Grupo de Meditación para la Nueva Era

TERCER AÑO

CUADERNO VI

RECONOCIMIENTO DE LA REALIDAD

Disipación del Espejismo

Parte I La Realidad y la Disipación de los Espejismos conexos a las Relaciones.

Devoción e Idealismo — Fanatismo y Auto-sacrificio— La Posesividad — Sentimiento y Apego — Servicio — Estrecha Visión y Rigidez — Sinceridad y Espejismo — Seriedad

Parte II La Realidad y la Disipación de los Espejismos asociados a la Forma.

La Forma — Relación entre el Hombre y la Máquina — Organización y Orden— Ceremonia y Ritual, Magia, Símbolos — Lo Viejo y lo Nuevo

Parte III Técnicas

La Técnica de la Indiferencia —
La Técnica de La Presencia

Parte IV El Principio de la Divinidad Esencial

Delineamiento de la Meditación

EL GRUPO DE MEDITACIÓN PARA LA NUEVA ERA

se ha formado para que el pensamiento de los hombres y mujeres de todo el mundo se concentre simultáneamente sobre las Leyes y Principios de la Nueva Era. Dichas Leyes y Principios, además de los períodos correspondientes para su meditación, son los siguientes:

La Ley de
Rectas Relaciones Humanas.....Enero y Febrero

El Principio de
Buena Voluntad..... Marzo y Abril

La Ley del
Esfuerzo Grupal..... Mayo y Junio

El principio de
Unanimidad..... Julio y Agosto

La ley del
Acercamiento Espiritual.....Septiembre y Octubre

El Principio de la
Divinidad Esencial.....Noviembre y Diciembre

El Grupo de Meditación para la Nueva Era es un grupo sin fines lucrativos, por tanto, agradecemos y dependemos de sus dônativos para ayudar a cubrir gastos de impresión y franqueo.

Sus contribuciones al Grupo de Meditación para la Nueva Era son deducibles de sus impuestos federales.

MGNA
P.O.Box 566 Ojai, CA 93023

Reimpreso 1985

PARTE I

RECONOCIMIENTO DE LA REALIDAD

Introducción

En éste, el último Cuaderno del Tercer Curso, consideraremos dos grupos de espejismos — aquellos conectados con las *relaciones* y con la *expresión del espíritu en la materia*. Esas dos categorías son vastas y cubren un amplio campo de tendencias, características y problemas. La mayoría de los espejismos conciernen a las relaciones y manifestaciones de la vida en la forma, de manera más o menos directa, pero aquí trataremos aquellos que son más íntimos, que están más difundidos y que son más perjudiciales.

Pero antes de estudiarlos en detalle recordemos un punto: Este Año el objetivo ha sido estimular el esclarecimiento y comprensión de los espejismos que obstruyen y distorsionan la Realidad, para prevenirnos conduciendo nuestras vidas en armonía con esa Realidad. Esto ha significado que gran parte de nuestra atención haya sido concedida más bien hacia lo limitante y negativo que hacia las características y cualidades constructivas; en cierto modo la magnitud de estos espejismos pudo parecer descorazonadora y deprimente.

Pero no reaccionemos en esta forma; reconocer es traer la luz de la mente hacia ello; comprender es apelar a la sabiduría del corazón para tratarlo. Y quienes han estado trabajando con estas técnicas, conocerán por experiencia el efecto trasmutador y liberador producido por una inteligente aplicación de tales reconocimientos y comprensión.

La primera de estas técnicas fue *Des-identificación*. Está destinada a cultivar el desapego y la realización del Yo superior y ha sido dada porque no podemos enfrentar nuestros espejismos sin una medida de desapego de ellos, y sin cierta fuerza interior y sentido de la Realidad del verdadero Yo, que este ejercicio desarrolla. Por eso recomendamos a los estudiantes volver a revisar esta técnica (se encuentra en las páginas 6-10 del Cuaderno II) cualquiera sean los

espejismos individuales o sociales — traten de sobreponerse a ellos. Un Maestro ha escrito:

"No deje que el espejismo del mundo lo subyugue y trate de no ser arrastrado dentro del vórtice de miedos y pesimismos que lo rodean.... Una de las cosas que todos tienen que aprender es utilizar las fuerzas y energías que por inherente derecho de posesión les pertenecen, éstas son empleadas con comprensión por el hombre y la mujer común.... Pocos comprenden cuán estupendas son las energías que pueden dirigir a voluntad.... Ustedes aspirarían a exteriorizar con mayor frecuencia la naturaleza interna y tratarían de establecer el vínculo consciente entre lo interno y lo externo en forma más dinámica y real."

Encaremos así, con coraje y confianza, los espejismos con los que tenemos que enfrentarnos, mirándolos como un desafío, alistándonos para llamar en nuestra ayuda a nuestro Yo superior. Del ilimitado poder de nuestro verdadero Yo, podemos estar seguros.

Devoción e Idealismo

Una de las dificultades en el reconocimiento y disipación de este sexto grupo de espejismos, es que muchos de ellos son considerados buenas cualidades, y en cierta forma pueden brindar positivos resultados. Por ejemplo, la devoción personal puede ser un incentivo para el propio sacrificio y para el servicio útil; lo mismo puede decirse del idealismo. No obstante, esas cualidades son restrictivas, en cuanto ellas generan varias formas de esclavitud y limitación.

En contraste con el quinto grupo de espejismos que hemos estudiado en el cuaderno anterior (aquellos relacionados con el análisis y funciones críticas de la mente) este sexto tipo impulsa a las personas suceptibles a ello a cerrar los ojos a las imperfecciones, omisiones, y aún graves faltas de aquellos de quienes son devotos. Sólo ven lo que quieren ver y se resisten a aceptar la idea de que algo que no sea bueno exista en la persona que admiran, cuya causa y objetivos han hecho suyos. Esta importante verdad, en el caso de la devoción personal, ha elevado, en escala colectiva el "culto de la personalidad," del cual esta centuria ha dado testimonios de ejemplos devastadores.

Le devoción es hoy en día uno de las más fuertes y prevalentes

espejismos de la humanidad, aunque las tendencias y actitudes están empezando a perder esas ataduras. Esto puede ocurrir con una causa, un credo, un maestro o una ideología política; un deber o una responsabilidad puede encenderlo; pero una vez "enganchado" el devoto es totalmente absorbido dentro del servicio,al cual dedica en proporción inmoderada las fuerzas de su vida, llegando hasta la pérdida de su integridad.

La devoción puede conducir al mayor sacrificio personal y al desarrollo del desinteresado servicio, pero cuando se lleva a los extremos el devoto se precipita extasiado en una niebla de su propia creación, una niebla creada por sus propios deseos. La devoción, siendo una actitud emocional, se vincula con el idealismo, que es una cualidad más mental. Adémas, tal acentuada absorción protege al devoto de una gran cantidad de conflictos y opciones, y muchos compromisos indeseables que son inconsciente y a veces conscientemente eludidos por esta actitud.

Cuando el idealismo induce la creencia que un ideal debe ser perseguido a toda costa, i.e. en un estrecho, fanático enfoque, la consecuencia es nefasta. Porque un ideal es algo que pertenece tanto a un elevado como a un normal nivel de pensamiento cuya materialización debería ser alcanzada paso a paso. Por otra parte, estamos constituídos en tal forma que todos nuestros ideales son imposibles de alcanzarse al mismo tiempo.

Esto ocurre también, en cuanto a lograr nuestra propia "perfección." Acuciado por su idealismo, el perfeccionista pierde una excesiva cantidad de tiempo y energía intentando lograr la perfección en todo cuanto le interesa. En este estrecho deseo de materializar su ideal pierde todo sentido de proporción. Si tenemos un modelo de nosotros mismos demasiado elevado e irrealizable, fracasaremos en su logro y el precio de esta frustración es capaz de ser una reacción de depresión creada por el autoreproche o un sentido de culpa. Haríamos bien en recordar que habitamos un universo imperfecto, y podemos sólo trabajar muy gradualmente hacia una eventual perfección, la que aquí y ahora es inalcanzable. Esto puede servir como una amplia perspectiva, el ideal percibido, de la cumbre de la montaña a escalarse. Debemos suplir esto con inmediatos y breves puntos de mira: planificando el ascenso y decidiendo sobre los próximos pasos a dar hacia adelante.

Fanatismo y Auto-sacrificio

El idealismo y el fanatismo son aptos para marchar mano a mano, y llegar a asociarse con el tipo de devoción que estamos discutiendo. Se ha dicho bastante en conexión con esto para demostrar que la ciega dedicación y creencia en la perfección de una persona o causa no puede hacer ningún bien ni al devoto ni al objeto de su veneración. El mundo pasa por un estado de perpetuo cambio y crecimiento y un ideal debería verse como la forma temporaria de una idea, una forma adecuada para las condiciones existentes en ese momento. Así como las ideas están en constante afluencia, trayendo siempre fuerzas nuevas, de la misma manera los ideales tienen que evolucionar para brindar las correctas pautas que guían al progreso.

La adherencia fanática a ideales doctrinarios y a teologías produce una visión de la verdad limitada y distorsionada. Esto engendra antagonismos y fricciones entre aquellos que sostienen puntos de vista en oposición. La historia no carece de ejemplos que atestiguan esta hostilidad capaz de provocar estallidos de guerra y persecución. El Cristianismo y el Islamismo presentan desdichados ejemplos al respecto. Tal vez los ejemplos de este tipo demuestran más clara y dramáticamente que ningún otro, la forma en que una virtud o su cualidad altruista inherente, tal como la dedicación y la devoción, pueden, al ser llevadas a los extremos, ser peligrosas y destructivas.

Entre los más "altos" espejismos, el espejismo asociado con el *sacrificio* tiene un lugar de privilegio. Habiendo sido de los más ampliamente extendidos en el pasado, reclama aún muchas víctimas que caen bajo sus ardices y que piensan que la más correcta acción es la que exige el mayor sacrificio y la más severa renunciación. Frecuentemente no es así. Muchas madres, por ejemplo, se sacrifican totalmente por sus hijos, restringiendo su propia vida y evolución, sin darse cuenta del daño que hacen con esto a sus propios hijos. Donde una madre dedica una cierta cantitad de tiempo y atención para su propia personalidad y la realización de su verdadero Yo, es capaz de proveer a sus hijos con una más elevada cualidad de amor y una compañía más benéfica que les permitirá una mayor expansión gradual de sus intereses y aspiraciones.

La Posesividad

La posesividad es otro de los espejismos en esta categoría. Sus

aspectos más sutiles son difíciles de reconocer. Mientras sus aspectos obvios residen en la adquisitividad por motivos egoístas que pueden tener sus raíces en el deseo de proteger lo que es querido y preservar lo de valor. Pero si se le permite, la posesividad puede actuar como un pulpo, que enroscando sus tentáculos envuelva no sólo a lo que se quiere poseer sino al posesor.

La sobre protección paterna o entre las parejas es demasiado conocida,pero la posesividad tiene otros aspectos vinculados con la particular estrechez y limitación que también mantiene unificados en un sólo punto a todos los espejismos de este grupo. La posesividad, por tener y mantener, es frecuentemente perseguida por sí misma y no por la utilidad del objeto o su valor en sí. Esto está gráficamente ilustrado por las exorbitantes sumas que los coleccionistas pagan por ciertos objetos, sumas que están totalmente fuera del valor real.

En cuanto a los niveles materiales, la tendencia a la adquisitividad ha servido al desarrollo humano, elevándolo hasta un cierto punto. Ha enseñado al hombre a planificar y acumular el conocimiento técnico que ha hecho del mundo moderno un admirable "taller." Pero este espejismo ha alcanzado ahora exageradas proporciones. Es particularmente dañina la actitud posesiva hacia el dinero, con su tendencia a crecer dentro de una abrumadora pasión que se manifiesta en comportamientos temerarios y hasta criminales. Lo que constituye las rectas relaciones con el dinero crea un difícil y sutil problema. No obstante, una saludable reacción contra las posesiones materiales, se evidencia actualmente, particularmente entre la juventud, muchos de los cuales demuestran muy poco interés por el confort y la seguridad (lo que es una obsesión en la mayoría de los adultos) y ellos muestran un espíritu dispuesto a compartir, muy raro en el pasado.

La posesividad se encuentra tanto en los niveles mentales como físicos y emocionales. La acumulación de conocimientos por el conocimiento mismo puede ser calificado como uno de los "más altos" espejismos; un espejismo que nutre el olvido del precepto que enseña que la acumulación obstruye y que debe ser balanceada por la salida y la entrega.

Obviamente una técnica primaria para la disipación de la posesividad es el cultivo de su opuesto — un espíritu de participación. Pero hay otras técnicas adecuadas para ayudar a

liberarnos de esta forma de centralización. Siempre deberíamos mirar a las "causas" de un espejismo, no sólo a sus formas de expresión. Podremos entonces, ocuparnos de sus raíces en vez de prevenir meramente sus manifestaciones. La mayoría de nuestros espejismos se originan en niveles mucho más profundos que los niveles superficiales de los cuales emergen. Por ejemplo la posesividad tiene su origen en el miedo y la inseguridad.

Sentimiento y Apego

Muchas buenas personas son mantenidas en la esclavitud de un sentimiento que creen es el amor, pero que en realidad es más frecuentemente una reacción emocional de otra índole, la expresión de un deseo. Este sentimiento dirigido a otra persona, es generalmente una mezcla del *deseo* de amar, del anhelo de ser amado y de una ansiedad por hacer algo que evoque este amor. Dirigido a los objetos, puede tomar la forma de nostalgia, de una adhesiva vinculación hacia las cosas del pasado, objetos a los que se asocia con la felicidad pasada pero actualmente innecesarios. Todo lo cual debe ser reemplazado por otros intereses mejor adaptados al presente.

Esta clase de apego es común. Es una fácil vinculación con el pasado, lo conocido, lo ya experimentado, no sólo porque esto da un sentido de seguridad, sino también porque evita el esfuerzo de establecer nuevos contactos, de dirigirse hacia frescas experiencias, y a exponerse a lo desconocido. El *status quo* parece ser un estado de comparativo reposo y seguridad, donde nada nuevo nos es requerido.

Pero esta actitud está en directa oposición al sentido evolutivo del progreso. La necesidad del cambio está ocurriendo constantemente y se ha dicho que todo aquello que constituye nuestro próximo paso evolutivo podría, en este aspecto, ser llamado "espiritual."

Como ya se ha dicho todos estos espejismos son producidos o reforzados por la "protección" que dan contra el personal compromiso y la responsabilidad. Escritores como Hermann Keyserling y Erich Fromm han señalado una curiosa ambivalencia que existe frecuentemente en las personas. Por una parte claman por libertad y son aptos para rebelarse contra cualquier clase de disciplina o restricción, aún cuando sean necesarias o legítimas. Por

otra parte, donde encuentran libertad hacen poco uso de ella, dejándose envolver en peligrosas situaciones, se asustan además y eluden las responsabilidades que acarrea. Esto los hace proclives a buscar el resguardo de alguna autoridad externa, en la forma de un político, un maestro o un líder. Así la tendencia a la adoración personal es reforzada y el espejismo de la devoción fanática fortificada.

El apego a las personas o doctrinas puede ser considerado como una clase de posesividad pero en realidad es una forma de *ser poseído*. El fanático se ha convertido literalmente a la causa que ha abrazado; está esclavizado por ella, emocional y mentalmente y aún físicamente. Ha invalidado su libertad porque piensa sólo en estos términos, cree sólo en su "verdad" ve las cosas en su luz. Esa es la medida de su posesión sobre él.

Servicio

Tenemos ahora el espejismo del "servicio." Se lo encuentra entre aquellos que se consideran "altos" espejismos pero uno de los que nos atrapa en las redes de la sobre-devoción y fanatismo. El servidor dedicado puede ser atrapado en el servicio hasta perder todo sentido de proporción. Convencido que su servicio es la única cosa de importancia subordina toda su vida a él.

Este desequilibrio pasa por alto el hecho de que habría lugar en la vida para *ser*, tanto como para *hacer*. Y ademas se ignora la importancia de otros que merecen oportunidades para "ganar méritos" a la par nuestro. Inmoderado servicio para alguien, mientras posiblemente engendra un fino espíritu de desinterés en nosotros puede muy bien estimular el crecimiento del egoísmo en quien es profusamente servido. Si toda la responsabilidad es sacada de los demás, y nada se les pide, se les quita las pequeñas oportunidades de practicar el desinterés y crecer en estatura espiritual. Sea cual fuere el significado que le dé, el esfuerzo de la madre que se esclaviza por se familia, bajo el impulso de este espejismo, está equivocada, y necesita aprender a crear oportunidades que evoquen el servicio de otros.

Aquellos que reconozcan en sí mismos una tendencia a sobre-enfatizar la virtud del servicio encontrarán útil la técnica de la *recta*

proporción. Todos estos espejismos sobre-intensificados necesitan ser neutralizados por el cultivo de la recta perspectiva y la ampliación de una visión que abarque un más amplio panorama.

Estrecha Visión y Rigidez

Los espejismos de estrecha mentalidad y rigidez no requieren elaboración. Sus efectos restrictivos son obvios. Pero no siempre pueden ser reconocidos y podemos deslizarnos en ellos por diversas razones: porque queremos protegernos firmemente dentro de las murallas protectoras de una cierta línea de pensamiento; por lo que podríamos llamar "agorafobia mental" o miedo de moverse hacia nuevas áreas de pensamiento; por pereza mental o emocional, ignorancia y propia satisfacción, la cual se alimenta por la completa absorción en las propias creencias, convicciones y formas de vida.

Para descubrir tales tendencias en nosotros mismos, recordemos el valor del "divino descontento." Ha sido a través del constante impulso del corazón humano y de las mentes amplias de los investigadores que la humanidad ha encontrado su camino desde la primitiva obscuridad hasta la actual, relativamente avanzada, etapa de desarrollo. Una mente cerrada y una actitud rígida constituyen grandes obstáculos para el progreso propio y el de los démas. Como ha dicho el Profesor Tucci, una autoridad en Budismo Tibetano: "Evitad la dureza de la inflexible seguridad."

El antídoto para esta clase de limitaciones es la "expansión" y ésta puede ser cultivada en varias formas. Los métodos más directos y efectivos para su desarrollo son:

1. *Discriminación* - La habilidad para mirar todas las cosas con claridad, sin prejuicios y con flexibilidad.

2. *Sentido de proporción* (véase Cuaderno II, pag. 10).

3. *Tolerancia* - La capacidad y habilidad (que *puede* ser cultivada para ver todos los aspectos de cada cuestión y el esfuerzo para lograr hasta donde sea posible lo que se llama un "completo punto de vista."

4. *Desapego* - La negativa a ser indebidamente absorbido por ninguna cosa; el cultivo del "Observador desapegado."

Sinceridad y Espejismo

Asociando el ideal de espejismo con sinceridad, no intentamos, naturalmente, la derogación de una cualidad que intrínsicamente se halla entre las más elevadas virtudes, como antítesis de la falsedad,de hacer creer y que es por definición una reflexión o un reflejo de la verdad (o lo que nosotros creemos es la verdad).

La verdad puede ser ahora tan dinámica, tan poderosa de tal efecto que muchas personas experimentan serias dificultades para enfrentarse con ella. Cuando se la proyecta sobre una persona desprevenida, mal dispuesta o ambas cosas a la vez, su acción puede infligir una seria perturbación psicológica. Así la indiscriminada, aún cuando bien intencionada, aplicación de la verdad ("Siempre digo lo que pienso") en situaciones en las cuales no es oportuna ni bienvenida, puede ser calificada como un espejismo, aunque fuere situado entre los "nobles."

Considerando los motivos que están detrás de la expresión "sinceridad" los encontraremos mezclados. Ante todo, para justificar hablando la verdad en todas las ocasiones sobre el ajuste del amor de uno a la verdad, es con frecuencia una racionalización (en sentido psicoanalista). La real razón puede bien ser el ceder indiscriminadamentẽ al impulso de decir la primera cosa que viene a la boca de uno, sobre la base de ser su "verdad" que la da el derecho y hasta le impone el deber de exponerla.

En otras ocasiones el motivo puede depender de motivos menos honrosos. El impulso de criticar a otros, de puntualizar sus falencias, puede parecer oponerse desde una laudable sincera intención a mejorar su carácter. Pero en general esto es atribuíble a un impulso para la propia justificación, mediante la demostración de nuestra superioridad, la exhibición de nuestros dones naturales o el ejercicio de nuestra voluntad de poder.

Aún cuando el motivo sea genuinamente altruista, o sea absolutamente libre de propia gratificación, esta técnica es fundamentalmente errónea. Llamar la atención de alguien sobre sus defectos de carácter levanta automáticamente un mecanismo de defensa en la persona criticada. Por otra parte, esto puede asumir la forma negativa, la contra-crítica o la hostilidad hacia el crítico. Además señalar faltas aunque se lo acepte dócilmente, crea un

sentido de culpa o engendra la propia acusación que puede ser precisamente perjudicial. El arte de aconsejar es muy difícil y sutil, una imprudente sinceridad demuestra no haber penetrado en el esencial estudio de sus problemas.

Seriedad

La excesiva seriedad es el espejismo característico de aquellos que están inclinados, por la intensidad y su enfoque particular a ser conducidos a este sexto grupo de espejismos. La seriedad puede llegar a ser opresiva e inhibitoria si se cierra muy fuertemente sobre nosotros. Puede desarrollarse dentro de un inflexible y solemne estado de ánimo que nos hacer tomar a las personas y a los acontecimientos, circunstancias y aún a nosotros mismos con excesiva seriedad. Aparte de su condicionante influencia sobre nuestra personalidad, tiene un efecto opresivo sobre los demás.

Así mismo, aunque fundamentalmente causada por falta de sentido de proporción, la excesiva seriedad es también debida a un extremado énfasis sobre lo grave y sombrío que ensombrece la apreciación de lo gozoso y esperanzado de la vida. El camino directo para verse libre de este espejismo es cultivar el gozo. El gozo es una cualidad del Yo superior que está siempre disponible para nosotros y que practicándolo podemos canalizar dentro de nuestras personalidades. Por supuesto esto no es siempre fácil pero podemos desarrollar el hábito de mantener una actitud alegre y conducir los asuntos menores de nuestra vida con alegría. La influencia de esta actitud ilumina la atmósfera de quienes nos rodean y de nosotros mismos y ayuda a crear un aura gozosa que bien vale el esfuerzo que pueda costarnos al principio.

La tendencia a ser por demás serio puede ser contra-balanceada por un sentido de deleite por el gozo de las maravillas que nos rodean, por la apreciación de todo lo que es bello. Cuando tal actitud se establece, provee un canal para el profundo gozo del Alma que emerge e irradia. Se ha dicho que la jovialidad es un reflejo en la personalidad del gozo del Alma y también que, ese gozo indica como un termómetro la medida de la infusión de nuestra Alma. Podemos también recorder las palabras citadas en la Sección sobre Gozo en el Cuaderno V del Segundo Año. "Sed alegres" — nos dice un escritor oriental — "pues la alegría permite pasar la luz, y donde hay alegría queda poco lugar para el espejismo y la incomprensión." (p. 20)

Otra cualidad esencial que debe ser cultivada es el *sentido del humor*. Con su tendencia a expandir los puntos de vista y alentar el desapego y hábitos alegres de la mente disipa las tinieblas de la excesiva seriedad como por magia. Reir es uno de los tónicos que la naturaleza ha proporcionado al sistema humano. Su influencia estimulante no sólo da un alivio psicológico, sino que también proporciona descarga de la tensión nerviosa y mental, aceita las ruedas de nuestras relaciones. Además ¡masajea el hígado!

Una forma efectiva de atraer a la mente una cualidad que necesitamos desarrollar es escribirla en grandes letras sobre una tarjeta, que esté colocada donde constantemente atraiga nuestra atención. Esto no sólo servirá para recordarnos la práctica de la cualidad en cuestión, sino que afecta también diretamente el inconsciente. Este método conocido como la *Técnica de Palabras Evocativas*, es el más valioso medio de influenciar el inconsciente, el cual aún sin nuestra atención consciente, registra sus mensajes y responde. La cualidad que deseamos cultivar empieza a tomar forma con creciente definición e intensidad por debajo de los niveles de atención que condicionan nuestras actitudes hacia la vida más allá de lo que podríamos comprender.

PARTE II

LA REALIDAD Y LA DISIPACIÓN DE LOS ESPEJISMOS ASOCIADOS A LA FORMA

Hablando muy ampliamente, los espejismos del séptimo tipo, el último que trataremos son aquellos que están específicamente asociados con los problemas de la forma y la expresión. Están relacionados con los medios por los cuales la vida, o "Espirítu" (empleando esta palabra como un término general), se manifiesta colectiva e individualmente.

El Espejismo de la Forma

Una característica sobresaliente del presente tiempo es la importancia atribuída a todo aquello que está relacionado con la forma en general. Uno de los más ampliamente extendidos ejemplos de esto es la importancia dada al confort del cuerpo físico. Por centurias la estrecha visión dualista religiosa que prevaleció en occidente, alentó una negligencia en su consideración; las prácticas ascéticas aún lo sometía al dolor. Pero a medida que se avanzaba en todos los campos relacionados con la vida humana, tales como la higiene, la química y la atención médica el cuerpo físico fué recibiendo más adecuada atención y respeto.

Ahora el péndulo ha girado hasta el otro extremo y hay una exagerada preocupación por este aspecto de la vida. Se han hecho grandes esfuerzos para promover y presevar el atractivo físico y el vigor, los productos de belleza constituyen una industria mayor y una exorbitante cantidad de dinero, tiempo y energía se gastan para seguir los dictados de la moda. Otro ejemplo de esta sobre-valorización de la forma física y su superioridad es la inexorable competición para crear nuevos records en el mundo de los deportes.

Pero el peor de los espejismos asociados con el apego a la forma es el prevalente miedo y aún horror a la muerte física; hay un casi universal rechazo a aceptar la naturalidad de la muerte y en consecuencia un frenético esfuerzo por prolongar la vida del cuerpo.

Un adecuado reconocimiento debería concederse a todos aquellos que en una verdadera forma heróica han superado graves dificultades físicas para contribuir a los perdurables valores de la vida. Un sobresaliente y casi increíble ejemplo es el de Helen Keller. Ciega y sorda de nacimiento, su determinación la llevó a través de etapas de una educación normal hasta un Doctorado Universitario. Escribió libros, dió conferencias y dirigió una campaña en favor de los incapacitados. Beethoven sobrellevó, lo que ordinariamente podría ser considerada la más grande incapacidad para un compositor, su total sordera en los últimos años, durante los cuales produjo la mayor parte de su serie de sinfonías. Otra figura de no menor relevancia, fué Carlos Darwin. Su debilidad física y nerviosa le permitía trabajar sólo una hora diaria, a despecho de lo cual continuó escribiendo su larga y precursora obra "El Origen de las Especies" y otros trabajos.

En otro terreno Renoir, representante de creadores que han producido importantes trabajos artísticos enfrentados a incapacidades físicas. En los últimos años de su vida siguió pintando a despecho de los dolores intensos que padecía en sus manos a causa de la artritis. Es interesante mencionar aquí a un grupo de artistas que, incapaces de usar sus manos, han aprendido a fuerza de paciencia y entrenamiento, llevar su trabajo a nivel profesional sosteniendo el pincel con sus dientes o con los dedos del pie. Formaron una asociación internacional para publicar y vender sus trabajos — "Pintores sin Manos Ltda." — la cual vende sus pinturas, tarjetas, y un almanaque anual. Tales personas deben ser admiradas, tanto como aquellas que han logrado prominentes éxitos en deportes y campos de atletismo por sus proezas físicas.

La consideración de esto nos permite adquirir una justa y formal actitud hacia el cuerpo, una actitud libre de dependencia de ciertos obstáculos que esclavizan. Así se reconoce como un instrumento útil e indispensable, un "mecanismo" al servicio del ser humano.

La Relación entre el Hombre y la Máquina

La analogía del conductor y el automóvil nos ayudaría a ubicarnos dentro de la perspectiva del amplio problema de la *adecuada relación entre el hombre y la máquina.* La rápida expansión de la máquina ha producido cambios radicales en nuestro modo de vida y las diferentes

actitudes y evaluaciones se han desarrollado en concordancia a los resultados de esta revolución tecnológica a las posiciones extremas.

En un extremo están aquellos que alientan un gran entusiasmo por todos los inventos mecánicos y electrónicos, por la automatización y sistemas cibernéticos, destinados a reemplazar, en el hombre, sus actividades psíquicas.

En el extremo opuesto está lo negativo; esto es una aversión que se va imponiendo por el reconocimiento de los peligros a los que el excesivo uso de la máquina puede conducir. Las personas que sostienen este punto de vista temen que el hombre está siendo subordinado y deshumanizado por la máquina y tal extremo puede conducir a su total rechazo.

Un ejemplo de esto es el total repudio de Thoreau de tener nada que ver con la mecánica en cualquiera de sus formas, pero especialmente con la restrictiva y opresiva rutina de Nueva Inglaterra en cuanto a su vida social. Se retiró para llevar una existencia solitaria y construyó él mismo una cabaña primitiva en el bosque cerca de un lago. Relató sus ideas y experiencias en su libro, *Walden*. Es valioso leerlo por su nivel moral e intelectual, aún cuando su posición anti-social no sea compartida por el lector.

Otro ejemplo es el de Gandhi que trató de inducir a los hindúes a abstenerse del empleo de las máquinas. En general abogaba por el reemplazo de los mecanizados telares por el antiguo método de tejido a mano, tradicional en India. Su esfuerzo fracasó porque no se vuelve al pasado. En efecto su gran discípulo y admirador, el Pandit Nehru, se vió forzado no sólo a abandonar el intento, sino también a comprobar que el desarrollo industrial de la India debió ser activamente alentado. El noble error de Gandhi nos da una prueba de que las buenas intenciones y las elevadas motivaciones inspiradas por los principios espirituales no son suficientes para tomar decisiones que sean a la vez correctas y exitosas.

Tales decisiones requieren tener constante conciencia no sólo de los motivos, sino también de las *condiciones* tal cual en realidad son, y por tanto de las *actuales posibilidades* de ejecución de la decisión proyectada. Esto se aplica a todos los que adoptan una actitud de total repudio a la civilización moderna, ya sea que ellos sean intelectuales como Guénon o los rebeldes entre la gente joven de la actualidad. Su justificada ansiedad por cambios radicales los incita a

intentar destruir todo sin una idea clara sobre metas y programas de reconstrucción.

Volviendo al problema específico del hombre versus la máquina, y dejando de lado las posiciones extremas de *pro* y *contra*, la cuestión fundamental es *estableciendo rectas relaciones humanas y proporciones entre el fin y los medios.* Los medios internos y psicológicos y externos y prácticos, deben ser aceptados y apreciados. Pero nosotros debemos elegir sólo aquellos medios más adecuados y que rinden el mejor beneficio de retorno para nuestros esfuerzos. Al mismo tiempo, necesitamos ejercer constantemente vigilancia y con una fuerte y alerta voluntad asegurarnos que nuestras metas sean protegidas de ser distorsionados por los *medios* que hemos elegido para su realización.

Al respecto, la analogía del conductor del automóvil es iluminadora. El correcto empleo del automóvil es para considerarlo como un medio de llegar rápida y confortablemente a donde se quiere ir, sea al trabajo o a la diversión. La pasión por la velocidad y el simbólico status de "mayor y mejor" en cuanto a automóviles, no tiene relación con esto. Todas la máquinas pueden ser explotadas por motivos y propósitos que van desde lo altruista a lo criminal. Una cinta grabadora puede ser empleada para música selecta, eficiencia comercial, comunicaciones comerciales o chantaje.

Es el hombre y no la máquina que representa el problema. Hay máquinas cuya utilitaria simplicidad obvia los abusos, tales como el lavador que libra a las amas de casa de penosas tareas y ahorra tiempo. Hay otras como la computadora, que ayuda al hombre en sus actividades. Pero no esperaríamos reemplazar al hombre en lo que ellas no son capaces de hacer.

Norberto Wiener, uno de los creadores de la cibernética, ha dado un significativo alerta sobre esto. "Que el cielo nos ayude" — dice — "si permitimos a la máquina tomar decisiones y guiarnos sin antes haber examinado las leyes que gobiernan su operación y haber indagado con certeza si los principios de su comportamiento son aceptables." Se puede agregar que la máquina no tiene y no puede tener un sentido de responsabilidad o voluntad autónoma.

Los Espejismos de Organización y Orden

Esos problemas ampliamente presentes en la sociedad moderna, en los cuales el bienestar de inmensa cantidad de personas que pueblan nuestras ciudades, es excesivamente dependiente del manejo de las gigantescas industrias y organizaciones de toda clase, requeridas para manejar sus necesidades. Estas complejas condiciones han creado una tendencia creciente hacia la organización y regimentación de la vida de los pueblos, tanto en el aspecto individual como a nivel de las masas. Mientras esto ha contribuído al progreso de la sociedad en una cierta medida, la economía y otras presiones están forzando y sobre-enfatizando este control, lo cual da como resultado que la vida actual va entrando de más en más a ser sumergida en espejismo de la burocracia, datos estadísticos, tecnología y el eficiente funcionamiento de la maquinaria de organización.

En todo esto el elemento humano, la necesidad individual, es apta para ser dominada y subestimada. La organización se convierte en la "realidad," mientras que su verdadera función — el suplir las necesidades humanas — recibe escasa consideración. Esta inversión de propósitos representa un espejismo que es el más peligroso por ser de naturaleza colectiva. Muchos lo advierten y sufren por esto, pero las dificultades presentadas a cada uno para controlarlo, reducen generalmente a cada uno de ellos a un sentimiento de impotencia. Y aún conocidos los efectos de estas tendencias, irán más lejos para neutralizar su poder para influirnos psicológicamente sin nuestro conocimiento. Nosotros podemos también cuidarnos de la tentación de rendirnos a la sobre-organización en nuestras vidas.

Uno de los peligros que aparecen, es el riesgo de sacrificar los derechos individuales y la integridad individual. Esto hace mayor el problema del conflicto entre lo que es bueno para el todo y lo que favorece a lo individual, un problema que excede la organización y no contribuye a la solución. Otro peligro es que un individuo es apto para asumir el poder de la organización a la cual él pertenece, tomar su autoridad e identificarse con su maquinaria. En tal terreno el espejismo del poder y del status prospera; con una organización detrás de sí, una persona de pequeño significado puede adquirir un sentimiento de importancia, desde que su rol tiene representatividad que le da títulos como para hablar en su nombre. Lamentablemente tales personas fracasan y en vez de representar su verdadero propósito y bajo la excusa de su autoridad, dan libre paso a sus propios deseos, opiniones o tendencias para dominar y controlar.

¡La burocracia es un terreno realmente fértil para criar estos pequeños dictadores! Alternativamente, la estructura de una gran organización es apta para alentar a sus miembros a ampararse dentro de ella y ocultarse tras su imponente maquinaria hasta que sus propias individualidades e iniciativas quedan atrofiadas. Si esto provee un sentimiento de seguridad, trae también consigo el crecimiento de espejismos de tipo negativo y puede conducir a la frustración y depresión.

El verdadero poder de los grandes intereses y de las "formas de pensamiento" grupales construyen tendencias muy difíciles de resistir. Tal situación es responsable de una organización social cuya característica se ha dado en llamar "la cultura de la máquina." Pero no podríamos aceptar dócilmente la noción de que en ello esté implicita la destrucción de la individualidad y la destrucción de toda iniciativa.

La organización, la máquina nuevamente reforzadas, por pensamientos computarizados y planificados, el orden y el sistema pueden y deben tener su lugar y deben ser mantenidos como nuestros sirvientes y no como dueños de nuestro destino. La standarización y el conformismo del pensamiento, actitud y acción imponen variados grados de sumisión al espíritu humano. Pero esta amenaza puede ser contrarrestada: el poder del espíritu es nuestra salvaguardia.... La standarización no necesita más que un conjunto de expedientes que capaciten a la humanidad para hacer más eficiente el empleo de sus recursos y dar mayor alcance a su poder creador. Como dice Frank Lloyd Wright citado recientemente en el Correo de la UNESCO:

> "Que nosotros podamos ser fascinados por la negación aportada por la máquina puede ser inevitable por un cierto tiempo. Pero quiero imaginar esta nueva negación sólo como una plataforma, para lograr un mayor esplendor que cualquiera conocido por los griegos, romanos, godos o sarracenos. Conoceríamos una vida al lado de la cual la vida que ellos conocieron no sólo parecería limitada en escala y amplitud, sino también pálida en riqueza de color, imaginación, e integridad de espíritu."

Mientras lo que se ha dicho sobre los espejismos de este tipo ha sido aplicado colectivamente en lo principal, los individuos son igualmente suceptibles a ellos. Muchas personas tienen una excesiva

necesidad de organizar otras vidas, las vidas de otras personas, además a las suyas propias. El espejismo del orden se presenta muy frecuentemente; sus víctimas están más interesadas en el logro de un neto y prolijo resultado que en el *propósito* de aquello que están haciendo. Aunque este espejismo aparezca simple e inofensivo, puede no obstante tener el efecto de diversificar y gastar energías y tiempo, sino también de implantar el hábito de conceder indebida atención a la forma y al aspecto material de la vida. Estos aspectos son sobre-enfatizados, sobre-estimados en detrimento del propósito, del significado y del aspecto más cualitativo y espiritual. El comienzo de este espejismo es a la vez sutil y acumulativo y necesita ser eliminado. El sentido de orden puede entonces ser relegado a su preciso lugar como un instrumento que produce gran habilidad en la acción y eficiencia.

Ceremonia y Ritual, Magia y Símbolos

Hay otro tipo de espejismo a los cuales las personas de esta índole son frecuentemente adictas: la fascinación de la ceremonia y el ritual. Aquí nuevamente la forma puede sobre-enfatizarse, resultando en el desinterés en su significado y propósito. El amor del ritual en el cual se está tomando parte se transforma en ese caso en una mera experiencia emocional; considerando que una ceremonia o ritual debería constituir la expresión o símbolo de una realidad mucho mayor que el mismo. Su función es ofrecer un canal para que las energías espirituales evocadas pueden penetrar la conciencia de los presentes, anclarse y expresarse objetivamente.

Todas las grandes religiones han hecho uso de prácticas rituales, y las formas de ritual en líneas generales van desde la simple oración y adoración hasta los pervertidos y horrorosos sacrificios de criaturas vivas; un rito que viene de remotos tiempos, y todavía practicado en algunos lugares.

Hay una estrecha vinculación entre esto y el espejismo inherente en todo aquello que es "secreto," en la magia y los símbolos. Dependiendo de nuestra concepción y empleo de los símbolos, ellos sirven ya para clarificar la naturaleza de la realidad o para velarlos y obscurecerlos. Tomado por lo que realmente es, sólo como una imagen, un indicador, un símbolo es útil para tender la construcción de un puente en nuestra comprensión. Pero si cometemos el error de

confundir esto con la realidad, quedándonos ligados al símbolo mismo, es un generador de espejismo; y el espejismo enmascara la realidad, obstaculiza nuestro discernimiento detrás del símbolo, y consecuentemente oculta sus propósitos.

El interés común en la magia y en sus diversas apariencias es conductor de un espejismo de una particular peligrosidad. La aplicación de energías subjetivas en lo que se conoce como magia negra, practicada con fines materiales, es una grosera perversión de las energías de vida las que, pueden cuando son empleadas para propósitos espirituales transmutar, iluminar y redimir. Por tanto es muy imprudente burlarse de los poderes subjetivos que subyacen en toda vida visible. Son un sagrado cargo. Afortunadamente el hecho de que las personas estén ampliamente inconscientes de su existencia, los previene sobre su empleo en gran dimensión. No obstante todos los que despiertan a ellos y llegan a interesarse, ejercen extrema precaución en su aproximación a ellos. Purificación de motivos es la contraseña, y eliminación de todo egoismo la gran salvaguarda.

Espejismo de lo Viejo y de lo Nuevo

La importancia y prevalencia de dos espejismos adicionales asegura su consideración antes de que cerremos nuestro estudio. Diametralmente opuestos el uno del otro, ellos son el *espejismo del pasado* y el *espejismo de lo nuevo.* Actualmente ambos son una constante fuente de conflicto frecuentemente exacerbado por la violencia, en todos los niveles y en todos los terrenos. El innegable valor inherente a las mejores tradiciones del pasado es un fuerte argumento para su apreciación y la preservación de lo que hay de bueno en ellos. Al mismo tiempo la marcha de los acontecimientos es inevitablemente introducida en lo nuevo,mucho de lo cual representa un genuino avance.

Puede decirse imparcialmente que ninguna de esas condiciones es *en si* necesariamente causa de espejismo. El espejismo se introduce cuando las personas van a los extremos y adoptan una unilateral o exclusiva actitud en el sostén de una y otra posición, cuando la actitud es reforzada por uno y otra adherencia al pasado — algunas veces en sus peores aspectos — en un caso, o por indiscriminada infatuación con lo que es nuevo en el otro. Observemos minuciosamente esos elementos explosivos.

Primero el espejismo del pasado. Sus orígenes profundamente enraizados en hábitos y rutinas de larga data, en apego emocional y en observancia tradicional, sirve a los intereses creados por la autoridad, por rechazo de lo nuevo con sus peligros e inseguridad. Recordemos que la idea de forma no está limitada a lo material. Mientras formas como objetos, instituciones, hábitos y así sucesivamente son reconocibles; tales sentimientos, ideas e ideologías, en niveles emocionales y mentales respectivamente, son igualmente *formas*. Y son frecuentemente intransigentes. Si son obsesivas, penetrando todo, ellas se aferran, pero deben morir como todas las formas que sobreviven a su período de utilidad.

El problema aquí, es la dificil discriminación entre lo viable y de valor y las viejas formas que están fuera de actualidad y deben ser reemplazadas, y descartadas. La solución es preservar la esencia viviente, la eterna verdad y los rectos valores pertenecientes a las viejas formas, desechando los elementos que en ellas están obsoletos. Esto también puede ser aplicado con el mismo criterio a lo nuevo, preguntándose. ¿Es ésta, su novedad, la que arroja sus encantadores hechizos sobre nosotros, o es que realmente provee un canal para una cualidad o energía que está faltando? La nueva energía entrante tiende al principio, a ser expresada en bárbaras, exageradas y violentas formas. El principio de cada era ha dado testimonio de este fenómeno y la era presente no es una excepción. El hecho es que las formas para expresar las nuevas energías constructivamente, no están todavía utilizables. Su desarrollo necesita aún ser gradual. Mientras tanto los tiempos estan tristemente desarmonizados. Pero estas inquietantes condiciones son temporarias, y nosotros seríamos inteligentes no concediéndoles demasiada importancia y no permitiéndoles que nos horroricen.

La respuesta aquí es la oposición del espejismo que se adhiere a las costumbres y tradiciones del pasado. Debemos apresurarnos a construir una nueva forma equivalente destinada a la tarea de contener y expresar correctamente las nuevas energías. Tal como están las cosas en la actualidad sólo pueden intentarse esfuerzos en esa dirección como prueba y error — y en su mayor parte por error! Pero la vida está ahí apremiando por manifestarse y no puede ser negada ni detenida. Requiere nuestra colaboración y las mejores formas que podamos idear para su aparición.

Y así el remedio para estos dos espejismos depende en gran medida de la *correcta* actitud que nosotros tenemos en este período

intermedio. De cualquier manera, por incómoda que sea esta época en algunos aspectos, conducirá, eventualmente, a una nueva y mejor forma de civilización y cultura y al empleo de nuevas y maravillosas energías. El sello de esta correcta actitud puede ser expresado en una breve y gran palabra: *Sabiduría.* A través de la luz y el discernimiento puede la sabiduría establecer un balance que elimina los peores aspectos y la mayoría de los espejismos en nosotros mismos, en los grupos sociales a que pertenecemos y en la humanidad en general. No es posible tratar en una forma específica las infinitas posibilidades de ejercer la sabiduría que existe en todos los terrenos, pero recomendaremos una regla general para su explicación. Esta consiste en (1) reconocimiento de que es todavía valioso el pasado y que merece ser conservado, desentrañando esto de las formas anticuadas que lo aprisionan; y en (2) estar alerta para las promesas inherentes a las energías entrantes y tratar de ordenar sus potencialidades para construir un mundo más digno capaz de expresar sus valores.

PARTE III
TÉCNICAS

La Técnica de la Indiferencia

Es esta una técnica muy efectiva para lograr la libertad de todo tipo y aspectos de la ilusión, y especialmente de los espejismos a los que la mayoría estamos sujetos, o en los que estamos inmersos, en la mayor parte del tiempo.

Por la eliminación gradual de nuestras reacciones emocionales internas y externas que nos condicionan y afectan, se establecerá la libertad interior y se creará eficiencia en la acción. El principal requerimiento es la des-identificación de la afluencia de elementos psicológicos (pensamientos — imagenes — deseos — estímulos — emociones) y las sensaciones físicas que, ocupando normalmente el campo de la conciencia, mantienen cautiva nuestra atención. La des-identificación implica la asunción y mantenimiento de la actitud interna del Observador; en otras palabras, el logro del *conocimiento-propio*, i.e. el conocimiento de Aquel que dentro de nosotros, subyace permanente e inmutable detrás o sobre, la infinita variedad de estados psicológicos.

La actitud del Observador es de especial importancia. Se adquiere por el ejercicio de la *Des-identificación* y de la *Identificación* (descripta en el Tercer Cuaderno del Segundo Año y del Segundo Cuaderno del Tercer Año).

Otra técnica efectiva es la que hemos calificado como "El Sentido de Proporción." Su propósito es doble: aplicada al tiempo (Recta Proporción en el Tiempo) revela la poca importancia de la fugacidad del momento dentro del cual afluye el tiempo como expresión en la succesión de los ciclos: días, meses, años, décadas, centurias, milenios y el arrollador pasar de los amplios ciclos cósmicos. La amplitud de estos campos visuales produce una viviente comprensión de la relativa insignificancia, del contínuo deslizarse del "presente" y así se debilita su poder de absorbernos.

Un camino sencillo para realizar esta técnica es tratar de recordar lo que hemos sentido, digamos, el mismo día, uno o dos años antes. Si, como es probable,lo hemos olvidado, esto nos ayudará a comprender la carencia de importancia de lo que estábamos experimentando en esos momentos, ya sea en lo emocional o en lo físico. Hay una historia, sobre un rey de la India, que ilustra esta idea: El Rey llamó al joyero de la corte y le pidió que grabara en el anillo que usaba constantemente un lema que lo ayudaría a mantener un espíritu desapasionado en los buenos y malos tiempos. El joyero inscribió dos palabras, "Esto Pasará."

Le segunda aplicación de esta técnica se relaciona con el espacio (Recta Proporción en Espacio). La astronomía moderna nos habla de la inconcebible extensión del cosmos *conocido*, que contiene más de mil millones de galaxias, cada una de ellas compuesta por miles de millones de soles. Contra esta insondable circunstancia, la mezquindad y vanidad de nuestro sentido egocéntrico de propio valor, nuestras pretensiones y personales incumbencias disminuyen a un punto tal de insignificancia que sirve para liberarnos de la esclavitud que ellas nos imponen. Aquí podemos adoptar con provecho la práctica de Teodoro Roosevelt que contemplaba el cielo en la noche a fin de "cultivar un mejor sentido de las proporciones." (Cuaderno II, p. 14)

La preparación anterior facilitará la aplicación de medios psicológicos más especificos para el logro de la indiferencia. Entre ellos el primero y básico es la aspiración de eliminar la rebelión contra las condiciones desagradables e indeseables. El paso inicial en esta dirección impone su *aceptación*, como condición *preliminar* para el desarrollo de la clara visión, para tratar con ellos por medio de una adecuada acción. Esto rompe la "reacción emocional sucesiva" o "círculo vicioso" que frecuentemente refuerza nuestros espejismos. Un ejemplo de tal reacción es el proceso por el cual el conocimiento de sentimientos de depresión aumentan la depresión, la cual crea a su turno nuevas depresiones y así sucesivamente. La misma clase de círculo vicioso actúa en el caso del miedo. Igualmente el sentimiento de ira hacia otro alimenta la cólera hacia nosotros por reacción y etc. Las reacciones emocionales de esta índole pueden generar círculos viciosos combinados; la ira puede crear miedo de ser conducido a la violencia; el miedo puede causar profundas depresiones, etc.

La clave para quebrar el ímpetu de tales reacciones sucesivas, se encuentra en la *aceptación* de la reacción emocional original. Aceptación significa reconocimiento de la "normalidad" de tales reacciones al nivel ordinario de la existencia humana, y no debemos ser sorprendidos ni desmayar ante ellos. Como respuesta "automática" de nuestra naturaleza emocional, esas reacciones deben ser observadas serenamente.

Por supuesto, la aceptación no es suficiente. Es sólo el primero, aunque necesario, paso. El segundo consiste en tomar conciencia y afirmar la *desidentificación* de la emoción en cuestión. El acto mismo de aceptarla implica alguna medida de desidentificación una distinción entre el Yo aceptante, el uno mismo, y la emoción experimentada. El paso subsiguiente es el reconocimiento del poder que poseemos de decidir lo que es la recta actitud a adoptarse hacia la emoción provocada por el evento o situación. En otras palabras: ¿Qué podemos deducir de esto? ¿Qué podemos sacar de esto? ¿Qué significado podemos asignarle a esto?

El acontecimiento o situación puede interpretarse como trasmitiendo un *mensaje*, un *cambio* para ser alcanzado, o una oportunidad para ser lograda. Mediante la adopción de esta actitud positiva, cambiamos actualmente, o transformamos una situación que es una *relación*, entre la oportunidad externa y nosotros mismos. De acuerdo a nuestra evaluación, de esto, podemos tomarlo como una saludable advertencia, una advertencia para elevar las energías latentes, una oportunidad para ejercitar la voluntad, un llamado a la acción. Muchos ejemplos de tales "señales" vienen a la mente, siendo la más común el dolor. Podemos reaccionar a esto con la irritación, la depresión, la auto-conmiseración, y tener el inmediato recurso de un paliativo, o podemos sacar provecho de esto descubriendo las causas y entonces tomando los adecuados recursos para eliminarlas.

Una reacción que produce situaciones con la cual la mayoría de nosotros está familiarizado, en uno y otro momento, se presenta cuando somos el objeto de críticas y hostilidades de parte de otros. En vez de dar paso a la reacción de cólera o enojo normales, la depresión o el empleo de algún mecanismo de defensa, podemos decidir buscar la causa de la crítica o del ataque al que hemos estado sujetos.

Un camino efectivo para controlar la sensibilidad a la crítica es la aceptación del hecho de que esta no puede ser evitada sea cual fuere

nuestro comportamiento. Frecuentemente una sincera aceptación de nuestra parte de la situación revela que ha sido ***nuestra*** actitud o comportamiento hacia el crítico y oponente lo que ha despertado su hostilidad. Este reconocimiento puede ayudarnos a modificar tal "provocativa" actitud y conducta, y eliminar esas causas en nosotros mismos.

La utilidad de críticos o "enemigos" ha sido puntualizado por varios escritores:

Confucio: "Yo soy realmente afortunado. Cada vez que cometo un error los otros siempre lo descubren."

Plauto: "Las personas sabias aprenden muchas cosas de sus enemigos."

George Sand: "Un hombre inteligente siempre aprovecha en alguna medida lo que de él se dice."

Inayat Khan: "Mis amigos me envían dulcemente a dormir, pero mis enemigos me mantienen despierto."

F. Schiller: "Mi amigo es querido por mí, pero también mi enemigo me es útil: el primero me muestra la que puedo ser, el segundo lo que debería hacer."

Un extrema expresión paradójica es el dicho Indio: "Un enemigo es tan útil como un Buda!"

En otro aspecto es aconsejable adoptar una actitud de indiferencia y aún de cautela al ser alabado y popular. G. Dupre advierte:

"El elogio es como un perfume, agradable de oler; pero está bien aceptarlo con discreción, porque sube a la cabeza, intoxicándonos hasta confundiéndonos algunas veces. Es prudente mantener las flores de fuerte perfume fuera de la habitación."

Otra consideración que puede ayudarnos en gran medida, a asumir una actitud de ecuanimidad hacia los acontecimientos, es el reconocimiento del hecho de que frecuentemente las subsiguientes consecuencias de un acontecimiento, demuestran ser, tarde o

temprano variables y aún opuestas, a las que presenta en su primera instancia. Esto es así muy bien ilustrado por una anécdota citada por Lin Yutang en su libro *La Importancia de Vivir:*

> "El gran filósofo Taoista Liehtse presentó la famosa parábola del "Viejo Hombre del Fuerte":
>
> Un Viejo Hombre estaba viviendo con su hijo en una fortaleza abandonada en la cumbre de una montaña, y un día perdió su caballo. Los vecinos vinieron a expresarle su conmiseración en esta triste circunstancia y el Viejo Hombre les preguntó: "¿Cómo saben ustedes que esto es mala suerte?" Pocos días más tarde, su caballo volvió con varios caballos salvajes, y sus vecinos vinieron de nuevo a congratularlo por su buena fortuna, y el Viejo Hombre respondió, "¿Cómo saben ustedes que ésta es buena suerte?" Con tantos caballos a su alrededor su hijo empezó a cabalgar y un día se rompió una pierna. Nuevamente los vecinos vinieron a expresarle su conmiseración, y el Viejo Hombre replicó, "¿Cómo saben que ésta es mala suerte?" El próximo año estalló una guerra, y porque el hijo del Viejo Hombre estaba lisiado no tuvo que ir al frente." (Lin Yutang, *La Importancia de Vivir.*

La "indiferencia" cultivada en todos estos aspectos no debe ser confundida como una cosa negativa. No es insensibilidad o falta de sentimientos; es fuente de una gozosa comprobación de nuesta libertad *interior*, de nuestra independencia *interior* de las personas y de los acontecimientos. Esto confiere además dos preciosos dones: un claro *reconocimiento de la realidad* y la *capacidad para la acción efectiva.* Por la eliminación de los espejismos creados por la imperfecta reacción emocionales se permite que la pura luz de la verdad ilumine nuestra conciencia. Esto previene también que la energía de la voluntad nos encuentre listos para la acción sin desviarse o debilitarse por su paso a través de los niveles emocionales, y así dar libre campo de acción a nuestra capacidad para actividades constructivas.

Por tanto tenemos excelentes razones para entrenarnos en la *Técnica de la Indiferencia*, y hacer buen uso de ella.

La Técnica de la Presencia

En el Primer Cuaderno del Tercer Año el *Reconocimiento de la Realidad*, el cuál es su objetivo central, requiere a la vez disipar la ilusión y la disipación del espejismo. Hasta ahora hemos tratado especialmente con este último, porque los espejismos están más ampliamente difundidos que la ilusiones, debido a la prevalente polarización emocional de la humanidad, y porque, sin haber disipado en alguna medida los espejismos que nos acosan,es sumamente difícil dispersar efectivamente la ilusión.

La dispersión de la ilusión es un amplio objetivo, y no podemos tratarlo con amplitud en este Curso,pero la *Técnica de la Presencia*, que vamos a describir, es un medio efectivo de liberarnos de ambos: ilusión y espejismo, siendo, como hemos dicho, el más directo procedimiento para el reconocimiento de la Realidad (Cuaderno I, p. 6). Recordemos que, mientras la ilusión, cuyo carácter es mental,es distinta del espejismo que pertenece al dominio de la emoción; todavía no separados en el ser humano, desde que existe una íntima y constante interacción entre la mente y las emociones. La ilusión, cuando despierta sentimientos y emociones, como frecuentemente ocurre, es por sí misma una fuente de espejismos; los espejismos interceptan, por así decirlo, el color, y la recepción de la mente.

El reconocimiento de la "Presencia," puede ser alcanzado en varios caminos y diferentes grados, o etapas. Esencialmente es la comprobación de la Vida Universal, o Realidad, penetrando ambos el mundo externo y a cada ser humano. En términos filosóficos puede designárselo la *Inmanencia* o *Manifestación* de la Realidad, lo cual en esencia es la *Transcendencia*; en términos religiosos se lo ha designado *Omnipresencia* de Dios.

La clave para alcanzar la primera etapa de esta realización nos la provee la evidencia científica de la íntima interdependencia e interacción de todas las partes del universo, demostrando que éste es una Unidad orgánica o una Totalidad. En este aspecto, recientes descubrimientos astronómicos revelan la existencia de incontables galaxias, formando grupos gigantescos y rotando a enormes velocidades. El hecho de esas radiaciones emanando desde fuentes de inconmensurable intensidad situadas a vasta distancia chocando sobre nuestro planeta da un vívido y hasta dramático, sentido de Totalidad.

Pero la unidad del universo visible puede ser y realmente es, sólo la manifestación, o reflejo, de una unidad subsistente en el espacio interior de los mundos subjetivos. La llave necesaria aquí es otra facultad, la *intuición*. Como su etimología lo indica, la intuición es una vista interna directa, un "ver por dentro," una aprehensión directa de la realidad. Esto capacita a su poseedor para "ver" la "Presencia" de la Realidad universal en todas sus formas de manifestación y en todas los diferenciados seres o entidades. El acto de "ver" es una maravillosa experiencia, la cual, aunque inefable en su esencia, ha sido descripta por algunos de aquellos que la han experimentado en términos que dan una vívida imagen de la maravilla que han sentido.

Una de las más impresionantes de esas descripciones es la que se encuentra en el Undécimo Capítulo del Bhagavad Gita, donde Krishna, el símbolo y encarnación del Supremo,accede a la súplica de Arjuna. Habiendo abierto el "ojo interno" de Arjuna, El revela a Arjuna Su divina apariencia en las incontables formas. "Oh Partha (Arjuna)! Mira detrás de Mis centenares y millares de formas divinas, de diversos colores y figuras." (v. 5) "Mira hoy el universo entero, móvil e inmóvil.... todo unificado en Mi Cuerpo." (v. 7) Habiendo hablado así.... el Gran Señor del Yoga reveló a Partha Su Suprema y Divina Forma. (v. 9) "Si la refulgencia de mil soles apareciera simultáneamente en el cielo, eso podría asemejarse al esplendor de tan exaltado Ser." (v. 12)

Pero la Divina Presencia en la totalidad del universo es sólo un aspecto del Supremo Quien permanece en Su esencial Ser, transcendente y sin envolvimiento, libre y omnipresente en Su manifestación, dentro del tiempo y el espacio. En el Noveno Libro (del Gita) Radhakrishnan dice en iluminado comentario:

> "El Gita no niega que el mundo existe a través de Dios, y tiene a Dios detrás arriba y adelante. El mundo existe a través de El, que sin el mundo todavía sería no menos que lo que El es. En contraste a Dios, el mundo no posee su específica existencia por sí mismo. El mundo tiene por lo tanto existencia limitada, no absoluta."

El Maestro no se inclina por el panteísmo que sostiene que todas las cosas son Dios, sino por el panteísmo que denota que todas las cosas subsisten en Dios. El proceso cósmico no es una completa

manifestación del Absoluto. Ningún proceso finito puede final y totalmente expresar al Absoluto, aunque este mundo sea una viviente manifestación de Dios." (El Bhagavad Gita, por Radhakrishnan)

La síntesis de transcendencia e inmanencia es llamada el "Secreto Supremo" por Aurobindo, que lo expresa en la siguiente forma:

> "Este misterio de nuesto ser implica necesariamente un supremo misterio similar de 'Purushottama rahasyan uttaman'. No es una exclusiva impersonalidad del Absoluto que es el más elevado secreto. Este elevadísimo secreto es el milagro de una Suprema Persona, aparentemente una Impersonalidad que son uno, un Ser inmutable y transcendente; un Espíritu que se manifiesta a sí mismo aquí y en toda fundación de Cosmos, como una infinita y múltiple personalidad actuando en todas partes — un Ser o Espíritu revelado para nuestra última, más íntima y profunda experiencia, como un ilimitable Ser que nos acepta y toma para El; no dentro de una confusa indefinida existencia sino más positiva profunda y maravillosamente dentro de Sí mismo en todas las formas de Su y de nuestra consciente existencia. Esta elevadísima esperiencia y esta amplia forma de visión abre un profundo, conmovedor e infinito significado para nuestra naturaleza, nuestro conocimiento voluntad, amor y adoración. No es la austeridad del conocimiento por sí misma la que nos puede ayudar; hay un lugar, un infinito lugar para el amor del corazón, y la aspiración iluminada y elevada por el conocimiento, con mayor claridad mística, un mayor conocimiento tranquilamente apasionado. Es mediante la perpetua íntima unificación de nuestro corazón consciente, mente consciente, conciencia total, 'Satatam maccittah', que alcanzamos la más amplia, profunda, la más integral experiencia de nuestra unidad con lo Eterno...."
>
> (*El Secreto Supremo*, por Aurobindo)

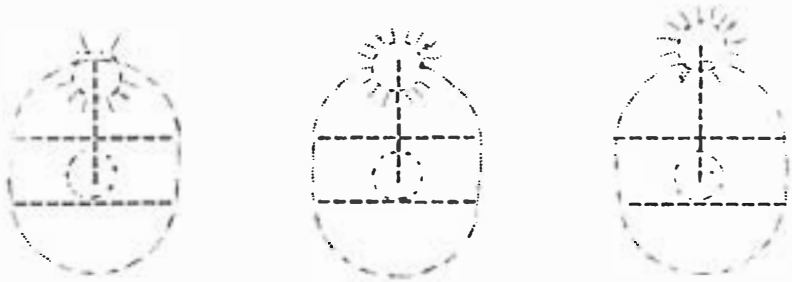
En el occidente la Presencia ha sido principalmente definida en estrecha relación entre Dios y el alma donde no falta la descripción de omnipresencia en sentido universal. Plotino afirma "Dios no es externo para nadie pero está presente en todas las cosas aunque ellas lo ignoren." (*Eneadas*, VI, 9) En una colección de dichos atribuídos a Jesús encontramos el siguiente: "Levanta una piedra y Me

encontrarás a mí, clava la madera y Yo estaré ahí." La más concisa y al mismo tiempo inclusiva expresión de unidad interna entre Dios y el hombre la da San Pablo en su testimonio: "En El vivimos, nos movemos y tenemos nuestro ser." (*Los Hechos de los Apóstoles*, XVII, 28)

Evelyn Underhill ha tratado este tema ampliamente en muy lúcida y comprensiva forma en su clásico "*Misticismo*." Ella de un muy valioso aporte de citas de los místicos cristianos, algunos de ellos poetas, como Dante. Recomendamos su cuidadoso estudio, particularmente el capítulo sobre el "Camino Iluminado" y la "Vida Una," en la cual la autora conduce a una sutil distinción entre los varios niveles de la evidencia de la Presencia. Hay seis etapas a grados de esta comprobación:

1. Iluminación.
2. Contacto.
3. Fusión temporaria parcial.
4. Fusión.
5. Identificación.
6. Vida Una — Unidad de la Vida.

Dentro de ciertos límites esas etapas están representadas por la diferentes posiciones de la estrella en el diagrama aparecido en el Cuaderno III de Segundo Año, y se dan de nuevo acá:



I II III

La relación entre lo individual transpersonal, o Yo espiritual, con la Realidad Universal existente fuere del "óvalo" aquí diseñado. En la primera etapa la estrella colocada completamente dentro del óvalo, con lo cual se expresa la prevalencia del aspecto individual dentro de la conciencia. En la segunda etapa se nuestra la posición en la cual el sujeto está casi igualmente enterado del aspecto individual universal. En la tercera etapa (que representa un exaltado y universal nivel de experiencia,llamado éxtasis, samadi, etc.) la comprobación del aspecto universal es anonadante. Luminosas descripciones dadas por Santa Teresa y otros son citados por la autora de *Misticismo*. Naturalmente estas etapas no son fjas ni estáticas.

La experimentación de la Presencia es a la vez el objetivo y el logro final, de toda acción interior lo cual es meditación en su más amplio sentido. Esto es especialmente verdad con respecto a sus fases de silencio receptivo y contemplación. La Revelación de la Presencia puede también llegarnos a través de una exaltada comprensión de la belleza de la naturaleza, sus propósitos y la maravillosa inteligencia evidenciada por el proceso de creación, crecimiento de todas las formas vivientes.

La Presencia dentro del hombre, la comprobación de que él es un alma viviente ("El Cristo en ti"), es afirmado y mantenido vívido en la conciencia por el hermoso saludo Indio, "Namaskara" (Rindo homenaje a la divinidad en usted).

Los *efectos* de la experimentación de la Presencia de Dios pueden variar grandemente, de acuerdo al grado de realización, la constitución psicológica del individuo, y la cultura dentro de la cual se halla ubicado. Sobre el aspecto cognoscitivo toma la forma clarividencia, revelaciones, significado y propósito; en el domino del sentimiento, un sentido de intenso gozo, maravilla, gratitud, *amor* y dedicación. En el terreno de la actividad inducen sometimiento de la voluntad personal, su unificación con lo que es interpretado como la Voluntad de Dios y con su interpretación en la expresión "Hágase Tu Voluntad."

PARTE IV

EL PRINCIPIO DE LA DIVINIDAD ESENCIAL

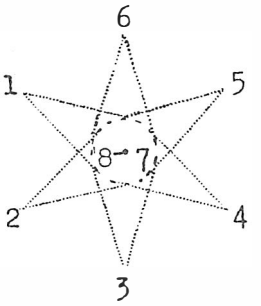
El principio de Divinidad Esencial ha sido tratado desde varios puntos de vista en los Cuaderno Seis de nuestros Primero y Segundo Cursos de Meditación. Las diferentes aproximaciones a esto y las técnicas para ponerlas en operación están descriptas aquí.

Le recomendamos que vuelva a leer cuidadosamente esas secciones un vez más, y que emplee la Meditación sobre el Principio de Divinidad Esencial, delineado en la página 28 del Cuaderno VI del Primer Curso.

En este Cuaderno llamamos su atención sobre otra técnica, llamada *La Técnica de la Presencia* (vea las páginas anteriores) las cuales le demostrarán que puede nser muy eficaces para despertarnos a una más vívida conciencia de nuestra divinidad esencial y por lo cual nos ayudará a lograr el Reconocimiento de la Realidad en sus dos aspectos, *trascendente e inmanente*, ambos sujeto y finalidad de este Año.

Es también importante comprobar la íntima conexión entre la divinidad esencial y la voluntad, porque como se ha dicho, "la distintiva cualidad de la Divinidad es la voluntad." También a nivel de la personalidad, la voluntad es la función psicológica que está más directamente relacionada con el Yo, lo que está claramente diseñado en el siguiente diagrama:

1. Sensación.
2. Emoción-Sentimiento.
3. Imaginación.
4. Impulso-Deseo.
5. Pensamiento.
6. Intuición.
7. Voluntad.
8. Punto central:
   Yo o Ego.



Por otra parte, para el propósito de la realización espiritual, el empleo de la voluntad es requerido para el control de otras funciones psicológicas manteniéndolas aquietadas mientras se alcanza el centro de la conciencia elevado, agudamente fijado en el espiritual o trans-personal Yo. Esto está, clara y concisamente sentado en la traducción del décimo tercer verso de los Yoga Sutras de Patanjali hecha por Charles Johnston: "El correcto empleo de la Voluntad es el firme esfuerzo para permanecer en el Ser Espiritual."

La esencial divinidad del hombre, es uno de los principios centrales de los puntos de vista de la vida en Aurobindo, y lo ha expresado en estas palabras:

> "Esta suprema Divinidad es el uno invariable, e imperecedero Yo en todo lo que es: por lo tanto para el sentido espiritual de este invariable imperecedero Yo, el hombre tiene que despertarse y unificarse con su ser impersonal interno. Es la Deidad en el hombre la que origina y dirige todos los trabajos por tanto el hombre tiene que despertar a Dios dentro de sí mismo, para conocer la divinidad que habita en él para sacar fuera todo lo que vela y obscurece, y llegar a unificarse con su Yo interior, esta gran conciencia de su consciencia, este Maestro oculto de toda su voluntad y todos sus trabajos, este Ser dentro de él que es la fuente y objeto de todas sus diversas transformaciones."
>
> (Sri Aurobindo, *Ensayos sobre el Gita*)

Finalmente, podríamos también sugerir que continúe o resuma el constante empleo (hablado y silencioso) de la poderosa afirmación de la divinidad esencial: Namaskara ("Yo saludo la divinidad en usted"). Como se indicó en el sexto Cuaderno del Segundo Año (p. 30) eso no es sólo un recuerdo de la divinidad en todos nosotros, sino un medio efectivo de bendecir en una forma definida y dinámica. A esto puede ayudarnos constantemente, como se mencionó previamente, la práctica de la Presencia.

DELINEAMIENTO DE LA MEDITACIÓN

I. **Alineamiento**

A través:

1. Relajamiento — física, emocional y mental.
2. Aspiración.
3. Concentración mental.
4. Vinculación con todos aquellos que están realizando esta meditación alrededor del mundo.

II. **Dedicación**

"Me dedico con todos los hombres y mujeres de buena voluntad, para construir la nueva Ciudad de la Humanidad."

III. **Meditación y Reconocimiento de la Realidad a través la disipación del Espejismo**

(a) *Etapa de Reconocimiento*

Eleve el enfoque hacia el plano mental y *manteniendo la atención ahí*, vuelva el enfoque de la mente sobre el espejismo elegido, viendo la claridad en esta luz y reflexionando sobre el trabajo a realizarse. (No deje que se interponga ninguna reacción emocional.)

(b) *Comprenda* que es mediante la luz superior (el Yo Superior o Alma) que la vida de la personalidad puede ser iluminada. Identifíquese con esta luz y *diríjala* con la ayuda de la imaginación creadora, sobre el espejismo bajo consideración, visualizando la luz circundándolo, penetrándolo y disipándolo.

(c) *Etapa Creativa*

Ahora vincule el Principio de Divinidad Esencial con su trabajo; deliberada y creativamente aporte su *realidad* dentro de una forma de pensamiento que sea mantenida. *Afirme*, por un acto de voluntad, que esto puede manifestarse, puede triunfar, y radiar en todas direcciones a lo largo de líneas de luz visualizadas.

IV. **Invocación**

Repita la Gran Invocación, viendo la luz, el amor y la voluntad de Dios fluyendo para dispersar el espejismo del mundo y establecer una Nueva Era espiritual.

LA GRAN INVOCACIÓN

Desde del punto de Luz en la Mente de Dios,
Que afluya luz a las mentes de los hombres.
Que la Luz descienda a la Tierra.

Desde el punto de Amor en el Corazón de Dios,
Que afluya amor a los corazones de los hombres.
Que Cristo retorne a la Tierra.

Desde el centro donde la Voluntad de Dios es conocida,
Que el propósito guíe a las pequeñas voluntades de los hombres;
El propósito que los Maestros conocen y sirven.

Desde el centro que llamamos la raza de los hombres,
Que se realice el Plan de Amor y de Luz
Y selle la puerta donde mora el mal.

Que la Luz, el Amor y el Poder restablezcan el Plan en la Tierra.

GRUPO DE MEDITACIÓN PARA LA NUEVA ERA
INDICE

PRIMER AÑO

Cuaderno I La Nueva Era...Meditación: Concentración...La Ley de Rectas Relaciones Humanas.

II Meditación Reflexiva...El Principio de Buena Voluntad.

III Meditación Receptiva...La Ley del Esfuerzo Grupal.

IV Plegaria: Visualización...El Principio de Unanimidad.

V Meditación: La Voluntad...Invocación - Evocación...La Ley del Acercamiento Espiritual.

VI Radiación — Actividad Interna...Expresión — Acción Externa...El Principio de Divinidad Esencial.

SEGUNDO AÑO

Cuaderno I Meditación y Adiestramiento en el Autoconocimiento...Meditación "Personal" y como "Servicio"...La Nueva Era...La Actual Crisis Mundial...Meditación Creativa...La Ley de Rectas Relaciones Humanas.

II Meditación y Adiestramiento en el conocimiento de uno mismo...Equilibrio y síntesis de los opuestos...Características y tendencias de la Nueva Era...Desarollo de la mente...El Principio de Buena Voluntad.

III Meditación y Adiestramiento en el Conocimiento del Yo...Realización del Yo o Alma...Características y Tendencias de la Nueva Era...Modalidad y Dinamismo Positivos...La Ley del Esfuerzo Grupal.

IV Meditación y Adiestramiento en el Conocimiento de Uno Mismo...La Voluntad... Tendencias y Caracteristicas de la Nueva Era...Extraversión...El Principio de Unanimidad.

V Meditación y Adiestramiento de Uno Mismo...Precauciones para la Meditación...Características y Tendencias de la Nueva Era...Alegría...La Ley del Acercamiento Espiritual.

VI Meditación y Adiestramiento en el Conocimiento....Contemplación e Irradiación...Características y Tendencias de la Nueva Era: Unificación...Síntesis...Universalidad...El Principio de la Divinidad Esencial.

TERCER AÑO

Cuaderno I Reconocimiento de la Realidad...¿Qué es la Realidad...Técnicas para el Reconocimiento de la Realidad...¿Qué es el Espejismo?...Categorías de Espejismos...Cómo hacer frente a los Espejimos...Rectas Relaciones Humanas y los Espejismos.

II Reconocimiento de la Realidad...El Inconsciente...Técnica de Desidentificación...Técnica de las Correctas Proporciones...Resumen de otras Técnicas ...El Principio de Buena Voluntad y el Espejismo.

III Reconocimiento de la Realidad...Espejismos positivos...Técnicas...El Ley del Esfuerzo Grupal y Espejismos.

IV Los Espejismos Negativos...Técnicas...El Principio de Unanimidad y el Espejismo.

V Reconocimiento de la Realidad...Los Espejismos que se relacionan con la Actividad...La Ley del Acercamiento Espiritual.

VI Reconocimiento de la Realidad...Los Seis Grupos de Espejismos. .Técnicas... El Principio de la Divinidad Esencial.

Si conocen personas interesadas, pueden obtener los cuadernos en otros idiomas en:

GRUPO DE MEDITACIÓN PARA LA NUEVA ERA

Alemán	8170 Bad Tolz, Saggaase 6, Alemania Occidental
Español	
(Para Europa)	Pintor Cabrera 106, Alcoy (Alicante) España
(Para las Américas)	P.O. Box 566 Ojai, California, EE.UU. 93023
Finlandés	Tehtaankatu 12. E,90 00140, Helsinki 14, Finlandia.
Francés	
(Para Europa)	Parklaan 81 T., B9000 Gent, Belgica.
(Para las Américas)	120 Landry Lac Desroches, St. Calixe, Quebec J0K 1Z0, Canada
Holandés	Havik 9, 1261 SZ Blaricum, Holanda
Inglés	
(Para Europa)	Sundial House, Nevill Court, Tunbridge Wells, Kent TN4 8NJ, Inglaterra
(Para las Américas)	P.O. Box 566, Ojai, California, EE.UU. 93023
Australia	3 Hood Road, Northfield, Australia (Sur) 5085
Nueva Zelandia	1 Beach Road, Motueka, Nelson, Nueva Zelandia
Italiano	Via Laurentina 622 EUR, 00143, Roma, Italia
Portugués	Posta Restante, Lauro de Freitas Bahia-BRAZIL,CEP 42.700

680-9940