

# Charla Tercera

## Los Principios de la Paz. 7-11

### **7- La paz es poderosa**

La paz posee un inmenso poder; lejos de ser algo neutro o pasivo, es profundamente positiva, estabilizadora e integradora.

Su poder radica en su capacidad intrínseca para generar seguridad, certeza y estabilidad, ya que la paz auténtica lleva consigo una confianza natural derivada de su propia naturaleza.

Esta certeza procede del hecho de que la paz no contempla múltiples alternativas ni desenlaces contradictorios; siempre conduce hacia resultados inequívocamente beneficiosos para todos los implicados.

Por su naturaleza integradora, la paz no ofrece escenarios donde haya vencedores y vencidos, sino una realidad unificada en la que todos prosperan juntos.

En contraste, el conflicto siempre se caracteriza por la incertidumbre, pues su esencia fragmentaria crea innumerables posibilidades de pérdida y daño, imposibles de prever claramente.

Esta incertidumbre, inherente al conflicto, fomenta inseguridad y temor.

La paz, por otro lado, es firme y segura, derivando su estabilidad directamente de su realidad intrínseca.

No precisa defenderse ni validarse externamente; de hecho, reconoce que cualquier defensa es la protección innecesaria de ilusiones carentes de sustancia.

Asimismo, tampoco necesita atacar, ya que comprende perfectamente su identidad con la realidad.

Atacar la realidad sería absurdo, al igual que atacar las ilusiones, porque esto último implicaría reconocerles una realidad inexistente.

El conflicto revela debilidad, pues solo atacan o se defienden aquellos que se sienten vulnerables y temen perder algo valioso relacionado con su identidad.

En cambio, la paz se sustenta en la certeza absoluta de la inmutabilidad de la existencia, en el reconocimiento profundo de que lo real jamás puede ser menoscabado.

Otra razón fundamental del poder inherente a la paz proviene de su potencial para convertirse en un modelo inspirador del comportamiento humano.

De forma intuitiva, reconocemos la paz como un estado profundamente deseable porque sintoniza con nuestra verdadera naturaleza.

En contraste, el conflicto nunca es percibido como un objetivo deseable, sino que, en todo caso, solo se tolera como un medio.

La paz, por su parte, posee una cualidad especial al presentarse simultáneamente como medio y como fin.

Como medio, permite resolver conflictos y alcanzar objetivos armoniosamente.

Como fin, representa una aspiración profundamente atractiva que motiva e inspira nuestras acciones hacia su consecución.

Este doble papel confiere a la paz una influencia poderosa capaz de transformar nuestras actitudes y conductas, llevándonos hacia la plenitud individual y colectiva.

## **8- La paz es creativa**

La paz es profundamente creativa, pues la creatividad es una manifestación directa de la Voluntad, tercer aspecto esencial del Ser, junto al Amor y la Verdad.

La paz auténtica emana del Ser, por lo que tiene una capacidad natural para crear, transformar y generar realidades duraderas y verdaderas.

En cambio, el conflicto no puede producir nada auténtico ni duradero porque nace de la ilusión, es decir, de una percepción fragmentada y errónea de la realidad.

Dicha percepción errónea siempre implica una división artificial que enfrenta falsamente aspectos de la realidad como si fueran enemigos irreconciliables.

En verdad, la realidad es íntegra, armoniosa y completa por naturaleza.

El conflicto, al estar basado en percepciones ilusorias y distorsionadas, genera únicamente destrucción y muerte, literal o metafórica, pues necesita negar y atacar aquello que no encaja con su percepción errada.

Lejos de ofrecer soluciones reales, solo profundiza la separación y la confusión, produciendo nuevas ilusiones igualmente insostenibles.

La creación verdadera surge siempre de la unidad, de la integración profunda y del reconocimiento claro de la realidad.

El conflicto, debido a su naturaleza fragmentaria, jamás puede generar algo nuevo y transformador, sino únicamente la repetición interminable del sufrimiento y la separación.

Cuando se abandona el conflicto mediante la desarticulación de las ilusiones que lo sustentan, se recupera inmediatamente la capacidad creativa innata.

En ese instante, la mente cesa de atacar la realidad, abandona ideas falsas sobre sí misma y sobre los demás, y permite que la vida, la unidad y la paz resurjan de manera espontánea.

La paz es creativa precisamente porque extiende la existencia desde la realidad del Ser, conduciendo a la vida plena, mientras que el conflicto, al fundamentarse en la ilusión, conduce inexorablemente a la muerte y a la ausencia de significado auténtico.

## **9- La paz es callada, pero no es muda**

La paz se manifiesta en el silencio, pero su silencio no es vacío ni carente de expresión.

Al contrario, la paz es profundamente elocuente: en su quietud expresa la alegría esencial y la dicha profunda de la existencia.

Por eso, aunque silenciosa, la paz habla claramente, comunicando con absoluta nitidez el júbilo inherente a la vida.

La elocuencia de la paz reside en su capacidad para irradiar su mensaje sin necesidad de palabras.

Allí donde se extiende, proclama sin esfuerzo alguno la alegría de Ser y el bienestar natural que acompaña siempre a lo real.

Es una elocuencia que trasciende los lenguajes humanos, pues habla directamente al corazón, revelando la verdad de la Existencia misma.

Quienes viven en auténtica paz transmiten naturalmente esa realidad en cada lugar al que acuden.

Su sola presencia es suficiente para transformar su entorno, contagiando silenciosamente la armonía interior que los caracteriza.

Así, sin discursos, sin argumentos ni defensas, los pacíficos extienden la certeza, la alegría y la plenitud inherentes a su condición interna.

En definitiva, la paz es un modelo de vida, no necesita hacer ruido para ser escuchada, porque su verdad habla directamente desde el silencio y toca profundamente a todo aquel que entra en contacto con ella.

Es precisamente esa presencia silenciosa pero elocuente la que demuestra la fuerza, la realidad y la belleza insuperable de la paz verdadera.

## **10- La paz es inocente**

La paz es profundamente inocente porque su esencia está libre de daño, culpa o condena.

La mente del Ser, creada por Lo Bueno, busca inevitablemente lo bueno; esta es una ley fundamental e inviolable de la mente.

Al ser creada para el bien, la mente siempre busca felicidad, pues ese es su estado natural y su motivación constante en cada acción que realiza.

Sin embargo, cuando la mente está confundida, puede pensar equivocadamente que lo malo puede traerle algo bueno.

Esta creencia constituye una profunda contradicción, ya que solo lo bueno puede generar algo verdaderamente bueno.

La idea errónea de que el ataque, el conflicto o la pérdida de la paz puedan proporcionar algún beneficio o felicidad es un completo desatino, fruto de un malentendido fundamental.

El conflicto surge siempre como resultado de un juicio condenatorio.

Juzgar implica buscar culpa y, por supuesto, encontrarla, ya que uno siempre encuentra aquello que quiere encontrar.

Para hallar culpa, es imprescindible primero querer verla, porque las cosas no tienen significado en sí mismas hasta que la mente se lo atribuye.

El significado surge de la voluntad: cada quien ve exactamente lo que quiere ver, ni más ni menos.

Hay dos maneras fundamentales de percibir: desde la culpabilidad o desde la inocencia.

La percepción culpable proyecta culpa a su alrededor; ve fallos, errores, pecados o defectos primero en sí misma y luego en todo aquello que contempla.

Por el contrario, la percepción inocente propia de la paz no busca culpa, sino que reconoce la ausencia de daño en sí misma y, por extensión, en todos y en todo lo que observa.

Las personas pacíficas no se culpan a sí mismas porque tienen plena conciencia de su propia inocencia esencial.

Esta percepción les permite contemplar al mundo libre de juicios condenatorios, viendo directamente la realidad subyacente a toda apariencia y juicio superficial.

Desde esta perspectiva pacífica, todo lo que existe es percibido como intrínsecamente positivo, pues lo real es siempre positivo.

Lo negativo, por definición, no existe realmente, ya que no es un hecho objetivo, sino una interpretación basada en expectativas derivadas de miedos, deseos insatisfechos o carencias imaginadas.

El conflicto siempre proviene de la percepción de daño o amenaza hacia algo considerado valioso.

Frente a esta percepción ilusoria, la reacción típica es infligir daño equivalente a quien se percibe como enemigo o agresor.

Pero la paz, al ser inocente, nunca responde de esta forma.

Por definición, la paz es inocua: no es nociva, no genera daño ni alimenta ninguna forma de ataque.

La inocencia inherente a la paz implica la incapacidad de dañar o ser dañada.

De hecho, la propia palabra «inocente» proviene del latín *innocens*, derivada del verbo *innocere*, en el cual *nocere* significa precisamente «causar daño».

Por lo tanto, ser inocente significa literalmente no causar daño alguno.

Esta es la esencia profunda de la paz: una inocencia absoluta y total que abraza la realidad tal como es, libre de condena y, por ello, capaz de extender amor, comprensión y auténtica felicidad.

## **11- La paz es humilde**

La paz es profundamente humilde, pues no pretende ser algo que no es ni desea obtener lo que no posee.

En su humildad, disfruta plenamente de aquello que es verdadero: los tres aspectos esenciales del Ser—Amor, Verdad y Voluntad—y con ello experimenta satisfacción absoluta, sin necesidad de nada más.

En contraste, el conflicto es arrogante porque se basa en la ilusión de que se posee un conocimiento exclusivo que otros no comparten.

La mente en conflicto se siente especial precisamente por creer que sabe algo único y diferente a los demás.

Sin embargo, lo que cree saber es ilusorio y, al ser una ilusión—algo que realmente no existe—resulta imposible compartirlo verdaderamente con nadie.

Las ilusiones, por definición, son estrictamente privadas, encerradas en la mente de quien las sostiene.

Aunque el conflicto no puede compartirse verdaderamente, sí puede contagiarse.

Las ilusiones conflictivas que una persona mantiene pueden estimular ilusiones semejantes en otras mentes predispuestas a buscarlas.

Estas ilusiones, aunque parezcan compartidas, no son exactamente las mismas, sino similares.

Cada ilusión es exclusiva e individual, habitando únicamente en la mente que la genera.

Cuando varias personas sostienen ilusiones parecidas, surge la falsa impresión de que están compartiendo una misma ilusión, pero esto no es así.

Cada mente mantiene separadamente su propia ilusión, hasta que decide abandonarla y esta desaparece en la nada de donde surgió.

La paz, en su humildad esencial, jamás se extravía en estas fantasías.

No persigue ilusiones ni busca significados exclusivos y privados.

Le basta y le sobra con la realidad misma, la cual experimenta como plenamente satisfactoria, suficiente y completa en sí misma.

Precisamente esta sencillez y modestia constituyen la fortaleza y grandeza de la paz auténtica: no necesita ser especial ni diferente porque su satisfacción proviene directamente de lo real, que es siempre accesible, verdadero y universalmente compartido.

## **Tercera práctica: Gestionando miedos con la voluntad**

Los conflictos surgen al concebir y mantener ideas que percibimos como amenazantes.

Dichas ideas amenazan la percepción que tenemos de nosotros mismos.

El impacto emocional de una idea amenazante suele manifestarse en forma de miedo.

Los conflictos pueden resolverse mediante:

- a. Reinterpretación de la idea amenazante (Primera práctica).
- b. Disminución de la autoimagen (Segunda práctica).
- c. Afrontamiento consciente y gradual del miedo generado por la idea, empleando la voluntad como herramienta fundamental (Tercera práctica).

### **Procedimiento:**

1. Reconoce el miedo sin evitarlo o negarlo; acepta plenamente su existencia.
2. Evoca conscientemente la idea amenazante asociada al miedo hasta experimentar una sensación moderada pero claramente perceptible.
3. Utiliza activamente tu voluntad con determinación para afrontar y aceptar plenamente esta experiencia emocional, recordando que la voluntad de sanar tiene un poderoso efecto transformador.
4. Observa esta sensación con atención plena, sin juzgarla ni intentar racionalizarla, manteniendo firmemente tu intención y voluntad de superarla.
5. Luego, conscientemente elige soltar esta experiencia emocional dirigiendo tu atención hacia otra actividad diferente y neutra.
6. No analices intelectualmente las causas del conflicto durante la práctica ni intentes modificar intencionalmente la emoción sentida. El objetivo no es eliminar el miedo inmediatamente, sino debilitar progresivamente su poder sobre ti mediante la exposición consciente y el firme uso de la voluntad.
7. Repite este procedimiento brevemente en múltiples ocasiones, respetando intervalos adecuados de descanso entre cada sesión.
8. Con cada repetición, notarás cómo la intensidad emocional disminuye gracias al poder sanador de tu voluntad, favoreciendo una mayor sensación de seguridad y control ante la idea amenazante.

- **La paz es poderosa**

- No es pasiva ni neutra, sino estabilizadora e integradora.
- Genera seguridad, certeza y confianza porque no contempla alternativas contradictorias.
- No necesita defensa ni ataque, pues su realidad es inmutable.
- Inspira naturalmente a los demás y actúa como modelo de comportamiento.

- **La paz es creativa**

- Es una manifestación de la Voluntad y surge del Ser, permitiendo la creación auténtica.
- El conflicto es ilusorio y solo genera destrucción y repetición de sufrimiento.
- La verdadera creatividad nace de la unidad y la integración.
- Al abandonar el conflicto, se recupera el poder creativo innato.

- **La paz es callada, pero no es muda**

- Se expresa a través del silencio, pero comunica gozo y plenitud sin necesidad de palabras.
- Se percibe en la presencia de quienes la poseen, transformando su entorno.
- No necesita discursos ni argumentos, pues su verdad se irradia por sí misma.

- **La paz es inocente**

- Está libre de culpa, daño o condena, porque la mente del Ser solo busca el bien.
- El conflicto nace de juicios condenatorios y proyecciones de culpa.
- La verdadera paz ve la realidad sin juicios, reconociendo la bondad esencial en todo.
- Ser inocente significa no causar daño, lo que permite extender amor y felicidad.

- **La paz es humilde**

- No busca ser especial ni poseer algo exclusivo, porque se satisface con lo real.
- El conflicto es arrogante, basado en la ilusión de un conocimiento especial e individual.
- Las ilusiones de conflicto pueden contagiarse, pero no compartirse realmente.
- La paz encuentra plenitud en la sencillez, sin perseguir significados privados ni ilusorios.