"DERECHO VIEJO"

"Gloria Dei, homo vivens" (La Gloria de Dios es el hombre viviente)

Lejos del mundo. Cerca de los hombres

Un periódico para leer Febrero 2014

PERIÓDICO DE DISTRIBUCIÓN GRATUITA

"Yo soy aquel al que amo, y aquel al que amo es yo".
Al-Hallaj

Vernos como seres humanos es mirar hacia atrás.

La verdad se revela dentro de nosotros

(El único camino es el silencio)

Es importante pasar de nuevo por el dolor y notarlo, pero sin dejar que nos aísle ni que nos domine. Se trata de reconocer conscientemente todos los sentimientos relacionados con el dolor que se despiertan en nosotros. Cuando adquirimos la capacidad de recibir conscientemente las sensaciones que llegan en oleadas, ya no nos encontraremos impotentes ante el dolor y gradualmente nos podremos liberar de él.

La alegría es total

Antes de que podamos realizar ese descubrimiento de la unidad, es necesaria la disolución de ese "yo" prepotente y de todas sus representaciones. El camino conduce primero a algunos, a través del horror al vacío. El "yo" reconoce su insignificancia. Esto es una travesía y a la vez una condición para la experiencia mística.

Cuando nos abrimos camino hasta nuestro verdadero ser, aprendemos a convertirnos en expresión y consumación de lo divino.

La senda espiritual conduce a continuación a través de las heridas, el dolor y los miedos. Sobre todo las viejas heridas son las que plantean las dificultades más importantes; heridas de la primera infancia, que tuvieron lugar antes de que estuviéramos preparados para comprenderlas y asumirlas. Estas heridas tempranas nos han dejado una marca, y se reactivan una y otra vez como recuerdos, cuando vivimos situaciones similares, y por eso pueden reproducir una y otra vez el dolor. La meditación puede disolver las marcas más duras, aún las de la primera infancia.

Nuestra consciencia tiene un espacio mucho más amplio que podemos denominar "transpersonal". Es este espacio el que da sentido, forma y desarrollo a nuestra vida. Siempre está a nuestra disposición como fuente de curación y de guía interior.

Empezamos a reconocer a nuestro yo como parte integrante de una realidad mucho más amplia; comprendemos que somos mucho más de lo que nuestro "yo" nos muestra.

La enseñanza más importante en la senda espiritual es el hecho de que no existe ningún "yo" permanente. Quien avance hacia su verdadero ser ya no encuentra allí ningún ego. Sin embargo, no tener ego no significa que no se encuentre ningún "yo" en pleno funcionamiento, sino que más bien significa que ya no nos seguimos identificando con el "yo".

En el espacio interior nos sabemos unidos en lo más profundo al Todo y a todas las manifestaciones del Ser. Reconocemos que la separación de nuestro "yo" es sólo una ilusión y un error terrible.

Textos: **Willigis Jäger**

Si no hay meta, no hay miedo

EDITORIAL

El desgarro
(querer morir y seguir vivos)

Por **Camilo Guerra**

Las noches del tránsito espiritual son oscuras y lóbregas; los aullidos anticipan encuentros no deseados pero posibles. El Ser arrasa, no intenta, ejecuta. El nacimiento es siempre un desgarro ¿cuántas muertes tendremos antes de morir? ¿Cuántos desgarros antes de despertar?

La luz tenue e intermitente nos hace preferir la oscuridad cerrada. No hay túneles ni luces... ni paz, sólo vacío, silencio y soledad...

El frío es envolvente y somos ese frío. Nos helamos por dentro con nuestras falanges colgando. ¿Acaso nos importa?

La salud como una cachetada nos hace seguir vivos, nuestro estado es de indefensión; todo lo actuado es lo atraído, y ni siquiera nos deja lugar para la queja.

Noches, oscuridad, total desesperanza. El parto se aproxima... el desgarro no se mide por daños causados sino por resultados obtenidos. El Ser arrasa. Nos quiere despiertos ("velen conmigo, no se duerman, no vuelvan a dormirse"); los sentidos nos engañan una vez más, tratando de alimentar esperanzas, ilusiones, y la consciencia nos grita que eso es más de lo mismo, que si no es hoy será mañana...

El desgarro no se mide por el tiempo sino por la intensidad. Atrajimos muerte, abandono, traición, enfermedad, indefensión, nos activa y nos desactiva el principio femenino, no importa que tengamos roles de hombre o de mujer. Todo duele. El Ser arrasa, barre la casa, provoca destrozos... no repara en gastos.

El sufrimiento es como un electroshock, pero visto desde el que lo recibe. Salimos o nos quedamos. Pero ahora ni sufrir podemos, sólo dolor, dolor puro...

A lo lejos, los otros (las otras manifestaciones), siguen durmiendo con sus luces prendidas, con sus mentes razonadoras, escudados en sus cálculos impecables.

Nos fregamos los ojos y vemos claramente que somos nosotros, nosotros antes, nosotros después... Vemos la construcción mental, vemos el poder de la atracción... ahora ya no nos sirve.

¿Qué es la contemplación?

La contemplación es un don de Dios, nacido de nuestra impotencia aceptada y de la bondad de aquel que nos limpia los ojos y nos hace ver que nos está mirando eternamente. Porque su mirada es eterna y aguarda nuestra respuesta.

La contemplación ha podido asumir diferentes aspectos en el curso de la historia de la Iglesia, pero sería grave para la Iglesia de hoy que no supiera encontrar ya el medio de expresarse en la vida que nos toca vivir a nosotros y que Dios nos pide que vivamos. Podemos decir que la contemplación es la fe llevada hasta ese punto de incandescencia en que nos permite vivir la vida de cada día como si viéramos lo invisible (Heb 11,27). Si entendemos bien este texto de la carta a los Hebreos, veremos que la contemplación sigue viviéndose en la oscuridad de la fe. Sin embargo, en cierto modo el contemplativo es un vidente. Es una persona capaz de estar allí para Dios, simplemente presente ante Dios, durante los momentos difíciles de oración silenciosa que alimentan la fe. Es una persona capaz de descubrir la presencia de Dios dentro de los acontecimientos de la vida vulgar. En donde cualquier otro no ve más que circunstancias ordinarias, el contemplativo sabrá discernir el rostro de Dios. Algo así como dos seres que se quieren y que, ellos solos en el mundo, saben reconocer el sentido de una mirada que se ha cruzado entre los dos.

Es esta fidelidad en vivir de este modo la fe hasta el cabo de su desarrollo lo que permitirá renovar a la Iglesia de hoy, reencontrar la verdad de nuevos símbolos que expresen el eterno misterio de Dios presente en el mundo por medio de Cristo. Esta fidelidad es la que estará en el origen de la renovación del apostolado de los laicos y de la misma vida religiosa. A partir de esta fidelidad es como los sacramentos, en particular el sacerdocio, volverán a encontrar la plenitud de su sentido. ¿Será quizás mañana cuando el sacerdote sea el vidente, el inspirado, el animador espiritual de la comunidad cristiana, estructurada de una manera distinta de como está ahora? Quizás. Sólo Dios lo sabe.

Entretanto, ¿cómo no desear que haya verdaderos centros espirituales en donde todos, laicos, sacerdotes, religiosos y religiosas, vuelvan a descubrir los caminos de la contemplación, de la contemplación vivida dentro del mundo de la técnica y de la ciencia, también del mundo de las ciencias del hombre, pero que sigue siendo siempre el mundo que Dios mira con cariño y en el que actúa?

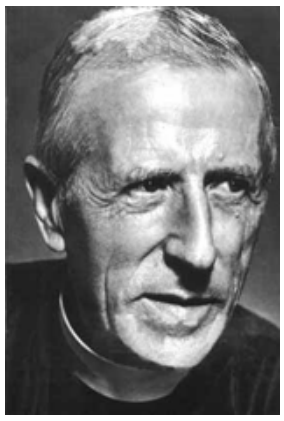
El contemplativo es la persona que cree que Dios está vivo y que lo ve. Que Dios abraza también con su mirada al mundo entero.

Lucien Florent,
Extraído de *"El camino del Carmelo"*

Mensaje del contemplativo al mundo

Por Thomas Merton
Pedido por Pablo VI y leído en el Sínodo de Obispos, Roma, 1964.

El mensaje de esperanza que el contemplativo te ofrece...
no es que debes encontrar tu camino a través de la jungla del lenguaje y los problemas que hoy en día rodean a Dios,
sino que, lo entiendas o no, Dios te ama, está presente en ti, vive en ti, reside en ti, te convoca, te salva y te ofrece una comprensión y una luz que no se pueden comparar con nada que hayas encontrado en libro alguno o escuchado en sermones.
El contemplativo no tiene nada para decirte más que tranquilizarte y decirte que, si te animas a entrar en tu propio silencio y a avanzar sin temor
en la soledad de tu propio corazón, y te arriesgas a compartir esa soledad con el otro solitario y a avanzar sin temor en la soledad de tu propio corazón,
y te arriesgas a compartir esa soledad con el otro solitario que busca a Dios a través de ti y contigo, recuperarás verdaderamente la luz y la capacidad
de entender lo que está más allá de las palabras y de las explicaciones porque es demasiado íntimo para ser explicado. Es la íntima unión en las profundidades de tu propio corazón del espíritu de Dios y tu propio yo secreto más íntimo,
de manera que tú y Él son, con toda verdad, un Espíritu.



Por Pierre Teilhard de Chardin

"Dios mío, haced que, después de descubrir la alegría de utilizar todo crecimiento para haceros crecer en mí, acceda a esta última fase de la comunión durante la cual os poseeré aceptando yo disminuir en Vos. Haced que, cuando llegue mi hora, os reconozca bajo las apariencias de cada poder extraño o enemigo que parezca querer destruirme o suplantarme.
Cuando en mi cuerpo (y, más aún, en mi espíritu) comience a dejar huella el desgaste de la edad; cuando caiga sobre mí, desde dentro, el mal que disminuye o destruye a la persona;
en el minuto doloroso en que tome conciencia, de repente, de que estoy enfermo o me vuelvo viejo, sobre todo, en ese último momento en que sentiré que me escapo a mí mismo, quedando yo absolutamente pasivo, en manos de las grandes fuerzas desconocidas que me han formado, en todos esos momentos sombríos, concédeme, Dios mío, que pueda comprender que sois Vos –ojalá mi fe sea lo suficientemente grande– quien separáis las fibras de mi ser para penetrar hasta la médula de mi sustancia, y para llevarme con Vos.
Sí, cuando más se abre el porvenir ante mí como una grieta vertiginosa o un paso oscuro, si me fío en tu palabra, ¡más puedo confiar perderme o hundirme en Vos, y asemejarme a Vuestro Cuerpo, Jesús!...
Oh energía de mi Señor, fuerza irresistible y viva. Porque, de nosotros dos, sois Vos el más fuerte, infinitamente fuerte, a Vos corresponde abrasarme en la unión que debe fundirnos juntos... No basta con que yo muera comulgando. Enseñadme a comulgar muriendo".

La muerte de un recuerdo

Por **Federico Guerra**

Si en mi quieta presencia mi muerte se aleja,
y sólo se acerca, como prudente animal, cuando ya no estoy,
¿por qué no he de contagiarme de la risa del viejo Epicuro,
aquella risa escondida que ha viajado un océano de siglos,
navegando plácidamente en barcos de tinta y papel?
Hombres sabios en la soledad, e imbéciles en la compañía,
Inútiles en el trabajo, y de útil algarabía,
¿Acaso no somos todos el primero y el último de los inmortales?
Incluso el día se viste de negra noche, en su luto por la muerte del atardecer:
Siéntate, mi buen amigo, y pensemos en una buena excusa para no fenecer.
Así como la palabra "profundidad" no agrega profundidad al poema,
la "eternidad" de la palabra mortal divierte al tiempo…
¿Qué sueño sobrevive la muerte del soñador?

En el silencio se manifiesta lo eterno

Jiddu Krishnamurti
(India 1895-1986)

¿Cuál es el propósito de la meditación? ¿Y qué entendemos por meditación? No sé si usted ha meditado, así que experimentemos juntos para descubrir qué es la verdadera meditación. No se limite a escuchar lo que expreso al respecto; juntos experimentaremos y descubriremos qué es la verdadera meditación. Porque la meditación es importante, ¿no es así? Si usted no sabe qué es la correcta meditación no hay conocimiento propio, y sin conocernos a nosotros mismos la meditación no tiene sentido. No tiene sentido sentarse en un rincón o pasear por el jardín o por la calle, tratando de meditar. Eso sólo conduce a una concentración peculiar que es exclusión. Estoy seguro de que algunos de ustedes han intentado todos esos métodos. O sea, tratan de concentrarse en un determinado objeto, tratan de forzar a la mente cuando ésta divaga en todas direcciones; y cuando eso fracasa, rezan.

Si uno quiere comprender realmente qué es la verdadera meditación, debe descubrir qué son las cosas falsas que hemos llamado meditación. Obviamente, la concentración no es meditación porque, si lo observan, verán que en el proceso de concentración hay exclusión y por lo tanto, distracción. Uno trata de concentrarse en algo y su mente divaga hacia otra cosa; y entonces hay una constante batalla por quedar fijados en un punto, mientras la mente rehusa hacerlo y se desvía hacia otros. De este modo, gastamos años tratando de concentrarnos, de aprender concentración, la cual es erróneamente llamada "meditación".

Luego está el problema de la oración. La oración, obviamente, produce resultados, de lo contrario no orarían los millones que lo hacen. Al orar, es obvio que aquietamos la mente; mediante la repetición de ciertas frases la mente se aquieta, es un hecho. En esa quietud hay ciertas insinuaciones, ciertas percepciones, ciertas respuestas. Pero eso sigue formando parte del truco de la mente; porque, después de todo, mediante una forma de hipnosis podemos hacer que la mente se quede muy quieta. Y en esa quietud hay ciertas respuestas ocultas que surgen del inconsciente y de la conciencia exterior. Pero eso sigue siendo un estado en el cual no hay comprensión.

Y la meditación no es devoción –devoción a una idea, a una imagen, a un principio–, porque las cosas de la mente siguen siendo idolátricas. Uno quizá no adore una estatua considerando eso idolátrico, tonto, supersticioso, pero adora, como lo hace la mayoría de las personas, las cosas de la mente. Eso también es idolatría. Ser devoto de una imagen, de una idea, de un Maestro, no es meditación. Obviamente, es una forma de escapar de nosotros mismos. Es un escape muy reconfortante, pero no deja de ser un escape.

Este constante esfuerzo por volvernos virtuosos, por adquirir virtud mediante la disciplina, mediante el cuidadoso examen de nosotros mismos, etc., tampoco es meditación, obviamente. Casi todos estamos atrapados en estos procesos, pero puesto que ellos no nos proporcionan una comprensión de nosotros mismos, no son el camino que conduce a la verdadera meditación. Al fin y al cabo, sin comprendernos a nosotros mismos, ¿qué base tenemos para el recto pensar? Todo lo que haremos sin esa comprensión de nosotros mismos es amoldarnos al trasfondo, a la respuesta de nuestro condicionamiento. Y tal respuesta al condicionamiento no es meditación. Pero estar atentos a esas respuestas, o sea, darnos cuenta de los movimientos del pensar y del sentir, hacerlo sin ningún sentido de condena, de manera que los movimientos y modos de obrar del yo sean comprendidos completamente, ese sí es el camino hacia la verdadera meditación.

La meditación no es un apartarse de la vida; es un proceso de comprendernos a nosotros mismos. Y cuando uno comienza a comprenderse, no sólo en su parte consciente, sino también en las partes recónditas, ocultas, entonces adviene un estado de calma. Una mente silenciada por medio de la meditación, de la compulsión, del ajuste, no es una mente silenciosa. Es una mente estancada. No es una mente alerta, pasiva, capaz de receptividad creadora. La meditación exige vigilancia constante, una constante percepción alerta de cada palabra, de cada pensamiento y sentimiento, lo cual revela el estado de nuestro propio ser, tanto el oculto como el superficial. Como eso es arduo, escapamos hacia toda clase de cosas consoladoras e ilusorias, y a eso lo llamamos meditación.

Si uno puede ver que el conocimiento propio es el principio de la meditación, entonces el problema se vuelve extraordinariamente interesante y vital. Porque si no hay conocimiento propio, usted podrá practicar lo que llama meditación y seguir apegado a sus principios, a su familia, a su propiedad; o, renunciando a la propiedad, puede apegarse a una idea y estar tan concentrado en ella, que la idea crece más y más. Eso, por cierto, no es meditación. De modo que el principio de la meditación el conocimiento propio; sin conocimiento propio no hay meditación. Y, a medida que uno profundiza en la cuestión del conocimiento propio, no sólo se serena y aquieta la mente superficial, sino que se revelan las diferentes capas de la mente oculta. Cuando la mente superficial está quieta, las capas inconscientes, profundas, de la conciencia se proyectan a sí mismas revelando su contenido, enviando sus insinuaciones de modo tal que todo el proceso de nuestro ser es completamente comprendido.

De este modo la mente llega a estar muy, muy quieta. Está quieta, no es aquietada, obligada a permanecer quieta mediante una recompensa o a causa del temor. Entonces hay un silencio en el que la realidad se manifiesta. Pero ese silencio no es un silencio cristiano o un silencio hindú o un silencio budista, etc. Es silencio, sin nombre. Si usted sigue el sendero del silencio cristiano o hindú o budista, jamás estará en silencio. Un hombre que quiera encontrar la realidad debe abandonar por completo su condicionamiento, ya sea cristiano, hindú, budista o de cualquier otro grupo. Fortalecer meramente el trasfondo por medio de la meditación, del ajuste, genera el estancamiento, el embotamiento de la mente; y no estoy para nada seguro de que no sea eso lo que casi todos queremos, porque es muchísimo más fácil crear un patrón y seguirlo. Pero estar libre del trasfondo exige un constante estado de alerta en la relación.

Una vez que existe ese silencio, hay un estado creativo extraordinario. No se trata de que tengan que escribir poemas, pintar cuadros; pueden hacerlo o no. Pero ese silencio no puede ser perseguido, copiado, imitado, porque entonces deja de ser silencio. Uno no puede llegar a él a través de ningún sendero. Adviene sólo cuando se han comprendido todas las modalidades del yo y éste llega a su fin con todas sus actividades y sus enredos. Es decir, cuando la mente ha dejado de crear, entonces existe la creación.

Por lo tanto, la mente ha de volverse muy sencilla, muy quieta; no volverse, debe *estar* quieta –el "debe" es incorrecto; decir que la mente *debe* estar quieta implica compulsión–, y la mente está quieta, *es* una mente quieta sólo cuando ha llegado a su fin todo el proceso del yo. Cuando se han comprendido todas las modalidades del yo y, por lo tanto, todas las actividades del yo han cesado, sólo entonces hay silencio. Ese silencio es verdadera meditación. Y en ese silencio se manifiesta lo eterno.

El místico... ¿Panteísta o monista?

Por ***Willigis Jäger***

Cuando el místico dice que es uno con Dios, no quiere decir necesariamente que su existencia se pierde en Dios. El intelecto trabaja por naturaleza de manera dualista; sólo puede pensar "yo" y "tú". Por eso, para el ser humano, la unión solamente puede significar la fusión de dos. Pero en la experiencia profunda que se da en un nuevo estado de conciencia, se le revela a la mística la ya existente unidad entre Dios y el hombre. Percibe a Dios como el mar que se manifiesta constantemente en olas. A la ola se la puede considerar como tal; tiene una cierta independencia, pero no existe fuera del mar. De la misma forma, cada criatura tiene su propia existencia; se la puede considerar por separado, pero en realidad es el mar de la vida de Dios el que está expresando en la criatura.

El mundo tal y como lo vemos no es toda la verdad; es una verdad parcial. Por eso, la teología que sólo ve lo divino con la mente no puede proporcionar más que una verdad parcial. La especulación teológica es la reflexión de la ola sobre el océano. La experiencia mística, en cambio, va al fondo de las cosas de manera diferente a la de una persona no iluminada. Esto no quiere decir que se trata de una sublimación de lo creado. Lo creado se amplía en la experiencia mística hacia su totalidad, y recibe así una nueva calidad y valencia. Surge una relación totalmente nueva para las cosas, que está impregnada por la unidad experimentada de la vida. Todas las cosas proclaman a Dios, son la revelación de Dios. La piedra no es sólo piedra; el árbol no es sólo árbol. La experiencia hace ver que la verdadera existencia de la naturaleza y de todas las cosas no se agotan ni en lo material, ni en lo biológico. Para el místico, en este sentido, todo lo creado está totalmente vacío. Visto desde el lado fenoménico, todas las cosas le resultan ser la pura nada. Pero esta nada, ese vacío misterioso de la mística, se le revela por otro lado como la última realidad que el hombre podrá percibir, pero que la mente no será capaz de comprender ni describir.

El vacío de la mística es creativo. En él, todas las cosas tienen su existencia, pero no tal y como son percibidas por los sentidos y la razón en el nivel espacio-temporal. Siempre que nos apoyemos demasiado en el intelecto, estamos inclinados a clasificar lo dicho más arriba como panteísmo, monismo o gnosticismo.

Pero esto significaría no hacerle justicia a los testimonios de los místicos, porque ninguno de estos conceptos resulta adecuado para la experiencia de la realidad total. Son formas de percibir del intelecto. Por eso, insistimos una vez más en que todo lo creado, con relación a su existencia material, es la pura nada para el místico. Es totalmente vacío y no tiene existencia en sí. La creación para él no existe en la forma percibida por el yo espacio-temporal. Sólo el intelecto del ego espacio-temporal es capaz de percibirla separada de su origen, pero no el hombre en la experiencia mística. Por eso, cuando declaran los panteístas: "Las montañas son Dios", esto no es comparable a la declaración del místico. Cuando Juan de la Cruz dice: "Mi amado las montañas", se refiere a algo muy diferente de lo que son las imaginaciones panteístas de los teólogos. La montaña, tal como la capta el ego espacio-temporal, nunca puede ser Dios. Pero la montaña que se percibe en la experiencia de unidad "es Dios".

Al místico, se le revela la totalidad del Ser en lo creado, que es un Ser de Dios. Todas las cosas rebosan Dios, todas las cosas rebosan su Ser. "Dios está más cerca de mí de lo que lo estoy yo mismo", dice Eckhart.

La creación es un despliegue de Dios. Dios se despliega y (en la experiencia mística) se repliega. La experiencia es unidad de Dios y creación. Y como en la experiencia el místico abarca más con la percepción intelectual, está en lo más hondo convencido de esa realidad entera. Cualquier experiencia en nuestra existencia espacio-temporal será siempre incompleta. La profundidad de Dios es insondable.

Extraído de *"La oración contemplativa"*

Decir los sentimientos

Por **Anthony de Mello**
sj. 1931-1987

Todos los problemas sicológicos tienen su origen en la inhibición. ¿Cuál es la distinción entre una persona normal y una persona sana? La persona normal vive para las normas. La persona sana es como un bárbaro. (Si está feliz, lo demuestra; tú sabes eso, tú sientes.) Es sana pero no encaja en la sociedad. ¿Cómo preservar tu salud emocional básica y adecuarte al mismo tiempo a la sociedad?

La base de la vida es la emoción. Las criaturas que sobreviven en la selva son aquellas que pululan y matan. La persona pulida e inhibida se esconde detrás de un árbol y asume la muerte. Interioriza sus miedos. La especie humana jamás habría sobrevivido si fuera inhibida. Sus antepasados fueron la más brava y llena de coraje de las especies.

La personalidad no es cuestión de lógica y conformidad. Es cuestión de sentimientos, especialmente los que son expresados y comunicados. Muchas personas brillantes son tan opacas como el agua sucia. Son tus entrenamientos emocionales los que determinan si las personas son del tipo sano o del tipo inhibido. Los niños son auténticos porque, emocionalmente, son abiertos. Una infancia ingenua es una infancia feliz. Si un niño o adolescente no tiene permiso para actuar como tal está destinado a actuar como niño cuando sea mayor. El bebé nace libre, pero sus padres en seguida lo limitan. Algunas veces, el niño no se libera jamás.

¿Tus ataduras son muy fuertes?

La tragedia es que todos los ciudadanos se disfrazan de amigos. La autoridad aparece muy interesada y bien intencionada al enseñar la conformidad y manipular la formación de las personas. Aparentemente, los hombres tienen un número mayor de problemas sicológicos que las mujeres. Véase los gangosos, por ejemplo. La proporción es de diez hombres gangosos por cada mujer. El estrés y la tensión son los mismos, pero el grado de alivio varía enormemente. Las mujeres parecen tener permiso de la sociedad para expresar más sus sentimientos. Ellas pueden llorar más fácilmente. Hablan el lenguaje de los sentimientos más fácilmente. No es el caso del hombre, y éste paga por ello.

¿Has notado que cuando las personas beben los sentimientos fluyen y, durante un breve período de tiempo, los problemas personales se alivian? La persona se vuelve desinhibida. El alcohol es uno de los productos químicos que liberan temporalmente las emociones. Alivio temporal que no es solución alguna para los problemas de inhibición.

La emoción es la regla básica de la vida. Inhibe los impulsos naturales de alguien y las neurosis irrumpirán. Todos los animales necesitan de estimulación sensorial. No encontramos ningún animal neurótico. En un laboratorio, si un animal es privado de estimulación sensorial, tacto olfato, paladar, se convierte en un animal deprimido o hiperactivo.

Cerca del ochenta y cinco por ciento de los religiosos están deprimidos porque tienen muchas tareas, muchos ideales y una estimulación sensorial insuficiente. Y también se vuelven apáticos o hiperactivos. Mantenerse activo es una forma de estimulación, pero las personas necesitan igualmente de estímulos emocionales.

¿Cómo recibe una persona estímulos emocionales? Expresando sus emociones. Cuando estás físicamente inactivo concédete a ti mismo algún estímulo físico caminando, haciendo ejercicio, etcétera. Cuando estés deprimido atrévete a correr un riesgo emocional. Así, las emociones volverán a fluir normalmente. Cuando los estímulos emocionales y sensoriales están bloqueados dentro de nosotros nos deprimimos. Expresa tus sentimientos. Ve con qué facilidad los niños –que no son religiosos, que no tienen miedo, que no están reprimidos– lo hacen. Tú no necesitarás más que los otros te estimulen emocionalmente. Tú serás el centro, no estarás escondido detrás del árbol. Expresarás tus sentimientos sin dar exagerada importancia al hecho de que los otros correspondan o no a ellos.

¿Por qué somos tan dependientes de lo que los otros piensan? ¿Por qué nos dejamos inhibir? Así como las emociones fluyen, tú no necesitarás de los otros ni temerás sus opiniones, las pronunciadas o no. Habrá tanta gracia y riqueza dentro de ti y existirá tanta vida y emoción a tu disposición en cualquier momento que te preguntarás si necesitas, de verdad, de las personas. Una vez que tu temor a una persona en particular desaparezca serás libre. Puedes desear examinar si has transferido ese temor hacia alguna otra persona. Sustituimos con facilidad deseos, dependencias, temores. Si así es, necesitarás liberarte de ellos también. El vicio de la aprobación es profundo y se enraiza rápidamente. Tus inhibiciones eran simplemente miedos. ¿Cómo puedes estar tan enfadado, lleno de odio, o hasta con miedo de esas personas a las que decías amar? Porque querías algo que creías que era necesario para sobrevivir emocionalmente, y eso querías de ellas. Es imposible amar dentro del temor o la desesperación. ¿Todavía quieres algo de esas personas? La opción es: amor o desear algo; ser libre o desear que los otros cambien.

Si los niños no fueran amedrentados por los adultos estarían siempre bien. Podrían oír, aprender, observar, pero: ¿por qué acrecentar temores, miedos, vergüenzas, maldades y pecados a sus experiencias y errores? ¿Dónde hemos aprendido esto? ¿Tú recuerdas quién te ha enseñado la vergüenza y el miedo como valores?

–Éstos no son modos de comportarse delante de un invitado.

–Perdona, mamá.

–Pídele perdón.

–Perdóname.

–Me avergüenzo de ti; espero que tengas un poco de vergüenza, etc.

Las experiencias y los errores son normales y sanos; si no hubiera experiencias y errores no habría riesgos. Habría solamente la conformidad calculada. Esto no es vida, ni el sentido de la creación, ni la experiencia del amor, ni el mensaje del evangelio.

¿Cómo valoras el motivo de que alguien viva en la conformidad? ¿Miedo personificado? El abuso emocional es frecuentemente enmascarado como enseñanza, como lazo de familia, como autoridad y obediencia. ¿Qué están aprendiendo los niños? ¿Te preocupas si haces algo equivocado, si desilusionas a los otros, si te reprenden o desaprueban? Tú eres una especie rara, en las mismas angustias de tu condicionamiento. ¿Tienes claro cuando haces un esfuerzo de acuerdo con las expectativas de los demás?

¿Quién te ha enseñado a expresarte, a vivir libre y feliz? Por otro lado ¿quién te ha enseñado que el camino hacia la felicidad significa ser aprobado y aceptado por la sociedad?

Piensa en tus momentos más felices. ¿Qué has hecho? Recordarás que hablaste sin pensar en lo que los demás pensarían. Has actuado libremente y con confianza. No estabas interesado en agradar a los demás.

Hemos sido entrenados para la infelicidad. Nos han dicho: "Primero piensa, después habla". Hemos sido entrenados para ser especialistas en arrancar aprobación, en censurar todo: "Piensa dos veces antes de hablar, no expreses tus sentimientos; di sólo lo que los demás esperan; piensa en lo que los demás pueden estar pensando". ¿Puede alguien expresarse a sí mismo y a la vida real?

Hemos vivido según un censor de consciencia, una autoridad y un oscuro y paranoico concepto de las "otras personas". ¿Conseguirías definir tu felicidad como un esfuerzo en ser aceptado por el simple concepto de las "otras personas"? Algunos religiosos han sido tan reprimidos que han tenido una vida de infelicidad por intentar conseguir la aprobación de otro concepto, el concepto de "Dios". Y se mantienen para siempre con carencias emocionales y, gracias a este concepto, también con carencias espirituales. Esto es un porcentaje muy grande, cerca del 84%.

Las personas se preguntan: ¿"Cómo he llegado a ser tan inhibido, tan lleno de miedo, tan incapaz de expresar mis sentimientos?" Quieren decir: ¿"Cómo he perdido la emoción natural en mi infancia?" ¿Cuándo, por quién y cómo se ha retorcido y desviado este componente emocional? No importa mucho dónde ha empezado el proceso. Es necesario curar a la persona. Lo que ha originado en tal persona o en tal acontecimiento no importa. Cúrese a la persona. El pasado está muerto, enterrado y resucitado. Bondad y maldad vienen de él. La vida ha venido de él. Amemos el pasado. Curemos también el presente, exactamente en la situación de ahora, momento crítico para la vida. Esto será suficiente.

La persona inhibida y egoísta está constantemente preocupada consigo misma. No le gusta cómo es, se siente poco atrayente pues no revela sus sentimientos y esconde sus dones; no asume el riesgo que le corresponde con los otros, dedica a los demás pocos pensamientos, no tiene capacidad de mirar hacia fuera de sí mismo, hacia aquellos que están a su alrededor. Aprendió a vivir para la aprobación, que nunca llega a ser suficiente. La persona inhibida no ama, aunque quiera ser amada. No existe amor sin implicarse. Ella continúa encerrada en su caparazón.

Todos tenemos problemas, pero si los expresamos el problema fluye. Esas personas no necesitan terapia.

Una cliente die a su terapeuta:

–Estoy enamorada de usted.

–¿Sí?

–Sí, siento un gran amor por usted.

–¡Qué bien! Y, ¿cómo se siente usted?

–Me gusta pensar en usted, imaginarme hablando con usted, salgo feliz de nuestras sesiones. Me siento bien compartiendo mis sentimientos con usted. ¿Podremos continuar con la terapia ahora?

–¿Usted no quiere saber qué pienso de todo esto?

–No.

Qué delicia. Es maravillosa la capacidad de expresar sentimientos de forma libre, sin amarras, expresar sus sentimientos a alguien que le entiende.

Todos los problemas sicológicos se desarrollan porque no expresamos nuestros sentimientos. Estamos atemorizados. No sabemos expresar sentimientos negativos ni positivos. Somos analfabetos en la expresión de sentimientos. Tenemos miedo. Podemos hablar sobre nuestros problemas, no sobre nuestros sentimientos.

Carl Rogers habla de congruencia. La congruencia es relevarte mi problema, es riesgo. Significa estar dispuesto a compartir contigo mi sentimiento sobre ti y también sobre la situación. Puedo decir: "estoy enamorado de ti; estoy fascinado; me atraes sexualmente, pero existe algo en ti que no me gusta; algunas veces me enfado contigo, etc.". Y casi nunca decimos esas cosas que nos revelan, que iluminan nuestro misterio. "Existe algo en ti que me afecta, que me influencia profundamente. No estoy seguro de lo que significa esto".

(Continúa)

Madurar en el descanso

El verano es la estación en la que los frutos maduran.

La maduración es una cuestión de tiempo: los frutos caen del árbol, de manera natural, cuando están maduros. Han madurado a base de tiempo. Sin embargo, una de las expresiones que más se utilizan actualmente es ésta de: ¡No tengo tiempo! No tener tiempo es una manera enmascarada de expresar que no nos tenemos a nosotros mismos.

Si madurar es una cuestión de tiempo y vivimos en una sociedad sin tiempo comprenderemos por qué la nuestra es una "sociedad de inmaduros".

Sin tiempo no podemos cultivar la paciencia porque la paciencia es fruto del tiempo.

La maduración no se puede acelerar, no es un logro sino algo que sucede. Lo único que podemos hacer es crear las condiciones más favorables o propicias para que el "acontecimiento de la maduración" tenga lugar con la mayor naturalidad posible.

La condición más favorable para la maduración es el descanso. El fruto maduro es blando, jugoso y dulce. Decimos del fruto maduro que "está en su punto". En el descanso silencioso, el corazón, como fruto, madura y se dulcifica, se ablanda y se torna jugoso. La meditación en silencio deja a la persona "en su punto" y "a punto".

Madurez no es sinónimo de perfeccionismo. Una persona madura se apoya más en la comprensión compasiva de cómo es que en los "ideales" del ego. Ser maduro no significa ser perfecto sino sentirse en paz sabiéndose "perfectamente imperfecto".

El afán de perfeccionismo dificulta el descanso porque siempre encontramos algo que terminar, algo que mejorar, algo que reemprender y que pospone nuestro reposo. Cuando nos reconciliamos con nuestras imperfecciones nos permitimos descansar. La aceptación de nuestras carencias y limitaciones ya implica un gran descanso.

Lo maduro se gesta y acontece en la paciencia, en la disponibilidad de tiempo y en la ausencia de prisas. Por eso el descanso es siempre oportunidad de maduración. Madurez es, además, expresión de bondad. Lo maduro sabe a "bueno". La persona madura, da, mira y atiende a lo "bueno". El descanso, al pacificarnos y serenarnos, nos permite movilizar luego nuestras mejores energías y desplegar nuestro talante más amable.

La madurez implica flexibilidad y tiende a la integración. La persona madura no crea fragmentos ni comportamientos, abarca los opuestos, trasciende la polaridad y no separa lo "sagrado" de lo que no lo es; para ella "todo es sagrado" y es capaz de llevar el silencio al bar y de vivir como fiesta la meditación.

La falta de descanso o un descanso mal orientado nos desintegra, nos torno rígidos e inflexibles, nos polariza hacia la crispación y banaliza toda nuestra vida.

La vida espiritual de la persona madura es el modo como vive y el cotidiano, el ámbito privilegiado para su práctica espiritual. En ella el descanso juega un papel decisivo al permitir a la persona volverse hacia su interioridad y crecer hacia adentro.

El silencio, modo supremo de descanso, convierte nuestras imperfecciones en camino de comprensión y compasión. El silencio es la culminación del proceso espiritual, del desarrollo personal que hincamos con el intenso, activo y verde crecimiento primaveral de la búsqueda.

En la pausa que representa cada descanso y entregados al silencio detenemos toda búsqueda y nos convertimos en eso que buscamos.

En la pausa dejamos de buscar para encontrarnos. En el Silencio dejamos de buscar para que Él nos encuentre.

Por **José María Toro**

Para la gloria de tu Ser

J. Krishnamurti

Como el alfarero
modela el barro
para regocijo de su corazón,
así tú puedes crear
tu futuro
para la gloria de tu Ser.

Cuando el hombre del bosque
abre un camino
a través de la espesa maleza,
así tú puedes construir
un camino franco
a través del torbellino del dolor,
hacia tu liberación de las tristezas,
hacia la eterna felicidad.

Oh amigo,
cual las misteriosas montañas
están ocultas por la nube fugaz,
así tú estás oculto
en la tiniebla
de la creación.
El fruto de la semilla que sembraste
te agobiará.

Oh amigo,
cielo e infierno son palabras
atemorizantes para que obres bien,
pero ni el cielo ni el infierno existen,
únicamente las semillas de tus acciones
traerán a la existencia
la flor de tus anhelos.

Extraído de *"Un canto a la vida"*

Perspectiva

Por **Diego Propato**

El ojo entrecerrado sentencia:
"el fin del camino es Pessoa".
La fuerza centrífuga del otro
confiere al cosmos tan sólo un heterónimo,
donde el vórtice ego corre maratones.

De alambrada conciencia,
la mente domina los bordes del marco,
no participa del brote
ni de la hoja seca cuando cae.

Aceptar la gratuidad
que en los extremos se revelan:
es un don la esencia prístina.
Cuando el paisaje arrulle sepia
nada serán mis manos.

La rosa poda muros del iris,
en terroso consumo diario
pulveriza toda espina,
de temores heredados.

Hacer el lenguaje

Por **Alberto Luis Ponzo**

Materia humana
que entra en un silencio eterno
derrama los sonidos
mueve los brazos
anda por vanos signos
de significaciones
una noción secreta
late en los labios
en un vientre mudo
que busca nacer
giran algunas letras
que miramos desde la niñez
qué dirá el lenguaje
cuando se detenga
y espere que hablemos?

(Del libro «Desde nacer»,
inédito 2011)

Decir los sentimientos

(Continuación)

Los sentimientos están muy próximos de mi yo interior. ¿Qué ocurriría si las personas supieran no lo que he hecho, sino quién soy y lo que estoy sintiendo?

La persona inhibida sufre de una acumulación interna de emociones. Unas buenas condiciones físicas requieren una generación interna, o sea, que el nutriente genere energía y descarte lo excedente. Esto debe pasar por el cuerpo regularmente. De la misma forma, la generación de sentimientos necesita descargas continuas. Debemos dejarlas fluir. De lo contrario la acumulación sicológica se incrementa y aparece la úlcera. A causa de nuestras buenas maneras, de las etiquetas y de la aprobación de la sociedad, todos contribuimos a esta acumulación interna que amontona hipocresía emocional. Estas personas no tienen sentimientos o deseos ni alegría de vivir. Hay personas con dificultades para levantarse por la mañana; otros se sienten ansiosos cuando necesitan encontrar personas. Encarar el mundo de frente requiere emoción para poder abandonar la seguridad y el confinamiento del útero así como un cambio de las formas de vida, de la oscuridad y de la movilidad en favor del riesgo y el flujo. En sus esfuerzos por permanecer a salvo y alejado del riesgo de la vida, el centro de la personalidad inmadura suprime la voluntad, toda la energía se vuelve hacia dentro y el flujo de la vida se bloquea.

La persona inhibida es simultáneamente muy egoísta por estar muy absorta en sí misma; y no es egoísta o suficiente ya que no lucha por sí misma. Vive en una torre de marfil, aunque insista en ser muy sensible a lo que le envuelve. Los inhibidos están siempre intentando agradar. Se quedan por encima del muro; pueden demostrar expresividad o tranquilidad acerca de todo excepto acerca de lo que sienten. Les parece difícil decir "no" porque necesitan de afirmación continua. Piensan que su "sí" puede conseguir sus intentos. Son tensos. No sabe relajarse. Son indecisos y están llenos de secretos. No te dirían ni lo que han comido. Evitan la palabra "yo".

¿Has notado ya cómo las personas que aparentan muy buenas maneras parecen ser excesivamente inhibidas? Pero los no inhibidos no son necesariamente los mal educados. Sea el problema de la dependencia de las drogas o del sexo una necesidad compulsiva de aprobación, o aún dificultades más obvias como el ser gangoso o la timidez, han sido causados en la infancia por la inhibición. La desinhibición puede conseguirse. Las personas pueden ser curadas. Simplemente, que hable, que hable siempre, con sentimiento. Es lo que los niños hacen durante todo el día (hasta el momento de entrar en el colegio). Ellos demuestran sus sentimientos a los demás, con algunos en particular, los muñecos, los peluches, los amigos (a menos que sean inhibidos). Es esto lo que representa la intimidad. Es esto lo que representa el amor. Es esto lo que el mundo más necesita.

Extraído de *"Rompiendo ídolos"*

Papá Noel: el Cristo de la Coca-Cola

La revista **VIVA** que acompañó la edición del diario ***Clarín*** del 19-12-2010, incluyó una curiosa nota titulada: *"Vos sos un gordo bueno… "*. El gordo bueno no es otro que Papá Noel y el notero nos recuerda que la clásica y archiconocida imagen de Santa Claus fue obra del dibujante publicitario Hubbard Sundblom, quien la popularizó a través de un aviso que Coca-Cola publicó en el ***Saturday Evening Post*** en diciembre de 1931.

En la semana previa a esta Nochebuena del 2013, todas las revistas, periódicos, afiches, notas y publicidades de radio, TV y la omnipresente Web, nos fatigan con todas las pichinchas que nos ofrece el viejo Santa para estas navidades. No hemos visto un solo artículo que tenga la delicadeza de explicarnos por qué y para qué el Hijo de Dios se hizo hombre hace más de 2000 años.

¿Por qué se sacrificó conscientemente y fue lapidado y crucificado? ¿Por qué nos advirtió que había que "nacer dos veces"? ¿Cómo fue que resucitó y tiene vida eterna, mientras nosotros, los llamados "cristianos", en realidad estamos "muertos en vida", porque ignoramos que fuimos creados "a imagen y semejanza del Padre"?

Evidentemente, tenía razón Bart –el revoltoso retoño de Homero Simpson– cuando dijo: *"Estamos olvidando el verdadero significado de la Navidad: el nacimiento de Santa Claus"*.

¿Qué tendrá que ver todo esto con Jesucristo, que fue alumbrado en un humilde pesebre, ya que María y José eran prófugos perseguidos por los poderes de turno? Los mismos poderes de la espada y el dinero que 2000 años después siguen esclavizando al mundo, detrás de la mascarada de una civilización que se dice Occidental y Cristiana, pero que está sojuzgada por aquella misma generación de víboras que Cristo enjuiciara en el Evangelio. ***"Ay de vosotros, escribas y fariseos hipócritas, que parecéis sepulcros blanqueados: que por fuera parecen vistosos, más por dentro están llenos de huesos de muertos y de toda inmundicia"*** (Mateo 23: 27).

¿Alguien puede creer que fue por casualidad que el Hijo de Dios hecho Hombre naciera prácticamente en la indigencia, en un lugar tan pobre como el desierto que lo rodeaba? *"Su destino* –escribe el Padre Hugo Mugica– *fue ser fiel a su origen: desde allí sus pies sólo posaron la vereda de los vencidos; su sentarse fue a la mesa de los parias; su acariciar fue las heridas"*.

Claro que la ejemplar humildad de Jesucristo no debe confundirse con tibieza o debilidad, sino todo lo contrario. Expulsó con violencia a los mercaderes del templo (los shoppings donde atiende Papá Noel), dijo que había que volverse como niños para aspirar al Cielo y apostrofó a los ricos y poderosos de su época con estas palabras: ***"No podéis servir a Dios y a la riqueza. Un rico difícilmente entrará en el Reino de los Cielos".*** San Pablo sentenciará después: ***"Raíz de todos los males es la afición al dinero",*** aunque la condena más demoledora correrá por cuenta del Apóstol Santiago: ***"Vosotros, los ricos, llorad a gritos por las calamidades que os van a sobrevenir. Vuestra riqueza está podrida y vuestros vestidos, consumidos por la polilla. Mirad: el jornal de los obreros que segaron vuestros campos, y que les habéis escamoteado, está clamando; y los clamores de los segadores han llegado a los oídos del Señor de los Ejércitos"*** (Santiago 5: 1-4).

Lo más probable es que en estas navidades, lejos de cumplir el sagrado mandamiento de **"dar de comer al hambriento y de beber al sediento"**, la mayoría de los que nos llamamos cristianos seguiremos juzgando y discriminando a nuestros hermanos pobres y excluidos con indiferencia y desprecio. Echando en saco roto aquella advertencia de nuestro Salvador: ***"Os aseguro que todo lo que hicisteis con uno de estos hermanos más pequeños, conmigo lo hicisteis. Y todo lo que dejasteis de hacer con uno de estos más pequeños, conmigo lo dejasteis de hacer. Y éstos irán al castigo eterno, pero los justos a una vida eterna"*** (Mateo 25: 40, 45 y 46).

Debemos aceptar la dura realidad: si los shoppings son los templos modernos y Santa Claus reemplazó al Niño Jesús, la responsabilidad no sólo recae en la insaciable codicia de las corporaciones que dominan al mundo, sino que todo ello es posible porque los cristianos hemos sido infieles al luminoso legado de Cristo. Si bien existen numerosos sacerdotes, pastores y fieles inspirados por un auténtico espíritu evangélico, las más altas jerarquías eclesiásticas –al igual que 2000 años atrás– naufragan entre su complicidad con los poderes de turno y su crónica ceguera espiritual. No le faltaba razón a la filosa ironía de George Bernard Shaw: ***"El Cristianismo podría ser bueno, si alguien intentara practicarlo".*** Aunque siete siglos antes y desde la vereda de la fe, San Antonio de Padua ya lo había advertido: ***"El gran peligro del cristiano es predicar y no practicar. Creer pero no vivir de acuerdo con lo que se cree".***

Y aquí tenemos que hacer la salvedad de que el Papa Francisco está tratando, casi en soledad, de vivir como un verdadero cristiano. Calzando sus viejos zapatos negros con los que recorría las Villas de Buenos Aires, negándose a viajar en limusinas y a habitar el fastuoso Palacio del Vaticano. Reconociendo que Cristo y no el Papa, es el verdadero Centro de la Iglesia, recordando que para un cristiano el poder es servicio, denunciando a la mafia financiera que se adueñó del mundo, afirmando que quiere una Iglesia pobre y para los pobres, porque ese es el mensaje de los Evangelios.

Frente al craso materialismo y la irreversible decadencia de la sociedad actual, muchos piensan que el Cristianismo es cosa del pasado…pero se equivocan. Porque no vivimos en un mundo postcristiano sino precristiano. En el nuevo Imperio Romano, si bien los gladiadores ya no mueren en la arena, se desangran de a poco en el surco, la fábrica, la oficina o fatigando la página de los clasificados en busca de trabajo. Esto quiere decir que la misión por la cual Cristo sacrificó su vida todavía está por realizarse: la concreción de una identidad planetaria sustentada en la Conciencia Cósmica y la Fraternidad Universal. Debemos nacer dos veces para descubrir que el Reino de Dios está dentro de nosotros mismos y que todos somos hermanos (budistas, judíos, agnósticos, taoístas, musulmanes, ateos, cristianos, etc., etc.) en tanto hijos del único Padre Celestial.

Como advertía Angelus Silesius: "Aunque Cristo hubiera nacido mil veces en Belén, si no nace en tu corazón, en vano habría nacido".

Finalmente, si quisiéramos recuperar el verdadero sentido de la Navidad, quizás resulte útil reflexionar sobre la forma en que vivían los primeros cristianos, que no iban a la Iglesia: ERAN LA IGLESIA.

"La multitud de los fieles tenía un solo corazón y una sola alma. Nadie consideraba como propios sus bienes, sino que todo lo tenían en común. Entre ellos ninguno sufría necesidad, pues los que poseían campos o casas los vendían, traían el dinero y lo depositaban a los pies de los apóstoles, que lo repartían según las necesidades de cada uno" (Hechos de los Apóstoles 4: 32-35).

Selección: **Ricardo Hugo Propato**

Una historia de navidad

Un empleado de correos estaba a cargo de separar las cartas de destinatario dudoso..., las inentregables. Un día le llega una carta de letra temblorosa que estaba dirigido a:

Dios, Nuestro Señor, El Cielo

Con algo de curiosidad, la abrió para ver el contenido, y dentro, con la misma letra temblorosa se leía:

Mi querido Señor:

Sabes que en los ochenta y siete años de mi vida, jamás te molesté por nada, pero hoy estoy desesperada. Soy viuda, vivo sola y no me queda familia.

Para esta Navidad, me invitaron unas amigas que hice jugando a las cartas, y había separado setecientos cincuenta pesos de mi jubilación para comprar pollo, una botella de sidra y pan dulce para llevar, pero alguien entró a casa y me robó esa plata...

No tengo adónde ir, ni a quién pedirle, y me da vergüenza ir a esa fiesta sin tener nada que llevar... ¿Me ayudarías, Señor? Religiosamente, Sara.

Conmovido, el empleado le mostró la carta a sus compañeros, y entre todos, juntaron seiscientos noventa pesos que le mandaron a la ancianita en un sobre en blanco.

Semanas más tarde, apareció otra carta con la misma letra temblorosa...

Excitado y eufórico, llamó a todos en la oficina para abrirla y leerla, la carta decía:

Mi querido Señor:

Sabía que no me ibas a fallar

Dios, gracias a tu milagro, pasé la Navidad más linda de mi vida. Pero no debo dejar de avisarte que sólo me llegaron seiscientos noventa pesos, los otros sesenta, seguro que se los afanaron esos chorros del correo.

Religiosamente, Sara.

Profesión arriesgada

Un tipo llega al cielo y lo recibe San Pedro y le hace una serie de preguntas:

-¿Qué profesión ejercía usted en la vida?

El tipo le cuenta.

-Referí, señor.

-Muy bien, para ganarse el cielo tiene usted que contarme alguna buena acción que hizo en vida, ¿tiene alguna?

-Claro, por supuesto.

-Adelante entonces.

-Dirigía yo Alemania-Argentina en Berlín por el campeonato mundial, Alemania ganaba 1-0 de pedo, ya estábamos en el segundo tiempo suplementario y Argentina lo estaba recagando a pelotazos, los hinchas de Alemania festejaban la casi segura consagración, pero faltando 3 minutos para que termine el partido le cometen un foul a Carlitos Tevez adentro del área, yo cobré penal y expulsé al arquero germano...

-Ahhh, pero muy buena actitud, eso sí es ser justo, y dígame, ¿hace cuánto sucedió esto?

El tipo mira el reloj y le contesta: -Y ¿qué hará?... dos, tres minutos...

Derecho Viejo No Etiqueta

(Reflexiones para hombres que hacen política)

La Hormiga y la Abeja

Por René J. Trossero
Extraídos de *"Fábulas y mensajes"*.

El rosal y muchas otras plantas del jardín estaban cubiertos de flores bellas y perfumadas.

Una abeja revoloteaba de flor en flor, se zambullía en su interior y salía cargada de polen y de néctar.

La hormiga descendía por una de las ramas del rosal, cargando sobre sí un trozo de hoja más grande que su cuerpo.

La abeja emprendió el vuelo rumbo a su colmena, y la hormiga comenzó a recorrer el estrecho sendero que la conducía hasta su hormiguero.

Desde las ramas de un jacarandá, donde habían anidado, una yunta de horneros contemplaba la escena, acompañada por sus dos hijos. Éstos estaban dejando el nido para ensayar unos saltos de rama en rama, antes de emprender la aventura del primer vuelo.

–¿Qué hacen esa abeja y esa hormiga?- preguntó uno de los pichones a los padres. Estaban descubriendo el mundo y querían comprender el significado de todo lo que veían.

– La abeja y la hormiga están llevando material para sus casas, que se llaman panal y hormiguero. Son dos casas grandes y hermosas- fue la respuesta de papá hornero.

– Pero, con una carga tan pequeña, ¿qué pueden construir?- insistió con escepticismo el otro pichón.

Transcurrieron unos días y los horneritos ensayaron sus primeros vuelos. En uno de ellos, la mamá, que guardaba el recuerdo de lo que habían preguntado sus hijos, se hizo acompañar hasta un añoso paraíso.

En el hueco del tronco las abejas tenían construido su hermoso panal, que se veía desde afuera. Y al pie del mismo árbol las hormigas correteaban trabajando sobre su elevado hormiguero.

–¿Ven?– dijo mamá hornero a sus hijos-. La pequeña carga de la abeja y el trozo de hoja de la hormiga sirven para construir esas bellas casas, donde ellas viven y comen.

Los dos horneritos contemplaron con asombro las dos obras maestras, y guardaron silencio, como madurando la comprensión de lo sucedido.

Papá hornero, testigo de la escena, les dijo:

– Aprendan de las abejas y las hormigas una lección muy importante: con el pequeño aporte de muchos, se construyen las grandes obras.

Si los hombres aprendiéramos de las abejas y de las hormigas, y cada uno de nosotros contribuyera con su cuota de amor servicial, ¡qué mundo maravilloso construiríamos!

La Rana y la Serpiente

Atardecía. El sol se retiraba silencioso y dejaba paso a las sombras.

La rana se instaló en las orillas de la laguna, esperando el vuelo de los insectos nocturnos, para satisfacer con ellos su necesidad de alimentarse.

En la misma orilla, no muy lejos de la rana, la serpiente se escurría zigzagueante, también con la esperanza puesta en algún buen bocado.

La rana comenzó a llenar su tiempo de espera, ensayando su monótono croar nocturno.

La serpiente vibró de entusiasmo, al sentir que se acercaba la oportunidad esperada, porque las ranas eran para ella un plato preferido.

Lenta y sigilosamente se fue reptando, guiada por el canto de la rana. Cuando ya se acercaba, y soñaba con alcanzarla con su boca, el ruido de los pastos que recorría advirtió a la rana sobre el peligro cercano.

Ésta escuchó y miró silenciosa los alrededores, y no muy distante vio deslizarse a la serpiente.

Sin vacilar un instante, su instinto de conservación la hizo dar un salto y tirarse al agua. Allí nadó un par de metros y se instaló sobre una pequeña isla.

La serpiente se acercó decepcionada al agua y le dijo a la rana:

–¡Qué lástima que dejaste de cantar! ¡Vine acercándome desde lejos para disfrutar de tu croar!

La rana la escuchó con temor y desconfianza, y le respondió:

–Ya canté bastante. Es hora de moverme para buscar mi alimento.

–Yo también salí en busca de mi sustento –agregó la serpiente–, pero cuando me encontré con la belleza de tu canto, no tuve problema en postergar mi búsqueda. Más aún, sigo dispuesta a postergar la satisfacción de mi apetito, si es para deleitarme escuchando tu melódico croar.

La rana comenzó a vacilar, y el temor inicial fue cediendo ante el auge de un sentimiento de orgullo y de grandeza. ¡Siempre la habían señalado como vanidosa y demasiado pendiente del aplauso!

Total que, casi automática e irreflexivamente, retomó su canto.

–¡Qué belleza! ¡Qué hermosura! ¡Nunca disfruté de algo semejante!– exclamó la serpiente, mientras silenciosa y escurridizamente se movía en el agua.

La rana intensificó su canto y, con los ojos cerrados, deliraba con sueños de grandeza.

La serpiente se desplazó entre las aguas, se acercó y, con un movimiento certero, pronto la tuvo prisionera.

Y en un instante la rana perdió su canto, sus sueños y su vida.

Cuídate de la vanidad y del orgullo,
Porque pueden hacerte caer en la torpeza
De perder de vista la realidad.
Aprende a distinguir entre quien te alaba
Porque reconoce tus valores,
Y quien te adula para usarte.

Materialismo

El líder sabio lleva una vida callada y meditativa. Pero la mayoría de la gente se ocupa en adquirir más y más posesiones.

La senda callada lleva a una existencia más consciente. La senda bulliciosa crea un exagerado materialismo.

Una mayor conciencia lleva hacia Dios y hacia el sentido de la unidad de la Creación. Pero el exceso de consumo sólo es posible mediante la explotación de los demás.

Los bienes del mundo no están distribuidos equitativamente. Algunos tienen mucho. La mayoría tiene muy poco. Están faltando recursos para seguir adelante, esto es bien sabido.

Sin embargo, aquellos que ya están atosigados de posesiones, se apropian de más y más. Hasta presumen de lo mucho que tienen. ¿Acaso no saben qué es robar?

La propiedad de muchas posesiones no viene de Dios. La gente las obtiene manipulando a otros.

La Integridad del Líder

El líder sabio sabe que la verdadera naturaleza de los hechos no puede ser capturada por las palabras. Por lo tanto ¿a qué fingir?

La palabrería confusa es un signo seguro del líder que no sabe qué está ocurriendo.

Sin embargo, lo que no se puede decir, puede ser demostrado: con silencio, con conciencia. La conciencia da resultados. Arroja luz sobre lo que ocurre. Clarifica conflictos y armoniza a la persona o al grupo que sufre excitación.

El líder también sabe que toda la existencia es un todo. Por lo tanto, el líder es un observador neutral que no toma partidos.

El líder no puede ser seducido por ofrecimientos ni amenazas. El dinero, el amor, la fama –perdidas o ganadas–, no mueven al líder de su centro.

La integridad del líder no es idealista, sino que descansa en un conocimiento pragmático de cómo funcionan las cosas.

Hohn Heide
"El Tao de los líderes"

Maneras de formar delincuentes

1º Comience desde la infancia a darle al niño todo lo que le pide. Así se criará con el convencimiento de que el mundo se lo debe todo.

2º Cuando aprenda malas palabras, celébreselo. Eso le hará pensar que es muy gracioso.

3º Nunca le de enseñanzas espirituales. Espere que cumpla los 21 años y que decida entonces a su albedrío.

4º Recoja todo lo que él deje tirado: libros, zapatos, ropa. No le permita valerse por sí mismo, para que se acostumbre a echar todas las culpas a los demás.

5º Riña a menudo con su cónyuge en presencia suya. Así no se impresionará demasiado el día en que se deshaga el hogar.

6º Dele al niño todo el dinero que exija para sus gastos. Nunca permita que se lo gane él mismo. ¿Por qué el pobrecito va a sufrir los mismos trabajos que usted?

7º Satisfaga todos sus caprichos en lo relativo a comidas, bebidas y comodidades. La privación puede causar frustraciones nocivas.

8º Apóyelo en cualquier discusión que entable con los vecinos, con sus maestros o con la policía. Todos le tienen tirria a su hijo.

9º Cuando esté en enredos serios, discúlpese diciendo: nunca pude con este muchacho.

10º Prepárese a llevar una vida llena de pesares, pues lo más probable es que se la haya labrado usted mismo.

No Crear Falsas Necesidades

"No exaltar los talentos
y el pueblo no competirá entre sí.
No valorar las cosas difíciles de conseguir,
y el pueblo no robará.
No mostrar lo codiciable,
y el pueblo no se ofuscará.
Por eso, el Sabio gobierna vaciando la mente
Y llenando el vientre, debilitando los deseos y
fortaleciendo los huesos.
Siempre hace que el pueblo no desee saber,
ni tenga ambiciones, y así,
el que saber no se atreverá a actuar.
Actuando de acuerdo con la No-acción,
todo está en orden."

El camino del Tao

Sólo deja que todo ocurra, y que ocurra en tu propio espacio interior.
Nicolás Caballero

"DERECHO VIEJO"

Lejos del mundo. Cerca de los hombres

"Gloria Dei, homo vivens" (La Gloria de Dios es el hombre viviente)

Un periódico para poder no pensar

De repente percibí que el silencio era una gran Presencia. En el corazón del silencio estaba Él, que es todo calma, paz y elegancia.
G. Bernanós

Los cinco valores fundamentales

Verdad - Recta Acción - Paz - Amor - No Violencia

Por
Guillermo Jähnel

Se desarrollan cultivando: Conocimiento - Habilidad - Equilibrio - Capacidad de introspección y Reconocimiento de la propia identidad.

Verdad: La verdad como valor, corresponde al nivel intelectual. En efecto, el intelecto es el que conduce al hombre al descubrimiento de la verdad y alcanza este objetivo con el descubrimiento de lo que no es verdadero, lo que no es real. Lo verdadero es inmutable, eterno, imperecedero; no varía de un día para otro.

Cuando el hombre dirige su búsqueda hacia la verdad, advierte que nada de lo que somete a su análisis es verdadero. El nota que todo lo que experimenta en el campo fenoménico está en constante mutación.

Por vía de la ciencia sabemos que todo es energía; en el Cosmos todo se sostiene gracias a un estado vibratorio y es justamente tal vibración, el elemento cambiante que caracteriza a todo el Universo. De este modo, el hombre, sediento de verdades perennes y desilusionado por la transitoriedad del mundo circundante, aprende a entrar en sí mismo para descubrir lo permanente.

Verdad, en su propio significado, es lo que se mantiene siempre sin novedad, lo que nunca cambia: La Realidad eterna.

Las cosas materiales de este mundo que nos rodea, están en constante flujo de cambio, sujetas al proceso de disolución. Pero la Verdad Espiritual de Dios, es perennemente válida e inmutable en toda circunstancia.

Nuestro primer objetivo es avanzar hacia el descubrimiento de lo relativo en el mundo fenoménico y convencernos de la existencia de lo Real más allá del mutable dogma científico. Mientras se avanza en esta investigación, hay dos cualidades que debemos desarrollar: la memoria y la intuición. La memoria es la capacidad de guardar informaciones y conocimientos. La intuición es una condición alcanzable sólo cuando se ha refinado el entendimiento. Podemos afirmar que ella representa el nivel máximo del intelecto. Su campo de acción es, en efecto, el que no se puede explorar mediante un intelecto ordinario. La intuición es el intelecto de los genes. La voz misma de la conciencia es intuición. La meditación enseña particularmente a acallar la mente y volverla dúctil a la recepción de las verdades supremas.

Conducta recta: Cuando la Verdad se vuelve acción es conducta recta. Comportarnos conforme a una conducta recta, significa en última instancia, disciplinar nuestra mente, nuestras emociones y nuestro cuerpo.

Detrás de la acción hay siempre un pensamiento. El pensamiento está nutrido por la voluntad, que a menudo se halla en conflicto con el deseo. En efecto, voluntad y deseo no son la misma cosa. A menudo se lo que no es deseable. La voluntad es un componente imparcial para hacer que uno opere en lo verdadero. El deseo, aún bregando por la acción, puede oponerse a lo verdadero.

La meditación nos adiestra en esta distinción y nos enseña a poner un techo a nuestros deseos.

«No tiene sentido adorar a Dios como expresión de la verdad, si luego se descuida la verdad en la vida cotidiana».

De la verdad nace la Acción Recta: ésta emana del corazón, infunde satisfacción interior y es una expresión del conocimiento del propio estado. Confiemos en lo que la Consciencia Divina nos sugiere. Que nadie contraríe los dictados de su propia conciencia. Este es el camino correcto. Si pensamos una cosa y decimos otra, esto no nos acerca a la Verdad. Entre pensamiento, palabra y obra ha de haber absoluta coherencia.

Para reforzar la voluntad, debemos exaltar constantemente, los valores éticos que nos harán crecer interiormente. Nos harán apreciar lo agradable que es estar en paz con nosotros mismos y con los demás.

También debemos hablar de manera amable, compartir las cosas con otros, no dañar, no robar, no mentir, etc. La motivación de fondo, es que cada uno somos un eslabón de una gran cadena universal, cuya fuerza depende de cada uno. Todos somos sensibles a la solidaridad, si esta es bien encauzada, dará resultados extraordinarios. Las actividades de grupo son seguramente un medio óptimo de aprender las cualidades de sociabilidad y buen comportamiento.

Entre los subvalores de la Acción Recta, pueden destacarse, el coraje, el sentido del deber, la gratitud, la confianza en sí mismo, la obediencia, la puntualidad, la paz.

Paz: La paz es por cierto la meta que todo hombre persigue. De alguna manera todos buscamos paz y felicidad. La verdadera paz se experimenta sólo cuando hay equilibrio en las emociones. Por eso, ella corresponde al nivel emocional. La paz reside en el interior del hombre y nace de la consciencia de que la fuente de su saciedad no es exterior a él. Nadie es responsable de nuestra paz, excepto nosotros mismos. Esta capacidad de encontrar paz en sí mismo no puede ser improvisada. Debe ser inculcada constantemente en todos nuestros actos, pensamientos y afianzada a través de la meditación.

«La paz germina en la propia casa, allí donde se aprende, se practica y se enseña el arte de vivir juntos en paz y en amistad. Se establecerá entonces, sin prisa y sin pausa, la paz en el mundo». Un gran maestro

Las técnicas aptas para favorecer la paz, son la meditación, en la que se aprende a gestar la paz dentro de sí y las actividades creativas que nos habitúan a convivir pacíficamente con nuestros semejantes. Entre los subvalores mencionaremos la calma, la concentración, la conformidad, el optimismo, la aceptación de sí, etc.

Amor: La esfera psíquica es fuente de amor. El amor no es una simple emoción: es una energía que se recibe y se transmite a cada instante. El amor está en condiciones de ejercer su influjo en toda forma de vida. El amor es la solución del sufrimiento. Como dice la madre Teresa de Calcuta: «La humanidad sufre porque tiene hambre de amor».

El amor se manifiesta en el dar y el perdonar. En los niños se infundirá primero el amor a los padres, que va extendiéndose luego a la familia, a los vecinos y luego a Aquel que penetra todo el universo. El amor es beatitud, es energía, es luz, es Dios. Los subvalores son: solicitud hacia los demás, la compasión, la dedicación, la amistad, el perdón, la gentileza, el compartir, la tolerancia, etc.

No-violencia: «No-violencia, significa no accionar daño alguno a ningún ser viviente, ni con el pensamiento, ni con las palabras, ni con las acciones».

El resultado máximo de la perfección es la no violencia. Se trata de un amor que no se limita a los propios amigos o familiares, sino que se extiende en pleno a las criaturas. De ahí que la no-violencia pertenezca al nivel espiritual, el nivel supremo que existe en el hombre. En la práctica, la no-violencia significa: no hacer daño a nadie y ofrecer amistad, vivir en armonía con la naturaleza y tratar a todos con comprensión y abstenerse de inferir daño que puedan ser evitados.

Es obvio que la no-violencia absoluta es imposible, por cuanto la vida se nutre siempre de la vida, pero ha de inflingirse el menor número posible de ofensas, lo cual, en forma limitada, alcanza a las formas más bajas de vida.

La no-violencia se logra tras haber entendido las motivaciones de la Recta Acción, cuando se ha desarrollado el amor, cuando se ha comprendido la Verdad Última y cuando se desea la paz al punto de sacrificar cualquier cosa a fin de disfrutarla.

Las técnicas didácticas a adoptar, son las actividades mediante las cuales se aprende a amar a las flores, a cultivar plantitas y criar pequeños animales, se inculcará la estima hacia las culturas y religiones ajenas, lo que derivará en el respeto y aceptación, de la forma de pensar, de ser, de sentir de los demás, entendiendo que todo esto forma parte y son distintas expresiones del capital humano y productos de los variados niveles de conciencia.

Se debe cultivar también el respeto a la propiedad y la voluntad de no hacer daño.

Mensaje de *Derecho Viejo*

En cierto sentido, estamos siempre viajando,
y viajando como si no supiéramos adónde vamos.
En otro sentido, ya hemos llegado.
No podemos llegar a la perfecta posesión de Dios en esta vida, y por eso estamos siempre viajando y en tinieblas. Pero ya lo poseemos por la gracia, y por eso, en este sentido, ya hemos llegado y habitamos en la luz.
¡Pero cuán lejos tengo que ir para encontrarte a Ti, en quien ya he llegado!

Thomas Merton

Obligación sin amor te vuelve amargado.
Responsabilidad sin amor te vuelve desaprensivo.
Justicia sin amor te vuelve duro.
Verdad sin amor te vuelve criticón.
Educación sin amor te vuelve contradictorio.
Inteligencia sin amor te vuelve taimado.
Amistad sin amor te vuelve hipócrita.
Orden sin amor te vuelve mezquino.
Erudición sin amor te vuelve crítico.
Poder sin amor te vuelve violento.
Honor sin amor te vuelve altivo.
Propiedad sin amor te vuelve avaricioso.
Fe sin amor te vuelve fanático.

Sabiduría asiática