Conferencia 36 de Fase A.

Conf. 36

MEDITACIÓN Y KOANES

La Meditación es el pan del sabio.

Hay que saber ser serios, hay que saber cambiar, si es que en realidad de verdad no queremos fracasar en el trabajo Esotérico. La Meditación resulta fundamental cuando sinceramente queremos nosotros tal cambio.

Quien no sabe meditar, el superficial, el intonso, jamás podrá disolver el Ego; será siempre un leño impotente entre el furioso mar de la vida.

Cuando uno quiere sabiduría no le queda más remedio que aprender a meditar, Meditar es entrar en la Sexta y en la Séptima Dimensión, y esto sólo se puede hacer de una forma: amordazando al Ego y liberando la Esencia. Ese ejercicio, después de que se aprende a hacer, se vuelve muy simple.

Necesitamos volvernos serios y dejar a un lado tantas tonterías que abundan por allí en el pseudo-esoterismo y pseudoocultismo barato.

En modo alguno deseamos la Meditación intrascendente, superficial y vana.

Nos interesa la meditación trascendental y real. Hay que saber distinguir y manejar qué es una cosa y qué es la otra. La Meditación Trascendental es diferente, busca cambios en el Ser.

¿Qué es un Koan?

Un Koan es una frase sin respuesta, generalmente paradójica. La mente siempre intentará responderla, pero no puede porque no conoce. Entonces se satura y se agota el proceso del pensar, y deja paso a la Conciencia. Así se amordaza al Ego y se libera la Esencia por algunos instantes.

Algunos Koanes: (Siempre deberá usarse uno solamente).

- Si estas dos manos cuando se estrellan suenan así (ruido de aplauso), ¿cómo suena una? Y nos concentramos en cómo suena una. Y esperamos la respuesta hasta que la Esencia se escape.
- Nos preguntamos: “¿dónde está la Verdad?”. Y nos quedamos en espera de la respuesta.
- Nos preguntamos: “¿dónde está el vacío?”. Esa es otra frase sin respuesta. Cuando veamos el hueco allí nos vamos, porque estamos buscando un hueco. Entonces solamente nos preguntamos: “¿dónde está el vacío?” hasta que veamos el hueco.

- "Si todas las cosas se reducen a la Unidad, ¿a qué se reduce la Unidad?". Ahí nos quedamos quietos en espera hasta que se dé.

El Koan es necesario hasta que se dé la escapada. El primero de todos es muy efectivo. Ustedes hacen esto, imaginan cómo suena una, y se quedan ahí hasta que se liberan.

Práctica para la Meditación con Koanes

1. Primero siempre hay que buscar un lugar tranquilo, lo puede hacer en el día en la oficina o en un sitio donde se pueda encerrar y que nadie lo moleste o tener un cuarto de Meditación. Ya se verá la importancia de tener esa clase de sitio. Este es un lugar para buscar el Poder y la Sabiduría, entonces, es un lugar muy especial.

1- Conjuración del Belilín y Círculo Mágico.

2- Súplica al Padre y a la Madre de Asistencia. Con nuestras propias palabras y con buena imaginación.

3- Relajación. Lo más simple posible, viendo que nuestro cuerpo se encuentre muy cómodo, que nada lo mortifique, es recomendable recorrerlo todo. Cuando lo sintamos bien relajado damos el siguiente paso.

4- Pensamiento Evolutivo: Por ejemplo: preparo un terreno, lo desyerbo, desinfecto la tierra, la abono, preparo un semillero, coloco las semillas hasta que germinen, hago los surcos, las trasplanto, las riego, imagino cómo nacen y crecen, al cabo de un tiempo dan botones, empiezan a florecer, se pone bellísimo el rosal, siento su aroma, da flores y flores.

5- Pensamiento Involutivo: Imagino cómo el rosal se va marchitando, secando, ya no da rosas, se seca totalmente, el viento lo tumba, el viento se lleva las ramas caídas, todo se acabó.

6- Síntesis del pensamiento o quietud de la mente.

7- Colocar el Koan.

Practicar pacientemente hasta lograrlo, la práctica hace al Maestro.

Fin Conferencia 36 de Fase A