

# Charla Segunda

## Los Principios de la Paz. 4-10

### Introducción

Los conceptos que se presentan a continuación, al igual que los de la charla anterior, son conceptos reales; por eso, son abstractos e ilimitados.

Al ser abstractos, no se pueden captar directamente mediante la mente humana, que es concreta, limitada y conceptual.

Sin embargo, pueden ser claramente intuitos cuando se logra relajar la parte egoica de la mente.

Al ocurrir esto, estos conceptos entran en resonancia con esa otra parte de la mente que es tan real como ellos; así es como su verdad se revela naturalmente.

Para relajar la parte egoica de la mente basta con dejar de juzgar lo que se percibe, es decir, dejar de atacarlo.

Cuando desaparece esa oposición, la verdad se reconoce espontáneamente.

Los juicios son defensas que el ego utiliza para impedir el cambio—sobre todo el cambio en la idea que se tiene de uno mismo—, y de este modo obstaculizan el aprendizaje.

Solo una mente receptiva puede aprender, porque aprender implica voluntad: la voluntad activa y consciente de abrirse a una comprensión más profunda.

Cuando la mente deja de juzgar, se abre al conocimiento de una realidad aparentemente nueva.

En realidad, esta realidad no es nueva en sí misma, sino que había sido «des-conocida».

No es que antes no existiera o que fuese inaccesible, sino que había permanecido oculta tras juicios injustos y distorsionados que la negaban.

Cuando se deja de atacar o resistir a la realidad, esta se muestra claramente y la mente experimenta ese reconocimiento como un reencuentro gozoso con su propia esencia.

Ese reencuentro produce de forma natural una profunda paz interior, felicidad auténtica y una certeza absoluta.

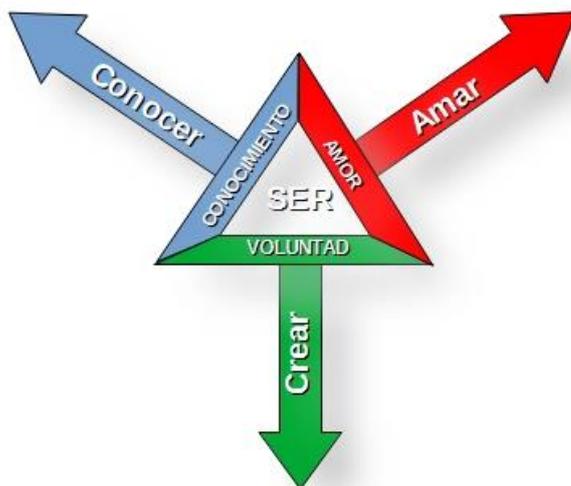
Precisamente esta paz, esta felicidad y esta certeza son las que pretenden evocar y transmitir los conceptos que siguen.

Para aprender bien estos conceptos, conviene aceptar desde el principio que el camino hacia la verdad—hacia el Ser—es un viaje hacia la abstracción y hacia nuevas definiciones de uno mismo.

En este viaje, se irá soltando progresivamente todo concepto o definición limitada, hasta llegar finalmente al momento en que se abandona por completo cualquier definición sobre uno mismo, quedando en libertad para experimentar plenamente la realidad tal como es.

## La paz es amorosa

La paz es la condición natural del Ser, cuya realidad se expresa esencialmente como Conocimiento, Amor y Voluntad.



Por lo tanto, amar es un efecto natural del Ser: el Ser es la causa, y el amor su consecuencia directa.

Debido a esto, la paz no solo es tranquila o ausente de conflicto, sino profundamente amorosa, pues acoge en su abrazo todo lo que existe, sin exclusiones ni oposición alguna.

Por otro lado, la felicidad, que también forma parte de la condición del Ser, se manifiesta simultáneamente en tres dimensiones esenciales:

- **Dicha en el corazón:** alegría profunda, serena y espontánea.
- **Paz en la mente:** ausencia total de conflicto interno y externo.
- **Certeza absoluta:** plena confianza en que esta felicidad y paz son permanentes porque son reales.



Así, la paz es condición indispensable para la verdadera felicidad, ya que solo en ausencia de conflicto la mente puede experimentar plenamente la dicha y gozar de esa certeza absoluta que caracteriza a lo real.

Lo anterior es una formulación abstracta sobre la verdadera naturaleza de la paz, pero no se limita a ser una teoría.

La experiencia demuestra que esta comprensión es acertada: aquellos que viven en auténtica paz son efectivamente felices y amorosos, disfrutan de una profunda certeza, sienten seguridad y extienden espontáneamente esa paz allá donde van.

En contraste, el conflicto—lo opuesto a la paz—genera siempre sufrimiento, temor y tristeza, pues se alimenta de la amenaza y vive constantemente en la incertidumbre.

Mientras que la paz extiende amor, el conflicto contagia odio, miedo y separación.

Pero, si la paz es real, su opuesto—el conflicto—no puede ser sino una ilusión.

Por lo tanto, lo que surge del conflicto (el miedo y el odio, ambos ausencias de amor) también ha de ser tan ilusorio como su causa original.

Una prueba clara de esta condición ilusoria del odio y el miedo es que ambos son siempre pasajeros: cambian continuamente con las circunstancias, se debilitan con el tiempo y, finalmente, se disipan por completo cuando la mente deja de creer en ellos.

Por el contrario, el amor verdadero nunca cambia, nunca muere, nunca desaparece, porque su esencia es real.

El odio no es más que la condición que experimenta la mente cuando pierde conciencia del amor que subyace en su realidad más profunda.

En otras palabras, el odio surge cuando la mente enfoca su atención en una ilusión—el conflicto—, una invención que realmente no existe por sí misma.

La mente que pone atención en ilusiones inevitablemente experimenta ausencia de amor, y esta es la verdadera tragedia del autoengaño.

Además, el conflicto es enormemente costoso para la mente porque implica un gran derroche de energía y recursos.

Mantener la ilusión del conflicto requiere construir defensas continuas para proteger una mentira, así como ataques constantes para reafirmarla.

La paz, en cambio, no cuesta nada: no exige esfuerzo ni inversión de recursos porque ya se encuentra plenamente disponible y presente.

Solo es necesario retirar las creencias erróneas que ocultan su presencia natural.

En última instancia, considerar las ilusiones como reales conduce a la mente hacia el vacío de la inexistencia, un vacío que inevitablemente causa miedo, ansiedad y desesperanza.

Al no poder soportar ese miedo interno, la mente lo proyecta hacia afuera, manifestándolo en forma de odio e ira.

Por ello, la verdadera solución radica en reconocer la naturaleza ilusoria del conflicto, retirar la atención de sus falsas promesas y volver a reconocer la realidad amorosa que subyace siempre presente detrás de toda ilusión.

En ese instante, la paz retorna con absoluta naturalidad, restableciendo la felicidad y el amor inherentes al Ser.

## La paz es compasiva

La paz es inherentemente compasiva, porque su esencia profunda es amorosa, y la compasión es una expresión natural del amor.

Allí donde hay paz verdadera, el corazón se abre espontáneamente ante el sufrimiento ajeno y responde con amorosa comprensión, pues reconoce que todo conflicto nace siempre de un profundo dolor interior.

La compasión activa la dimensión más elevada de la paz, revelando su capacidad para sanar y transformar.

Una mente verdaderamente pacífica no se limita a estar tranquila, sino que siente y comprende profundamente el sufrimiento que subyace detrás de toda manifestación de conflicto.

Por eso, ante el dolor y la lucha, la paz no reacciona con rechazo ni indiferencia, sino con empatía y comprensión amorosa.

En este sentido, la compasión es la forma más genuina en que la paz responde al conflicto.

Al comprender que detrás de todo conflicto existe sufrimiento, la paz se acerca con aceptación y cariño, no con juicio ni ataque.

La compasión disuelve suavemente las raíces del conflicto, precisamente porque no lo combate, sino que lo entiende, lo abraza y lo sana.

Además, la paz se expresa plenamente en la aceptación amorosa de lo que es.

La aceptación es la manifestación práctica del amor subyacente en la paz; implica no luchar contra la realidad presente, sino abrazarla serenamente tal como es.

Esa aceptación profunda permite que los conflictos internos y externos pierdan fuerza y se desvanezcan naturalmente, pues ningún conflicto puede sostenerse ante la presencia serena y compasiva de una paz verdadera.

Así, la compasión y la aceptación amorosa se convierten en herramientas esenciales para la transformación del sufrimiento en paz auténtica.

La paz, al ser compasiva, no solo elimina superficialmente el conflicto, sino que lo cura desde su raíz, restaurando así la armonía, la unidad y la plenitud natural del Ser.

# La paz une

El conflicto separa porque su naturaleza es dividir, enfrentar y fragmentar.

Allí donde aparece el conflicto, se levantan barreras y se generan rupturas que conducen inevitablemente al ataque mutuo, a la destrucción compartida y finalmente a la muerte.

En contraposición, la paz es esencialmente unión; ella fortalece, armoniza y conecta.

Mientras que el conflicto destruye las relaciones y deja tras de sí dolor y separación, la paz las potencia, las sana y las eleva a un nivel superior.

A partir de la paz surge la cooperación, la armonía y la confianza, lo cual permite que dos o más seres compartan un mismo propósito y, gracias a ello, se fundan en un nuevo Ser aún más amplio, más fuerte y más enriquecedor que cada uno por separado.

Esto es evidente en todos los ámbitos de la existencia.

En el plano físico, por ejemplo, los cuerpos que se odian inevitablemente tienden hacia la destrucción mutua, la violencia y la muerte.

Por otro lado, aquellos cuerpos que se aman generan naturalmente nueva vida, simbolizando así la creación continua que brota de la unidad pacífica y amorosa.

De esta forma, queda claro que la paz no solo une superficialmente, sino que, además, multiplica y enriquece la existencia misma.

En definitiva, la paz trasciende las limitaciones individuales para crear una realidad mayor y más integrada, donde cada ser participa plenamente del beneficio de todos.

Así, donde hay paz, siempre florece la vida, la creatividad y el amor, demostrando que la unión pacífica es el único camino auténtico hacia el crecimiento y la plenitud.

## Segunda práctica

1. Siempre que te sientes mal es porque percibes que estás siendo atacado.
2. Toma conciencia de que te sientes así porque crees que algo importante para ti está siendo amenazado.
3. Date cuenta de que la importancia que le atribuyes a eso proviene de la importancia que te concedes a ti mismo.
4. Reconoce serenamente que, en realidad, no eres tan importante como crees.
5. Cierra los ojos y observa con calma cómo estás invirtiendo energía en mantener vivo ese sentido ilusorio de importancia personal.
6. Retira suavemente esa energía, deja de alimentarlo, y siente cómo ese sentido de importancia personal comienza a disolverse de forma natural.
7. Observa, disfruta y celebra la paz que surge espontáneamente tras haber soltado esa falsa importancia.
8. Luego, realiza la primera práctica para reinterpretar la situación desde una nueva perspectiva.
9. Finalmente, actúa de acuerdo con la inspiración recibida al contemplar tu circunstancia bajo esta nueva luz.