" desde la Consciencia Cósmica. La mayoría no se da cuenta de ello. Unos pocos logran captar que están o han estado conectados con algo más sutil.

Nada de lo que aquí expongo es original. Todo se ha planteado en diferentes épocas. Lo novedoso podría ser la forma de mostrarlo. Mostrar con diferentes argumentos **EL PODER QUE IRRADIAMOS AL LOGRAR ACTUAR CON UNA ACTITUD MENTAL POSITIVA**. Eso es lo que estas páginas intentan ofrecer.

Ese Poder que todos tenemos, sabiamente podremos desde ahora comenzar a utilizar. Destacando que ninguno está a priori descalificado y que todos por derecho lograremos llegar a la personal meta que debemos alcanzar. Meta trazada antes de nacer. Meta que nos proyecta más allá de las estrellas.

EL DORADO

Para un buscador de tesoros, lo más valioso que se puede llegar a encontrar es El Dorado, allí estaría el oro de los Incas. No se sabe si su existencia es mito o representa una oculta realidad. El 10 de diciembre de 1932 en el *Comercial and Financial Chronicle* apareció este artículo que aquí reproduzco.

El Dorado, una región rica en oro y piedras preciosas más allá de todo lo imaginado, está a la puerta de la casa de cada hombre. Tu bienestar está a tus pies. Tu fortuna al alcance de tu mano. Todo está dentro, nada está fuera, aunque a veces parezca que los hombres y los

pueblos por simple suerte, o avaricia, o fuerza, consigan navegar con todas las velas desplegadas por los tranquilas mares de la prosperidad.

Los hombres, individual y colectivamente tienen derecho a una vida de abundancia. Este hecho es una evidencia. La religión y la filosofía así lo afirman; la historia y la ciencia lo demuestran. La ley dice que tienes derecho a vivir y que deben vivir en abundancia. ¿Qué es lo que quieres? Pues paga su precio y llévatelo. No hay límites para vuestras aspiraciones, pero cuanto más preciosa es la cosa que deseas mayor será el precio a pagar. Porque siempre hemos de dar el oro de nuestro espíritu por todo lo que obtenemos.

¿Dónde podemos hallar el oro del Todopoderoso? Cada cual al encontrarse a sí mismo descubre y asegura el oro espiritual. Al encontrarse a sí mismo halla la libertad y todas las riquezas imaginables, el éxito y la prosperidad. ¿Palabras altisonantes pero huecas? No, pues constituye la más palpable evidencia de la historia de los Estados Unidos y de muchos de sus hombres y en realidad de toda la historia humana. Tenemos la prueba concreta en los acontecimientos de cada día; basta con que abramos los ojos y queramos verla. Jamás se consiguió ni se podrá conseguir nada sustancial, duradero, poderoso o conmovedor por parte de los hombres que no supieron descubrir en sí mismos el oro de su espíritu, el cual es origen de dominio, poder, superación y éxito. Los hombres que se conocen a sí mismos saben perfectamente que todas las cosas materiales tienen como base una contrapartida espiritual. Lo advierten incluso en el dinero y en el crédito. La ley de la oferta y la demanda, por ejemplo, no es un simple principio económico para un hombre despierto, sino la manifestación material de una ley espiritual. Tales hombres, buscadores de la libertad, ven en acción el mismo principio cuando se trata de la gravitación, las afinidades químicas, el macrocosmos o el microcosmos.

Norteamérica ha sido el mayor de los El Dorado, el escenario sobre el cual gran número de hombres supieron encontrarse a sí mismos y elaborarse sus propias bonanzas para navegar con todas las velas desplegadas, enriqueciéndose a sí mismos y a la humanidad. No se trata de explotación, sino de manifestación de dones, fácilmente adquiridos por los espíritus libres y generosamente distribuidos entre todas las manos. Para el hombre que se encuentra a sí mismo y emprende la acción hay todo el dinero, crédito y bienes capitales que desee. Mackay, O'Brien, Hearts y Fair, jóvenes y valerosos norteamericanos de 1849, hallaron el oro en sí mismos pues se dijeron: "Si ahí hay oro yo tendré mi parte". Cuan grande debe haber sido la riqueza espiritual de un hombre tan libre como James J. Hill, que construyó el Great Northern Railroad, una interminable línea ferroviaria que iba a través del desierto desde ninguna parte a ninguna parte, porque tanto desde donde partía como a donde llegaba y las vastas tierras que cruzaba no estaban habitadas por nadie. Pero en su locura fundó un imperio. Gracias a su fuerza espiritual convirtió los bosques y las llanuras en miles de El Dorado; y esa misma fuerza le consiguió todo el oro y todo el crédito necesarios en los mercados de Amsterdam y Londres, haciendo así posible que millones de ciudadanos descubrieran para sí grandes bonanzas en el frío Noroeste.

Pocos años antes de morir dijo Thomas Alba Edison: "Las ideas vienen del espacio. Esto puede parecer sorprendente y hasta imposible de creer, pero es la verdad, las ideas vienen del espacio". Y sin duda Edison sabía lo que decía, pues pocos hombres recibieron y realizaron tantas ideas com él.

Que cada hombre busque El Dorado en su interior y hallará unas fuerzas sin límites en una fuente inagotable. Como los Padres Canónicos de la Iglesia dijeron, todo cuanto se recibe

está de acuerdo con la medida del recipiente. No es el poder lo que falta, sino la voluntad. Cuando uno se encuentra a sí mismo, automáticamente la voluntad se pone en marcha hacia El Dorado.

Con una imaginación poderosa y plena se puede dar forma concreta a cualquier deseo. El gran médico Paracelso decía: "El espíritu humano es tan grande que no hay hombre alguno capaz de expresarlo. Si pudiéramos comprender con exactitud la mente humana nada sería imposible para nosotros en la Tierra. Por medio de la fe la imaginación se vigoriza y completa, porque en verdad ocurre que cualquier duda agota su perfección. La fe ha de fortalecer la imaginación por cuanto la fe crea la voluntad". La fe es personal, individual. La salvación, bajo cualquier forma que se la encare es igualmente personal. La fe proviene del descubrimiento de sí mismo. Y el descubrimiento de sí mismo procura una clara comprensión de la propia identificación con lo eterno. Los hombres fuertes, seguros de sí mismos, construyen este El Dorado de América. "Conócete a ti mismo", conoce tu propio ser individual. Esa y no otra es la orden suprema. Quienes logran conocerse a sí mismos excavan en las tierras de El Dorado, beben en la fuente de Juvencia y son siempre los poseedores de aquello que desean poseer.

LOS TRANSFORMADOS

En el fenómeno de los muertos clínicos retornados, se calcula que un 5% de ellos han tenido contacto en el Más Allá con un Ser de Luz. A los estudiosos del tema les llama la atención los sorprendentes cambios que estas personas han experimentado después de su experiencia. Ellos son los transformados que más han sido ahora estudiados, *serían la avanzada de una nueva forma de vida planetaria*, en este advenimientos de una Humanidad Superior que nos correspondería vivir. Ellos, gracias al Ser de Luz, viven una cultura fundada en la conciencia superior, cultura basada en el amor y la sabiduría, una cultura que cumple los postulados de la filosofía inmortal. Dentro de los miles de relatos, sirvan de ejemplo los siguientes:

Era él un explotador de prostitutas, una noche recibe un ajuste de cuentas y una bala le perfora el corazón. Estuvo varios minutos muerto clínico y logró ser retornado a la vida. Desde ese día se transformó y es ahora un notable predicador.

Como médico de urgencia, no aceptaba las experiencias de los llamados muertos clínicos resucitados. Se consideraba ateo y esas experiencias eran según él, tan sólo supercherías religiosas, reacciones histéricas y alucinaciones sin validez científica. Se burlaba de sus colegas que intentaban encontrar una explicación a lo que casi a diario sucedía en el Servicio de Urgencia. Un día, muerto clínico llegó a su Hospital, y fue resucitado. Hoy, biblia en mano, llena de fe y esperanza a los pacientes terminales de su Hospital, a quienes les relata lo hermoso que es Allá, y cuánto nos ama, comprende y perdona Dios, a todos nosotros. Él con su vivencia personal los ayuda a morir bien.

Algunos señalan su personal cambio diciendo:

1.

"Después de aquello quise conocer más. Nada sabía de psicología o algo parecido. Pero de la noche a la mañana, gracias a esa experiencia, había madurado y se abría ante mí un mundo nuevo del que antes ni siquiera conocía su existencia. Pensé que tenía que descubrir tantas cosas. En otras palabras comprendí que la vida es algo más que la película de los jueves y el

partido de fútbol. Hay más cosas de las que conozco. Entonces comencé a pensar: "¿Cuál es el límite del hombre y la mente?" Esa pregunta me abrió hacia un mundo totalmente nuevo."

2.

"Siento amor y una unidad más profunda con todas las personas. Mis ojos terrenales se han abierto de verdad para ver la vida que me rodea. TODO es para mí una maravilla de la creación... Siento como si me hubiera elevado a un plano superior de conciencia. Considero que todas las religiones desempeñan un papel importante en la vida de las personas. El conocimiento fluye a través de mi conciencia instintivamente y soy capaz de reconocer lo que es verdad y lo que no. Antes esto no lo captaba... Ahora sé lo valiosa y querida que soy para Dios. Si ÉL me aprecia tanto como lo experimenté, entonces no importan los malos conceptos que sobre mí misma yo pueda tener. Por alguna razón soy valiosa para ÉL, y debo serlo, por tanto, para mí misma... Perdí el temor a la muerte... Adquirí una sed de conocimiento. Me da la impresión que me estoy preparando para algo mayor. Después de la experiencia mis facultades psíquicas han aumentado. Sé que esta experiencia fue un regalo que debo compartir con los demás, compartir amorosamente esa verdad sobre la vida que existe más allá de la actual."

3.

"Fue una bendición, antes estaba tan ocupado planeando el futuro y preocupándome del pasado que me perdía las alegrías del presente."

4.

"Inicié un nuevo capítulo que iba a cambiar el resto de mi vida. Me transformé de ser un hombre perdido que vagaba sin rumbo, sin otro sentido en la vida que el deseo de riquezas materiales. Pasé a tener una motivación profunda en la vida, una dirección definitiva y una convicción abrumadora de que al final de la vida, habría una recompensa. Los cambios de mi vida fueron totalmente positivos y mi interés por la riqueza y ansias de acumular posesiones fueron reemplazados por la sed de comprensión espiritual y el deseo de ver mejorar el estado del mundo."

5.

"Ahora me acompaña siempre una gran paz."

6.

"Desde entonces tengo siempre en mente lo que he hecho y lo que haré con mi vida. Antes seguía un impulso, ahora medito primero las cosas lentamente. Todo ha de pasar por mi mente y ser analizado. La comprensión que tengo ahora de las cosas es mucho mayor."

7.

"Sé que soy una persona totalmente distinta. Antes era desgraciado y auto destructivo, mientras que ahora estoy más sereno, tranquilo y feliz, y vivo cada día intentando hacer un poquito por la humanidad, aunque sólo sea una sonrisa a una persona de aspecto infeliz."

8.

"Tengo más confianza en mí mismo."

9.

"He aprendido a aceptarme como soy. Si la Luz y esa Presencia pudieron aceptarme con

todas mis faltas y debilidades; ¡pues era aceptación y era perdón! entonces debo ser una persona de bien."

10.

"Estoy más consciente de mi mente que del cuerpo físico, antes era al revés. El cuerpo era lo más importante, ahora es la mente. No me importaría no tener un cuerpo, pues de todo lo que me interesa, la mente es lo más importante."

11.

"Tengo la impresión de que ahora sintonizo más con la gente, que percibo cosas de ellos con más rapidez. Creo que la experiencia de la muerte me ha proporcionado la facultad de sentir lo que otros individuos necesitan en sus vidas."

12.

"Como médico y científico pensaba que eso no podía ocurrir, pero a mí me sucedió, y es real."

13.

"El conocimiento que adquirí es el de las cosas básicas, de las causas de las cosas, los principios universales básicos, de los factores que hacen que el Universo siga funcionando. El Ser de Luz se refería al conocimiento más profundo, el relacionado con el alma. Sabiduría le llamaría yo."

14.

"En cuanto al suicidio, como psiquiatra, ahora puedo decir, que Dios es mucho más clemente, comprensivo y justo de lo que los humanos somos capaces de imaginar. Lo que un presunto suicida necesita de nosotros, los seres humanos, no es un juicio, sino amor y comprensión."

15.

"No hay palabras para ello. Se trata de un lugar donde todo es amor y conocimiento. En él se tienen a plena disposición el conocimiento y la información, la totalidad del conocimiento. Se absorbe conocimiento. Súbitamente conoce uno las respuestas a todos los interrogantes."

16.

"La experiencia me dio plenitud y borró todas las cicatrices que aún tenía, y me dio las herramientas para abrirme camino a través de estos años y alcanzar el positivo ánimo en que me encuentro ahora permanentemente."

17.

"Tuve suerte. Tuve suerte de que sucediera eso porque, de lo contrario, ahora estaría muerto del todo. Porque no estaba encaminado en la dirección correcta. Estaba en el sendero de la auto destrucción, sólo que lo recorría muy lentamente. La gente con la que me relacionaba, esa gente con la que siempre estaba era inferior, era un grupo sórdido de traficantes y prostitutas. Yo era un perro callejero. Cada vez lo era más. Gracias a que sucedió eso yo ahora estoy aquí."

18.

"Fue una experiencia de aprendizaje. Como una ruda forma de terapia de shock para hacerme tomar conciencia de la realidad."

19. "Creo que todos los que hemos pasado por esa experiencia es por alguna razón. Existe algo que debemos hacer. Hemos recibido una llamada especial. Cada uno debe crecer como persona."

Sólo en los EE.UU. hay más de 10.000.000 de personas que como muertos clínicos han retornado a la vida. 500.000 de ellas estuvieron con un Ser de Luz y han sido transformados. Por lo general los transformados intentan ayudar a las personas que están en el trance de muerte; los orientan a dar ese paso que en tantos produce temor, el temor a lo desconocido, que ahora ellos conocen y relatan con tranquilidad y amor a los demás.

Rupert Sheldrake, un biólogo inglés, en 1981 postuló una hipótesis sobre la causalidad humana, las formas y conductas características de los sistemas físicos, químicos y biológicos que están determinadas por unos campos organizativos invisibles que él llamó morfogenéticos. Estos campos trascienden el tiempo y el espacio, son carentes de masa o de energía. Una vez establecidos estos campos a través de una conducta inicial, ésta es transmitida a otros individuos por medio de la resonancia mórfica. De acuerdo con este postulado cuantos más individuos potencien sus mentes y eleven sus niveles de conciencia, es decir, sean transformados, más poderoso se hará el campo morfogénico y más sencillo resultará progresar a los demás en esa dirección. La sociedad se impulsará hacia la iluminación, y las señales indican que así ya está sucediendo.

El Dr. Kenneth Ring es un notable investigador de la experiencia tenida por muertos clínicos retornados, y siente junto con varios de los que ha estudiado y han tenido la experiencia de transformación, que por distintos caminos - *no tan sólo de contactados con el Ser de Luz* - se está acelerando nuestro modelo vibratorio, con una expansión de la conciencia, en un tiempo en el que la gente debe y necesita transformarse en el ámbito planetario. Piensa que nos dirigimos hacia un salto cuántico de la conciencia, salto que permitirá al ser humano recordar quienes realmente somos. Se trata de un mensaje de esperanza que comparten todos aquellos que están expandiendo su conciencia. Son personas cuyo despertar es el despertar del destino planetario hacia el siguiente estadio de la evolución humana, y el deslumbrante ascenso hacia el encuentro consciente con la Divinidad.

CIENCIA Y MENTE

Ya en el siglo pasado, a raíz de la explosión de experiencias que dieron lugar el Espiritismo, investigadores y científicos comenzaron a analizar los llamados fenómenos paranormales, que hoy son estudiados bajo el título de los poderes de la mente y se lo hace siguiendo el riguroso método científico con el apoyo de la moderna tecnología de la era espacial y computacional. Son poderes que se analizan en Laboratorios de prestigiosas Universidades y que son aceptados como aspectos naturales de la mente, que en algún período de la evolución serán manifestados como algo rutinario.

En Londres se fundó la Sociedad para la Investigación Psíquica en el año 1882. Su primer presidente fue Sidwick, que una vez manifestó:

Cuando iniciamos seriamente la oscura e intrincada investigación que llamamos psíquica, nos sentíamos inclinados a hacerlo principalmente por la profunda y dolorosa división y confusión en cuanto a la naturaleza y el destino del alma humana que encontramos en el pensamiento de nuestra era. Por un lado, bajo la influencia de las enseñanzas cristianas, aún dominantes

sobre las mentes de la mayoría de las personas cultas, y que influía poderosamente en muchos de aquellos que han descartado su sistema dogmático, el alma se concibe como independiente del sistema corporal y destinado a sobrevivirlo. Por el otro lado, la tendencia preponderante de la fisiología moderna ha ido excluyendo más y más aquella concepción, tratando la vida y los procesos de cualquier mente individual como inseparablemente unidos con la vida y los procesos del efímero cuerpo que ella anima. Ahora nuestra propia posición era ésta. Creíamos sin reservas en los métodos de la ciencia moderna y estábamos preparados para aceptar sumisamente sus conclusiones razonadas, cuando fueran sostenidas por expertos, pero no estábamos preparados para someternos con igual docilidad a los meros prejuicios de los científicos. Y nos parecía que existía un apreciable conjunto de pruebas que la ciencia moderna había, sin más ni más, dejado a un lado con ignorante desprecio y, al hacerlo así, había sido desleal a sus métodos profesados y llegado prematuramente a conclusiones negativas. Obsérvese que nosotros no afirmamos que estas conclusiones negativas fueran científicamente erróneas; haberlo hecho hubiera sido caer en el mismo error que estábamos tratando de evitar. Nosotros sólo decimos que se llegó a ellas prematuramente".

En 1885 sir Oliver Lodge postuló que la adivinación de cartas de naipes podría ofrecer pruebas concluyentes sobre la telepatía, y elaboró una fórmula matemática para calcular la cantidad de aciertos que superaban los aciertos que podrían considerarse como simple casualidad.

La Universidad de Duke en Carolina del Norte creó en el año 1930 un departamento de parapsicología, dirigido por J. B. Rhine, quien el año 1934 editó su libro "Percepción extra sensorial". Un psicólogo, Zener, le confeccionó un mazo de 25 cartas formado por cinco figuras geométricas.

Miles de experiencias muy bien estudiadas transformaron a Rhine en el padre de la parapsicología, el que mediante el riguroso método científico dio validez a la telepatía, clarividencia, precognición y psicoquinesis.

El año 1946 Rhine resume el trabajo de su equipo al publicar un artículo sobre la realidad del alma, lo tituló:

EVIDENCIA CIENTÍFICA DE QUE EL HOMBRE TIENE UN ALMA

¿Qué tiene que decir la ciencia sobre el alma? Para contestar a esta pregunta tendremos naturalmente, que dirigirnos a la psicología, que es de un modo literal "la ciencia del alma". Pero ahí nos aguarda una sorpresa, porque descubrimos que la teoría sobre el alma humana ha sido dejada a un lado en los libros y estudios de psicología.

Muchos psicólogos incluso se reírían con tolerancia si hablásemos de la mente en sí como algo separado del cerebro. Todo tiene que ser físico para ser real, de acuerdo con dicho criterio, y cualquier cosa no-física o espiritual como se supone que es el alma, sencillamente no es posible. Tal concepción ha de rechazarse como una simple superstición.

Quienes piensan así confían en que los principios de la física sirvan para explicar todo lo que llamamos "mental", si continúa expandiéndose como hasta ahora está ocurriendo.

Sin embargo, ocurren algunas cosas de vez en cuando que no encajan con este enfoque meramente físico del hombre. Por ejemplo: de pronto, una persona tiene un sueño horrible en el que ve agonizar a un pariente o amigo. El sueño estremecedor resulta que sucede en la realidad y en el mismo momento en que se soñó estaba ocurriendo, aun cuando el pariente o el amigo muerto se hallaba a miles de kilómetros de distancia.

Lo más extraño de esto es, en algunos casos, que el suceso visto en sueños no se produce sino horas o días después de soñado; sin embargo, la visión del hecho es exacta e incluso rica en detalles. La primera idea es por supuesto que tales experiencias son meras casualidades. Poca gente intenta pasar de esta primera y simple explicación; pero, por suerte, algunos van más allá. Y cuando se estudia un buen número de tales experiencias, pierden toda apariencia de accidentalidad. El procedimiento científico a seguir consiste en poner manos a la obra con el fin de descubrir lo que hay detrás de tales hechos.

Evidentemente, si alguna de esas experiencias "psíquicas" demostrara que la mente tiene el poder de estar por encima del espacio y del tiempo, resultaría claro que es trascendente a las leyes físicas. Quedaría demostrado entonces que la mente es un sistema espiritual y no físico. Sería una pista hacia el descubrimiento del alma. Sólo una pista y nada más; pero proporcionaría el camino necesario para llegar a las pruebas seguras.

De tales experiencias psíquicas derivaron los test ESP (extrasensory perception - percepción extrasensorial-), lo cual incluye telepatía y clarividencia. En otras palabras: la telepatía y la clarividencia son dos modos diferentes de adquirir conocimientos sin el empleo de los órganos sensoriales conocidos, tales como los ojos, oídos, etc. Una prueba de telepatía consiste en que una persona "adivine" qué carta, número u otro símbolo cualquiera tiene en la memoria otra persona, la cual, digámoslo de paso, se halla en otra habitación distinta. En la clarividencia, es el objeto en sí, y no su símbolo pensado por otra persona, lo que el clarividente debe percibir. En síntesis: en la telepatía es la ESP del estado mental de una persona lo que se capta; en la clarividencia es la ESP de objeto.

En 1930 un pequeño grupo de psicólogos comenzamos en la Universidad de Duke una serie de experimentos ESP de ambos tipos, telepatía y clarividencia. Esta labor estaba patrocinada por el gran psicólogo británico William Mc Dougall, miembro de la Real Sociedad de Ciencias, que era a la sazón director del departamento de Psicología de Duke. Esta tarea se llevó a cabo en el Laboratorio de Parapsicología, y no fue en modo alguno el primer experimento de su género, ya que se habían realizado otros en diversas partes, incluso en algunas Universidades, durante los últimos cincuenta años. Pero ninguno de ellos fueron experimentos sistemáticos que siguieran la investigación de los problemas durante años, como ha sucedido en Duke. Esta Universidad fue la primera en ofrecer un asilo permanente a las búsquedas activas sobre los problemas psíquicos.

Los investigadores del Laboratorio de Parapsicología hallaron pruebas confirmativas de ambos tipos de ESP, telepatía y clarividencia. Desarrollaron y sistematizaron nuevos test, facilitando así la repetición de los experimentos. Esto suscitó la iniciación de un movimiento de experimentación sobre lo extrasensorial, que se esparció a muchas instituciones nacionales y del exterior. Se tomaron cuidadosas precauciones para asegurar que no fuera posible la introducción de elementos sensoriales en los experimentos, así como contra cualquier tipo de error que pudiera afectar los resultados. Los test fueron de tal naturaleza que sus resultados pueden evaluarse bajo normas standard y métodos estadísticos aceptados por todo el mundo.

Se puede demostrar fácilmente que los resultados obtenidos no pueden atribuirse en modo alguno a errores, casualidades o fallas experimentales de cualquier tipo.

Una vez que los experimentadores estuvieron satisfechos sobre la garantía de que los fenómenos sólo podían realmente ser extrasensoriales, comenzaron a trabajar en la vital cuestión de determinar qué relación pudieran tener con el mundo físico. ¿La telepatía y la clarividencia se rigen estrictamente por leyes físicas? ¿O van más allá y trascienden los límites de la física como parecen demostrar las experiencias espontáneas?

Por suerte fue cosa muy fácil poner a prueba el ESP con relación al espacio. Por ejemplo: sólo necesitábamos efectuar experimentos poniendo una gran distancia entre las cartas y la persona que trataba de adivinarlas por ESP y luego comparar los resultados obtenidos con las mismas pruebas de corta distancia. Tanto la telepatía como la clarividencia demostraron que la prueba sobre grandes distancias daban idénticos resultados que las realizadas a corta distancia. La distancia, medida en metros, kilómetros o cientos de kilómetros, no introducía la menor alteración en el resultado de los experimentos. Al mismo tiempo, todas las barreras físicas, naturales o artificiales tampoco afectaban para nada las pruebas en cuestión.

Pero ¿y el tiempo? Pensamos que si el espacio no influía al ESP era de esperar que el tiempo tampoco influyera en él para nada. Los test extrasensoriales sobre el futuro o premonitores demostraron que las personas capaces de identificar por ESP las cartas a cualquier distancia podían también predecir el orden en que saldrían las cartas después de haber sido barajado el mazo. Descubrimos que acertaban igual en los mazos barajados mecánicamente que en los barajados a mano. No sólo eso, sino que lograron anticipar el orden de aparición de las cartas, diez, ocho, seis o dos días antes. Por lo tanto, la dimensión del tiempo no introducía diferencia alguna en cuanto al resultado de los experimentos.

Ante tales experimentos sólo había una explicación posible: que la mente del hombre trasciende de algún modo las limitaciones de tiempo y espacio del mundo físico por medio de esa capacidad que estamos denominando "percepción extrasensorial". Y cuando estos experimentos fueron confirmados por otros investigadores en diversos laboratorios quedó firmemente establecida la conclusión de que la mente posee propiedades que no pertenecen a la física, al menos tal y como la concebimos actualmente. Y como el espacio y el tiempo son los índices más seguros sobre lo que es físico, la mente debe, por consiguiente, ser de naturaleza extrafísica o espiritual. Y todo cuanto decimos al expresar la palabra "almas" respecto al hombre es que la mente es de carácter no-físico, o sea, espiritual. Por lo tanto, los experimentos ESP han proporcionado la prueba sobre la existencia del alma humana.

Para algunas gentes, esto constituirá un minúsculo principio sobre el problema del alma. Y ciertamente no debemos exagerar la importancia de estos hallazgos. A decir verdad, no hemos hecho más que obtener una evidencia sobre un tipo elemental de teoría del alma. Hay, desde luego, mucho más en el concepto religioso del alma en relación con lo poco que nosotros hemos descubierto. Quedan en pie los mayores problemas. ¿Es susceptible el alma de separarse del cuerpo? ¿Puede sobrevivir a la muerte del cuerpo? Si es así, ¿pueden las almas desencarnadas tener contacto con los vivos o influir sobre ellos de algún modo? ¿Qué hay sobre la idea de un alma universal, o sea, Dios? ¿Qué de la comunicación entre las almas, y especialmente de las almas de los hombres con Dios? Estas y muchas otras cuestiones fundamentales de las doctrinas religiosas no han sido abordadas por ninguno de los puntos enfocados en el presente artículo.

Pero tenemos derecho a concluir que el concepto físico del hombre, prevaleciente en los círculos intelectuales, desde el auge del materialismo, está comprobado que es falso sin duda alguna.

Hay algo -cuánto, es cosa que ignoramos- en los humanos que es definitivamente extrafísico.

Hay un tipo de realidad en la existencia humana que no está sujeta a las leyes del tiempo y el espacio.

Pero es importante reconocer también las tremendas posibilidades que podemos entrever. La teoría del alma humana nos da mucha materia para construir y avanzar algo sobre los problemas religiosos. Hemos verificado los fundamentos esenciales sobre los cuales se erigió en principio la filosofía espiritual del hombre. Queda librado a la investigación científica sobre la personalidad humana, su naturaleza y su destino. En suma: emprender la tarea de resolver los grandes problemas de la religión.

En otra época la investigación experimental de los problemas religiosos hubiera chocado con la enérgica oposición de las Iglesias y los dogmas. Todavía quedan muchos ortodoxos conservadores que se sentirán heridos por la intrusión de la ciencia en el dominio de lo que ellos consideran debe ser pura fe. Pero un buen número de personas religiosas desean que se investigue a fondo para descubrir nuevos datos tangibles sobre la mente y el alma humana, así como todas sus inmensas potencialidades.

Aunque resulte sorprendente, la principal oposición la hemos encontrado en los representantes de la ciencia ortodoxa. Los hombres de ciencia conservadores tienen temor ante cualquier división de la naturaleza. Es tal su temor ante cualquier dualismo como el del alma y el cuerpo, que se niegan a mirar y examinar cualquier prueba que se les presente para confirmar la existencia de tal dualidad. Esta actitud carece de fundamento, porque sí, como muchos de nosotros sostenemos hoy, el hombre tiene un cuerpo y un alma. Netamente distintos, ambos siguen formando en cierto modo un todo único.

Uno y otro se hallan sometidos a la recíproca interacción, y, por consiguiente, es forzoso que tengan algo en común. Dos cosas no pueden afectarse entre sí cuando difieren en cada uno de sus puntos. Vemos, por lo tanto que debe haber un mundo de ocultas realidades, que probablemente no es ni físico ni mental en la forma en que concebimos ambos conceptos, de cuyo mundo emanen en principio las manifestaciones de la mente y del cuerpo, o sea, de lo psíquico y de lo físico. Este reino, que está por encima de la mente y la materia, está ahí, pero es casi tan desconocido como el Continente Americano para Colón antes del Descubrimiento, y aguarda que algún afortunado explorador del futuro lo descubra. Pero habrá de ser alguien que, al igual que el gran navegante genovés, tenga la audacia necesaria para poner en duda la validez de las cartas de mareas existentes sobre el conocimiento y la creencia y que se ponga a investigar por su cuenta.

En 1934 Rhine y su equipo iniciaron el estudio de la psicoquinesis, estudio que demostró el poder de la mente sobre la materia. Dejó de ser una mera teoría y pasó a ser una realidad científica. Hicieron un aparato que permitía lanzar mecánicamente los dados. Millones de veces han sido esos dados lanzados. Se encontraron personas paranormales y con ellas se confirmó que con la fuerza mental influían en los dados para que dieran determinada cifra o combinación de números, sin que hubiera contacto físico con ellos. Las pruebas hechas a

distancia consiguieron un resultado similar. Los aciertos superaron todas las probabilidades matemáticas de una contra varios millones que pudiera suceder por azar o casualidad.

La Psicoquinesis es real, puede la mente humana influir sobre la materia. En este instante, mientras lees este párrafo, tu mente realiza en tu cerebro la mayor psicoquinesis imaginada, movilizand o partículas de hidrógeno, carbono, oxígeno de una célula a otra; dando forma a moléculas diversas, combinándolas, movilizándolas y *creando nueva materia con la fuerza mental*.

En 1949 el profesor sir Alister Hardy señaló en la Sociedad de Zoología:

Hay otro asunto que debe mencionarse si se desea ser intelectualmente honesto. Ha aparecido en el horizonte algo que muchos de nosotros no deseamos ver. Si se nos llama la atención sobre él, decimos: ¡No. No puede estar allí; nuestras doctrinas dicen que es imposible! Me refiero a la telepatía, la comunicación de una mente con otra por medios distintos de los sentidos normales. Creo que nadie que estudie las pruebas con una mente imparcial podría rechazarlo... Quizá no sea ortodoxo para un zoólogo presentar este tema; pero yo lo hago por una razón. Dando por establecida la telepatía, como creo, tal descubrimiento de características revolucionarias nos obligaría a mantener abiertas nuestras mentes ante la posibilidad de que exista en los seres vivos y en su evolución mucho más de lo que la ciencia nos ha permitido esperar hasta ahora.

Lord Rayleigh sugirió que toda hipótesis de radiaciones físicas, de rayos mentales de un cerebro a otro cerebro, deben ser desechadas, pues todos los tipos de energía física conocidos decaen inversamente al cuadrado de la distancia desde la fuente, y la telepatía, clarividencia y precognición no se ven afectados por la distancia.

La ciencia ha demostrado con la electro-fotografía Kirlian que de las manos de sanadores surge una potente energía, muy superior y más intensa que la media normal. Con modernos equipos destinados al estudio de las partículas cósmicas, se ha comprobado que ciertas personas "paranormales" emiten una poderosa energía, la cual puede actuar a distancia. No se conoce cuál es la energía que se irradia en el acto de la sanación, sí, al menos, ya se la reconoce como algo real, pero de carácter desconocido, dado que está más allá del tiempo y el espacio. Es uno de los poderes de la mente, se señala.

Se ha confirmado que las personas que se mantienen intelectualmente activas pueden obtener mejores puntuaciones en los test de inteligencia después de los 60 años de edad. Resulta que el acto de pensar aumenta la oxigenación cerebral, a mayor oxigenación mejor capacidad metabólica.

Los estudios hechos a pacientes que han tenido curaciones espontáneas de cáncer, han señalado un perfil psicológico especial para esos pacientes. Justo antes de lograrse la curación tienen la sensación que sanarán y que la fuerza responsable de su curación está en su interior. Captan que no están limitados al cuerpo físico, sino que todo el entorno es parte de sí mismos. Es un salto cuántico de conciencia, un despertar que hace canalizar de manera natural la fuerza de sanación hacia el tumor maligno. Ocurre un repentino salto cuántico desde una realidad superior hacia la realidad física. Siendo ese salto de conciencia el que obra el "milagro". Resulta que todos tenemos esa conciencia y esa fuerza interior, pero no todos tenemos la motivación, ganas de vivir y fe para usarla. Pero si uno se lo propone, puede usar la fuerza de la realidad interior, cambiando de manera positiva la realidad exterior. Es

decir, se estudia en varios niveles la curación del cáncer mediante el poder mental, siendo el deseo de sanar considerado como fundamental para lograr la sanación.

A los dos años de edad nuestro cerebro completa su número de neuronas, entre 10 y 15 mil millones. A diferencia de otras células, la neurona no se regenera al morir. A los 30 años de edad las neuronas comienzan a morir y su número disminuye hasta alcanzar en la edad avanzada la cifra de 1.000 millones o algo más, de neuronas muertas. Sin embargo, igual quedan muchas, pero muchas más vivas. Lo importante, de acuerdo a la ciencia, es mantener siempre, sin importar la edad, una actitud mental activa, dado que con cada pensamiento nuevo estamos creando nuevas dendritas o interconexiones neuronales para nuevos módulos de pensamientos. Cada neurona tiene entre 1.000 y 500.000 dendritas o ramificaciones, y cada pensamiento permite crear nuevas dendritas en un grupo de neuronas, es decir, permite ampliar la capacidad de intercomunicación cerebral. Al crearse mediante el poder de los pensamientos nuevas dendritas, las neuronas abren nuevos canales para la comunicación cerebral, y surgen nuevos módulos de pensamientos afines o se refuerzan módulos ya existentes. No hay edad para la creación de dendritas, para el cerebro no hay vejez, la vejez es un estado mental erróneo, quien se siente joven: Lúcido y creativo vivirá y morirá. El hábito de pensar, de recordar y de estar mentalmente activos es el que nos permite ampliar la capacidad de nuestro computador biológico llamado cerebro. Las señales cerebrales se transmiten en ambas direcciones, al igual que durante una conversación telefónica. Al tener un cerebro más desarrollado, podemos manifestar más y mejor la capacidad mental. Al manifestar más capacidad mental, más desarrollo cerebral logramos.

El premio Nobel sir John Eccles hablando en un seminario de parapsicología destacó:

"Si quieren ver un verdadero acto de psicoquinesis contemplen las proezas de la mente sobre la materia que se realizan en el cerebro. Es asombroso que con cada pensamiento, la mente sea capaz de mover los átomos de hidrógeno, carbono, oxígeno y otras partículas de las células del cerebro. Pareciera que nada está más alejado de un pensamiento, carente de sustancia, que la sólida materia gris cerebral. Todo el truco se consigue sin ninguna vinculación aparente."

Cada célula está dotada de inteligencia y unida al conjunto mediante inteligencia. Usando la tomografía de emisión de positrones, se hicieron estudios inyectando glucosa radioactiva en voluntarios de diferentes edades. Dos cosas demostró la ciencia: La primera fue que no había diferencias significativas entre el metabolismo cerebral de personas jóvenes y ancianas. La segunda reforzó el planteamiento de que el cuerpo es una imagen tridimensional de lo que estamos pensando. Todo el cuerpo proyecta nuestros pensamientos, y *cambia ante cada situación mental*.

Un neurotransmisor, o sustancia química que permite interactuar a las neuronas por medio de sus dendritas y a distancia mediante la circulación de la sangre, responde a la velocidad del rayo a un pensamiento y llega a todo el organismo con su mensaje codificado, que cada célula decodifica. Son cientos estos productos químicos fruto de la fuerza mental, representan la expresión física de los pensamientos, y no sólo se producen en las neuronas cerebrales. Todo el cuerpo es pensante y es la expresión y creación de la inteligencia creativa.

ALIMENTOS Y CEREBRO

En la química cerebral influyen los alimentos. Hay dos grupos en especial, uno positivo o alegre que estimula el neurotransmisor llamado Dopamina y es beneficioso para la química y actividad cerebral, y otro grupo negativo o triste que estimula la Acetilcolina, y no es beneficioso a la actividad cerebral.

ALIMENTOS POSITIVOS O ALEGRES

LECHE

POLLO

PLÁTANO

VEGETALES

VERDES

ALIMENTOS NEGATIVOS O TRISTES

COMIDAS RICAS EN AZÚCARES

COMIDAS RICAS EN GRASAS

Cada neurotransmisor es creado por la fuerza mental de un pensamiento, y lo hace gracias a un salto cuántico que ocurre al nivel de los microtúbulos de la neurona.

Es la física teórica y su sorprendente avance la que nos permite, en parte, explicarnos la relación mente-cerebro y cerebro-mente. Se llama cuanto a la unidad más pequeña que puede considerarse para una partícula, siendo, por ejemplo, ese cuanto para la luz el fotón. En el ámbito cuántico la materia y la energía cobran existencia a partir de algo que no es ni materia ni energía. Se trata de una "singularidad" o estado primordial abstracto no limitado por el tiempo y el espacio. Es una comprensión de todas las dimensiones expandidas del universo. Lo existente surge de una región que sabe cómo organizar la materia y la inteligencia, la mente y la forma.

Walter Heitler manifiesta:

"Si en el campo de la ciencia se afirma, por ejemplo, que la vida ha surgido por azar de una materia inanimada, evolucionando también por azar hasta llegar al hombre, de tal forma que cada uno de nosotros es un producto aleatorio; y todo por la simple razón de que no se puede pensar algo distinto de lo que señalan los procesos de la física y de la química. En parte rígidamente determinados y en parte casual; Si todo esto es así, es que se ha superado la frontera del absurdo."

Como dice el Dr. Deepak Chopra:

"El cuerpo es un río de átomos, la mente es un río de pensamientos, y lo que los une es un río de inteligencia. En el preciso instante que pensamos "estoy feliz" un mensajero químico

traduce nuestras emociones. Todas las células del cuerpo entienden nuestro deseo de felicidad y se suman a él. El hecho de que podamos hablar instantáneamente con 50 mil millones de células en su propio lenguaje, resulta tan inexplicable como el momento en que la naturaleza creó al primer fotón a partir del espacio vacío. Los neurotransmisores son la expresión material más fina de la inteligencia que puede producir el cerebro."

Du Prel señala que:

"El alma es a la vez el principio organizativo y pensante en el hombre; sería pues, el alma quien edifica el cuerpo. Lo que psique puede hacer sin servirse del cuerpo, podrá también llevarlo a cabo sin estar ya en posesión del mismo cuerpo."

La luz envía sus ondas a través del campo cuántico del electromagnetismo hasta el infinito en todas direcciones. La mente difunde los pensamientos mediante un salto cuántico no sólo al cerebro y el organismo, sino que cada pensamiento tiene efecto en toda la naturaleza. Mediante la inteligencia podemos crear pensamientos de sanación, armonía, paz, felicidad y tranquilidad. La fuerza mental mediante la inteligencia crea nuevos circuitos cerebrales y neurotransmisores químicos a voluntad, con cada pensamiento se cambia la estructura cerebral al surgir nuevas dendritas y reforzar módulos de pensamientos afines, siendo esta constante creación independiente de la edad. El computador cerebral aumenta su potencia y capacidad a voluntad. Podemos lograr que la mente se mantenga alerta y creativa, y resulta que nos convertimos en aquello que queremos ser.

Si logramos entender a la enfermedad, la frustración, el pesimismo, la negatividad, el rencor, la ira, etc. como distorsiones de la propia inteligencia, podremos alcanzar la comprensión y solución a los problemas de la vida, al saber que esa distorsión de la inteligencia se cambia con la voluntad, la voluntad de usar ahora la inteligencia en forma creativa, transmutando conscientemente lo negativo en positivo como lo veremos en el siguiente capítulo.

LA MENTAL POSITIVA

AUTO-PROGRAMACIÓN

Se han mostrado una serie de conceptos destinados a fundamentar este capítulo final. El Dorado es una región real, se encuentra más allá del tiempo y del espacio, se encuentra dentro de uno mismo. Allí están los tesoros más valiosos y hermosos que podamos siquiera imaginar. Son nuestros, están a la mano esperando ser descubiertos y bien utilizados.

Los transformados nos demuestran, que sin importar quien se haya sido, existe una energía que los transformó positivamente. Esa energía está a su vez dentro de cada uno esperando a ser descubierta para dar lugar a una espectacular transformación.

La ciencia ha demostrado que la mente tiene poderes que se manifiestan más allá del tiempo y del espacio. La ciencia nos ha dado un lenguaje que nos permite decir que la mente manifiesta su poder, mediante un salto cuántico, que la hace crear nuevos circuitos cerebrales y sustancias neurotransmisoras químicas. La mente elabora los pensamientos mediante la inteligencia, el poder de los pensamientos va más allá del cerebro y el cuerpo humano, alcanza a la naturaleza y se irradia hacia el cosmos. Para comprender la auto-programación mental positiva es fundamental aceptar la realidad de la mente y sus potencialidades. Es necesario creer en uno mismo, creer en Dios, dado que Dios nos ama, comprende y perdona,

y es Su Voluntad que mediante la Verdad seamos salvos. Esa Verdad todos la tenemos. En general nos falta la personal voluntad de querer ser salvos y llegar en conocimiento de la Verdad a la transformación que nos está aguardando.

¿Cómo poder lograr entender lo que realmente somos? No somos fruto del azar; antes de nacer, desde la quinta dimensión el Alma programó la vida que llevaría en la tercera dimensión, lo hizo con el fin de manifestar ciertas potencialidades necesarias a desarrollar para su crecimiento. En el computador cósmico fueron ingresados los datos y se programó el ADN o genoma que nos caracteriza como seres humanos con una específica clave o código genético, siendo tan diferentes el uno del otro, es decir, con la individualidad y dotados del libre albedrío, o libre capacidad para decidir. Fueron seleccionados los padres, el momento de la concepción, el óvulo y el espermatozoide específico para nuestra misión en la vida. Nada sucedió por azar, y el Alma dotó de la mente al feto concebido, por ser éste el adecuado para su misión. Quien incursiona en el campo de la programación computacional puede, quizás, entender mejor este planteamiento abstracto de una realidad sutil que nos permite ser, y que es nuestra realidad supra dimensional: Somos hijos de Dios. Somos Espíritus emanados de Dios. El Espíritu desde su séptima dimensión dio forma al Alma que reside en la quinta dimensión, el Espíritu es la fuente de la energía de vida y desarrollo del Alma. El Alma transmuta esa energía a la mente, y la mente la hace llegar a la realidad física. El Alma dio forma a la mente, y con su fuerza dotó a un feto que con sus experiencias como ser humano le permite crecer.

Varios prestigiosos científicos, algunos de ellos Premio Nobel, al estudiar la clave genética y comprender que detrás de ella hay una lógica programación en una pequeña molécula dotada de una información superior al contenido de 1.000 enciclopedias, han tenido una transformación al captar la realidad existente hacia lo infinitamente pequeño, y por sobre el dogmatismo señalan que una mente está detrás de la vida, y no el azar. Llega a tanto esa programación previa al nacimiento, que esos científicos aceptan y postulan que la clave genética viene estructurada de tal manera para cada persona, que no se podrá vivir más años que los que cada uno trae programados vivir; que se padecerán determinadas enfermedades de manera espontánea o si ciertos condicionantes se hacen presente; que se será más o menos inmune ante predeterminadas enfermedades infecto contagiosas. Ellos, con su apertura mental, tienen un chispazo divino que los hace, en alguna medida, comprender la justicia y la lógica del Plan Divino que nos rige.

Finalizadas las experiencias del Alma en la tercera dimensión, ésta tomará cuerpos de la cuarta dimensión para evolucionar. El proceso culmina cuando el Espíritu plenamente desarrollado, infinito en su dimensión, retorne a Dios para adquirir nuevos atributos y emerger como un Logos o Hacedor de Universos plasmando el vacío que contiene la Inteligencia Pura de Dios, dándole la forma en lo existente. Vivimos la realidad física de la tercera dimensión, pero somos mucho más que ese cuerpo que piensa y tiene sentimientos. Somos un Ser eterno que con su fuerza le permite al cuerpo vivir y manifestar los pensamientos con sus sentimientos. Cada vida es una nueva experiencia para el Alma, que así logra crecer y manifestar sus potencialidades. Nada negativo de nuestra vida actual afecta al Alma, sólo lo positivo vibra en su nivel. Somos un conjunto de energías agrupadas en cuerpos de diferentes dimensiones, caminando en el retorno hacia Dios, vida tras vida, asimilando las enseñanzas en cuerpos de mundos que serán de dimensiones cada vez más sutiles.

La vida actual es la manifestación más sorprendente que podamos llegar a imaginar. Nuestro cuerpo es un conjunto de 99.9% de vacío sustentado en átomos que son reales soles con sus

electrones que son reales planetas. Ese vacío es Inteligencia Pura, y esa Inteligencia compenetra cada partícula de nuestro organismo. Nuestro cuerpo es un Universo de verdad, situado en una microdimensión, regido por la fuerza de la propia mente. Sólo uno puede pensar con su mente, nadie piensa por nosotros. Sólo uno puede activar la Inteligencia e iniciar la emisión de pensamientos positivos, llenos de energía creativa. Los pensamientos positivos son la salvación individual. Los pensamientos positivos son la salvación del género humano. Los pensamientos positivos son la salvación de la Naturaleza. *Y es tan fácil pensar bien.* ¿Por qué no intentarlo aunque sea una vez de manera consciente?

Alguien me dijo: *¡Cuánto has cambiado, actualmente sólo escribes cosas positivas!* Y pensar que lo hago en Febrero de 1998, mientras las noticias señalan que hay aumento en la actividad sísmica mundial. Cuando el llamado "Fenómeno del Niño" sería el responsable de grandes inundaciones en Ecuador, Perú y Argentina, con pérdidas de vidas, miles de damnificados y gran deterioro para la producción de alimentos. Cuando se habla sobre los estragos del Invierno Altiplánico en nuestra zona Norte. Cuando se habla de las gaviotas que vuelan hacia el interior de Santiago, a más de 100 Km de la costa, en busca de alimento. Cuando se habla de grandes nevadas en el Hemisferio Norte, también con inesperadas inundaciones y bajas temperaturas que han afectado a las cosechas. Cuando se habla de la crisis económica y el hambre ronda en la mente de muchos. Cuando se habla de la violencia, cada vez más intensa e incontrolable. Cuando se habla de la frustración en la juventud carente de futuro, con índices cada vez más marcados de explotación infantil, de prostitución infantil, drogadicción, alcoholismo, suicidios y criminalidad. Cuando se habla del marcado debilitamiento de la capa de ozono, y se advierte que la radiación ultravioleta afecta de manera irreversible al fitoplancton del mar, siendo ese fitoplancton el principal fabricante del oxígeno planetario que en algunas regiones ha disminuido desde su 23% natural a menos de un 16%. Cuando se habla... en fin, para que seguir. Al escuchar todo esto me pregunto: ¿Qué podemos nosotros hacer ante lo desencadenado? La respuesta que recibí fue muy clara, ella dice:

DEBEN FORTALECER LA MENTE. AL HACERLO PENSARÁN EN POSITIVO Y ENTONCES LA SOLUCIÓN LES LLEGARÁ, Y LO POSITIVO LOS RODEARÁ.

Resulta que la ciencia de la mente es categórica para señalar que así como uno piensa así uno es. Somos el fruto de lo que hemos pensado, seremos el resultado de lo que ahora pensemos. Hemos pensado a diario más de un 80% de pensamientos errados. ¿Qué sacamos con seguir agregando más y más basura? Cada pensamiento negativo rodea al planeta de negatividad; la Noósfera o capa mental planetaria no da más de tanta acumulación negativa. Eso es lo que hemos logrado en nuestra suicida ignorancia.

Por eso escribo en positivo, sin ignorar los problemas, que son reales, al menos debemos intentar revertir sus efectos mediante el arte del buen pensar. Arte que espero destacar en estas cuartillas que ahora van.

Cada pensamiento es una poderosa energía que en un 80% hemos malgastado. Los errados pensamientos desarmonizan la codificación mental y genética celular. Con cada pensamiento negativo se rompe el equilibrio y armonía mente-cuerpo. La sobrecarga de estímulos de la vida moderna nos produce tensión, y las excesivas reacciones de alarma del medio ambiente nos llevan al *stress*. La tensión y el *stress* se traducen en angustia, temor, miedo, frustración y

depresión. Los miles de millones de dólares anuales destinados a las drogas "estimulantes", "tranquilizantes" e inductoras del sueño son un aval de esta realidad.

El neurólogo suizo Dr. Edouard Bartschi señala:

"Todo ser viviente tiene células, cada célula es como una microbatería que constantemente está generando energía. Cuando el flujo de esa energía celular se interrumpe, el organismo pierde la armonía y nos enfermamos y envejecemos en forma más acelerada. El balance armónico es roto y disminuye la energía en su nivel por la tensión o el stress que producen un desbalance en el flujo energético que necesitamos para vivir. En ese momento envejecemos."

Un estado relajado y positivo ante las situaciones de tensión que a diario nos corresponde enfrentar nos ayuda a estar sanos y prolongar la juventud. Ser optimistas es un factor decisivo contra la enfermedad y el envejecimiento, pues se actúa de mejor manera ante las situaciones de alarma, reaccionando de manera positiva y constructiva. El auto-desarrollo mental positivo está orientado a lograr esta capacidad de hacer frente en forma adecuada a los estímulos del diario vivir.

En el reino de la mente lo similar atrae a lo similar. Pensar positivo nos rodea de lo positivo. Tenemos la fuerza que nos permite lograrlo y esa fuerza la podemos canalizar conscientemente mediante los pensamientos adecuados. Una correcta actitud mental restaura la armonía celular y el equilibrio entre los códigos de cada célula.

PERFIL DE LA PERSONA DE ÉXITO

Los psicólogos e investigadores de las potencialidades de la mente, que han estudiado a las personas de éxito, señalan que esas personas reúnen algunas características comunes a todas ellas, entre las que se destacan por ejemplo:

Durante el aprendizaje están en un estado de concentración relajada, de alerta en descanso, permanecen emocionalmente tranquilos, contentos de lo que están haciendo, buscando lo valioso en todo lo que aprenden, interesados en el tema y dispuestos a aprenderlo con una actitud mental positiva, convencidos que lo aprenderán.

Respiran naturalmente por la nariz en forma pausada y rítmica.

Emiten más ondas cerebrales alfa que el común de la gente, lo que representa un estado psico-fisiológico especial que les permite rendir más y ser más eficientes.

Saben que tendrán éxito, eso es lo normal para ellos.

Fijan metas y hacia el logro de esas metas canalizan la fuerza mental y lo hacen con una actitud mental positiva.

Ese estado mental positivo, natural para algunos, podemos inducirlo mediante el arte o la disciplina del pensar en positivo, inducimos al hacerlo así, más ondas alfa cerebrales, se acelera el aprendizaje, la creatividad es espontánea y la eficiencia aumenta.

El psiquiatra Dr. Wayne Dyer habla de nuestras zonas erróneas, destacando que tenemos como factores limitantes para el auto-desarrollo a los sentimientos de culpa, la preocupación por el futuro, la ira, el miedo a lo desconocido, la angustia, el postergar decisiones, el auto-rechazo, el temor, la dependencia a la opinión de los demás, el actuar por obligación, etc. El Dr. Dyer parte de la base que la salud es un estado natural y que dentro tenemos los medios para alcanzar ese estado.

Debemos tener confianza en nosotros mismos y somos los únicos responsables de lo que lleguemos a ser. Para modificar el pensamiento auto-destructivo es necesario repetir una y otra vez el pensamiento positivo adecuado. Podemos llegar a ser lo que programemos ser. La verdadera inteligencia corresponde a la de saber vivir una vida feliz a cada instante en cada momento. Es difícil lograr este proceso de positivización, pues muchas son las fuerzas que actúan en sentido contrario. Necesitamos de la auto-confianza para iniciar el cambio.

Si una tormenta nos deprime no es culpa de la tormenta, es nuestra culpa por deprimirnos por ella. El deprimirnos no nos ayudará a eliminar la tormenta ni a enfrentarla de manera eficiente. Es sólo uno el responsable de lo que siente, y sentimos lo que pensamos, pudiendo llegar a aprender a pensar en forma diferente sobre cualquier cosa, si así se desea hacerlo. ¿Vale la pena estar deprimidos, irritados u ofendidos? ¿Merece ser uno infeliz en la vida por la equivocada actitud mental que se tiene? No es nada de fácil cambiar la manera de pensar, requiere trabajo y esfuerzo desligarse de hábitos negativos y limitantes, pero es posible lograrlo.

Miles son las personas que pueden avalar esta metodología del auto-apoyo o la auto-programación mental positiva. Metodología que con su fe y perseverancia los ha hecho ser personas de éxito en la vida.

Sin embargo, la metodología en su fuente, no está destinada al éxito mundano o material. Los reales fundamentos de la fuerza y del poder mental, están orientados a permitirnos dar el salto cuántico de manera consciente hacia la nueva realidad existencial que nos aguarda.

Si estamos aburridos, digamos NO al aburrimiento, usando la mente de diferentes maneras, y sólo con pensamientos creativos, estimulantes y constructivos. Hagamos que la mente trabaje a favor nuestro y no en contra nuestra, como ha sido de manera preponderante en un 80%. Poco a poco nos molestaremos menos cuando las cosas vayan mal.

Al menos la mitad de la gente que nos rodea va a estar en desacuerdo con al menos la mitad de lo que digamos. Eso es lo natural, por tanto, no sentirse si alguien no está de acuerdo con uno. Mucha gente no lo estará. Aprendamos a creer en la propia opinión, sin vivir pensando en la opinión que los demás tengan de nosotros, y sin intentar imponer a los demás nuestra Verdad.

La mente se fortalece mediante el uso de los pensamientos positivos. Cada pensamiento positivo crea nuevos circuitos cerebrales específicos con módulos de pensamientos afines. Esos módulos mediante la repetición consciente de los pensamientos positivos, se van reforzando y a su vez debilitan los módulos opuestos negativos, que eran los preponderantes.

Cada módulo positivo reforzado, hará surgir en forma más espontánea, nuevos pensamientos positivos. El mayor flujo de los pensamientos positivos armonizará las células de nuestro organismo e influirá favorablemente en la Naturaleza, que tanto lo necesita. He aquí las ventajas de iniciar el Arte del Buen Pensar.

El momento presente lo perdemos al estar preocupados por el pasado y por el futuro. Desconectémonos del pasado, eso ya no existe, y el futuro a su debido tiempo llegará. Vivamos el presente, al hacerlo, siempre podremos crecer, siempre podremos ser mejores. El aprendizaje no tiene fin. Si se ha obrado mal, odiarse no soluciona nada. Tengamos sentimientos positivos y que el error nos sirva de lección haciendo el firme propósito de no repetirlo. Los lamentos sólo impiden llevar una vida armónica y eficiente. Tenemos que aprender a controlar los pensamientos, y a reconocer el comportamiento auto-destructivo que nos ha caracterizado. Entonces, decidir actuar de manera diferente, actuar con respeto, aprecio y cariño para con uno mismo.

Hay dos emociones limitantes y muy frecuentes: Culpabilidad y Preocupación: El sentimiento de culpa por lo que se ha hecho y la preocupación por lo que se pueda hacer en el futuro. La culpabilidad es despilfarrar el presente, inmovilizándose por un comportamiento del pasado. La preocupación es limitar el ahora por algo que está en el futuro. En vez de sentirnos culpables por lo que se hizo; PERDONÉMONOS y tomemos la firme decisión de no volver a hacerlo. El sentimiento de culpa no cambia el pasado ni nos hace ser mejores. La preocupación por el futuro sólo nos impide vivir mejor la vida presente y nos hará tener un peor futuro. Aprendamos a ver el momento presente para vivir mejor.

Sin embargo, no seamos tan injustos con lo que ahora consideramos negativo: Si no se conociera la oscuridad, cómo hablar de la luz; si no se conociera el odio, cómo hablar del amor; si no hemos vivenciado la venganza, cómo manifestar el perdón; si no hemos tenido ira, cómo hablar de la bondad. En fin, para llegar a ser perfectos se debe primero emerger desde el fango de la imperfección. Esa es nuestra evolución y esa será nuestra máxima victoria; la victoria sobre uno mismo cuando descubramos que somos Inteligencia Pura, Energía Divina e Inmortal, plasmando mediante la evolución en transitorios cuerpos, por ahora de la tercera dimensión, las potencialidades infinitas con las que como Espíritu emergimos de Dios en calidad de infinitamente pequeños, y que como Espíritu infinitamente grande volveremos a Dios. Es necesaria la vida con todas sus limitantes para nuestro desarrollo. Cada aspecto negativo de un ser humano es transitorio, representa una parte de su Alma que por evolución aún no ha logrado manifestar en su aspecto positivo que es eterno y que algún día manifestará, hasta llegar a ser el Hombre Ideal.

EL HOMBRE IDEAL

Los estudiosos han trazado el perfil de lo que debiera ser el humano ideal, el que reuniría una serie de requisitos básicos en su individualidad, a saber:

Permanece en un equilibrio mente-cerebro; realidad exterior con la realidad interior. Usa de manera sincrónica ambos hemisferios cerebrales, con emisión prioritaria de ondas alfa.

Vive liberado de los comportamientos auto-destructivos.

Sabe disfrutar plenamente del presente aprovechando a cada instante lo que la vida le ofrece. Es agradecido con lo que tiene, y eso le es suficiente. No vive ansiando cosas materiales, está por sobre ellas. Vive en los valores espirituales en una sabia aceptación de la realidad.

Carece de sentimientos de culpa por sus pasadas acciones y de auto-castigo. De sus errores ya se arrepintió y obtiene una enseñanza para no volver a cometerlos, sin llegar a tropezar con la misma piedra.

Si no vibra con otros se aparta de ellos sin herirlos, sin criticar.

Carece de las preocupaciones que tanto atormentan a los demás. Sabe que lo que sucede es porqué así tiene que ser.

Está plenamente consciente de la realidad actual y de lo que sucederá, lo acepta feliz pues eso es parte del Plan Divino con el que debe, dinámicamente colaborar.

Si cambia el clima no se queja, se adapta buscando la forma de seguir feliz.

Vive el presente sin la constante preocupación del futuro que nos caracteriza y nos limita.

Sus relaciones humanas las basa en el respeto por los demás, en la libertad individual, acatando las decisiones de cada uno.

No busca honores ni halagos mundanos que en nada benefician.

Sabe reconocer que siempre habrá gente disconforme con él, haga lo que haga, por ello lo que cree justo lo hace sin preocuparse de la opinión de los demás.

Se acepta tal como es y se esfuerza por ser siempre mejor y aprender más de la vida, su vida, para así servir mejor a los demás.

Es honesto y no sabe mentir.

No culpa a los demás de sus problemas dado que sabe usar la auto-crítica y la auto-evaluación en su disciplina de vida.

Es sano y portador de una gran energía mental positiva, fruto de su amor y respeto a la vida.

Ignora el aburrimiento y de cada experiencia, de cada instante, sabe sacar una experiencia positiva y una lección en su constante aprendizaje y búsqueda de la Verdad.

No se siente superior a los demás. Comprende los errores ajenos sin juzgarlos. Sabe que el mal es la falta de manifestación de positivos atributos del Alma, que todos algún día deberemos manifestar.

La humildad es uno de sus dones. Viste sin llamar la atención, sin hacer notar el grado evolutivo alcanzado.

Vive la vida sin temor al fracaso, sin temor al futuro y sin temor a lo desconocido. Lo hace sin dar lugar a la ira, escuchando atentamente las opiniones ajenas sin imponer las propias.

Su patria es amplia, abarca al mundo y el cosmos. Pertenece al género humano y al linaje de los espíritus, con todos ellos está hermanado.

Vive feliz al saber apreciar en cada acontecimiento, en cada persona, en cada momento lo positivo que ello encierra. Valorando las maravillas de la creación, viviendo en constante armonía con la Naturaleza y las Sagradas Leyes que nos rigen.

Está consciente que la vida es transitoria y de constante aprendizaje y desarrollo. Emite constantemente pensamientos positivos y de armonía para su organismo, para los demás y para la Naturaleza.

Vivir sabiamente el presente le garantiza la vida futura más allá de la vida humana.

La **VISUALIZACIÓN** -ver algo con los ojos cerrados como realizado- nos ayuda en la programación mental positiva. Tenemos que representarnos imaginativamente en la obra que nos proponemos realizar, como si ella estuviera realizada con éxito. Esta visualización acompañada de la firme voluntad de hacerlo y lograrlo, es la base del éxito.

La **AUTOSUGESTIÓN** perseverante termina por prevalecer en el subconsciente que actúa sobre la personalidad y el cuerpo físico, cuyas células responden sumisas a los mandatos de la mente, esta es la base de la **AUTOSANACIÓN**. La autosugestión se refuerza:

Si se dice puedo y quiero, y con perseverancia se repite y se hace el esfuerzo por lograrlo. Con fe ese pensamiento nos llevará a ser logrado.

El concepto que forjemos de nosotros mismos en la mente, nos hará ser lo pensado, sabiendo que somos vasos de honra y no de vergüenza.

Desechando toda idea de inferioridad y manifestando la realidad que somos.

Los pensamientos han de ser constructivos, pensar en buena salud es una poderosa auto-ayuda para sentirnos sanos.

El modo de ganarse el respeto de los demás comienza por respetarse a uno mismo.

Logrado el hábito, antes de dormirnos, debemos programarnos de manera positiva para el día siguiente; ganaremos en salud, dicha y éxito. La seguridad en uno mismo multiplica mil veces nuestro poder, y asombraremos a los demás al superar obstáculos antes impensados. El secreto del poder está en la fe en nuestra propia capacidad, y en la convicción que nacimos dotados con las herramientas para triunfar.

Sólo quien ignora el origen divino que tenemos; sólo quien ignora que somos los personales regentes de un Universo, como lo es el cuerpo humano; sólo quien ignora el radiante futuro que nos aguarda, puede tener dudas sobre su propia capacidad potencial que es ilimitada. Capacidad que a nadie le está prohibido usar en la senda de la auto-realización mediante la auto-programación mental positiva que intento mostrar en estos escritos basados en la milenaria enseñanza dejada para nuestro Despertar.

Es tan grande el poder de los pensamientos que sir Arthur Eddington dijo:

"Creo que la mente tiene el poder de afectar a los grupos de átomos interfiriéndose en la conducta de los mismos e incluso que la voluntad de los seres humanos puede alterar el curso del mundo aunque este curso esté predeterminado por leyes físicas."

El periodista y agricultor Dana Neeth relató:

"La mente subconsciente es algo maravillosa y le juro que no entiendo por qué la gente no se documenta más sobre esta cuestión. No sé cuantas veces me ha ayudado a resolver mis problemas. Gracias a ella se me han ocurrido las ideas necesarias para escribir artículos y relatos mientras me hallaba entregado a tareas mecánicas en la granja."

Y en lo que se refiere a encontrar herramientas perdidas es sorprendente. Si pierdo, por ejemplo una llave, me digo: "Llave ¿dónde estás?" Entonces cierro los ojos. De pronto es algo así como un relámpago y marchó hacia donde está."

Yo tenía gran dificultad en recordar nombres, pero he descubierto que si logro representarme la imagen de la persona cuyo nombre deseo recordar, y lo hago con nitidez, acude a mi memoria el nombre."

No hay que olvidarse de que los inventos, las grandes composiciones musicales, poéticas, literarias y, en general todas las ideas creadoras, proceden del subconsciente. Basta con pensar intensamente manteniendo un firme deseo de lograr lo que uno se propone e invariablemente se obtendrán buenos resultados. Hay un viejo refrán que dice que cuando nosotros comenzamos a tejer, los dioses nos proporcionan el hilo. Y es una gran verdad."

Al parecer el método más eficaz para lograr la ayuda del subconsciente es el de la VISUALIZACIÓN, es decir, el sistema de imágenes mentales o uso de la imaginación, viendo la situación que deseamos sea realizada, como realizada con pleno éxito. En lo interno reside la facultad que permitiría a cada individuo triunfar si esa potencia es usada con el firme deseo de triunfar, y siendo perseverante en esa aspiración hecha con fe.

La mente consciente usa la razón, la lógica, el juicio, el cálculo, la conciencia y el sentido ético o moral. Es la fuente de los pensamientos, la que nos da la sensación de que somos y nos liga a la realidad del mundo exterior. Nos brinda la memoria y nos permite conocer nuestras emociones y comprender su significado. Nos capacita a tener la racional comprensión de la vida con sus éxitos y fracasos. Nos permite fijar metas y tener aspiraciones, trabaja mientras estamos despiertos.

El nivel subconsciente de la mente usa la intuición, la emoción, la inspiración, la imaginación, la deducción y la sugestión para manifestarse, trabaja día y noche, lo hace estando despiertos o dormidos. Se encarga de canalizar constantemente la energía hacia el cuerpo, energía que permite a cada célula seguir viva y a los órganos funcionar. Responde a las llamadas de auxilio del consciente, siendo la sugestión una de las formas de activarlo. En ello reside el poder de la **AUTOSUGESTIÓN** con el fin de lograr positivos cambios en la vida personal. Si la sugestión se logra hacer con **CONVICCIÓN**, el éxito es seguro.

La capacidad de fijar metas y tener aspiraciones es la que, mediante los pensamientos, podemos conscientemente fijar en el subconsciente, el cual no discrimina, y si acepta la idea

como válida, canalizará la fuerza para que esa idea se haga realidad. La mente consciente es la fuente de los pensamientos y la mente subconsciente es el reservorio y canalizador de la fuerza que permite a esos pensamientos ser materializados como logros reales en el mundo exterior. La mente subconsciente siempre logra hacer realidad aquello que se le ha fijado mediante los pensamientos, si son planteados como reales, lógicos y posibles de alcanzar. Pensamientos que deben ser repetidos como afirmaciones positivas de auto-apoyo, y en lo posible visualizados como realizados, lo que sugiere al subconsciente y le hacen tener la convicción que se harán realidad. Entonces la fuerza magnética comienza a funcionar y lo positivo nos rodeará y beneficiará. Pasamos a ser un poderoso imán de atracción de lo positivo que necesitamos para el logro de la meta aspirada, gracias a la ley de atracción del pensamiento que trasciende el tiempo y el espacio, y posee el poder de actuar sobre la materia, como ya la ciencia lo ha comprobado.

G. Tyrell, investigador inglés afirma:

"Si introducimos en la mente subconsciente el propósito de hacer una determinada cosa, subconscientemente iniciamos una cadena de hechos y acontecimientos que hacen que la cosa en cuestión se materialice."

El Dr. S. Mathews dice:

"Nosotros influimos sobre los acontecimientos mediante los deseos fuertemente sentidos, y hay pruebas psicológicas en nosotros mismos sobre los efectos de tales deseos."

Nuestros pensamientos determinan nuestra presencia física, expresión facial y corporal, modo de hablar y de actuar. Somos la exteriorización de lo que pensamos. Por lo tanto para convertirnos en la persona que deseamos llegar a ser, formemos imágenes mentales de nuestro nuevo tipo de persona que deseamos llegar a ser, hasta lograr, mediante la perseverancia, que esa nueva imagen se haga realidad.

Ya hace más de 100 años el filósofo francés Fourier destacó que el futuro del mundo saldría del cerebro del hombre y que estaría conformado, controlado y dirigido por los deseos y pasiones que mueven a los hombres.

Pocos son los que tienen grandes deseos. La mayoría se conforma con lo mínimo. Ignorando nosotros que si fijamos un pensamiento en grande y hacia él concentramos el foco de nuestra esperanza, atraeremos los hechos que permitirán que eso grande sea materializado.

Claude Bristol dice:

"Fueron los deseos fuertemente sentidos lo que hicieron progresar al mundo. Sin ellos seguiríamos viviendo en la época de las cavernas. Todo cuanto disfrutamos en nuestra moderna existencia civilizada es la resultante del deseo. En verdad, el deseo es la fuerza motivadora de la vida misma. Se ve por todas partes, en el reino animal, en las plantas y en todos los actos de los seres humanos. El hambre promueve el deseo de los alimentos; la pobreza el de enriquecerse; el frío el deseo de calor; una vida difícil el de una vida fácil. Cuanto más agudizado y más imperativo es el deseo, pronto logra la realización."

La persona que tiene una meta trazada y una clara imagen de la misma como realizada junto con la repetición constante de la aspiración, logra fijar esa idea en el subconsciente, éste es sugestionado, convencido y mediante la fuerza mental el objetivo es alcanzado.

Quien no sigue sus propios pensamientos termina por seguir los de otro que sigue los propios. Quien no aprovecha su capacidad creadora estará siempre bajo las órdenes de un creativo. Debemos ser libres y vernos realizando las cosas deseadas, reforzadas con positivos pensamientos. Tengamos fe en la meta trazada y hacia ella canalicemos la energía mental. Como apoyo hacia nuestras aspiraciones tenemos:

LA TÉCNICA DEL ESPEJO

Antiguo método de auto-apoyo usado por grupos religiosos e iniciáticos. Grandes estadistas, científicos, profesionales, estudiantes, músicos, actores y hombres destacados de empresa han usado este simple y eficiente método de auto-apoyo. Es un método que nos permite fortalecer nuestra convicción en la propia capacidad.

Nos ponemos ante un espejo. Hacemos una suave respiración nasal. Nos vemos importantes y adoptamos una actitud importante, como si interpretáramos el papel de alguien muy destacado en la historia. Estómago hacia dentro, postura erguida, mirada sonriente, fuerza en los ojos, cabeza levantada. Experimentemos una sensación de poder, pues somos realmente poderosos. Enfrente tenemos el reflejo de lo que somos y nos veremos como deseamos que los demás nos vean. Nos miramos fijo a los ojos, con intensa mirada. Hagámoslo con cariño y comprensión. Tenemos ante nosotros al mejor amigo. Ese amigo que está enfrente necesita nuestro apoyo y se lo damos. Necesita consejo y se lo damos. Necesita fuerza para seguir adelante y se la damos. Veamos surgir la fuerza desde nuestros ojos; ¡Cuánto poder irradiamos! Recibamos ese poder que nos llega desde lo interno, reflejado a través del espejo. Usemos frases positivas de auto-apoyo: ESTOY FELIZ. HOY ME VA A IR BIEN. TENDRÉ ÉXITO. ME SENTIRÉ MEJOR Y MAÑANA ESTARÉ MEJOR Y MEJOR... Señalar la meta que tenemos y reforzarla ante el espejo como realizada. La práctica de la técnica del espejo permite un rápido desarrollo en la auto-confianza, los ojos adquieren un brillo especial, la mirada es más serena y con mucho poder, mirada que otros al poco tiempo notarán. Como decía Emerson: "Desarrollad en vuestra mirada ese poder revelador de vuestra confianza íntima. El espejo os ayudará a lograrlo." El método es una llave más que abre la puerta que conduce hacia la meta deseada.

Repitamos		ante		el		espejo:
Soy						feliz
Estoy						contento
La		vida		es		magnífica
Al hacerlo, miremos fijo a nuestros ojos y "veamos" la poderosa energía positiva que de ellos emana,						
compenetrándonos e irradiándose hacia nuestro						
entorno.	Dirijamos	esa	energía	hacia	los	demás llevándoles:
Paz						
Amor						
Armonía						

LOS PILARES DE LA METODOLOGÍA

En el reino de la mente lo similar atrae a lo similar. Pensar en positivo es rodearse de lo favorable. Actuar con una actitud mental positiva es recibir los elementos que harán que lo aspirado, si es justo y lógico, sea realizado.

La energía o fuerza mental no es física. Actúa más allá del tiempo y el espacio y tiene el poder de influir sobre la materia, transformándola.

Todos tenemos acceso a esa fuerza. Está en el subconsciente. Podemos usarla a voluntad si logramos convencer y sugestionar al subconsciente con el fin de que la canalice a determinados objetivos o metas; siempre y cuando esas metas sean positivas y no dañen a otras personas.

Tenemos que mejorar la calidad de los pensamientos emitidos, bajando ese 80% de pensamientos basura que nos caracterizan y en nada nos benefician, iniciando el arte de vivir con una actitud mental positiva.

Ante cada pensamiento negativo, que logremos percatarnos que lo estamos emitiendo, anteponer de inmediato su opuesto positivo. Ello debilita lo negativo y fortalece lo positivo.

Fijar una META LÓGICA. Creer que se hará realidad. Visualizarla como realizada. Escribirla en alguna tarjeta. Leer la tarjeta antes de dormirnos y al despertarnos. Durante el día reforzar con fe la idea de que la meta será lograda. Al hacerlo tener certeza del éxito. Irradiar seguridad, esa seguridad es el fruto de la creencia de la meta anhelada, y saber que se logrará el objetivo de la personal meta fijada.

Usar con frecuencia frases positivas de auto-apoyo. Hacerlo de manera lo más constante posible. Si son visualizadas, tanto mejor.

Ser perseverantes, pues cuanto más reforcemos lo anhelado, más seguridad hay de lograrlo.

El futuro será aquello que desde hoy nos representemos mentalmente que será. Nuestra vida es lo que los pensamientos hacen de ella, y sólo nosotros podemos controlar los propios pensamientos. Como un hombre piensa así es él. Pensemos de ahora en adelante sólo en grande.

El subconsciente no razona, acepta los cuadros mentales que el consciente fija en él.

Aprovechar los beneficios de la técnica del espejo.

No revelar a nadie nuestra meta, ella es privada.

Desde fines del siglo pasado la metodología la dieron a conocer en Occidente un grupo de destacados pensadores. Era una enseñanza destinada a personas cultas y con inquietudes, más bien para iniciados. Lentamente se fue masificando y mucha gente ha tenido acceso a ella. Millares son los testimonios de gente de éxito que sirven de aval para la metodología; Es natural querer vivir mejor, y así el subconsciente lo realizó en esas personas. Abundan los testimonios de sanación espontánea gracias a esta metodología, en especial de cánceres

considerados irrecuperables; Es natural querer estar sanos y armonizar las células del organismo que estaban en caos. Abundan los testimonios de transformación positiva gracias al arte del buen pensar hecho con la metodología; Es natural lograr la transformación individual, don que a todos nos aguarda.

Cada uno debe adaptar el método a su personal naturaleza, aquí se dan tan sólo pautas, esas pautas uno las personaliza. Somos los personales programadores de nuestro subconsciente. Hagamos programas de alto contenido vibratorio mediante buenos pensamientos, pensamientos de éxito que nos proyecten lo mejor posible en el presente y hacia el futuro. Sabiendo al hacerlo, que cada pensamiento fijado con fe en el subconsciente se hará realidad en el mundo exterior, dado que la fuerza interior es enorme y se apoya además en la fuerza mental planetaria y cósmica.

La mente trabaja más allá del tiempo y el espacio, lo hace en una dimensión sutil cuya energía tiene la capacidad de guiar el mundo material. Es bueno destacar que toda esta metodología debe ser privada, no compartir nuestro secreto con nadie, dado que al hacerlo perderemos fuerza. Enseñar el método a otros es lo correcto, ocultar lo que uno hace en uno mismo es lo adecuado.

Si tomamos conciencia de nuestro poder, *JAMÁS usarlo para dañar a otra persona*, sin importar cuál sea la causa que pudiera motivarnos a hacerlo. Usar mal el poder nos transforma de inmediato en mago-negro, y la vida pasaría a ser un martirio de frustración y ansias de venganza y una serie de sentimientos negativos que nos rodearían de toda la basura negativa del entorno. Si se pretende tocar para mal a un "protegido" el daño al que atacó de mala manera es mayor pues toda la energía negativa usada rebota, sin afectar al "protegido" y volviéndose contra quien la emitió.

Lo más fácil que podemos hacer es pensar, y lo que uno sea capaz de imaginar, mediante pensamientos visualizados (*si la meta fijada es lógica*) se puede lograr, pues la fuerza mental del subconsciente es inagotable y de poderes insospechados, poderes que ya la ciencia ha comprobado y aceptado, reconociendo que no tienen ninguna relación con alguna energía física conocida, y sí con una energía sutil desconocida que se moviliza más allá del tiempo y el espacio, y tiene la capacidad de influir directamente en la materia.

Aceptemos el poder que tenemos de CONVENCER al subconsciente. Aceptemos el poder de la AUTO-SUGESTIÓN mental. Aceptemos que somos capaces de hacerlo. Aceptemos que hemos venido al mundo por una causa justa, y sin importar los padecimientos tenidos, saber que fueron necesarios para nuestra formación en la actual vida. Aceptemos que hemos sido lo que hemos pensado, que seremos lo que desde ahora logremos pensar, y que nos esforzaremos por pensar cada día mejor. Aceptemos el poder de la TRANSFORMACIÓN que tenemos dentro, y que está aguardando para ser utilizado. Aceptemos que con ése poder podemos cambiar de manera positiva, influir en los demás de manera positiva y ayudar a la Naturaleza positivamente.

Lo pasado ya pasó: Vivamos el presente sin la pesada carga del pasado; ¡Liberémosno de ella! El futuro que no nos preocupe. Pensemos lo más posible de ahora en adelante, sólo en positivo y lo positivo nos rodeará y ayudará.

TÉCNICAS DE AUTO-APOYO

Entre las técnicas expuestas, cada persona deberá ver con cuál se siente más identificada, y esa o esas técnicas llevarlas a la práctica con diaria constancia.

Somos el producto de la imagen que de nosotros mismos tenemos. Esta auto-imagen se ve poderosamente reforzada mediante las técnicas. La confianza aumenta, la fe se incrementa, y una seguridad y tranquilidad especial nos hace actuar mejor durante el diario vivir.

Los problemas no desaparecerán, pero estaremos más capacitados para enfrentarlos, y quizás logremos, algún día, alcanzar el estado de afrontarlos con actitud mental positiva, y seguros de nosotros mismos, dado que podemos vivir ahora por sobre los problemas.

1

TÉCNICA DEL ESPEJO

La técnica del espejo mostrada en las páginas 40 y 41, tiene mucho poder. Lo importante es vernos bien, vernos alegres y positivos, irradiando plena confianza y apoyo. Nos reforzamos mentalmente con frases positivas. Un espejo tiene algo mágico dado que refleja más de lo que somos capaces de apreciar. El espejo es como un amplificador para nuestra fuerza mental.

2

EL ESPEJO INTERIOR

Con los ojos cerrados nos vemos ante nuestro espejo interior de la misma manera que lo hacemos con el espejo exterior. Es parte de la Visualización.

3

LA VISUALIZACIÓN

El hecho de ver la meta anhelada como realizada, usando la imaginación es un poderoso refuerzo para la sugestión del subconsciente.

4

FIJAR METAS LÓGICAS POSITIVAS

Fijar una meta a lograr. Escribirla en tres tarjetas, hacerlo de manera destacada: MI META ES... Esas tarjetas dejarlas en cajones, carpetas o lugares de diario uso. Al encontrar una de las tarjetas, nuestra mirada será atraída y veremos su contenido, y la meta se fijará en el subconsciente.

5

EL USO DE FRASES DE APOYO

En todo momento estamos dialogando con nosotros mismos. Incluyamos en ése diálogo interior frases de apoyo con alto contenido positivo. Esas frases anulan los negativos condicionamientos que nos han caracterizado en nuestras vidas. Repetirlas con fe, saturar el subconsciente con su positivo contenido:

SOY MAÑANA TENDRÉ YO SOY CAPAZ Y TRIUNFARÉ. PUEDO LOGRARLO Y LO LOGRARÉ. POSITIVO.
 FELIZ, ME ÉXITO EN MIS MÁS
 ESTOY SENTIRÉ BIEN. MEJOR. METAS. LOGRARÉ. POSITIVO.
 CADA DÍA TENDRÉ MÁS CONFIANZA EN MI MISMO.

Por la ley de coherencia el subconsciente va a trabajar creando las condiciones necesarias para que eso sea realizado. El aura será magnetizada de manera positiva y atraeremos cual poderoso imán lo positivo.

6

LA RETROSPECCIÓN DIARIA

Pitágoras la recomendaba a sus discípulos. Antes de dormirse en la noche, recordar los momentos vividos desde que nos acostamos hacia atrás. Si encontramos alguna situación negativa, analizarla, ver dónde fallamos, borrarla mentalmente y prometernos no volver a cometerla. Si encontramos una acción positiva, felicitarnos por ello.

7

SABERSE IMPORTANTE

Toda persona de éxito se sabe importante, y como tal actúa en la vida. Las palabras fracaso e imposible no figuran en el repertorio de su lenguaje personal. Si dudas de tu capacidad y piensas que ésta metodología no es para ti, es por IGNORANCIA, pues ignoras quien realmente eres.

Conviene recordarte quien eres, dado que en la encarnación lo has olvidado. Eres del divino linaje de los HIJOS DE DIOS. Eres heredero del reino más importante, dado que en tú futuro, de Espíritu pasarás a ser un Logos o Hacedor de Macro-Universos. Eres, actualmente, el señor regente de un Micro-Universo como lo es tu cuerpo. Eres el depositario de la más grande energía que puedas llegar a imaginar.

En tu futuro, un dios serás para seres de mundos de tercera dimensión, como ahora lo somos. Eres un Ser Eterno dotado de potenciales e infinitos atributos, que vida tras vida se van manifestando.

Acepta tu noble origen y divina estirpe, y ahora toma la sabia decisión de iniciar tu Despertar. CREER ES PODER, cree, dado que eres tan importante, que podrás, y tú podrás.

Abraham Lincoln decía que un hombre es tan feliz como prepara su mente para serlo. Tienes las bases del conocimiento sobre la mente que te permitirán preparar, de ahora en adelante, a tu mente para ser feliz y tener éxito en la vida con tus metas hechas realidad.

8

EL OPUESTO POSITIVO

En el reino de la mente cuando se confrontan dos pensamientos antagónicos, siempre triunfa el positivo. Mentalizarnos para darnos cuenta cuando estamos pensando en negativo, y de inmediato anteponer en forma repetitiva el pensamiento opuesto positivo.

Epícteto decía que todo hombre desgraciado, lo es por su propia culpa, pues Dios creó a los hombres para ser felices.

Einstein enfatizó que el derecho de todo hombre es escuchar su conciencia y actuar según ésta se lo dicte.

Shen-hsiu señaló que la mente es como un pulido espejo que tenemos que vigilar para mantenerlo limpio.

Vigilando nuestros pensamientos, de inmediato podremos limpiar el espejo mental ante la basura de un pensamiento negativo. La Voz de nuestra conciencia nos dará al instante el pensamiento positivo adecuado para eliminar la mugre mental. Si por nuestra culpa hemos sido desgraciado, por propio mérito seremos felices, al usar el sabio arte del buen pensar.

9

UTILIZAR LA ENERGÍA-FUERZA DE LOS PENSAMIENTOS

Somos la suma de lo que hemos pensado, seremos el resultado de lo que pensemos. La fuerza de cada pensamiento supera nuestra imaginación. Un buen pensamiento es la mejor ayuda que nos podemos brindar. Un buen pensamiento positiviza el entorno y ayuda a los demás y a la Naturaleza. Un buen pensamiento hace vibrar de manera positiva cada célula del cuerpo y la armoniza. Un buen pensamiento permite al subconsciente magnetizar el aura de manera positiva. Cada buen pensamiento contribuye a hacernos mejores y tener más éxito en la vida, favoreciendo la realización de nuestros anhelos y metas.

La Biblia en Filipenses 4:8 dice:

"Todo lo que es verdadero, lo que es honesto, todo lo justo, lo puro, lo amable, todo lo que es de buen nombre, si hay virtud, si hay algo digno de alabanza, EN ESO PENSAD."

Al saturar al subconsciente mediante la repetición de positivos pensamientos, cada célula se impregna de armonía, esa armonía se traduce en buena salud y en rejuvenecimiento. Ante cada pensamiento negativo, de inmediato, si nos percatamos de él, anularlo con su pensamiento opuesto positivo. Un pensamiento positivo se impone al negativo, lo debilita y termina por hacerlo desaparecer.

El subconsciente tiene caminos desconocidos, más allá del tiempo y del espacio. Tiene la fuerza que nos llega desde el Alma. Tiene el poder de actuar directamente sobre la materia y cual alquimista transmutarla. Mediante el nivel consciente de la mente, podemos manejar cada vez mejor y con más seguridad a nuestro subconsciente y hacerlo usar de manera adecuada la poderosa fuerza con la que por cuna divina hemos sido dotados.

Zoltan es tu nombre, gracias amigo cósmico interestelar y supradimensional, por tu comprensión y paciencia. Alguien tenía que sintonizar contigo, y heme aquí, un imperfecto intentando hablar de la futura perfección que me has permitido conocer.

El Dorado es un gran cofre con una gran variedad estratificada de tesoros, los más llamativos y superficiales, que no son los más valiosos, nos atraerán y deslumbrarán, bajo ellos están las verdaderas joyas de la libertad humana y del saber universal. Es justo querer tener poder y

disfrutar de las cosas materiales de la vida, pero es justo para un nivel vibratorio previo al del despertar, no para el despertar.

Recuerdo que en mi juventud tenía un profesor de Filosofía, para mí muy especial y valioso, muy por sobre los demás y diferente. Su hijo era compañero de curso y vivían a una cuadra de mi casa. Me llamaba la atención que frecuentemente había lujosos autos frete a la casa del profesor, quien tenía un auto muy modesto. Un día le pregunté a su hijo la razón de esos lujosos autos cuyos dueños los visitaban tan a menudo. Me dijo con orgullo que su papá pertenecía a un grupo filosófico de mucho poder y de búsqueda de la verdad y la razón humana. Y que su papá tenía un alto grado en el grupo, y que quienes lo visitaban venían por apoyo y consejo. Él, aparentemente más humilde, estaba por sobre ellos, los aparentemente más poderosos e importantes. Ese día comprendí que los más valiosos no son aquellos que se quedan con las joyas superficiales o más a la vista del tesoro de El Dorado, sino quienes han encontrado las más ocultas y menos vistosas. Una de las características del hombre ideal es la de vivir por sobre las riquezas materiales, por sobre los mundanos honores y por sobre las muestras de aparente poder, como son las de la riqueza material. Quien vislumbra y alcanza la riqueza espiritual no necesita demostrarlo con la pompa material, y eso logró alcanzar mi profesor de Filosofía, a quien hoy con admiración y respeto recuerdo.

La metodología expuesta tiene por finalidad encontrar El Dorado dentro de uno mismo, dado que allí él está. Con qué joyas uno se ha de quedar, eso es privativo de cada cual.

Los transformados nunca dejarán de impresionarme. Era necesario que ahora muchos despertaran, y la ciencia médica con su tecnología, en especial en los Estados Unidos, ha permitido que allí haya 500.000 personas quienes gracias a su encuentro con el Ser de Luz, despertaron luego de retornar a la vida. Y eso es lo notable, no necesariamente fueron santones los que lo hicieron, no, muchos de ellos llevaban una vida que los desplazaba por lo más profundo del fango de la miseria humana, y sin embargo, con qué facilidad fueron limpiados, y con qué facilidad comprendieron su error y tuvieron la fuerza para iniciar el cambio y ayudar a otros. Esto nos demuestra que no estamos descalificados, que todos podemos cambiar, y cambiar de manera altamente positiva.

Creed en la metodología. Si a tantos miles y miles de personas de todo tipo y nivel ha ayudado, ¿por qué entonces te descalificas a priori sin intentarlo?

¡TÚ ERES CAPAZ! ¡INTÉNTALO Y VERÁS!

La ciencia ha tenido un cambio sorprendente ante la realidad manifiesta de la mente y el alma llenas de potencialidades. Los dogmáticos con pavor ven cómo muchos destacados hombres de ciencia aceptan esa realidad de la mente y del alma como entes aparte del cuerpo humano. Es más, para ellos el alma formó al cuerpo y la mente lo rige, y reconocen que desintegrado el cuerpo al dejar de recibir la energía vital del alma, la mente persiste y se manifiesta en un cuerpo o doble etéreo que la lleva hacia el reino del Más Allá.

Llama la atención que al volver a casa en el Más Allá, a nadie se le premió por creencias o se le castigó por creencias. Otros son los valores, y en esos valores prima el PERDÓN, la COMPRENSIÓN y el AMOR de Dios para con todos sus hijos. Insisto, TODOS. Ninguno está descalificado o calificado por creencia.

La ciencia quiere estudiar la realidad del alma, en especial un grupo multi disciplinario, después de que un ciego de nacimiento, no hace mucho tiempo, tuvo una muerte clínica de más de media hora. Con sorpresa médica, resucitó sin daño cerebral, es decir, destrozando el rigor científico que señala que eso es imposible que suceda. Además esa persona ciega de nacimiento, relató con lujo de detalles lo que pudo ver una vez que salió del cuerpo, y desde arriba contemplaba al equipo médico que intentaba revivirlo. ¿Cómo explicar que un ciego de nacimiento, al estar en el trance de muerte pudo ver hasta los más mínimos detalles del quirófano y lo que allí sucedía? El cerebro, ese poderoso computador biológico, permite a la mente manifestarse en el mundo físico. Sin cerebro no hay manifestación mental en el mundo de la materia. Un cerebro dañado limita la acción de la mente. Un cerebro más desarrollado más fuerza mental logra exteriorizar. Al estar una persona en el trance de muerte, como lo estuvo ese ciego de nacimiento, la mente se expande y antes de ingresar al túnel negro que nos conecta con el Más Allá, puede leer con nitidez los pensamientos de quienes rodean su cuerpo "muerto" que dejó; ve a través de los objetos y las paredes; escucha sonidos aunque sean lejanos, algunos de ellos antes no sentidos.

Ojalá pronto la ciencia pueda encontrar y dar las respuestas. No es fácil dado que la ciencia sólo se mueve dentro del limitado campo del tiempo y el espacio, y resulta que la mente se desplaza por sobre el tiempo y el espacio, y su energía no es comprobable con los parámetros materiales de la ciencia.

Amable lector, no soy un guía o un maestro. Puede que alguno que lea este relato o me escuche hablar con entusiasmo sobre el tema, así lo piense; sin embargo no soy ni un iluminado, ni un transformado. No soy un iniciado lleno de grados y conocimiento trascendente de la vida. Tan sólo soy alguien que nació dotado de ciertas cualidades consideradas paranormales.

Pese a lo que escribo, no me ha sido fácil vivir. A pesar de lo que digo, soy imperfecto, y como tal, por razones que ignoro, una enseñanza recibí y he seguido recibiendo, y ese conocimiento me comprometí a otros mostrar dentro de mi imperfección, sin yo, por la enseñanza, llenarme de mundanos honores.

Careciendo de un gran apego a la vida, a diferencia de otros, dado que sé que mi hogar lo encontraré al dejar éste cuerpo, y que la nostalgia más de una vez me ha hecho tener el deseo de regresar, y poder con los míos compartir fraternalmente la enseñanza recibida en ésta encarnación, heme aquí, intentando convencerte de lo hermoso que es vivir, de lo agradecido que debiéramos cada día estar por poder despertar y seguir viviendo, pues la vida es un maravilloso don divino que hemos recibido para poder progresar, y *nadie está autorizado para hacer el viaje antes de la fecha señalada para cada uno.*

Los plazos planetarios se acortan. Mucha fuerza será necesario tener para seguir adelante, no dejemos que las nubes cubran nuestro Santuario Interior. Aquí, en estas cuartillas se encuentra una llave que nos permite abrir el cofre con las instrucciones para usar las herramientas que nos ayudarán a enfrentar mejor los tiempos llegados. TODOS poseemos esas herramientas. Tengamos FE, y con ESPERANZA miremos hacia adelante y hagamos un nuevo camino al andar, el camino de la CARIDAD con nosotros mismos, con los demás y la Naturaleza, al lograr emitir buenos pensamientos y con ellos ayudar a la transformación individual y global. Pues así será, la TRANSFORMACIÓN ha de llegar y el DESPERTAR será una realidad.

Dr. Iván Seperiza Pasquali
isp2002@vtr.net
Quilpué, Chile
1998