

Introducción

¿Qué se entiende por emociones negativas? La Psicología Gnóstica, con el término "emociones negativas", designa a todas las expresiones de los "yoes" que se ubican en el centro emocional inferior y lo controlan, tales como el miedo, los celos, la auto-compasión, la auto-consideración, la cólera, el aburrimiento, la desconfianza en sí mismo y en los demás, etc.

Ordinariamente se acepta la expresión de emociones negativas como una cosa completamente natural y necesaria, y también con frecuencia las gentes la llaman "sinceridad". Desde luego, no sólo son innecesarias y anti-naturales, sino que nada tiene que ver con la sinceridad; son, simplemente, un signo de debilidad, un signo de la condición egoica y de impotencia para aprender a recibir con agrado las manifestaciones desagradables de los semejantes.

En la Psicología Experimental del Movimiento Gnóstico, existe un precepto relativo a la lucha contra las emociones negativas: "si queremos transformarnos radicalmente, necesitamos sacrificar los propios sufrimientos".

No existe placer ni goce que el ser humano no esté dispuesto a sacrificar por razones fútiles, pero se niega a sacrificar sus sufrimientos.

El llamado "Arte Moderno": el teatro, el drama, así como las llamadas "telenovelas" y "radionovelas", están fundamentadas en estas emociones negativas que tan grave daño causan.

Con las emociones negativas el "yo", el Ego; el "mí mismo" se fortifica espantosamente, obstruyendo toda posibilidad de desarrollo interior.

Samael Aun Weor / Resumen.

Las Emociones Negativas.

"No debemos admitir, dentro de nosotros, las emociones negativas: sentimientos de venganza, resentimientos, ansiedad por los males que nos causaron, violencia, envidia, incesante recordación de deudas, etc., etc., etc."

Es claro que nosotros debemos estar revisando diariamente nuestra conducta; debemos volvernos más reflexivos, más cuidadosos con nuestros juicios críticos, y muy especialmente más atentos con nuestras emociones negativas.

En el terreno mismo de la Psicología, encontramos mucho desorden entre las gentes; todo el mundo es arrastrado por las emociones negativas y ésto es gravísimo. No hay nada más dañino, para el desarrollo interior profundo que las emociones negativas.

Cuando ustedes sean asaltados por alguna emoción negativa, exprese de ella de la mejor manera posible. Si una emoción negativa ha llegado, si una emoción de envidia nos está carcomiendo hasta la médula de los huesos, expresémosnos de ella en forma armoniosa, no en favor de la envidia sino del bien ajeno. Si una emoción de ira nos está sacudiendo en un instante dado, hablemos con dulzura extraordinaria y en vez de sentirnos molestos por aquéllo que nos ha herido, hablemos bien de aquél que nos ha ofendido. Así no seremos heridos internamente.

No es cosa fácil expresarse bien cuando se tiene una emoción negativa, pero así debe ser. Si tenemos una emoción de enojo porque alguien nos ha molestado, hablemos con amor, y en bien de aquél que nos ha molestado. Por lo menos eso, mientras eliminamos los "agregados" que nos han provocado las emociones negativas. Así no seremos heridos.

Es claro que no debemos quedarnos en la superficie: necesitamos eliminar aquellos "elementos indeseables psíquicos", que nos han provocado alguna emoción negativa, ya sea de ira, envidia, odio, lujuria, orgullo, etc.

Incuestionablemente, todo el mundo está sacudido por las emociones negativas y nada puede ser más contagioso que ellas.

Existen bacterias, virus; de ello no hay ninguna duda. Las bacterias originan muchas enfermedades y eso está demostrado en los tubos de ensayo. En cuanto a los virus patógenos, son infinitamente pequeños y por lo tanto más dañinos. Veamos por ejemplo el virus del Cáncer. Aunque algunos piensen que no se ha logrado aislar, tenemos que informar que en Israel ya se aisló. No sabemos con que nombre se bautizó. Nosotros lo bautizaremos con el nombre de "Cancro" y ya hablamos ampliamente de él. Es tan pequeñito, que se necesita un poderoso microscopio electrónico para poderlo estudiar. En todo caso, los virus por ser tan pequeños resultan más peligrosos, más contagiosos. Sin embargo, las personas contagiosas, o de emociones negativas, resultan más contagiosas que los virus y las bacterias.

Esas gentes refunfuñonas, llenas de envidia, que a todas horas están fastidiando; esas gentes llenas de morbo a cada instante, esas gentes que tienen complejos de persecución, hechizadas, que creen que todo el mundo las odia, son negativas y contagian a los grupos, a los demás.

En nuestro trabajo aislamos a tales personas, y si no comprenden, si se sienten molestas y piensan que no se les quiere, se equivocan. Sí se les ama, y sólo se les insinúa que intenten volverse positivas, simpáticas, magnéticas; se les brinda una oportunidad en nuestros estudios, pero se les aísla en cierto sentido, porque son peligrosas para los grupos.

Una persona negativa puede contagiar a otras personas negativamente, y si dicta una Conferencia, contagia a miles de personas, son más peligrosas, miles de veces más peligrosas que los virus y las bacterias.

Hay que especificar quiénes son las personas negativas y cuáles son las emociones negativas. No basta decir "fulano o zutano es una persona negativa"; no, hay que especificar quiénes son los negativos.

Si una persona está todo el día gritando, refunfuñando, vociferando, ¿será positiva o negativa? Si una persona está en el Esoterismo y a todas horas se siente "hechizada, embrujada", y su vida se desenvuelve en ese concepto, ¿será positiva o negativa? Si una persona es tremendamente lujuriosa y su vida se procesa en razón de la lujuria; si está llena de espantosas emociones y ve en cada persona del sexo opuesto una oportunidad sexual, ¿qué diríamos de esa persona? Si una mirada del sexo opuesto la agita y eso es suficiente para que a todas horas esté con su lujuria, ¿qué podríamos pensar? Obviamente, se trata de una persona negativa y esa persona viene a infectar a otras personas. ¡Claro que sí! Si una persona anda de instante en instante con emociones negativas, infecta a todo el mundo. El iracundo, que a todas horas "trueno y relampaguea", infecta a otros con su ira. Una persona que a todas horas se siente perseguida, es negativa.

Me viene a la memoria el caso de un amigo mío que tenía la costumbre de ponerse las manos debajo de la faja del pantalón. Un sujeto se le acercó, pistola en mano y le dijo: "¿Qué se trae usted conmigo?" "¡Nada...!" "¿Y por qué tiene las manos allí?" "Es una costumbre que yo tengo, señor" -le contestó mi amigo- "¡Ah, bueno -exclamó el otro-, es que traigo ira...!" He allí un ejemplo de alguien negativo, que contagia a todo el mundo. Gentes así, tienen que apartarse de los grupos; gentes así, no entienden o no comprende que son negativas, creen que uno no las ama y sí las ama. Sencillamente, son gentes contagiosas que impiden el desarrollo interior profundo del Ser, he allí la parte grave.

Es necesario que nosotros nunca nos dejemos llevar por las emociones negativas. Cuando una emoción negativa nos sacuda, bien vale la pena que nosotros conozcamos qué clase de "agregado psicológico" la ha producido y después de haberlo observado en acción, someterlo a la técnica de la meditación para desintegrar dicho "agregado". De lo contrario, ¿cómo haríamos?

Lo más grave es que las emociones negativas vuelven mentiroso al ser humano. La mentira produce una conexión equivocada, porque la energía del "Anciano de los Días" (el Ser del Ser), que fluye armoniosamente a través de los diez Sephirotes de la Kábala Hebraica, hasta llegar al reino de Malchut, la persona psico-física, se conecta mal, produce una dislocación intencional de la mente, y en consecuencia surge la mentira.

Se puede ser mentiroso por una emoción negativa, que nos vuelve calumniadores y mentirosos, o se puede ser mentiroso conscientemente y a voluntad. En todo caso, es una conexión negativa de la mente con los Centros Superiores del Ser, se produce una dislocación de la mente con los Centros Superiores del Ser.

Se debe decir la verdad, cueste lo que cueste y salga lo que salga, decir la verdad y nada más que la verdad. ¡Esa es la cruda realidad de los hechos!

Las emociones negativas vuelven mentirosas a las personas, el Karma de los mentirosos es la monstruosidad. Los niños que nacen con dos cabezas, o deformes, se han conectado mal con los Centros Superiores del Ser. Consecuencia: vienen a la existencia con cuerpo deforme (he allí la mentira). Debemos, pues, poner mucha atención a esta cuestión.

2- POR QUE LAS EMOCIONES NEGATIVAS NOS VUELVEN MENTIROCOS.

"Necesitamos que las emociones negativas sean eliminadas de nosotros, porque esas emociones negativas pues no permiten un cambio de fondo. Es imposible transformarnos si aún poseemos dentro de nosotros emociones negativas. Nosotros tenemos que erradicar de nuestro corazón las emociones de tipo negativo, que son verdaderamente perjudiciales en todo sentido".

Conferencia: "Necesidad de cambiar la forma de pensar"

Una persona que se deja llevar por las emociones negativas, se vuelve mentirosa en un ciento por ciento. Conozco el caso de un señor que actualmente se encuentra al borde de la muerte. Este buen hombre vino a tener una embolia cerebral. ¿Motivo? Muy claro: alguien le mal informó que su hermana había sido víctima de un fraude; tal informe fue después examinado y resultó falso. Este señor llama a su hermana y cree en una infundia difamante que ella le cuenta. La tomó tan en serio, que le dio una embolia cerebral y en estos momentos se encuentra al borde de la muerte, vean ustedes, en este caso, de qué manera las emociones negativas vienen a llevarnos al fracaso. Su hermana sigue convencida de que fue víctima de un fraude. Es obvio que calumnia a un inocente, pero ella está segura de que fue víctima. Personalmente investigué el caso y me di cuenta que ella misma se estaba auto-engañoando, se estaba mintiendo a sí misma, víctima de las emociones negativas, y a su vez calumniando a otra persona en forma inconsciente.

Hay que trabajar el centro intelectual y también el centro emocional. No hay duda que las emociones negativas nos vuelven mentirosos, como ya les había dicho a ustedes en alguna oportunidad. Las emociones negativas nos tornan violentos, las emociones negativas hacen que nos olvidemos de sí mismos.

Un individuo, por ejemplo celoso, llevado de la emoción negativa de los celos, pues se vuelve violento, puede matar a otro y en consecuencia ir a la cárcel; puede tratar mal a su mujer, tal vez injustamente, etc. De manera que las emociones negativas pueden convertirlo a uno en calumniador, falso, en violento, en perverso.

Pero es muy difícil, en verdad, poder controlar las emociones negativas. En un momento estamos tranquilos y puede que al siguiente momento no lo estemos. Supongamos que estamos aquí, muy en santa paz, escuchando esta cátedra, y de pronto alguien nos trae una noticia: nos dicen que un pariente o un hermano de nosotros ha sido fuertemente golpeado por fulano de tal, o que le pegaron un balazo. Claro, si no tenemos control sobre sí mismos, salimos "como locos". Abandonamos de inmediato este lumisial, protestamos en nuestro interior; nos encontramos a alguien en la calle, le contamos rápidamente lo que sucedió, y puede darse el caso de que al llegar al lugar donde se dice acaeció la

tragedia, nada ha pasado, era una falsa alarma. Entonces, ¿qué sucedió? Uno, abandonamos la cátedra; lo otro, calumniamos a alguien; lo otro, asumimos actitudes violentas, y lo otro, que fue lo peor, pues fortificamos los "yoes" que tenemos en la parte negativa del centro emocional, en vez de desintegrarlos.

¡Vean ustedes cuánto daño pueden hacernos las emociones negativas! Por una emoción negativa podemos volvernos asesinos, por una emoción negativa podemos volvernos perversos, por una emoción negativa podemos nosotros calumniar al prójimo, por una emoción negativa, podemos nosotros levantar falsos juicios sobre nuestro mejor amigo, etc. Y sin embargo, tenemos esa marcada tendencia a dejarnos llevar siempre de las emociones negativas, no hemos aprendido a ser austeros, impávidos, serenos mesurados.

Así que, introducir la Gnosis en nuestra forma de pensar, para cambiar, e introducirla en el centro emocional, cuesta un poco de trabajo. Pero si nosotros pensamos en lo que son los centros de la máquina orgánica, por ejemplo, el centro intelectual, que tiene algo del centro emocional y algo del centro del movimiento, ¿cómo podríamos nosotros conseguir que el centro emocional inferior quede bajo control total? Si decimos: "voy a tener fuerza de voluntad, no me voy a dejar llevar de emociones violentas negativas en ningún momento", puede ser que a las primeras de cambio fallemos terriblemente. Entonces necesitamos introducir la Gnosis, aquí, en la mente, sentir la emoción superior que produce la Gnosis y con el poquito de voluntad que hayamos adquirido, pues junto con la Gnosis, la emoción superior nos permitirá controlar completamente a las emociones inferiores negativas.

En todo caso, se necesita controlar a la emoción inferior con la emoción superior. Controlemos, pues, a las emociones inferiores con las superiores, metamos Gnosis dentro del cerebro para que nuestra forma de pensar cambie y vivamos de acuerdo con los principios y las reglas del Gnosticismo Universal. Modifiquemos, pues, el proceso del pensar y habrá una especie de emoción intelectual en nuestra cabeza. Eso, más un poquito de voluntad, nos permitirá controlar a las emociones inferiores.

Obviamente, la destrucción total de las emociones inferiores adviene con la aniquilación de aquellos "elementos psíquicos indeseables" que se relacionan, precisamente, con la parte emocional inferior. Pero entre tanto, y mientras tales elementos son eliminados, debemos controlar al centro emocional inferior con la parte emotiva del intelecto, un intelecto alumbrado por la mística gnóstica. Ese es el camino obvio a seguir, solo por ese camino podría procesarse verdaderamente un cambio, que es tan necesario.

3- LAS EMOCIONES NEGATIVAS Y LA TRANSFORMACIÓN DE LAS IMPRESIONES.

"Qué diremos nosotros, mis caros discípulos, sobre los tres alimentos? Ya expliqué, la vez pasada, cómo es que uno se alimenta con el primer alimento, el alimento del cuerpo físico (no pienso añadir nada de eso). Luego hablamos también sobre el segundo alimento, que es la respiración, más importante que aquél que va al estómago. Pero hay

un tercer alimento, del que les dije a ustedes, que es el de las Impresiones. Nadie puede vivir sin impresiones, ni siquiera un minuto".

"Las representaciones de la Mente".

Desgraciadamente, el ser humano no sabe seleccionar sus impresiones: abre las puertas a todas las impresiones negativas.

¿Qué dirían ustedes, por ejemplo, ahora que estamos aquí, en este salón, si le abriéramos la puerta a unos ladrones para que entraran? Pregunto a estos hermanos que nos acompañan aquí, en esta plática: ¿a ustedes les parecería correcto que se le abriera la puerta, por ejemplo al vandalaje? Obviamente cometeríamos un absurdo y ustedes lo demandarían. Sin embargo, no hacemos lo mismo con las impresiones: le abrimos las puertas a todas las impresiones negativas del mundo. Estas penetran en nuestra psiquis y hacen destrozos allá adentro, se transforman en "agregados psíquicos" y desarrollan en nosotros el centro emocional negativo. En conclusión: nos llenan de lodo, pero se las abrimos.

¿Será correcto eso? ¿Será correcto que una persona que viene, por ejemplo, llena de impresiones negativas, que emanan de su centro emocional negativo, sea acogida por nosotros, que abramos las puertas a todas las emociones negativas de esa persona?

Parece que no sabemos seleccionar las impresiones y eso es muy grave. Nosotros debemos aprender a abrir y cerrar las puertas de nuestra psiquis a las impresiones: abrir las puertas a las impresiones nobles, limpias, cerrarlas a las impresiones negativas y absurdas. O sea, las impresiones negativas causan daño, desarrollan el centro emocional negativo en nosotros, nos perjudican.

¿Por qué hemos de abrir las puertas a las impresiones negativas? Vean ustedes lo que uno hace estando en grupo, en multitudes. Yo les aseguro que ninguno de ustedes, por ejemplo ahorita, se atrevería a salir a la calle a lanzar piedras contra nadie, ¿verdad? Sin embargo, en grupos, quién sabe. Puede que alguien se meta dentro de una manifestación pública y esté enardecido por el entusiasmo, y si las multitudes lanzan piedras, él también resulta lanzando piedras, aunque después se diga a sí mismo: "¿Y por qué las lancé, por qué hice eso?".

Recuerdo una de esas manifestaciones, hace unos cuantos años, cuando los maestros de escuela se levantaron en muchas huelgas, protestas y manifestaciones. Entonces vimos cosas insólitas (aquí, en pleno Distrito Federal, hace unos 10 o 15 años) ¿Qué vimos? A profesores muy decentes, muy cultos, muy dignos, que ya en multitud, agarraban piedras y las lanzaban con fuerza contra vidrios, contra las gentes, contra quienes podían. Esos profesores de escuela nunca lo hubieran hecho a solas, pero sí en multitud. En grupos, el ser humano se comporta muy distinto, hace cosas que nunca haría a solas. ¿A qué se debe eso? Pues a las impresiones negativas, a que él le abre sus puertas a las impresiones negativas, y resulta haciendo lo que nunca haría a solas. Por eso es necesario que nosotros aprendamos a seleccionar nuestras impresiones.

Cuando uno abre las puertas a las impresiones negativas, no solamente altera el centro emocional que está en el corazón, sino que lo torna negativo. Si abre uno sus puertas, por ejemplo, a la emoción negativa de una persona que viene llena de ira, porque alguien le ocasionó algún daño, entonces termina uno, pues, aliado con esa persona y en contra de aquélla que ocasionó el daño. Termina uno lleno de ira, sin siquiera tener parte tampoco en el asunto.

Supongamos que uno le abre las puertas a las impresiones negativas de un borracho, al que encontramos durante una "pachanga". Entonces termina uno aceptándole una copita al borracho, y luego dos, tres, diez. Conclusión: borracho también.

Supongamos que uno le abre las puertas a las impresiones negativas, por ejemplo, a una persona del sexo opuesto. Termina uno también fornicando, cometiendo toda clase de delitos. Y si le abrimos las puertas a las impresiones negativas de un drogadicto, resultamos también fumando marihuana (¡y con semilla y todo!). Conclusión: ¡fracaso!

Así es como los seres humanos se contagian unos a otros. Dentro de ambientes negativos, los borrachos contagian a los borrachos, los ladrones vuelven ladrones a los otros, los ladrones homicidas contagian a otros, los drogadictos se contagian entre sí, y se multiplican los drogadictos, se multiplican los asesinos, se multiplican los ladrones, se multiplican los usureros. ¿Por qué? Porque cometemos siempre el error de abrirle las puertas a las emociones negativas, y eso no está correcto.

¡Seleccionemos las impresiones! Si alguien nos trae emociones positivas de luz, de armonía, de belleza, de sabiduría, de amor, de poesía, de perfección, abrámosle las puertas de nuestro corazón. Pero si alguien nos trae emociones negativas de odio, de violencia, de celos, de drogas, de alcohol, de fornicación, de adulterio, ¿por qué tenemos que abrirle las puertas de nuestro corazón? ¡Cerrémosla, cerremos las puertas a las impresiones negativas!

Cuando uno reflexiona en todo esto, puede perfectamente modificarse, hacer de su vida algo mejor.

4- LA AUTO-CONSIDERACION Y EL CENTRO DE GRAVEDAD CONSCIENTE.

"Ha llegado el momento de reflexionar muy seriamente sobre eso que se llama Consideración Interna.

No cabe la menor duda sobre el aspecto desastroso de la Auto-Consideración Intima. Esta, además de hipnotizar la Conciencia, nos hace perder muchísima energía".

Samael Aun Weor.

"Tratado de Psicología Revolucionaria", Cap. 24.

Sabido es que para crear una Luna en nosotros, es decir, un Centro de Gravedad Consciente, esto es: un Centro de Gravedad Permanente, hay que apelar a una tercera fuerza, eso es obvio. Esa tercera fuerza es el trabajo esotérico. Nosotros aquí vamos dándole a ustedes las enseñanzas que necesitan para que puedan crear, en sí mismos, un Centro de Gravedad Consciente. Obviamente, quien quiera crearse tal Centro debe empezar por abandonar las auto-consideraciones, el auto-sentimentalismo.

Cuando uno se quiere mucho a sí mismo, cuando se considera demasiado, cuando está lleno de auto-sentimentalismos, suspiros, congojas, tristezas, etc., por lo común odia a sus semejantes; es decir, cuanto más se ame uno a sí mismo, cuanto más piedad sienta uno de sí mismo, tanto más odiará a todos aquellos que le rodean. Los demonios más vengativos, los hombres más perversos, son aquellos que se quieren demasiado a sí mismos, que se auto-valoran, que están llenos, repito, de auto-sentimentalismos, de auto-compasión. Más si uno se aborrece a sí mismo, entonces amará a sus semejantes.

No quiero decirles a ustedes que uno debe llegar a ser masoquista; no, hasta allá no llego en este discurso. No hay necesidad de ser masoquista, pero sí quiero decirles que uno debe reconocer sus propias imperfecciones, uno debe aceptar que es una criatura mecánica, que la vida de uno se mueve sobre los carriles de los hábitos, de las costumbres adquiridas; uno debe aceptar que está lleno de celos, de rencores, de resentimientos espantosos. Cuando uno lo acepta, cuando uno acepta que es un vil gusano del lodo de la tierra, cuando acepta que es una criatura mecánica, cuando se aborrece a sí mismo, comienza a crear, dentro de sí, el Centro de Gravedad Consciente.