

# DESPIERTA TU CONCIENCIA.

## GRUPO METAFÍSICO HILARIÓN



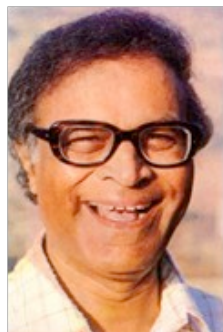
### ¡DESPIERTA YA! REDESCUBRIR LA VIDA

Edición 18. Managua, Nicaragua

29 Julio de 2010

**Redescubrir la vida** (Tomado del Libro Redescubrir la Vida Anthony de Mello.)

Contenido:



Diez, doce años atrás, hice un descubrimiento que trastrocó y revolucionó mi vida, convirtiéndome en un hombre nuevo. Descubrí una fórmula que permite ser feliz por el resto de la vida, que permite disfrutar de cada minuto de la vida.

Al escuchar esto, alguien podrá asombrarse y preguntarme:

¿Cómo se enteró sólo diez o doce años atrás? ¿No ha leído usted los Evangelios? ¡Por supuesto que leí los Evangelios! ¡Pero no la había visto! La fórmula estaba allí, en los Evangelios, pero yo no la había comprendido. Más tarde, cuando ya la había descubierto, la hallé en los textos sagrados de las principales religiones y me asomé: la había leído y no la había

visto, no la había comprendido.

Ojalá la hubiera descubierto cuando era más joven. ¡Qué diferente habría sido todo! ¿Cuánto tiempo me llevará transmitir a otros esa fórmula? ¿Todo un día? Voy a ser honesto: sólo un par de minutos. No creo que requiera más de dos minutos transmitirla. Captarla o comprenderla llevaría... ¿veinte años?, ¿quince años?, ¿Diez años?, ¿diez minutos?, ¿un día?, ¿tres días? ¡Quién sabe! Eso depende de cada uno.

La capacidad de escuchar. Es necesaria una cualidad para captar aquello que yo descubrí de repente diez años atrás y que revolucionó mi vida: la cualidad de escuchar, de comprender, de "ver". Creo que, si mil personas me oyen y una escucha, si mil me leen y una ve, es un promedio bastante bueno. ¿Es difícil comprender la fórmula? Es tan sencilla que puede comprenderla un niño de siete años. ¿No es asombroso? En realidad, cuando pienso en eso hoy, me pregunto: ¿Por qué no la comprendí antes? No lo sé. No sé por qué no la comprendí antes. Pero así fue.

Puede ser que cualquiera esté en condiciones de comprenderla hoy, aunque sea en parte. ¿Qué se necesita para comprenderla? Una sola cosa: la capacidad de escuchar.

Eso es todo. ¿Eres capaz de escuchar? Si lo eres, podrás comprenderla. Ahora bien, escuchar no es tan fácil como podría parecer. La razón es que siempre escuchamos a partir de conceptos establecidos, de posiciones y fórmulas establecidas, de prejuicios...

Escuchar no significa "tragar"; eso es credulidad: - Él lo dice, yo lo acepto. No quiero que nadie me tenga fe cuando me escucha o me lee: las enseñanzas de la Iglesia o la Biblia se pueden tomar con fe. Pero no quiero que me tomen a mí con fe. Deseo que cuestionen todo lo que digo, que reflexionen sobre mis opiniones.

Escuchar no significa ser crédulo. Pero tampoco significa atacar. Lo que voy a plantear es algo tan nuevo que algunos pensarán que estoy loco, que no estoy en mi sano juicio. Por consiguiente, van a sentirse tentados a atacar.

Si se le dice a un marxista que algo anda mal dentro del marxismo, lo primero que probablemente haga es atacar. Si se le dice a un capitalista que algo no está bien en el capitalismo, se alza en armas. Si se le dice a un norteamericano que en los Estados Unidos hay algo que no está bien se enfurece y lo mismo sucede con los indios, si se ataca a la India etcétera. Escuchar no significa creer ciegamente, ni tampoco atacar o simplemente estar de acuerdo. Escuchar significa estar alerta. Si estás alerta, estás observando, estás escuchando, con una especie de mente virgen. No es fácil escuchar con una mente virgen, sin prejuicios, sin fórmulas establecidas(...)

REDESCUBRIR LA VIDA	1
¡QUE LIO!	2
EL DICHOSO NIÑO	2
DISPARAR GRATUITAMENTE I	3
DISPARAR GRATUITAMENTE II	3
TU YA ERES FELICIDAD DESPROGRAMATE ...	4
CINE METAFISICO EL GUERRERO PACIFICO	4



Hay dos formas de vivir tu vida .  
Una es pensar que nada es un milagro.  
La otra es pensar que todo es un milagro  
Albert Einstein  
(1879-1955)

# Despierta Tu Conciencia.

---

¡Qué lío! (Tomado del Libro Auto liberación Interior. Anthony de Mello pág. 4)



**El Hombre de doble animo es Inconstante en todos sus caminos. (Santiago 1:8)**

Mi vida es un lío. ¿Soy capaz de reconocerlo? Necesito tener receptividad. ¿Estoy dispuesto a reconocer que el sufrimiento y la congoja los fabrico yo mismo? Si eres capaz de darte cuenta, es que comienzas a despertarte. Ordinariamente, buscamos alivio y no curación. Cuando sufres, ¿estás dispuesto a separarte de ese sufrimiento lo necesario para analizarlo y descubrir el origen que está detrás? Es preferible dejar que sufras un poco más, hasta que te hartes y estés dispuesto a ver. O despiertas tú, o la vida te despertará. Las componendas y alivios son manejos comerciales del buen comportamiento que te ha metido en la mente tu sentido de buena educación. Si los miras, bien despierto, descubrirás que no son más que utilización, comercio de toma y daca y chantaje, más hipocresía. Cuando ves esto, ¿quieres quitarte el cáncer, o tomar un analgésico para no sufrir? Cuando la gente se harta de sufrir es un buen momento para despertar.

Buda dice: "El mundo está lleno de dolor, que genera sufrimiento. La raíz del sufrimiento es el deseo. Si quieres arrancarte esa clase de dolor, tendrás que arrancarte el deseo." ¿El deseo es cosa buena? Es una cuestión de lenguaje, pues la palabra "deseo", en español, abarca deseos buenos, que son estímulos de acción, y deseos estériles, que a nada conducen. A estos deseos, para entendernos, vamos a llamarlos apegos.

La base del sufrimiento es el apego, el deseo. En cuanto deseas una cosa compulsivamente y pones todas tus ansias de felicidad en ella, te expones a la desilusión de no conseguirla. De no haber deseado tanto que tu amigo te acoja, te contemple y te tenga en cuenta; de no desearlo tanto, no te importaría su indiferencia ni su rechazo. Donde no hay deseo-apego, no hay miedo, porque el miedo es la cara opuesta del deseo, inseparable de él. Sin esta clase de deseos, nadie te puede intimidar, ni nadie te puede controlar o robar, porque, si no tienes deseos, no tienes miedo a que te quiten nada.

***No hay pareja ni amistad que esté tan segura como la que se mantiene libre. Sólo es eterno lo que se basa en un amor libre. Los deseos te hacen siempre vulnerables.***

**El Dichoso Niño (Tomando del libro La Iluminación es la espiritualidad. Anthony de Mello pág. 43)**



El que está en el Reino de Dios es el que se ha convertido en un niño, pero bien despierto, sin que lo puedan ahora manipular. Cada niño lleva a Dios dentro al nacer, pero nuestros esfuerzos por moldearlo hacen que convirtamos a Dios en un demonio. Si ves a un niño verás el egoísmo en forma pura. Sólo es capaz de pensar en sí mismo, pero es natural que sea así. El egoísmo del niño es cosa divina, pues necesita toda su energía concentrada dentro de él. Nosotros intentamos cambiarlo y estropeamos los planes de Dios en él. Estropeamos su espontaneidad introduciendo en él los miedos. El miedo hace al niño mentir y amoldarse por no perder la aprobación de los padres. Deja al niño ser todo lo egoísta que quiera. El niño sólo piensa en darse placer a sí mismo y, poco a poco, va descubriendo el exterior y, con él, el placer refinado de extender su placer a los otros. Su creatividad se muestra destrozando todo por curiosidad. Les gusta el movimiento y el ruido. El conflicto entra porque no coincide lo que le gusta al niño con lo que les gusta a los padres. El niño tiene que crecer, poco a poco, descubriendo las cosas por sí mismo y a su tiempo. El niño ha de hartarse primero de chocolate antes que ofrecerlo. Si tú te empeñas en que lo comparta con su hermanito, odiará al hermanito.

En realidad, a todos los niveles, lo que llamamos caridad y altruismo no es más que un egoísmo refinado. Nos damos gusto dando gusto a los demás, porque cada uno se busca a sí mismo. Así somos todos. Les ponemos nombres muy liberales a cosas que no lo son, aunque tengan su explicación y su razón. Tendremos que aprender a llamar a las cosas por su nombre para no engañarnos. Cada uno va buscándose a sí mismo, porque si no nos encontramos a nosotros mismos, no podremos salir a los demás.

### Disparar gratuitamente I (Tomado del libro Auto liberación interior. Anthony de Mello. Pág.6)

Hay dos tipos de deseos o de dependencias: el deseo de cuyo cumplimiento depende mi felicidad y el deseo de cuyo cumplimiento no depende mi felicidad. El primero es una esclavitud, una cárcel, pues hago depender de su cumplimiento, o no, mi felicidad o mi sufrimiento. El segundo deja abierta otra alternativa: si se cumple me alegro y, si no, busco otras compensaciones. Este deseo te deja más o menos satisfecho, pero no te lo juegas todo a una carta.

Pero existe una tercera opción, hay otra manera de vivir los deseos: como estímulos para la sorpresa, como un juego en el que lo que más importa no es ganar o perder, sino jugar. Hay un proverbio oriental que dice: **"Cuando el arquero dispara gratuitamente, tiene con él toda su habilidad."** Cuando dispara esperando ganar una hebilla de bronce, ya está algo nervioso. Cuando dispara para ganar una medalla de oro, se vuelve loco pensando en el premio y pierde la mitad de su habilidad, pues ya no ve un blanco, sino dos. Su habilidad no ha cambiado pero el premio lo divide, pues el deseo de ganar le quita la alegría y el disfrute de disparar. Quedan apegadas allí, en su habilidad, las energías que necesitaría libres para disparar. El deseo del triunfo y el resultado para conseguir el premio se han convertido en enemigos que le roban la visión, la armonía y el goce. El deseo marca siempre una dependencia. Todos dependemos, en cierto sentido, de alguien (el panadero, el lechero, el agricultor, etc., que son necesarios para nuestra organización). Pero depender de otra persona para tu propia felicidad es, además de nefasto para ti, un peligro, pues estás afirmando algo contrario a la vida y a la realidad.

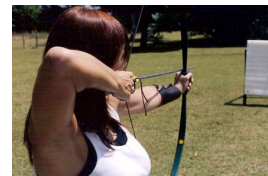
Por tanto, el tener una dependencia de otra persona para estar alegre o triste es ir contra la corriente de la realidad, pues la felicidad y la alegría no pueden venirme de fuera, ya que están dentro de mí. Sólo yo puedo actualizar las potencias de amor y felicidad que están dentro de mí y sólo lo que yo consiga expresar, desde esa realidad mía, me puede hacer feliz, pues lo que me venga desde afuera podrá estimularme más o menos, pero es incapaz de darme ni una pizca de felicidad. (...)

### Disparar Gratuitamente II (Tomado del libro Auto liberación interior. Tony de Mello. Pág. 6)

(...) Dentro de mí suena una melodía cuando llega mi amigo, y es mi melodía la que me hace feliz; y cuando mi amigo se va me quedo lleno con su música, y no se agotan las melodías, pues con cada persona suena otra melodía distinta que también me hace feliz y enriquece mi armonía. Puedo tener una melodía o más, que me agraden en particular, pero no me agarro a ellas, sino que me agradan cuando están conmigo y cuando no están, pues no tengo la enfermedad de la nostalgia, sino que estoy tan feliz que no añoro nada. La verdad es que yo no puedo echarte de menos porque estoy lleno de ti. Si te echase de menos sería reconocer que al marcharte te quedaste fuera. ¡Pobre de mí, si cada vez que una persona amada se va, mi orquesta deja de sonar!

Cuando te quiero, te quiero independiente de mí, y no enamorado de mí, sino enamorado de la vida. No se puede caminar cuando se lleva a alguien agarrado. Se dice que tenemos necesidades emocionales: ser querido, apreciado, pertenecer a otro, que se nos desee. No es verdad. Esto, cuando se siente esa necesidad, es una enfermedad que viene de la inseguridad afectiva. Tanto la enfermedad, necesidad de sentirme querido, como la medicina que se ansía, el amor recibido, están basados en premisas falsas. Necesidades emocionales para conseguir la felicidad en el exterior, no hay ninguna; puesto que tú eres el amor y la felicidad en ti mismo. Sólo mostrando ese amor y gozándote en él vas a ser realmente feliz, sin agarraderas ni deseos, puesto que tienes en ti todos los elementos para ser feliz.

La respuesta de amor del exterior agrada y estimula, pero no te da más felicidad de la que tú dispones, pues tú eres toda la felicidad que seas capaz de desarrollar. **Dios es la Verdad, la Felicidad y la Realidad, y Él es la Fuente, dispuesta siempre para llenarnos en la medida que, libremente, nos abramos a Él.**



**...andad como hijos de Luz. (Efesios 5:8)**



**“EL Padre mora en mí, él hace las obras...YO SOY en el Padre, y el Padre en mí”.**

**Juan, 14:10-11.**



## **TU YA ERES FELICIDAD**



Despertarse es la única experiencia que vale la pena. Abrir bien los ojos para ver que la infelicidad no viene de la realidad, sino de los deseos y de las ideas equivocadas. Para ser feliz no has de hacer nada, ni conseguir nada, sino deshacerte de falsas ideas, ilusiones y fantasías que no te dejan ver la realidad. Eso sólo se consigue manteniéndote despierto y llamando a las cosas por su nombre.

Tú ya eres felicidad, eres la felicidad y el amor, pero no lo ves porque estás dormido. Te escondes detrás de las fantasías, de las ilusiones y también de las miserias de las que te avergüenzas. Nos han programado para ser felices o infelices (según aprieten el botón de la alabanza o de la crítica), y esto es lo que te tiene confundido. Has de darte cuenta de esto, salir de la programación y llamar a cada cosa por su nombre. Si te empeñas en no despertar, nada se puede hacer. "No te puedes empeñar en hacer cantar a un cerdo, pues perderás tu tiempo y el cerdo se irritará." Ya sabes que no hay peor sordo que el que no quiere oír. Si no quieres oír para despertar, seguirás programado, y la gente dormida y programada es la más fácil de controlar por la sociedad.

Si no quieres oír para despertar, seguirás programado, y la gente dormida y programada es la más fácil de controlar por la sociedad.

*¡Dentro de mí suena una melodía cuando llega mi amigo, y es mi melodía la que me hace feliz; y cuando mi amigo se va me quedo lleno de su música¡.*

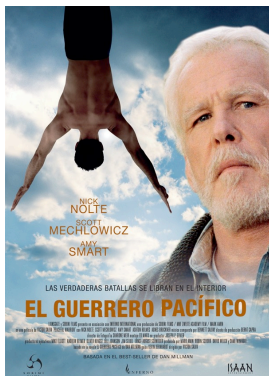
**¡DESPROGRAMATE!**

**¡SÉ TÚ MISMO!**

Lo importante es ser capaz de darte cuenta de que no eres más que un yoyo, siempre de arriba para abajo, según tus problemas, tus disgustos o depresiones; que eres incapaz de mantener una estabilidad. Darte cuenta de que te pasas la vida a merced de personas, de cosas o situaciones. Que te manipulan o tú puedes manipular. Que no eres dueño de ti ni capaz de mirar las situaciones con sosiego, sin enfados ni ansiedad.

Toda esa actitud sólo depende de tu programación. Estamos programados desde niños por las conveniencias sociales, por una mal llamada educación y por lo cultural. Vivimos por ello programados y damos la respuesta esperada ante situaciones determinadas, sin pararnos a pensar qué hay de cierto en la situación, y si es consecuente con lo que de verdad somos esa respuesta habitual y mecánica. Tenemos programadas ideas convencionales y culturales, que tomamos como verdades cuando no lo son. Como la idea de patria, de fronteras y hábitos culturales que nos llevan a conflictos cuando nada tienen que ver con la verdad.

*¡Lo que haces como hábito, te hace dependiente porque te lo han programado. Sólo lo que surge de dentro es tuyo y te hace libre¡.*



### **Recomendaciones de Cine Metafísico**

#### **EI GUERRERO PACÍFICO – PACEFUL WARRIOR.**

**Las verdaderas batallas se libran en el Interior.**

**Sinopsis:** Dan Millman es un joven deportista que lo tiene todo, fama fortuna y chicas. Pero su vida dará un vuelco completo, cuando un día conoce en una estación de servicio a un extraño hombre que le enseñara nuevos mundos de fuerza y entendimiento. Un film inspiradamente triunfador sobre el poder del espíritu Humano. El Guerrero Pacífico es una increíble, pero verdadera historia basada en el Best-Selling de Dan Millman.

### **Grupo Metafísico Hilarión**

Clases Gratuitas todos los jueves de 6:00 a 7:00 pm.  
LA ENSEÑANZA CONFIABLE DE LOS MAESTROS  
ASCENDIDOS

**Teléfono: 88521110**

**Puedes contactarnos al correo:  
gruposaintgermain@hotmail.es**

**Www.saintgermainic.blogspot.com**