

LA NEUTRALITAT

QUALITAT PODEROSA DEL SER



39

Mapa de la Consciència de les Emocions Positives

Dominis de la Veritat de l'Esperit



Visió de Dios	Visió de la Vida	Nivel de Conciencia	Nivel de Calibración Logaritmo	Emoción	Proceso Experiencia de Vida
Ser Interno	Es	Iluminación	700 - 1,000	Indescriptible	Conciencia Pura
Ser Universal	Perfecta	Paz	600	Éxtasis	Iluminación
Uno	Completa	Alegría	540	Serenidad	Transfiguración
Amoroso	Benigna	Amor	500	Veneración	Revelación
Sabio	Significativa	Razón	400	Comprensión	Abstracción
Misericordioso	Armoniosa	Aceptación	350	Perdón	Trascendencia
Edificante	Esperanzadora	Voluntad	310	Optimismo	Intención
Consentidor	Satisfactoria	Neutralidad	250	Confianza	Liberación

Dr. Hawkins

NEUTRALITAT

relacionem-la amb

DUALITAT de la MENT
JUDICIS

“TOT ÉS COM ÉS”

**El treball en la neutralitat requereix el compromís d'anar de
la perifèria de la ment,
al CENTRE de la Presència Divina.**

Puc deixar que la ment segueixi gestionant la meva vida.

O

Puc activar la neutralitat.

**Elements pràctics i concrets per triar, d'acord amb un lliure
albir responsable i madur.**

**En els nivells per sota de 200,
la consciència tendeix a veure dicotomies i a
assumir els posicionaments rígids de la**

DUALITAT

**cosa que genera
polarització, oposició i divisió.**

**L'ego només veu la realitat tal com ell la percep,
i és incapaç de reconèixer i acceptar que en realitat**

“tot és com és”

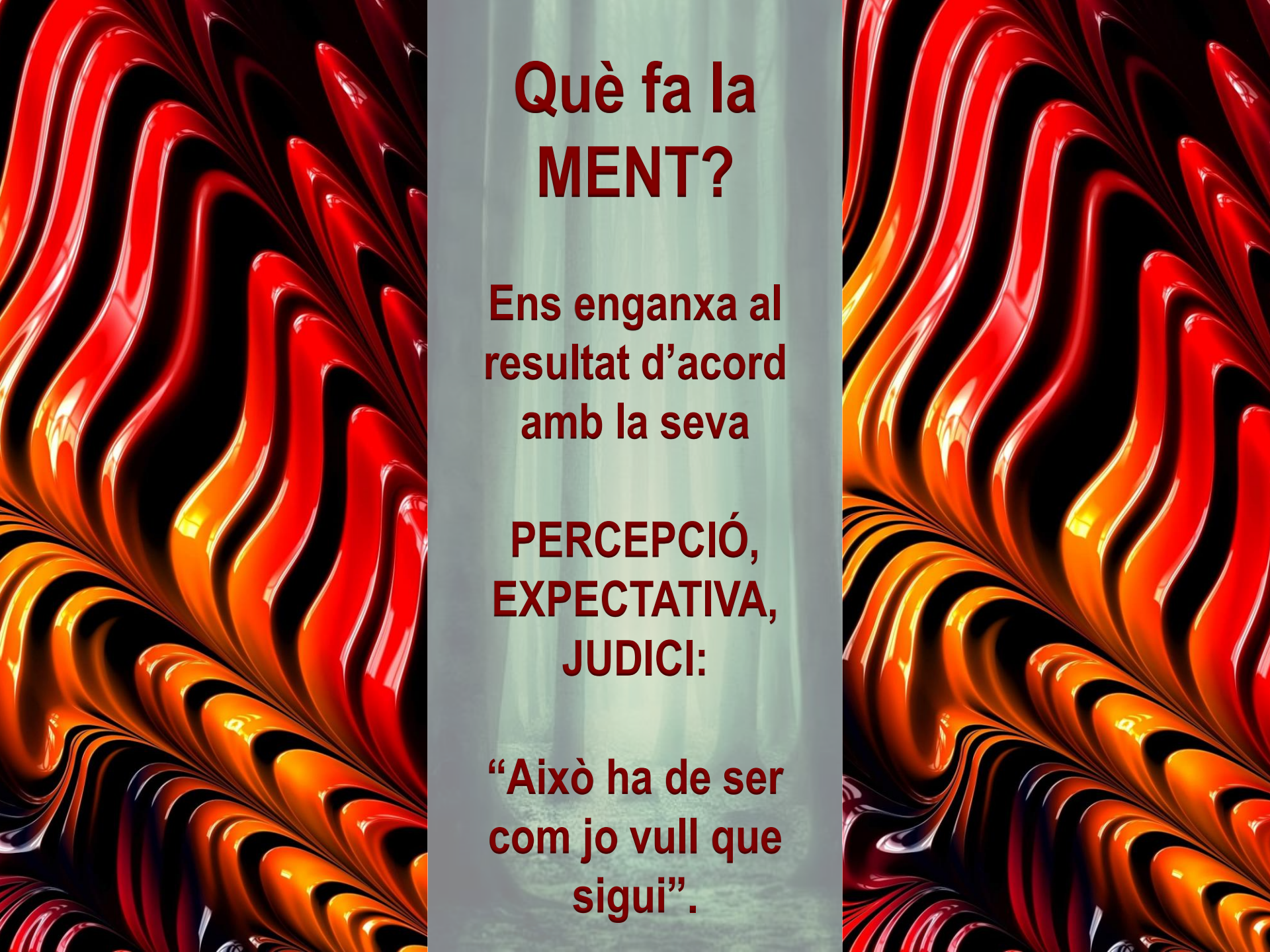
Qui és incapaç de reconèixer i acceptar que

“tot és com és”



la

MENT



Què fa la MENT?

Ens enganxa al
resultat d'acord
amb la seva

PERCEPCIÓ,
EXPECTATIVA,
JUDICI:

“Això ha de ser
com jo vull que
sigui”.

L'ego-MENT tradueix el “tot és com és” per



“tot ha de ser com jo vull que sigui”

Quan l'entorn coincideix
amb els seus continguts,
la MENT no té problema
en acceptar que allò
“és com és”.

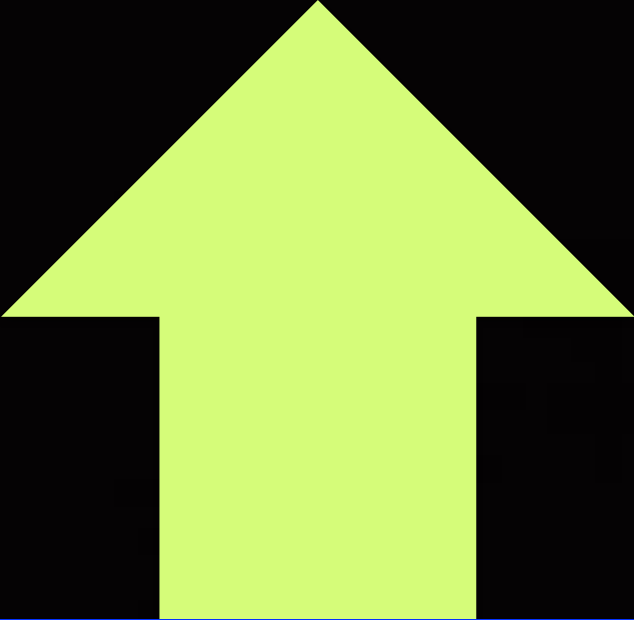
Què passa amb el
“tot és com és”
que la MENT exclou
perquè està fora del seu
camp limitat de
consciència?



A sunset scene over the ocean. The sky is filled with orange and yellow clouds, and the sun is low on the horizon, partially obscured by a dark mountain peak. The water is dark and calm.

Passa que...

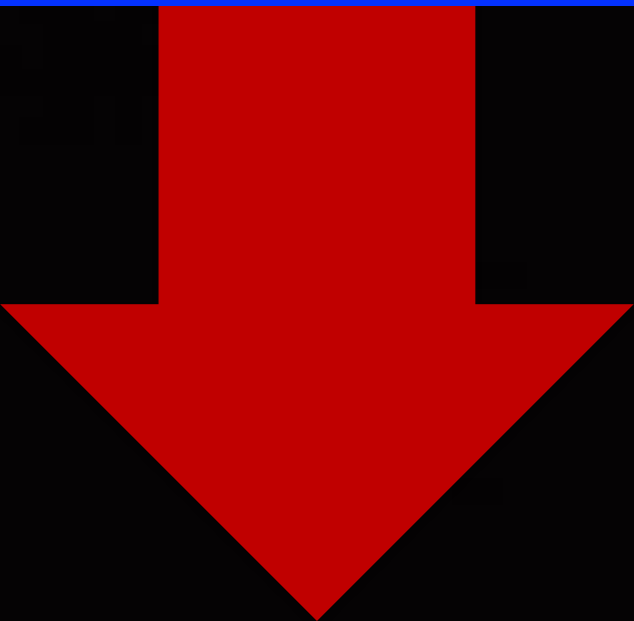
**... ens manté en la perifèria de la consciència, atrapats en els
pensaments, en les idees, en la por, en els desitjos, records,
problemes, ambicions, calculant, rebutjant, jutjant, interpretant,
projectant, controlant. Així mai estem en nosaltres, en el nostre
centre, sinó en la perifèria.**



De “**tot és com és**” la ment només reconeix i accepta allò que la manté els seus posicionaments. Des de la perifèria, la ment és incapaç de reconeix i accepta que “**tot és com és**”.

La perifèria és el límit del nivell de consciència de la ment

El centre de “qui sóc jo” és el nivell de consciència de la PRESENÇA



La Presència Divina és el **CENTRE** que reconeix i accepta que “**tot és com és**” perquè Déu és present en “**TOT EL QUE ÉS**”. En la Presència nosaltres som el **CENTRE**. Si nosaltres som el **CENTRE**, qualsevol altra cosa és la perifèria = MENT.



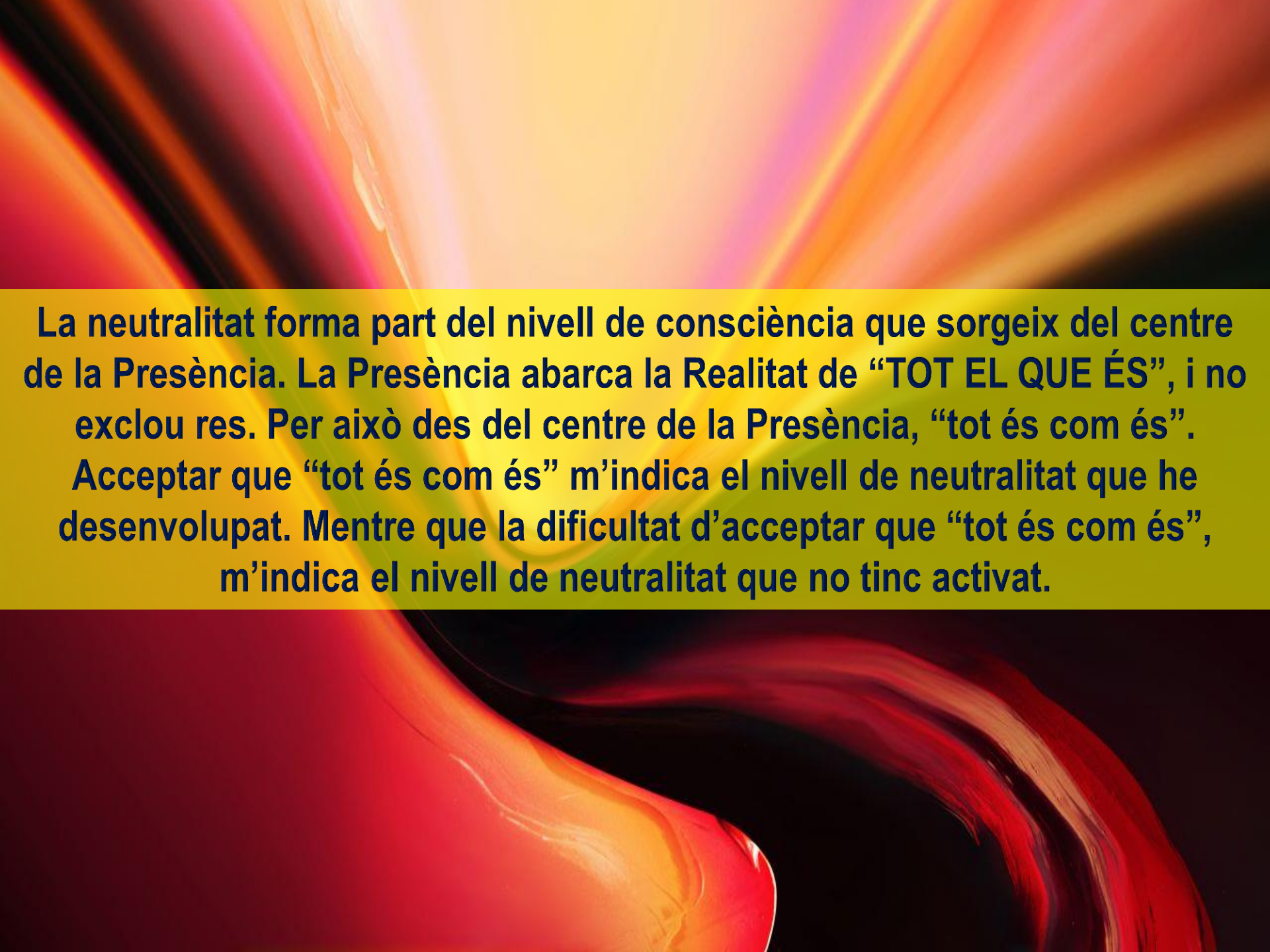
Des de la perifèria (MENT) no es pot iniciar res, cap camí d'evolució espiritual és possible, degut a què la MENT sempre està ocupada en la seva interminable activitat mental. Hi estem habituats, fins al punt de no adonar-nos que estem totalment identificats amb el que ella pensa, sent i fa. La conseqüència d'aquesta vertiginosa activitat mental és que ens separa del nostre **CENTRE**.

D'aquí ve tanta frustració, sofriment, superficialitat, i tants esforços per sobreviure com sigui. La gent arriba a pagar preus dolorosíssims, mitjançant afeccions (atraccions-aversions), malalties, desequilibris de tot tipus.





Estem tant habituats a viure descentrats en la MENT, que creiem que aquesta és la forma natural de viure. La perifèria és un nivell de consciència tan limitat que només ens deixa veure el més superficial de “tot és com és”.



La neutralitat forma part del nivell de consciència que sorgeix del centre de la Presència. La Presència abarca la Realitat de “TOT EL QUE ÉS”, i no exclou res. Per això des del centre de la Presència, “tot és com és”. Acceptar que “tot és com és” m’indica el nivell de neutralitat que he desenvolupat. Mentre que la dificultat d’acceptar que “tot és com és”, m’indica el nivell de neutralitat que no tinc activat.



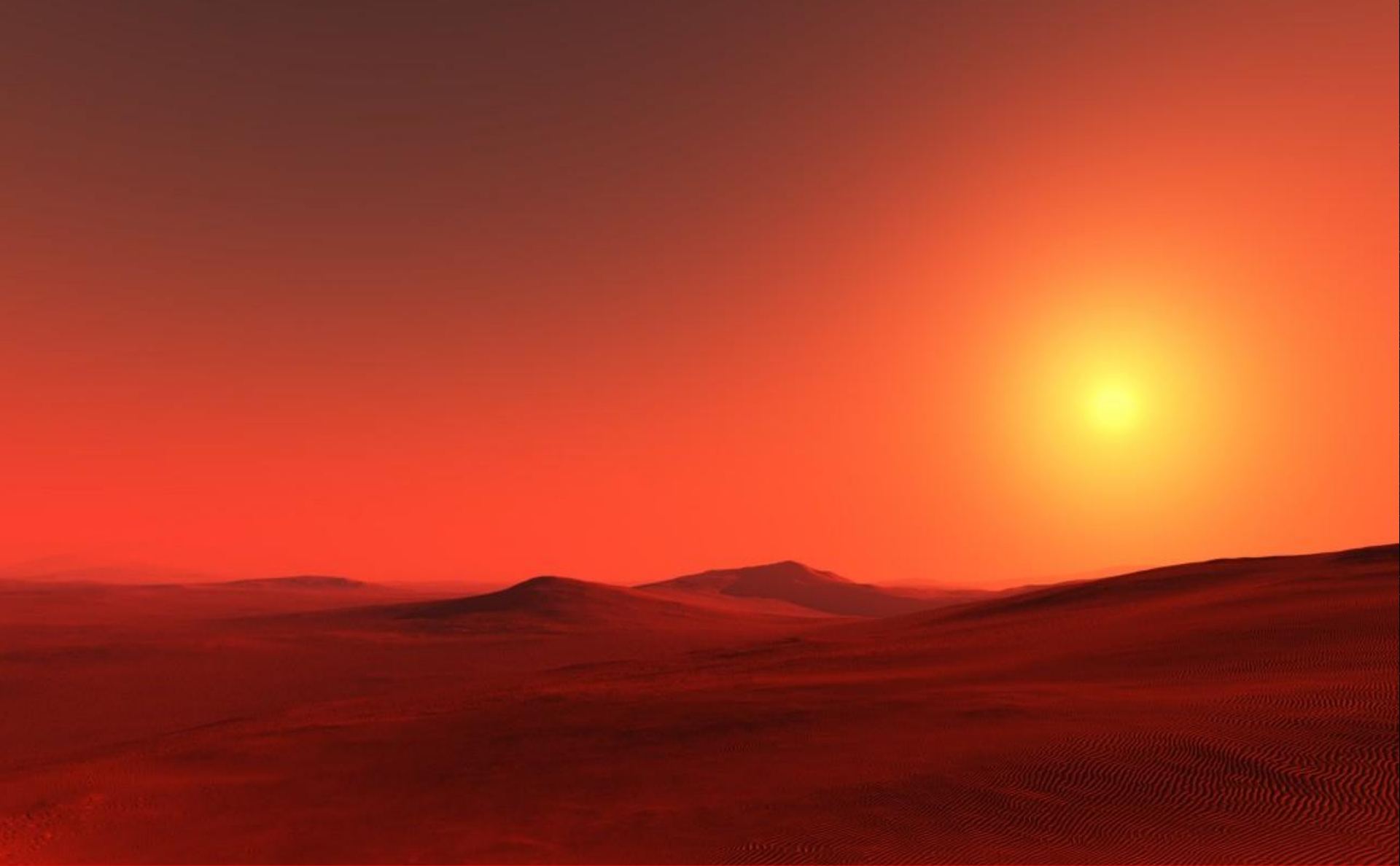
Per adquirir la capacitat d'acceptar que “tot és com és”, hem de reconnectar-nos amb el nostre **CENTRE**. Això vol dir, fer un pas cap dintre i assolir el nivell de consciència de la Presència. Quan fem aquest simple pas, descobrim un lloc serè, des del que estem atents, conscients i acollim “**tot el que és, tal com és**”. Hem trobat el nostre lloc i ens sentim plens, centrats, desperts, desenganxats dels resultats i totalment neutres.



Moltes persones no aconsegueixen fer aquest simple desplaçament cap al **CENTRE**. Estan massa enganxades a les idees, als pensaments, sobretot quan aquestes idees ens connecten a coses i a persones que no volem deixar anar perquè les estimem i no les volem perdre. Estem lligats a través del record o imaginant un futur millor. Aquests lligams poden ser un motiu vàlit per no retornar al nostre **CENTRE**.



Però arriba un moment, pot ser ara mateix, en què la nostra supervivència no és més que un joc mental, una imatge que cal deixar anar. Però necessitem una ajuda, una gràcia, una intercessió. On la podem trobar? En nosaltres. Al nostre **CENTRE**. Al **CENTRE** de la Presència.



Si volem realitzar el ple coneixement del SER, tornar a nosaltres és el primer i fonamental pas a donar.

Aleshores podem començar a fer conscient la Presència.

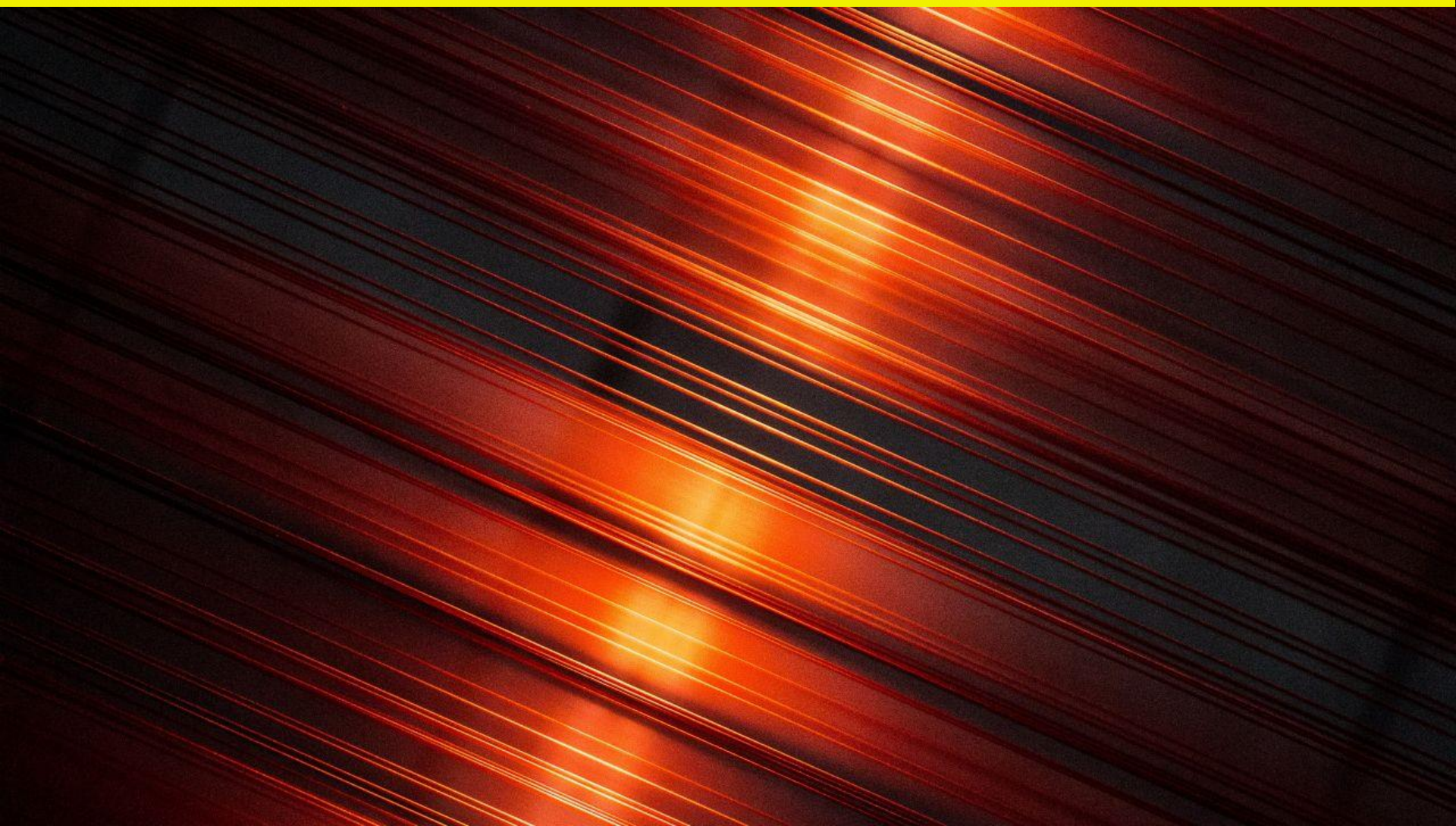


Alguna cosa, algú és Present a “això que és”. Està simplement present. Present als pensaments, present als altres, present al món. Sentim aquesta Presència com la font del jo. No tractem analitzar-la, ni tant sols definir-la. Simplement estar presents en l'ara i aquí. Si l'analitzem, tornem a la perifèria, seguim girant al voltant dels nostres records, imatges i pensaments amb els que ens identifiquem.

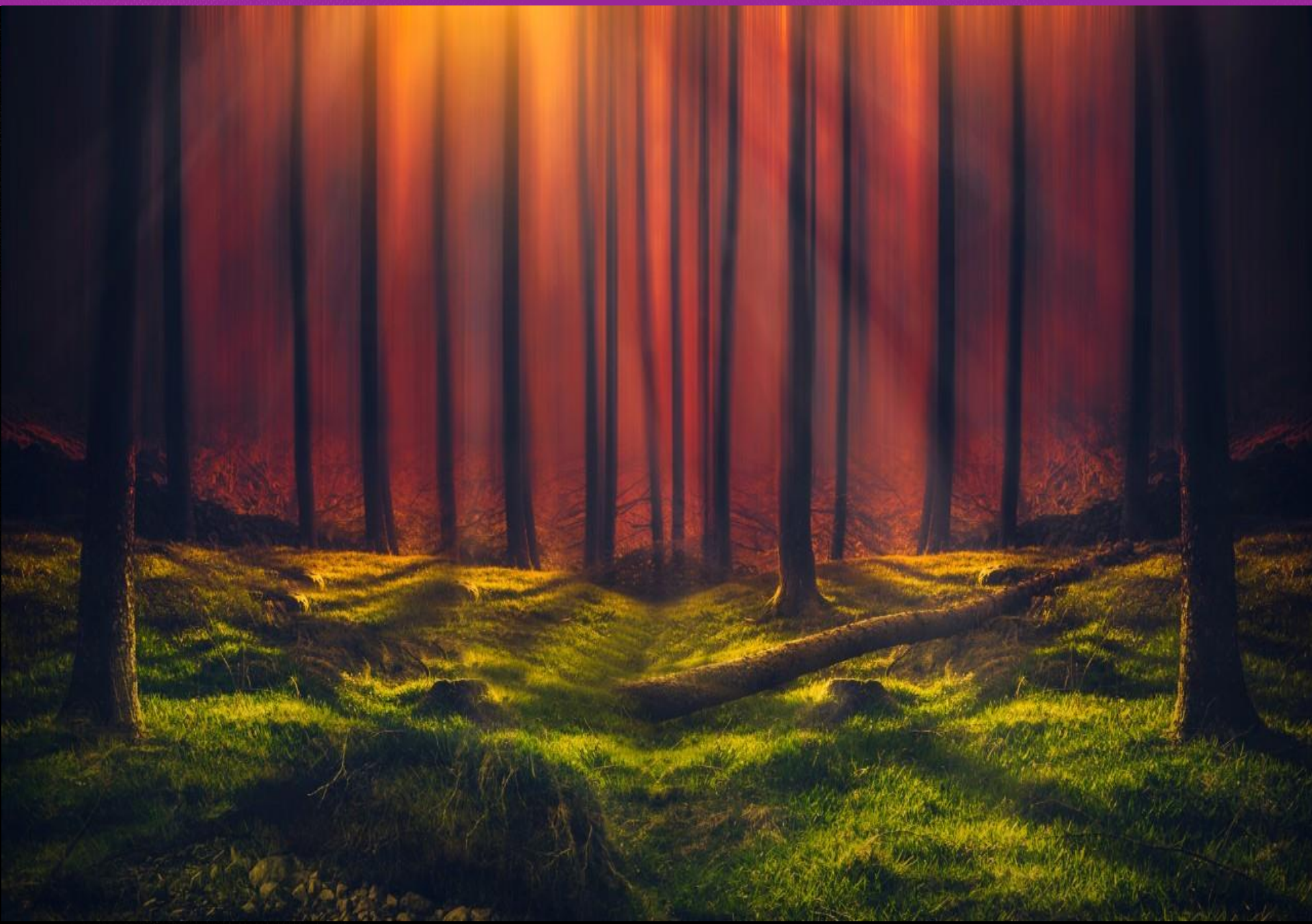
Mentre seguim en la ment, ens allunyem del **CENTRE** de la Presència, del SER i seguim en la perifècia, pagant el mateix preu de sempre: perdre'ns, perdre el present, perdre el centre, perdre la connexió amb la Presència i amb nosaltres mateixos.



**Aquest és el nucli de tot el treball espiritual:
Desprendre'ns de la identificació amb l'ego-ment
és l'enfocament principal de l'evolució espiritual.**



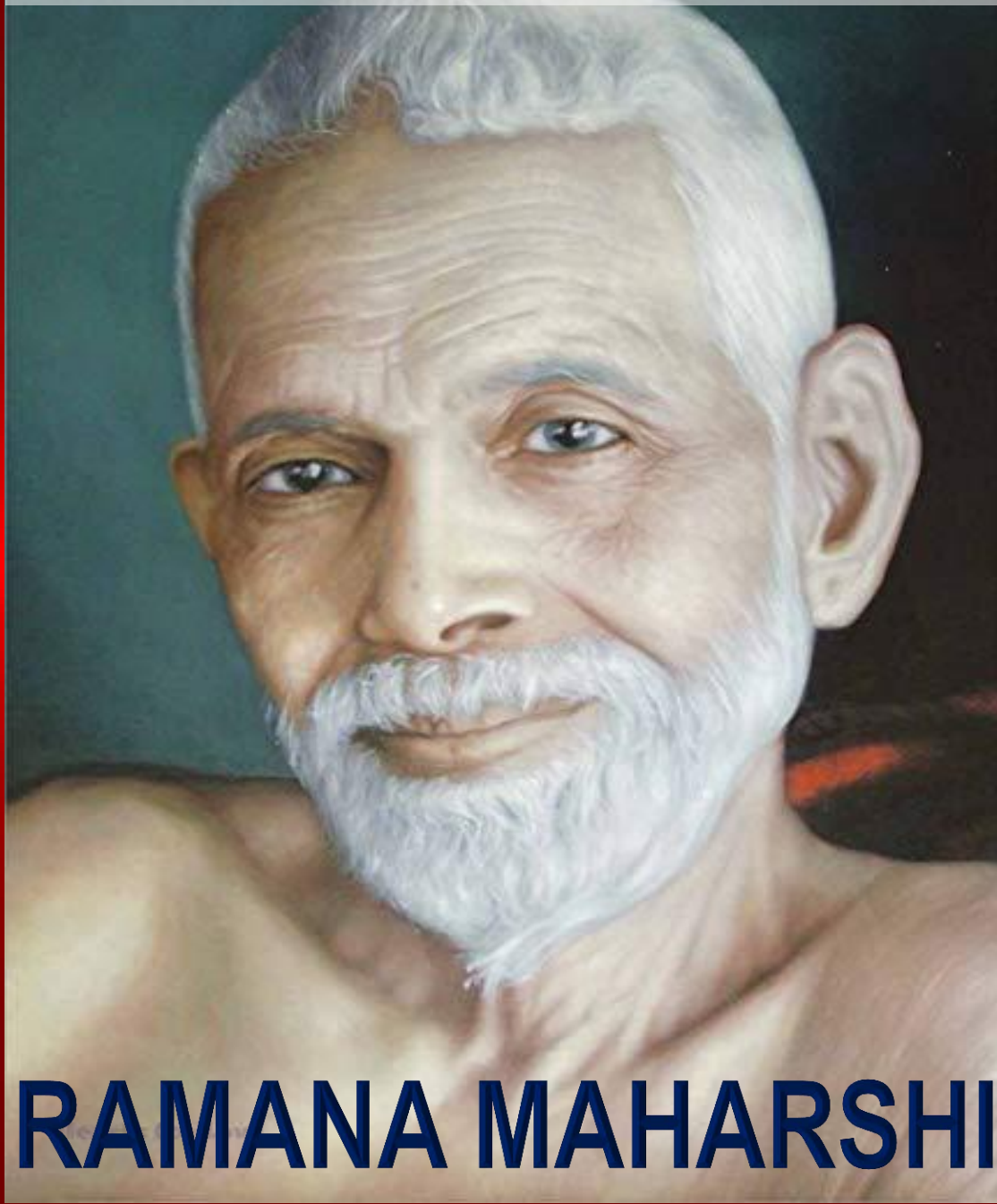
Com desprendre'm de la identificació amb la MENT?



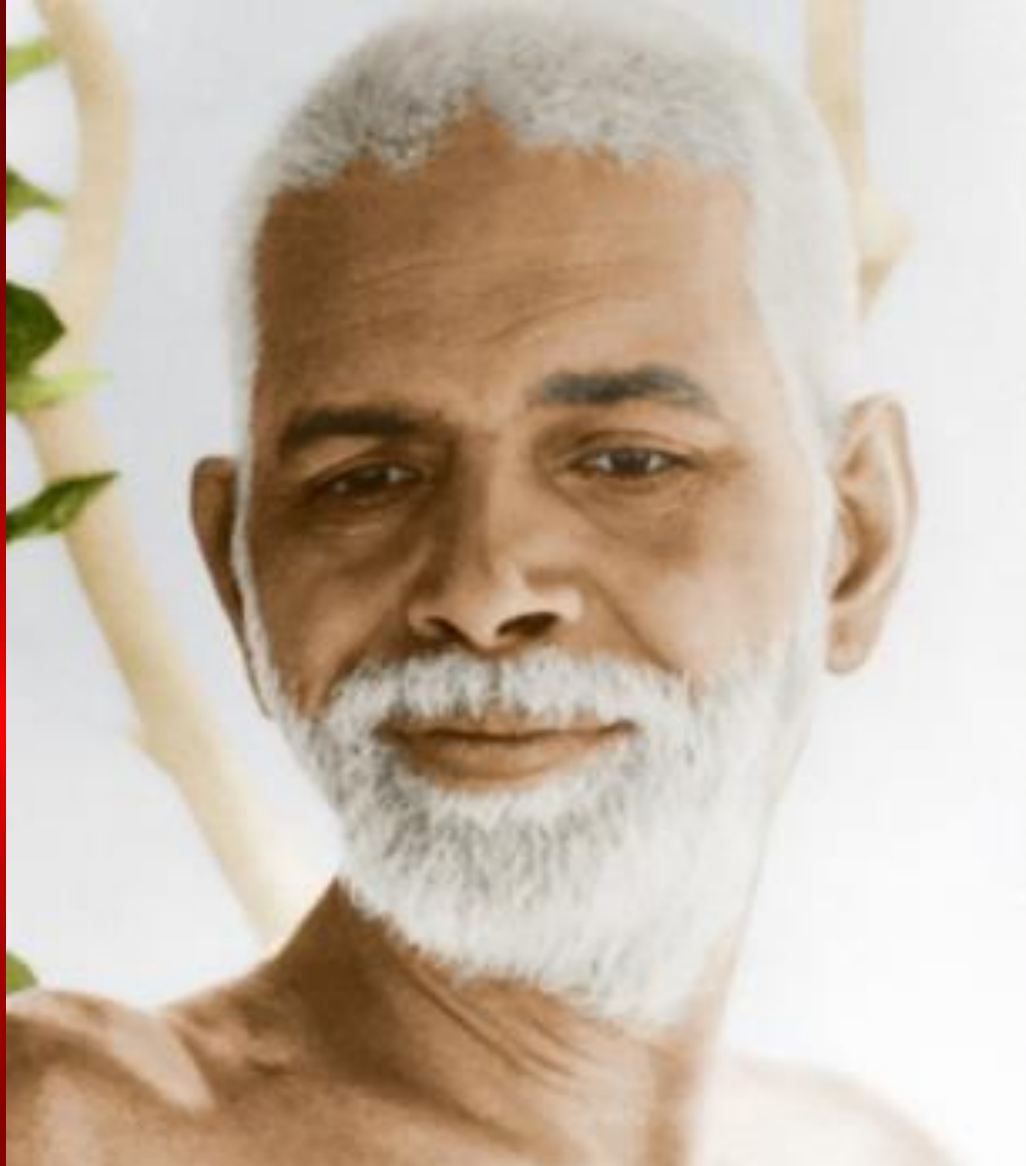
Amb la tècnica espiritual de l'

AUTO INDAGACIÓ

Era l'ensenyament preferit de



RAMANA MAHARSHI



Consistent en fer-se continuament la pregunta:

QUI SÓC JO?

Amb el propòsit de
reorientar l'atenció del
jo-experimentador cap a la
FONT de la **CONSCIÈNCIA**
i anar de la

ment al

perifèria al

SER CENTRE



**PETITS PASSOS
PER ANAR DE LA
PERIFÈRIA
al
CENTRE
SER**





**Prenc la
DECISIÓ CORRECTE.**

TRANSCENDIR
la identificació
amb la
MENT

Seguir
IDENTIFICAT
amb la
MENT



Qui sóc jo?



1

Un que reconec i accepto que estic completament identificat amb la
MENT.



2

Un que reconec i accepto que
estic seduït i em deixo seduir per
les activitats de la
MENT
i per les seves interminables
operacions:

Opinions, punts de vista,
actituds, conclusions,
suposicions, il.lusions, records,
posicionaments, judicis,
expectatives...



3

Un que
prenc la
decisió de
desmuntar
la
MENT

4

Un que reconec i
accepto aquests
principis espirituals:

“Per si mateixa,
la ment no pot distingir
la veritat de la falsedat,
l'essència i l'aparença”.

“Per mi mateix, Senyor,
jo no sé res”.

“Només sóc un simple
mitjà, un simple
servidor de DÉU”.



5

Un que reconec i accepto que hi ha un jo personal faedor-
experimentador que està bucant el CENTRE,
la Presència del vertader SER.



6

Un que reconec i accepto que, en realitat, és el vertader SER qui m'atrau cap a sí.



7

Un que renuncio a proyectar
VALOR
sobre el món.





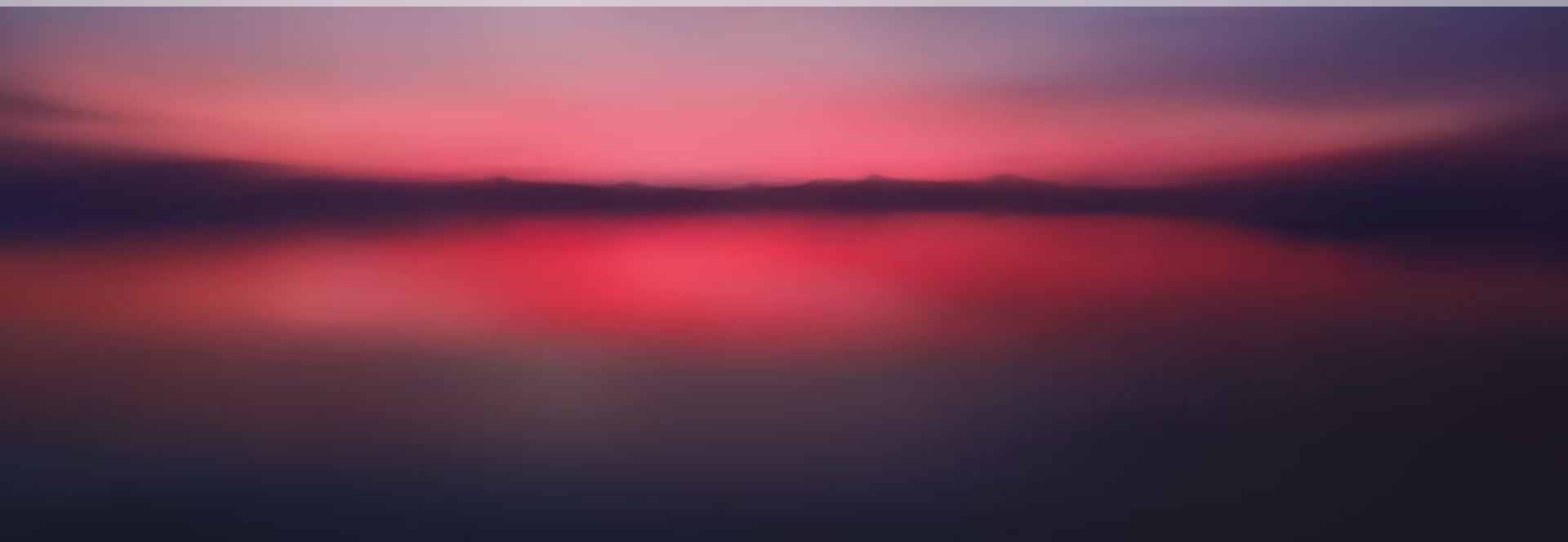
8

Un que prenc la decisió de perseguir el que és real i etern,
enlloc del que és temporal, transitori, il.lusori, fals, efímer =
ment.



9

Un que m'
APASSIONO
per la
DIVINITAT.



10

**Un que davant de cada
reacció d'orgull, ira,
por, culpa, no vàlua,
desig, expectativa,
judici, soledat,
separació, neguit,
preocupació, angoixa,
tristor, depressió de la
ment em pregunto:**

**QUI SENT AIXÒ?
QUI EXPERIMENTA AQUESTA REACCIÓ?**



11

Un que a cada pregunta sobre
QUI...

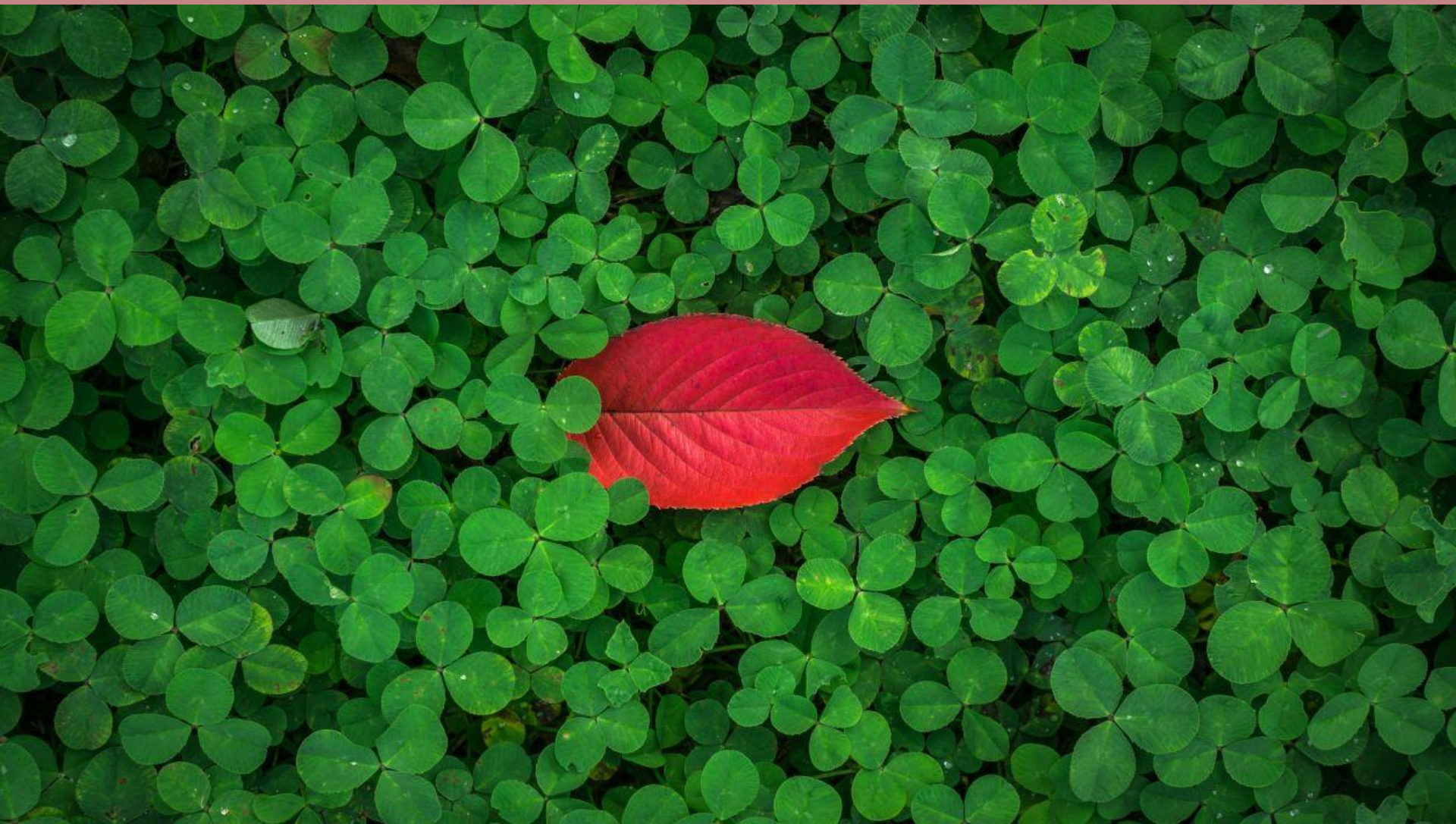
renuncio repetir l'hàbit compulsiu de reaccionar des de la ment.
A canvi trio conscientment respondre des del SER.



**Cada un d'aquests petits passos, demana moltes hores de
MEDITACIÓ i un intens exercici de CONSCIÈNCIA.**



En la MEDITACIÓ m'entreno a RESPONDRE des del CENTRE de la Presència.



El moment clau està en cada situació que em desvetlla la reacció.
Aquest punt és una mil.lèssima de segon en el que puc habitar-me a
triar RESPONDRE des del CENTRE del meu SER. Això és la

CONSCIÈNCIA CONSCIENT



Aquí jo puc utilitzar el meu lliure albir i triar obrir-me a la Presència Divina i entregar-li allò que en aquest instant més em costa, la reacció de sempre, la resistència, l'atracció-addicció de la ment...

Si em deixo portar per la reacció de sempre, la ment tria per mi.

Reforço l'estato quo, remanc a la perifèria i res no canvia.

Si trio obrir-me a la Presència Divina, al SER, trio el meu CENTRE.

Experimento pau, serenor, equilibri, llibertat de ser varitablement

JO MATEIX. Allí sóc

CONSCIÈNCIA

CONSCIENT

Si jo no trio des de la CONSCIÈNCIA CONSCIENT, ho seguirà fent la ment. Aquest punt demana

voluntat

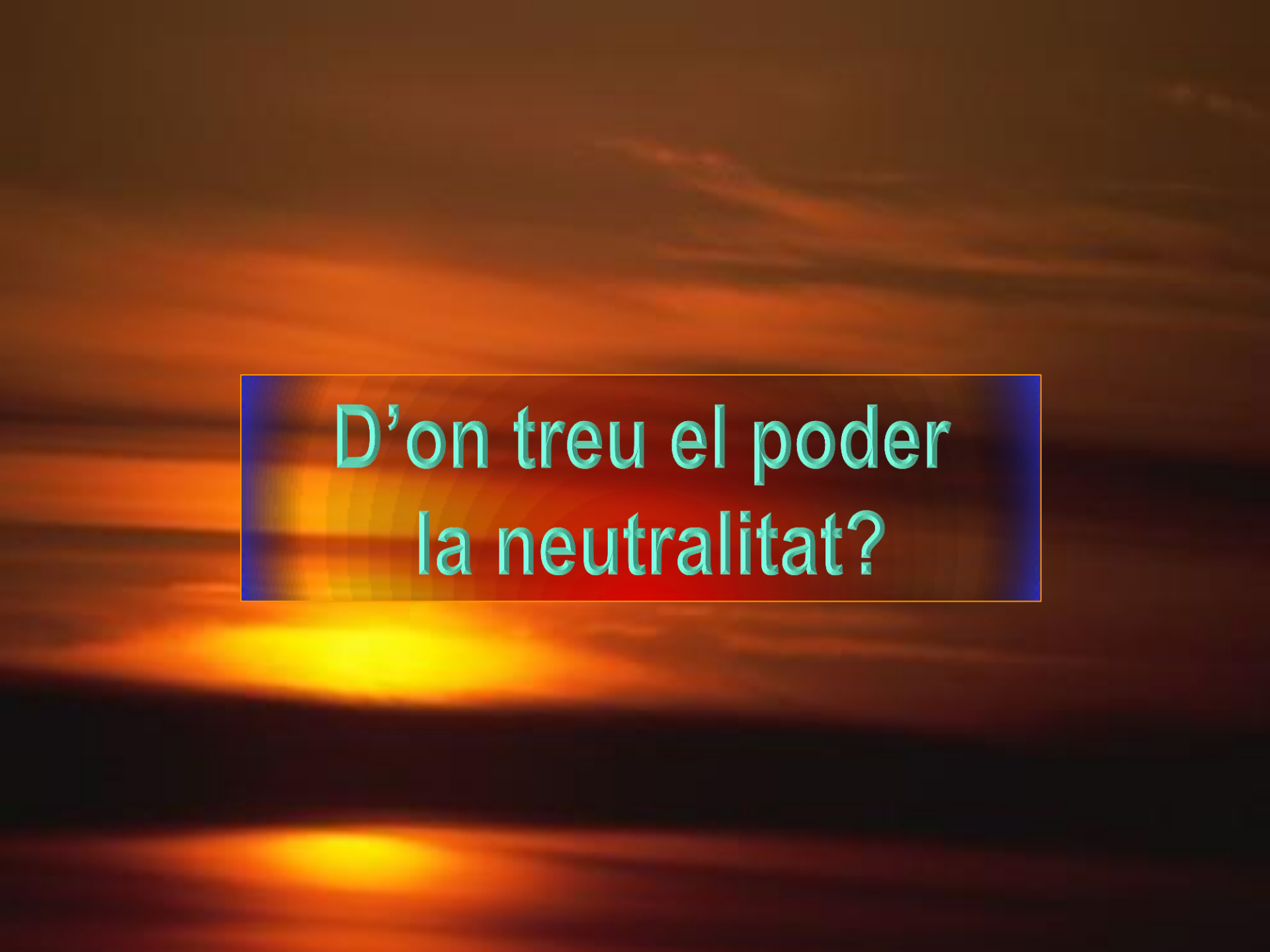


LA NEUTRALITAT

QUALITAT

PODEROSA DEL SER



The background of the slide is a photograph of a sunset or sunrise. The sky is filled with horizontal bands of orange, yellow, and dark brown clouds. A bright, glowing sun is visible near the bottom center, creating a strong light source. In the center of the image, there is a rectangular text box with a blue-to-red gradient background and a thin orange border.

D'on treu el poder
la neutralitat?



Del Centre del SER =
PRESÈNCIA DIVINA.
Mai de la perifèria de la ment.

Només des del **CENTRE** del
meu SER, és possible
assumir que fins i tot les
pitjors desgràcies i les
situacions més doloroses
formen part d'aquest
“tot és com és”.

Progressivament puc
assumir i sostenir que
“tot és com és” recolzant-
me en la confiança que Déu
és present en
“TOT EL QUE ÉS”.

Si no hi fos, ningú no
existiríem.





**Vaig més
fàcilment de la
perifèria al meu
CENTRE
si m'agafo de la
mà de
Jesús Abandonat
i accepto cada
malestar, dolor,
sofriment com
una oportunitat d'
ESTIMAR-LO.**



Jesús
Abandonat
és la
neutralitat
absoluta,
perquè és
l'anul·lació
absoluta
de si mateix.



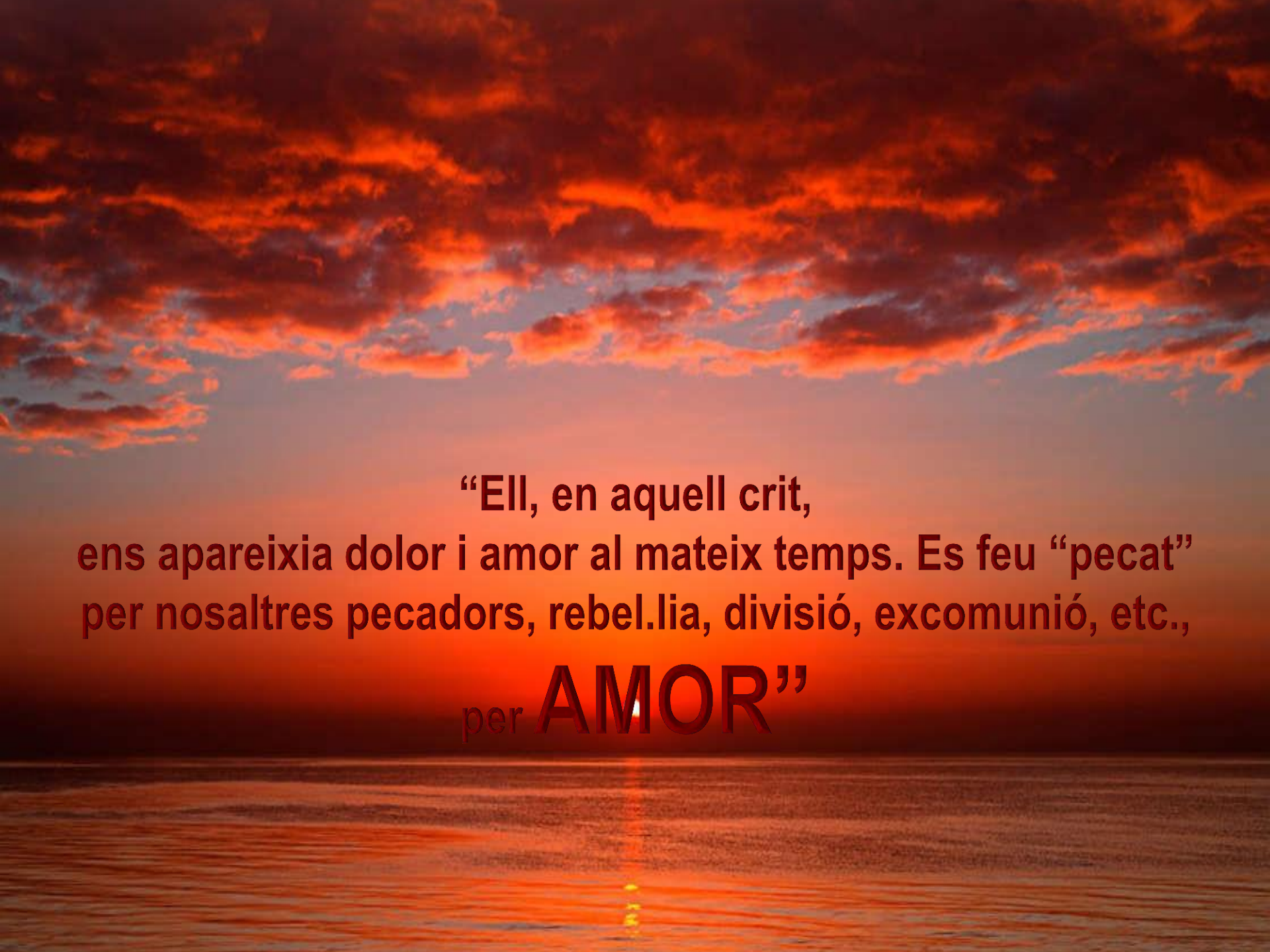
**Jesús home,
vivía
“tot és com és”
des de la
CENTRE
de la Presència**



“En Jesús Abandonat hi havia tots els dolors, tots els amors, totes les virtuts, tots els pecats (havent-se fet Ell “pecat”) i en Ell cadascú de nosaltres ens retrobavem en cada instant de la vida. Era la síntesi dels dolors físics, pròxims a la mort, i dels dolors morals, espirituals”.

“Era la síntesi dels amors: Ell era “pare” per haver-nos regenerat; era “mare” en els dolors del part diví; era germà, amic”.





“Ell, en aquell crit,
ens apareixia dolor i amor al mateix temps. Es feu “pecat”
per nosaltres pecadors, rebel·lia, divisió, excomunió, etc.,
per **AMOR**”



**“Ell, en aquell crit,
ens apareixia dolor i
amor al mateix temps.**

**Es feu “pecat” per
nosaltres pecadors,
rebel.lia, divisió,
excomunió, etc., per**

AMOR”

“Vivint Jesús Abandonat vam arribar a comprendre fins a quin punt Ell s’havia anul.lat i en l’anul.lament hi havia la nostra vida:

Ser com Ell per amor a Ell, aquell no-res-AMOR
que realment som”



Nosaltres no-res,

Ei

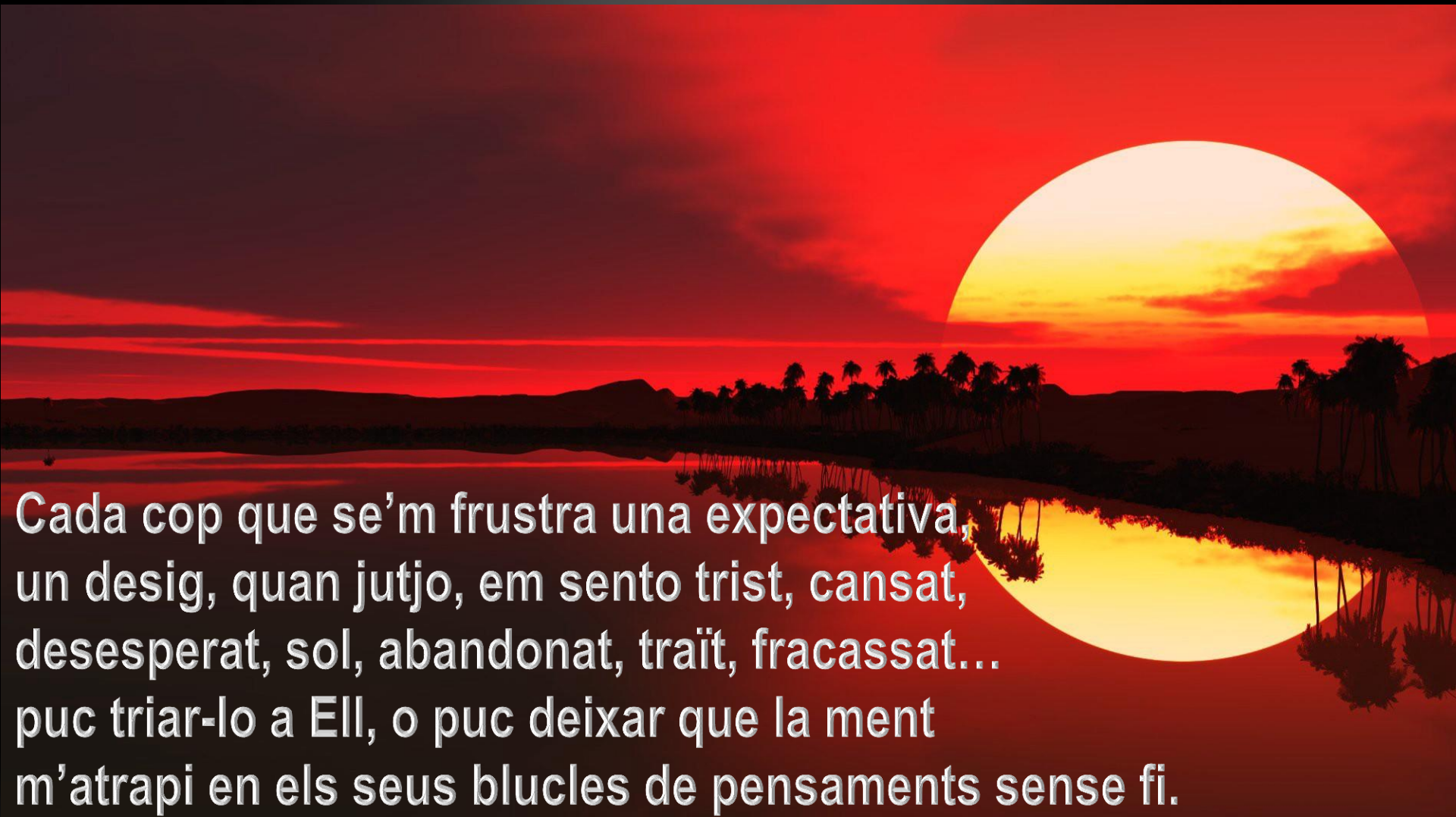
tot



A photograph of a forest path in autumn. The path is covered in fallen red and orange leaves. Tall, slender trees line the path, their trunks dark against a hazy, orange-lit background. The ground is covered in a thick layer of fallen leaves, and the trees are mostly bare, with some showing vibrant autumn foliage. The overall atmosphere is misty and serene.

Per mi mateix, Senyor,
jo no sé res. Només teu
és el poder i la glòria”.
Ho reconec, ho accepto.

“És bonic viure Jesús Abandonat en cada instant present i anomenar-Lo pel seu nom”. Així:



Cada cop que se'm frustra una expectativa,
un desig, quan jutjo, em sento trist, cansat,
desesperat, sol, abandonat, traït, fracassat...
puc triar-lo a Ell, o puc deixar que la ment
m'atraci en els seus blucles de pensaments sense fi.

**Jesús Abandonat
el puc abraçar en
cada sentiment
negatiu de l'ego
(Mapa de la Consciència):**

“és ...el poruc,
el sedegat, el tímid,
el foll i tots els
vicis!

La tenebra,
la malenconia...”



Jesús Abandonat el puc abraçar en cada
qualitat del SER (Mapa de la Consciència):

“És el coratge, és la Fe, l'Amor, la Vida,
la Llum, la Pau, el Gaudi, la Unitat,
la Saviesa, l'Esperit Sant
(Jesús i l'Esperit Sant sempre són un)
(Cf. 2 Cor 3, 17)



“Per tant, si abracem Jesús Abandonat, tenim l'Esperit Sant;
és la Mare, el Pare, el Germà, l'Espòs, el Tot, l'afecta, l'afecte,
el disbarat, la son, la vigília, etc., etc”.



Jesús Abandonat és la síntesi de totes les dualitats:



“És totes les coses més oposades: principi i fi: l’infinitament gran i petit... I s’observa que no és mai igual”.

(Chiara Lubich. Gessù Abbandonato. Città Nuova Editrice, 2016, p. 55, 56).

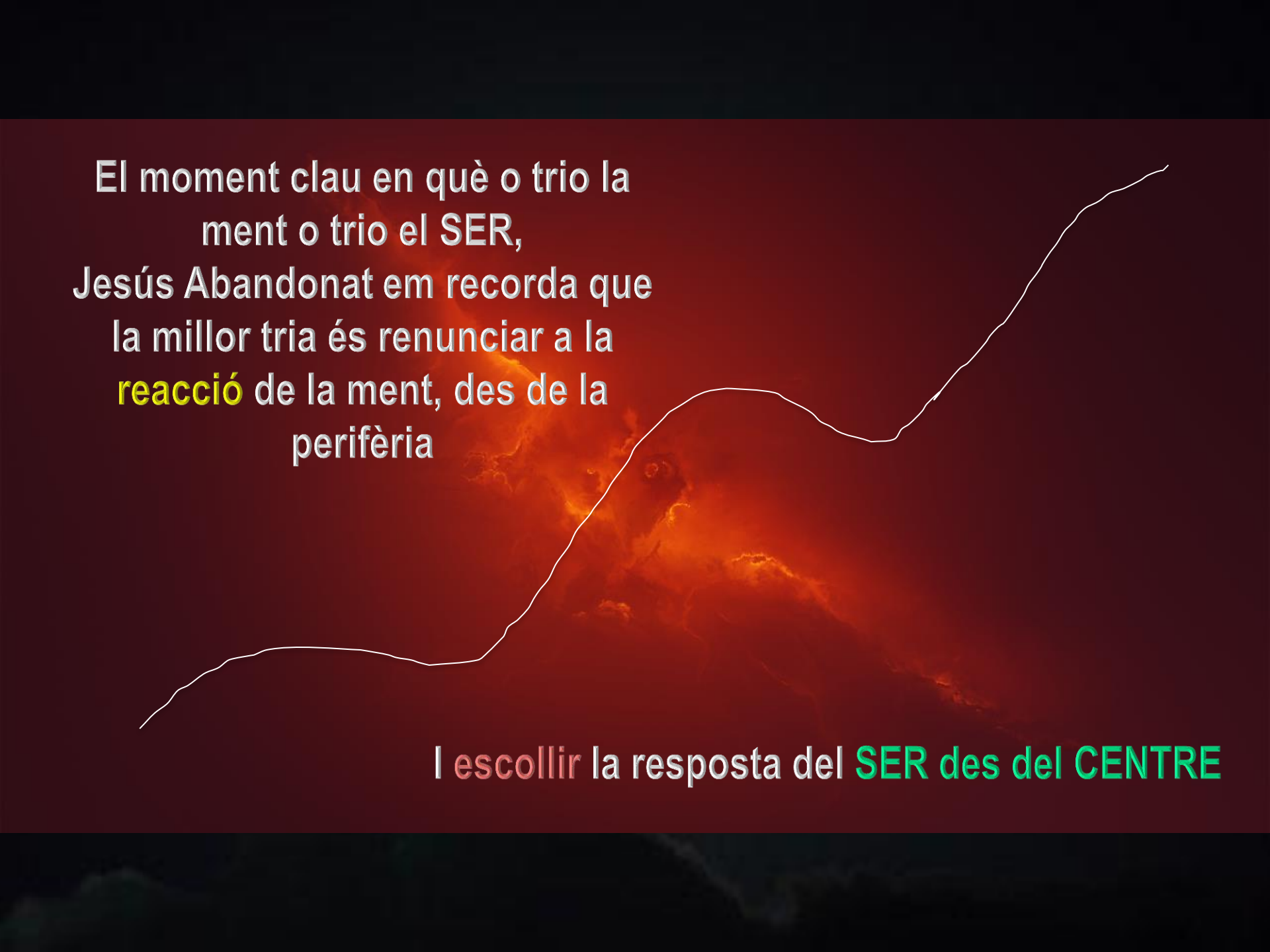
Qui sóc jo?



Amb la ment no ho sabré mai.



La ment no em portarà mai al meu CENTRE.



El moment clau en què o triu la
ment o trio el SER,
Jesús Abandonat em recorda que
la millor tria és renunciar a la
reacció de la ment, des de la
perifèria

I **escollir** la resposta del **SER des del CENTRE**

Quan renuncio reaccionar com ho he fet sempre,
descobreixo el meu CENTRE i en ell...



La
PRESENÇA
DIVINA

... que és “increïblement suau, tendra, amorosa, esponjosa,

però paradoxal i simultàniament dura com una roca, immutable,
totpoderosa, amb una cohesió infinita que manté unida
‘tota la realitat’ com un univers en perpètua Creació”.

DR. HAWKINS



Gràcies Gràcies Gràcies



CENTRE DE PSICOLOGIA i FISIOTERÀPIA

GESTALT-FIS ♦ FAMÍLIA i SALUT



www.familiaysalud.net



Centro de psicología y fisioterapia Gestalt-FIS



[gestalt_fis](https://www.instagram.com/gestalt_fis)



[@GestaltFIS](https://twitter.com/GestaltFIS)

Carrer Aragó, 218, Principal, 08011 - Barcelona
933013953 - 650778979