

Gururag Ananda Yogui

LA CONCIENCIA DE PROSPERIDAD

¿Cómo podemos desarrollar una actitud beneficiosa hacia la conciencia de prosperidad, con el fin de atraerla y no rechazarla?

En primer lugar debemos preguntarnos lo que es conciencia y lo que es prosperidad. **Prosperidad es una palabra engañosa.** Se puede ser multimillonario y todavía no sentirse próspero.

¿Puede ser entrenada la conciencia hacia cualquier clase de prosperidad que deseamos?

Si la conciencia puede ser entrenada, ¿qué parte de la conciencia se entrena? En la mente hay el nivel consciente (pensamiento analítico), el subconsciente y supra consciente. **¿Qué parte de la mente debe activarse para atraer la conciencia de prosperidad?**

Pautas de la mente inconsciente.

El único instrumento que tiene una persona es la mente pensante, consciente. ¿Cómo puede ser entrenada para que se introduzca en los diversos mecanismos de la mente subconsciente que forman nuestro cuerpo sutil?

Cualquier cosa que ocurra en nuestro cuerpo sutil siempre trasciende al aspecto físico, consciente. Si se tiene conciencia de pobreza o prosperidad esta procede de los estratos subconscientes de la mente. Los psicólogos han explorado únicamente una pequeña sección de la mente subconsciente; existen muchos estratos y en ellos ciertas pautas.

El pensamiento de enfermedad, salud y pobreza es el resultado de los esquemas o pautas de la mente subconsciente, que trasciende a los aspectos fisiológicos y ambientales.

¿Cómo podemos abordar la mente subconsciente?, ¿cómo podemos cambiar los esquemas de la mente subconsciente? Hay muchos modos de hacerlo. Se puede utilizar la afirmación, pero afirmar algo y realmente conseguirlo se hace difícil debido a los esquemas negativos establecidos.

Primer paso: intensificación.

Por ejemplo, consideremos el odio. Lo que se debe hacer es expresar ese odio. No para expresarlo hacia la persona que puede causarle daño, sino para eliminar el odio que hay dentro de uno.

Para eliminar ese odio debe haber un pensamiento muy fijo en nuestra mente: “me estoy liberando de este odio y de esta agresividad a través de experimentarlo de forma muy intensa”.

Usando una sencilla analogía, si quieres relajar tu cuerpo, primero tensas los músculos y después los sueltas; esto te proporcionará relajación.

El único peligro de esta técnica, es que si te mantienes pensando en el odio puedes incrementarlo, y dirigirlo aún más profundamente al subconsciente. Pero si está el pensamiento subyacente “me estoy liberando de este odio al intensificarlo”, te liberarás de él.

Pero esto es solo el primer paso.

Segundo paso: contemplación:

Después de haber realizado el proceso de experimentar este odio con gran intensidad, se realiza el factor opuesto. Primero sientes una intensa emoción de odio, después contemplas ese odio.

Miras tu odio y dices: ¿qué hay de malo en esto? (Cuál es la causa de esto).

Soy yo, porque el odio que hay en mí, es parte de mis propios esquemas; nadie más es responsable de ello.

No es el objeto, el que me hace sentir odio, es la interpretación del objeto, lo que crea odio en mí. Soy totalmente responsable de ello, porque las emociones, cualesquiera que sean, son subjetivas y no objetivas.

De esta manera te enfrentas a la emoción y la intensificas. Este principio se expresa en la Biblia cómo “**no resistas al mal**”, y después continuas con la contemplación.

La contemplación es un proceso en el cual se mira un pensamiento desde su comienzo hasta el final. Un terapeuta puede ayudar mucho a una persona a guiar su mente a través de este proceso.

La verdadera contemplación es como echar aceite de una vasija a otra, sin que haya ruptura, es un fluir.

Practicando la contemplación la mente se hace más focalizada, creando un estado natural de concentración. Cuando más concentrada es la mente, más fuerza adquiere para luchar contra la negatividad de forma que no produzca conflictos.

La gente habla de sus corazones y dicen: mi corazón está cerrado. Viven la experiencia de estar cerrado, y saben, que reconociéndola, se liberan de ella más rápidamente. Pero reconocerlo, no es suficiente, debes vivir esa experiencia en tu mente, con el pensamiento subyacente: “me estoy liberando de esto”, de esta manera no se introduce en el fondo del subconsciente. Después sigue la contemplación, que te lleva a la concentración.

Tercer paso: concentración:

El enfoque de la concentración debería ser: “yo soy el responsable de esto, soy el responsable de mi miseria, soy el responsable de mi odio, ”¡ yo soy el responsable!”; admites que tú mismo eres la causa del problema. Normalmente la gente culpa de sus problemas a algo exterior, “es debido a mi jefe, a mi marido, a mi gurú”, y cuando no puede echar la culpa a nadie más, culpan a Dios. Pero éste antiguo conocido no es responsable de cómo tú te sientes. **Dios es una energía neutra que se puede utilizar de cualquier forma.**

Conoces el dicho de que se gasta más energía en enfadarse que en sonreír; de la misma forma se gasta más energía en odiar que en amar. Es la misma energía. Y aquí llegamos al punto de cómo economizar energía: cómo utilizar la energía con sabiduría.

Intensificando una emoción, como el odio, la pobreza, se disipa este sentimiento; esto es necesario hacerlo. Así, al comienzo, tienes que dar y expandir la energía, la economía, viene después, cuando este sentimiento se ha transformado en su opuesto.

Para economizar, transforma el odio en amor, y los sentimientos de pobreza en sentimientos de prosperidad.

Cuarto paso: imaginación y visualización.

La imaginación juega un papel muy importante. Un pensamiento por su naturaleza es una cualidad abstracta, incluso hay algunos maestros espirituales que consideran el pensamiento como materia, como una sustancia muy fina. **El pensamiento es materia y toda materia puede moldearse.**

¿Cómo se puede moldear el pensamiento?: contemplándolo, analizándolo y aceptando nuestra responsabilidad en él. Tan pronto como admites en ti mismo, es por mi causa, la batalla está ganada.

Yo he trabajado con muchos alcohólicos, y la parte más difícil para ellos es admitir “soy un alcohólico”, una vez que pueden admitir su problema, la ayuda se hace mucho más fácil.

Con el uso de la imaginación se pueden moldear las fuerzas del pensamiento que hay dentro de uno mismo, la manera de hacerlo es visualizarse a uno mismo en la posición en la que uno quiere estar. Si piensas que el dinero trae prosperidad, entonces te ves a ti mismo y te visualizas en una casa muy bonita y en un Rolls Royce, visualízalo, porque cada pensamiento puede llegar a hacerse realidad.

Cuando más piensas en la pobreza, más pobre llegas a ser; es por eso por lo que se dice: “el rico se hace más rico y el pobre se hace más pobre”; porque el pobre siempre piensa en términos de pobreza, mientras que el rico siempre piensa en términos de su posición, su poder, su riqueza, y esto atrae más poder y más dinero. **Nosotros creamos el aura que nos circunda.**

Lo mismo ocurre con el amor. Si te haces a ti mismo amable, no existe poder en la tierra que pueda parar a la gente de amarte. No conozco a ninguna persona en el mundo que me odie, ¿porqué?, porque me he entrenado a mí mismo para ser amable, esto requiere dar amor, **el que da es siempre el ganador.** Da amor, da amor y dirígelo a todo.

Usando la imaginación y la visualización, uno se puede visualizar en la posición deseada. Si sientes que tu corazón está cerrado, visualiza que tu corazón está abierto y todo el Universo está compuesto únicamente de Amor. Contempla el antiguo dicho de que **Dios es Amor y el Amor es Dios, y si Él es omnipresente, entonces todo debe ser Amor.** Con esta clase de contemplación se puede desarrollar una mejor comprensión del Amor.

Practicando una adecuada contemplación se puede desarrollar una comprensión de cualquier objeto al que se dirija la atención y así la mente se hace más concentrada. Cuando la mente se vuelve más concentrada, se puede pensar de forma más poderosa, las energías no se dispersan. Cuando se piensa con fuerza y energía, cada pensamiento, cada visualización, llega a ser un deseo ardiente. Si un deseo no es ardiente, el deseo es indiferente, poco entusiasta.

Este es el proceso para desarrollar la conciencia de prosperidad, pero todavía no es suficiente.

La razón por la que enseñamos las prácticas de visualización es para que se pueda aprender cómo se puede focalizar la mente automáticamente, sin forzarla a concentrarse.

La diferencia entre éxito y fracaso en la vida es la concentración.

Para un estudiante es importante que se concentre mejor en su trabajo, para un hombre de negocios, es importante que se concentre en sus negocios, para un profesional en su profesión, y así sucesivamente.

Una vez que la mente se ha concentrado, no puede vivir en concentración todo el tiempo.

La concentración requiere energía, ¿de dónde viene esa energía?, la mente necesita apoyo, ¿de dónde viene ese apoyo?, el apoyo viene de la meditación.

Quinto paso: meditación.

La meditación es un proceso mediante el cual la mente bucea profundamente en sí misma en un amplísimo depósito de energía con el fin de extraerla.

La energía extraída ayuda a la visualización y a la concentración. Pero lo más importante es que se reorganizan los esquemas de la mente subconsciente.

La mente subconsciente está compuesta de impresiones o samkaras.

Tú eres conciencia, tú no tienes conciencia, eres conciencia en sí misma. Sin conciencia no hay Existencia. Después de todo, **¿qué es la Divinidad?: la conciencia.**

Tu reconocimiento de la Divinidad depende de cuanta conciencia tienes de la conciencia.

Nuestros pensamientos crean los límites de lo que nosotros consideramos que es la realidad; todas esas impresiones almacenadas y amontonadas en la mente durante miles y miles de años; desde el big-bang en el que fuiste lanzado al flujo de la evolución hasta que llegaste al estado actual, todas esas impresiones están ahora en tu cuerpo sutil, en tu mente, porque el cuerpo sutil es tu mente.

La Mente Universal está individualizada, porque tú mismo le has añadido individualidad debido a tus pensamientos. Es un círculo vicioso, cada pensamiento de “yo soy Juan, yo soy Pedro.....”, no es nada más que el ego pensando.

¿De dónde viene el ego?, ¿Dónde reside?, nuestro ego es el subconsciente, y es la barrera que obstaculiza que la Luz del supra consciente brille radiante e ilumine el consciente, el nivel analítico de la mente.

Es necesario ir al nivel supra consciente, y esto lo hace la meditación.

Es a través de este proceso como se puede crear la conciencia de prosperidad. El pequeño sector consciente de la mente no es suficiente. Hay que ir al subconsciente y después al nivel supra consciente. La razón por la que hay que ir al subconsciente es para reorganizar sus esquemas y esto requiere una energía que la mente consciente no puede aportar.

Pero el subconsciente tiene la capacidad de atraer energía de un nivel superior- el agua siempre va hacia abajo en una colina y no hacía arriba- de lo superior hay que ir hacia abajo, a lo inferior.

En resumen, si tus pensamientos de odio o de pobreza persisten en tu mente, siéntelos de forma muy intensa, con el pensamiento “me estoy liberando de estos pensamientos que me causan tanta miseria”. Esto es el fundamento o las bases en las que se debe realizar la intensificación de una emoción o situación. Después de la intensificación se realiza la contemplación.

Si contemplas cualquier situación de la vida, encontrarás que la puedes cambiar. **Tú la has creado, y puedes recrear o reformular las energías en el esquema que tú quieras.**

Si piensas que tu ser querido no te ama, ¿qué haces?, crea en tu mente la idea de que él te ama. Deja que ese pensamiento predomine y la práctica te ayudará. Sientes esta intensidad y en la contemplación te dices: “él me ama, porque ¿qué hay de malo en mí?”. **Yo soy hijo de la Divinidad, yo soy el Dios vivo, y ese Dios no está sentado en su trono, El está aquí y ahora.**

Con esta clase de contemplación uno se siente fuerte. Y después, acompañando a la contemplación se usa la afirmación.

Sexto paso: afirmación:

¿Por qué te dices a ti mismo: “soy pobre, soy pobre, soy pobre”? Afírmate a ti mismo “soy rico, soy rico, soy rico”, visualízalo; pero hay un secreto ¡la mente no lo va a aceptar inmediatamente! Visualízate a ti mismo en tu negocio haciéndose más próspero, viviendo en una casa mejor, con un coche mejor.

Un factor importante en la afirmación que acompaña a la contemplación es “estoy empezando a ir mejor, a estar mejor, estoy empezando a prosperar”; este “estoy empezando a.....” es importante para que la mente lo pueda aceptar, no que ya lo seas.

Si te visualizas en un bello castillo escocés, eso no va a venir, pero si piensas “estoy empezando a.....”, guías tu mente, la reorganizas de forma que piense positivamente.

Para cambiar la conciencia hay que profundizar en las prácticas espirituales.

Las terapias habituales tienen un cierto valor, pero para cambiar de una forma profunda y real, es necesaria la fuerza que se extrae con las prácticas espirituales, porque la energía que obtenemos a través de ellas es tan fuerte que elimina las limitaciones de nuestros propios pensamientos, Porque la realidad no tiene límites, son solo nuestros pensamientos lo que nos hace limitados.

No existen límites cuando se implica la conciencia. De acuerdo con Blake, “se puede tener la eternidad en una hora”, “La conciencia está en la palma de tus manos”. No existe principio ni fin para la conciencia: es Eterna, Inmortal, es, fue y siempre será. En realidad, **la conciencia es la Divinidad.**

Llegar a ser más consciente de la grandeza que hay en ti.

Nosotros podemos crear esta conciencia a través de un proceso sencillo al que dedicamos un poco de nuestro tiempo, una hora al día.

La gente se queja de que no tiene tiempo para meditar, eso no es cierto; hay tiempo para ir al cine, tiempo para ir al baño y para hacer cualquier otra cosa. ¿Porqué tienes tiempo de ir al baño?, porque es una necesidad apremiante; ¿por qué las prácticas espirituales no son una necesidad apremiante cuando es lo más importante de tu vida?

A través de ellas te haces más y más consciente de ti mismo y de la grandeza que hay en ti; ¡la vida puede llegar a ser tan feliz!, más y más feliz cada día. Y nosotros ponemos nuestros pensamientos, energía y tiempo en cosas negativas y no en cosas positivas. Todos tenemos tiempo de meditar.

Esfuerzo consciente.

Si un hombre quiere mejorarse a sí mismo tiene que hacer algo por ello. Si un hombre se arrastra en la suciedad y el fango y no quiere salir de ahí, permanecerá ahí.

Debemos hacer un esfuerzo consciente para encontrar el sentido de la conciencia. Aunque es omnipresente y universal, la experimentamos limitada debido a la fragmentación personal.

- **Las prácticas espirituales están diseñadas para producir integración.**
- **Son un agente de limpieza poderoso, eliminan la suciedad.**
- **Hacen que nos podamos enfrentar de forma honesta en el espejo.**
- **Incrementan la capacidad de ser consciente y te llevan a una mayor realización y comprensión.**
- **La conciencia que permanecía dormida en ti, se va despertando paso a paso.**
- **Cuando con más profundidad entras en los niveles sutiles de la mente más poderoso y dinámico te haces.**

Esta combinación de factores de los que he hablado son los que proporcionan la conciencia de prosperidad, y es lo que todos necesitamos. No se consigue deseándolo (con un pensamiento “deseante”), esto no ayuda nada, los deseos están solo en la superficie de la mente.

Es necesario introducirse en la profundidad para que el deseo llegue a ser un deseo ardiente.

Lo que elijas como meta a conseguir es asunto tuyo.

Pero la cosa más grande a conseguir es la totalidad de la Existencia, de manera, que puedas tener el Universo en la palma de la mano.

Destino.

Si pones un apóstrofe entre la “I” y la “M” en la palabra “imposible” (en inglés), imposible se transforma en “I’m possible” (yo soy posible). Esto es lo que la gente tiene que comprender. No digas: “soy un pecador, soy un pecador”, “soy débil, soy débil”, porque te harás más débil. Di, “soy fuerte”. Aquellos que están interesados en

la religión y en la teología pueden siempre decir: “si Dios está conmigo, ¿quién puede hacerme daño?”

Una afirmación no debe ser un pensamiento frío, sino que debe ser sentido dentro de uno mismo, donde cada célula de tu cuerpo se estremezca con ese pensamiento, y se convierta en realidad.

Descartes dijo: “Pienso luego existo”. ¿Qué pienso?, ¿qué soy? Si pienso de mí mismo que soy pequeño, soy pequeño; si pienso que soy grande, soy grande.

El pensamiento debe nacer en lo profundo de uno mismo, cargado de emoción y de experiencia.

La vida puede cambiarse. Todos conocéis el dicho, “soy el maestro de mi destino”. ¿Porqué eres el maestro de tu destino? Porque consideras el yo y el destino como algo separado, y esto es una falacia. Yo no soy el maestro de mi destino, yo soy el Destino.

Ser maestro, es algo de un nivel mucho más bajo. **Yo soy el Destino.** Desde luego, siendo maestros o enseñando, conseguimos cultivarnos, alimentarnos y cuidarnos.

Ambas afirmaciones son verdaderas. Soy el maestro de mi destino porque puedo cambiarlo. Y una realización más elevada sucede, cuando el destino y el “yo” no están separados.

Yo soy el destino, yo soy lo que soy.