

José Manuel Molina Ruiz y David Subirons Vallellano

# RECOPILACIÓN DE BOLETINES

Julio-Diciembre de 2.005

La Página de la Vida

Barcelona

Enero de 2.006

Los Boletines son parte de las publicaciones de la ONG La Página de la Vida.

Estos Boletines se han realizado para ayudar a todas las personas que quieren despertar del sueño de la ignorancia y salir, por sus propios medios, de la confusión y del sufrimiento.

Podrás acceder a otros libros, cuadernos y recursos, conocer sobre los autores y contactar con ellos desde la dirección de Internet

[www.proyectopv.org](http://www.proyectopv.org)

Ni los autores ni La página de la Vida tienen ningún fin lucrativo. Los beneficios económicos que se obtengan por esta obra, y por las futuras, serán siempre empleados con fines humanitarios.

Estas obras no son un trabajo personalista, ninguno de los dos autores se considera artífice de los conocimientos que ellas encierran. Su labor ha consistido en reunir y desarrollar unas enseñanzas que son patrimonio de la humanidad.

Detrás de nuestros trabajos no hay ninguna religión o doctrina. Todo el saber que se encuentra en estas páginas es el resultado de la reflexión, la constancia y el sacrificio de muchas personas que han vivido a lo largo de todos los tiempos. A ellas queremos agradecer los fundamentos indispensables que nos han permitido realizar unas obras largamente maduras.

A pesar de que, por diferentes motivos, todas las obras están inscritas en el Registro de la Propiedad Intelectual, éstas son un bien heredado que no pertenece a ninguna organización, hermandad o secta, y deben estar siempre disponibles para toda persona que las necesite. Por ello, la reproducción total o parcial de esta Recopilación está autorizada haciendo la mención:

“ Boletines de La Página de la Vida, [www.proyectopv.org](http://www.proyectopv.org) ”

Enero de 2006

## Índice.

	<u>Págs.</u>
Presentación .....	5
26. Julio .....	7
27. Agosto .....	13
27 bis. Boletín Especial. Agosto .....	27
28. Septiembre .....	31
28 b. Boletín Especial. Septiembre .....	39
29. Octubre .....	41



## **Presentación**

Nuestra intención al hacer públicos estos Boletines es poner al alcance del mayor número de personas un conocimiento ancestral que les ayude a progresar por el camino de la superación.

Trabajamos para liberar al ser humano de su propia mezquindad y de sus estúpidas ambiciones, para que en él surja una inteligencia que no esté trabada por el temor ni por el anhelo de seguridad, placer o poder. Trabajamos para crear una nueva y verdadera humanidad.

Deseamos que estos Boletines contribuyan a despertar tu consciencia, que germine en ti la inteligencia y obres apropiadamente allá donde te encuentres.

Recibe un cordial saludo.

David Subirons Vallellano.  
Director de Comunicación.



## **Nº 26. Julio**

### **Contenido**

Tiempo para aprender.  
Tiempo para reflexionar.  
Nuevas Publicaciones.  
Suplemento.

### **Tiempo para aprender.**

El perdón.

El perdón es un proceso espiritual que nos lleva a la liberación de nuestra ira, coraje, odio, resentimiento y nos lleva a una vida de paz.

Perdonar no es un regalo que le damos a otros, sino un regalo que nos damos a nosotros mismos.

El tema del día era el resentimiento, una persona sabia nos había pedido que lleváramos patatas y una bolsa de plástico. Ya en la clase elegimos una patata por cada persona a la que guardábamos resentimiento. Escribimos su nombre en ella y la pusimos dentro de la bolsa. Algunas bolsas eran realmente pesadas. El ejercicio consistía en que durante una semana lleváramos con nosotros a todos lados esa bolsa de patatas.

Naturalmente las patatas se iban deteriorando con el tiempo. El fastidio de acarrear en todo momento me mostró claramente el peso espiritual que cargaba a diario y como mientras ponía mi atención en ella para no olvidarla en ningún lado, desatendía cosas que eran importantes para mi.

Todos tenemos patatas pudriéndose en nuestra “mochila” sentimental. Este ejercicio fue una gran metáfora del precio que pagaba a diario por mantener el resentimiento por algo que ya había pasado y no podía cambiarse. Me di cuenta que cuando me llenaba de resentimiento, aumentaba mi stress, no dormía bien y mi atención se dispersaba.

Perdonar y dejarla ir me lleno de paz y calma, alimentando mi espíritu. La falta de perdón es como un veneno que tomamos a diario con cuentagotas pero que finalmente nos termina envenenando.

Muchas veces pensamos que el perdón es un regalo para el otro, sin darnos cuenta, que los únicos beneficiados somos nosotros mismos.

El perdón es una expresión de amor.

El perdón nos libera de ataduras que nos amargan el alma y enferman el cuerpo.

No significa que estés de acuerdo con lo que pasó, ni que lo apruebes. Perdonar no significa dejar de darle importancia a lo que aconteció, ni darle la razón a alguien que te lastimó. Simplemente significa dejar de lado aquellos pensamientos negativos que nos causan sufrimiento y amargura.

La falta de perdón te ata a las personas con el resentimiento. Te tiene encadenado. La falta de perdón es el veneno más destructivo para el espíritu ya que neutraliza los lazos de amor.

El perdón es una declaración que puedes y debes renovar a diario. Muchas veces la persona más importante a la que tienes que perdonar es a ti mismo, por todas las cosas que no fueron lo que debían ser.

La declaración del perdón es la clave para liberarte.

¿Con qué persona estás resentido? ¿A quienes no puedes perdonar? ¿Eres tan infalible y por eso no puedes perdonar los errores ajenos?

Aligera tu carga y estarás más libre para moverte hacia tus objetivos.

No dejes que nada se pudra dentro de ti.

### **Tiempo para reflexionar.**

Si reflexionas sobre este breve texto, si permites que estas pocas palabras te vayan enriqueciendo con su profundo significado, de la misma manera que el agua vivifica a un árbol, tu esencia transmutará.



## La violencia.

La principal causa de violencia es que cada uno de nosotros busca internamente, psicológicamente, seguridad, sentirnos seguros en nuestras relaciones con todo. Pero la certidumbre, la seguridad permanentes no existen. Uno puede observar y descubrir en sí mismo esas cosas que, proyectadas exteriormente, son las causas de esta brutalidad extraordinaria, de esta insensibilidad, de esa indiferencia y violencia que nos rodean.

La mayoría de nosotros jamás ha prestado atención completa a nada, pero cuando lo haces surge, existe esa preocupación por el otro, y no puedes preocuparte por el otro cuando no existen afecto y amor. Así, ¿Hay espacio para la violencia?

Cuando una persona está en conflicto dentro de sí misma, inevitablemente debe crear conflicto afuera; sólo ella puede originar paz en sí misma y, por consiguiente, en el mundo, porque ella es el mundo.

Lo primero que debemos hacer es darnos cuenta de que somos violentos, no tratar de volvernos no violentos; debemos mirar con inocencia, mirar sin la imagen, como si fuera la primera vez. La estructura misma del ser humano es adquisitiva, violenta. En tanto nos entreguemos de forma individual a la ignorancia y a su resultado (el proceso histórico del miedo, odio, codicia y demás) le pertenecemos.

El mundo es una extensión de nosotros mismos. Si uno, como persona, desea destruir el odio, como persona debe dejar de odiar. Uno mismo debe disociarse del odio en todas sus formas, groseras y sutiles; en tanto este preso en ella forma parte de ese mundo de ignorancia y de miedo. Entonces el mundo es una extensión de uno mismo, es uno mismo duplicado y multiplicado.

El mundo no existe a parte del individuo. Puede existir como una idea pero, en verdad, el mundo no existe aparte de la persona. La ignorancia del ser humano, su codicia y su miedo mantienen la estructura de ignorancia, codicia y miedo. Pero cuando la persona se disocia de las terribles causas que crean pesadumbre y dolor es seria, atenta y reflexiva, y accede también a un estado de plenitud, de totalidad.

Uno se convierte en aquello mismo que combate. Si soy brutal y tú usas métodos brutales para vencerme, entonces ya te has vuelto tan brutal como yo. La ira, la violencia, debe ser estudiada con tolerancia y comprendida, no

puede ser vencida por métodos violentos. Puede ser el resultado de muchas causas y, sin comprenderlas, no hay manera de superar la violencia.

Nosotros hemos creado al enemigo, al bandido, y el hecho de convertirnos nosotros mismos en el enemigo de ninguna manera origina el fin de la violencia. Tenemos que comprender la causa de la violencia y dejar de alimentarla con nuestros pensamientos, sentimientos y acciones. Esta es una tarea ardua que requiere constante consciencia y percepción alerta de nosotros mismos y una inteligente flexibilidad, porque aquello que somos, eso es la sociedad y el mundo. El enemigo y el amigo son el resultado de nuestro pensamiento y de nuestra acción. Somos los responsables de crear división y enemistad. El recto pensar pone fin a la división. El recto pensar es amor, y este trasciende al amigo, al enemigo y desintegra lo que no debe ser.

## **Suplemento**

### **Sobre la ingestión de carne y el abuso a los animales**

La idea de este suplemento es hacerte pensar y animarte para que surja en ti la sensibilidad. No lo hemos realizado ni editado en este Boletín para degradar a ninguna persona que no haya adoptado un estilo de vida vegetariano. Estás a punto de adentrarte en este texto, y debes saber que es imprescindible que consideres lo que a continuación te comunicamos y no hagas como tanta otra gente, que ignora las horrendas realidades sobre el consumo de carne.

Todos aquellos/as que ingieren animales creen que tiene algún motivo para seguir haciéndolo. Pero hay muchas más razones para abstenerse de comer carne, y éstas son mucho más importantes y tienen más peso que los motivos que te llevan comer animales.

Vivimos en una cultura mundial que se autodenomina "omnívora", a pesar de que basta con analizar nuestra anatomía para darnos cuenta de que no somos omnívoros, que nuestro organismo no está preparado para ingerir cadáveres de animales. Además, innumerables estudios científicos han dejado bien claro que la dieta más sana existente es la vegetariana, y tú mismo/a puedes comprobarlo.

Día a día miles de animales son asesinados o maltratados indiscriminadamente con las siguientes justificaciones:

- Darle gusto al paladar.

- Llenar los bolsillos de dinero.
- Experimentar algún nuevo producto cosmético.
- Dar el último grito en la moda creando vestuarios a base de pieles o cueros.
- Para realizar algún rito de tipo tradicional o religioso (corridas de toros, fiestas patronales, santerías, etc.).
- Como espectáculo (circos, zoológicos, etc.)

Cabe preguntarse quien nos dio este "derecho" de alimentarnos de la sangre. Algunas personas que se autodenominan cristianos lo justifican bíblicamente, sin embargo la Biblia dice bien claramente "No matarás", y esta sentencia no tiene especificación alguna. Y ocurre que estas personas generalmente apenas cumplen con un 1 % de lo que dicta su doctrina, y esto anula totalmente esta excusa.

Otros se basan en que el animal no razona, lo cual es cierto, pero igual lo hace un bebé. Pero, a pesar de todo, los animales sí sienten temor, angustia y dolor al recibir maltrato o al darse cuenta de que están a punto de morir. Basta con observar el comportamiento de las vacas en las filas de los mataderos. Tal vez un animal no pueda filosofar, pero sí puede sentir dolor físico y angustia igual que tú lo puedes sentir.

Volviendo a lo anterior... El ser humano por su propia naturaleza y características orgánicas es HERBÍVORO, no es un depredador como algunos creen de manera ignorante. No poseemos garras ni dientes delanteros afilados, no tenemos "instinto cazador" y mucho menos la agilidad de un león, felino o canino alguno. Sin embargo, sí tenemos manos para recolectar y molares planos para masticar (semejantes a los de la vaca, el caballo, etc.) e incluso nuestro intestino es 12 veces más largo que nuestro cuerpo, lo que no permite una correcta digestión de la carne y, al tardar demasiado ésta en digerirse, se descompone y libera un sinnúmero de sustancias tóxicas, las cuales, a largo plazo, van destruyendo nuestro organismo.

La cultura del consumir carne ya no tiene justificación en la actualidad. Ya no vivimos en las mismas condiciones que hace miles de años, cuando el hambre y el sufrimiento impulsaron al primer ser humano a mojar sus labios con sangre. Hoy en día la matanza es innecesaria, pues poseemos un profundo conocimiento sobre los alimentos, sus beneficios y desventajas.

Este saber es lo suficientemente amplia como para permitirnos no depender de la carne para nuestra pervivencia. Además, la producción de productos agrícolas es mucho más fácil y requiere de una menor inversión de recursos que la producción de carne. No debemos olvidar que las verduras, legumbres, cereales y frutas son realmente la base de una alimentación sana y natural.

En general, la información con respecto a la alimentación vegetariana es prácticamente inexistente. En casi todos los países del mundo, abstenerse de ingerir animales puede ser incluso perjudicial para la salud mental. Tal vez suene exagerado, pero no es algo muy aceptado en una Tierra donde es usual tener costumbre de realizar asados, empanadas y, gracias a empresas norteamericanas como Mc Donalds, Burger King, Taco Bell, Pizza Hut, etc, ingerir las comidas "basura" o "chatarra" que en su gran mayoría llevan carne.

En unos pocos países como los mismo EE. UU. y alguno de Europa, muchas personas han dejado de envenenarse consumiendo animales gracias a la libre divulgación al respecto. En ellos se pueden ver "spots" publicitarios contra la vivisección, la peletería, e incluso en contra del consumo de carne. También por la elevada tasa de mortalidad a causa del cáncer y de enfermedades cardíacas, producidas por los altos niveles de colesterol, de grasa y toxinas originadas por la "alimentación" con carne animal.

Cada día son más las personas y las organizaciones que son sensibles al engaño de la alimentación animal. Muchas de ellas trabajan activamente desde hace años realizando campañas de información, ofreciendo apoyo y comprensión con el objeto de despertar las conciencias.

Esperamos que este suplemento haya despertado tu interés. En el apartado de nuestra Web de Higiene física, en La ingestión de animales encontrarás más información sobre este tema.

## **Nº 27. Agosto**

### **Contenido**

Editorial.

Tiempo para aprender.

Tiempo para reflexionar.

Espacio para un cuento.

Nuevas Publicaciones.

Suplemento.

### **Editorial**

Hace más de mil años un poeta sufí decía del sufismo que era un sabor, porque su objeto y su fin podrían definirse como una sabiduría directa de verdades trascendentes, más comparables con las experiencias de los sentidos que con el conocimiento que procede de la mente “¿Dónde está la sabiduría que perdimos con el conocimiento?”, anotaría para el caso un poeta de Occidente.

A menudo oímos hablar de la meditación, escuchamos hablar de la sabiduría, escuchamos hablar del conocimiento. Pero, en realidad, ¿cuál es el efecto, cuál es el uso de la sabiduría o el conocimiento?

Entender. Cuando entendemos la mente, no estamos a su merced. Cuando no la entendemos estamos perdidos en medio de ella. Es la diferencia entre estar dominado por el pensamiento o liberado de él.

Hay una clara diferencia entre sabiduría y conocimiento. Experimentamos un momento de entendimiento y decimos: “Ah, ¡así es la cuestión!” Luego pensamos: “Pero, ¿cómo es que sucedió?” y quizá más tarde trataremos de explicar a otros cómo fue. La experiencia de entender es sabiduría, pero tratar de capturar ese entendimiento, expresarlo en palabras, es conocimiento.

Todos tenemos conocimiento. Todos podemos expresar una serie de ideas lejanas. Pero si la sabiduría no precede al saber el conocimiento es de segunda mano, el entendimiento es de otro y por lo tanto carece de profundidad. Esta es la razón por la cual dos personas pueden usar el mismo

lenguaje para expresar una idea, pero la palabra de uno penetrará profundamente en nuestros corazones mientras que la del otro no hará más que rebotar en la mente. El poder de la experiencia detrás de la palabra, el ser detrás del conocimiento, es la sabiduría, la verdadera transmisión.

Por ejemplo, un libro puede decir que todos los seres humanos son uno. Pensamos: “Seguro, puedo ver que eso es verdad; todos tenemos un cuerpo y todo el mundo tiene una mente, compartimos emociones, todos ingerimos alimentos y respiramos aire, todos vivimos en este planeta”. Entiendo lo que eso significa. Luego, en un momento de conciencia profunda nos experimentamos sin estar separados de todo lo demás, en realidad, no hay un “algo más” del que estemos separados. Y pensamos: “Oh, ¡realmente somos todos uno!”. Estamos usando las mismas palabras que habíamos leído antes, pero son inadecuadas, porque el significado ha cambiado drásticamente. No puede ser comunicado, sólo puede ser experimentado. La sabiduría se encuentra a disposición en cada uno de nosotros y el trabajo de balancear la mente de manera que pueda iluminarnos, es el trabajo que debemos realizar sobre nosotros mismos para nosotros mismos.

Un aspecto del poder de la sabiduría es la habilidad de penetrar aquello que previamente se pensó como real. Cada vez que aprendemos algo nuevo y descartamos una opinión vieja modificamos la opinión. Pero la sabiduría es un aquietamiento, una luz interior en la que vemos lo que las opiniones son dentro de nosotros: no sólo esta opinión en contraposición a aquella otra sino lo que el opinionismo es. El opinionismo es la facultad que tiene la mente de colgarse de una opinión. Cuando nos abrimos a la mente de la sabiduría, vemos las cosas tal como son y decimos: “Bueno, mira cómo cambian las cosas”.

Por cierto, si tratáramos de encontrar una sola verdad en la que pudiéramos estar todos de acuerdo, ésa sería quizá aquella de que todas las cosas cambian. Las opiniones cambian constantemente, el cuerpo está constantemente cambiando, el mundo está constantemente cambiando, nuestras relaciones están constantemente cambiando. De tan simple, esta aseveración tiene una gran sabiduría. Esta sabiduría es generalmente bastante simple porque se aplica a todas las cosas. La verdad está en las cosas aquí y en las cosas allá. Es la verdad en la química o en la física, en la termodinámica o en la psicología. Cada una es sólo una forma diferente en la que reside la misma verdad. Es como la ley del karma, causa y efecto, estando esta relación igualmente manifiesta en las leyes del movimiento newtoniano que establece que en cada fuerza hay una fuerza igual y contraria en la dirección opuesta. Que la verdad pueda ser expresada en forma diferente en los distintos niveles de la experiencia, podría verse como una

paradoja pero, en realidad, se trata de la dificultad de aprehender la sabiduría del conocimiento dentro de las limitaciones del lenguaje.

Cuando comenzamos a meditar, se hace cada vez más claro que todo cambia de un instante a otro. Cuando nos sentamos apenas durante cinco minutos, tratando de mantener nuestra atención en la respiración frecuentemente pensamos: “No puedo mantener mi atención donde la deseo. Se mueve de este pensamiento a aquel otro, luego a esta sensación y a aquel olor, a algún sonido, y luego...” Notamos que por el ojo de nuestra mente pasa una cosa después de la otra. Vemos que todo es un fluir en constante cambio, yendo y viniendo. Cada momento lleva al siguiente.

Esta realización, de tan simple parece no ser sabiduría. Sin embargo, cuando en nuestro profundo interior experimentamos el cambio, cuando profundamente entendemos que nada es permanente, nuestra sabiduría se incrementa. Luego, descubrimos que nada de lo que queremos obtener puede darnos satisfacción duradera porque todo está en constante flujo y nada permanece para siempre. Todo lo que podría ser – la mejor comida, el encuentro sexual más satisfactorio, la mayor sensación de placer- todo vendrá y se irá como vino. Es esta condición la que nos da esa sutil y agria insatisfacción que llevamos dentro la mayoría del tiempo, aun cuando consigamos todo lo que queremos en nuestro profundo interior conocemos que todo cambiará eventualmente.

Esta realidad nos estrella contra nuestros conceptos de cómo las cosas son porque nuestros conceptos son cosas sólidas e imaginarias que no reflejan el cambio.

El concepto árbol, por ejemplo, es el de una cosa sólida y firme; no el de una cosa que crece, el de un organismo cambiante, sutilmente diferente de cualquier otro árbol de su especie, alterado por el clima, por su exposición a las inclemencias y a las condiciones de ese clima. Los seres humanos tenemos rótulos conceptuales fijos e incambiables en un mundo lleno de cambios, los cuales, por supuesto, causan una ruptura entre el concepto y la realidad, y esto ocasiona tensión.

En definitiva, no vemos la realidad. Solamente las sombras de esta realidad, la sombra de nuestros conceptos, nuestras definiciones, nuestras ideas del mundo. Aferrarse a estos conceptos crea el deseo de que el mundo refleje nuestra idea de cómo debe ser; pero el cambio siempre confronta nuestros conceptos con una realidad diferente de la que imaginábamos, y puede causarnos enojo o hacernos sentir derrotados; algo aislados de la verdad de las cosas por nuestro punto de vista fuertemente arraigado.

En medio de todo este cambio, es interesante notar que mucho de lo que experimentamos no es como realmente está pasando sino lo que creemos que está pasando. Sentados y escuchando no experimentamos realmente la audición. De alguna manera, estamos experimentando un comentario pasajero sobre lo que se está diciendo, quizá un juicio o la comparación con conceptos similares, o una seguidilla de pensamientos asociados recordados por la conversación. A un nivel, por supuesto, todo lo que en realidad está pasando es que el sonido está viajando por el aire y chocando contra los tímpanos y, a causa de la memoria y los mecanismos preceptuales la mente reconoce lo que se está diciendo.

De manera que no experimentamos lo que está pasando realmente, sino aquello que esta pasando en el mundo del pensamiento. La mayoría de nuestra experiencia es una reflexión ensoñada de la mente. No experimentamos nuestra propia visión o audición tanto como lo que creemos que estamos viendo u oyendo. Si olemos un perfume, estaremos experimentando su esencia un instante antes de que la experiencia directa de oler sea enterrada en la mente por una avalancha de pensamientos y de imágenes visuales asociadas. Un ejemplo de cuánto invertimos en el reino de los pensamientos se pone en evidencia en nuestra relación con el mundo del tacto. Por ejemplo, cuando las manos se acercan a tocar a un compañero sexual, se considera que ésta es una sensación agradable. Pero cuando la mano alcanza una pila de basura, se considera que esta es una sensación desagradable; si la mano toca una pared, puede que ésta sea una sensación indiferente. Pero todo lo que está pasándose, en realidad, la presión ejercida por la mano sobre la punta de los dedos; el resto esto una forma de pensamiento conceptual proyectada por el deseo y el condicionamiento.

El poder de la sabiduría es despertarnos a la experiencia directa de las cosas como son, alejarnos de nuestra ceguera y permitirnos vivir más nuestra vida, además de experimentar el mundo desde un punto de vista conceptual, donde todo lo que llamamos realidad es un sueño o la sombra de un sueño.



## **Tiempo para aprender.**

### **Cómo tratar la ira, el odio y el enfado.**

La ira, el odio y el enfado son unas de las perturbaciones mentales más comunes y destructivas que nos afectan casi todos los días.

Para solucionar el problema de la ira, el odio o el enfado lo primero que debemos hacer es reflexionar y reconocer que nos perjudican tanto a nosotros mismos como a las demás personas. También debemos considerar los beneficios que aporta el tener paciencia con las dificultades.

Muchos buscan métodos para eliminarlos o reducirlos, para evitar que vuelvan a surgir. Este no es el camino más adecuado, pues quienes lo recorren no se dan cuenta de que todo lo que ocurre en el campo de la consciencia de un ser humano es un libro lleno de conocimiento... que debe abrir y leer. Hay que saber que si uno actúa de manera ignorante, sin una comprensión profunda de la realidad, las acciones que realiza son siempre la causa de ulteriores conflictos y sufrimientos.

¿Qué son la ira, el odio, la malevolencia y el enfado? Son una mente perturbada que observa un objeto animado o inanimado, piensa que es desagradable, exagera sus malas cualidades y desea perjudicarlo.

Por ejemplo, cuando alguien se enfada con su pareja, le parece desagradable. Después, exagera sus malas cualidades recordando todo lo que le disgusta de ella y olvidando su bondad, crea en su mente la imagen de una persona exclusivamente llena de faltas. Entonces, desea perjudicarla de algún modo, por ejemplo, criticándola o despreciándola.

Puesto que estas imperfecciones están basadas en una exageración y por lo tanto no se aprecia la verdad, la persona o el objeto que la mente cree observar, en realidad, no existe. Además, quien “mira” es una mente destructiva que no nos beneficia en absoluto.

Después de comprender la naturaleza de esta clase de perturbación y las desventajas de generarlas, debemos observar nuestra mente con atención en todo momento para verlo en el momento que surja.

La manera más apropiada para tratar estas impurezas es vivir consciente y atentamente, ver como surgen, sin juzgar ni condenar, y comprender las causas que los provocan. Estas imperfecciones surgen siempre por unos

motivos, y nuestro trabajo, en esta escuela que es la vida cotidiana, radica en comprenderlos y aprender. Entender esto es esencial.

## **Tiempo para reflexionar.**

Si reflexionas sobre este breve texto, si permites que estas pocas palabras te vayan enriqueciendo con su profundo significado, de la misma manera que el agua vivifica a un árbol, tu esencia transmutará.

### **La luz en uno mismo.**

Cuando miramos a nuestro alrededor vemos la guerra, la pobreza, el hambre, el terrorismo, la corrupción política y religiosa, la expoliación del medio ambiente y el gran sufrimiento en el que viven los seres humanos, incluso los más acomodados.

Durante toda nuestra historia hemos dirigido la mirada al exterior, hemos dependido de los “expertos” que acaparan y manipulan la información, de los consejeros terapeutas, “educadores” y líderes religiosos para resolver nuestras convulsiones personales y colectivas. Pero, a pesar de ello, continúan los problemas fundamentales del miedo, el conflicto, la relación y las vidas sin sentido.

Para solucionar los graves problemas por los que pasamos los seres humanos debemos volver nuestra mirada hacia el interior, conocernos a nosotros mismos, hemos de comprender los conflictos profundamente arraigados en el interior del ser humano y, por consiguiente, de la sociedad, pues somos el mundo; nuestro caos personal crea el desorden global.

Una nueva conciencia y una moral totalmente nueva son indispensables para producir un cambio radical en la cultura y en la estructura social, y cada uno de nosotros, por poco que se lo proponga, puede descubrir la fuente de la verdadera libertad, sabiduría y bondad.

Esto es obvio. No obstante, la izquierda y la derecha y los revolucionarios parecen pasarlo por alto. Todo dogma, toda fórmula e ideología forman parte de la vieja conciencia, son las invenciones del pensamiento, cuya actividad es fragmentación: la izquierda, la derecha y el centro.

Uno ve la necesidad de un cambio social, económico y moral, pero la respuesta procede de la vieja conciencia, don el pensamiento es el actor principal. El desorden, la confusión y la aflicción en que los seres humanos nos hemos sumido están dentro del área de la vieja conciencia, y si eso no cambia profundamente, cualquier actividad humana, ya sea política, económica o religiosa, sólo nos conducirá a la destrucción, tanto mutua como de la tierra. Esto es muy obvio para las personas sensatas.

Uno tiene que ser una luz para sí mismo; esta luz es la verdadera Ley. No hay otra. Todas las demás leyes están hechas por el pensamiento y, por consiguiente, son fragmentarias y contradictorias. Ser una luz para sí mismo significa no seguir la luz de otro, por muy razonable, lógica, histórica y convincente que sea. Tú no puedes ser una luz para ti mismo si te amparas en las oscuras sombras de la autoridad, del dogma, de la conclusión. La moral no está hecha por el pensamiento; no es consecuencia de la presión ambiental; no es del ayer, de la tradición. La moral es hija del amor, y el amor no es deseo ni placer. El goce sexual o sensorial tampoco es amor.

La libertad es ser una luz para sí mismo; entonces no es una abstracción, algo ingeniado por el pensamiento. La verdadera libertad es ser libre de la dependencia, del condicionamiento mental, del apego, del afán de experiencia. Ser libre de la estructura misma del pensamiento es ser una luz para sí. En esta luz tiene lugar toda verdadera acción y, por consiguiente, nunca es contradictoria. La contradicción sólo existe cuando esa luz está separada de la acción, cuando el actor está separado de la acción.

El ideal, la creencia, el principio, es el movimiento estéril del pensamiento y no pueden coexistir con esta luz; lo uno niega lo otro. Donde esté el observador, esta luz y este amor no existen. La estructura del observador está compuesta por el pensamiento, el cual nunca es nuevo ni libre.

No hay ningún “como”, ningún sistema o práctica para que esta luz esté en uno mismo, para ser esta luz. Como camino para que esa luz pueda existir está el ver que es el hacer adecuado.

Tú tienes que ver, pero no a través de los ojos de otro. Esta luz, esta ley, nos es ni tuya ni de otro. Sólo hay luz. Esto es amor.

Si deseas investigar la Vida desde esta perspectiva puedes visitar el espacio de nuestra página “Higiene espiritual”.

### **Espacio para un cuento.**

Hace ya un tiempo, un hombre castigó a su pequeña niña de tres años por desperdiciar un rollo de papel de envoltura dorado. El dinero era escaso en esos días por lo que explotó en furia, cuando vio a la niña tratando de envolver una caja para ponerla debajo del árbol de Navidad, sin embargo, la niña le llevó el regalo a su padre la mañana siguiente y le dijo:

“Esto es para ti, Papito”

El se sintió avergonzado de su reacción iracunda, pero volvió a estallar cuando observo que la caja estaba vacía. Le volvió a gritar diciendo:

“¡¡¡Que no sabes que cuando das un regalo a alguien se supone que debe haber algo dentro!!!”

La pequeña volteo hacia arriba con lágrimas en los ojos y dijo:

“Oh, papito, no esta vacía. Yo sople besos adentro de la caja. Todos para ti, Papi.”

El padre se sintió morir. Puso sus brazos alrededor de su niña y le suplico que lo perdonara.

Se ha dicho que el hombre guardó esa caja dorada cerca de su cama por años y siempre que se sentía derrumbado, él tomaba de la caja un beso imaginario y recordaba el amor que su niña había puesto ahí.

En una forma muy sensible, cada uno de nosotros los seres humanos, hemos recibido un recipiente dorado, lleno de amor incondicional y besos de nuestros hijos, amigos, familia. No desdeñemos ninguno de ellos, utilízalos y darás sentido a ese amor.

## Suplemento

### La deuda ecológica.

Desde 1996 los campesinos e indígenas del mundo entero se movilizan y luchan frente al neoliberalismo que atenta directamente contra sus derechos comunes y causa severos impactos en la agricultura campesina. Desde su aplicación, las políticas neoliberales en el campo han empobrecido millones de campesinos y trabajadores rurales, así como a enormes sectores de pescadores artesanales.

Las principales demandas campesinas que se enarbolan desde las luchas locales y globales plantean una reforma agraria justa, la defensa de la agricultura campesina y el acceso a las semillas, frente a las corporaciones transnacionales, así como la defensa de la soberanía alimentaria.

Si bien es cierto que los movimientos indígenas y campesinos en el Sur, han comenzado a poner como un punto importante en sus luchas el reclamo de la deuda ecológica, esto no ha sido visto aún como una prioridad, principalmente por la necesidad de avanzar en la definición del concepto de la deuda ecológica, así como en la posibilidad de que de manera practica esta deuda pueda ser restituida de alguna forma. Esto implica también la necesidad de hacer reformas en el sistema jurídico internacional.

La Deuda Ecológica es la deuda contraída por los países industrializados del Norte del mundo hacia los países del Sur, debido a la explotación indiscriminada de los recursos naturales en todo el planeta, y de la ocupación del espacio ambiental global para el depósito de los residuos tóxicos. Hoy más que nunca, los efectos de esta política miope e inconsciente se muestran en su actualidad urgente: lo testimonian las catastróficas variaciones climáticas, el general empobrecimiento de las poblaciones del sur del mundo, la difusión de epidemias entre seres humanos y animales, los siempre más grandes conflictos entre el norte y el sur de la Tierra en la espiral "guerra-terrorismo", en las migraciones, en la reducción de la biodiversidad, etc.

En este proceso de inexorable empobrecimiento del planeta es fundamental afirmar el concepto de Deuda Ecológica como contraparte de la Deuda Económica, para construir un camino de relaciones entre norte y sur basada en el reconocimiento recíproco, en la justicia social y en la paz.

La deuda ecológica es una deuda histórica que se ha generado, desde los tiempos de la era colonial y desde el inicio de la revolución industrial, y sigue creciendo por varios factores. Algunos de ellos son los siguientes. El primero

se refiere a los pasivos ambientales generados por la extracción de recursos, como minerales o hidrocarburos, que causa el deterioro de los ecosistemas y la base de supervivencia de muchos pueblos en el Sur del mundo. También la deuda ecológica se genera por la apropiación indebida y abusiva de los espacios ambientales como la atmósfera, lo que provocan los cambios climáticos o la pérdida de la capa de ozono; un tercer factor es la exportación desde el Norte hacia el Sur de desechos tóxicos, sustancias químicas y biológicas que se usan en los conflictos bélicos.

Hay, sin embargo, tres factores que son de suma importancia en cuanto al mantenimiento de la soberanía alimentaria en las comunidades y países del Sur. Nos referimos a la deuda ecológica por biopiratería, que corresponde a la apropiación ilegítima e ilegal de material biológico y de conocimientos ancestrales asociados, que son aprovechados por empresas farmacéuticas o de semillas y alimentos y de biotecnología, por lo que tenemos que pagar regalías: a la deuda ecológica por los impactos de la imposición de los paquetes tecnológicos impuestos a través de la revolución verde que incluyen semillas "mejoradas" y agrotóxicos como plaguicidas y fertilizantes, así como la actual introducción de semillas genéticamente modificadas. Finalmente, debemos mencionar el intercambio ecológicamente desigual.

En la división internacional del trabajo, el Sur es proveedor de materias primas como minerales, gas, petróleo, conocimientos tradicionales y reservas de biodiversidad (agrícola y silvestre), mientras que el Norte es el procesador y redistribuidor de estos materiales. Las relaciones injustas entre el inmensamente diverso Sur y el Norte (cuya riqueza radica en tecnologías muchas veces nefastas para la salud humana y para el medio ambiente), son también parte de esa deuda ecológica.

También, otra de las frecuentes demandas de los sectores rurales, ha sido la lucha por una solución digna y justa frente al problema de la deuda externa del Tercer Mundo. La relación directa e indisoluble entre la deuda externa y la deuda ecológica, es fácilmente reconocible. La deuda externa genera deuda ecológica tanto por la orientación de los créditos adquiridos, sobre todo hacia actividades que producen impactos sociales y ambientales, cuanto por la presión sobre los ecosistemas para generar divisas para el pago de los intereses de la deuda, sobre todo a través del fomento de las exportaciones.

El pretender pagar estos créditos con recursos naturales y a costa del medioambiente implica una hipoteca del futuro de nuestros pueblos.

El Fondo Monetario Internacional, el Banco Mundial y también el Banco Interamericano de Desarrollo, son deudores de una deuda ecológica generada

por las políticas neoliberales que favorecen el libre mercado, la apertura comercial, el fomento de los cultivos extensivos, la privatización de los recursos como el agua, la aplicación de leyes de propiedad intelectual, la violación de los derechos de los agricultores y otras consecuencias.

El modelo agroexportador es un generador neto de deuda ecológica, pero la revolución verde, por su parte, también tiene su propia cuota dentro de la deuda ecológica.

A partir de los años 60, en los países del Sur del Mundo comenzó a aplicarse las reformas agrarias. A pesar de que se entregaron considerables porciones de tierras a los campesinos e indígenas, en pocos años el sector agrícola empezó a decrecer. En primer lugar por el aumento de la protección a la industria y en segundo lugar por el gran fomento a la revolución verde. En este caso, nuevamente el Banco Mundial jugaría un papel muy importante con la creación del CGIAR (Grupo Consultivo de Investigación Agrícola Internacional), con el apoyo de las Naciones Unidas a través de la FAO y del PNUD.

Como resultado de esto, se incrementaron los monocultivos, así como el uso de plaguicidas (muchos de ellos actualmente prohibidos), se alteraron los sistemas de agricultura campesina, hubo pérdida de la fertilidad de los suelos, la sustitución de semillas de variedades tradicionales por semillas mejoradas, etc. Esto provocó no sólo que la productividad disminuyera, sino que los impactos ambientales hayan sido tremendos, como la erosión de los suelos, la erosión genética, y la afectación de la salud de trabajadores agrícolas. De acuerdo a cifras recogidas por la organización "Acción Ecológica" de Ecuador, después de 20 años de revolución verde, el número de personas hambrientas en el mundo ha aumentado más del 10%, a pesar de que en ciertos periodos aumentaba la disponibilidad e alimentos.

Con el intercambio desigual, en realidad hay una distribución internacional desigual de los costos y de los beneficios, habiendo un desplazamiento de los costos ambientales hacia los países del Sur, de manera que los países del Norte puedan mantener sus altos estándares ambientales dentro de sus fronteras. Esta relación Norte-Sur ha permitido que los países industrializados del Norte mantengan su nivel de vida, patrones de consumo y producción y su hegemonía, desde el desarrollo mismo del capitalismo. Por ello, para el Norte esta situación debe ser mantenida, a cualquier costo, inclusive a través de procesos de integración regional, en infraestructura y económica, o la ocupación de territorios a través de la fuerza.

### *El coste de la deuda ecológica.*

Se han desarrollado varias metodologías para calcular la deuda ecológica y sus componentes. Nosotros mencionaremos algunas que evidencian el intercambio desigual.

En este caso, una forma es el análisis de flujos de materiales, que demuestra que hay regiones del mundo que tienen un excedente de importaciones físicas mientras que otras presentan un déficit en el intercambio físico. El balance físico se lo obtiene restando las exportaciones de las importaciones. Un déficit significaría para un país una pérdida de los recursos naturales.

Lo innovador de esta propuesta es que rebasa el concepto monetario de la balanza comercial de los países y la pone en términos de toneladas. Por ejemplo, en los países europeos, las importaciones físicas exceden las exportaciones físicas. Principalmente debido a la importación de combustibles fósiles y minerales. Mientras que los países del Sur son exportadores netos de recursos naturales.

Un análisis monetario daría resultados inversos, principalmente si tomamos en cuenta el valor de los recursos en el mercado internacional de los productos primarios en el mercado internacional. De hecho, los datos indican que en promedio las exportaciones de la Unión Europea tienen un valor cinco veces mayor que sus importaciones.

El flujo de materiales del Sur al Norte se incrementa en términos físicos de forma exponencial, mientras que el precio de estos recursos decrece a lo largo del tiempo.

Esto significa que el Sur debe exportar cada vez mayores cantidades de recursos para obtener la misma cantidad (o menos) de dinero, por ellos. Por otro lado, estas exportaciones de minerales o productos agrícolas, no reflejan en sus precios los costos por daños ambientales o por la pérdida de la calidad el suelo a través de la exportación de nutrientes, etc.

El intercambio desigual no debe verse en el sentido de la simple internacionalización de los costos sociales y ambientales, sino como una economía autocentrada. Es decir la solución no se encuentra en que el precio sea mayor, ya que esto, incrementaría el afán de exportar con el consecuente impacto socioambiental y el desmedro de la satisfacción de las necesidades a nivel interno.



En la retórica de la apertura comercial se habla mucho de la necesidad imperiosa del retiro de los subsidios a la agricultura y la eliminación de barreras arancelarias. Esta es una propuesta de doble filo. Por un lado, es verdad que los perversos subsidios en el Norte causan distorsiones en el mercado, introduciéndose en los países del Sur productos agrícolas muy baratos rompiendo con la posibilidad de que los agricultores puedan vender sus productos a nivel nacional, pero al mismo tiempo, la eliminación de estos subsidios en el Sur no permitiría que los pequeños agricultores mantengan sus niveles de producción. Sobre la eliminación de barreras en el Norte, también se podría incentivar aun más la especialización primario exportador en el Sur, aumentándose los volúmenes de exportación de productos agrícolas e incrementándose aún más la deuda ecológica.

No se trata solamente de que el Norte pague al Sur mejores precios por sus productos, o que se creen mecanismos de mercados justos, o que se establezcan impuestos por la pérdida de capital natural o para la restauración ambiental. De lo que se trata es que hay que cambiar una economía basada en las exportaciones y en el fomento de la competitividad (que mantiene salarios muy bajos y disminuye los costos para la protección ambiental y para la seguridad laboral). Para esto es una prioridad iniciar el camino hacia el reconocimiento y restitución de la deuda ecológica ya generada por el modelo primario exportador.

### *Las estrategias para alcanzar el reconocimiento de la deuda ecológica.*

El reconocimiento de la deuda ecológica puede alcanzarse de diversas formas, puede ser a través de la cuantificación que hemos planteado anteriormente y a través de demandas legales (a nivel nacional e internacional). Sin embargo, hay una ausencia de jurisdicción para la Deuda Ecológica, entendida en el sentido de la facultad del derecho para determinar la solución jurídica adecuada para los conflictos relacionados con la deuda ecológica. Por eso, las estrategias deben buscar primero su reconocimiento legal, para que pueda haber obligaciones jurídicas internacionales. Su reconocimiento y restitución debe estar consagrado como una regla o norma jurídica.

Este reconocimiento legal también permitirá definir quienes son los agraviados (los acreedores ecológicos) y quienes los que tienen la responsabilidad legal (los deudores ecológicos), ya sea a nivel nacional como internacional. Las responsabilidades de los deudores ecológicos, hacia a los acreedores, deben responder a mecanismos de sanción penal o de reparación

civil, al haber éstos cometido actos ilícitos o haber violado las leyes nacionales o internacionales.

La mejor forma de que la deuda ecológica se reconozca es la firmeza en su reivindicación y la resistencia, no solo como una forma de detener el crecimiento de la misma deuda ecológica, sino como una manera de construir o preservar sociedades sostenibles.

La demanda de la restitución de la deuda ecológica no pretende solamente que haya una compensación monetaria por el agua contaminada o por los suelos degradados o la pérdida de nutrientes, por el uso de conocimientos de los campesinos o indígenas o por la no disponibilidad de minerales o biodiversidad en el futuro, la deuda ecológica es un mecanismo que permite a los movimientos del Sur unirse de una manera más sólida y seguir juntos en la lucha por la justicia y por lo que debe ser.

La propuesta de la deuda ecológica tiene muchos matices, estos pueden ser éticos, políticos, económicos, metodológicos, etc., pero lo que más la caracteriza es la pretensión revolucionar las relaciones Norte-Sur.

Por todo esto que estamos describiendo, los campesinos e indígenas, a través de la incorporación de la campaña por la deuda ecológica en sus demandas, como acreedores, son parte importante en este proceso, y gestores de esta revolución.

Es imprescindible que las personas inteligentes, aquellas que presentan una elevada moral y viven la más genuina vida espiritual, pertenezcan al país que pertenezcan, se coordinen y cooperen con las organizaciones libertarias, ecologistas, de derechos humanos y de comunidades locales, apoyen la resistencia a las actividades de explotación y denuncien la injusticia allá donde esta se produzca.

## **Nº 27 bis. Boletín Especial. Agosto**

### **Artículo 1º**

El lastre que supone al mundo el terrorismo cada día se hace más pesado, si este se hizo inmenso en Kenia o Tanzania, se agrandó aún más en Nueva York, luego en Bali, Casablanca, Madrid... Ahora ha tocado Londres.

No se que se puede decir ahora mismo sobre este terrible asunto; durante los próximos días oiremos análisis sobre lo sucedido, veremos fotos que nos conmocionarán, escucharemos a los “sabios” de turno aprovechar la macabra situación para reafirmarse en sus absurdas tesis de turno, las cuales han conducido en gran medida a la situación actual.

Lo que está claro es que de nuevo, como en Nueva York, además de las víctimas humanas hay otra baja en el atentado de Londres. Las libertades individuales, unas libertades que con cada atentado vamos perdiendo todos los ciudadanos “libres”. No es de recibo, que con el pretexto de una mayor seguridad nos hagan desaparecer las libertades y la privacidad que tanto tiempo y sufrimiento nos costo lograr. Ahora, quieren controlar estrictamente las llamadas telefónicas y los correos electrónicos. Alegan que es indispensable para nuestra seguridad. Parecen no conocer la máxima aquella que dice “Hecha la ley, hecha la trampa”, pero eso claro lo harán los terroristas, que pronto encontrarán la forma de tener correspondencia segura. Para los demás, para nosotros, simplemente quedará un control aún más férreo del Gran Hermano.

En fin, sólo queremos transmitir desde este modesto sitio, nuestras condolencias a todos los británicos y a los que han sufrido estos atentados que no son otra cosa que macabros actos perpetrados por asesinos. Tampoco nos gustaría olvidar todas esas víctimas inocentes que los medios de comunicación suelen olvidar, los muertos de Irak, los de Afganistán, Chechenia y tantos otros sitios que sufren y padecen lo mismo que los de Occidente, con el agravante de que allí eso no es noticia.

Ojalá, algún día, los ciudadanos de todo el mundo puedan vivir tranquilos, sin que un día cualquiera, elegido seguramente al azar por los crueles terroristas, se levanten con la terrible noticia de un atentado que ha plagado de muertos, desolación y tristeza a todos los seres humanos.

## Artículo 2º

La responsabilidad empieza el día fatídico en que se condena por primera vez a un inocente, a sabiendas de que su sentencia –pese a ser formalmente legal- es radicalmente injusta.

No hay más justicia que la justicia del caso concreto. Ahí se halla la razón profunda de uno de los pilares fundamentales de la civilización occidental: su afirmación de que cada persona, en sí misma considerada, es el sujeto único e irrepetible de su propia historia, por lo que no se puede privar de la vida a nadie en aras de un pretendido interés colectivo superior, más allá de los estrictos límites de la legítima defensa.

Así se ha desarrollado, siglo tras siglo unos derechos humanos que –vertebrados por los principios de libertad, igualdad y solidaridad- han constituido el impulso profundo del desarrollo y progreso de Occidente.

Todo esto viene a cuento de una tremenda noticia llegada desde Londres. El comisario jefe de Scotland Yard, sir Ian Blair, ha pedido disculpas por la muerte del brasileño de 27 años Jean-Charles de Menezes, abatido por siete tiros en la cabeza por la policía en una estación de metro de Londres al ser confundido con un terrorista suicida. No obstante, Blair no ha descartado que hechos como los del viernes puedan volver a ocurrir ya que, según ha señalado, la policía seguirá aplicando su nueva política de “tirar a matar” a los sospechosos de preparar o cometer atentados, “para proteger” a los ciudadanos.

Lo peor de esta historia no son los hechos, pese a ser terribles, sino su pretendida justificación con el desvergonzado argumento de que todo vale “para proteger a los ciudadanos”. Porque, desde que el fuego, el dolor y la sangre alcanzaron al corazón del imperio americano, Occidente ha iniciado, bajo el liderazgo de los dos grandes países anglosajones y con olvido de sus raíces culturales, un camino que pasa por la utilización sin complejos de la violencia no sujeta a norma y que conduce al enrocamiento en defensa cerrada de los propios intereses. La injusta guerra preventiva contra Irak, la venganza de Guantánamo y la muerte de De Menezes son etapas de la ruta equivocada que hemos tomado.

Está claro que hay que luchar contra el terrorismo; y que hay que hacerlo desde la convicción de que, más allá de la voluntad firme de eliminar las situaciones de injusticia que pueden propiciar su aparición, todos los terroristas son la máxima expresión de la ignorancia del ser humano y que son potencialmente unos nihilistas que no atienden más razón que la de la

fuerza –que sólo se hace efectiva mediante la violencia- pero ha de ser legítima, es decir, ha de estar sujeta a norma. De lo contrario, se comete un crimen y se incurre en un error, porque el respeto a la ley es el eje axial de nuestra cultura, sin el cual dejamos de ser nosotros mismos.

En la aparente fortaleza de la injusticia provocada por la violencia no sujeta a norma, se halla el inicio de toda decadencia. Por ello, si hoy doblasen las campanas, deberían hacerlo no sólo por el pobre De Menezes, muerto en la sinrazón, sino por todos nosotros, que, al ser infieles a las raíces de nuestra cultura, estamos comenzando a andar el camino que conduce inexorablemente primero a la frustración y después a la derrota.

Esa es la verdadera victoria del terrorismo, hacer que no seamos nosotros mismos.



## Nº 28. Septiembre

### Contenido

Editorial.

Tiempo para aprender.

Tiempo para reflexionar.

Nuevas Publicaciones.

Suplemento.

### Editorial

Todos, en mayor medida por acción o por omisión, mentimos. Lo hacemos en la medida que no decimos lo que pensamos o que decimos o que decimos lo que no pensamos o no sabemos, o incluso lo que sabemos incierto. La pérdida de la espontaneidad es un proceso evolutivo cuyas etapas vamos consumiendo desde niños, conforme se asienta en nosotros la convicción de que la sinceridad no siempre es posible ni conveniente porque puede causar perjuicios al receptor de la comunicación, o al propio emisor.

Hay mentiras socialmente más positivas que ciertas verdades incontestables: son muchas las situaciones en que una mentira sabiamente transmitida genera un efecto beneficioso, o cuando menos paliativo, como para que establezcamos categorías morales radicales sobre esta aparente dicotomía ética: verdad-mentira. Si a esto unimos que todos, antes o después, mentimos u ocultamos verdades relevantes, quizá convendría desdramatizar en hecho de la mentira para poder así abordarlo con más sensatez y sentido de la medida.

Según el diccionario mentir es “decir algo que no es verdad con intención de engañar”. Y si buscamos una definición más académica, nos topamos con “expresión o manifestación contraria a lo que se sabe, cree o piensa”. Así que quien engaña o confunde sin ser consciente de hacerlo, no miente: simplemente transmite a los demás su propia equivocación. La relación que cada persona mantiene con la mentira, es bien distinta a la de los demás. Hay quienes sólo recurren a la mentira cuando es compasiva, o cuando les proporciona resultados positivos sin generar engaño importante o si se trata de un asunto banal. Y también los hay que mienten a menudo, casi por

costumbre y sólo en temas poco relevantes. Pero no podemos olvidar a quienes mienten esporádicamente pero a conciencia, generando daño a los demás o persiguiendo beneficios personales de diversa índole. Y también, los hay que mienten, o callan verdades necesarias, por timidez, por vergüenza o por falta de carácter.

Algunas personas no mienten nunca (o casi nunca) por razones bien distintas de la ética: por miedo a ser descubiertos, por pereza (no hay que recordar los detalles de la mentira en el futuro), por orgullo (¿cómo voy a caer tan bajo?)

Mentimos por muchas razones: por conveniencia, odio, compasión, envidia, egoísmo, o por necesidad, o como defensa ante una agresión... pero dejando al margen su origen o motivación, no todas las mentiras son iguales. Las menos convenientes para nuestra evolución son las mentiras en que incurrimos para no responsabilizarnos de las consecuencias de nuestros actos. Y las menos admisibles son las que hacen daño, las que equivocan y las que pueden conducir a que el receptor adopte decisiones que le perjudican. Concluyamos, por tanto, que los dos parámetros esenciales para medir la gravedad de la mentira son la intención que la impulsa y el efecto que causa.

Quien oculta la verdad retiene parte de la información que para el interlocutor puede ser interesante pero, en sentido estricto, no falta a la verdad. Sin embargo, quien falsea la realidad da un paso más, al emitir una información falsa con etiqueta de real. Resulta más fácil mentir por omisión (no se necesita urdir historias inciertas, y hay menos posibilidades de ser descubierto) y socialmente este tipo de engaño se tiene por menos censurable, a pesar de que puede resultar tanto o más dañino e inmoral que la mentira activa. Se recurre asimismo al falseamiento cuando se ocultan emociones o sentimientos que aportan información relevante, en la medida que pueden inducir a error de interpretación o a iniciar acciones inadecuadas.

También podemos mentirnos a nosotros mismos, por evitar asumir alguna responsabilidad, o por temor a encarar una situación problemática, o por la dificultad que no supone reconocer un sentimiento o emoción. Invariablemente, antes o después, este autoengaño nos lleva a mentir a los demás. Otras formas de mentir son las “verdades a medias” (el mentiroso niega parte de la verdad o sólo informa de parte de ella) y las “verdades retorcidas”, en las que se dice la verdad pero de un modo exagerado o irónico que el interlocutor, casi ridiculizado, la toma por no cierta.

La mentira también tiene sus clases. La mentira racional persigue un interés concreto, es malévola y se emite con la intención de perjudicar o engañar. En la mentira emocional, lo que se dice o hace no concuerda con la situación



emocional de la persona. Y en la mentira conductual hacemos creer que somos lo que no somos: más jóvenes, mejor informados, menos anticuados... Pero hay también más clases de mentiras: chismes, rumores y las mentiras piadosas.

Nuestra relación con la mentira la podemos ver como un baremo que mide nuestro grado de responsabilidad y madurez, cómo afrontamos las frustraciones, y si mostramos una coherencia en las actitudes y comportamientos en nuestra vida.

El cimiento sobre el que se edifican las relaciones humanas es la confianza. La relación entre los seres humanos no precisaría de la confianza si fuéramos transparentes, pero no lo somos.

La mentira puede hacer daño al destinatario pero en última instancia a quien más perjudica es al mentiroso, ya que le convierte en una persona poco fiable, indigna de confianza y carente de crédito. Lo dice el refrán: “En la persona mentirosa, la verdad se vuelve dudosa”.

## **Tiempo para aprender.**

### **Formación Espiritual.**

Es sorprendente la asombrosa apatía que muchas personas tienen sobre los asuntos espirituales, y esta es la razón por la que los seres humanos atravesamos los más difíciles momentos de sufrimiento.

Cuando estamos vacíos espiritualmente, cuando nuestra vida se satisface con éxitos superficiales, con el dinero, las apariencias, la capacidad de enriquecerse a costa de los demás, cuando la apariencia física y los adornos priman y cuando se llega hasta a negar la existencia de Dios, se abren fisuras en el interior del ser humano que le llenan de trastornos tales como el egoísmo, la violencia, la maldad, los vicios y una larga lista de calamidades que se producen actualmente.

Conocer la verdadera importancia de nuestra existencia, nuestro valor como seres humanos, reconocer el Ser Interior, que como chispa de vida divina permite que experimentemos la vida en este plano para que podamos progresar como espíritus, es lo que nos hará valorar nuestra vida, aquí y ahora, como buena, útil y positiva.

Por eso es tan importante la Educación Espiritual, la asimilación de ese conocimiento que es patrimonio de la humanidad y que no pertenece a ninguna religión o secta.

En el aprendizaje espiritual debe prevalecer la aplicación del AMOR. El amor en la pareja, el amor a nuestros semejantes, el amor a nuestro entorno ambiental, el amor en todas sus manifestaciones. La manifestación del amor elevará las vibraciones de nuestro ser y de nuestro pensamiento, y esto afectará absolutamente todas las manifestaciones de nuestra vida. Debe prevalecer también el firme propósito de eliminar, mediante la tremenda fuerza de la comprensión, los pensamientos y los sentimientos egoístas y que desean el mal de los demás.

Al elevar el pensamiento y el sentimiento elevamos nuestras vibraciones y estas se irradian hacia los demás bienestar, afecto, comprensión, ternura. Hasta nuestros ojos dicen si el pensamiento y el sentimiento son limpios, y si es verdad que los ojos son el espejo del alma, entonces la fuente de donde provienen nuestros pensamientos y sentimientos es el Alma. Seguramente que todos hemos experimentado una mirada de amor, de ternura de confianza, pero también, y piensa ahora en la diferencia, hemos soportado una mirada de reproche, de juicio, de incomprensión. Tanto las unas como las otras provienen de nuestro Espíritu y solo se transforman con el pensamiento y el sentimiento.

El principal compromiso que tenemos en nuestra vida es ser consciente, amar y obrar apropiadamente. Esta es la más profunda y verdadera espiritualidad, y requiere siempre crecer espiritualmente.

Cuando crecemos espiritualmente, nuestro crecimiento redunda en beneficio de toda la humanidad. Sin embargo, al no formarnos espiritualmente damos la oportunidad a que sean fuerzas oscuras y siniestras (como las que alimentan el egoísmo, la intolerancia, el racismo, la ambición, los nacionalismos, el rencor, el odio, etc.) las que gobiernen nuestra existencia.

Es necesario que nos formemos espiritualmente para que germine y florezca en nuestro interior la semilla de la inteligencia y del amor.

### **Tiempo para reflexionar.**

Si reflexionas sobre este breve texto, si permites que estas pocas palabras te vayan enriqueciendo con su profundo significado, de la misma manera que el agua vivifica a un árbol, tu esencia transmutará.

## Descubrir si vive Dios.

Lo que a continuación te voy a explicar te podrá parecer a primera vista un tanto complejo, pero si te relajas y equilibras, si sigues atentamente la lectura puede que te encuentres con una profunda y, a la vez, sencilla revelación.

Para descubrir si Dios existe, si existe algo sagrado que se encuentre más allá de las creaciones de nuestra mente ésta, la propia mente, ha de estar en un absoluto silencio, en un estado de completa e intensa percepción... mas en un completo silencio.

Debemos dejar de lado todas las ideas, conceptos y teorías y averiguar por nosotros mismos si existe algo sagrado (pero no nos referimos a las palabras o a los libros, porque las palabras y las letras nacen del pensamiento y no son la cosa, la descripción no es lo descrito). Debemos averiguar si hay algo real, no una imaginación, algo ilusorio, fantasioso, no un mito, sino descubrir si existe una realidad que nunca puede ser destruida, una verdad que es perdurable.

Para descubrir eso, para dar con eso, toda clase de autoridad, especialmente la espiritual, debe ser totalmente descartada, porque la autoridad supone conformismo, obediencia, aceptación de ciertas ideas, creencias o pautas. Para descubrir nuestra mente debe ser capaz de mantenerse sola, de ser su propia Luz.

Seguir a otro, pertenecer a un grupo, practicar métodos de meditación u oración prescritos por alguna autoridad, por la tradición, es totalmente irrelevante para el ser humano que investiga la cuestión de si existe algo eterno, intemporal, algo que el pensamiento no puede medir y que interviene en nuestra vida diaria.

Si deseamos descubrir si existe esa realidad, esa verdad eterna, debemos investigar la totalidad de la vida, y no alguno de sus fragmentos o partes. Tenemos que investigar la totalidad de lo que pensamos, sentimos y cómo nos comportamos. Como lo que nos interesa es la totalidad de la vida, de ninguna manera podemos tomar sólo un fragmento, como es el pensamiento, y mediante él resolver todos nuestros problemas.

El pensamiento se suele conceder autoridad a sí mismo para dividir la vida y para juntar a todos sus fragmentos... que han sido creados por el propio pensamiento. Estamos condicionados a pensar en términos de dualidad y de progreso, y de consecución gradual. La gente cree en la evolución psicológica pero, en realidad, ni su propio "yo" existe (pues el "yo" es

simplemente un pensamiento de su mente) ni psicológicamente puede conseguir algo que no sea la proyección de propio pensamiento.

Para averiguar si existe algo que no sea proyectado por el pensamiento, que no sea una ilusión, un mito, debemos preguntarnos si el pensamiento puede ser controlado, mantenido en suspenso, suprimido, de manera que la mente esté completamente quieta, en silencio, y pueda percibir.

Control implica que existen el controlador y lo controlado pero, ¿quién es el controlador? El controlador es también creado por el pensamiento, que ha asumido la autoridad del controlador. Si ves esto, si te das cuenta, entonces verá que el controlador es lo controlado, el experimentador es lo experimentado, el pensador es... el pensamiento. No son entes separados, la vida es Una. Si reflexionas un poco y comprendes esto aprenderás que, entonces, no hay ninguna necesidad de controlar.

Vamos a ver que sucede si no hay ningún controlador, porque el controlador es lo controlado. Cuando hay división entre el controlador y lo controlado hay conflicto y desperdicio de energía. Cuando no hay control, cuando no hay controlador ni lo controlado no hay conflicto ni desgaste de energía. Entonces tiene lugar la acumulación de toda esa energía que había sido disipada en la represión, en la resistencia producida por la división entre el controlador y lo controlado. Cuando no hay división alguna, cuando hay unidad, tú tienes toda esa energía para ir más allá de aquello que creías que debía ser controlado.

Si ves la verdad de todo esto, entonces posees toda la energía que no ha sido disipada mediante la comparación, el control y la represión. Con esta energía que proporciona la consciencia que ve la verdad podrás ir más allá de las apariencias en las que vives y conocer si existe algo más, comprobarás si puedes vivir esta vida desde otra dimensión superior y si existe ese ser que llaman Dios.

Si deseas investigar la Vida desde esta perspectiva superior puedes visitar el espacio de nuestra página “Higiene espiritual”.

## Suplemento

### Grupos Financieros Internacionales

Al hablar de grupos financieros internacionales, de mercados bursátiles, de inversiones en fondos de inversión, acciones, divisas... puede darnos la impresión de que estamos tratando un aspecto de la economía que está alejado de la vida cotidiana de la mayoría de las personas y que no tiene una incidencia significativa sobre el conjunto de la sociedad. Nada más lejos de la realidad, pues es precisamente la esfera financiera de la economía la que más influencia está ejerciendo sobre la marcha del conjunto de la economía, tanto a nivel nacional como internacional.

Vivimos una época en la que se están produciendo profundos cambios en el campo de la economía, configurándose unos procesos que se enmarcan dentro de lo que se llama la globalización económica, que tiene una clara orientación política neoliberal.

El verdadero Poder ha buscado cada vez una mayor libertad de movimientos del capital a nivel mundial, forzando a los gobiernos a realizar los cambios legislativos necesarios para favorecer la tan deseada movilidad del capital y quitando a los Estados la posibilidad de regular dichos mercados, reservándoles un papel de guardián de este nuevo ¿orden? económico global.

En este contexto de desregulación y liberalización se ha favorecido el crecimiento espectacular que ha experimentado el sistema financiero a nivel mundial, que tiene una vocación fundamentalmente especulativa, con el que se realizan inversiones a corto plazo, muy volátiles, y que ha dejado la economía real reducida a la mínima expresión si las comparamos mutuamente.

Está ocurriendo una progresiva concentración de poder económico en manos de cada vez menos agentes financieros institucionales privados. La formación de grandes grupos financieros internacionales es una realidad que cada vez se consolida más con la continua carrera de fusiones y adquisiciones que dominan el escenario financiero mundial.

A modo de ejemplo podemos señalar que los activos financieros del sector privado internacional son cinco veces mayores que los recursos financieros que pueden manejar los gobiernos de la OCDE (los más ricos del planeta) a través de sus respectivos bancos centrales, los cuales no pueden, ni individual ni colectivamente, luchar contra los ataques especulativos.

La “democracia” es en esta Tierra una gran mentira. En este planeta el poder político se supedita a la presión del poder económico. Los mercados votan todos los días, obligando a los gobiernos a adoptar medidas que van contra la moral y contra los intereses del ser humano.

La conspiración financiera provoca la aplicación de duras políticas económicas que hacen aumentar la pobreza, el desempleo y la marginación social. Las actuaciones que se vienen realizando desde el mundo financiero son absolutamente inmorales y afectan de forma dramática a millones de personas, a las que se les niega la posibilidad de vivir con dignidad.

## **Nº 28 b. Boletín Especial. Septiembre**

### **Quiénes somos y qué hacemos**

Nos parece oportuno recordaros quienes somos y qué hacemos las personas que componemos el Equipo de La Página de la Vida.

Detrás de esta Web nos encontramos un grupo de personas que desempeñamos diversas profesiones (maestros, profesores, abogados, médicos, etc.). Nuestro objetivo es despertar tu consciencia, que germine en ti la inteligencia y obres apropiadamente allá donde te encuentres. Este es el único camino que conocemos para transformar verdaderamente al ser humano y a la sociedad.

Pensamos que la enseñanza del ser humano no debe basarse únicamente en conocimientos eruditos, sino que también deben participar en ese crecimiento personal valores básicos como la espiritualidad y la filosofía (meditación, reflexión y discernimiento).

De la ignorancia surgen el temor y el sufrimiento, y también todas las demás estupideces y despropósitos que se encuentran en nosotros mismos y a nuestro alrededor. Con nuestro trabajo queremos que surja desde el corazón y la mente del ser humano una nueva forma de moral y una nueva actitud, y que la comprensión de todo el proceso del vivir sea la fuerza propulsora de nuestras obras.

Somos conscientes de la realidad en la que se encuentra la humanidad. En nuestra sociedad los dos pilares básicos son los niños y los ancianos y, lamentablemente, ambos están desprotegidos. Las personas que componemos el Equipo de la Página de la Vida trabajamos para unir a estos dos sectores, pues este es el camino del bien común.

Para llevar a cabo ambos cometidos, la formación completa del ser humano y el cuidado de los niños y de los ancianos, constituimos una Organización No Gubernamental, "La Página de la Vida". No nos abrumba la inmensidad de esta labor. El camino de la revolución, de esa transformación que desintegra la sinrazón es, ciertamente, largo y arduo, pero también está lleno de satisfacciones, como la de saber que estamos dispuestos a llevar a cabo nuestro deber como seres humanos (si es que el amor conoce deber alguno).

De momento, nuestro proyecto sólo alcanza el ámbito regional de Catalunya - España-, pero nuestra inquietud nos lleva a pensar que con la ayuda de personas de buena voluntad pronto estaremos más allá de eso que llaman fronteras.

Queremos añadir esta pequeña reflexión para que sientas la responsabilidad que todos tenemos con todos los seres humanos, en especial con los niños y con los ancianos.

"Los dos tienen poca memoria.  
Los dos necesitan ayuda.  
Los pasos de los dos son inciertos.  
Los dos tienen dientes de menos.  
Los dos frecuentan los parques,  
aman el sol y temen la noche.  
Lo que los diferencia es que,  
los niños lloran a gritos,  
y los ancianos sufren en silencio".



## **Nº 29. Octubre.**

El tema de la espiritualidad está siendo actualmente distorsionado con el objetivo de poder mantener controladas a las personas insensibles ante lo que sucede a su alrededor. Lo están usando como una distracción, y así evitar que las personas se enteren de las verdaderas cosas que ocurren detrás de la política, la ciencia, en otras palabras, detrás del poder.

El caso más conocido de cómo están distorsionando la espiritualidad es el tema del "Karma", están haciendo que las masas usen el tema del karma para que las personas reaccionen de manera totalmente inhumana ante las atrocidades ocurridas en el mundo con el simple pretexto de "están pagando su karma", esta actitud totalmente insensata ha sido muy bien diseñada para mantener a las personas sin acción, conformándose simplemente con llamar a alguna entidad o meditando por la paz.

Una verdadera espiritualidad no consiste solo en sentarse por un par de horas y respirar de acuerdo a una norma determinada y quizás hasta canalizar, una verdadera espiritualidad implica ser mejor como persona. Vemos que hay mucha gente que por más "espiritual" que dice llamarse en la practica, como personas, son totalmente lo contrario, es como construir el techo sin los cimientos, y es precisamente lo que somos como personas lo que verdaderamente cuenta en todo esto, ya que es nuestra actitud como seres humanos lo que conforma todo lo que nos rodea, es esta actitud, es mediante esta relación con los demás con lo que se mantiene una Comunidad unida o dividida, y muchas veces no nos cuentan esto, justamente para mantenernos distraídos.

## **VIVIR COMO LAS FLORES**

-Maestro, ¿qué debo hacer para no quedarme molesto?... algunas personas hablan demasiado, otras son ignorantes. Algunas son indiferentes. Siento odio por aquellos que son mentirosos y sufro con aquellas que calumnian.

-¡Pues, vive como las flores! advirtió el maestro.

-Y ¿cómo es vivir como las flores?, preguntó el discípulo.

-Ellas nacen en el estiércol, sin embargo son puras y perfumadas.

Extraen del abono maloliente todo aquello que les es útil y saludable, pero no permiten que lo agrio de la tierra manche la frescura de sus pétalos.

Es justo angustiarse con las propias debilidades, pero no es sabio permitir que los vicios de los demás te incomoden.

Los defectos de ellos son de ellos y no tuyos.

Y si no son tuyos, no hay motivo para molestarse...

Ejercita pues, la virtud de rechazar todo el mal que viene desde afuera y perfuma la vida de los demás haciendo el bien.

Ésto, es vivir como las flores.

## **LA IGNORANCIA**

Todos somos muy ignorantes.

Lo que ocurre es que no todos ignoramos las mismas cosas.

Albert Einstein.

La enfermedad del ignorante es ignorar su propia ignorancia.

Amos Bronson Alcott.

Lo peor de la ignorancia es que a medida que se prolonga, adquiere confianza.

Anónimo.

Todo lo que se ignora, se desprecia.

Antonio Machado.

Ser consciente de la propia ignorancia es un gran paso hacia el saber.

Benjamín Disraeli.