



COMENTARIOS A
EL MENSAJE DE SILO

Notas sobre La Mirada Interna

COMMENTARIES ON
SILO'S MESSAGE

Notes on The Inner Look

RAFAEL EDWARDS

Título/Title: COMENTARIOS A EL MENSAJE DE SILO / COMMENTARIES TO SILO'S MESSAGE

Diseño Portada / Cover design: Rafael Edwards

Diagramación / Layout: Laura Feldguer

Ilustraciones / Illustrations: Rafael Edwards

Traducción / Translation: Daniel Zuckerbrot, Roberto Verdecchia, Fernando Aranguiz

COMENTARIOS A
EL MENSAJE DE SILO

Notas sobre La Mirada Interna

COMMENTARIES ON
SILO'S MESSAGE

Notes on The Inner Look

RAFAEL EDWARDS

PROLOGO

Cuando recibí el escrito de Rafael para revisar el idioma y ver una posible traducción al Inglés, en menos de cinco minutos de lectura me olvidé completamente de mi intención y me encontré sumido en las descripciones y en su experiencia con el libro de La Mirada Interna hasta el punto en que tuve la sensación de que el tiempo había desaparecido.

Nunca antes tuve esta experiencia y creo que es significativa no necesariamente porque me sucedió a mí, sino mas bien porque tuve la intuición de que eran verdades comunes a todos los seres humanos que emprenden o han emprendido un viaje a nuestra interioridad.

Esto que relato tiene poco que ver con lo que se llama en general “prólogo” pero como es necesario tener un prologo, aqui va este testimonio a modo de introducción que solo tiene el interés de expresar subjetivamente mi comprensión e interés en este escrito.

Las verdades internas casi siempre han

FOREWORD

When I received Rafael's commentary I set out to check over the language and see about a possible translation into English. After reading for less than five minutes I forgot completely about my intentions and instead found myself immersed in the descriptions of, and in his experience with The Inner Look to the point where I had the feeling that time had vanished.

I have never had an experience like this before and I think it is significant, not necessarily because it happened to me, but rather because I had the intuition that these were truths common to all human beings who undertake, or have undertaken, a journey into our interiority.

This writing has little to do with what is generally called a “prologue” but as it has been deemed necessary to have a prologue, here is my testimony as an introduction whose sole interest is expressing my subjective understanding of, and interest in, his production.

sido clasificadas como subjetivas y esta bien así. Por lo general son. Pero de vez en cuando estas “verdades” son experimentadas por otros y dejan de ser subjetivas y aparecen como “comunes”, en el sentido de “comunidad” o “comunión” (común unión). No hay muchas descripciones de estas experiencias y obviamente considerarlas como “objetivas” es una desproporción, pero verlas como accesibles por otros, es probablemente más interesante y nos permite un intercambio a otro nivel. Nos permite un acercamiento entre nosotros y entre otros al percibir que estas experiencias tienen una raíz universal.

Cuando leí los sueños de Rafael no pude creer que hasta en eso hubiera coincidencias. Uno siempre cree que sus sueños son únicos y especiales. E incluso, con aquellos más extraordinarios, siempre está en el trasfondo esa creencia de que son individualmente únicos. Y de repente al leer la descripción del sueño en que volaba, vi que era exactamente igual a mi sueño cuando yo volaba. No solo la experiencia, sino también la descripción

Internal truths have almost always been classified as subjective and that's fine. They are usually. But from time to time these “truths” are experienced by others and cease to be subjective and appear as “common”, in the sense of “community” or “communion” (common union). There are not many descriptions of such experiences and obviously it is disproportionate to consider them as “objective”. However, seeing them as accessible by others is in any case probably more interesting and allows us to have an exchange at another level. Perceiving that these experiences have a universal root allows us to draw closer to others.

When I read Rafael's dreams I could not believe that there were coincidences even there. You always believe that your dreams are unique and special, and how much easier is it to believe the more extraordinary ones. And suddenly when I read the description of the dream in which he was flying, I saw that it was exactly the same as my dream of flying. Not only the experience, but also the description of the phenomenon and the description of the

del fenómeno y la descripción del registro del fenómeno.

Lo mismo sucedió con un par de experiencias relatadas en conexión con la sospecha del sentido, que dicho sea de paso, es uno de los capítulos de La Mirada interna de Silo. Especialmente la experiencia en donde ambos tuvimos esa extraordinaria percepción de que “los otros” eran personas llenas de vida y que todo eso que los constituía era también perceptible como si estuviéramos leyendo un libro de sus vidas. En vez de letras eran simples percepciones de los rasgos más esenciales que tenemos en común con la humanidad entera. Una experiencia conmovedora y sin lugar a dudas, fuerte y profunda.

Aparte del enorme gusto de constatar que estas experiencias son de una naturaleza distinta que nos pone en contacto con lo sagrado, con lo profundo; también ha sido importante absorber el lenguaje sencillo y directo que Rafael expresa en esta contribución. Es notable como va paso a paso develando pequeñas y también

register of the phenomenon.

The same thing happened with a couple of experiences related in connection with the intimation of meaning, which, incidentally, is the name of one of the chapters of Silo's Inner Look. This was especially so of the experience we both had of that extraordinary perception that “the others” were full of life and that all that constituted them was also perceptible, as if we were reading a book of their lives. A book not composed of letters and words but direct perceptions of the most essential features we have in common with the whole of humanity. A moving, and undoubtedly strong and profound experience.

Apart from the great pleasure of seeing these experiences as being of a different nature which puts us in contact with the sacred, with the profound, it has also been important to absorb the simple and direct language through which Rafael expresses himself in this commentary. It is remarkable how he proceeds step by step, unveiling small and also great comprehensions about who we are, where we are going, and how to go clearing



grandes comprensiones sobre quienes somos, adonde vamos y cómo ir despejando nuestro camino no solo por la comprensión sino también por la intuición y la humildad de ver nuestras dificultades en esta aventura como posibilidades de trabajo.

Las reflexiones sobre Los Principios, Los estados internos y La guía del camino interno siguen esa línea intuitiva que cotejada con la propia experiencia lleva un sabor de comprensión evolutiva que es tan importante en estos momentos de cambios sociales enormes y de inestabilidad social generalizada porque al final de cuentas, lo más importante es la superación del sufrimiento personal y social. En este escrito, ese esfuerzo es indiscutible y agradezco a Rafael la oportunidad de expresar mis sentimientos en esta breve introducción

Fernando Aranguiz
Portland, Oregon
Abril, 2018

our path – a process that relies on insight and the humility to see our difficulties as opportunities to grow internally,

The reflections on The Principles, The Internal States and The Guide to the Inner Road follow an intuitive line that when compared with one's own experience takes on the flavor of that evolutionary understanding which is so important in these moments of enormous social change and generalized social instability. In the end, the most important thing is the overcoming of personal and social suffering. In this writing, that effort is indisputable and I thank Rafael for the opportunity to express my feelings in this brief introduction.

Fernando Aranguiz
Portland, Oregon
April 2018

Acerca de La Mirada Interna

La Mirada Interna fue escrita y publicada por Silo por primera vez en 1972. Actualmente, es publicada como una de tres partes de “El Mensaje de Silo”. Las otras dos partes son “La Experiencia” y “El Camino”. Si bien mi experiencia abarca las tres partes, esta exposición está hecha en torno a “La Mirada Interna”. Estas notas son una recopilación de experiencias y reflexiones en torno al libro.

Hace unos meses las publiqué en la web del Mensaje de Silo a fin de compartir estas reflexiones con personas que están en este mismo camino¹. Cuando los editores de León Alado me propusieron publicar estas notas como libro y distribuirlo ampliamente en librerías, mi reacción fue ambigua al comienzo. Una publicación “entre amigos” significaba llegar a personas ya familiarizadas con el libro, y esta publicación sería una apertura a un diálogo e intercambio sobre experiencias similares. Una publicación en librerías significa tener que explicar de antemano que, siendo éste un comentario

1- www.elmensajedesilo.net

About The Inner Look

The Inner Look was written by Silo in 1972 and published for the first time that same year. Currently, it is also published as one of the three parts of *The Book of Silo's Message*. The other two parts are The Experience and The Path. Although I have experience with all three parts, this text is limited to *The Inner Look*. These notes draw on my experiences with, and reflections on the book.

A few months ago I published these reflections on the Silo's Message website in order to share them with people who are on this same path as me¹. I had mixed feelings when the editors of Leon Alado first approached me about publishing these notes as a book to be distributed through bookstores. A publication “among friends” meant reaching people already familiar with the book, an opening of a dialogue and exchange about our shared experiences. Making it available through bookstores means having to explain in advance that, since this is a commentary on another book, it assumes

1- www.silosmessage.net

a un libro, necesitaría que el lector esté medianamente familiarizado y haya leído al menos una vez el libro comentado, lo que complica las cosas en cuanto a publicación. Pero también una publicación abierta da la oportunidad a que este diálogo se amplíe aún mucho más. Este libro me ha ayudado a encontrar un sentido profundo en mi vida y compartir esta experiencia puede también ayudar a otros a iniciar este camino de búsqueda.

Si vas a leer estas notas, y aún no has hojeado o leído “La Mirada Interna”, te recomiendo que lo hagas. El libro está inscrito dentro de otro libro llamado “El Mensaje de Silo” que puedes obtener sin costo al bajarlo de www.silo.net.

La Mirada Interna es para mí una invitación a meditar en profundidad sobre quién soy y hacia dónde voy. Estas notas están basadas en mi experiencia personal con este libro.

No hay un ordenamiento riguroso en el texto: a veces sigo el orden de los capítulos de la Mirada Interna y a veces reúno varios capítulos en torno a “temas”.

Las ilustraciones han sido hechas a lo largo

that the reader is moderately familiar with, or at least has read through, the book in question. All that of course complicates things as far as publication is concerned. On the other hand, aiming at a wider audience provides an opportunity for this dialogue to be extended even further. This book has helped me to find a deep meaning in my life and I hope that sharing these experiences might help others to begin this path of searching.

If you are reading these notes, and you have not yet browsed through, or better yet, read *The Inner Look*, I recommend that you do that first. As mentioned, that book can be found as part of another book, *Silo's Message*, that you can download at no charge from www.silo.net.

For me, *The Inner Look* is an invitation to meditate deeply on who I am, and where I am going. These notes are based on my personal experience with this book.

My text does not follow a rigorous order: sometimes I follow the order of the chapters of *The Inner Look*; other times I group several chapters thematically. Over the years I made

de años, representan los temas tratados y han sido incluidas aquí como una forma complementaria de expresar estas experiencias y reflexiones. Los textos en cursiva corresponden a citas textuales del libro.

Si tuviera que responder la típica pregunta: “...si estás solo en una isla desierta y puedes tener un solo libro”... Bueno, sin duda sería “La mirada Interna”. Este libro ha crecido en mí con los años, transformándose en un mapa de mi mundo interno, una guía para superar el sufrimiento y encontrar el sentido de la vida.

Cada vez que vuelvo a leer un capítulo o párrafo, comprendo algo nuevo, con mayor profundidad, con un nuevo significado, o como si lo hubiera leído por primera vez. Y así, con los años he ido acumulando notas sobre el libro. Estos “comentarios” son un intento de ordenar esas notas, rescatando lo que para mí ha sido más significativo, y también para poder compartir la experiencia con personas que estén en esta misma búsqueda, en un posible intercambio que nos beneficie a todos.

the illustrations. They represent the topics covered and have been included here as a complementary way of expressing these experiences and reflections. The texts in italics correspond to textual citations of the book.

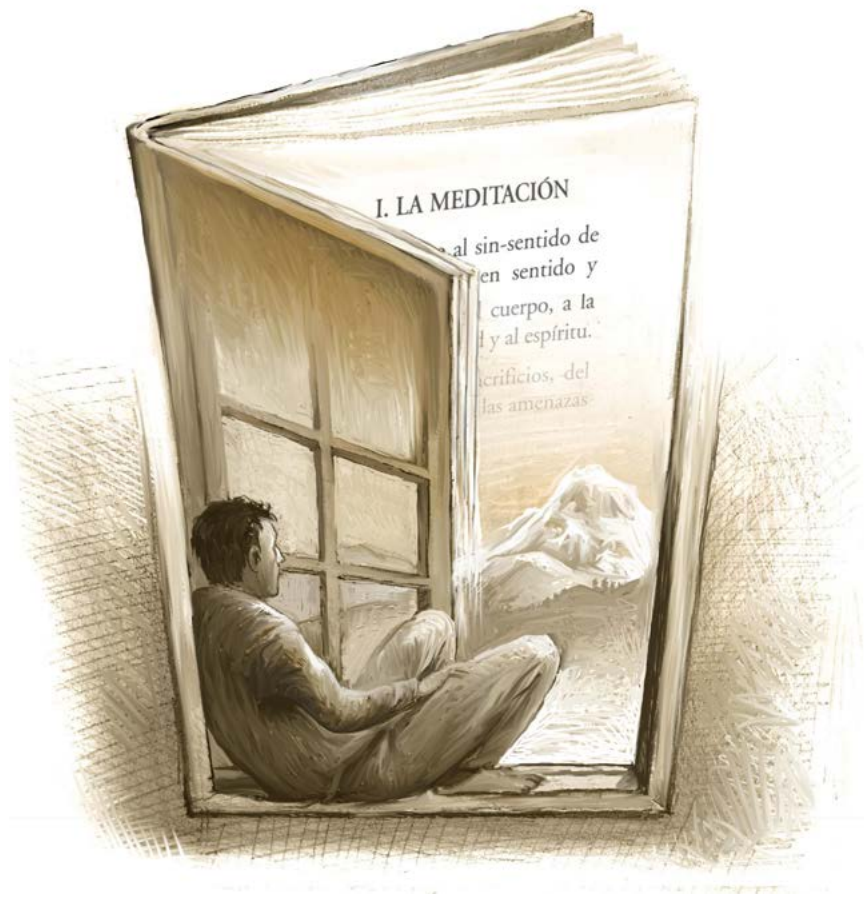
If I had to answer the classical question: “If you were alone on a desert island and you could only have only one book...” Well, without a doubt it would be *The Inner Look*. Over the years, this book has grown for me until becoming a map of my inner world, a guide to overcome suffering and to finding the meaning in life.

Every time I reread a chapter or paragraph, I understand something new, or in greater depth, with a new meaning, or as if I had read it for the first time. And so, over the years I have been accumulating notes about the book. These “comments” are an attempt to sort through those notes, in order to recapture what has been most significant to me, and also to share those experiences with people on this same search, in what I hope will be a mutually beneficial exchange.

No pretendo aquí sacar conclusiones, sino más bien relacionar experiencias y profundizar en ellas, en un camino de meditación que me lleva del sinsentido al sentido de la vida. Así, tampoco pretendo dar respuestas a ninguna pregunta, y en el mejor de los casos aspiro a ayudar a que se profundicen las preguntas. Mi interés, si tuviera que sintetizarlo de algún modo, es “aprender sin límites”, es decir, siempre después de una respuesta debe aparecer una nueva pregunta.

Finalmente, este estudio está encuadrado en el espíritu de la “libre interpretación” propuesto por Silo al referirse a su Mensaje.

I do not intend to draw conclusions here, but rather to relate experiences and deepen them, in a path of meditation that leads me from non-meaning to the meaning of life. I do not intend to give answers to any question; at best, I hope to help deepen the questions. My interest, if I had to synthesize it might be stated as to “learn without limits.” That is, always after a response, a new question must appear. Finally, this study is framed in the spirit of “free interpretation” proposed by Silo when referring to his Message.



LA MEDITACIÓN

- *Aquí se cuenta cómo al sin-sentido de la vida se lo convierte en sentido y plenitud.*

Las primeras veces que escuché o leí esta frase, no sospechaba la profundidad que acarrea. Por un lado, mi cabeza decía: esto es una quimera, pero mi corazón intuitivamente lo sintió como una promesa. Quizá en ese momento aún me encontraba tan inmerso en un lugar donde los parámetros son “lo bueno y lo malo”, o “lo correcto y lo incorrecto”, que el mismo concepto de sentido estaba incluido en ese encuadre.

Al pasar el tiempo, re leyendo y meditando con el libro, fui descubriendo en mí una nueva forma de “mirar” y esta nueva mirada me fue abriendo un futuro diferente al que había imaginado: más amplio, con más posibilidades. *“Aquí se cuenta”*... no se está hablando de una propuesta o una hipótesis. Silo simplemente comparte conmigo su verdad, y a la vez me deja en absoluta libertad frente a ella. Al decirlo así, me ayuda también a ubicarme en la única posible actitud para seguir adelante, que es la de escuchar el relato

THE MEDITATION

“Here it tells how the non-meaning of life is converted into meaning and fulfillment.”

The first few times I read, or heard, this sentence, I did not suspect the depths it encompasses. On the one hand, my head said: this is a chimera, but my heart intuitively felt it was a promise. Perhaps at that time I was still so immersed in a place where the parameters were “the good and the bad”, or “the right and the wrong”, that even the concept of meaning was included in that framework.

Over time, reading and meditating on the book, I discovered in myself a new way of “looking” and this new look opened a different future to the one I had imagined: broader, with more possibilities. *“Here it tells”*... there is no talk about a proposal or a hypothesis. Silo simply shares with me his truth, and at the same time leaves me in absolute freedom in front of it. By putting it this way, he also helps me to locate myself in the only possible attitude that allows me to move forward, that is to listen to the story

con atención. Me llama la atención la palabra “plenitud”.

- Aquí hay alegría, amor al cuerpo, a la naturaleza, a la humanidad y al espíritu.

Sigo de pie frente al umbral. No sé exactamente lo que hay del otro lado, pero lo puedo intuir. Siento que se me está invitando a entrar; que se habla de un amor universal, y esto me resuena profunda e íntimamente. Pero también el amor es un término difícil para mí porque lo he creído entender y sentir de muchos modos diferentes, hasta opuestos entre sí..... entonces no me apuro en comprender qué se dice con la palabra “amor”: intento mantener mis ojos y mi corazón abiertos.

- Aquí se reniega de los sacrificios, del sentimiento de culpa y de las amenazas de ultratumba.

Reconozco esto en mí. Creo saber de qué se está hablando. Reconozco desde mi infancia cómo el temor y la culpa han ido actuando en mí, moviéndome, ahuyentándome, con sus largas sombras oscureciendo mi camino.

with attention. The word “fulfillment” catches my attention.

“Here are joy, love of the body, of nature, of humanity and of the spirit.”

I’m still standing in front of the threshold. I do not know exactly what’s on the other side, but I can guess. I feel that I am being invited to enter, that there is talk of a universal love, and this resonates deeply and intimately with me. But also love is a difficult term for me because I have understood it and felt it in many different ways – some even opposed to each other. So I do not hurry to understand what is meant here by the word “love”: I try to keep both my eyes and my heart open.

“Here sacrifices, feelings of guilt and threats from beyond the grave are rejected.”

This phrase speaks to me. I think I know what is being said here. I recognize how, even in my childhood, fear and guilt were acting on me, moving me, pursuing me, their long shadows darkening my path. Likewise, I recognize that threats from beyond the grave, linked to a concept of good and evil, were in those years

Asimismo, reconozco que las amenazas de ultratumba, ligadas a un concepto del bien y el mal, fueron en su momento el caldo de cultivo de mi vida existencial. En mi infancia, la muerte significaba el último y más horroroso castigo. Renegar de todo esto me golpeó como una gran osadía, llena de resolución y claridad, un acto que lo va limpiando todo y me muestra la necesidad de comenzar un nuevo camino. De todos modos reconozco que no basta con una simple decisión o comprensión de esto, ya que tales creencias, formadas en mi infancia, por muy absurdas que hoy me parezcan, están profundamente arraigadas en mi interior y siguen actuando residualmente en mi vida presente, generando sufrimiento y contradicción. La afirmación de esta frase me produce un inesperado alivio, una esperanza, es una invitación que vale la pena.

- Aquí no se opone lo terreno a lo eterno.

Nuevamente, acá me sorprende, presiento que estoy ante una verdad muy profunda que puedo a veces intuir pero no alcanzo a comprender. Al meditar sobre esto, percibo

the breeding ground that shaped my life. In my childhood, death meant the final and most horrific punishment. To reject of all this struck me as great boldness, full of resolution and clarity, an act that swept everything clean and showed me the need to find a new path. Anyway, I recognize that a simple decision or understanding of this is not enough, since such beliefs, formed in my childhood, however absurd they may seem to me today, are deeply rooted within me and continue to act residually in my present life, generating suffering and contradiction. The affirmation of this phrase brings me unexpected hope and relief and is a welcome of great value.

“Here the worldly is not opposed to the eternal.”

Again, here I am surprised. I feel that I am facing a very deep truth that, although I can sometimes grasp it intuitively, I can not understand. In meditating on this, I perceive that the worldly and the eternal are not separated but bound together in my existence. Putting my mind and my heart into this thought comforts me and makes me feel a gentle joy. Something tells me that

que lo terreno y lo eterno no están apartados sino ligados en mi existencia. Poner mi mente y mi corazón en este pensamiento me reconforta y me hace sentir una suave alegría. Algo me dice que esta “aparente contradicción” no lo es en realidad. Acá de nuevo me veo reflexionando sobre las creencias en las que me he formado, una visión del mundo fragmentada, contradictoria.

- Aquí se habla de la revelación interior a la que llega todo aquel que cuidadosamente medita en humilde búsqueda.

Aquí me encuentro con una proposición, un camino y un destino, que aplica a todos quienes la sigamos. Entonces comienzo a preguntarme qué significa una humilde búsqueda. Me doy cuenta que si bien este libro me llama a intuir más que entender, en este camino cada palabra y frase también tienen un significado preciso, y no necesariamente el mismo que conozco yo. Quizá se refiera a algo diferente a lo que yo entiendo por “humilde”, quizá haya que re-significar la palabra, para poder avanzar

this “apparent contradiction” is not really such. Here again I find myself reflecting on the beliefs in which I have been formed, a fragmented, contradictory world view.

“Here it tells of the inner revelation at which all arrive who carefully meditate in humble search.”

Here I find myself with a proposition, a path and a destiny that apply to all of us who follow it. Then I begin to wonder what is meant by humble search. I realize that even as this book calls me to use my intuition rather than my understanding, at the same time every word and phrase also have a precise meaning, and not necessarily the same as I know. Perhaps it refers to something different from what I understand by “humble”. Perhaps in order to advance in the direction being proposed it is necessary to give new meaning to the word. This first chapter at the beginning seemed full of words with “multivocal” meanings, that is to say words that can be understood in different ways, but then I understood that what seemed multivocal was, in fact, the product of my different moments and

en la dirección que se propone. Este primer capítulo al comienzo me pareció lleno de significados “multívocos”, es decir que se pueden comprender de diferentes modos, pero luego comprendí que lo multívoco era producido por mis diferentes momentos y los significados eran “unívocos”, precisos. Esta percepción vale para todos los demás capítulos.

Hasta aquí, al leer estos párrafos, una y otra vez y en diferentes momentos, siento que Silo me está describiendo un “lugar”, o un paisaje, donde los significados de las cosas son diferentes, donde la “mirada” es más amplia y profunda, distinta a mi forma de mirar.

Hay reglas de juego. Es un lugar donde meditar, y es una forma de mirar. Este capítulo aparte de ser una bienvenida, lo siento como un “trazado de cancha”. Intuyo también que esta mirada propuesta es la condición necesaria para poder comprender lo que viene más adelante.

the meanings were “univocal”, precise. This perception is valid for all the other chapters. So far, as I read these paragraphs, again and again and at different times, I feel that Silo is describing a “place”, or a landscape, where the meanings of things are different, where the “look” is wider and deeper, different from my way of looking.

There are rules to this game. It is a place to meditate, and it is a way of looking. This chapter, aside from being a welcome is, I feel, the “layout of the course” I also feel that the approach it proposes is the necessary condition to understand what comes later.

EL SIN-SENTIDO

“No hay sentido en la vida si todo termina con la muerte”.

Ya con las aclaraciones previas, comenzamos. Este es el punto de partida. Curiosa paradoja, que la muerte sea el comienzo, pero es así. Con el tiempo he llegado a convencerme que plantearse este trabajo de liberación de la mente y del espíritu, no puede ser desde otro lugar que desde la conciencia de la propia finitud. Sé que la superación del absurdo de la muerte es el componente central de mi búsqueda de sentido en la vida.

Pero llegar a ver esto, para mí fue difícil. Por una parte, el tema de la muerte para mí siempre había sido, desde muy temprano, un gran tabú.

Era algo que yo no podía aceptar, la idea de que iba a morir algún día. Toda mi vida había caminado “mirando hacia el lado”, haciéndole el quite a este destino inevitable y horrendo que tenía por delante, y al parecer todos alrededor mío hacían lo mismo. “No diga eso!”...era un tema sobre el que no se podía hablar, una especie de fobia, ...una

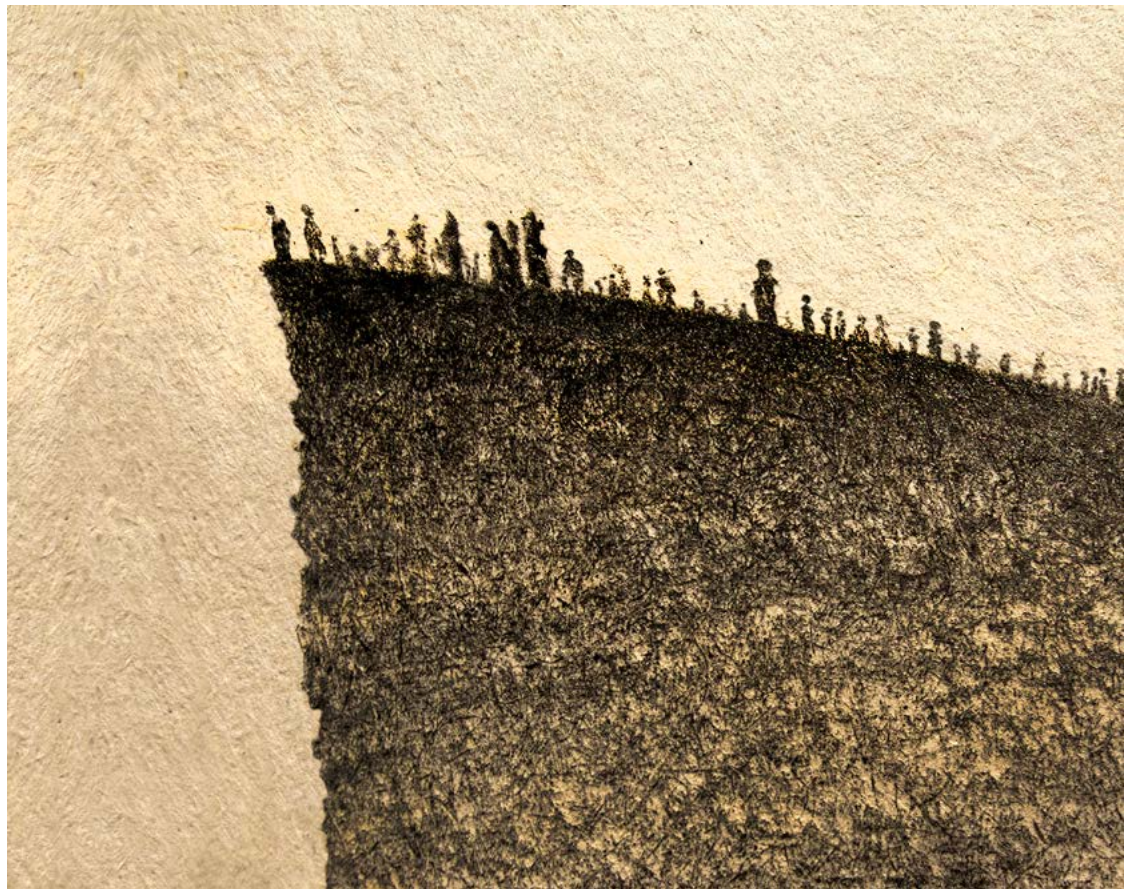
THE NON-MEANING

“There is no meaning in life if everything ends with death.”

With the previous clarifications out of the way, we begin. This is the starting point. Curious paradox, that death is the beginning, but so it is. Over time I have become convinced that, considering this is the work of liberation of mind and spirit, it can't begin from any other place than from the awareness of one's own finitude. I know that overcoming the absurdity of death is the center of my search for meaning in life.

But for me, coming to see this, was difficult. On the one hand, the subject of death had from very early on in my life been the great taboo.

The idea that I was going to die someday was something I simply could not accept. All my life I had walked “averting my gaze”, trying to ensure that this inevitable and horrendous fate that lay in wait would disappear, and apparently everyone around me did the same. “Do not say that!” It was a topic that could not be talked about, a kind of phobia... a “thantophobia.” All my life I had hidden from



“tanatofobia”. Toda mi vida me había ocultado de la muerte y ahora era necesario mirarla a la cara, ponerla en evidencia, re-significarla.

Los siguientes 12 párrafos me hablan de un paisaje que tiene a la muerte como término. Si todo termina con la muerte... en verdad nada justifica nada, todo queda en el mismo plano, el bien y el mal, la crueldad y la bondad, el heroísmo y la cobardía. Un mundo no transcendental es un mundo esencialmente plano y estanco donde en definitiva todo da lo mismo.

Y antes dice: *“Acá se cuenta cómo al sin sentido se lo convierte en sentido y plenitud.”* Es que para convertir el sin sentido en sentido tengo que modificar la creencia en la muerte como fin de la vida? Me respondo que sí. Reconozco en mi interior esta verdad, hay algo en mí que busca la trascendencia, algo en mí que muy profundamente busca ir “más allá”, abarcar “otros espacios y tiempos”, y no puede aceptar la limitación ni la exclusión de estos.

Haciendo un salto de voltereta hacia la última parte de “El Mensaje de Silo”, me encuentro

death and now it becomes necessary to look her in the face, make her evident, give new meaning to death.

The following 12 paragraphs speak to me of a landscape that has death as its conclusion. If everything ends with death... in truth nothing justifies anything, everything remains on the same level: good and evil, cruelty and kindness, heroism and cowardice. A non-transcendental world is an essentially flat and stagnant world where, in short, everything is the same.

Earlier on he says: *“Here it tells how the non-meaning of life can be converted into meaning and fulfillment.”* Is it that in order to convert the meaningless into the meaningful I have to modify this belief in death as the end of life? I answer, yes! I recognize this truth within myself, there is something in me that seeks transcendence, something very deep in me that seeks to go “beyond,” to encompass “other spaces and times,” and I cannot accept the limitation or exclusion of these possibilities.

Somersaulting towards the last part of “Silo’s Message,” I find myself in front of the

ante la penúltima frase de “El Camino” comentada por Silo (Comentarios al Mensaje): *“No imagines que estás solo en tu pueblo, en tu ciudad, en la Tierra y en los infinitos mundos”.*

Comentario: *Esta “soledad” es una experiencia que sufrimos como “abandono” de otras intenciones y, en definitiva, como “abandono” del futuro.*²

Más adelante comenta: *“La posición opuesta parte de la propia intención y se extiende fuera del tiempo y el espacio en que transcurre nuestra percepción y nuestra memoria”.*³

Trato de cotejar estas afirmaciones con mi propia experiencia, con mi propia búsqueda y veo una clara coincidencia. Al preguntarme “quién soy, y adónde voy”... Al ir despejando desde lo más externo y circunstancial a lo más profundo, voy notando un elemento que se repite y es la necesidad cada vez más evidente de ir más allá de lo dado, de este plano de existencia, de “trascender”, aún sin saber exactamente en qué consiste esto

2- Comentarios de Silo al libro “El Mensaje de Silo”.
www.silo.net

3- Idem.

penultimate sentence of “The Path” (which forms the final part of the Book of Silo’s Message): *“Do not imagine that you are alone in your village, in your city, on the Earth, or among the infinite worlds”.*

Comment: *We experience this “loneliness” as being “abandoned” by other intentions and, ultimately, as being “abandoned” by the future.*²

Later in his comments, he says: *“The opposite position starts from our own intention and extends beyond the time and space that elapses for our perception and memory.”*³

I try to compare these affirmations with my own experience, with my own search, and I see a clear coincidence. For example, when asking myself, “who am I and where am I going?” As I go from what is most external and circumstantial to what is deepest, I notice an element that repeats itself and it is the increasingly evident need to go beyond the given, beyond this plane of existence – of “transcending,” even without knowing exactly

2- Silo’s Commentaries to the book “Silo’s Message”.
www.silo.net

3- Idem.

exactamente. Por el momento diré que es un anhelo que comienza a sentirse como “necesidad” y que es proyectar mi existencia consciente más allá del límite de tiempo y espacio que aparentemente se me ha impuesto.

También en el capítulo final se habla de “*los infinitos mundos*”, y esto cobra realidad cuando esos “infinitos mundos” tienen que ver conmigo, que los puedo conocer, habitar. Luego dice: “*no imagines que en tu muerte se eterniza tu soledad*”. Ahí se habla de tiempos infinitos, en que además no estoy solo o aislado, sino en contacto, en relación, en convivencia con algo mayor.

Cuando pienso en la muerte como fin de todo, o peor aún, como “no estar en el mundo”, experimento un gran desasosiego porque significa el no estar más en presencia de las cosas que me dan sentido, mis afectos, mis logros, mis sueños, mis proyectos. Imagino un lugar abismal, donde viviré para siempre en la soledad más absoluta. En verdad es la pérdida total del sentido, y cada vez que pienso así, trato de huir a un lugar “donde la muerte

what that means. For the moment I will say that it is a longing that begins to feel like a “necessity” to project my conscious existence beyond the limit of time and space that apparently has been imposed on me.

Also in the final chapter he speaks of “the infinite worlds”, and this becomes real when those “infinite worlds” have to do with me, with the fact that I can know them, inhabit them. Then he says: “*Do not imagine that in your death loneliness will become eternal*”. There is talk of infinite times, in which I am also not alone or isolated, but in contact, in relation, in coexistence with something greater.

When I think of death as the end of everything, or worse, as “not being in the world,” I experience a great uneasiness because it means not being in the presence of the things that give me meaning, my affections, my achievements, my dreams, my projects. I imagine an abysmal place, where I will live forever in the most absolute loneliness. In truth it is the total loss of meaning, and every time I think like that, I try to flee to a place “where death does not



no me encuentre”. Busco la distracción, una actividad o un plan, cualquier cosa que aleje estos pensamientos y me dé un sentido, que aunque provisorio, me reconforte ante el horror de la nada, de mi propia finitud. Y así, frente a la muerte voy desviando la mirada, un hábito, soy la avestruz que esconde su cabeza en la tierra, superponiendo refugios imaginarios frente a lo inevitable.

La muerte, vista así, desde una mirada particular, es sinónimo de soledad, una separación, un corte del flujo, de las relaciones, de toda conexión. Por el contrario, la vida es vinculante, es multiplicativa, es apertura. Por lo tanto, si sigo el modelo de la vida, estoy generando, abriendo, entregando. Es una dirección centrífuga, que irradia, que brota, y a la vez centrípeta ya que algo va creando un centro desde el que la vida continúa brotando. Al encerrarme, aislarme, volviendo sobre mí mismo estoy también entrando en un tipo de muerte.

Recorro mentalmente mi vida pasada, intento encontrar ahí un sentido, pero nada me convence. De qué sirvieron mis sueños,

find me.” I look for a distraction, an activity or a plan, anything that pushes these thoughts away and gives me a meaning that, although provisional, comforts me before the horror of nothingness, of my own finitude. And so, in the face of death I am looking away, it’s a habit; I am the ostrich that hides its head in the sand, constructing imaginary shelters against the inevitable.

Death, viewed in this way, from this particular perspective, is synonymous with loneliness, a separation, a break in the flow, with relationships and all connections. On the contrary, life is binding together, it is multiplicative, it is an opening. Therefore, if I follow the model of life, I am generating, opening, giving. It is a centrifugal direction that radiates, that sprouts, and at the same time centripetal, since something is creating a center from which life continues to sprout. By locking myself in, isolating myself, turning back on myself, I am also entering into a kind of death.

I mentally review my past, I try to find a meaning there, but nothing convinces me.

todo lo aprendido, todo lo construido, las causas que abracé, las amistades, los amores, las inspiraciones, lo compartido, lo amado, si todo eso finalmente se disuelve como una brisa en una tarde de verano?

Este tema cala tan hondo, que me queda claro que es el Gran Dilema, y la fuente de todo sufrimiento. Hay que partir por aquí.

En resumen, me pongo frente al hecho de la muerte, y no puedo aceptarla internamente como fin de las cosas. No puedo aceptar un hecho que niegue la correntada de la vida. Entonces, en contra de todas las creencias prevalentes, y del “sentido común”, me rebelo ante la muerte como fin de las cosas y de la vida. Esta rebelión implica hacerse cargo del tema, y una resolución profunda, implica una actitud diferente frente a la vida, una intención que se abre paso enfrente de toda dificultad que se presente.

Sólo me queda darme a mí mismo una clara recomendación: “Que mi búsqueda de la trascendencia no sea empujada por el temor sino succionada por la intuición de una realidad mayor”.

What was it all for: my dreams, everything I learned, everything I built, the causes I embraced, the friendships, loves, inspirations, what was shared and loved, if finally it all vanishes like a breeze on a summer afternoon?

This issue is so deep that it is clear to me that it is the Great Dilemma and the source of all suffering. This is undoubtedly the point of departure.

In short, I face the fact of death, and internally I cannot accept it as the end of things. I cannot accept a fact that denies the flow of life. Then, against all prevalent beliefs, and “common sense,” I rebel against death as the end of things and life. This rebellion implies taking charge of the issue, and my deep resolution implies a different attitude towards life, an intention that opens up in front of any difficulty that may arise.

I can only give myself a clear recommendation: “May my search for transcendence be not driven by fear but drawn forth by the intuition of a greater reality.”



LA DEPENDENCIA

“Soy variable y dependo de la acción del medio”.

Aquí se habla de una relación con un medio, tanto externo como interno. Según sea el medio, así soy yo. Este condiciona mis pensamientos, mis sentimientos y mis acciones. Si percibo al medio como hostil y violento, mis respuestas serán violentas. Si el medio es variable yo también lo soy. No soy yo quién decide qué voy a hacer, sino el medio, o bien mi percepción de él. De este modo todo va en circuito cerrado, no hay aperturas, no hay verdadero aprendizaje ni crecimiento. Aquí estoy, sumido en el hecho de la dependencia, en la ilusión de la independencia.

Al buscar las respuestas afuera de mí, es el medio el que decide por mí.

Esta situación dependiente puedo aceptarla, puedo negarla y también puedo reconocerla y modificarla en una búsqueda de sentido.

Nazco como ser humano en el momento en que me constituyo en el mundo, por lo

THE DEPENDENCE

“I am variable and I depend on the action of the environment.”

Here it speaks about a relationship with an environment, both external and internal. According to the environment, so I am. It conditions my thoughts, my feelings and my actions. If I perceive the environment as hostile and violent, my responses will be violent. If the environment varies, so do I. It is not me who decides what I am going to do, but rather the environment or my perception of it. In this way everything moves in a closed circuit, there are no openings, there is no true learning or growth. Here I am, immersed in the reality of dependence, in the illusion of independence.

When looking for the answers outside of myself, it is the environment that decides for me.

I can accept this situation of dependence, I can deny it, but I can also recognize it, and in my search for meaning, change it.

I am born as a human being at the moment

tanto el mundo, el entorno, la sociedad, la naturaleza y mi propio cuerpo “imponen” una restricción a mi libertad, pero también debo comprender que esta restricción es una condición de la cual puedo irme liberando paso a paso. Entonces no es una proposición cerrada, de absoluta aceptación, ni tampoco de rechazo. Hay una ventana abierta, de libertad, de opciones a tomar dentro de las aparentes limitaciones que el medio impone. Reconozco que la dependencia del medio no es absoluta porque, más allá de lo natural, encuentro en mí una intención capaz de producir acciones que trascienden las condiciones que me impone el medio, y la experiencia me enseña que esta intención y estas acciones que ella genera producen cambios en mi vida.

that I am constituted in the world. Therefore the world, the environment, society, nature and my own body “impose” a constraint on my freedom, but I must also understand that this constraint is a condition from which I can free myself step by step. So it is not a closed proposition, of absolute acceptance, nor of rejection. There is an open window, of freedom, of options to be taken within the apparent limitations that the environment imposes. I recognize that my dependence on the environment is not absolute because, beyond the natural, I find inside myself an intention capable of producing actions that transcend the conditions imposed by the environment, and I recognize from experience that this intention and these actions that it generates, produce changes in my life.

SOSPECHA DEL SENTIDO

A lo largo de mi vida, reconozco en mí un escepticismo de fondo, una falta de fe en cualquier cosa que no pueda percibir, entender o explicar. Reconozco que este trasfondo me limita a “ver para creer” y me cierra la posibilidad de otras realidades. Es cercano al sin-sentido, a la creencia en la muerte como fin de todo, a la sensación de estar atrapado en esta existencia, en este cuerpo, en este tiempo y espacio.

Pero a veces...en muy contadas ocasiones, inesperadamente y sin aparente relación entre ellas, irrumpen algunas experiencias que percibo como una realidad totalmente diferente; experiencias muy intensas y también breves y que a pesar de su brevedad han dejado su marca para toda la vida. Estas experiencias han logrado “trizar” ese bloque escéptico en mí y arrojar la duda, abrir otras posibilidades. Es gracias a estas experiencias que he podido colocarme en este camino, que he podido perseverar en una búsqueda de Sentido a través del Mensaje, y avanzar en mi propio proceso evolutivo. Si bien

INTIMATION OF MEANING

Throughout my life, I recognize in myself a deep skepticism, a lack of faith in anything that I can not perceive, understand or explain. I recognize that this background limits me to “see to believe” and closes to me the possibility of other realities. It is similar to the non-meaning, to the belief in death as the end of everything, to the feeling of being trapped in this existence, in this body, in this time and space.

But sometimes ... on very rare occasions, unexpectedly and without apparent relationship between them, there irrupt brief but very intense experiences that I perceive as coming from a totally different reality. And despite their brevity they have marked me for life. These experiences have managed to “smash” that skeptical block in me and, casting doubt, open other possibilities. It is thanks to these experiences that I have been able to place myself on this path, that I have been able to persevere in a search for meaning through the Message, and advance in my own evolutionary process. Although

estas experiencias no resuelven para mí las preguntas de fondo sobre la existencia y el sentido de la vida, ellas parecieran haber “levantado el piso” sobre el que estaba parado, a uno de mayor libertad, de posibilidades, de mayor amplitud, a la vez que me inspiran a buscar más allá de lo aparente.

Experiencias de sospecha del sentido

1: Voy en un autobús, por la ciudad. El recorrido es sinuoso y el paisaje urbano está emplazado en colinas que se van perdiendo en la distancia. Yo voy de pie, y de pronto mi atención está puesta en una señora que va sentada cerca mío. Noto que estoy “en sintonía” con ella, y de un modo muy especial: puedo saber exactamente lo que ella siente, lo que ella ve, como si de pronto me transportara y ocupara su cuerpo. Sorprendido por esto, miro hacia otro lado. A mi lado derecho hay un hombre alto, también de pie. Puedo sentir intensamente su vida, lo mismo que con la señora. Así, paseo mi mirada por varias personas y siento que con todas me puedo conectar de este modo

these experiences do not resolve for me the fundamental questions about the existence and meaning of life, they seem to have “raised the floor” on which I was standing, to one of greater freedom, of possibilities, of greater scope, and at the same time they inspire me to look beyond the apparent.

Experiences of intimation of meaning

1: I’m on a bus travelling through the city. The route is winding and the urban landscape is located between hills that are lost in the distance. I am standing up, and suddenly my attention is focused on a lady who sits near me. I notice that I am “in tune” with her, and in a very special way: I can know exactly what she feels, what she sees, as if she were suddenly transporting me and I were occupying her body. Surprised by this, I look away. On my right side there is a tall man, also standing. As with the woman, I can feel his life intensely. So, I look at several people and I feel that with all of them I can connect in this unusual way. Finally I look out, in the distance, I see buildings, I look at one of



insólito. Finalmente miro hacia fuera, a la distancia, veo edificios, me quedo mirando a uno de ellos, y siento que puedo experimentar la vida en el edificio, lo que ahí se siente. En este punto vuelvo sobre mí, maravillado y me digo: “he trascendido!” “he transmutado!”, y lo experimento como un logro insólito, o un regalo divino. Y justo en el momento en que me digo esto, el fenómeno se interrumpe y vuelvo a sentir todo del modo habitual. La sensación es de sorpresa, de asombro y a este punto, también de pérdida, de confusión y por otra parte una fuerte intuición de que “hay algo más” que lo que normalmente comprendo como real.

2: Voy conduciendo de noche en la ciudad. Llueve. Veo una camioneta a unos 20 metros de distancia que se estrella contra un poste y rebota hacia mí, fuera de control. El choque es inevitable. Al darme cuenta de esto, hay un momento de perplejidad y de pronto todo cambia. El tiempo se estira infinitamente, todo queda como en suspensión, y mi mente abarca muchos pensamientos simultáneamente. Pienso en

them, and I feel that I can experience life in the building, I can feel what is being felt in there. At this point I return to myself, amazed and I say to myself: “I have transcended!” “I have transmuted!” And I experience this as an extraordinary achievement or a divine gift. And just when I say this, the phenomenon is interrupted and I feel everything again in the usual way. I am surprised, astonished and at this point I also have sensations of loss, of confusion, and on the other hand a strong intuition that “there is something more” than what I normally understand as real.

2: I’m driving in the city at night. It’s raining. I see a truck about 20 meters away that crashes into a pole and rebounds towards me out of control. The impact is unavoidable. When I realize this, there is a moment of perplexity and suddenly everything changes. Time stretches infinitely, everything remains as if suspended, and my mind encompasses many thoughts simultaneously. I think of different ways I might respond. My thoughts focus on the details of the car’s construction, and the outcome of the impact in each case. I

diferentes opciones de respuesta, pienso muy selectivamente en detalles de la construcción del auto, cómo va a tomar el choque en cada caso, y decido de qué modo colocarlo para absorber mejor el impacto. Veo a mi pareja sentada a mi lado, compruebo que no lleva puesto el cinturón de seguridad, pero calculo que su impacto será contra el panel de instrumentos que es colapsable. Noto que tampoco yo llevo puesto mi cinturón. Puedo pensar en muchas cosas en estos pocos segundos, con mucho detalle; es como si una gran base de datos estuviera allí enfrente mío, a mi disposición, para poder decidir. Son pensamientos dirigidos a una situación particular, a la vez que veo mi propios procesos mentales. Es un estado de gran lucidez y serenidad interna. Todo se experimenta como ocurriendo con una gran lentitud. No siento temor, mis emociones están en neutro. El impacto finalmente me saca de este estado y “aterrizo” en mi vigilia habitual, el tiempo vuelve a transcurrir y voy dando respuestas a la situación.

3: Voy conduciendo por una carretera. De

decide the best way to minimize the outcome of the crash. I see my couple sitting next to me, I see that they are not wearing their seatbelt, but I estimate that the impact will be focused on the instrument panel, which is collapsible. I notice that I am not wearing my seat belt either. In these few seconds I'm able to think, in great detail, about many things. It's as if a large database was right there in front of me, at my disposal, informing my decisions. These are thoughts directed to a particular situation, while at the same time I see my own mental processes. It is a state of great lucidity and inner serenity. Everything is experienced as happening very slowly. I do not feel fear, my emotions are neutral. The impact finally takes me out of this and I “land” in my usual waking state, time is again flowing normally, and I am responding to the situation.

3: I'm driving on a highway. Suddenly I feel that I am not in my body, but in a different, more ample space. “I am looking” from a different point than usual; it is as if my look extends and displaces itself at the same time



pronto siento que no estoy en mi cuerpo, sino en un espacio diferente, más amplio que el cuerpo, y “miro” desde un punto diferente al habitual, es como si mi mirada se ampliara y se desplazara, y a la vez el espacio se profundizara. Tengo control de todas mis facultades, pero percibo todo desde una perspectiva diferente. Pienso por un momento que quizá deba detenerme, pero decido dejar que la cosa fluya y no hacer nada al respecto, excepto disminuir la velocidad, no por un tema de seguridad (que no está comprometida) sino para aflojar y dejar espacio para que la experiencia se desarrolle sin interferencias. Esto se mantiene por unos minutos y luego vuelve poco a poco la “normalidad”.

En estos y otros casos similares hay una clara sensación de “desplazamiento” de mi mirada, o de mi “yo” hacia fuera de los límites de lo “dado”, de los límites de mi cuerpo, y este sólo hecho pone en duda muchas creencias que están operando de trasfondo en mi vida todo el tiempo. Estas experiencias relativizan mi percepción habitual, que se experimenta, al

the space deepens. I have control of all my faculties, but I perceive everything from a different perspective. I think for a moment that maybe I should stop, but I decide to let things flow and do nothing about it, except slow down, not out of some concern about safety (I know there’s no danger) but rather to loosen up and to leave space for the experience to unfold without interference. This continues for a few minutes and then little by little “normality” returns.

In these and similar cases there is a clear sense of a “shift” in my way of looking, or of my “I” being “displaced” outside of the limits of the “given”, the limits of my body. This fact alone casts doubt on many beliefs that operate as a permanent background to my life. These experiences relativize my habitual perception, which is experienced, when I return to it, as narrow and limited, hinting very clearly that “another world is possible.” When returning to my normal state of vigil, I seek to integrate that perception, which in the moment had been experienced as certainty, and in doing that it is assimilated to my belief

volver, como estrecha y limitada, insinuando muy claramente que “otro mundo es posible”. Esa percepción, que en el momento se experimenta como certeza, al volver al estado normal de vigilia busco integrarla, y al hacer esto, la asimilo a mi sistema de creencias. Estas experiencias tienen la capacidad de modificar mi sistema de creencias, o al menos relativizar mi fe en esas creencias.

Incluyo en esto algunos sueños tenidos sobre todo en la adolescencia en que luego de varios intentos yo lograba quedar suspendido en el aire y volar. La sensación (cenestésica, corporal) es tan impactante que al terminar el sueño, continúa en el estado de vigilia, percibida como una experiencia real. La razón dice que fue sólo un sueño, pero, hay un registro físico que me dice que hay algo más.

“Buena cuenta me doy que, sin esas experiencias no podría haber salido del sin-sentido”... Esto es clave: se sale del sin-sentido por la experiencia, no por la lógica, no por construcciones argumentativas.

Estas experiencias tienen en común el hecho de ser “sorprendentes”, es decir que abren

system. These experiences have the ability to modify my belief system, or at least relativize my faith in those beliefs. I would include among them some dreams I had especially during adolescence in which, after several attempts, I managed to stay suspended in the air and fly. The sensation (cenesthetic, corporal) is so shocking that at the end of the dream, it continues in the waking state, and is perceived as having been a real experience. Common sense dictates that it was only a dream, but, there is a physical register that tells me that there is something else.

... *“It is clear to me that without these experiences I could not have emerged from the non-meaning...”* This is key: you get out of the non-meaning through experience, not through logic, not by argumentative constructions. These experiences have in common the fact of being “surprising,” that is to say, that they opened a window that for me had been closed or whose existence I had overlooked. They open new horizons within my inner world and when I return, they are recorded as “markers,” guiding

una ventana que para mí estaba cerrada o más aún, ignoraba su existencia. Ellas abren un nuevo horizonte al interior de mi mundo interno y al volver, quedan grabadas como “marcadores”, orientando el camino en la búsqueda de sentido.

Es aquí donde descubro el valor de la intuición, como el canal que me conecta con otro tipo de realidad. Anteriormente pensaba que esta realidad sólo podía validarse por vía del “entendimiento”.

the way in the search for meaning. This is where I discover the value of intuition, as the channel that connects me with another type of reality. Previously I thought that this reality could only be validated by means of “understanding.” Synthesizing, these types of experiences take me out of the state of uncertainty and place me in a state full of doubt and hope.

SUEÑO Y DESPERTAR

“No puedo tomar por real lo que veo en mis sueños, tampoco lo que veo en semisueño, tampoco lo que veo despierto pero ensoñando”.

Aquí me queda rebotando la palabra “real”. De qué realidad estamos hablando? Reflexionando sobre esto, una y otra vez, finalmente comprendo que es como ver una película: veo la escena, una hermosa mujer asomada a la ventana; afuera un paisaje campestre, de sol y vivos colores, una música suave lo invade todo, en una atmósfera de melancolía. Ahora voy hacia atrás, y comienzo a ver varias cámaras, trípodes y aparatos varios, un parlante que emite música, un grupo de personas asistiendo o dirigiendo la escena. El fondo de exterior es una pintura, la ventana una construcción montada sobre una estructura de madera.

“Puedo tomar por real lo que veo despierto y sin ensueño.”

Asimismo comienzo a comprender que lo que normalmente veo como “real” es una proyección de mi mente, de mis recuerdos y

DREAM, SLEEP AND AWAKENING

“I cannot take as real what I see in my dreams, nor what I see in semi-sleep, nor what I see when I am awake but in reverie.”

Here, the word “real” keeps rebounding in my head. What reality are we talking about? Reflecting on this, over and over, I finally understand that it is like seeing a film: I see the scene, a beautiful woman at the window; outside, a rural landscape full of bright sun and color, with soft music under it all, in an atmosphere of melancholy. And now I back up, and I begin to see various cameras, tripods and different devices, a speaker playing the music, a group of people assisting or directing the scene. The exterior background is a painting; the window, a construction mounted on a wooden structure. *“I can take as real what I see when I am awake and without reveries.”*

In this way I begin to understand that what I normally see as “real” is a projection of my mind, my memories and my desires. By “stepping back” I can see myself in my reverie,



mis deseos. Al “irme hacia atrás”, me veo a mí mismo ensoñando, y esto se me aparece como “real”, porque completa la escena. Además mi tono corporal, mi postura y mi sensación de mí mismo cambian, me siento más “vivo”.

Aquí es donde descubro el valor de la atención, no sólo a lo que hago o a lo que percibo, sino también a mí mismo en el proceso de hacer o percibir: una atención sobre mí mismo. Esta atención me abre infinitas posibilidades, pero es esquiva, pasajera, muy difícil de mantener. Me encuentro fluctuando entre el ensueño y el despertar. Comprendo que el despertar requiere de esfuerzo sostenido, y a la vez que no puedo “forzarlo”.

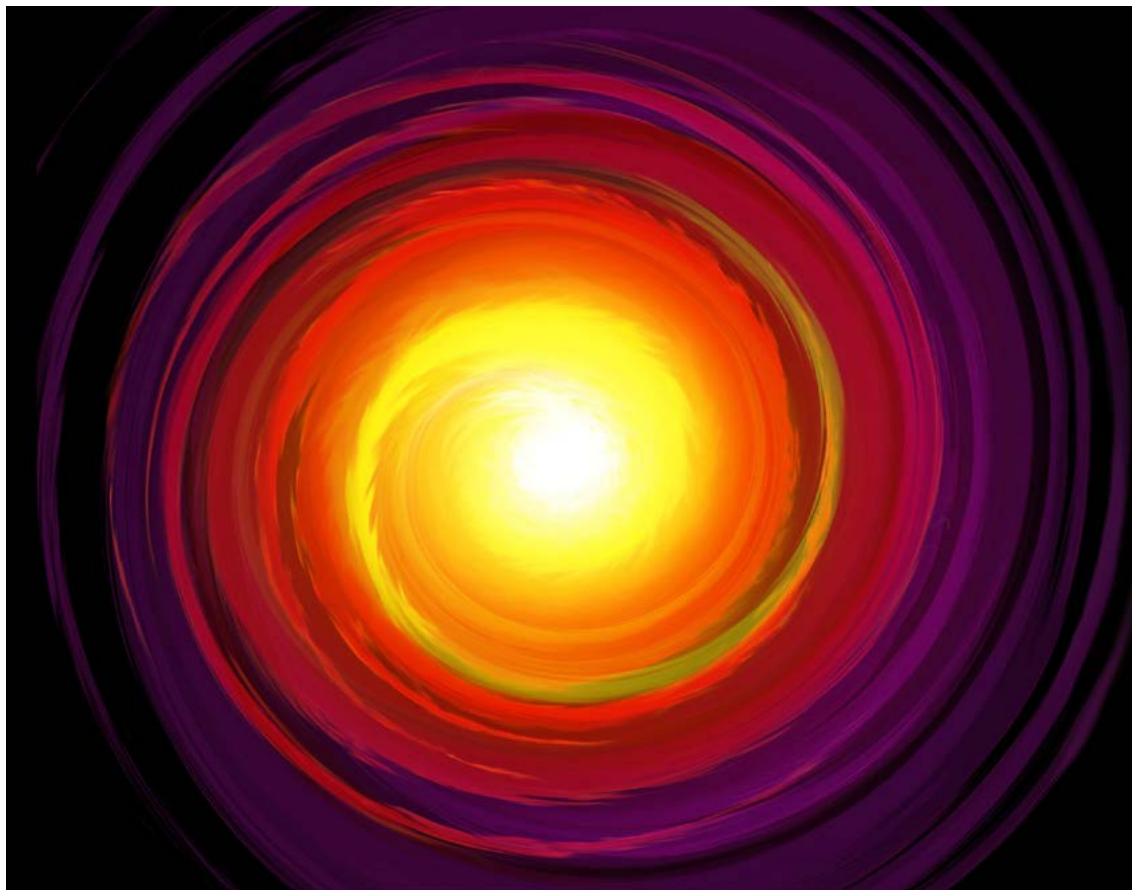
and this appears to me as “real,” because it completes the scene. Moreover, the tone of my body, my posture and the sensation of myself change, I feel more “alive.” It is here where I discover the value of attention, not only towards what I do or perceive, but also towards myself in the process of doing or perceiving: an attention on myself. This attention opens infinite possibilities for me, but it is elusive, fleeting, very difficult to maintain. I find that I fluctuate between reverie and awakening. I understand that awakening requires a sustained effort, and also that I can’t “force” it.

LA FUERZA

La primera vez que experimenté el contacto con la Fuerza, fue también la primera vez que seguí el procedimiento de la esfera (indicado en el cap. XV). En esa ocasión la intensidad fue tal, que no tenía ningún control sobre lo que estaba ocurriendo. Sentí una energización tan fuerte que no podía moverme, como si “algo” hubiera tomado control de mi cuerpo. Afortunadamente, en ese momento, un amigo se acercó y me sugirió ponerme en “conciencia de sí”, es decir atender a mi mismo a la vez que percibía todo lo demás. Esta era una práctica atencional con la que yo había estado trabajando por un tiempo, y si bien era una práctica difícil de mantener, en esta ocasión se produjo con total naturalidad. Inmediatamente experimenté un “salto” de nivel, como si me hubiera “catapultado” a una altura desde donde podía percibir todas las sensaciones que me llegaban por los sentidos con mucha intensidad, y a la vez podía registrar con absoluta nitidez los mecanismos de mi propia conciencia percibiendo, recordando, imaginando, y a

THE FORCE

The first time I experienced contact with the Force was also the first time that I followed the procedure with the sphere (as indicated in Chapter XV). On that occasion, it was so intense that I had no control over what was happening. I felt such a strong energization that I couldn't move, as if “something” had taken control of my body. Fortunately, in that moment, a friend approached and suggested that I put myself in “consciousness of self,” that is, that I attend to myself while at the same time perceiving everything else. This was an attentional practice that I had been working with for a while, and while it was a difficult practice to maintain, on this occasion it was produced totally naturally. I immediately experienced a “jump” in level, as if I had been “catapulted” to a height from where I could perceive all the sensations that were reaching me through my senses with great intensity, and at the same time I could register with absolute clarity the mechanisms of my own consciousness as it perceived, remembered, imagined. As well, I could



la vez percibía el movimiento y posición de mi cuerpo, mi estado emotivo, y todo lo que ocurría a mi alrededor, y todo esto sin ningún esfuerzo.

Fue un despertar, entrar en un lugar totalmente distinto, desde donde se podía ver todo con claridad. Este estado perduró, intermitentemente por alrededor de una semana. Desde entonces, el trabajo con la Fuerza ha estado apoyado por la certeza de esta experiencia. Ahora es mucho más suave, no hay desbordes energéticos, pero sé que puedo invocar la experiencia siguiendo los pasos descritos en el Libro o en las Ceremonias. Siento que en mí la Fuerza opera como un transformador. Al sentir su presencia cambia mi sensación de mí mismo, física y mentalmente y me pone en una nueva condición. También en numerosas ocasiones he sentido cómo la Fuerza cobra mayor presencia e intensidad en ceremonias y ocasiones en que somos varios o muchos participando de la experiencia. En ocasiones, en estas ceremonias la Fuerza ya está presente antes de comenzar.

perceive the movement and position of my body, my emotional state, and everything that was happening around me. And all of this without effort.

It was an awakening, an entrance into a totally unknown place from where everything could be seen with clarity. This state lasted intermittently for about a week. Since then, the work with the Force has been supported by the certainty of this experience. Now it is much softer; there are no overflows of energy, but I know that I can invoke the experience by following the steps described in the Book of Ceremonies. I feel that the Force operates within me like a transformer. When I feel its presence, the physical and mental sensation of myself changes, and it puts me in a new condition. On numerous occasions I have also felt how the Force takes on a greater presence and intensity in ceremonies and situations in which a number of people are participating in the experience. At times the Force is already present before the ceremony starts.

Dificultades en el trabajo con la Fuerza:

A pesar de haber estado en este trabajo por varias décadas, sólo en los años recientes he podido ir avanzando en una forma más fluída en el manejo de la Fuerza. En un comienzo yo ponía un enorme esfuerzo en sentir su presencia, y este forzamiento claramente bloqueaba la experiencia. Asimismo, el forzamiento por concentrarme en la esfera, producía una intensificación en mi “ruido” mental, imágenes que se sucedían cada vez más rápido.

Como en todo el trabajo evolutivo propuesto en La Mirada Interna, noto que en realidad las dificultades que aparecen no son de tipo técnico, sino de contextos, de co presencias. Comprendo que todo este trabajo lo debo abordar con suavidad, perseverancia y sobre todo humildad.

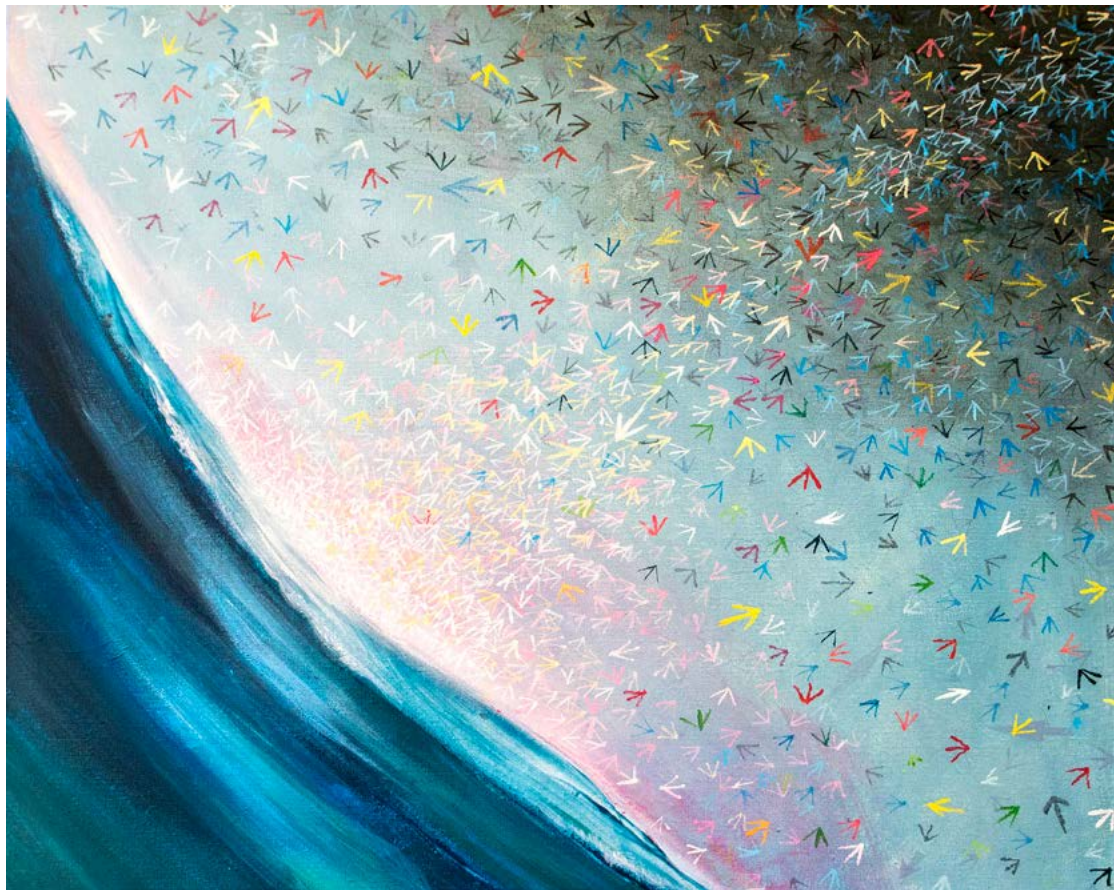
Esto lo fui descubriendo más por error que por acierto. “*Deja entonces que se produzca el pasaje*”. Comprendo que la dinámica no es poner todo el esfuerzo en el fenómeno sino crear condiciones favorables para que éste se exprese por sí mismo. Comienzo a descubrir

Difficulties in the work with the Force:

Despite having been in this work for a number of decades, it is only in recent years that I have been able to advance in managing the Force in a more fluid way. At the start, I put an enormous effort into feeling its presence, and my trying too hard was clearly blocking the experience. In the same way, forcing my concentration on the sphere produced an intensification of my mental “noise,” and the images that followed one another with increasing speed.

As with all the evolutionary work proposed in The Inner Look, I note that in reality the difficulties that appear are not of a technical kind, but rather of contexts, of copresences. I understand that I need to take on all of this work with with a gentle touch, perseverance, and above all, humility.

I discovered this more through error than success. “*Allow the passage to take place freely.*” I understand that the dynamic is not about putting all one’s effort into the phenomenon, but rather about producing favorable conditions for it to express itself on its own.



como opera la “fe”. Es decir, al “dejar” que ocurra, estoy poniendo fe en que algo puede ocurrir, algo que no lo estoy generando directamente yo sino que, por el contrario, es algo que se manifiesta gracias a que “suelto” mis expectativas.

En síntesis, comprendo que para este trabajo, no se trata tanto de “poner” contenidos sino más bien de “sacar”, de despejar. Al sacar expectativas, metas preconcebidas y demás, paradójicamente estoy poniendo “fe” en el trabajo, fe en dejar que la Fuerza sabe cómo operar, cómo manifestarse.

I begin to understand how “faith” works. That is, by “letting” it happen, I am having faith that something can happen, something that I am not producing directly myself but rather that, on the contrary, can manifest because I “let go” of my expectations.

In synthesis, I understand that this work is not so much about “putting in” contents but instead about “taking out”, clearing away. By taking away expectations, preconceived goals and so on, I am paradoxically putting “faith” in the work, faith in letting the Force know how to work, how to manifest.

EVIDENCIA DEL SENTIDO

“La real importancia de la vida despierta se me hizo patente.

La real importancia de destruir las contradicciones internas me convenció.

La real importancia de manejar la Fuerza, a fin de lograr unidad y continuidad me llenó de un alegre sentido”.

Desde hace ya mucho tiempo mi relación con el Mensaje y con la Mirada Interna ha ido bajando desde la cabeza al corazón. Me refiero a que en un comienzo yo intentaba entender todo como si se tratara de explicaciones.

Con el tiempo fui comprobando de que el libro “me entraba” por otro canal, aquel de la intuición, de la emoción, de la experiencia.

Este capítulo en particular, muchas veces lo leí, y me decía: “sí, a esto es lo que aspiro”, pero este pensamiento no se traducía en acción. Quizá no sentía esa necesidad profundamente, era más un dato que coincidía de algún modo con una aspiración. Hasta que un día me golpeó, me entró profundamente, como una gran coincidencia

EVIDENCE OF MEANING

“The real importance of an awakened life became evident to me.

The real importance of eliminating internal contradictions convinced me.

The real importance of mastering the Force in order to achieve unity and continuity filled me with joyful meaning.”

For a long time now my relation to the Message and to The Inner Look has been descending from my head to my heart. What I mean is that in the beginning I tried to understand everything as if it had to do with explanations. Over time, I began to realize that the book was “entering me” through another channel—the one of intuition, of emotion, of experience.

I read this chapter in particular many times, and would tell myself: “Yes, this is what I aspire to,” but the thought did not translate into action. Perhaps I didn’t feel this need in a profound way, it was more like just another fact that in some way coincided with an aspiration. Until one day it hit me, it entered



con lo que “realmente necesito” en la vida. Esto lo sentí como una certeza muy importante, que marcaba mi camino y mi destino. Cada frase pasó a ser un aforismo y a poco andar me di cuenta que juntas daban cuenta de un todo, un estado interno, una forma de estar que comenzaba no en tiempo futuro sino ahora, hoy, en este momento.

Así como con otros pasajes del libro, muy significativos para mí (p.ej. La Guía del camino interno), dejé de buscar explicaciones y comencé a aprender el texto de memoria, y repetirlo como una oración en mi interior. En momentos en que me sentía perdido, el repetir estas frases me conectaba con algo más profundo en mi interior, con una “humilde búsqueda” de sentido y me ayudaba a encontrar el silencio, a encontrar mi centro.

Entonces comencé, gracias a estas 3 frases, a poder formular y aclarar mi propósito de fondo al comienzo de cada día y esto me ayudaba a ir modificando cosas, reforzando otras y pasó a ser mi modo diario de trabajo personal.

me deeply, as something that coincided strongly with what “I truly need” in life. I felt this as a very important certainty that forged my path and destiny. Each phrase became an aphorism and in short time I realized that, together, they revealed a whole, an internal state, a way of being that started not in a future moment but rather now, today, in this moment.

Here as in other passages of the book that are very meaningful for me (e.g. The Guide to the Inner Road), I stopped looking for explanations and started to learn the text by heart, and to repeat it inside like a prayer. In moments in which I felt lost, repeating these sentences would connect me with something deeper within myself, with a “humble search” for meaning, and it would help me to find silence, and my center.

And so I began, thanks to these three sentences, to be able to formulate and clarify my deep purpose at the start of every day, and this helped me to change things and reinforce others, and it ended up becoming my daily form of personal work.



Principio de Acción Oportuna:

“No te opongas a una gran fuerza. Retrocede hasta que aquella se debilite, entonces avanza con resolución.”

The Principle of Well Timed Action

“Do not oppose a great force. Retreat until it weakens, then advance with resolution.”

LOS PRINCIPIOS

“No es indiferente lo que hagas con tu vida”.

Ahora, finalmente, llegamos a una pauta, a “lo que hay que hacer”. En un comienzo eran “frases útiles”, consejos de sentido común para mejorar la vida; más tarde una brújula que me orientaba en momentos de crisis personales y más adelante, una forma de vivir.

Inicialmente tomaba cada principio por separado, como una ayuda para comprender una situación difícil, en temas laborales, de relaciones, etc... Luego comencé a ver que los Principios no están aislados sino que están relacionados y a menudo aplicaba más de uno a la vez. Finalmente fui comprendiendo que todos ellos son una sola forma, desglosada en diferentes frases para que mi entendimiento limitado pudiera abarcarlos, que todos ellos van a lo mismo, a la superación de las contradicciones, a la liberación.

Descubrí, que si el primer capítulo del libro es una “puesta en escena”, los Principios son el libreto o pauta de esta obra.

Descubrí también, que mis intentos de

THE PRINCIPLES

“It is not indifferent what you do with your life.”

Now, finally, we get to a guide, to “what one must do.” In the beginning, these were “useful phrases,” common sense advice to improve one’s life; later they were a compass that oriented me in moments of personal crises. Still later, they became a way of life.

At first, I would take each principle separately, as an aid to understanding a difficult situation, in the themes of work or relationships, etc. Later, I began to see that the Principles are not isolated but instead related, and often I applied more than one at a time. Finally, I began to understand that they are all one whole, broken down into different sentences so that my limited understanding can fathom them; that they all go towards the same thing, towards the overcoming of contradictions, towards liberation.

I discovered that, if the first chapter of the book is the “staging,” the Principles are the libretto or guide of this work.

I also discovered that my intentions of

trabajar con los principios casi siempre se frustraban, y que abordándolos de manera frontal o como un deber, no lograba avanzar. Además, una cosa era comprender su importancia, y otra cosa era recordarlo en mi vida de todos los días.

Representación:

Para ayudarme en esto fui imaginando y dibujando historias que representaban para mí cada principio, y las fui poniendo en lugares visibles para que ellas actuaran cotidianamente como “recordatorio”. Entonces, así “de costado” iba grabando estas imágenes como un estímulo más en mis lugares habituales, en mi vida cotidiana. De pronto, ante una dificultad o una situación cualquiera, surgía automáticamente la imagen de un Principio, que actuaba en mí más rápida y eficazmente que la “idea” de éste. El Principio se me presentaba como una opción, una respuesta de más nivel que la habitual, y que como acción quedaba, junto a la imagen, grabada en mi memoria, incluso físicamente, en mi cuerpo.

working with the Principles were nearly always frustrated, and that, if I tackled them head-on or as a kind of duty, I could not advance. Moreover, one thing was to understand their importance and another thing was to recall them in my everyday life.

Representation:

To aid me in this I imagined and illustrated stories that represented each Principle and left them in places that I would notice so that they would act as “reminders” every day. And so, in this indirect way, I started recording these images as yet another stimulus in the usual haunts of my daily life. And then suddenly, when faced with a difficulty or any particular situation, the image of a Principle would arise automatically, and it acted within me more quickly and effectively than just the “idea” of it. The Principle would become present to me as a possibility, a response of a higher than normal level. And it remained as an action, recorded in my memory, and even physically in my body along with the image.

These allegories corresponded to situations



*Principio de Acción
Comprendida:*

*“Harás desaparecer
tus conflictos cuando
los entiendas en
su última raíz, no
cuando quieras
resolverlos.”*

*The Principle of
Comprehended
Action:*

*“You will make your
conflicts disappear
when you understand
them in their ultimate
roots, not when you
try to resolve them.”*

1 adaptación



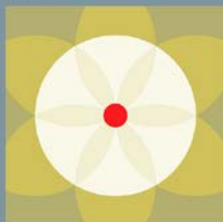
2 acción y reacción



3 acción oportuna



4 proporción



5 conformidad



6 placer



7 acción inmediata



8 acción comprendida



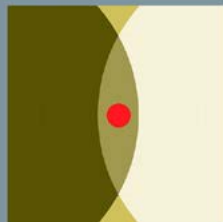
9 libertad



10 solidaridad



11 solidaridad



12 acumulación de las acciones



Estas alegorías correspondían a situaciones que yo podía reconocer. Al oponerme ante una gran fuerza, me acordaba del gato arriba del árbol esperando que se alejara la jauría de perros. Estas alegorías ayudaban a responder a situaciones concretas.

Con el tiempo fui variando el tipo de representación, de las alegorías a símbolos abstractos, observando que éstos actuaban más internamente, orientando un tipo de acción, más allá (o acá) de la anécdota o de los objetos.

Es otro modo de representación. En mi experiencia, fui viendo en los principios una forma de encontrar o incluso recuperar mi “centro”. Entonces llegué a una representación de mí mismo como un círculo con un centro manifiesto, y la representación particular de cada Principio en una figura donde se modifica o altera este equilibrio. Este tipo de representación me llevaba a ir encontrando un “orden interno”, más que a resolver o comprender situaciones específicas. Era un tipo de representación muy diferente a lo que yo creía habitualmente. Representaba un sentir interno, en que la libertad era “hacia

that I could recognize. If I opposed a great force, I would recall the cat up in the tree waiting for the pack of dogs to leave. These allegories helped me to respond to concrete situations.

Over time I varied the kind of representation, from allegories to abstract symbols, and I observed that these acted more internally, orienting a kind of action, beyond (or before) anecdotes or objects.

It is another kind of representation. In my experience, I saw in the Principles a way of finding or even regaining my “center.” And I ended up with a representation of myself as a circle with a manifest center, and with the particular representation of every Principle in a form in which this equilibrium was modified or altered. This kind of representation led me to find an “internal order,” more than to resolve or understand specific situations. It represented something that was very different from what I normally believed. It represented an internal way of feeling, in which liberty was “towards the inside,” towards the center, and not towards the outside as I had believed. An

adentro”, hacia el centro y no hacia afuera como yo creía. Un encuentro y no una fuga. Mi representación de los Principios es como una esfera que me rodea, me protege y me va alimentando de un nuevo sentido. Cada principio es como un segmento de esta esfera, y cubre aspectos de mi existencia. Al conjugarse varios de ellos en combinación o en conjunto, van dando lugar a una representación que tiende a modificar en los hechos al propio paisaje en que me formé y que sigue actuando en mí. Esta nueva representación, esta “esfera-como-continente” no sólo va modificando mi mundo conocido sino también el significado de lo que hay en él, sus contenidos y las relaciones entre ellos. Esta experiencia sólo la puedo advertir y describir contemplando un período de tiempo más largo, en años, al comparar momentos similares con respuestas o actitudes diferentes. En el centro de este espacio experimento un “vacío”, como si fuera el centro de una galaxia en el que todos los elementos giran y el centro “ordena” todo sin ser material. Ese vacío se experimenta como libertad.

encounter and not an escape.

My representation of the Principles is like a sphere that surrounds me, protects me and nourishes me with new meaning. Each Principle is like a segment of this sphere, and covers aspects of my existence. When some of them join up in combination or all together, they give way to a representation that tends toward modifying the landscape in which I was formed and which continues to act in me. This new representation, this “sphere-as-container” does not just modify the world I know, but also modifies the meaning that lies within it, its contents and the relations between them. I can only take note and describe this experience by contemplating a longer period of time measured in years, by comparing similar moments with different responses or attitudes.

In the center of this space I experience an “emptiness,” as if it were the center of a galaxy where all the elements spin and where the center, without being material, “orders” everything. This emptiness is experienced as liberty.



*Principio de
Proporción:*

*“Las cosas están bien
cuando marchan
en conjunto no
aisladamente.”*

*The Principle of
Proportion:*

*“Things are well when
they move together,
not in isolation.”*

Algunas experiencias

La acción de los principios produce un cambio incluso en mis sensaciones corporales. Por ejemplo al “no forzar hacia un fin”, hay algo que se suelta internamente y esta soltada queda grabada y es más fácil volver a repetir tal acción, principalmente por el reconocimiento de este cambio de sensaciones. Ese tipo de acción, no sólo transforma la situación sino que me transforma también a mí. Y frente a las dificultades, me pone en un “piso” diferente.

“Yo no te hablo de libertad. Te hablo de liberación, de movimiento, de proceso”.

El actuar de acuerdo a los Principios, me pone en una dirección diferente a la habitual, una dirección que no es la del desquite ni la de la compensación sino de liberación, en que mi mente finalmente queda libre de actuar en relación a situaciones contradictorias. Todos los principios se sintetizan para mí en “haz que todo coincida en tí, y ayuda a otros a hacerlo mismo”. Me hablan de la coherencia en mí y hacia los demás, que a su vez es el camino

Some experiences

The action of the Principles produces a change even in the sensations of my body. For example, when “not forcing things to an end,” there is something that is loosened internally and this loosening gets recorded and it is easier to repeat the action, largely by way of recognizing this change in sensations. This kind of action does not just transform the situation; it transforms me as well. And in front of difficulties, it changes my starting point.

“I do not speak to you of liberty. I speak to you of liberation, of movement, of process.”

Acting in accordance with the Principles places me in a direction that is different from the habitual, a direction that is not the one of retribution or compensation, but of liberation, in which my mind is finally free to act in relation to contradictory situations. For me, all the Principles are synthesized in “make everything coincide in you, and help others to do the same.” They speak to me of coherence in me and towards others, which is

señalado a seguir para quienes creemos en una vida más allá de la muerte.

“Cuando tratas a los demás como quieres que te traten te liberas”.

Este Principio en sí mismo lleva a un cambio profundo de dirección, más allá de los límites aparentes de nuestra vida, de nuestro tiempo y nuestro espacio.

En algún momento, revisando mi vida, traté de recordar una acción que fuera completamente solidaria, sin que tuviera ningún elemento de beneficio para mí, y no pude encontrar ninguna. Desde niño había escuchado frases similares, y me resonaban como un modelo a seguir. Yo pensaba que efectivamente solía practicar esta solidaridad, pero revisando con algo de honestidad, me encontré que todo no pasaba de ser una creencia sin mucho fundamento. Me sorprendí mucho. Estaba viviendo una mentira. Entonces este principio comenzó a ser un verdadero desafío a mis aspiraciones de coherencia. Me di cuenta que era mucho más difícil de lo que pensaba, no por ser

in turn the path indicated for those of us who believe in a life beyond death.

“When you treat others as you want them to treat you, you liberate yourself.”

In itself this Principle leads to a profound change in direction, beyond the apparent limits of our life, our time and our space.

At one moment, while reviewing my life, I tried to recall an action that I had performed in complete solidarity, one that had no additional benefit for me, and I couldn't find any. Since I was a child I had heard similar phrases, and they resonated as a model for me to follow. I thought that in fact I usually practiced this solidarity, but reviewing things a bit more honestly, I found that this was really only just a belief, without much to back it up. I was very surprised. I was living a lie. And so this Principle became a true challenge to my aspirations of coherence. I realized that it was much more difficult than I had I thought, not because I was particularly egotistic, but because it challenged my whole way of behaving.

particularmente egoísta, sino porque esto desafiaba toda mi forma de comportamiento. El paisaje social y cultural de hoy en día, promueve y consagra “valores” egoístas. Si logro comprender esto y abstraerme de esta influencia puedo mantenerme en el intento de una acción verdaderamente solidaria. Entonces puedo decir con certeza que la experiencia de una acción que termina en otros sin volver a mí es el acto de más valor al que puedo aspirar. Es una acción que me produce una gran apertura y liberación. En cambio toda acción que tiene como destino volver a mí me produce en definitiva encierro y contradicción. Cuando las acciones tienen por objetivo volver a mí, puedo ver su fin, todo termina allí. Cuando hago algo para ayudar a otros no importa cuál es el resultado final, porque la dirección es de unidad y de liberación desde el momento en que pongo en marcha esa acción. Estas experiencias me han brindado quizá la mayor certeza que he tenido en mi vida. Puedo decir sin ninguna duda que este principio habla de una Gran Verdad y me pone en el camino del Sentido.

Today’s social and cultural landscape promotes and glorifies egotistic “values.” If I can understand this and abstract myself out of this influence, I can maintain my intention to act with true solidarity. So I can say with certainty that the experience of an action that ends in others without returning back to me is the action with the highest value to which I can aspire. It is an action that produces a great openness and liberation within me. On the other hand, without a doubt, every action that has me as its final destiny produces enclosure and contradiction.

When actions have me as their final objective, I can see their end, and everything ends there. On the other hand, when I do something to help others it doesn’t matter what the final result is, because the direction is one of unity and liberation from the moment that I put the action in motion.

These experiences have given me perhaps the greatest certainty that I have ever had in my life. I can say without a doubt that this Principle speaks of a Great Truth and it puts me on the path of Meaning.



*Principio de
Solidaridad:*

*“Cuando tratas a los
demás como quieres
que te traten te
liberas.”*

*The Principle of
Solidarity*

*“When you treat
others as you would
have them treat you,
you liberate yourself.”*



*Principio de
Acumulación de las
Acciones:*

*“Los actos unitivos
o contradictorios
se acumulan en ti.
Si repites tus actos
de unidad interna
ya nada podrá
detenerte.”*

*The Principle of
Accumulating Actions*

*“Unifying or
contradictory actions
accumulate within
you. If you repeat
your acts of internal
unity, nothing can
detrain you.”*

“Los actos unitivos o contradictorios se acumulan en tí. Si repites tus actos de unidad interna, ya nada podrá detenerte”.

Este principio, que de algún modo sintetiza todos los anteriores, es muy esperanzador, pero también he comprobado que no ocurre por simple acumulación, como si uno fuera juntando piedras. Los actos unitivos van facilitando el caminar en una dirección, pero también hay grandes resistencias; todo lo que se ha grabado anteriormente. Uno puede perder el hilo con mucha facilidad. Entonces siento que es importante ir repitiendo una y otra vez hasta irse familiarizando con un tipo de respuesta y esto a la vez va generando una especie de hábito, una “tendencia” hacia lo unitivo y un rechazo a lo contradictorio.

“Cuando encuentres una gran fuerza, alegría y bondad en tu corazón o cuando te sientas libre y sin contradicciones, inmediatamente agradece en tu interior. Cuando te suceda lo contrario pide con fe y aquel agradecimiento que acumulaste volverá convertido y ampliado en beneficio”.

“Unifying or contradictory actions accumulate within you. If you repeat your acts of internal unity, nothing can detain you.”

This Principle, which in some way synthesizes the previous ones, is very encouraging, but I have also noticed that it doesn't happen through simple accumulation, as if one were collecting stones. Unitive actions help you to walk in a certain direction, but there are also big resistances; everything that you have recorded previously. One can easily lose the thread. And so I feel that it is important to repeat them over and over again, until you can become familiar with a type of response and this in turn generates a kind of habit, a “tendency” towards what is unitive and a rejection of contradiction.

“Whenever you find great strength, joy and kindness in your heart, or when you feel free and without contradictions, immediately be internally thankful. When you find yourself in opposite circumstances, ask with faith, and the gratitude you have accumulated will return to you transformed and amplified in benefit.”

LA GUÍA DEL CAMINO INTERNO

Nuevos paisajes

Buena parte de este texto me es incomprensible, si de entender se trata. Sin embargo, si no trato de entenderlo, resuena fuertemente en mí. Al leerlo en momentos de profunda necesidad, me produce una conmoción que me conecta con lugares “luminosos”. En efecto, aquí se me invita a asumir *“un tono y una apertura emotiva próxima a la que inspiran los poemas”*.

La encrucijada

“Por el camino interno puedes andar oscurecido o luminoso. Atiende a las dos vías que se abren ante ti”. No es un paseo al que se me invita, es una situación en la que me encuentro en todo momento. En todo momento me encuentro ante la encrucijada de estas dos vías: una ascendente y una descendente. El nihilismo o la fe interna. Esto se refuerza, en dinámica en los párrafos siguientes: *“Si dejas que tu ser se lance hacia*

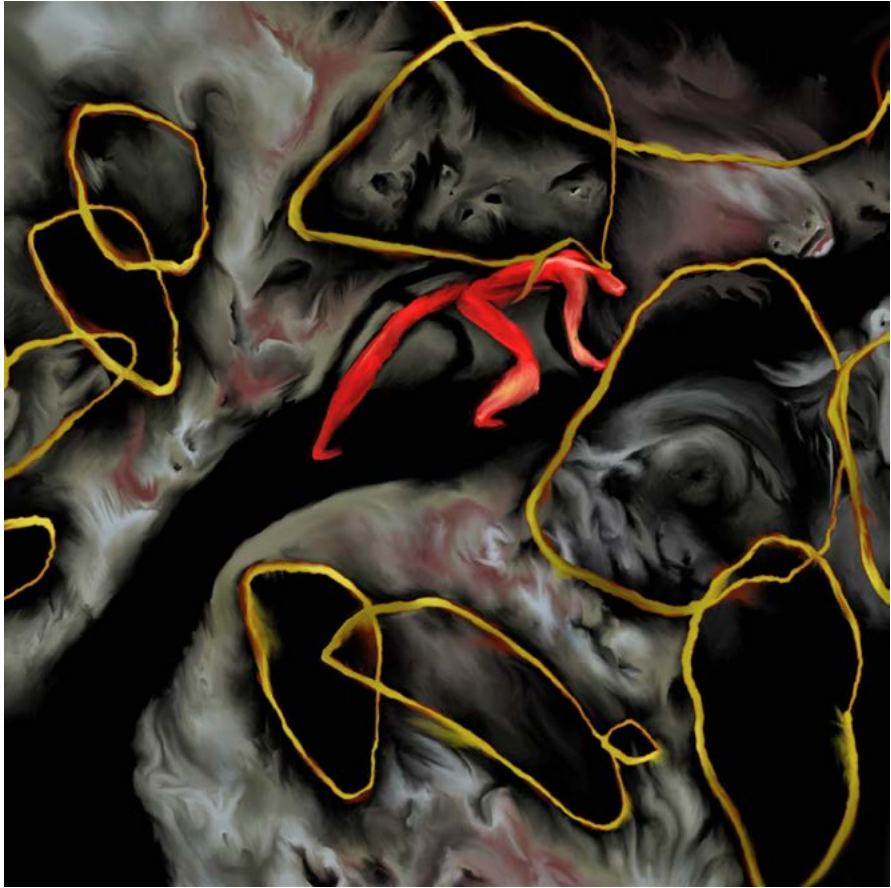
THE GUIDE TO THE INNER ROAD

New landscapes

A large part of this text is incomprehensible to me. Nonetheless, without trying to understand it, it resonates strongly within me. When I read it in moments of deep need, it produces a commotion within me that connects me with “luminous” places. In essence, the text here is inviting me to assume, *“...the kind of emotional tone and openness that poetry inspires”*.

The crossroads

“On the inner road you may walk darkened or luminous. Attend to the two roads that open before you.” I’m not being invited to take a stroll, it’s a situation in which I find myself at every moment. At every moment I find myself before the crossroads of these two paths: one ascending and another descending. Nihilism or internal faith. This is dynamically reinforced in the following paragraphs: *“If you let your being cast itself*





regiones oscuras”... (pasivo, descendente) o “*si impulsas a tu ser en dirección luminosa*”... (activo, ascendente).

El ascenso

Compruebo que estoy ante un ascenso difícil, y debe abordarse con gran cuidado. En el ascenso encontraré *resistencia y fatiga a cada paso*, y esto -explica- es por el peso de mi cuerpo, mis recuerdos, mis acciones anteriores, grabados en mi cuerpo están presentes y en el camino ascendente operan como verdaderas resistencias. Es un camino de gran esfuerzo y cuidado. Un camino a regiones desconocidas, en que la purificación “*actua como el fuego*”. Debo mantenerme indiferente a lo que suceda, *con resolución en el ascenso*. Ahí está la luz pura, que me aleja de su centro pero que en ella está la vida. Finalmente me habla de la ciudad escondida, a la que no puedo acceder, pero que en algún momento me será revelada. “*...debes conocer la entrada. Pero esto lo sabrás en el momento en que tu vida sea transformada*”. Hace muchos años estuve muy cerca de la muerte.

toward dark regions...” (passive, descending) or “*if you impel your being in a luminous direction...*” (active, ascending).

The ascent

I can attest to the fact that I face a difficult ascent, one that must be met with great care. In the ascent, I will find *resistance and fatigue at every step*, and this—it explains—is because the weight of my body, and the memories and previous actions recorded and present in my body act as true resistances in the ascent. It is a path of great effort, to be taken with great care. A path to unknown regions, in which purification, “*which acts like fire*”. I must remain indifferent to what happens, *with resolution in the ascent*. The pure light is there, which pushes me away from its center but within which is life. Finally, it speaks to me of the hidden city which I cannot enter, but which in some moment will be revealed to me: “*...you must know the entrance—and you will know it in the moment that your life is transformed.*” Many years ago I had been very close to

En ese momento percibí figuras de colores puros y sonidos de una gran belleza, que me llamaban, me tomaban y trastornaban. Reconozco en mí espacios de los que no sé nada.

Experiencia:

En una ocasión, experimentando una gran frustración y fracaso de mis planes y expectativas, sintiéndome perdido, intuitivamente tomé este texto (Guía del camino interno) y comencé a repetirlo, caminando de un lado al otro de la habitación, hasta que logré recitarlo de memoria. En este momento, algo ocurrió en mí, cambió mi estado emotivo y experimenté una profunda alegría y amor, como si hubiera llegado a un lugar interno especial. No tengo explicación para esto, y sólo refuerza mi experiencia de que muchas cosas se logran experimentar de un modo “no frontal”, por rodeos.

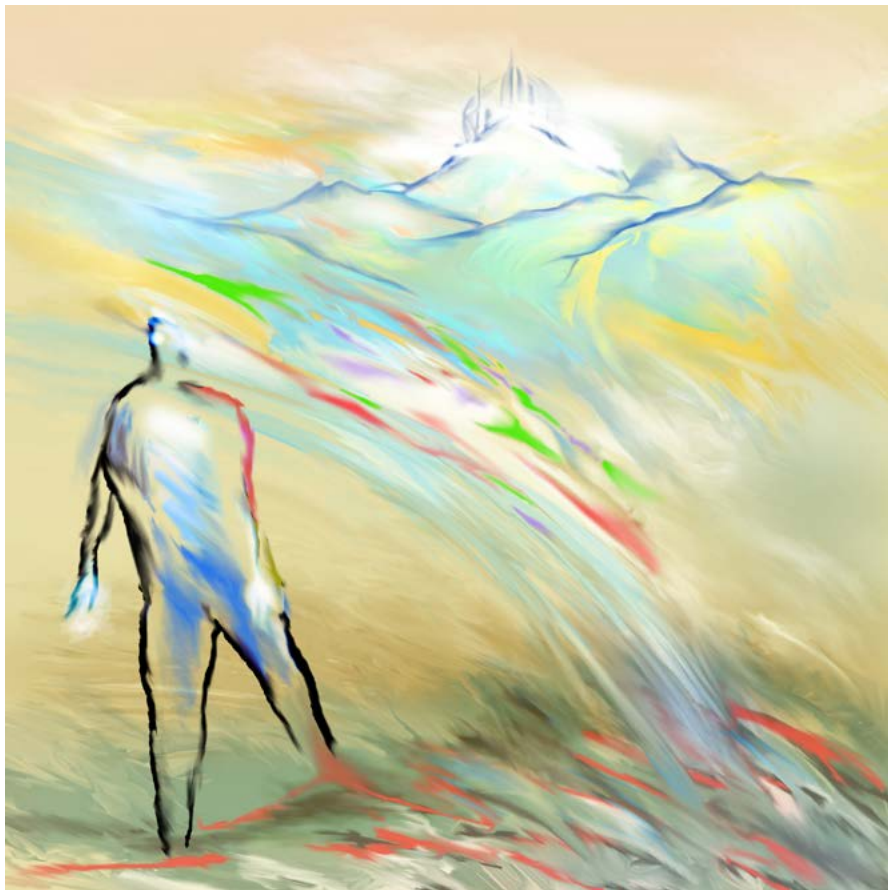
El leer el texto en voz alta actúa directamente sobre mi emoción, es como si las palabras fueran llevándose por un camino,

dying. In that moment, I perceived pure colors and sounds of great beauty that called to me; they took me and turned me around. I recognize spaces within me that I know nothing about.

Experience:

At one moment, when I experienced great frustration, the failure of my plans and hopes, and was feeling lost, I intuitively took this text (Guide to the Inner Road) and I started to repeat it, walking from one side of my room to the other, until I could recite it from memory. In that moment, something happened inside me, my emotional state changed and I experienced a profound joy and love, as if I had reached a special internal place. I don't have any explanation for this, and it only reinforces my experience that many things can be experienced in a way that is “not head-on”, by going around and around them.

Reading the text aloud acts directly on my emotions; it is as if the words were carrying me along a path, transporting me to sacred,



transportándome a lugares sagrados, intuitivos, donde todo lo relatado está investido de un profundo significado.

La lectura de los últimos párrafos me pone ante un paisaje, un mundo que de algún modo coincide con contenidos internos más profundos, me habla de un destino mayor. Aquí una vez más siento el “eco” de la primera frase del libro: *“aquí se cuenta como al sin-sentido se lo convierte en sentido y plenitud”*.

intuitive places, where everything described is invested with profound meaning.

Reading the last paragraphs puts me in front of a landscape, a world that in some way coincides with deeper internal contents; it speaks to me of a greater destiny. Here once again I feel the “echo” of the first sentence of the book: *“Here it tells how the non-meaning of life can be converted in meaning and fulfillment.”*

LOS ESTADOS INTERNOS

Al leer este capítulo las primeras veces, pude comenzar a reconocer en mi propia vida algunos de los estados descritos. Los veía como situaciones más bien aisladas unas de otras, pero más adelante comencé a notar una relación que siempre había entre un estado y otro y comencé a poner más atención en los “senderos” que conectaban a uno y otro estado.

Pude comprobar también que los estados descritos inicialmente se relacionaban más con un nivel de sueño y los últimos con niveles de conciencia más despiertos. Así también reconocí en los primeros, o inferiores, una conducta más bien azarosa, dependiente de circunstancias externas y a medida que iba progresando hacia “arriba”, los estados correspondían a una intención en mí que se iba manifestando y fortaleciendo. Así también iba avanzando desde el sinsentido y la negación de todo, hacia certezas, pasando en diferentes momentos por la duda, la búsqueda o la fe. Y todo esto en un paisaje complejo de caminos y moradas descritos en el texto, difíciles de cotejar en mi vida cotidiana.

THE INTERNAL STATES

After the first few times I read this chapter, I began to recognize some of the states being described in my own life. I saw them as situations isolated from each other, but later I began to notice a relationship that always existed between one state and the other and I began to pay more attention to the “paths” that connected them.

I also verified for myself that the states described initially were related more to the level of sleep and the latter ones to more awakened levels of consciousness. I also recognized in the former, or inferior states, a rather haphazard behavior that depended on external circumstances. I saw that as I progressed “upwards,” the states corresponded to an intention in me that was becoming stronger and more manifest. I was moving from non-meaning and denial to certainties, passing at different times through doubt, search or faith. And all this was unfolding in a complex landscape of paths and dwellings described in the text that I did not find easy to apply to my daily life.

Mi dificultad con este capítulo ha sido la de reconocer cuándo estoy en un estado u otro, y cómo avanzar hacia los estados internos que me interesan.

Representación:

Para comprender mejor este capítulo, también fui construyendo una alegoría, basada en la figura del “árbol” de la Kábala hebraica, en el entendimiento que los estados internos aquí descritos se podían “cargar” en esta figura. En ella se destacan puntos precisos y líneas que conectan los puntos, en una estructura que tiene su propia dinámica, sus circuitos internos definidos. Aquí entonces había un “mapa” del paisaje interno en que los puntos son “moradas” y las líneas son “caminos” que conectan las moradas, en recorridos precisos, mostrando cómo los estados internos están encadenados unos a otros y sirviendo como guía para saber dónde estoy y hacia donde dirigirme.

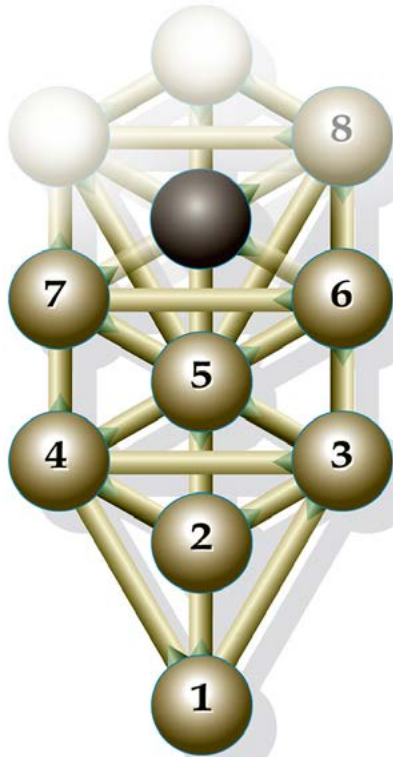
Sobre esta estructura he montado una capa “alegórica” que me sirve como un sistema de representación para profundizar más en

My difficulty with this chapter has been to recognize when I am in one state or another, and how to move toward the internal states that interest me.

Representation:

To better grasp this chapter, I constructed an allegory based on the understanding that the internal states described in this chapter could be “charged” into the figure of the “tree” of the Hebrew Kabbalah. It highlights precise points and lines that connect the points, in a structure that has its own dynamic along defined internal circuits. Here, then, was a “map” of the internal landscape, in which the the intersections are “dwellings” and the lines “roads” that connect those dwellings in precise paths that show how the internal states are chained to each other and can serve as a guide for knowing where I am and where to go.

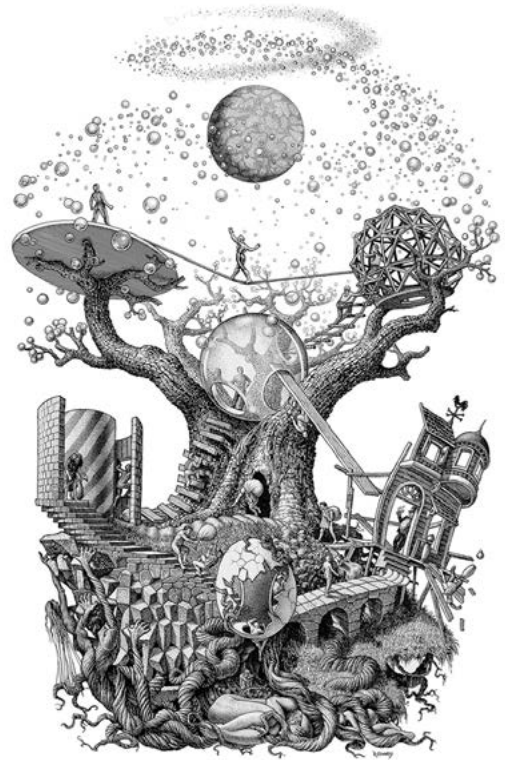
On this structure I have mounted an “allegorical” layer that serves as a system of representation to help me go deeper into these paths, to connect more with



**MORADAS
RECORRIDOS**

PLAN	8	PLAN
ENERGIA	7	ENERGY
INESTABILIDAD	6	INSTABILITY
GENERACION	5	GENERATION
DESVIO	4	DEVIATION
TENDENCIA	3	TENDENCY
REGRESION	2	REGRESSION
VITALIDAD	1	VITALITY

**DWELLINGS
AND PATHS**



estos recorridos, para conectarme más con este paisaje, reconocer los lugares, etc. La interpretación sigue las descripciones hechas en el capítulo, agregando otras imágenes de acuerdo a registros personales de estos recorridos. La idea de la representación alegórica toma fuerza, para mí, especialmente en los caminos de “descenso” o “caída”. En mis observaciones respecto a este capítulo, los caminos de subida corresponden a estados de mayor nivel atencional, de mayor conciencia. Uno va atento al camino, en cambio los caminos de bajada corresponden a un oscurecimiento de la conciencia, por lo tanto uno no ve por dónde va hasta que topa fondo. Entonces la representación juega un rol parecido al “hilo de Ariadna”.

Frente a una situación conflictiva o confusa, me comienzo a preguntar “dónde estoy” o “hacia dónde voy”, y las imágenes y alegorías de este capítulo me ayudan a situarme, no sólo en el lugar donde estoy, sino también del entorno de ese lugar, que tiene que ver con mis circunstancias, con mi vida pasada y también con mis aspiraciones.

this landscape, to recognize the places, etc. This interpretation follows the descriptions given in the chapter, adding other images according to my personal registers of these circuits. The allegorical representation gets stronger, for me, especially in the paths of “descent” or “fall”. In my observations on this chapter, the paths of ascent correspond to states of greater attentional level, of greater awareness. One is attentive to the road and on the other hand the paths of descent correspond to a darkening of consciousness. Therefore, one does not see where one is going until one hits bottom. And so the representation plays a role similar to “Ariadne’s thread”.

Facing a conflictive or confusing situation, I begin to ask myself “where am I” or “where am I going”, and the images and allegories of this chapter help me to situate myself, not only in terms of where I am, but also in the entire environment of that place which has to do with my circumstances, with my past but also with my aspirations.

Algunas observaciones sobre el recorrido:

El párrafo 5 hace alusión a la “morada de la tendencia”. De esa morada en sí no dice nada, pero en cambio describe sus “salidas”. Una de ellas, la Conservación, es para mí de mucho interés, porque comprendo que aquí comienza a operar fuertemente el fenómeno de “ilusión”, y del “camino falso”. De ella dice: *“caminando por ella te ilusionas con la idea de permanencia pero en realidad descendes velozmente”*. Las apariencias engañan, y más allá del fenómeno ilusorio en sí, de “ver como estable algo que no lo es”, más allá, o más bien “detrás” de esa ilusión hay una intención de “fijar” las cosas de un cierto modo. En mi experiencia, este “fijar” es una acción que tiene como base el temor, el temor al cambio y en definitiva el temor a lo que se desconoce.

El camino opuesto es el de la frustración, *“penosa, aunque única- no-falsa”*.

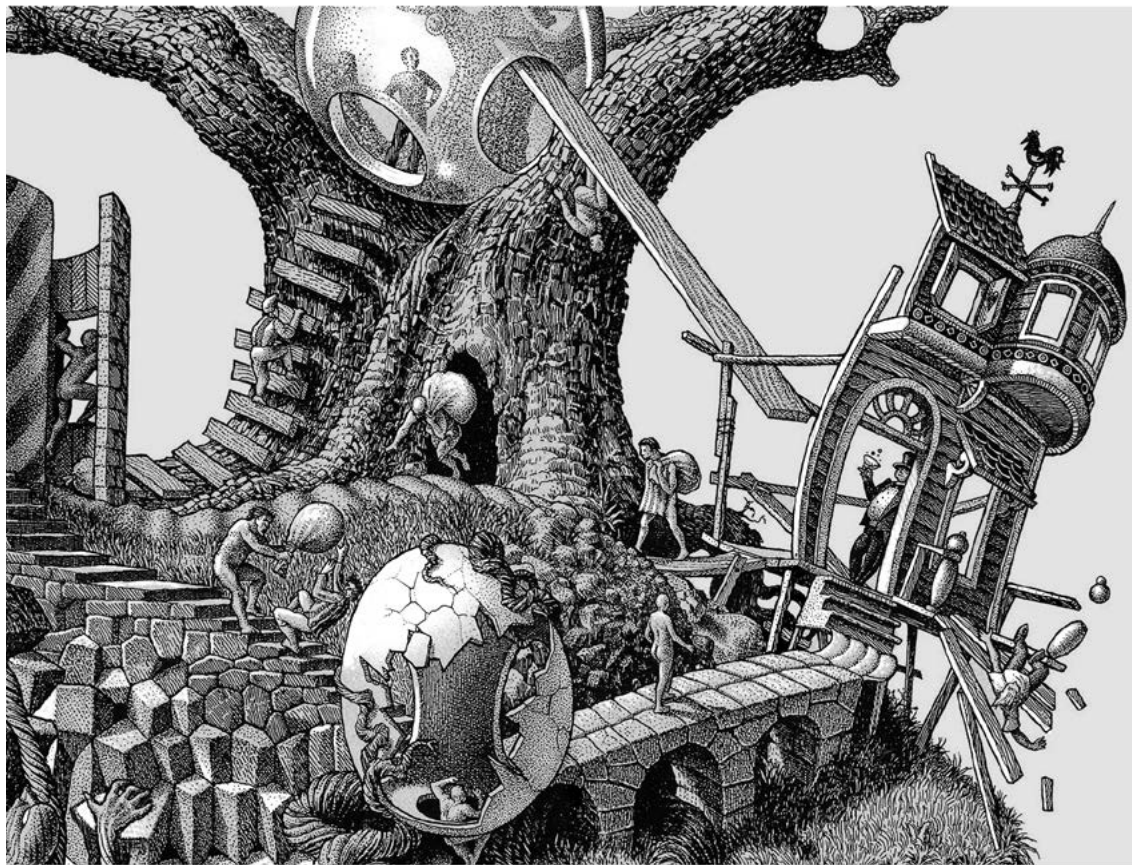
El camino de la frustración, *“de fracaso en fracaso”* lleva a la “morada del desvío”. ¿Desvío de qué? De la Tendencia, de un mundo transitado, que en este punto se puede dejar atrás.

Some observations about the road:

Paragraph 5 refers to the “dwelling of the tendency.” Of that dwelling in itself it does not say anything, but instead it describes its “exit points.” One of them, Conservation, is of great interest to me, because I understand that here the phenomenon of “illusion” and the “false path” begin to operate strongly. Of this road it says: *“walking along this path you delude yourself with the idea of permanence but in reality you descend rapidly.”* Appearances deceive, and beyond the illusory phenomenon itself, to “see as stable something that is not”, beyond, or rather “behind” that illusion there is an intention to leave things “fixed” in a certain way. In my experience, this “fixation” is an action that is based on fear, fear of change and ultimately the fear of what is unknown.

The opposite way is that of frustration, *“arduous, but the only-one-not-false.”*

The path of frustration, *“after failure upon failure”* leads to the “dwelling of the deviation.” Deviation from what? Deviation from the Tendency and from a road already travelled, which can be left behind at this point.



En el párrafo 6, se plantea el tema del fracaso como “bisagra” entre dos mundos o estados marcadamente diferentes. Aquí nuevamente aparece el mecanismo de lo ilusorio, en la opción descendente. Un fracaso puede ser visto como un accidente externo, y esta mirada buscará culpables y la culpabilidad, ya sea ajena o propia, llevará al resentimiento. En cambio, el fracaso verdadero, es decir el reconocimiento de una ilusión, no lleva al sufrimiento de la mente sino a la evidencia de una necesidad de cambio. El fracaso verdadero también es una muerte, la “muerte de la ilusión”. Se podría extrapolar: “no hay sentido en la vida si todo termina con el fracaso”. Esto coloca al fracaso como un “umbral” entre dos mundos, y como una actitud definitoria, provista de altura, y sabiduría, que me pone frente a la posibilidad real de optar por un camino diferente, por una situación diferente a lo que he vivido, y no a la repetición o rechazo de la misma.

Pareciera haber una conexión entre la idea de “culpabilidad” con la de “temor a la muerte” que se manifiesta en este capítulo, como “eco” del capítulo 1 donde dice *“Aquí se reniega de*

In paragraph 6, the issue of failure is posed as a “hinge” between two markedly different worlds or states. Here again the illusory mechanism appears, in the descending option. A failure can be seen as an external accident, and when seeing it this way one searches for guilty parties and this guilt, whether it is my own or that of another, will lead to resentment. On the other hand, true failure, that is, the recognition of an illusion, does not lead to mental suffering but makes evident the need for change. True failure is also a death, the “death of the illusion.” It could be extrapolated: “There is no meaning in life if everything ends in failure.” This places failure as a “threshold” between two worlds, and as a defining attitude, elevated with wisdom, that puts me in front of the real possibility of opting for a different path, for a situation different from what I have lived and not a repetition nor a rejection of it.

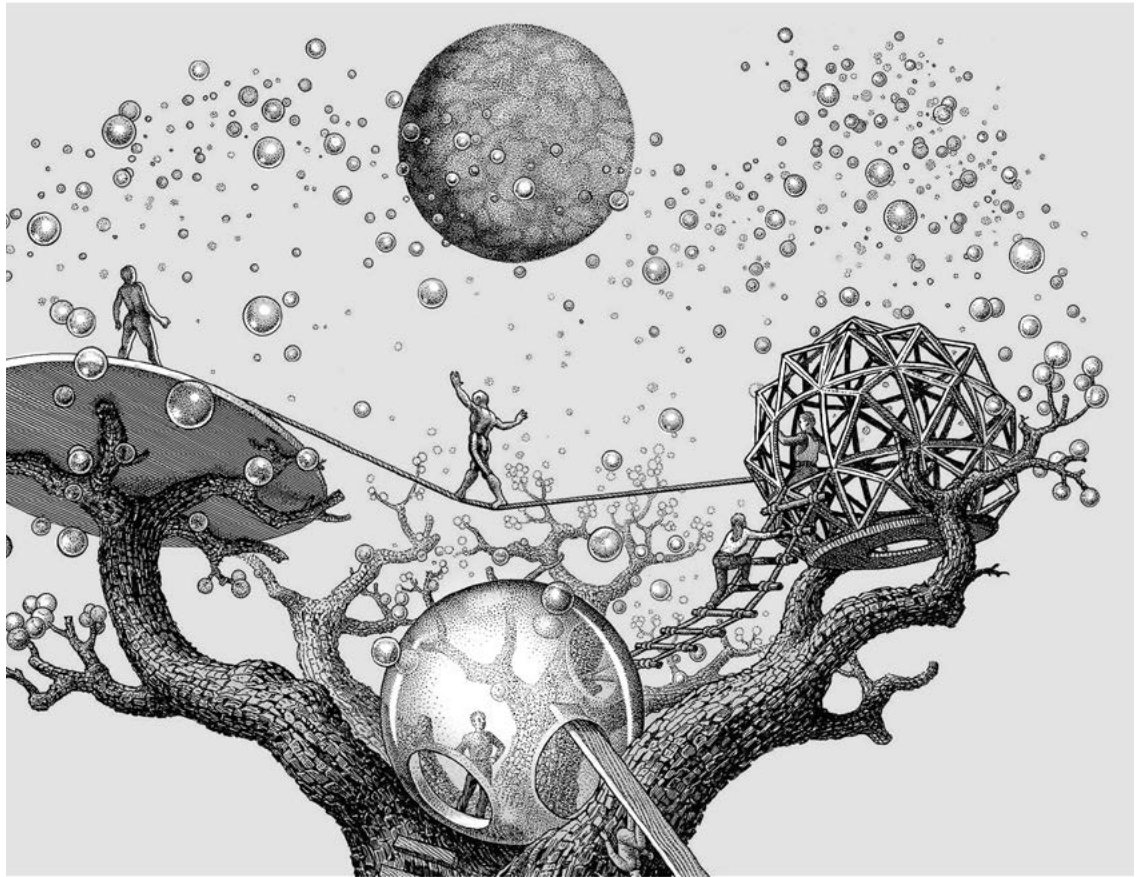
There seems to be a connection between the ideas of “guilt” and “fear of death” that is manifested in this chapter, like an “echo” of Chapter 1 where it says, *“Here sacrifices,*

los sacrificios, del sentimiento de culpa y las amenazas de ultratumba". Este párrafo es como una "puesta en escena" de lo que se afirma en el capítulo III cuando dice: *"En muchos días descubrí esta gran paradoja: aquellos que llevaron el fracaso en su corazón pudieron alumbrar el último triunfo. Aquellos que se sintieron triunfadores, quedaron en el camino como vegetales de vida difusa y apagada."*

Si anteriormente el Remordimiento (párrafo 3) es una intención que rompe con el pasado, la Resolución es una intención que abre el futuro; es la contraparte del fracaso, en una dinámica interna de avanzar "vacando y llenando". El vacío del fracaso genera en mí un espacio de libertad, un espacio interno que antes no estaba, y esta nueva condición posibilita que se exprese una intención, una dirección mental más esencial o profunda, en relación al futuro, una resolución que se abre paso, que es de diferente "calidad" que lo conocido hasta aquí. Podría decir que aquí la motivación ya no es el ensueño sino la necesidad. Así llego a la morada de la Generación, que es una situación energética

feelings of guilt and threats from the beyond are rejected." This paragraph is like the "mise en scène" of what is stated in Chapter III when it says: *"After many days I discovered this great paradox: Those who bore failure in their hearts were able to illuminate the final victory, while those who felt triumphant were left by the wayside like vegetation whose life is muted and diffuse."*

If, as we learnt previously (paragraph 3), Remorse is an intention that breaks with the past, then Resolution is an intention that opens the future; it is the counterpart of failure, in an internal dynamic of moving forward by "emptying and filling." The void generated by failure creates within me a space of freedom that was not there before. This new condition makes it possible for an intention, a new mental direction to be expressed, one that in relation to the future is more essential or profound; a resolution that makes its way and that has a different "quality" than what was known so far. I could say that here the motivation is no longer the dream but the need. This is how I



y de gran apertura, de íntima conexión con la correntada de la vida. En la alegoría, para mí la Generación es una esfera, un útero o lugar fértil donde las cosas nacen y se cultivan, pero no está desprovista de “peligros”, especialmente aquellos que se presentan como “ecos” de otros momentos y lugares. La generación es un lugar bastante más vacío que los mundos oníricos inferiores, y este vacío inspira pero también incomoda, y esta alternancia produce inestabilidad. Hay que aprender a habitar este lugar, no es sólo un lugar de paso. Aquí aprendo por primera vez a estar en silencio, dejar que mi resolución, mi propósito me guíe y no las circunstancias del paisaje. Aquí hay algo que hacer, algo que completar, que me permitirá continuar en el ascenso. Fácilmente me puedo equivocar y salir por la ventana de la “degradación”, que es otra ilusión similar a la de la “conservación”, donde invierto las cosas, los motivos y los significados.

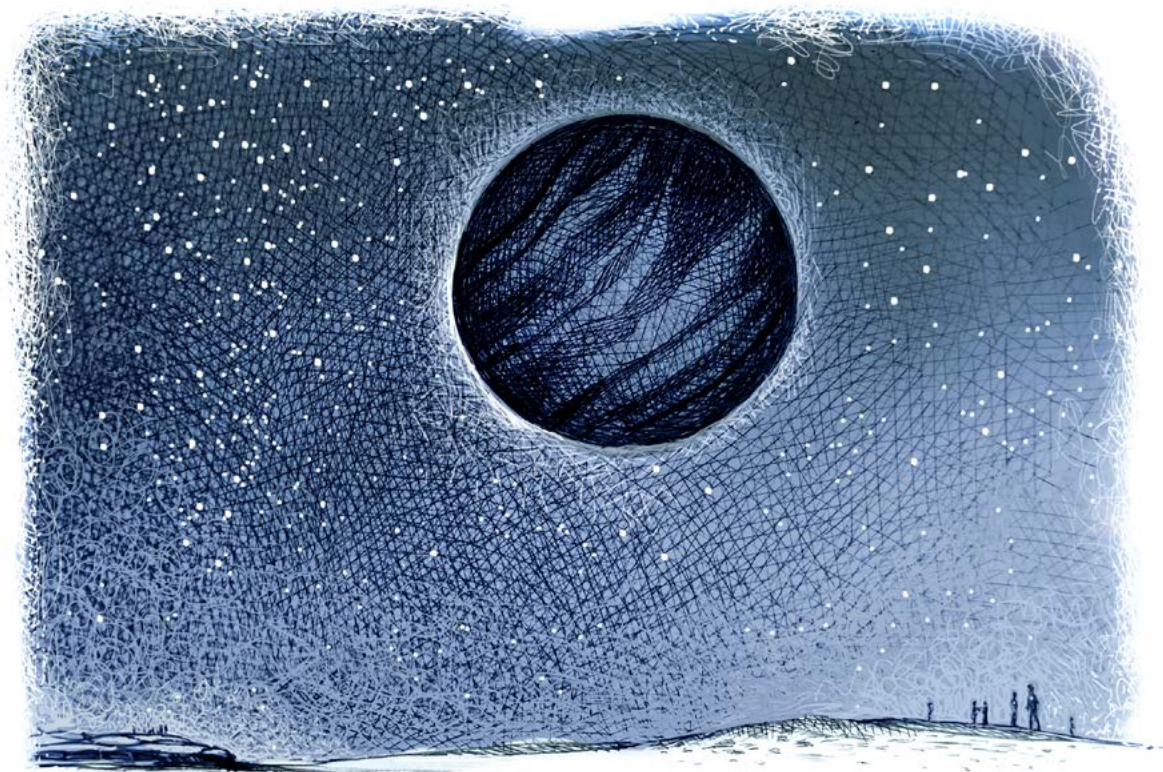
En la Generación, se puede acumular un potencial energético para continuar el ascenso por la *“escalinata del Intento”*. Ahora, una

arrive to the dwelling of Generation, which is a situation of great energy and openness, of intimate connection with the flow of life. In the allegory, Generation for me is a sphere, a womb or a fertile place where things are born and cultivated, but it is not devoid of “dangers,” especially those that appear as “echoes” of other times and places. Generation is a much more empty place than the lower dream worlds, and this emptiness inspires but it is also uncomfortable, and this alternation produces instability. I need to learn to inhabit this place, it is not just a transitional place. Here I learn for the first time to be silent, to let my resolution, my purpose guide me and not the circumstances of the landscape. Here there is something to do, something to complete, that will allow me to continue in the ascent. I can easily make a mistake and go out the window of “Degradation,” which is another illusion similar to that of “Conservation,” where I invert things, motives and meanings.

In Generation, energetic potential can be accumulated in order to continue the ascent

cosa que he notado es que (alegóricamente hablando) los caminos están señalados desde las mismas moradas donde comienzan. De este modo, estando en la morada del Desvío, veo el camino de la Resolución que ya me dice dónde ir, y a su vez ese camino lleva a la Generación y no a otro lugar. Es como si todo estuviera ya vinculado internamente, con sus leyes y recorridos fijos, generalmente en una sola dirección. Dicho esto, entonces veo el Intento como el camino para alcanzar un lugar más alto, pero no sé mucho de ese lugar. Sólo al llegar a él (La Inestabilidad) me doy cuenta que estoy acercándome a un mundo diferente, que no he creado yo, un mundo ya lejano a aquel de mis ilusiones. Y nuevamente surge esa necesidad de “saber cómo habitarlo”. El camino ascendente en este punto se llama la “Volubilidad” que tiene muchas cosas similares a la “Frustración”. Es un camino de humildad y sinceramiento, en que asumo que no conozco la forma correcta de caminar, por lo tanto pongo atención al camino y a mi caminar simultáneamente. Es caminar por una cuerda floja, en que la clave está en dónde pongo mi centro de gravedad y

along the “stairway of Intent.” Now, one thing that I have noticed is that (allegorically speaking) the roads are marked from the dwellings where they begin. In this way, from the abode of Deviation, I see the path of Resolution that already tells me where to go, and in turn that path leads to Generation and not to another place. It is as if everything were already linked internally, with its laws and fixed paths, generally in one direction. That said, I then see Intent as the way to reach a higher place, but I do not know much about that place. Only when I reach it (Instability) do I realize that I am approaching a different world that I have not created myself, a world already far from that of my illusions. And again, this need to “know how to dwell here” arises. The upward path at this point is called “Versatility” which is similar in many ways to “Frustration”. It is a path of humility and honesty, in which I assume that I do not know the correct way to walk. I therefore simultaneously pay attention to the path and to my way of walking. It is like walking a tightrope, where the key lies in where I put my center of gravity and how I maintain that



cómo mantener ese centro al moverme en una dirección. Por ahí eventualmente llego a un espacio vacío y silencioso, sin límites precisos. Este espacio, a veces lo he llamado la “gran sala de espera”, porque esperar es lo único que puedo hacer. Aquí reina el silencio y es muy difícil permanecer, porque el silencio se hace intolerable, especialmente al comienzo. Entonces son momentos muy breves, pero si se repite el intento, y se aprende a caminar por la cuerda floja de la Volubilidad, puedo llegar a reconocer este gran lugar de apertura y silencio como un verdadero refugio del alma, y habitarlo con una suave y profunda alegría. La angustia del transcurrir, a momentos da paso a una breve eternidad. Lo que ocurra a partir de ahí, no está en mis manos. La espera es un “vaciarne” de expectativas, así como la frustración es un “vaciarne de ilusiones”, y abre la posibilidad de que aparezcan allí señales nuevas, de mundos hasta ahora desconocidos.

En este “paisaje alegórico”, hay muchas situaciones que son similares, que son de algún modo “eco” de otras. Por ejemplo, hay

center by moving in one direction. Walking that way I eventually arrive to an empty and silent space, without any precise limits. I have sometimes called this space the “big waiting room,” because waiting is the only thing I can do in it. Here silence reigns, a silence that soon becomes intolerable, which, especially at the beginning, makes it very difficult to stay.

The moments are very brief, but with repeated attempts I can learn to walk this tightrope of Versatility I finally come to recognize this place of great openness and silence as a true refuge of the soul, and I dwell here with a joy that is gentle and deep. The anguish of time elapsing gives way to brief moments of eternity. What happens from here on is not in my hands. Waiting is an “emptying” of expectations, just as frustration is an “emptying myself of illusions.” And it opens up the possibility of new signs appearing, of hitherto unknown worlds.

In this “allegorical landscape,” there are many situations that are similar, that in some way echo others. There are paths and dwellings, and in each dwelling there is a fork in the

caminos y moradas, y en cada morada hay una bifurcación de caminos. Por ejemplo, en el camino de la Muerte y del Arrepentimiento, así como el de la Resolución hay un elemento común: una decisión de “romper” con lo anterior, hay un propósito de ascenso, si bien en diferentes niveles, y también hay otra vía de descenso. Algo similar, pero en otro nivel se ve en la salida ascendente del “espacio-abierto-de la energía”. Para quien recorre el paisaje con un propósito evolutivo, es una misma operación pero con diferencias de nivel.

Las “formas” de los paisajes es un tema a estudiar. Es claro que nuestro paisaje histórico y cultural está estructurado en un esquema vertical, donde los valores más altos están arriba y los antivalores están abajo. Es un mundo binario, “polarizado” y las alegorías de recorridos en este libro están referidas a esta morfología, lo que no descarta otro tipo de “continente” que implique otro tipo de recorridos, no polarizados sino “concéntricos” por ejemplo, donde lo más valioso estaría en el centro y lo más externo (no como antivalor sino como distancias desde el centro) está en una superficie esférica, o varias superficies esféricas.

road. For example, on the paths of Death and Repentance, as well as on Resolution, there are common elements: a decision to “break” with what came before, there is an intent to ascend, and there is also another way of descent. Something similar but on another level is seen in the ascending exit of the “Open-Space-of-the-Energy.” For those who travel this landscape with an evolutionary purpose, it is the same operation but with differences in level. This matter of the “forms” of the landscapes is a subject that needs to be studied. It is clear that our historical and cultural landscape is structured along a vertical scheme, where the highest values are above and the lower ones, below. It is a binary, “polarized” world, and the allegorical journeys in this book are related to this morphology. This does not rule out another type of “container” that would imply other types of paths, not polarized but “concentric.” Where, for example, what is most valuable is in the center and what is more external (not in the sense of ‘opposed to’, but as distant from, the center) is on a spherical surface, or even several spherical surfaces.



RESUMEN

- La Mirada Interna, más allá de un libro es una forma de ver el mundo, una perspectiva que me pone en contacto con el Sentido.
- Su lectura y estudio me ponen en un camino de comprensión de mi propia existencia ilusoria, permitiendo que se expresen en mi propósitos más profundos.
- Me da la certeza que superar en mí y en otros el sufrimiento es el acto de mayor valor.
- Me entrega herramientas y mapas para este viaje místico, hacia lo profundo, y a la vez transforma mi relación con el mundo.
- El trabajo con la Fuerza transforma mi forma de sentir, a la vez que catapulta mi conciencia a un nuevo despertar.
- Los Principios me brindan la sabiduría para comprender las leyes universales, de vida, luz y evolución, y actuar de acuerdo a ellas en un camino de liberación.
- La Guía del Camino Interno me habla de Alturas y profundidades desconocidas, y de la iluminación u oscurecimiento que encuentro en mi camino.

SUMMARY

- The Inner Look, more than being a book, is a way of seeing the world, a perspective that puts me in contact with Meaning.
- Reading and studying it puts me on a path of understanding my own illusory existence, allowing deeper purposes to be expressed within me.
- It gives me the certainty that overcoming suffering in myself and in others is the most valuable action.
- It gives me tools and maps for this mystical journey towards the profound, and at the same time transforms my relationship with the world.
- The work with the Force transforms my way of feeling, while catapulting my consciousness to a new awakening.
- The Principles give me the wisdom to understand the universal laws of life, light and evolution, and to act according to them in a path of liberation.
- The Guide to the Inner Road speaks to me of unknown heights and depths, and of the illumination or darkening that I find on my way.

- Los Estados Internos son el mapa que me permite ubicarme en el camino ascendente, destacando lugares y senderos para llegar a mi destino.

- La reconciliación con otros y últimamente conmigo mismo es el gran conector, la llave que abre todas las puertas y la luz que disuelve las sombras.

- El agradecimiento es la gran emoción que lo cubre todo y que habita en mis mejores espacios.

- El pedido es la certeza de mis límites y lo que me conecta con un propósito mayor que yo.

Todo esto pasa a ser una forma de vida, apoyado por la participación en las Ceremonias y por las meditaciones de El Camino, las otras dos partes del El Mensaje de Silo, que no están incluidas sino tácitamente en estos apuntes y que espero desarrollar en forma escrita a futuro.

No hay sentido si todo termina con la muerte.

Si todo no termina con la muerte, debo encontrar el sentido.

- The Internal States are the map that allows me to locate myself along the ascending road, highlighting places and paths that lead to my destiny.

- Reconciliation with others and ultimately with myself is the great connector, the key that opens all the doors and the light that dissolves all shadows.

- Gratitude is the grand emotion that covers everything and that fills my highest spaces.

- The asking is the certainty of my limitations and it connects me with a purpose greater than myself.

All this becomes a way of life, supported by participating in the Ceremonies and by meditating on The Path, the other two parts of Silo's Message which are not explicitly included here and yet are present in these notes. I hope to develop them in written form in the future.

There is no meaning in life if everything ends with death.

If everything does not end with death, I must find meaning.

