

## **ANATOMÍA DE LA OBSERVACIÓN**

*por Francisco-Manuel Nácher*

Max Heindel nos recomienda la observación como uno de los instrumentos para alcanzar la vida superior, junto con la concentración, la meditación, la oración, la contemplación y la adoración.

Pero no insiste, no profundiza en ese tema. Llama nuestra atención sobre el hecho de que tenemos ojos pero no observamos. Y nos pone el ejemplo de nuestra camisa, cuyo número de botones somos casi todos incapaces de decir, a pesar de haberla abrochado por la mañana.

Sin embargo, sabiendo que se trata de un instrumento importante para nuestra evolución, vale la pena profundizar un poco en esa función de nuestra vida. Para ello, vamos a recordar unas cuantas cosas que luego nos vendrán bien para aplicarlas oportunamente:

1<sup>a</sup>.- *“Como arriba es abajo y como bajo es arriba”*. Axioma oculto, Ley de Analogía, que nos dice que los procesos en toda la Creación son siempre los mismos, cambiando sólo el nivel en que se producen y, por tanto, el tamaño o la espiritualidad de sus protagonistas. Es decir, que lo mismo que funciona un átomo, funciona un sistema planetario y una galaxia y un grupo de galaxias, etc. Y lo mismo que funcionamos nosotros, funciona una célula y funciona el Dios creador del sistema planetario y todos los creadores por encima de Él.

2<sup>a</sup>.- *“Si Dios dejase, sólo un instante, de estar atento a Su Creación, ésta se desintegraría.”* Dios, pues, no sólo está compenetrando Su creación, dándole vida, Su vida, a cada átomo y a cada molécula y a cada criatura, sino que permanece concentrado sobre ella y ésta existirá mientras dure esa concentración.

3<sup>a</sup>.- *“Todo está polarizado”*. Y eso quiere decir que estamos oscilando entre los extremos, tanto a nivel físico (lo sano y lo dañino), como a nivel etérico (el exceso y el defecto), de deseos (lo positivo y lo

negativo) o mental (lo verdadero y lo falso). Y de esas oscilaciones extraemos experiencia que nos hace evolucionar como espíritus.

4ª.- *“Los Hermanos Mayores han logrado equilibrar sus polaridades”*. Se han convertido en andróginos; pueden crearse un cuerpo y habitarlo durante siglos; están libres del karma y no lo crean nuevo; pueden curar instantáneamente, tanto el cuerpo físico como los vehículos superiores; permanecen en la Luz; su carácter no experimenta altibajos; conocen todo lo que los demás hemos de aprender hasta el fin del Período de Vulcano.

5ª.- *“El Sendero es tan estrecho como el filo de una navaja de afeitar”*.

\* \* \*

Con estas premisas, aceptadas por todos, vamos a pensar un poco, en forma dialogada, lo que nos permitirá practicar al mismo tiempo. Imaginemos, pues, dos amigos que pretenden profundizar en este tema de la observación:

- Concéntrate sobre algo, por ejemplo, un bolígrafo. ¿Qué ocurre en ti?

- Ocurre que, automáticamente, veo en mi pizarra mental un bolígrafo.

- ¿Nada más?

- Que desaparece todo lo demás.

- ¿Qué quieres decir con eso de que “desaparece todo lo demás”?

- Que, mientras estoy concentrado en el bolígrafo, no pienso en nada más, no puedo pensar en nada más. O pienso en él o pienso en otra cosa, pero en dos a la vez, me es imposible.

- ¿Y no hay muchos pensamientos que quieren aparecer en tu mente?

- Sí, claro. Muchos. Pero mientras estoy concentrado en el bolígrafo, no pueden aparecer a la luz. Yo los percibo cómo se aproximan, pero los rechazo.

- O sea, que tú no “ves” más que el bolígrafo. Para ti no existe nada más.

- Podría decirse así: no existe nada más.
- ¿Ni pasado ni futuro?
- Ni pasado ni futuro. Nada.
- De acuerdo. Eso demuestra que es posible concentrarse sobre algo con exclusividad, ¿no?
- Desde luego.
- Bien. Ahora deja de concentrarte. Sigue viendo en tu ventana mental el bolígrafo, pero no te esfuerces por verlo sólo a él. Y dime qué pasa. Te dejo un momento en libertad. Y luego relátame qué ha pasado.
- De acuerdo. - un momento después - Pues ha pasado que, enseguida he pensado en el primer bolígrafo que vi.
- ¿Y qué más?
- Luego mi pensamiento ha saltado a la persona que me lo enseñó, un tío mío. Luego he recordado que murió hace unos años. Y luego, que también mi padre ha muerto el año pasado. Y de ahí he pasado a recordar a mi padre leyendo, porque él leía mucho. A continuación he recordado que aún no he empezado a leer un libro que me compré anteayer, recomendado por un amigo. Y he pensado que el culpable ha sido un vecino, que no me cae muy bien, y que ayer vino inesperadamente a casa y me impidió hacerlo. Y luego he pensado que esta tarde lo empezaré y, si me gusta, se lo recomendaré a mi mujer y, si es todo lo bueno que me han dicho, lo regalaré a algún pariente para Reyes. Luego he pensado que me gustaría que para entonces me regalaran...
- Vale, vale, vale. Ahora dime: ¿Todas esas cosas, las has querido pensar tú o te han venido solas, espontáneamente, como salen las cerezas de un cesto, enganchadas unas en otras?
- Exactamente como las cerezas. Apenas he dejado de concentrarme en el bolígrafo, han aparecido todos esos pensamientos sin el menor esfuerzo.
- O sea, que tú no los has buscado ni procurado.
- No, en absoluto.
- ¿Y te han producido alguna emoción o algún deseo o algún sentimiento o, quizás, algún razonamiento?
- Sí, por supuesto. Vamos a ver: el recuerdo del primer bolígrafo que vi me ha hecho revivir la curiosidad que me embargó al ver que una bolita escribía y que la tinta se secaba enseguida. El recuerdo de mi tío

ha despertado un sentimiento de tristeza, porque murió en un accidente de tráfico, de modo súbito y sin culpa suya. La muerte de mi padre ha despertado en mí una gran emoción. Al verlo leyendo, he sentido cariño. Luego, al pensar en el libro, he visto fugazmente al amigo que me lo recomendó y he sentido simpatía. Y luego, me he sentido mal al recordar que no lo he empezado a leer. Y cierta antipatía por el vecino inoportuno. Y me he propuesto leerlo esta tarde. Y he sentido satisfacción al pensar en recomendárselo a mi mujer y....

- Con eso me basta. Como ves, esos pensamientos que tú no habías buscado, te han producido emociones, sentimientos, deseos, propósitos, etc. ¿no?

- Si, ciertamente.

- ¿Y tú crees que esos sentimientos, emociones, deseos y propósitos producirán consecuencias en tu vida?

- Hombre... espera que piense. Yo creo que sí.

- ¿En qué sentido?

- En muchos.

- ¿Por ejemplo?

- Por ejemplo: he incrementado mi simpatía por mi tío; mi compasión por su muerte tan triste; mi cariño por mi padre; mi inquietud por no haber empezado a leer el libro; mi antipatía por el vecino inoportuno; mi propósito de dárselo a mi mujer para que lo lea; y de regalarlo a otros; y mi deseo de que llegue el día de Reyes para recibir mi regalo...

- O sea que, todos esos pensamientos que tú no has buscado, te han condicionado y te han hecho sentir varias cosas que no pretendías y hasta adoptar decisiones que afectan a tu futuro, ¿no?

- Si, así es.

- Y eso que te ha ocurrido, apenas has dejado de estar concentrado en el bolígrafo, ¿te sucede frecuentemente?

- ¿Frecuentemente? Me sucede todo el día. Porque mi cabeza está continuamente recordando y pensando y sintiendo y proyectando.

- ¿Y siempre sin buscarlo tú?

- Pues, la mayor parte de las veces, he de reconocer que sí.

- ¿Y cuándo no te ocurre eso?

- Cuando me concentro sobre algo concreto, como he hecho con el bolígrafo. Sólo entonces. Pero eso me sucede muy pocas veces.

- ¿Quieres decir que la mayor parte de tu vida la vives en función de esos pensamientos y sentimientos y emociones y propósitos que tú no buscas ni pretendes?

- Aunque parezca una tontería, sí. He de reconocer que sí.

- ¿Podría decirse, pues, que tu vida la dirigen el pasado y el futuro o, dicho de otro modo, que vives en el pasado y en el futuro y no en el presente?

- Bien mirado, sí. Porque todos esos pensamientos se refieren al pasado o al futuro. Y me llevan del pasado al futuro. Y me hacen sentir emociones que sentí ya y emociones que espero sentir más adelante. Y me hacen adoptar decisiones en función de lo pasado.

- Pero, ¿son decisiones conscientes?

- Yo no diría tanto: son decisiones que me vienen como servidas en bandeja por esos pensamientos espontáneos que yo no deseaba ni buscaba. No, yo no las llamaría decisiones conscientes, sino decisiones más bien inconscientes o subconscientes.

- Pero, si te basas siempre en tus recuerdos y en tus emociones y deseos antiguos y en los propósitos de ellos derivados, ¿cuándo examinas las circunstancias presentes para conocer la realidad actual?

- Honradamente, casi nunca. Casi nunca, sí.

- ¿Lo cual quiere decir que la vida se te pasa repitiendo cosas pasadas o actuando en base a cosas y sentimientos y deseos que ya has vivido?

- Pues sí, así es.

- ¿Te imaginas cómo sería tu vida si toda ella estuvieras concentrado sobre el momento presente, como lo has estado sobre el bolígrafo?

- ¿Pero eso sería posible?

- ¿No es posible concentrarse sobre el bolígrafo?

- Sí, claro. Pero toda la vida concentrados...

- ¿Dónde está el problema?

- En que eso me exigiría un gran esfuerzo mental.

- ¿Y qué?

- Nada.

- ¿Quieres, por un momento, imaginar cómo sería tu vida si estuvieras permanentemente concentrado en lo que haces y en lo que ves

y en lo que dices y en lo que piensas y sientes? Hazlo y dime después si se parecería mucho a la que me has descrito.

- Desde luego que no. Sería completamente distinta.

- ¿Por qué?

- Porque las cosas las decidiría yo conscientemente y las emociones y los sentimientos los provocaría o los rechazaría yo conscientemente y sólo me vería afectado por lo que yo quisiera y...

- ¿Podría decirse que ésa sería realmente “tu vida”?

- Exactamente., Es que, si se mira bien, lo que estoy viviendo no es mi vida.

- ¿Qué es, pues?

- Es la vida que ya he vivido. Porque vuelvo a sentir las mismas cosas y a actuar en consecuencia. Luego, estoy reviviendo siempre las mismas situaciones, los mismos sentimientos, las mismas emociones, los mismos pensamientos, los mismos actos... siempre lo mismo. ¡Es espeluznante!

- Y, si sabes que toda energía puesta en funcionamiento produce un efecto, cuyas consecuencias revertirán sobre ti, en un momento u otro, ¿qué consecuencia sacas?

- Una terrible: ¡que así no puedo evolucionar; que estoy repitiendo las mismas tonterías siempre y creando cada vez el mismo karma!

- ¿Y qué solución le ves al problema?

- ¿Solución? Deja que me concentre, que ahora sí que me hace falta. Espera un momento.

- Espero.

- Lo único que se me ocurre es estar concentrado permanentemente en lo que pienso, digo, siento o hago.

- ¿Por qué?

- Porque entonces el pasado no me influiría. Y el futuro lo decidiría yo con conocimiento de causa.

- Entonces, ¿dónde estarías viviendo? ¿en el pasado o en el futuro?

- Ni en uno ni en otro. Ahora me doy cuenta de que entonces estaría viviendo en el presente y sólo en el presente. ¡Y yo que toda la vida he creído que estaba viviendo en el presente!

- Pues, al parecer, estabas equivocado.

- ¡Y tan equivocado! Es que, cuanto más lo pienso, más claro lo veo.: si me concentro sobre el presente, sobre lo que estoy haciendo y

pensando y sintiendo y deseando, estoy tomando mi vida actual en mis manos. Pero es que hay algo mejor y es que estoy decidiendo libremente mi futuro, sin condicionamientos del pasado. Estoy realmente creando mi propia vida, siendo su protagonista, cosa que hasta ahora no había sido. ¡Esto es impresionante!

- ¿Y piensas que es muy ancha la banda en que puedes actuar, bien física, bien emocional, bien mentalmente, cuando estás concentrado?

- No. Es estrechísima. Porque, si me descuido, estoy en el pasado o en el futuro. El margen es estrechísimo... ¡Claro! Es que el presente es sólo un instante: antes es pasado y después es futuro.

- ¿Te recuerda algo esa estrechez?

- Claro que me recuerda: lo de que el Sendero es angosto y empinado, de Cristo. Y hasta el camino de en medio, de Buda. Y que es tan fino como el filo de una navaja.

- ¿Y por qué piensas tú que resulta tan difícil vivir concentrado en lo presente?

- No lo sé. No se me ocurre.

- Tú conoces las Enseñanzas de la Filosofía Rosacruz. Por tanto, sabes cuáles son los tres objetivos principales de la vida, ¿no?

- Sí, eso lo sé: la espiritualización del carácter, el desarrollo de la voluntad y el crecimiento de la mente... ¡Ahora lo veo!

- ¿Qué ves?

- Que la observación desarrolla, a la vez, la voluntad y la mente. Y por eso nos resultan tan difíciles la concentración y la observación de ella derivada.

- ¿Entonces?

- Que comprendo por qué Max Heindel recomienda la concentración y la observación. Porque la mente es el último vehículo que hemos adquirido y, por tanto, aún no lo manejamos bien y nos da más pereza hacerlo funcionar. Y nos resulta más fácil sentir que pensar, porque el cuerpo de deseos lo tenemos muchos millones de años más y nos es más familiar su manejo. Y por eso las matemáticas nos resultan difíciles, porque se encuentran en el mundo del pensamiento y necesitamos usar la mente para comprenderlas. ¡Está todo tan claro!

- ¿Cómo concibes tú que los Hermanos Mayores no creen nuevo karma cuando piensan, sienten, hablan o actúan?

- Pues no se me ocurre... Espera... ¡Claro! Porque viven sólo en el presente y no están condicionados por su pasado, cuyo karma ya fueron pagando hasta que se agotó y, al no crear nuevo karma...

- Perfecto.

- Pero, estoy pensando, ¿eso no se da de bofetadas con la retrospectiva que recomienda la Filosofía Rosacruz hacer cada noche antes de dormirse?

- Al contrario. Fíjate: si cada noche, antes de dormirte, repasas el día y borras el karma producido, CONSCIENTEMENTE, no dejas de vivir en el presente. Lo mismo que si piensas en cualquier cosa del pasado y lo haces concentrada y conscientemente. Tú mismo me has dicho que, cuando estás concentrado, no puedes pensar o sentir más que lo que tú quieres, ¿no? Entonces, aunque pienses en algo del pasado, porque tú quieras pensarlo, sólo sentirás lo que tú quieras y no lo que ese recuerdo le sugiera a tu subconsciente.

- Ahora lo comprendo. Y es verdad.

- Volviendo al ejemplo de Max Heindel. ¿tú crees que si esta mañana, cuando te has puesto la camisa, lo hubieras hecho concentrado en lo que hacías, verdaderamente concentrado, no recordarías ahora cuántos botones habías abrochado?

- Seguro que sí, claro.

- Bien, entonces, ¿qué crees que Max Heindel quería decir al afirmar que miramos sin ver?

- Pues eso: que vivimos sin saberlo, sin ser dueños de nuestros pensamientos ni de nuestros deseos ni de nuestros actos. ¡Parece mentira pero es así!

- ¿Y qué habrá que hacer para vivir de verdad la vida de cada día?

- Sencillamente, intentar vivirla siendo conscientes en cada momento, de lo que estamos haciendo. Porque sólo así podemos ejercitar la epigénesis, que es uno de nuestros instrumentos, el que nos permite crear, poner en funcionamiento causas nuevas y no repetir siempre las mismas cadenas de causas y efectos, que sólo nos hacen revivir lo ya vivido y recrear el karma ya creado.

- Pues, ahora que lo sabes, trata de ponerlo en práctica porque, como todo, hay que practicarlo. Un día, un minuto, al siguiente, dos, luego cinco, después, media hora. Y así. La mente se irá acostumbrando y tú te sentirás cada día más dueño de tu vida, al margen del pasado, que



ya pasó y creándote un futuro a tu medida con plena consciencia y plena responsabilidad.

\* \* \*