

DELEGACIÓ EPISCOPAL DE PASTORAL FAMILIAR DEL BISBAT DE GIRONA

FORMACIÓ D'ADULTS - CURS 2019 - 2020

**ACTIVAR LES QUALITATS POSITIVES DEL SER
TOTS ELS AQUÍ PRESENTS ESTEM CRIDATS A LA
IL.LUMINACIÓ A TRAVÉS D'ACTIVAR**

AMOR INCONDICIONAL - UNICITAT

IL.LUMINACIÓ

44

1. AMOR INCONDICIONAL CAP A LA UNIÓ AMB DÉU

***Dilatar l'Amor fins que sigui només
Esperit Sant.***

“Escull ser tolerant, benigne, indulgent i compassiu, estimant incondicionalment tota vida en totes les seves expressions, incloent-te a tu mateix. Centra't en el servei desinteressat i en donar amor, consideració i respecte cap a totes les criatures”

1

AMOR INCONDICIONAL – CAMÍ CAP A LA UNIÓ AMB DÉU

Des del paradigma antropològic-psicològic.

L'Amor Incondicional és la qualitat del SER que madura l'Amor fins el nivell més elevat, en el que hom supera qualsevol condició. Activar aquesta qualitat del SER és un nou repte. Tenir-la activada comporta activar alhora les qualitats dels nivells per sota, des del coratge fins a l'Amor (500), en el qual encara pot haver-hi condicionaments. Per activar l'Amor Incondicional cal tenir la intenció, prendre la decisió i dedicar la voluntat espiritual a fer l'exercici d'eliminar qualsevol condició que es pugui filtrar en la nostra manera d'estimar-nos, d'estimar tothom, d'estimar Déu. Gaudir dels fruits de l'Amor Incondicional és una gràcia. Ser conscient de les condicions amb les que encara estimo, és fonamental per deixar-les anar. A manera de test, podem conèixer les característiques de l'Amor Incondicional amb l'objectiu de prendre consciència de com activar aquesta qualitat del SER.

AQUEST CAMÍ ES FA AMB MEDITACIÓ, CONTEMPLACIÓ, PREGÀRIA I UNA TOTAL HUMILITAT

Ara es comprèn cada cop millor la importància de la contemplació, la meditació, la bellesa de l'art en totes les seves expressions, els coneixements que anem aprenent en el decurs de la formació que rebem, amb les lectures que alimenten el nostre esperit i estimulen el camí espiritual que estem fent, així com la gràcia de participar en grups espirituals, com poden ser el Grup Gran o el TIG (Treball Individual en Grup).

Els textos en blau són de Hawkins. Centrem-nos especialment en ells.

1. AMOR INCONDICIONAL

Ens pot sorprendre la descripció sobre l'Amor Incondicional. Veritablement exigent i comprometedor aquest nivell 540, alhora immensament alliberador. La lectura de les característiques que defineixen l'Amor Incondicional la podem aprofitar perquè ens serveixi de test. Com és el meu Amor Incondicional en aquest moment de la meua vida? Si estic compromès a fer camí espiritual, com és el retrat del meu Amor Incondicional? Quines d'aquestes característiques vaig assolint i quines em costa integrar? Sigui la que sigui la resposta honesta, estic decidit-da a seguir endavant cap al nivell de l'Amor Incondicional? A aquestes alçades no s'hi val dir-nos i creure'ns “estic molt lluny”, “no hi arribo”, “ho veig difícil”... Aquest tipus de respostes ja m'indiquen que he d'activar qualitats del SER dels nivells per sota, com és ara, el coratge, la neutralitat, l'acceptació, la raó, etc. És normal que pensi que no tinc prou activades totes les qualitats del SER. La qüestió és decidir fer-me responsable de seguir activant totes les qualitats del SER. Anem al test a partir del text.

“L'entrega contínua ens porta a experimentar l'estat d'Amor Incondicional (calibra en 540), un fenomen escàs que només aconsegueix el 0,04 per cent de la població”. Alerta! L'ego possiblement em pot fer pensar: jo “no ho mereixo”, “no sóc capaç”, “no sóc digne”, “és molt difícil” per a mi, formar part d'aquest 0,04 per cent. Puc deixar que la ment s'entretengui amb aquests pensaments negatius o puc intervenir conscientment en aquest l'apse d' “una deu mil·lèsima de segon”, abans que ho faci l'ego i si ja ho ha fet, puc desmuntar-li el joc. Puc tenir en compte el principi que diu “allò que mantinc en ment, tendeix a manifestar-se”. Jo sóc responsable de triar “què mantinc en ment”. Aquesta energia és miraculosa, inclusiva, no selectiva, transformadora, il·limitada, sense esforç, radiant, devocional, santa, difusa, misericordiosa i generosa. Es caracteritza per l'alegria interior, la fe, l'èxtasi, la paciència, la compassió, la persistència, l'essència, la bellesa, la perfecció, l'entrega, l'èxtasi, la visió i l'obertura. L'Amor Incondicional és una meravella. Amb quines d'aquestes qualitats de l'Amor Incondicional m'identifico? Quines vaig assolint? Quines vull seguir incorporant a la meua vida? Compto amb la Gràcia Divina. Renunciem a veure al jo personal com a agent causal. Recorda: no hi ha cap “jo personal interior” que causi cap pensament. Cada pensament és resultat de programacions prèvies. Decidir triar pensaments positius a canvi dels negatius, és un acte de consciència que puc escollir aprofitant el lapse d'una deu mil·lèsima de segon. Tot succeeix sense esforç, per sincronia. L'alegria emana de l'experiència subjectiva de la pròpia existència. El poder de l'alegria és subjectiu i no provinent de cap origen extern. He incorporat ja la creença que “ho tinc tot” pel sol fet d'existir? Què em fa dubtar que el SER és complet, perquè l'essència de la Presència Divina no li manca res, perquè és Amor Infinit? Així, l'energia perquè el motor funcioni és inesgotable. Crec en l'energia de l'Amor inesgotable? Podem ballar en èxtasi tota la nit en una capella amb espelmes, com si balléssim amb la font de la vida mateixa. En aquest estat, la perfecció innata i la impressionant bellesa de tot el que existeix brilla com una radiació lluminosa, mentre el flux d'energia espiritual facilita la transformació de la percepció en visió, del lineal en no lineal i d'allò que s'ha limitat en il·limitat. Encara que continua sent possible funcionar en el món en les vibracions més elevades de l'amor (per sobre de 500), podem acabar abandonant la nostra ocupació habitual i el nostre medi social. M'obro al flux d'energia espiritual transformadora? Deixo que el SER em transformi la percepció en visió, el lineal en no lineal, el limitat en il·limitat? En aquests estats, el miraculós és habitual. El que anomenem «sobrenatural» té lloc contínuament, encara que la raó i la lògica no puguin explicar-ho. Està clar que cap persona fa miracles. Occorren espontàniament i pel seu propi compte quan les condicions són adequades. Experimento el miracle en la meua vida quotidiana? Em permeto experimentar-lo? Novament la temptació de l'ego se'm pot fer present: “no sóc capaç”, “això no és possible en la meua vida”, “no em mereixo experimentar els fruits d'aquest nivell de consciència”, “és molt difícil”, “això és per gent molt especial, millor que jo, més capaç...” Quan les condicions són adequades? Quan, a mida que faig entregues, rendicions a Déu dels posicionaments del patró de conducta i vaig traient de la meua vida els obstacles que l'ego posa a l'Amor, el SER genera dins meu les condicions adequades. També són adequades si “Evitem desenvolupar un ego espiritual en constatar que els fenòmens són un do procedent de més enllà del nostre jo personal; només som canals de l'Amor, no el seu origen. Sabem que el progrés espiritual és resultat de la Gràcia, i no dels nostres

esforços personals. La gratitud per aquest estat, reemplaça l'orgull de l'èxit. M'he plantejat que “només sóc un canal de l'Amor”? Estic disposat-da a ser un canal de l'Amor? Li ho demano a l'Esperit Sant? M'agradaria ser un servidor i un canal de l'Amor? Quins dubtes em bloquegen? *El procés de l'entrega s'aprofundeix a mesura que abandonem tot dubte, tots els sistemes de creences, totes les percepcions, les posicions i les opinions i si estem disposats a entregar totes les afeccions, fins i tot l'afecció a l'exquisit estat d'èxtasi, que és indescriptible.* Vaig entregant tot això que és fabricació de l'ego? Estic disposat-da a entregar totes les afeccions? M'ho he plantejat seriosament? Les he fet conscients alguna vegada? Tinc por de fer-les conscients i de plantejar-m'ho? Sóc conscient que aquesta por és una trampa de l'ego? A mida que les nombrem, les característiques de l'Amor Incondicional cada cop són més exigents (per a l'ego). Si humilment me les plantejo des del SER, el camí espiritual seguirà endavant per la Gràcia de Déu. Vull que l'Amor Incondicional sigui el meu nivell de consciència prevalent i primordial? *Per humilitat, deixem anar totes les opinions sobre els altres. En cert sentit, ningú pot ser diferent de com és.* Quan incorpore aquest principi espiritual en la meua manera de relacionar-me amb els altres, especialment quan tinc dificultat amb qui pensa diferent a mi, amb qui m'han fet algun mal, puc mirar a cada persona des de la compassió, la visió i l'Amor del SER. Aquesta visió és pròpia de l'Amor Incondicional que he triat viure. *L'Amor coneix aquesta veritat i no pren posició.* Tinc l'oportunitat d'entregar posicionaments, cosa que m'allibera i em fa feliç, però cal que renunciï a les preses de posició a les que el patró de conducta m'ha habituat. Ens cal fer un canvi de cultura. *“Maria Voce invita a abandonar la dominant cultura de la sospita”, per encarar decididament el camí d'una cultura de la confiança. No es tracta només de tenir uns sentiments determinats respecte a d'altres persones – tot i que això sigui necessari – sinó de comprometre's a construir, dia rere dia, una base cultural totalment nova i creure que amb la confiança es construeix una convivència social pacífica i respectuosa amb les diversitats. És un acte de gran intel·ligència escollir tenir confiança en l'altre, en lloc de jutjar-lo amb una sospita a priori. Al cap d'avall, actuant així, tothom hi guanya, també aquell qui fa confiança a algú sense rebre'n, aparentment, cap resposta espectacular per part de l'altre, perquè, el mateix acte de tenir confiança ja és una recompensa suficient. Perquè em construeix com a persona apta en aquests temps complexos, m'allibera, em fa més obert i disponible, perquè dona espai a la meua intel·ligència. [...] (Font: La confiança és sentiment i intel·ligència – Michele Zanzucchi)*

L'amor es fixa en el positiu dels altres, no en els seus defectes. Fixar-me en el positiu dels altres i entregar el negatiu reforça i consolida en mi l'Amor Incondicional. *Se centra en la bondat de la vida en totes les seves expressions. L'Amor Incondicional no espera res dels altres.* Assolir aquest nivell és fer un gran salt en l'Amor Incondicional. Mantenir la decisió de no esperar res dels altres, dissol les afeccions de l'ego. *Estic disposat-da a assolir aquest nivell? Quan som amorosos, no tenim limitacions ni exigim res dels altres per estimar-los. Els estimem com són, encara que siguin irritants. Sentim pena pels delinqüents, que han considerat que una vida de delictes era la seva millor opció.* Les limitacions que encara pugui experimentar, si les entrego a l'Amor incondicional de la Presència Divina, deixo d'experimentar-les com a limitacions, i les aprofito per mantenir-me en la humilitat. Augmenten i reforcen la meua confiança en el SER, gràcies al qual tot ho tinc complet. No em manca res, cregui el que cregui, pensi el que pensi. *Quan l'Amor és Incondicional, no hi ha afeccions, expectatives, intencions ocultes ni càlcul de qui dona què a qui. El nostre Amor és Incondicional pel que som i pel que ells són. Es dona sense condicions. No esperem res a canvi. Hem entregat totes les expectatives conscients i inconscients respecte a l'altre.* Sóc conscient de quines afeccions encara són presents a la meua vida? Tinc intenció de fer conscients les meves intencions ocultes? Quina és la presència de les expectatives en la meua vida actual? Les he entregades? Sóc conscient de les expectatives que encara es presenten en la meua vida? Sóc conscient del que espero a canvi, quan dono o em dono? Sóc conscient que si no entrego afeccions, expectatives, segones intencions, intencions ocultes, opinions no estic fent camí cap a l'Amor Incondicional? Tinc la sincera intenció de fer conscients tots aquests impediments a l'Amor Incondicional? Estic disposat-da a madurar i fer evolucionar l'Amor condicional amb el que encara estimo, fins estimar amb veritable Amor Incondicional? Estic disposat-da a ser honest-a, íntegre-a, sincer-a i no enganyar-me? *L'amor il·lumina l'essència dels altres i, per tant, la seva capacitat de ser estimats. Això es deu al fet que l'amor obre el cor. En comptes de percebre, el cor sap. La ment pensa i discuteix (perd miserablement el temps), però el cor sap i continua (amb perseverança i confiança). Així, encara que les persones cometin errors, les estimem. Els pensaments ens diuen una cosa, però el cor ens en diu una altra. La ment pot ser crítica i no estar d'acord, però el cor estima sense que res importi. El cor no imposa cap condició. Només la ment posa condicions. L'Amor no exigeix res.* Ens trobem davant d'un gran repte si volem avançar cap a l'Amor Incondicional. Quin? El repte de canviar de paradigma: abandonar el de l'ego-ment-raó-cap, i practicar Amor Incondicional amb plena consciència, intenció, decisió i voluntat. Sóc conscient de qui regeix la meua vida: ment o cor? Com reaccio amb les persones que comenten errors? ¿Com les jutjo? Com reaccio als meus propis errors? Sóc conscient de les condicions que poso? Sóc conscient de les meves exigències sobre els altres? *Una clau perquè l'Amor sigui Incondicional és estar disposat a perdonar. Amb el perdó, recontextualitzem els esdeveniments i les persones (i les mirem i acceptem) com limitades, no dolentes ni indignes d'Amor.* (Hem d'incorporar diferenciar el judici “ets persona dolenta i indigna d'amor, canviant-lo per “ets una persona amb limitacions com jo” D'aquesta manera eliminen la dualitat “bona-dolenta” i integrem la simple “gradació” anomenada “limitació” = tothom patim “limitacions” de diferents graus, els quals superem amb l'Amor Incondicional, d'aquesta manera podem experimentar que l'Amor Incondicional elimina les “limitacions” humanes.) *La humilitat ens porta a estar disposats a renunciar a la nostra percepció d'un esdeveniment passat. Preguem perquè un miracle ens permeti veure la veritat sobre la situació o la persona i entreguem totes les opinions respecte d'això* (Entreguem immediatament la temptació de centrar-nos en les “limitacions” de l'altre. De la mateixa manera tractem les nostre pròpies limitacions = amb Amor Incondicional). *Observem les recompenses d'haver conservat fins ara la nostra percepció del que va ocórrer, però ara deixem anar cadascuna d'aquestes (falses) recompenses, (com per exemple): el plaer de l'autocompassió, de «tenir raó», de sentir-*

nos agreujats i dels ressentiments. Sóc conscient dels ressentiments que mantinc actius respecta d'alguna persona? Hi ha alguna persona a la meua vida que em costa perdonar-la? Estic disposat-da a plantejar-me perdonar-la? Estic disposat-da a renunciar a la meua percepció (ego) sobre l'altre-a? Estic disposat-da a entregar totes les meves opinions (en realitat són un judici) sobre els altres? Estic disposat-da a deixar anar la necessitat de “tenir raó”? **Amb el temps**, (a mida que aprofundeixo l'exercici del perdó i l'arrello humilment en l'Amor de Déu), **abandonem la idea mateixa del perdó.** **Perdonar implica que encara veiem la persona o situació com equivocada i, per tant, necessitada del nostre perdó.** **La vertadera entrega significa deixar anar completament aquesta manera de veure** (que és pura percepció de l'ego). **Quan entreguem la nostra percepció completament del tot, abandonant tot judici, tota la situació es transfigura i veiem que la persona és digna d'Amor. Atès que, en realitat, tot judici és un judici sobre un mateix, aquest procés ens allibera.** Sóc conscient que tot judici és un judici de mi mateix-a? Estic disposat-da a deixar anar completament la meua manera de veure les coses (és a dir, la meua manera de jutjar-les)? Estic disposat-da a eliminar completament el judici de la meua vida? Si és així, aleshores estic caminant a gran velocitat cap a l'Amor Incondicional. I prepara't pel que ve ara. És molt fort! És el testimoni de Hawkins sobre fins a quin nivell elevat hem d'estimar amb vertader Amor Incondicional. No hi ha excepcions. Això només s'entén a mida que practiquem **l'Amor Incondicional** fins el nivell en què ens l'ha ensenyat Jesús Abandonat:

“En el nivell de l'Amor Incondicional, estimem a tots i tot, fins i tot a Adolf Hitler. El veiem com una persona que va ser posseïda per energies negatives i estem disposats a perdonar-lo perquè no va poder evitar el que li va passar. El mal el va vèncer. En comptes d'odiar el mal, sentim tristesa i compassió per la gent que ha estat sobrepassada per tanta negativitat. Hitler va fer el que creia que havia de fer per honor. Aquesta va ser la seva contextualització en aquell moment. Estava agafat per certs ideals i creences que prevalien en el seu temps. Així, fins i tot en el cas de Hitler, podem veure la seva dedicació: va pensar que estava sent útil amb el que feia. En la segona guerra mundial, els pilots kamikazes van fer el que pensaven que havien de fer pel seu país. I, malgrat que ens bombardejaven i mataven, no cal odiar-los. Podem respectar que estiguessin disposats a donar la seva vida pel seu país. Podem veure que tot el que viola la llei de l'Amor és víctima d'algun sistema de creences social o de les pressions de la seva època”. (Ho diu Hawkins. No ho oblidem)

L'exemple de Hitler ens serveix per fer un canvi radical de paradigma en l'estructura de la nostra ment. L'exemple és molt fort i segurament heurem tingut la temptació de resistir-nos a considerar aquest exemple. En realitat, és fort, perquè ens posa davant de la duresa, intransigència, rigidesa, inflexibilitat de l'estructura de la nostra ment. És el que més ens costa de reestructurar. Però si volem seguir fent camí cap a l'Amor Incondicional, ens ho hem de plantejar que reestructurar la nostra ment, requereix purificar-la de totes els judicis, etiquetes, creences, posicionaments, axiomes, opinions, falses veritats en les que ens hem recolzat durant tota la vida. Podem començar acceptant que no cal odiar el mal, perquè tractant-se d'odi és molt difícil no sucumbir a odiar també a qui el comet. Dir “odiar el pecat, no al pecador” és fàcil en teoria. A la pràctica és molt fàcil esquitjar amb odi a qui comet mal, pecat. La persona que hi ha darrera o davant del mal i del pecat que comet, és molt més important que el propi mal, que el propi pecat. El replantejament davant del mal implica una profunda reestructuració de creences socials, culturals, i, sobretot, religioses. **En què consisteix aquesta reestructuració?** Trio mirar la persona que comet el mal, amb Amor Incondicional veient-la com la víctima d'impactes emocionals familiars, socials, culturals, religiosos, polítics, carregats d'una gran negativitat. La puc mirar amb compassió com la primera víctima del seu ego addicta a si mateix. Trio veure aquestes persones víctimes presoneres de camps d'energia tant poderosament negatius, que no han estat capaces de lliurar-se'n. Les creences i les ideologies patriòtiques marquen profundament la consciència de les persones. Les ferides de no amor traumàtiques igual o més. Determinats impactes d'aquest tipus poden ser tan forts, que condicionin la persona per tota la vida. Si ens plantegem situar-nos davant d'aquests casos des de l'Amor Incondicional, estem servint a la humanitat generant un camp d'energia positiu contrari al camp d'energia negatiu en el que es troben atrapades aquestes persones. Si confio que finalment, **el bé triomfarà sobre el mal, em converteixo en un canal de l'Amor Diví i en un servidor de Déu.** Ell fa la resta, si sóc un simple canal del seu Amor. Hi estic disposat-da? Prefereixo seguir amb els plantejaments de l'ego i no recontextualitzar els meus posicionaments sobre el tema del mal, o trio mirar la persona amb compassió, amb els ulls del Pare misericordiós que fa sortir el sol sobre tothom, així com sobre les meves limitacions, mal i pecat?

2. UNICITAT - UNITAT - UNIÓ AMB DÉU

Cada un dels matisos que a continuació descriu Hawkins, ens serveix de punt de referència per saber en quina mesura m'hi sento reflectit. Sigui molt o sigui poc, l'important és si estic obert a fer camí en direcció cap a l'Amor Incondicional. (Es remarca en **color verd**, els canvis que es produeixen quan assolim aquest nivell de consciència) **“A mesura que aquest estat avança, l'existència adquireix un significat diferent. Prenem consciència del SER i de l'essència de totes les coses, en comptes de limitar-nos a la seva forma. A causa d'aquest canvi de percepció, es revela la perfecció de tot. Aquesta experiència està fora del temps, no hi ha passat ni futur. En la seva vibració més elevada, l'Amor no veu separació entre l'individu i la resta de l'univers. Ens sentim en total unitat amb tot. En aquest estat, la unitat total adquireix una major sensació de realitat que les percepcions ordinàries del jo en el món. És una sensació que només es pot qualificar com profunda.** La característica rellevant d'aquest nivell de consciència 540 és la **UNITAT-UNICITAT**. Tot es veu unit a tot. Notarem que fem el canvi de la **percepció** de l'ego, a la **visió** del SER, per la pau i la confiança en la Presència de Déu dins nostre, amb la que afrontem els impactes emocionals, els moments de malestar, de dolor, de

sofriment, de conflicte, de preocupació que se’ns presentin. Des d’aquesta visió del SER, tot es veu perfecte tal com és. En aquest nivell es consolida el principi que hem treballat en nivells anteriors “tot està bé com està”, “tot és perfecte i bonic tal com està”. Això és així perquè “DÉU ÉS PRESENT EN TOT EL QUE HA CREAT”. Aquesta manera de “veure” el món és d’una gran serenor, pau, confiança. *A mesura que es produeix el canvi intern, l’observador extern (l’altre de fora) pot detectar, o no, un canvi en el nostre estil de vida. No obstant això, encara que els hàbits i el comportament semblin iguals, ja no són compulsius ni forçats. Sovint es poden eliminar, modificar o canviar sense molèsties. D’altra banda, poden produir-se modificacions sobtades en l’estil de vida, fins i tot girs importants en la vocació, a causa del canvi de valors interns i a l’expansió dels interessos i la visió. En estar connectats amb una dimensió més gran, més elevada, podem submergir-nos en ella a través de la contemplació, la meditació, l’art, la música, el moviment, la lectura, l’escriptura, l’ensenyament i la participació en grups espirituals amb objectius similars.* (per exemple en un grup TIG = Treball Individual en Grup)

El deixar anar es torna més automàtic i continu. Els períodes de quietud interior i bellesa es produeixen amb major freqüència i duren més. Això pot ocórrer a un nivell molt profund. Curiosament, poden ser episodis de gran lluita i agitació. Aquests períodes d’intens treball interior tenen lloc perquè ja no podem tolerar la negativitat. En tenir més consciència, som capaços d’arribar al fons i gestionar els problemes en nivells més profunds. Pot tractar-se de problemes relatius a l’origen de la nostra identitat o concepte del jo. Cal saber que forma part d’aquest nivell de consciència experimentar moments de lluita, desconcert, agitació. Bon senyal. Estem entrant a nivells més profunds. Estem travessant les capes que ens separaven del SER, cosa, per altra banda, del tot necessari per avançar. També poden sobrevenir avanços de gran serenitat i pau després de períodes perllongats d’entrega contínua, com es veu en l’exemple següent. (Hawkins) (Remarquem que els períodes d’entrega contínua podem ser perllongats fins consolidar el nivell de l’Amor Incondicional)

3. EXPERIÈNCIA DE HAWKINS

L’experiència que ara ens narra el propi Hawkins espera, perquè ens diu que tots podem experimentar els nostres respectius avenços, si ens dediquem a fer contínues entregues.

En un moment donat, mentre em trobava en un estat de goig constant, es va produir un esdeveniment que va portar a la consciència un conflicte sorgit de la manera més profunda en la que podem relacionar-nos amb els altres. Va ser difícil de veure i experimentar. Però, com l’estat predominant era de tanta energia, vaig poder deixar que el conflicte interior sortís, seguís el seu curs i es resolgués d’una vegada per sempre. Va durar deu dies seguits i, en aquest període, em vaig enfocar constantment a entregar el conflicte i deixar-lo anar sense intentar modificar-lo en absolut. Durant algun temps semblava interminable, però l’experiència prèvia de l’entrega m’havia confirmat que tard o d’hora tots els sentiments s’exhaureixen si els deixem anar. És reconfortant saber que deixar anar, entregar, rendir a Déu, tot el que se’ns manifesta com acció de l’ego, té resultats. Potser ens cal confiar més i ser més constants, encara que algun entrega ens suposi 15 dies, mesos, anys. Em vaig desplaçar temporalment a una cabanya enmig del bosc. Això va intensificar el procés, perquè no hi havia distraccions. Llavors la font del conflicte es va aprofundir i van venir sensacions encara més doloroses amb molta força. Es va produir una gran crisi interna, de vegades fins i tot agonia i desesperació. Determinat a no renunciar ni permetre cap bloqueig en el flux del procés, a l’últim, vaig aconseguir el fons del pou i va sorgir una negra desesperació d’intensitat incontentible. Malgrat això, sabia que tot estaria bé, ja que la meua identificació principal no era amb la desesperació, sinó amb l’entrega. Important saber que perquè l’entrega, el rendir i el deixar anar doni resultat, cal perserer centrant-nos en el “deixar anar”, no en el contingut del que deixem anar. Potser no cal anar al bosc, a la muntanya, o potser sí, si hom té l’oportunitat. L’important és tenir la intenció, prendre la decisió i activar la voluntat d’aprofitar la vida quotidiana, a casa, moments i espais sense distraccions per fer exercicis d’entrega, de deixar anar, de rendir-se. I sobretot, estar disposat a afrontar la crisi interna que genera l’ego, quan activa totes les seves resistències. Finalment, vaig deixar anar completament tota resistència a la desesperació, que va desaparèixer a l’instant. La desesperació, que havia estat aclaparadora i gairebé insuportable, es va esvair en un moment! Al seu lloc, es va produir una pau profunda i indescriptible. De dimensió infinita, curiosament poderosa i inexpugnable. Vaig sentir una profunda quietud interior i es va detenir tota percepció temporal. El temps va ser reemplaçat pel simple moviment dels fenòmens del món. L’endemà, l’experiència (de pau) va continuar i, de fet, va ser fins i tot més intensa. Llavors, per curiositat, vaig tornar al món, per veure com experimentava la vida ordinària en aquest estat de consciència. Fins i tot caminant per la Cinquena Avinguda de Nova York, prevalia la mateixa profunda quietud, harmonia i pau. Aquesta pau i quietud ubiqües semblaven subjaure a tot el caos superficial, el soroll i la confusió de la ciutat. Això mateix podem experimentar nosaltres en les avingudes i carrers de la nostra ciutat, enmig del soroll i confusió de la nostra societat. Puc triar experimentar aquest poder interior del SER. Puc experimentar que aquest poder contraresta i equilibra la negativitat col·lectiva del meu entorn. Així em converteixo en un mitjà, instrument, canal de l’Amor Diví. Aquest és el millor servei, silenciós, però profund, a la societat i al món. Jesús pregà: “Pare, no et demano que els treguis del món, sinó que els preservis del maligne i els mantinguis en la teva Veritat”. Era com si el poder i la força d’aquesta dimensió aquietada permetessin que tot passés i es mantingués en una unitat constant. En l’essència d’aquesta quietud hi havia un poder il·limitat, i estava clar que era el poder que contrarestava i equilibrava la negativitat col·lectiva de la ciutat. Llavors vaig comprendre que aquest mateix poder cohesiu és el que equilibra la negativitat de la personalitat. Sense oposició, aquesta negativitat destruiria a la personalitat i, amb ella, al cos. En apartats anteriors vam veure que les emocions inferiors estan associades amb una acumulació d’energia als centres o chakras inferiors. Conforme la nostra consciència s’eleva en deixar anar la negativitat, aquesta energia tendeix a ascendir als centres superiors. En el nivell de l’amor, l’energia es desplaça al chakra cor. A mesura que l’Amor es torna

Incondicional i alegre, la dimensió personal de l’Amor dona pas a l’Amor universal. D’una persona que ha aconseguit el nivell de l’Amor diem que té un «gran cor» o que «és tot cor». Aquestes frases expressen el seu canvi d’interès i enfocament cap a allò que és amorós. Aquesta transició ascendent de l’enfocament va acompanyada d’un canvi de la percepció, un punt de vista diferent del que caracteritza a qui se centra en les emocions negatives. Un senyal inconfusible de progrés espiritual cap a l’Amor Incondicional és el canvi de percepció. Observa com la visió reemplaça la percepció. La intuïció reemplaça la percepció. Hom aprèn a discernir la visió de la percepció. Per exemple, si una persona que està en un estat mental inferior veu un ancià vestit descuidadament en la cantonada, el percep com un vagabund. Aquesta caracterització va acompanyada per altres pensaments negatius tals com: «Podria ser perillós, evitem-ho», «ens costa diners als contribuents, perquè és probable que rebí un subsidi», «la policia hauria de netejar els carrers d’escòria», «hauria d’estar a la presó o en un manicomi». En canvi, la persona en estat d’amor podria veure’l com algú interessant, donat que el rostre reflexa molta experiència de vida, caràcter i saviesa. Pot semblar una ànima alliberada que ha acabat amb el món i ha evolucionat a l’estat de Ser, més enllà del fer i el tenir. Vaig tenir una trobada amb un home així en la Cinquena Avinguda durant aquest estat de total quietud interior que he descrit abans. Mentre caminava per la vorera, l’ancià va percebre el meu estat de quietud, em va mirar i es va obrir per complet. Els seus ulls miraven àmpliament, sense ocultar res, i la seva ànima es va obrir del tot per ser llegida. Era evident que havia realitzat el seu Ser intern i estava en pau. De fet, era part integrant d’aquesta poderosa energia positiva i amorosa que mantenia a la ciutat d’una peça. Amb aquesta mirada, vam compartir la nostra unitat intemporal. Malgrat ser estranys, les nostres ànimes es van unir i van ressonar l’una amb l’altra. El SER únic va irradiar. En la nostra mirada oberta, hi havia una Unitat còsmica (es calibra com vertader). Es va produir un saber silenciós que la Unitat reflectia una energia infinita que contrarestavat la negativitat de Nova York en aquest moment, perquè el poder compartit era infinit. Sense aquest contrapès, la ciutat s’autodestruiria. Era un estat de consciència silent, prevalent i infinit. Va ser un moment profund en què vaig verificar experimentalment una de les lleis de la consciència: l’Amor és la llei suprema de l’Univers (l’afirmació calibra 750).

És important remarcar que una experiència així, és possible també per a cadascú de nosaltres. És l’experiència que posa de manifest a la nostra consciència, primer la llei de la “sincronicitat”, alhora, la llei que afirma que “tots els éssers humans estem units des del SER”, també posa de manifest el que tantes vegades ha calibrat Hawkins: “estant en el SER, estem connectats amb el SER de tothom, ni que sigui amb el SER d’un vagabund. Només cal estar atents perquè l’ego no ens fabriqui un judici, que aleshores ja no estem en el SER. També remarcar que estant en el SER, el camp d’energia positiva, s’expandeix cap tothom per allà on passem, sense necessitat de voler “controlar” fins a on arriba la influència positiva del nostre SER (això ha seria que l’ego reprèn el control). Obrim-nos al flux de l’Amor Incondicional i a tota la purificació-transformació que comporta arribar a aquest estat de consciència. Tots hi estem convidats, però cadascú tria obrir-s’hi o no. El treball espiritual que anem compartint aquests darrers anys, ens encamina cap aquest nivell de consciència. És una gràcia i una oportunitat. La decisió de mirar a un sense sostre se’ns pot convertir en un senyal de si deixo fluir en mi el poder de l’Amor Incondicional. És qüestió de voler fer camí, i si el fem junts, és una gràcia afagida. És un exercici de confiança en Déu, fiar-nos plenament d’aquest principi espiritual: l’Amor és la llei suprema de l’Univers (calibra 750).

2

AMOR INCONDICIONAL I

Des del paradigma teològic, espiritual, místic

Accedim i romanem en la qualitat del SER, d’un nou nivell de consciència més elevat, si eliminem tots els obstacles. Ens convé ser conscients dels obstacles a l’Amor Incondicional. Partim del principi que accedir al nivell de l’Amor Incondicional només és possible per la Gràcia de Déu. Demanem-la. Però és responsabilitat nostra disposar-nos a rebre-la, perquè Déu mai no ens nega la Gràcia. Disposem-nos a eliminar els obstacles a la Gràcia. Sabem que el gestor de tots els obstacles és l’ego amb tots els seus posicionaments. Per això, la proposta d’avui des d’aquest paradigma és estudiar i conèixer a fons el tema dels posicionaments i els axiomes en els que vivim posicionats sense qüestionar-nos-els, per ignorància, per manca de comprensió i de formació. Estudiar els posicionaments comporta conèixer a fons els axiomes a què solen estar vinculats. Els axiomes que estudiarem són la causa de les dualitats dels oposats. Comprendre bé les dualitats d’oposats que ens bloquegen, és el primer pas per eliminar els obstacles a l’Amor Incondicional. És imprescindible afrontar aquest nou repte, si volem convertir-nos en servidors de l’AMOR. A mida que activem cada nova qualitat del SER, demanem la Gràcia de recuperar la Consciència Divina amb la que hem estat creats, amb la que ens convertim fent camí en aquest món, sabent que l’Amor Incondicional és l’única energia que ens donarà accés quan retornem a “casa”.
(Els escrits en blau són de Hawkins)

Iniciem la part d’aquesta paradigma espiritual, místic amb uns textos de Hawkins molt inspiradors i estimulants.

“L’Amor Incondicional és l’objectiu de la majoria de les persones compromeses espiritualment i especialment dels aspirants seriosos.

En els grups disciplinats espiritualment i altament motivats, aproximadament entre el 50 % i el 55 % dels seus components assoleixen l’objectiu de l’Amor Incondicional”.

“L'estudiant espiritual seriós també resulta beneficiat quan busca literatura i ensenyaments d'alta calibració verificable, evitant els desviaments de dreceres que no són sinó distraccions d'origen astral”. (En aquest sentit és important tenir la ment i el cor oberts a escrits de persones que han assolit nivells de consciència elevats. Pot ser un teòleg, un filòsof, un psicòleg, un científic, un professional honest, i, per descomptat, qualsevol ésser humà que ha elevat la seva humanitat i l'ha viscuda a nivell místic, espiritual, que si a més a més ha experimentat la nit fosca de l'ànima, és garantia d'haver superat l'estat d'ego. És el cas del sant o santa, tant si ha estat canonitzat com a tal, com si no. **A l'annex** hi podeu trobar exemple de persones calibrades per Hawkins, que han assolit i superat els nivells elevats de consciència, més enllà de l'Amor Incondicional.

“L'objectiu de l'Amor Incondicional pot assolir-se per mitjants molt simples, però, perquè produeixin resultats, s'han de viure cada dia de manera contínua. L'Amor Incondicional és un estat i una manera d'estar en el món que sorgeix del compromís seriós amb el principi espiritual de renunciar a tots els obstacles, limitacions i posicionaments, i a llurs recompenses (que solen ser inconscients). Arribats a aquest nivell, els posicionaments evidents (específics) ja han estat reconeguts (tenir “raó”, aconseguir coses, guanyar, ser admirat, etc.) Enlloc d'aquestes limitacions evidents, ara n'apareixen altres de més subtils, com la pressuposició de què “jo sé”, o “jo ja sé tot això”. Saber sobre quelcom no és el mateix que “ser allò”. El gran avantatge de tenir experiències amb companys madurs o grups espirituals autèntics és el valor de l'exemple, les comprensions i la informació que es comparteix, y la inspiració que es produeix mitjançant la fertilització creuada (fruit de comunicar els treball que l'Esperit va fent a l'interior de cadascú). (Aquí rau el benefici, els avantatges dels grups TIG que ja funcionen entre nosaltres, o altres grups d'altres Moviments d'Església que es basen en principis espirituals semblants.)

La renúncia als interessos egoistes i narcisistes, com és ara l'obtenció de guanys personals, produeix l'acceleració d'aquesta energia espiritual. La intenció humil, l'alineament amb la misericòrdia i la compassió, i la dedicació, benvolent i bondadosa, com alleugir el sofriment dels altres, faciliten aquest fluxe energètic. L'energia espiritual catalitza la transformació de la percepció lineal posicional (= contingut específic de l'ego) cap un Context més ampli d'inclusivitat no lineal que transcendeix les limitacions de temps, espai o seqüència, així com les limitacions de la percepció i la creença en el principi operatiu (newtonià) de causa y efecta. Per tant, les revelacions posteriors es poden descriure encertadament de “miraculoses” i transformadores. Ningú fa miracles. Els miracles són una conseqüència impersonal del camp d'energia espiritual que actua com a catalitzador. La gran transformació requereix adherir-se als principis espirituals bàsics, els principals representants dels quals són la fe, la devoció i la rendició o entrega. L'únic que es requereix és que entreguem tots i cada un dels sistemes de creences i que compreguem que tota por és il·lusòria, deguda únicament a què ens aferrem a uns posicionaments i a les seves percepcions. El cert és que res és tal com l'ego ho percep, perquè la dimensió lineal és únicament hipotètica, i l'Absolut no lineal pertany a un paradigma molt diferent.

És per aquest motiu que en aquest tema, per avançar cap a l'Amor Incondicional, hem d'estudiar a fons els posicionaments i els axiomes en els que creiem falsament, per deixar-los anar. Si no coneixem els nostres, com podem rendir-los a Déu? Segurament molts d'aquests conceptes els hem sentit i n'hem parlat al llarg dels diversos cursos. Som-hi!

1. ALGUNS POSICIONAMENTS BÀSICS I AXIOMÀTICS DE L'EGO

Una primera lectura sobre els posicionaments axiomàtics segurament ens pot resultar desconcertant en la mesura que alguns d'aquests axiomes ens poden semblar evidents, lògics, acceptables pel fet que “tothom pensa així”, “sempre m'han semblat indiscutibles”, “aquesta és la realitat sobre com pensa i viu la societat”, etc. Veurem que ens poden desconcertar degut a què els hem après de la nostra cultura, o simplement perquè així pensa el 78 % de la nostra societat i per això ens semblen “veritats” evidents, quan, si aprofundim més, descobrirem que són dualitats d'oposats, gestionats per l'ego. Ho entendrem millor a mida que aprofundim l'estudi sobre la DUALITAT dels OPOSATS, els quals constitueixen tots els posicionaments de l'ego. Comencem fent una lectura dels següents axiomes i observem quina és la reacció de la nostra ment. Partim del principi següent: **Tots els posicionaments de l'ego són producte de la DUALITAT dels OPOSATS.**

1. Els fenòmens són bons o dolents, correctes o equivocats, justos o injustos, imparcials o parcials.
2. El problemàtic mereix ser castigat i el bo, premiat.
3. Les coses passen per accident, o bé són culpa d'alguna altra persona.
4. La ment és capaç de comprendre i distingir entre la veritat i la falsedat.
5. El món causa i determina les pròpies experiències.
6. La vida és injusta perquè els innocents pateixen mentre que els culpables no són castigats.
7. Les persones poden ser diferents de com són.
8. Tenir raó és crític i necessari.
9. Guanyar és crític i necessari.
10. Els errors han de corregir-se.
11. La rectitud ha de prevaler.
12. Les percepcions representen la realitat.

Com li ressonen a la nostra ment, aquests axiomes? Llegint-los, observem en quins d'aquests axiomes hi estem d'acord

compartint. El grau d'Amor més elevat és el d'esdevenir Amor Incondicional permanent, constant. S'assoleix aquest nivell de consciència abandonant tots els axiomes-posicionaments de la dualitat d'oposats. Ara podem entendre millor que qualsevol judici sorgeix d'un posicionament dualista: "tu hauries de ser així i no com ets". Quan penso així, m'estic posicionant en una dualitat. Per això Jesús ens allibera de les trampes de la dualitat dient-nos "no jutgeu", perquè "només seu és el judici, diu el Senyor". Quan abandonem el judici i la crítica, també abandonem la culpa inconscient que sempre acompanya al judici. Desprenent-nos progressivament de la dualitat dels axiomes, progressem en l'Amor Incondicional. Quan més el consolidem, més participem de la Vida trinitària. Aquí hi ha la connexió teològica d'aquest treball, que només el podem fer amb l'ajuda de la Gràcia. Se'ns obre davant nostre un camí teològic de fe, esperança-confiança, amor i un camí teològic que ens permet participar de la Vida trinitària. Però tornem al treball que ens permet desprendre'ns d'aquests axiomes dualistes.

A mesura que un rendeix (lliura, entrega) els posicionaments bàsics, descobreix aquests axiomes bàsics i troba que sota de cada nivell de creences hi ha altres nivells encara més profunds. Un és conduït a afrontar els fonaments de com la ment creu que ho sap tot, i fins i tot de "com creu que ho sap" (epistemologia).

Puc fer camí en aquesta nova etapa cap a l'Amor Incondicional sabent que he de desmuntar capes i capes d'ego i llurs axiomes dualistes. Una d'elles és el programa "jo sé". No únicament he d'entregar la creença "jo sé", sinó, encara més subtil, he d'entregar la creença de "com crec que ho sé" (com sé que sé, comestic tan segur que sé el que crec que sé) (això ens permet descobrir-ho l'epistemologia). Es tracta d'un matis epistemològic subtil, però profund. Què vol dir epistemològic? Pompeu Fabra defineix:

Epistemologia: Teoria del mètode, fonaments i valor del coneixement.

Per tant, "com crec que jo sé" fa referència a un posicionament forjat a partir d'una conclusió-creença sobre la qual m'hi he posicionat per sobreviure mitjançant un patró de conducta mancat de valoració, necessitat de reconeixement, prestigi, estimació, acceptació, per tal de no sentir-me marginat, exclòs, diferent, separat, sol, abandonat. Aquest "com sé que ho sé tot" epistemològic m'informa de com s'ha forjat el meu patró de conducta (mitjançant quin mètode, és a dir, de quina manera, sobre quins fonaments de valors, significats, axiomes dualistes). Aquests serien els fonaments epistemològics sobre els que he fonamentat el meu patró de conducta i com l'he viscut fins ara i seguiré vivint d'acord amb aquests fonaments epistemològics si no intervinc. Com? Comprendent tota aquesta estructura epistemològica i disposant-me a desmuntar-la, fent contínues entregues cada cop a més profunditat. Puc començar acceptant aquests principis del paràgraf del final, subratllats en color lila.

Quan s'abandonen els posicionaments, hom es fa conscient de què aquesta era la font de totes les seves misèries, pors, conflictes i de què qualsevol presa de posició és inherentment errònia. Quan ens adonem d'aquest error, podem perdonar-nos de totes les posicions sostingudes fins ara. Degut a la programació i al context en el que es van forjar en la nostra ment, semblaven una bona idea en aquell moment. Però ara sabem que totes aquestes idees (posicionaments) es basen en la mateixa noció errònia de què, d'alguna manera, servien per mantenir la supervivència d'una identitat ego-jo separada i independent. Aquí hi ha la causa del dolor i el sofriment, que no són més que pura il·lusió. Al final hom descobreix que el sacrifici de renunciar a la ment és, en realitat, el do més gran que hom pot rebre. Per això ajuda molt el fet d'acceptar el principi de què "el món que l'ego dibuixa és una projecció de les seves il·lusions i posicionaments arbitraris". "Aquest món no existeix". També és important saber que "No hi ha res que sigui tal com es descriu, per tant, qualsevol descripció tracta del que una cosa no és".

Acceptar aquests principis és una reestructuració mental fonamental, indispensable. Cal dedicar-hi moltes hores, potser dies, de meditació, entregant-los, rendint-los a Déu, fins que la ment les vagi acceptant abandonar els seus posicionaments. En síntesi, fer contínues entregues de:

- "El món que l'ego dibuixa és una projecció de les seves il·lusions".
- "Aquest món no existeix".
- "No hi ha res que sigui tal com es descriu".

Ja cal que em comenci a qüestionar el món en el que crec. Després, el més intel·ligent és entregar-lo a Déu.

2. ELS POSICIONAMENTS SÓN ELS OBSTACLES QUE L'EGO POSA A QUÈ ACCEDIM A L'AMOR INCONDICIONAL.

La pregunta és: Com eliminar els obstacles? Hawkins ens acompanya pas a pas per eliminar-los.

El treball espiritual més obvi en el camí de la devoció és l'eliminació dels obstacles cap a l'Amor. Tots els obstacles provenen dels errors de percepció que sorgeixen del posicionament (axiomes dualistes). El posicionament és el que origina i perpetua la il·lusió dels oposats, els quals sorgeixen de l'obstinació, que sorgeix de les vanitats de l'ego, propens a sobrevalorar tot allò que concep "meu". Així que etiqueta quelcom de "meu", fragmenta la realitat en oposats. Quan l'ego cau en la dualitat de la polaritat dels oposats, hi queda atrapat i des d'allí projecta els seus punts de vista convertint-los en una realitat objectiva.

Estudiem més a fons com genera i com fabrica l'ego els oposats. Cada cosa, persona, pensament, crisi, conflicte, etc., que l'ego etiqueta de "meu" genera immediatament el seu oposat. Així l'ego genera dualitat i es posiciona sempre a favor de l'oposat que més li convé. Mai a favor de l'Amor. Per això les dualitats de l'ego (posicionaments generats quan etiqueta de "meu") són intrínsecament obstacles a l'Amor. Per què des de la dualitat mai no es resol cap conflicte? Perquè l'ego posicionat, només és partidista de les seves conveniències vanitoses i narcisistes. De què i de qui és partidari? D'ell mateix i dels seus "jo sé". Creu que ho sap tot per resoldre conflictes i sofriments. El posicionament partidista més greu és creure que sap més que Déu. Aquest "jo sé més que Déu" el separa d'Ell. L'ego s'experimenta separat de Déu i quan més separat se sent d'Ell, més gran és la seva angoixa. Això explica que els estats d'angoixa que deriven en depressions profundes, són conseqüència d'aquesta vanitat de l'ego que pretén controlar les seves pròpies

angoixes i no és humil per reconèixer que ell mateix les genera i les perpetua.

Així mateix podem comprendre com la profunda dualitat de la més profunda angoixa-depressió és la dualitat cel-infern. La lluita entre aquests oposats mai resol el conflicte, l'angoixa, la depressió, ja que l'estat de lluita perpetua de per sí la dualitat. La psicologia clínica descriu almenys 4 tipus de depressió:

1. **La neuròtica:** la persona es deprimeix quan no se'n surt amb la seva i no obté el que espera de l'entorn, malgrat manipular-lo. Podríem dir que és una depressió de tipus psicològic.
2. **La reactiva:** La pèrdua de seguretat afectiva deprimeix a qui no té altres recursos, quan els recolçaments psicoafectius en els que se sostenia, li fallen o desapareixen. Podríem dir que és una depressió de tipus psico-emocional-afectiva.
3. **La noògena:** Hom es deprimeix per manca de valors que omplien els buits existencials i donin sentit a la vida. Podríem dir que és una depressió com a conseqüència de la manca de valors i sentit espiritual. Les neurosis noògenes no sorgeixen per conflictes entre impulsos i instints, sorgeixen degut a problemes existencials o espirituals. La frustració de la voluntat de SENTIT juga un paper fonamental i primordial. El concepte de neurosis noògena la treballa molt a fons la Logoteràpia de Viktor Frankl.
4. **L'endògena:** Té arrels hereditàries, transgeneracionals i la propicia ambients familiars depriments, neuròtics, emocionalment tòxics, traumàtics. Podríem dir que és una depressió amb connotacions kàrmiques.

La solució, en general, per als tres primers grups, es troba sortint de la dualitat, deixant-la anar, entregant-la i rendint-la a Déu. L'endògena necessita tractament farmacològic i psicoterapèutic i millor si es complementa participant en grups terapèutics basats en principis i amb valors espirituals. Totes quatre formes de depressió es beneficien de participar en grups basats en principis espirituals. Hawkins ha posat de manifest amb la seva investigació clínica i amb la seva praxis sobre el mètode de calibració, un element fonamental en la gènesi de tota depressió i de qualsevol malaltia mental i psicològica: **el sentiment subtil i inconscient de “separació de Déu”.** És fonamental comprendre bé aquest punt, donat que està a l'arrel de tots els conflictes, sofriments i patologies mentals, psicològiques i espirituals.

Amb cada projecció que l'ego fa de la il·lusió, s'experimenta a si mateix com separat de Déu, (aquest és el nucli de totes les depressions) i quan més separat se sent de Déu, més gran és la seva angoixa, i té por a les seves pitjors projeccions i forceja amb els oposats del cel i de l'infern. En aquest punt és important acceptar el principi : “allò que és de Déu porta la pau, mentre que allò que no és de Déu porta la por”. Per afrontar aquesta situació hom pot triar estimar incondicionalment o es pot comprometre a veure la innocència de la vida. Qualsevol que sigui el principi escollit, s'ha d'aplicar a tothom, àdhuc a un mateix, sense excepció, i amb una persistència absoluta. Aquest procés aportarà la purificació espiritual. Per assolir la meta espiritual, caldrà fer canvis en la percepció, alhora requerirà desenvolupar la comprensió i la reconceptualització. L'objectiu pràctic assolible per qualsevol persona que es compromet seriosament en el camí espiritual és el de l'Amor Incondicional. Heus ací un altre principi fonamental: “El medi més eficaç de purificació espiritual és centrar-se en l'Amor”.

La pràctica d'això consisteix en escollir l'amor i exercitar-lo fins els graus més elevats. En realitat, si ho mirem a fons, una persona deprimida és aquella que porta temps no estimant-se, amb una autoestima molt baixa o nul·la, i que no se sent estimada perquè projecta fora el seu propi no amor, i a canvi rep no amor. D'alguna manera aquesta carència d'amor se la fa inconscientment seva: **“aquest no amor és meu”.** Aquí arrela el sentit de separació, el sentit de carència i d'aquí arranca el desviament quan la persona tracta de colmar-lo, omplir el buit, trabar sentit, sentir-se novament en comunió amb si mateixa, amb el món i, sobretot, amb Déu. El camí de sortida d'aquest pou se li converteix en un camí sense sortida quan la persona agafa la direcció equivocada. Això serveix per les persones deprimides que es troben en un dels tres primers grups. La depressió endògena té arrels més profundes de tipus kàrmic. En general tota persona busca fora l'amor que li manca. Quan més el busca fora, amb les mil estratègies de l'ego, més se separa de la **Font de l'Amor al seu interior: Déu.** Quan més s'instal·la en la separació, més profunda és l'angoixa. Ara es comprèn millor que totes les coses que fem per sortir de l'angoixa i la depressió i no en sortim, és degut a què no van en la direcció correcta. Aquí hem de retenir aquest principi: **“Allò que és de Déu porta pau i allò que no és de Déu porta la por (angoixa, desànim, desesperança, desesperació, depressió, suïcidi).** Una fase de sortida de la depressió comporta que la persona faci un procés de purificació mental, emocional, espiritual. Aquest procés implica acceptar fer canvis de percepció, obrir-se a la comprensió d'aquells principis que l'ego no els ha acceptat mai; comporta reestructurar i reconceptualitzar aquelles creences i il·lusions de l'ego que mantenen la persona separada de la seva essència d'amor que és la Presència de Déu. En definitiva, el treball essencial de purificació espiritual és deixar que l'Amor purifiqui tota la dualitat.

3. ELS POSICIONAMENTS SÓN DUALITATS D'OPOSTOS QUE BLOQUEGEN L'ACCÉS A L'AMOR INCONDICIONAL

Si no fem conscients les dualitats d'opostos, no els podem deixar anar, en conseqüència, l'accés a l'Amor Incondicional el tenim sempre barrat. Aquí se'ns ofereix un treball molt concret i pràctic, si volem seguir caminant cap a l'Amor Incondicional. En què consisteix aquest treball? **Per descobrir aquests bloquejos hem d'examinar els judicis dualistes: bo-dolent, culpable-innocent, mereixedor-no mereixedor, etc., i tota la sèrie de ressentiments que arrosseguem. Aquest examen ens posa de manifest els parells d'oposats sobre els que es fonamenten els nostres posicionaments. Després hem d'entendre que el que ens impedeix deixar anar els posicionaments és degut a què els percebem com veritats, quan en realitat són meres il·lusions apreses. Exemple d'aquesta dificultat: Quan un estudiant espiritual es proposa perdonar al culpable, no pot, perquè segueix percebent al “dolent” com a persona “dolenta” i per això el considera culpable.** Per deixar anar un posicionament determinat **he de desprendre'm del judici dual** sobre el qual s'estructura cada posicionament. Observem que cada posicionament s'estructura sobre la base d'un judici dual d'opostos. He de

descobrir els meus judicis duals d’opostos en els que se sostenta cada posicionament meu, i he d’estar disposat-da a dissoldre el judici dual i deixar-lo anar. Els posicionaments són duals per naturalesa. Una manera de deixar anar els judicis duals d’opostos dels meus posicionaments és fent entregues contínues a Déu, i cada cop a més profunditat. En aquest punt una resistència que hem d’afrontar és deguda a què la ment es nega a apropiat-se dels seus propis judicis sobre posicionaments dualistes, donat que els percep com tendències negatives per culpa i vergonya. Quan es comprèn això i hom recontextualitza aquesta percepció negativa, deixa de veure el judici i el posicionament com una tendència horrible i, per tant, ja no els ha de reprimir. Com recontextualitzar la percepció negativa etiquetada de culpable i vergonyosa? Acceptant que qualsevol cosa viscuda en una època anterior (infància, adolescència, joventut o de més edat) deriva principalment dels impulsos primitius, que Freud etiquetà com el “id” (“ello”). Aleshores hom pot assumir que la matriu subjacent de gran part de la negativitat té relació amb els impulsos i instints primaris que són narcisistes, animals, crus i poc civilitzats. Portem dinstre l’animal primitiu que no el tenim del tot integrat ni educat. Aquest “animal primitiu” (ego), només pensa en termes de satisfer els seus impulsos i odia tot el que els pugui frustrar, etiquetant-’ho d’enemic. Si la ment percep aquests pensaments i impulsos com a propis (com “meus”), reacciona amb culpa, por, negació, repressió i projecció. Mentre reacciona així la ment, l’únic que fa és perpetuar els judicis duals sobre els seus propis posicionaments. Posem l’exemple dels ressentiments. Com és que els mantenim durant molt de temps i no ens plantejem de lliurar-los a Déu? Per què? Fixem-nos que el ressentiment és un posicionament dualista: Juljo a la persona de qui em sento ressentit i mentinc el ressentiment perquè considero que el que em va fer “no ho hauria d’haver fet”. Aquí es genera la dualitat d’opostos: “jo em sento la víctima i l’altre és l’agressor”. Com a víctima reclamo i exigeixo reparació. Però, encara que “l’agressor” em demani perdó, el ressentiment persisteix, mai em satisfà del tot la disculpa de l’altre. A què és degut? A què no abandono la dualitat. En el fons jo sóc la víctima bona que ha sofert una agressió i l’altre és l’agressor dolent per molt que demani perdó. Un exemple d’això és la dita popular: “perdono, però no oblidó”. Aquesta frase és el típic posicionament de l’ego que manté viu el record de l’ofensa del qual l’ego en treu una satisfacció. La memòria pot recordar la ferida, però el cor pot decidir abandonar el posicionament dual. Aquesta decisió surt d’una intenció elevada si em centro en l’Amor perquè decideixo viure aquest nivell elevat de consciència. La meua voluntat espiritual la dedico a fer actes d’entrega d’aquest posicionament dual i dels opostos que el mantenen en el no-amor. Quantes més entregues faig, cada cop són més profundes. La pau n’és el senyal. L’altre punt a tenir en compte, si volem deixar anar els posicionaments duals d’oposats, és el fet que l’ego els considera “veritats”. Abandonar i entregar aquesta percepció és un pas indispensable. Què en trec de mantenir com a “veritat” posicionaments duals d’opostos que són falsos?

Per això el treball espiritual implica no només saber sobre Déu, sinó també conèixer-se a un mateix. Primer, reconèixer aquests judicis duals dels opostos. El reconeixement posa en contacte la ment amb el cor. Reconèixer-los des del cor i comprendre’ls des de la ment. Amb la comprensió (mental) adequada (oberta, disposada a obrir-se a la veritat), el camí del cor i el camí de la ment es fonen l’un amb l’altre, fins que aquests termes són mers productes de la percepció (hom tria reconèixer i acceptant el que veritablement són: mers “productes de la percepció”). En realitat no hi ha separació entre ment i cor. Es pot dir que el cor té la seva pròpia ment i que la ment té el seu propi cor. Ambdós són un i el mateix en la Totalitat del SER. (Aquest material va calibrar en 975).

Aquest reconeixement i comprensió esdevé un treball espiritual, perquè només es pot fer amb l’ajuda de la Gràcia Divina. Per tant, invoquem-la, demanem que ens il·lumini i ens acompanyi en cada entrega. Vist des d’aquesta perspectiva, esdevé un treball de despreniment de totes les afeccions; un exercici de “saber i voler perdre”. En aquest nivell de consciència, antropologia, psicologia, espiritualitat i mística s’uneixen en aquesta Totalitat del SER que és qui ens transforma i ens allibera de qualsevol posicionament. Estic disposat-da a entrar en aquest nivell de consciència per debloquejar el meu camí cap a l’Amor Incondicional? Estic disposat-da a emprendre el camí cap a la desafecció dels posicionaments?

4. DESAFECCIÓ DE TOT – LA DESAFECCIÓ ÉS JESÚS ABANDONAT

Els textos místics també apunten en la mateixa direcció. El camí espiritual passa pel despreniment de tota afecció. L’Amor Incondicional s’assoleix a mida que entreguem tota afecció. Com sempre, el primer pas és reconèixer les afeccions. Quan amb ajuda de la Gràcia Divina, reconeixem que els nostres posicionaments duals, en realitat, són afeccions, estem donant el primer pas desprendre’ns. El pas següent immediat és tenir la intenció, prendre la decisió d’entregar a Déu tot el que no sigui Voluntat Seva. No hi ha altre camí. Deixem-nos il·luminar per persones que coneixen el camí, perquè l’han recorregut primer i ens podem acompanyar.

“M’atrau la “desafecció” de tot el que no sigui voluntat de Déu. Perquè la desafecció és Eil, Jesús Abandonat. Estic segura de què tota desafecció és una petita poda (una petita pèrdua), i, per a glòria d’Eil, m’espero un cabdal de vida. I m’alegro que aquest nou amor a la “desafecció” m’hagi brotat... Observo que aquest aspecte de Jesús Abandonat sempre ha estat present en la nostra història, des que, en els inicis, dèiem “Perquè estàs abandonat, Jesús...” Aleshores dormíem en uns matalassos sobre el terra i teníem davant el seu Rostre, el que significava... que ja des de les hores teníem un sol amor: Eil. Després el trobarem sobretot en tots els dolors, mentre s’anava consolidant la idea de què la caritat era el nostre camí, aquesta caritat que produeix unitat, aquesta caritat que és mare i ànima de totes les virtuts... A més, des dels inicis (com que no ens convenia la paraula “mortificats” per deformada), dèiem: “no mortificats, sinó morts”. Era Jesús Abandonat fet pecat, fet no-res, qui ens suggeria això. Era el nostre no-res. Després vam aprendre a preferir-lo, a cohabitar amb Eil, a fer-li festa anhelant-lo sempre a Eil en els dolors i també en les mortificacions més variades... Arribaren els “vestits” (els diferents “rostres”) de Jesús Abandonat, que expressaven els diferents aspectes del dolor. (...) Finalment, la desafecció del que, en la nostra vida, són les “apetències” per a sant Joan de la Creu...

(Chiara Lubich. Diari 23 de març de 1981)

Quan ens arriba l'hora d'enfrontar-nos amb les nostres petites o grans desafeccions, hem de sentir que surt de dintre la intenció, podem decidir posar-nos a treballar per entregar cada afecció, i haurem de dedicar-hi voluntat i constància en deixar anar (“perdre”) cada afecció. Quan sentim la demanda interior de fer aquest despreniment, és la Gràcia que ens fa sentir, i ens mou a dedicar-nos a fer aquestes “entregues” (“pèrdues”). Amb quin motiu? Fer-les per a què? Per amor, només aquest amor dona significat i sentit a deixar anar afeccions. Un significat profund que ens sosté aquest treball és saber que cada desafecció **és Ell, és un rostre de Jesús Abandonat**. Hem d'estar disposats a comprendre que **tota desafecció és una petita poda**. Podar, vol dir tallar, desprendre'ns d'un hàbit, d'una manera d'addicció, d'un hàbit molt arrelat. Necessitem activar l'amor i ser constants. Recolzem-nos en l'Esperit Sant. Demanem-Li que ens guiï. Després, deixem-nos guiar.

5. DILATAR L'AMOR

A nivell profund l'Amor Incondicional implica dilatar l'Amor. Podem deixar-nos inspirar i aprendre de qui ha fet experiències de dilatar l'Amor. **Com es dilata l'Amor fins que esdevé Incondicional?** El text següent és profund, però molt inspirador i estimulant. Amor i Esperit Sant van units. L'Esperit Sant, la tercera Persona de la Trinitat, sol passar desapercebut en la nostra consciència. Dic consciència perquè és qüestió de ser-ne més conscient. Com tot, puc activar la intenció de conèixer i fer més present l'Esperit Sant a la meua vida. La intenció s'activa amb les propostes que ens arriben, amb la lectura de persones que han tingut una relació especial amb Ell; la decisió que puc prendre és la de ser-ne més conscient, la decisió de voler-lo conèixer més, invocar-lo més sovint; fent tot això, ja activo la voluntat espiritual. La voluntat d'estimar-lo, de pregar-li, de demanar-li llum i guia. Ben segur que l'Esperit Sant ens respon immediatament en forma d'intuïcions, d'inspiracions que no sabem quan ni com ens venen, però les experimentem. Una primera pregària és demanar-li la gràcia que dilati l'amor dins nostre fins que només sigui expressió d'Ell. Certament, l'amor es dilatarà més intensament en la mesura que estiguem disposats a “**perdre, perdre i perdre i d'estimar Jesús Abandonat**”.

L'Amor s'ha de dilatar fins que sigui només Esperit Sant. (A força de perdre, perdre i perdre i d'estimar Jesús Abandonat és com hom arriba a tenir només l'Esperit Sant. Aleshores Ell és qui ens suggereix la resposta a qualsevol pregunta, la solució a qualsevol problema). Es dilata passant a través de Jesús Abandonat. Jesús Abandonat és el no-res, és el punt, i a través del punt (= l'Amor reduït a l'extrem, havent-t'ho donat tot) només hi passa la Senzillesa que és Déu: l'Amor: només l'Amor penetra... (Chiara Lubich. Diari 2 de setembre 1949)

6. CADA ERROR DEL GERMÀ ME'L FAIG MEU.

L'Amor Incondicional s'adquireix estimant amb un Amor dilatat al màxim, a cada persona. Començant per les que tenim a prop, cada persona del nostre voltant és un missatger que en aquest punt ens porta sempre el mateix missatge: **Et dono l'oportunitat d'estimar amb un Amor dilatat a la mesura de l'Esperit Sant**. Estimar cada error del germà, és un exercici potent per desfer l'ego. L'error que veig en el germà és un judici que sorgeix de la percepció dualista de l'ego. Encara que el germà cometi un error objectiu i evident, jo puc prendre la decisió d'aprofitar aquesta situació per no fer el judici, i per estimar la persona, més enllà del judici que li faig veient l'error que hagi pogut cometre. Sempre ens convé tenir present la carta magna de la caritat de St. Pau: “l'amor és pacient, ho soporta tot, no judica...”

“A cada error comès pel germà, jo demano perdó al Pare com si fos meu, i és meu, perquè el meu amor se n'apropia. Així sóc Jesús. I sóc Jesús Abandonat sempre davant del Pare com Pecat i en el major acte d'amor cap els germans, per tant cap al Pare. Per això, tot pecat és meu. Així sóc Jesús, Anyel de Déu que lleva els pecats del món. Efectivament, el meu amor paga per ells, cremant-los” (els pecats). (Chiara Lubich. Agost de 1981)

És evident que ens trobem davant d'un text espiritual que sorgeix d'una elecció profundament mística. És una proposta que la podem aprofitar en el nostre camí espiritual. Puc decidir fer-me meua aquesta proposta i practicar-la. De ben segur que ens farà donar grans salts insospitats, cap als nivells superiors de consciència.

7. UN PERFECCIONISME QUE NO ÉS AMOR

El vertader Amor Incondicional no té res de perfeccionista. Ens fa tocar ben de peus a terra. Alerta amb no caure en un perfeccionisme mistagògic, que d'espiritual no en té res, por molt que creient que estimem. Si meditem profundament aquests textos, hi descobrirem les capes mentals que constitueixen la nostra estructura mental i que hem de deixar anar. Tenim la ment molt **“mentalitzada”** amb les percepcions de l'ego. Aquesta **“mentalització”** de l'ego no és autèntic amor a Jesús Abandonat. Per què no és vertader amor? Perquè el perfeccionisme és expressió d'un amor narcisista. Fixem-nos, puc estimar a Jesús Abandonat per mi, per sentir-me bé, per sentir-me bo. Aquest amor és narcisista. A Déu, a Jesús Abandonat se l'estima per Ell, no per sentir-me bé jo. Aquesta amor nerix de l'Esperit Sant. Alerta!

“Fins i tot estimar Jesús abandonat pot convertir-se en un parany per a la nostra vida espiritual i fer que ens repleguem sobre nosaltres mateixos en un perfeccionisme que no és amor. Per això cal mantenir sempre present l'altra cara de la moneda: la unitat. Jesús Abandonat és per a la unitat. Ell no va estimar el dolor per si mateix, sinó que el va aprofitar - per dir-ho així- per reunir els homes amb Déu i entre ells. Nosaltres hem de estimar-lo per tenir la unió amb Déu, però aquesta té com a finalitat els germans. Quan l'abraçar Jesús Abandonat ens ha procurat l'entrada triomfal de Déu en l'ànima (els dons de l'Esperit) el nostre amor l'hem de vessar sobre els germans”. (Diari 30 d'octubre de 1983)

GUIA PER TREBALLAR L'AMOR INCONDICIONAL

AMOR INCONDICIONAL

- Entrego tots els pensaments negatius que sabotegen l’Amor Incondicional en la meua vida.
- Practico l’entrega continua de tot impediment a l’Amor Incondicional.
- Allò que tinc en ment, tendeix a manifestar-se. Jo hi tinc l’Amor Incondicional
- Renuncio al jo personal que es creu causal
- Faig conscient l’experiència subjectiva de la meua existència
- El poder de l’alegria és subjectiu i no prové de cap causa externa.
- Sóc un canal de l’Amor Incondicional, no el seu orgien
- Deixo anar totes les opinions sobre els altres
- L’Amor Incondicional no pren posició
- Trio fixar-me en el positiu dels altres.
- Renuncio a fixar-me en els seus defectes
- Em centro en la bondat de la vida en totes les seves expressions
- L’Amor Incondicional no espera res dels altres.
- Quan sóc amorós, és a dir, quan em converteixo en l’Amor Incondicional, res no em limita
- l’Amor Incondicional no exigeix res dels altres, no exigeix res a l’altre (estima’m, necessito que m’estimis...) Res.
- Entrego tot judici sobre: no em sento estimat-da.
- Em centro en:
 - No espero que m’estimis
 - T’estimo tal com ets, amb el teu caràcter, amb els teus hàbits, amb les teves reaccions, amb els teus defectes.
 - T’estimo sense cap expectativa
 - T’estimo tal com penses, sents, actues
 - T’estimo en el nivell de consciència en el que et trobes
 - T’estimo amb les teves manies, amb les teves opinions
 - T’estimo sense afeció, sense intencions ocultes, sense càlculs, sense cap condició.
 - T’estimo amb els teus errors.
 - T’estimo amb el cor, encara que la ment em digui una altra cosa.
 - T’estimo sense cap exigència.
 - T’estimo amb totes les teves limitacions.
 - T’estimo perquè ets digne d’Amor.
 - Renuncio a totes les percepcions-opinions que tenia de tu, del teu passat.
 - T’accepto amb totes les teves limitacions
 - Renuncio a voler tenir la raó.
 - Perdonar vol dir renuncio a recordar, a ressentir l’impacte negatiu que vaig experimentar amb tu en aquella ocasió.
 - Renuncio al mèrit de perdonar-te.
 - Renuncio mantenir ningú vinculat al meu perdó.
 - Renuncio veure l’altre com persona equivocada i necessitada del meu perdó.
 - Renuncio a tota superioritat-judici sobre l’altre
- Repeteixo aquesta llista canviant **t’estimo** per **t’accepto**
- Repeteixo aquestes dues llistes anteriors canviant **t’estimo** per **m’estimo** i després canviant **t’accepto** per **m’accepto**.
- Deixo anar la manera de percebre de l’ego
- Renuncio completament a tota percepció-judici
- Indistintament que l’altre segueixi en l’equivocació o l’error o no, renuncio a jutjar-lo perquè trio mantenir-me en l’Amor Incondicional que no jutja ni etiqueta.

UNITAT – UNIÓ AMB DÉU

- Renuncio a la percepció de tota forma
- M’obro a la visió de l’informe (la no forma, el no lineal)
- M’obro a la consciència del SER
- M’obro a la perfecció de tot, tot, tot, sense excepció
- M’obro a la vibració més elevada de l’Amor Incondicional
- Reconec i accepto la unitat amb tot el que existeix

- Reconec i accepto els hàbits compulsius i forçats i te'ls entrego, Senyor. No els considero més.
- En la meditació, contemplació, pregària, lectura, cursos, TIG, cultivo i em submergeixo en aquesta dimensió elevada de l'Amor Incondicional
- Deixo anar automàticament i continua tot obstacle a l'Amor Incondicional i tota condició a l'Amor Incondicional
- Accepto cada lluita interior com senyal que el meu interior ja no tolera cap negativitat
- Gestiono cada problema des del profund del SER
- Em dedico a fer contínues entregues de tota negativitat i cada entrega-rendició, a més profunditat.

- Connecto amb cada conflicte interior que sorgeixi. El reconec, l'accepto i en faig contínues entregues, les hores, els dies que calgui fins que desapareix i es resol per sempre.
- Si torna, segueixo entregant-lo sense desanimar-me, fins que desaparegui per sempre
- Reconec i accepto cada conflicte sense rebutjar-lo, sense jutjar-lo, sense voler-lo canviar ni modificar.
- L'accepto tal com se'm manifesta
- Deixo anar tot allò que em distregui ara de fer contínues entregues d'aquest conflicte.
- Així mateix faig entregues de tota preocupació, por, ira, orgull, culpa, expectativa, sofriment, no vàlua, separació...
- Faig contínues entregues de qualservol crisi interior.
- Faig contínues entregues de tot desànim, desesperació, desconfiança, depressió, agonia
- Reconec i accepto cada bloqueig que intenta tallar el fluxe del procés i l'entrego
- Accepto tocar el fons del pou negre perquè sè que tot està bé com està
- Re nuncio a identificar-me abm cap desesperació, temor, desconfiança, agonia
- Només m'identifico i em concentro en l'entrega continua, en el procés d'entregar i rendir-me
- Deixo anar tota resistència a la desesperació, a la desconfiança.
- M'obro a aquest poder cohesiu, permeto que equilibri la negativitat de la personalitat
- M'entrego al poder cohesiu de l'Amor Incondicional que purifica i transforma el patró de conducta en poder del SER
- M'entrego al canvi de percepció i afavoreixo el flux de l'Amor Incondicional
- M'obro a qualsevol canvi de percepció que m'impedeix el flux de l'Amor Incondicional
- Gràcies pel do de conèixer aquests nivells de consciència.
- Gràcies pe sentir-ne una profunda atracció
- M'obro a aquest atractor amb la consciència que és la veu de l'Esperit Sant que em convida a participar de l'Amor Incondicional, que és la vida de la Trinitat

POSICIONAMENTS I EXIOMES

- Reconec que en aquest moment estic d'acord amb alguns d'aquests axiomes
- Em sorprèn que siguin erronis. Ho reconec
- Cada un d'ells que em sembla una veritat, m'indica un meu posicionament.
- Reconec que cada un d'aquests errors se'm converteix en un obstacle per accedir a l'Amor Incondicional
- Reconec que els que em semblen una veritat, és degut a què els percebo des de la lògica de l'ego i no des de la visió de l'Amor Incondicional del SER.
- Reconec que aquests axiomes genera sofriment i destrucció
- Repasso entre els meus sofriments i busco quin axioma el produeix
- Observo i descobreixo quina és la dualitat de fona que sosté cada un dels exiomes en el que fins ara he cregut.
- Entrego cada dificultat, conflicte, sofriment que experimento degut a cada un d'aquests axiomes dualistes
- Cancel.lo cada un d'aquests axiomes dualistes.
- Accepto el repte d'entregar-los tots
- Accepto el principi fonamental que diu: "ni un del sol d'aquests axiomes és veritat"
- Reconec que la resistència a entregar-los sorgeix de la por i la desconfiança en Déu
- M'obro a la visió del SER
- Ara reconec que el nucli de la dualitat dels oposats és: decantar-me i triar A o B
- Reconec que cada cop que trio o una cosa o una altra estic reforçant la dualitat
- Ara entenc que l'úncia obligació és triar la Veritat i la Divinitat
- Tota tria que no sigui aquesta, és triar dualitat
- Reconec que aquest punt del treball és un gran repte
- Amb la gràcia de Déu m'hi obro i l'accepto
- M'adono que tal com estan formulats tots els axiomes sonen com realitats possibles, separades o alternatives
- Ara sé que són dualitats falses i les accepto com a tals i les entego
- Sóc conscient de les gradacions de l'amor.
- Demano la gràcia d'elevat l'Amor al més alt nivell de gradació, el de l'Amor Incondicional
- Reconec que tot judici és una gradació molt baixa d'amor, tant baix, que no és més que judici

- Ara entenc els principis: "no jutgis", "meu és el judici, diu el Senyor"
- Rendeixo a Déu els posicionaments axiomàtics que funcionen en la meva ment
- Decideixo recórrer aquest camí teològic-teològic conscient que l'Amor Incondicional és l'essència de la vida trinitària.
- Sóc conscient de les capes que he de travessar en aquest camí trinitari
- Entrego la capa fonamental del "jo sé" conscient que "jo per mi mateix, no sé res"
- Entrego el programa "jo sé" i la creença epistemològica sobre "com crec que sé"
- Entrego l'impacte emocional, la conclusió-creença d'on sorgeix el patró de conducta que perpetua en mi el sentit epistemològic de "com sé que sé" i me'l justifica
- Accepto els principis "el món que l'ego dibuixa és una projecció de les seves il·lusions i posicionaments arbitraris", "Aquest món no existeix"
- Ara sóc conscient de quina és la font de totes les meves misèries, pros i conflictes (el programa "jo sé")
- Ara sé que qualsevol presa de posició és errònia
- Ara sé que el sacrifici de nunciar a la ment és el do més gran que em fa Déu.

ELS POSICIONAMENTS SÓN OBSTACLES A L'AMOR INCONDICIONAL

- Decideixo eliminar els obstacles cap a l'Amor Incondicional
- Reconec que tots els obstacles provenen dels posicionaments
- Reconec que tot posicionament perpetua la il·lusió dels oposats
- Reconec les obstruccions de l'ego en mi i les entrego
- Reconec que totes les obstruccions de l'ego sorgeixen de la seva vanitat i les entrego
- Reconec els "meus" que l'ego s'ha apropiat
- Reconec que aquests "meus" són la font dels conflictes
- Reconec els posicionaments, dualitats d'oposats que em separen de la meua font d'Amor Incondicional
- Aprenc a discernir en les lluites interiors, la separació de Déu
- Aprenc a discernir l'apropiació de l'ego del patró de conducta. En la mesura que se'l fa "meu", ara sé que el perpetua
- Ara m'adono per què costa tant entregar el patró de conducta. L'ego el considera un "meu" com a propietat
- Decideixo entregar el patró de conducta. Ja no el mantinc més en ment com una possessió "meua".
- El col.lapso
- L'entrego a Déu perquè és un obstacle a l'Amor Incondicional
- Cancel·lo el patró de conducta i ja no l'etiqueto més de "meu".
- Forma part d'una etapa de la meua vida i ara decideixo cancel·lar-lo, entregar-lo completament a Déu
- Ara em concentro en l'Amor Incondicional i decideixo que amari tots els àmbits de la meua vida: ment, cor, conducta, relacions, esperit.

ALGUNES CALIBRACIONS REALITZADES PER HAWKINS (INTERESANTS-CURIOSOS-FAN PENSAR)

• La comunió cristiana	700
• La Pasqua	495
• Nadal: "Pau als homes de bona voluntat"	675
• El Parenostre	650
• Oració a Jesús	525
• Confirmació	500
• Baptisme	500
• Agenollar-se per pregar	540
• Extremaunció	500
• Oració de St Francesc d'Assís	580
• Resar el rosari	515
• Rendició (profunda) de la pròpia voluntat a Déu	850
• Dotze passos d'alcohòlics anònims	540
• El que es té en la ment tendeix a manifestar-se	505
• Om	700
• St Agustí	550
• Calvino	580
• Confucio	590
• Dalia Lama (Tenzin Gyatso)	570
• Teilhard de Chardin	500
• Maestro Eckhart	705

• Mahatma Gandhi	760
• St Joan Pau II , papa	570
• St. Joan de la Creu	605
• Ramana Maharshi	720
• Claudio Naranjo	465
• Origenes	515
• St Pio de Pietralzina. Pare Pio	585
• Plotino	730
• Joan Taulé (mistic)	640
• Sòcrates	540
• Mare Sta. Teresa de Calcuta	710
• Sta. Teresa d'Àvila	715
• Alan Watts	485
• Segle primer "El camí de Jesús"	980
• Els apòstols	905-990
• Abans del Concili de Nicea	840
• Després del Concili de Nices (325 d. Ct)	485
• Pecat venial	180
• Pecat mortal	190
• Savis espirituals (místics)	700
• Odi	70

CIÈNCIA I CIENTÍFICS

David Bohm (teoria quàntica)	505
Max Plank (teoria quàntica)	475
Darwin	450
Edison	470
Einstein	499
Freud	499
Galileo Galilei	455
Carl Jung	520
Newton Isaac	499

CIÈNCIA CLÍNICA

• Acupuntura	405
• Kinesiologia clínica	600
• Psicologia clínica	380
• Calibració dels nivells de consciència	605
• Psicoanàlisi (Freud)	460
• Psicoanàlisi (Jung)	460
• Cirurgia	440
• Psiquiatria	440
• Homeopatia	200

En l'Escala de la Consciència, els nivells situats per sota de 200 estan excessivament associats amb actituds, emocions, motivacions, creences, conductes i activitats que són espiritual i kàrmicament nocives i que també produeixen greus conseqüències negatives en aquesta vida. Per tant, indiquen una patologia espiritual.

POSICIONAMENTS I QÜESTIONS PROBLEMÀTIQUES

• Culpar	180
• Disputa	170
• Estar "a la contra"	185
• Crítica	120
• Denigració	185
• Depravació	80
• "creure's amb dret a"	180
• Falsa acusació	160

• “estar col.locat”	90
• Ressentiment	70
• Ingratitud	190
• Insult	160
• Litigació	150
• Pessimisme	190
• “sentir-se ofès”	180
• Paranoia	120
• Petulància	185
• “Políticament correcte	190
• Protagonisme	190
• Suïcidi com a protesta	70
• Ser sensible	180
• Sentimentalisme	190
• Escepticisme	120
• Arrogància social	155
• Traïció	80
• Ser desagraït	190
• Victimisme	130
• Incomodar	175
• Litigis	140
• Crítiques malicioses	135
• “amor entre home i nen”	80
• Misogínia	160
• Model agressor/víctima	130-150
• “Mentides pietoses”	190
• Narcisisme	140

NOTA:

Demano disculpa pel fet que el tema sigui llarg. La raó és que anem encarant el camí espiritual cap els nivells de consciència elevats. Això comporta tocar temes profunds, concrets, imprescindibles per seguir fent camí espiritual. Si no ho fem així, no hi arribem. Prego disculpa. Desitjo que serveixi i en treguem profit.