

***Desarrollar la capacidad de amar: una necesidad para nuestra época***

*“Yo me consagro al servicio del espíritu del amor, de aquel espíritu que quiere nacer en mí. El ser humano empieza a buscar y encuentra en su búsqueda que no puede hacer nada solo, entonces prepara su corazón para que pueda entrar lo divino, pues si se disminuye lo negativo, se hace espacio para lo divino”*

*Rudolf Steiner*

*“ La divinidad está dentro de nosotros, más que nosotros mismos”*

*San agustín*

El servicio, la entrega y el amor dedicado a otro; hace posible hallar la dimensión espiritual del amor; de vivenciarlo cómo la fuerza que comunica al propio ser con el mundo y que está en condiciones de vencer el egoísmo y los defectos humanos.

La navidad es una época que nos ayuda al despertar la capacidad de amar, el misterio de la navidad está ligado a la espera: a la experiencia del tiempo que hace falta para que la metamorfosis se cumpla y que las fuerzas de vida y de luz se apoderen y “transformen” toda la creación, la venida del Cristo, se puede comprender ahora; como el umbral que cada persona debe atravesar individualmente, con la ayuda de un ser divino llamado Cristo, que encarna y se hace hombre para volverse presente y activo en la tierra, para que la evolución espiritual de la humanidad continúe, es necesario que el misterio de la “encarnación” continúe realizándose y que esa potencia soberana que llamamos el señor Jesucristo se consolide cada vez más en las almas humanas.

En la iglesia oriental se comenzó a festejar la navidad el 6 de enero aniversario del bautizo de Jesús en el Jordán; ese fue el día en el que el Cristo, ser divino, vino a encarnarse en el hombre de Jesús. esta realidad es completamente desconocida en nuestras iglesias y solo aparece en algunos manuscritos antiguos de los evangelios, que las traducciones corrientes han ignorado. También es el 6 de Enero, aniversario del “Cristo cósmico”, cuando se festeja a los reyes que buscaban a aquel que había anunciado la estrella. Del reino de las estrellas, los ángeles enviaron estos tres mensajeros: El rey Baltasar de la India; el rey Melchor de Persia; y el rey Gaspar de África, cada uno de ellos oyó de su ángel el mismo mensaje: observar los astros, y ver una nueva estrella que anunciaría la llegada del hijo de Dios hecho hombre, aquel que traería la verdad pura, el Amor celestial, y la voluntad de Dios.

El mismo hijo de Dios tomó del sol un poco de fuerza, calor y luz y con ellos hizo una nueva estrella para deshacer toda niebla, toda tiniebla y todo aquello que provoca el frío y la falta de AMOR. y fue en esa estrella en la que el hijo de Dios descendió a la tierra

El misterio de la navidad se realiza entre el 25 de Diciembre y el 6 de Enero, precisamente entre estas dos fechas, en el camino que lleva de Jesús al Cristo. Las tradiciones populares, vehículo de una sabiduría profunda, no se equivocaron al considerar que estos 12 días determinan el tiempo de los 12 meses del año. estos 12 días son como la fontanela con la que cada año se une a la dimensión supratemporal de donde vienen las nuevas impulsiones. Cada año la impulsión del Cristo penetra en las profundidades de las almas humanas. Todos la podemos recibir, todos tenemos la posibilidad de desarrollar la poderosa fuerza del AMOR que está dentro de nosotros.

El AMOR es la fuerza más poderosa que tenemos para trascender, aparece inicialmente como un sentimiento en el alma que despierta cuando los sentimientos se desarrollan en conexión con un acontecimiento.

El verdadero y auténtico Amor hacia el mundo o hacia otros seres humanos, lo podemos separar del amor hacia nosotros mismos. ¿para qué sirve el amor por nosotros mismos? Necesitamos una determinada medida de ese amor por

nosotros para sostener nuestra consciencia propia y para ubicarnos frente al mundo, comprendiéndolo. Necesitamos una determinada medida de amor a nosotros mismos para proveernos con aquello que necesitamos. Entonces, no necesitamos demandarlo a los demás, o esperar que otros nos lo brinden, ese amor hacia nosotros mismos es necesario para mantenernos sanos y para otorgar una determinada orientación a nuestra vida, ese amor cobra validez, cuando se le brinda al otro lo que necesita.

Amar significa siempre, trabajar en la reposición de una armonía, de una consonancia, vale decir, dar a una situación, a un ser, aquello que necesitan para su bienestar. Y también, lo que cada ser humano necesita para sí mismo y debe producir para sí mismo y hacia donde todo amor hacia uno mismo puede orientarse de modo saludable, es el sincero auto-conocimiento. La ceguera más profunda es la que no te deja ver quién eres.

AMOR se conforma en la fuerza que una vez despierta puede ser regalada, aún, cuando nada se recibe a cambio, vale decir, aún cuando cesa el amor recíproco. así el AMOR se constituye en algo, que parte del ser humano, dejando de ser un objeto del poseer y del requerir.

*Einstein dijo:* “hay una fuerza extremadamente poderosa para la que hasta ahora la ciencia no ha encontrado una explicación formal. Es una fuerza que incluye y gobierna a todas las otras, y que incluso está detrás de cualquier fenómeno que opera en el universo y aún no ha sido identificado por nosotros. Esta fuerza universal es el AMOR

Cuando los científicos buscaban una teoría unificada del universo olvidaron la más invisible y poderosa de las fuerzas, el amor es luz, dado que ilumina a quien lo da y a quien lo recibe, el amor es gravedad, porque hace que las personas se sientan atraídas por otras, el amor es potencia, porque multiplica lo mejor que tenemos y permite que la humanidad no se extinga en su ciego egoísmo. El AMOR es Dios y Dios es AMOR.

Para dar visibilidad al AMOR, he hecho una simple sustitución en mi ecuación más célebre. Si en lugar de  $E=mc^2$  aceptamos que la energía para sanar el mundo puede obtenerse a través del AMOR multiplicado por la velocidad de la luz al cuadrado, llegaremos a la conclusión de que el amor es la fuerza más poderosa que existe, porque no tiene límites.

Tras el fracaso de la humanidad en el uso y control de las otras fuerzas del universo, que se han vuelto contra nosotros, es urgente que nos alimentemos de otra clase de energía... el Amor es la única y la última respuesta. Cada persona lleva en su interior un pequeño pero poderoso generador de AMOR cuya energía espera ser liberada. Cuando aprendamos a dar y recibir esta energía universal, comprobaremos que el AMOR todo lo vence, todo lo trasciende y todo lo puede, porque el AMOR es la quinta esencia de la vida.

Einstein el más reconocido científico del siglo XX, firmemente negando el ateísmo que se le atribuía, expresó una creencia en el Dios del filósofo Spinoza que se revela a sí mismo, en la armonía de todo lo que existe. En realidad esto motivó su interés en la ciencia como una vez él se lo comentó a un joven físico amigo suyo:

“ Quiero saber como Dios creó este mundo, no estoy interesado en este o ese fenómeno, en el espectro de este o ese elemento; quiero conocer sus ideas, quiero entender cómo piensa Dios, el resto son detalles”.

Dice en su epíteto famoso sobre el principio de incertidumbre: “Dios no juega dados”. Y dice en su famoso refrán: “La ciencia sin religión está coja, la religión sin ciencia está ciega”.

Es importante entonces para nuestro desarrollo y ascenso espiritual, que nos pongamos a pensar cómo podemos apoyar y fomentar la capacidad de amar. La educación y la autoeducación bien orientadas en la actualidad; pueden contribuir al desarrollo de la capacidad de amar, aquella que nos devuelve la memoria, que nos hace conscientes y nos conduce a la iluminación, aquella que nos recuerda que somos seres de luz, pero también de oscuridad; entendida la oscuridad,

como los defectos humanos que hay que trascender y superar, y la luz como las virtudes que se desarrollan en el ascenso energético.

El año 2020 que inicia, es una gran oportunidad para reiniciar nuestra vida, el Año 2020 es cierre de década,  $1+2+3+4=10$ , 10 es el número de la perfección para los pitagóricos. es cierre de ciclo, un nuevo nacimiento, una nueva oportunidad para el crecimiento, año de nuevas etapas, año de conexión con la herencia espiritual que tenemos.

Numerologicamente  $2+2=4$  o  $20+20=40$ , el año 2020 nos suma el 4 que significa complementación, claridad, buen juicio, buena administración en todo sentido, oportunidad de soñar porque el que cree crea, y una nueva oportunidad para entender nuestro propio proceso evolutivo y poder avanzar espiritualmente con apertura en el presente y hacia el futuro.

Desde la concepción de Pitágoras, los números no son lo que nos han enseñado, los números son ideas trascendentes, son la dinámica con la que Dios ha hecho el universo, más que cifras son imágenes que nos conducen al orden, al cosmos; cosmos en griego es orden, los filósofos pitagóricos buscaban conocer ese orden para el buen y bien vivir, para la sanación y la armonía en la vida; ya que el orden se concibe a través de los números.

El 4 es la cruz, aparece un centro, se sugiere otra vez la circunferencia, es un número estable, es la tierra, la materia, lo creado lo concreto, lo sensible, lo conmensurable, la unión de los opuestos, la conexión con los Dioses, volver a la unidad, que se ha dividido la unidad por acción del número, si profundizamos, investigamos, y alcanzamos a interpretar lo que es un número, podremos alcanzar la sensación del regreso a la unidad.

Recordemos que nuestra esencia humana es de carácter trimembrado: físico-anímico-espiritual.

*Físico:* nuestro cuerpo humano, el vehículo, el vestido en esta encarnación, una máquina perfecta, capaz de realizar muchos procesos al mismo tiempo; un sin fin de mecanismos que se integran unos a otros con el fin de cumplir un objetivo concreto, un cuerpo que puede funcionar de manera compleja y coordinada.

*Anímico:* el alma, nuestra personalidad, la individualidad del ser humano, único, irreplicable y eterno, la individualidad que se expresa a través de tres fuerzas o cualidades: el pensar, el sentir y la voluntad. Esta entidad del alma se enriquece a través de las diferentes encarnaciones, así va adquiriendo la sabiduría a través de los cuerpos encarnados, nos pasa como en el Bagavad Gita, (libro sagrado del hinduismo escrito hace más de 2.500 años) cada encarnación es una batalla, Allí Arjuna héroe del poema épico hindú Mahabharata, recibe la iluminación y las enseñanzas, a través de la sabiduría de Krishna, dios personificado, manifestación del Dios supremo en el mundo. El alma es como Arjuna, con Krishna hablándole al oído... Todo lo hemos buscado afuera; hemos perdido la memoria, el contacto con los sentidos interiores. Todos nosotros oímos las voces: la del ego, la de los defectos y la de la conciencia, la del ángel de la guarda, la del maestro el Cristo interior que todos los días nos habla y nos dice cual es el camino, lo que pasa es que el camino está lleno de esfuerzos y requiere voluntad; todos estamos diariamente sometidos a la confrontación pero casi siempre ganan la pereza, la falta de voluntad y los defectos.

*Espiritual:* es el ser de luz, el Cristo interior, es nuestra esencia, solo que lo olvidamos, Cristo vino para recordarnos, a enseñarnos que el AMOR es el camino del ser, del espíritu. “Nadie llega al padre sino por mí”.

El maestro es el ser, somos nosotros mismos en esa encarnación de Dios, todos somos una célula del cuerpo de Dios con la memoria perdida por tanto ruido, sin embargo, estamos hechos de la misma sustancia divina, el ser es el Cristo interior, la fuerza interior que sabe lo que hay que hacer.

El Cristo se fundió con el ser, esa es la tarea, llegar a la esencia, somos un desdoblamiento del Cristo en diferentes dimensiones, somos parte del cosmos.

“Yo soy el camino, y la verdad, y la vida; nadie viene al padre sino por mí “ Juan Cap 14 - 6. “Yo soy el proceso del despertar de la conciencia, yo soy la única realidad”. Cristo es el verbo, él permite que el egoísmo y la mentira mueran en nosotros y renazcan como altruismo y verdad. esto es Amor.

El camino: lucha interior para estar dispuesto al sacrificio, al servicio y al amor, vernos a nosotros mismos con los ojos interiores y vivir cada día con el anhelo de nacer nuevamente; consagrarse al servicio del espíritu del amor, de aquel espíritu que quiere nacer en mí y permitir que el Cristo nazca en mí.

Desarrollar la voluntad, la sensibilidad y un pensar correcto acompañado de la nobleza del corazón.

Para vivir debemos respirar rítmicamente, tener un equilibrio entre lo interior y lo exterior, la armonía del alma es un balance entre lo que entra y lo que sale. Para lograr el equilibrio del alma hay que traer el pensar hacia la vida emotiva (el sentir) para juzgar nuestros sentimientos objetivamente y así poder comprender lo que los ocasiona y traer la voluntad dentro de nuestros sentimientos para ser capaces de controlarlos. Para este equilibrio del alma o autocontrol, , necesitamos también conocer, cómo nuestros pensamientos y nuestra voluntad están influenciando nuestros sentimientos.

Para inhalar y exhalar rítmica y cor se requiere de templanza y prudencia, ambas son necesarias para fluir.

Templanza: no permitir que nuestros propios deseos nos guíen, sino nuestra vida moral y nuestra postura ética.

Prudencia: juzgar de forma correcta si estamos haciendo bien las cosas.

Esto nos ayuda a volvernos conscientes en el reino de los Dioses solares, el reino de la sabiduría, sabiduría es lo que nos ayuda a permanecer en equilibrio en la vida del sentir separandonos de lo emocional. Equilibrar el alma y la vida del espíritu con nuestra vida en el mundo material, pues vivir en ambos mundos es lo que puede darnos la conciencia de aquel que vino a la tierra para poder demostrar cómo la materia y el espíritu pueden obrar en armonía en un ser humano y como este puede vivir en ambos mundos.

La verdad: tenemos una memoria ancestral mística, el trabajo espiritual verdadero, consiste en recuperar la memoria, recordarnos como seres espirituales, buscar las nuevas verdades, ir a las fuentes libres de chantajes, recordemos que la esencia no tiene color, ni religión, ni política... todos somos lo mismo aquí y allá; esto es algo sublime, va más allá. El gran propósito es esta época es incorporar lo divino a la vida cotidiana, a lo terrenal; experimentarlo, sólo en condiciones excepcionales.

Practicar la recordación espiritual es unir el espíritu con la materia; necesitamos ambos, así en nuestra voluntad nace una nueva conciencia, una conciencia del Dios padre en nosotros, una conciencia de que vivimos en el corazón de Dios. El reino de la memoria, es el reino donde nosotros recordamos nuestra innatalidad y cómo es a través de Dios y del amor que hemos nacido para desarrollar una nueva conciencia basada en la vida y la creación, no en la destrucción. Tenemos que pasar a otra memoria sagrada ascendente a la luz.

La vida: no se refiere a nuestra existencia, a nuestra encarnación, se refiere a la permanencia del alma, a la eternidad del padre. “Nadie viene al padre sino por mí” es la verdad del Cristo interior en una frase. Se trata de entender las realidades místicas, el despertar y la iluminación está en el ser, en la consciencia, aquella que nos conecta, que nos permite escuchar la voz del maestro, sin ruido, sin interferencia, la voz del cristo interior que nos habla, que nos muestra el camino. “ Que se haga tu voluntad más no la mía”.

***Que puede hacer el adulto para desarrollar la capacidad de amar ?***

*“Luchar con uno mismo, es la más difícil de todas las guerras, vencerse a sí mismo, es el más bello de los triunfos”.*

*Von Logau*



1- Trabajar en eliminar los defectos del ego que dominan unilateralmente la vida anímica, que se oponen y oprimen el desarrollo de la capacidad de amar:

- Poder
- Envidia
- Vanidad
- Ambición
- Conocimiento competitivo
- Conocimiento para dominar y manipular a otros
- Seguridad y comodidad, permanecer en la zona de confort.

2- Ser niño, tener una actitud de niño para aprender y experimentar el mundo.

Debemos estar frente a los otros y frente al mundo con una completa apertura del niño: relajados, distendidos, despejados y asombrados.

3- Alimentar y cultivar los sentidos.

La experiencia sensorial del mundo en toda su dimensión es la base de toda capacidad de amar, dado que establece la referencia al mundo. Fomentar la relación del niño hacia el mundo a través de la experiencia sensoria es detenerse frente al él y observar lleno de admiración, una flor, un cielo vespertino, una nube, un árbol, un pájaro... esto mirado en común, conecta al ser del niño de modo inmediato al mundo circundante y despierta sentimiento de alegría, de veneración, devoción y del descubrimiento de lo bello-sentimientos plenos de relación.

Los hogares en cambio, en los cuales poco pueda ser experimentado y descubierto, implican impedimento. Los medios magnéticos, televisores, computadores, celulares y tablets, producen imágenes engañosas al niño, porque no pueden ser experimentadas; sus colores, formas y sonidos son muy diferentes en intensidad y particularidad a los de la vida real, por ejemplo, el agua allí puede ser tocada, ni bebida, ni experimentada, los objetos no pueden ser palpados. Por eso muchos niños ya en sus primeros años de vida experimentan

una especie de educación hacia la ausencia de relación, poseen una carencia de de experiencias del medio ambiente.

Ninguna persona ha adquirido la plenitud del amor, el cariño mediante una moral predicada; el amor, está solamente se da mediante la experiencia propia. Fácil es decir: “!sean cariñosos los unos con los otros!”, si no está respaldado por la experiencia, lo único que se obtendrá es carga para la conciencia. se sabe, que en realidad se debería ser diferente de cómo es, pero no se sabe cómo lograrlo. Una mala conciencia es la consecuencia. Esta carcome el alma y no contribuye a un crecimiento de la capacidad de amar.

Mediante un cultivo consecuente de los sentidos, de cada uno de ellos: sentidos del tacto, del equilibrio, del movimiento, sentidos de las formas, de los colores, de los sonidos, podemos conectarnos y conectar a los niños de manera real al mundo, despertando de esta manera su capacidad de amar y de sentir alegría por el mundo.

#### 4- La vivencia de la alegría

Los niños pequeños vivencian el mundo con alegría, aún poseen la facultad de la alegría existencial, elemental. Es inmensa la alegría frente a un descubrimiento cualquiera, acerca de un objeto. Si nosotros los adultos, logramos realizar un trabajo consciente acerca del re-descubrimiento de los momentos de alegría también en nuestro mundo, esa alegría que entonces podremos irradiar, logrará un apoyo esencial para el fomento de la alegría existencial de los niños, y con ello también su capacidad de amar.

Por el contrario, la ausencia de alegría y la resignación de los adultos, actúa de modo paralizante sobre la actividad de los niños. Con la alegría , tenemos, el aspecto de la fuerza del amor. El estar colmados de alegría, está relacionado con una vivencia de fuerza que contagia a otras personas, de tal modo, que pueden sentirse vitales, vigorizados, fortalecidos.

Una postura fundamental de vida con alegría de los adultos fortalece y nutre la fuerza del amor. Puede ser cultivada en los niños, por ejemplo, mediante la

preparación y la celebración de las fiesta anuales: Adviento, Navidad (invierno) Pascua (primavera) San Juan y cosecha( verano) y Micael(otoño).

Crear ambientes de recogimiento, con pequeños espacios de silencio para la meditación y la oración.

## 5- Renuncia y superación del conflicto

Un niño que recibe del adulto, una vivencia de dificultad frente a una renuncia, que esquiva los problemas, y los conflictos, tendrá un efecto negativo sobre el proceso de desarrollo hacia la capacidad de amar. Dado, que la capacidad de manejar los conflictos, de no esquivar los problemas y realizar renunciamentos plenos de sentido porque benefician al bienestar de la familia, es justamente, aquello, que prepara la posibilidad de poder desarrollar más adelante en la vida la facultad de separar la parte del amor por uno mismo, del auténtico amor, y descubrir la fuerza espiritual del amor. Es el mismo proceso doloroso que allí se lleva a cabo, que guarda relación con la superación del egoísmo.

La superación del amor a uno mismo en la aceptación de hechos adversos del destino no es un paso sencillo; pero, a partir de ello se puede trabajar, se puede aprender cosas, que aparentemente hasta ahora no se habían aprendido desde el lado chocolate de la vida.

Al experimentar un niño a adultos que logran elaborar las vivencias negativas de manera tal que les sirvan de aprendizaje, pudiendo entonces desarrollar algo positivo a partir de allí, esto conformará un apoyo para el desarrollo hacia la capacidad de amar. Dado que, los niños que únicamente vivencian alegría y que nunca tienen que renunciar a algo, ante las vivencias negativas de la vida serán conducidos a graves frustraciones, en lugar de promover procesos de aprendizaje. Es muy importante que los niños aprendan que en el mundo no existe algo malo que no a su vez pueda conducir a algo bueno, al ser elaborado y trabajado de la manera adecuada.

## 6- El interés y la comprensión conducen a la capacidad de amar

Cuando se siente antipatía o rechazo hacia una persona, comenzar a edificar hacia esa persona una relación comprensiva en lugar de condenarla moralmente, ya solo, con esa actitud y buenos pensamientos, algo puede cambiar en esa persona. Una relación que se establece mediante el interés y la comprensión, siempre va a posibilitar un cambio y una transformación en nosotros mismos y en el otro. Si alguien se siente comprendido, el amor ya no está lejano, si comprendo a una persona, y se donde están sus límites, y donde están sus fortalezas, dejaré de exigirle determinadas cosas, simplemente por que lo comprendo. Entonces, a través de ese comprensivo entenderlo, se desarrolla el amor hacia el otro.

De esta manera está dada la posibilidad, de utilizar el conocimiento adquirido acerca del otro, para amarlo y no, para dominarlo. Ya no se aprovechan las fortalezas, o las debilidades del otro para los fines personales, sino que actuaremos de manera tal, que el otro pueda mostrarse de su mejor lado y que pueda implementar su fuerza con sus mejores posibilidades en lo social.

Goethe dijo al respecto: “ solo llegamos a conocer aquello que amamos”. Saber algo realmente, equivale a amar. Mientras que solamente sabemos aquello con lo cual dominamos al otro, o aquello que nos interesa, sin una comprensión más profunda, poco sabemos de esa persona.

La comprensión real en cambio, conduce a un conocimiento que respeta al otro con sus intenciones. Cuando el amor se une de esta manera con la capacidad de reconocer, de comprender, y cuando el amor se constituye hasta en fuerza de comprensión misma, conduce a la vivencia de libertad. Quien de hecho ama un asunto o una persona, puede darles el espacio de libertad y las posibilidades del desarrollo, que necesitan para sí mismo. Ese aspecto social - ético de la vivencia de la libertad, ha sido expuesto detalladamente por Rudolf Steiner en su libro: “La filosofía de la libertad”.

## 7- Despertar el interés

Para despertar el interés se puede comenzar interesándose por algo que poco ha despertado nuestro interés y ocuparse de ello, ejercitarse en tomar muy en serio aquello por lo que nos interesamos. No establecer una mera relación, sino entrar también en un auténtico compromiso.

## 8- Crear condiciones previas para la armonía y la paz

Otra posibilidad para educarse en la capacidad de amar, es el camino a través de la vida de los sentimientos. Como el amor como sentimiento se manifiesta en forma de una vivencia de armonía y paz.

La condición previa más importante, es la capacidad de la calma, la serenidad interior. Dado, que sin la calma no es vivenciable el punto de equilibrio en la vida del sentir, alrededor del cual pueden tranquilizarse los sentimientos de oposición y resistencia y pueden ser llevados a la armonía. Es por ello, que uno de los medios más importantes para despertar nuevamente el sentimiento del amor, es la ejercitación de la calma interior.

Existen diversas posibilidades para aprenderlo

Meditar: aquietar la mente, aislar el ruido interior, desarrollar un correcto pensar, un pensar libre de sensorialidad, un pensar que no mata. Para ello primero debemos desarrollar coraje, fortaleza, gran valor y presencia de ánimo, una presencia de mente. El miedo es resultado de las mentiras, pensar es una forma de mentir; solo se ve la mitad de la verdad.

El pensar libre de sensorialidad es una forma de percepción que nos permite ver ambos lados de la verdad, el espíritu detrás de todas las cosas, que es la génesis del pensar.

Para practicar la visión espiritual la mente necesita estar quieta, presente, despierta, tranquila, así como la meditación viene a nuestra ayuda, se nos dice que miremos hacia adentro para encontrar los eternos objetivos de los Dioses -

la luz del ser del mundo que se nos otorga por nuestra libre voluntad. Y luego desde el fundamento del espíritu es nosotros pensaremos verdaderamente.

La propuesta es no pensar, sino percibir interiormente, es decir; usar la propia luz del alma y crear las imágenes meditativas. Cuando pensamos espiritualmente podremos decir: “que haya luz”, creamos con luz, la luz que nos ha sido dada por causa de nuestra libre voluntad por la jerarquías de los Ángeles - hijos de la luz.

Necesitamos para ese pensar, una voluntad libre y un alma en equilibrio, y que nuestro ego se mantenga unido pensando, sintiendo y obrando a fuerza de sus propios esfuerzos, vivir con tal pensar, es vivir en la realidad.

“El ser humano busca la realidad verdadera que yace en lo espiritual, la llave es el sacrificio, la voz del silencio dice: No quiero hacer sufrir a nadie. Quiero perdonarlo todo.

Cambiar la memoria de la tierra por la memoria del sol, eso significa empezar a desarrollar el olvido, la memoria automática empieza a desaparecer para desarrollar la memoria imaginativa y aprender a vivir en dos mundos superior e inferior y así tener la capacidad de mirar fuera de nosotros mismos y vernos en el mundo, y de mirar hacia adentro de nosotros mismos y ver el mundo en nosotros. El macrocosmos se añade al microcosmos y estamos unidos entonces con la divinidad. Hacer visible el reino de Dios en el mundo a través de uno mismo, a través de nuestro.

Son recomendables en este sentido, los ejercicios para un desarrollo espiritual de Rudolf Steiner, el libro lo pueden adquirir en CulturAlma, allí están las indicaciones.

También es un buen ejercicio, buscar en el recuerdo, vivencias en las cuales hemos experimentado una profunda tranquilidad.

9- Orientar todo acto volitivo a algo con una finalidad.

Al respecto debería preguntarse siempre si, el otro, a quien está destinado el acto o la ayuda ¿la necesita realmente? lo hacemos por el otro verdaderamente, o por el disfrute que nos produce la acción, tal vez el otro no quiera la ayuda. aquí, puede ser muy útil la pregunta si lo hacemos realmente por amor al otro.

En su “filosofía de la libertad” Rudolf Steiner acerca de esto dice lo siguiente:

“vivir dentro del amor hacia el actuar y dejar vivir dentro de la comprensión de la voluntad ajena es la máxima fundamental del hombre libre”.

Los seres humanos de esta manera libre, actúan siempre con plenitud de amor. Así queda claro que una acción plena de amor, requiere siempre del sacrificio de dejar de lado, aquello, que nosotros mismos disfrutamos del accionar y que ocultamente lo estamos haciendo para nosotros mismos. tan pronto que el amor llegue al campo de la voluntad, exige el sacrificio del amor por uno mismo. esto deberá ser practicado constantemente para que pueda desarrollarse la capacidad de amar.

10- A nivel social no juzgar a las personas o acontecimientos que están envueltos en lo malo o lo negativo; sino, más bien, iniciar una acción que pueda promover un cambio a los directamente afectados.

Aquí hay que intentar reconocer el suceso o acontecimiento,, puede ser un motivo de reflexión acerca del porque pueda existir tanto mal en nuestra sociedad. ¿Cómo llega un ser humano a realizar algo así?: crímenes, violaciones, robos, etc. ¿Qué tuvo que haber vivido en su niñez, y en su juventud para hacer tanto daño? Casi siempre estas personas son víctimas de la sociedad, sufren las consecuencias de carencias en las condiciones de desarrollo y de educación. Visto así el problema de la culpa se desplaza del ámbito individual al ámbito social.

Casi siempre estas personas que actúan mal han sido presas de muchos defectos, de muchos vicios y así se constituyen en portadores sintomáticos de una enfermedad de nuestra sociedad y de determinados problemas educativos.

Condenar a alguien, es mucho más fácil y a veces resulta ser una auto-satisfacción poder decir: ¡Yo nunca sería capaz de hacer algo así! Es muy simple proyectar el odio y el desagrado hacia los así llamados malos; pero con esto no hemos ganado nada en absoluto.

Debemos orientar toda esa energía, que destructivamente se expresa en el odio y la ira, hacia nuestro interior, preguntándonos: Qué puedo hacer yo para que las condiciones sociales cambien de manera tal, que cosas así ocurran con menor frecuencia. Es así que el interrogante con referencia al mal sólo podrá ser formulado, teniendo presente el riesgo de la evolución humana en sí; dado que el riesgo de un desarrollo hacia la capacidad de amar, tiene que contar con lo no-amoroso, con la ausencia de libertad y con el mal.

*“Creo que nuestro paso por esta dimensión tiene que ser significativo, tenemos que ayudar a Dios a restablecer el orden divino en esta tierra cada uno ordenando nuestra propia vida y aportando desde nuestras posibilidades”*

*Hania Czajkoivski*

**Artículo realizado por: Liliana Espinosa Ayala**





CulturAlma  
Educación Holística