

EL LIBRO TIBETANO DE LOS MUERTOS

Es un Aporte de:
www.santuario.cl

INTRODUCCIÓN

Unas palabras para presentar este volumen que recoge la creación de Timothy Leary sobre El Libro Tibetano de los Muertos, inspirado claramente en el Bardo Thodol budista. Para quien no lo sepa, el Bardo Thodol es, por así decirlo, una especie de guía que nos prepara para la muerte.

Simplemente decir que ojalá hubiera caído esta guía en mis manos cuando experimenté mi primera Muerte del Ego, pues la primera vez, si nunca has oído hablar de ello, es algo espeluznante -pero no exento de riqueza espiritual-. Creo sin lugar a dudas, que un repaso a esta lectura antes de iniciar un gran viaje resulta, cuanto menos, una fuente de inspiración que marcará muchas pautas a lo largo de él. Recuerdo que en mi primera Muerte del Ego escuché sonidos aterradores reverberantes y extrañas voces ralentizadas (lo encontrareis en este Bardo), además de sumergirme en un extraño mundo oscuro y gélido. Quizás, si hubiera leído esto antes de la experiencia otro gallo cantaría.

De todas formas quiero deciros que no tengáis miedo a un mal viaje y mucho menos a una Muerte del Ego en toda regla, ya que mi experiencia me dice que éstas son las que aportan grandeza espiritual, reintegración de nuestro Ser y si superáis la prueba entrareis en un mundo que os aportará la mayor experiencia de vuestra vida.

Raul del Pino

PRIMER BARDO

Oh, amigo

El tiempo camina hacia ti para buscarte nuevos planos de la realidad.

Tu ego y tu nombre están en el juego de acabar.

Estas poniéndote enfrente de la Luz Clara.

Tú estás experimentando en esta realidad.

En el estado de libertad del ego donde todas las cosas son como un cielo vacío sin nubes.

Y el intelecto desnudo y limpio es como un trasplante vacío.

En este momento conoce por ti mismo y habita en este estado.

Lo que es llamado muerte del ego está viniendo hacia ti.

Recuerda:

Esta es la hora de la muerte y renacimiento.
Aprovecha de esta muerte temporal para obtener el perfecto estado.
Ilumínate.
Concentrado en la unidad de todos los seres vivientes.
Mantenido sobre la Luz Clara.
Úsalo para alcanzar el entendimiento y el amor.
Si tú no puedes mantener la felicidad de la iluminación y si tú estás
deslizándote dentro del contacto del mundo exterior.

Recuerda:

Las alucinaciones que puedes experimentar ahora, las visiones e
introspecciones te enseñarán mucho sobre ti mismo y el mundo.
El velo de la rutinaria percepción será cambiado en tus ojos.
Recuerda la unidad de todas las cosas vivientes.
Recuerda la gloria de la luz clara.
Déjate guiar a través de tu nueva vida que viene.
Déjate guiar a través de las visiones de esta experiencia.
Si te sientes confuso, invoca la memoria de tus amigos y de tus maestros.
Trata de alcanzar y conservar la experiencia de la luz clara.

Recuerda:

La luz es la energía vital.
La llama sin fin de la vida.
Un ondulante y siempre cambiante torbellino de color puede apoderarse de
tu visión.
Esta es la incesante transformación de la energía.
El proceso vital.
No temas.
Entrégate a él.
Únete.
Forma parte de ti.
Tú eres parte de él.

Recuerda también:

Más allá de la continua y fluyente electricidad de la vida es la última
realidad.

El Vacío.

Tu propio saber, formado en la nposesión de forma o color, es
naturalmente vacío..

La. realidad final.

El Todo bondad.

El Todo paz.

La Luz.

Resplandeciente.

El movimiento es el fuego de vida desde el cual todo viene.

Únete.

Forma parte de ti.

Más allá de la luz de la vida es el pacífico silencio del Vacío.

La quieta felicidad más allá de todas las transformaciones.

La sonrisa de Buda.

El Vacío no es la nada.

Inobstruido, brillando, conmoviendo, feliz.

El vacío es principio y final él mismo.

Consciencia de diamante.

El Todo Bondad Buda.

Tu propia consciencia, brillando, vacía e inseparable

Nopensamiento, novisión, nocolor, es vacío

El intelecto brillando y lleno de felicidad y silencioso. Este es el estado de
perfecta iluminación.

Tu propia consciencia, brillando, vacía e inseparable del gran cuerpo
resplandeciente,

no tiene nacimiento, ni muerte.

Es la inmutable luz que los tibetanos llaman Buda Amitabha.

El saber de la noforma comenzando.

Conocido esto es suficiente.

Reconocer el vacío de tu propia consciencia para ser dominio de Buda
Permanece en este reconocimiento y tú mantendrás el estado de la divina
mente de Buda.

SEGUNDO BARDO

Recuerda:
Ahora vas a experimentar tres Bardos.
Tres estados de la pérdida del yo.
Primero aparece la clara luz de la realidad.
Vienen luego los juegos de alucinaciones fantásticamente variados.
Más adelante encontrarás el estado de reentrada.
De volver a tener un yo.
Oh, amigo.
Puede ser que tu experiencia sea de trascendencia del yo, la salida de tu
antiguo propio yo.
Pero tú no eres el único.
A todos les llega alguna vez.
Eres afortunado al tener gratuitamente esta experiencia de renacimiento que
se te ofrece.
No te apegues con esa debilidad a tu viejo Yo.
Incluso si te apegas a tu mente, ya has perdido el poder de mantenerla.
Por la lucha no podrás conseguir nada en este mundo alucinatorio.
No te apegues.
No seas débil.
Cualquiera que sea el miedo o terror que te embargue
No olvides estas palabras.
Introduce su significado en tu corazón.
Sigue adelante.
Aquí mismo está el secreto vital del conocimiento.

Recuerda, Oh amigo:
Cuando el cuerpo y la mente se separan, experimentas una rápida visión de
la verdad pura, sutil, radiante, brillante.
Vibrante, gloriosa.
No temas.
Esta es la radiación de tu verdadera naturaleza.
Reconócelo.
Desde la niebla de esta radiación viene el sonido natural de la realidad.
Reverberando igual que mil truenos simultáneos.
Este es el sonido natural del proceso de tu vida.
Por tanto no te asustes.
No te aterrorices.
No tengas miedo.

Para ti es suficiente saber que estas apariciones son
las formas de tu propio pensamiento.
Si no reconoces tus propias formas de pensamiento.
Si olvidas tu preparación.
Las luces te deslumbrarán.
Los sonidos te atemorizarán.
Los rayos te aterrorizarán
La gente a tu alrededor te confundirá
Recuerda la llave de las enseñanzas
Oh, amigo.
Estos reinos no vienen de algún lugar exterior a tu ego.
Vienen de tu interior y brillan sobre ti.
Tampoco las revelaciones vienen de ningún otro lugar.
Existen desde la eternidad dentro de las facultades tu propio intelecto.
Reconoce que son de esta naturaleza.
La llave de la iluminación y de la serenidad durante
el período de diez mil visiones es simplemente ése:
Descanso, relax.
Únete a él.
Acepta encarecidamente las maravillas de tu creatividad.
No te apegues ni estés asustado.
Ni atraído ni repelido.
Sobre todo, no hagas nada sobre las visiones.
Existen solamente dentro de ti.

LA FUENTE

(Ojos cerrados, estímulos externos ignorados)

Oh, bien nacido, escucha con cuidado:
La energía radiante del origen,
semilla de la que vienen todas las formas vivientes brota hacia afuera y
golpea contra ti con una luz tan brillante que tú apenas podrás mirar.
No te asustes.
Esta es la Energía del Origen que ha estado radiando billones de años.
Siempre manifestándose en otras formas.
Acéptala.
No intentes intelectualizarla.

No juegues con ella.
Fúndete con ella.
Déjala fluir a través de ti.
Piérdete con ella.
Fúndate en el Halo de Luz de arco Iris.
En el corazón de la lanza de la energía.
Obtén el dominio de Buda en el reino central.

SINTOMAS FISICOS

Oh amigo, escucha con atención.
Los síntomas corporales que tú estás sintiendo no son efecto químico.
Ellos indican que tú estás luchando contra el conocimiento
de sentimientos que sobrepasan tu experiencia normal.
Tú no puedes controlar estas ondas universales de energía.
Deja que los sentimientos se fundan todos sobre ti.
Hazte parte de ellos.
Permítete a ti mismo latir con las vibraciones de tu alrededor
Relájate.
No luches.
Tus síntomas desaparecerán tan pronto como todo
rastros de egoconcentrado, esforzándose, desaparezca.
Acéptalos como el mensaje del cuerpo.
Dales la bienvenida.
Goza de ellos.

EL FLUIR INTERNO DE PROCESOS ARQUETIPICOS (Ojos cerrados, estímulos externos ignorados, aspectos intelectuales)

Oh bien nacido, escucha con atención:
El fluir de la vida está girando a través de ti
Una demostración infinita de formas y sonidos puros.
Deslumbrantemente brillante.
Siempre cambiante
No intentes controlarla
Fluye con ella

Experimenta los antiguos mitos cósmicos de creación y manifestación

No intentes comprender

Hay muchísimo más tiempo para esto más tarde

Fúndete con ella

Déjala fluir a través de ti

No hay necesidad de actuar o pensar

Se te están enseñando las grandes lecciones de evolución, creación y reproducción.

Si tú intentas retenerlo, puedes caer en mundos infernales y sufrir intolerable miseria creada por tu propia mente.

Evita jugar a interpretaciones

Evita pensar, hablar o hacer

Ten fe en la corriente de la vida

Confía en tus compañeros en esta acuosa jornada

Fúndete en la Luz de Arco Iris

En el Corazón del Río de las formas creadas

Obtén el dominio de Buda en el Reino preeminentemente feliz

LA CORRIENTE DEL FUEGO DE LA UNIDAD INTERNA

(Ojos cerrados, estímulos externos ignorados, aspectos emocionales)

Oh bien nacido, escucha con atención:

Estás fluyendo hacia fuera y hacia dentro de la fluida unidad de la vida

El éxtasis del fuego orgánico te abrasa todas las células

Las duras, secas, frágiles cascadas de tu ego están lavándose en el infinito mar de creaciones

Fluye con ella

Siente el pulso del corazón del sol

Deja que el rojo Buda Amitabha barra a lo largo de ti.

No temas el éxtasis

No resistas la corriente

Recuerda, todo el exultante poder viene de dentro

Confía en la fuerza marea arrastrándote dentro de la unidad con todas las formas vivientes

Deja que tu corazón estalle en el amor por toda la vida

Deja que tu sangre caliente chorree hacia fuera dentro del océano de toda la vida

No estés atado al poder estático
El viene de ti.
Déjalo fluir
No Intentes apresar tus viejos temores corporales.
Deja que tu cuerpo se funda con el flujo caliente.
Deja que tus raíces se sumerjan dentro del cuerpo de la vida caliente
Flota en el mar del Arco Iris
Consigue el dominio de Buda en el reino llamado
AMOR EXULTANTE.

LA ESTRUCTURA DE LA ONDA VIBRACION DE LAS FORMAS EXTERNAS

(Ojos abiertos, gran interés en el estímulo externo visual, intelectuales)

Oh bien nacido, escucha con atención:
En este punto te puedes dar cuenta de la estructura
en formas de ondas del mundo que te rodea.
Todo lo que tú ves se disuelve en vibraciones de energía
Mira fijamente y te darás cuenta del baile eléctrico de la energía
Ya no hay cosas ni personas sino solo el movimiento directo de partículas
Tu conciencia ahora dejará tu cuerpo y se introducirá en el río de ondas
rítmicas.
No hay necesidad de hablar ni de acción
Deja que tu cerebro se convierta en un receptor de las radiaciones
Todas las interpretaciones son producto de tu mente.
Quítatelas de encima.
No tengas miedo.
Maravíllate en la fuerza natural de tu propio cerebro
La sabiduría de tu propia electricidad
Estate quieto y espera
A medida que el mundo tridimensional se deshace,
puedes sentir pánico
Te puedes sentir apegado por el pesado
y aburrido mundo de los objetos que ahora estás dejando.
En este momento, no te asustes de la transparente, radiante, cegadora onda
de energía
Deja que tu intelectualidad descanse

No tengas miedo de los rayos pegajosos de la luz de la vida
la estructura básica de la materia, la forma básica de la comunicación en
ondas.

Atiende quietamente y recibe el mensaje
Ahora tendrás la experiencia directa de la revelación de las formas
primarias.

LAS ONDAS VIBRATORIAS DE LA UNIDAD EXTERNA

(Ojos abiertos, gran interés por el estímulo exterior tal como las luces, o los
movimientos, aspectos emocionales)

Oh bien nacido, escucha atentamente:

Estás experimentando la unidad de todas las formas vivientes
Si la gente te parece hecha de goma y sin vida, como muñecos de plástico,
No te asustes

Esto sólo es un esfuerzo de tu ego para mantener su identidad separada.
Permítete sentir la unidad de todo, mézclate con el mundo alrededor tuyo
No tengas miedo

Disfruta el baile de los muñecos, los crea tu propia mente
Relájate y siente el éxtasis de las vibraciones de energía atravesándote

Disfruta la completa unidad de la materia y la vida
La luminosidad radiante es un reflejo de tu propia conciencia
Es un aspecto de tu naturaleza divina

No te sientas adherido a tu antiguo ser humano
No estés alarmado por los nuevos y extraños sentimientos que estás
teniendo

Si ahora te sientes atraído por tu ser antiguo
Volverás para otra etapa del juego existencial

Ten confianza y mantente sin temor
Te mezclarás en el corazón del sagrado Ratnasambhava
En un halo de luz arco iris

Y conseguirás liberación en el dominio dotado de gloria

EL CIRCO DE LA RETINA

Oh bien nacido escucha atentamente:

Estás ahora percibiendo el baile mágico de las formas
Dibujos estáticos y caleidoscópicos explotan a tu alrededor
Todas las formas posibles aparecen vivas delante de tus ojos
El circo de la retina
El incesante juego de los elementos
Tierra, Agua, Aire, Fuego.
En forma y manifestaciones que siempre cambian
Deslumbrándote con su complejidad y variedad
Relájate y disfruta el río de movimiento
No te apegues a ninguna visión ni revelación
Deja que todo pase a través de ti
Si te vienen experiencias molestas
Deja que te pasen como lo demás
No luches contra ellas
Todo viene desde dentro de ti
Esto es la gran lección en creatividad y poder del cerebro
Liberado de sus estructuras aprendidas.
Deja que la cascada de imágenes y asociaciones te lleve donde quiera
Medita calmadamente sobre el conocimiento
de que estas visiones son emanaciones de tu propia conciencia.
De esta manera puedes obtener conocimiento propio y liberarte.

EL TEATRO MÁGICO

Oh, bien nacido, escucha atentamente:
Estás ahora en el teatro mágico de los héroes y los demonios
Figuras mitológicas y superhumanas
Demonios, diosas, guerreros celestiales, gigantes.
Ángeles, Bodisadvas, enanos, cruzados
Duendes, demonios, santos, brujos, extraterrestres.
Espíritus infernales, duendecillos, caballeros y emperadores
El Dios Loto de la danza
El gran hombre viejo, la divina criatura,
El trampista, el metamorfo,
El adiestra monstruos,
La madre de las diosas, la bruja.
El dios de la luna, el errante.

La totalidad del divino teatro de figuras representando el cenit de la
sabiduría humana
No tengas miedo de ellos
Están dentro de ti
Tu propia inteligencia creativa es el mago reinante sobre ellos
Reconoce a las figuras como aspectos de ti mismo
Toda la fantástica comedia se halla en ti
No te sientas adherido a las figuras Acuérdate de las enseñanzas
Aún puedes conseguir la liberación

VISIONES COLERICAS

Oh noblemente nacido, escucha cuidadosamente:
Tú eras incapaz de mantener la perfecta Luz Clara o el primer Bardo
Reconócelas
Ellas son tus propias reflexiones hechas visibles y audibles
Ellas son producto de tu propia mente retrocedido hacia el muro
Ellas indican que tú estás cerrado a la liberación
No las temas
Ningún daño puede venirse de estas alucinaciones
Ellas son tus propios pensamientos con aspecto atemorizante
Son viejos amigos
Dales la bienvenida. Fúndete con ellas, vuelve a ellas
Piérdete tú mismo en ellas.
Ellas son tuyas
Cualquier cosa por muy aterradora y extraña que tú veas
Recuerda por encima de todo que viene de dentro de ti.
Mantente sobre este conocimiento
Tan pronto como reconozcas eso, obtendrás liberación
Si no lo reconoces
Torturas y castigo se seguirán
Pero esto son también radiaciones de tu propio intelecto
Son inmateriales
El vacío no puede dañar al vacío
Ninguna de las pacíficas o coléricas visiones
Demonios bebedores de sangre, máquinas,
Monstruos o diablos

Existen en realidad
Solo dentro de tu cráneo
Esto disipará tu miedo.

TERCER BARDO

Instrucciones preliminares

OH. escucha bien
Tú estás ahora ingresando en el tercer bardo
Antes mientras experimentabas las pacíficas y coléricas visiones del
segundo Bardo
Tú no podías reconocerlo
A través del miedo te quedabas inconsciente
Ahora mientras te recobras
Tu conciencia se alza
Como una trucha brincando hacia adelante,
fuera del agua luchando por su forma original
Tu ego anterior ha comenzado a operar otra vez
No te esfuerces por descifrar cosas
Si por la flaqueza estás atraído a actuar y pensar
Tú quieres vagar en medio del mundo del fuego de la existencia.
Y padecer dolor
Relaja tu intranquilo espíritu
Oh... tú has sido incapaz de reconocer las formas arquetípicas del segundo
Bardo
Tú has bajado hasta ahora
Ahora, si tú deseas ver la verdad
Tu mente debe descansar sin distracción
No hay nada que hacer, nada en que pensar
Flota hacia el noobsuro, primordial brillante, estado vacío de tu intelecto
En este camino tu obtendrás liberación
Si eres incapaz de relajar tu mente
Medita en tus amigos
Piensa en ellos con profundo amor y confianza
Como sobre obscureciendo la corona de tu cabeza
Esto es de gran importancia
No te distraigas

Oh...,
Tú puedes sentir el poder de realizar proezas
De percibir y comunicar con poder extrasensorial
De cambiar forma, tamaño y número
De atravesar espacio y tiempo instantáneamente
Estas sensaciones viven a ti naturalmente
Sin ningún método por tu parte
No las deseas
No trates de ejercitarlas
Reconócelas como señal de que estás en el tercer
Bardo
En el período de reentrada en el mundo normal

Oh ...
Si no has entendido lo mencionado
En este momento
Como resultado de tu propio juego mental
Espantosas visiones pueden venir
Ráfagas de viento y ráfagas heladas
Zumbidos y chasquidos de la maquinaria de control
Simulando risas
Tú puedes imaginar terror produciendo observaciones:
«Culpable», «estúpido», «inadecuado», «sucio»,
Tales mofas imaginadas y pesadillas paranoicas
Son los restos del egoísta egodominando, juegojugando.
No las temas
Son tus propios productos mentales
Recuerda que estás en el tercer Bardo
Tú estás luchando por entrar en la densa atmósfera del juego de la
existencia rutinaria ,
Deja a esta reentrada ser suave y lenta
No trates de usar fuerza o poder de voluntad.

Oh...,
Como tú eres conducido aquí y allá por los siempre movientes vientos del
Karma

Tu mente, no teniendo lugar para descansar o enfocarse
Es como una pluma
lanzada por el viento

O como un jinete en el caballo o aliento
Incesantemente o involuntariamente tu errarás llamado en la desesperación
por tu viejo ego

Tu mente corre hasta que estás exhausto y miserable
No te detengas en estos pensamientos
Conoce el descanso en estado inmodificado
Medita en la unidad de toda energía
Así tú serás libre de dolor, terror y confusión

Oh ...,

Tú puedes sentirte confuso y desorientado
Tu puedes estar asombrado de tu conducta
Tú puedes mirar a tus compañeros viajeros y amigos
y darte cuenta de que no pueden entenderte
Tú puedes pensar: Yo estoy muerto.. Qué haré..
Y sentir gran miseria

Sólo como un pez arrojado fuera del agua sobre ascuas al rojo
Tú puedes asombrarte de que nunca volverás
Lugares familiares, parientes, la gente que te conoce se te aparece como en
un sueño

O a través de un vidrio oscuro
Si tú estás viendo semejantes experiencias
Pensando no será de ninguna utilidad
No trates de explicar
Este es el resultado natural de tu propio programa mental
Tales sensaciones indican que estás en el tercer bardo
Confía en tu guía
Confía en tus compañeros
Confía en el misericordioso Buda

Medita calmadamente sin distracción.

Oh....

Tú puedes ahora sentir como si estuvieras oprimido
y estrujado

Como entre rocas y peñascos
O como dentro de una jaula o prisión
Recuerda:
Estas son señales de que tú estás intentando forzar un retorno a tu ego
Puede ser una opaca, luz gris .
Estas son señales del tercer Bardo
No luches por retornar
La reentrada sucederá por sí misma
Reconoce donde estás
El reconocimiento te guiará a la liberación

LAS VISIONES DE REENTRADA

Oh....
Tú no has entendido lo que está sucediendo Hasta ahora has estado
buscando por tu pasada personalidad
Incapaz de encontrarla, puedes empezar a sentir que nunca serás el mismo
otra vez
Que volverás como una persona cambiada
Entristecido por esto sentirás pena de ti mismo
Vas a tratar de encontrar tu ego, alcanzar el control,
De este modo pensando, te asombrarás aquí y allí
Incesantemente y distraídamente
Diferentes imágenes de tu mismo futuro serán vistas por ti
La que te obsesiona la verás más claramente
El arte especial de estas enseñanzas es particularmente importante en este
momento.
Cualquier imagen que veas
Medita acerca de ella como viniendo de Buda
Este nivel de existencia también existe en Buda
Este es un arte sumamente profundo
Te. hará libre de tu presente confusión
Medita acerca (nombre del ideal protector) tanto como puedas
Visualízale como una forma producida por un mago
Entonces deja su imagen disolverse
Empezando por las extremidades

Hasta que nada sea visible
Ponte en un estado de claridad y vacío
Habita en este estado por un rato
Medita ahora una vez más en tu ideal protector
Una vez más en la Luz Clara
Haz esto alternativamente
Después deja a tu propia mente disolverse también gradualmente
Donde quiera que el aire penetra, la conciencia penetra
Donde quiera que 'la conciencia penetra, el sereno
éxtasis penetra
Habita tranquilamente en el increado estado de serenidad
En este momento es renacimiento de las paranoias será evitado
La perfecta iluminación será conseguida

PARA TODA INFLUENCIA DETERMINANTE DEL PENSAMIENTO

Oh....
Puedes ahora experimentar alegría momentánea
seguida de pena momentánea de gran intensidad
Como el tensarse y relajarse de una catapulta
Irás a través de agudas oscilaciones de humor
Todo determinado por el Karma
No te aferres a las alegrías ni te enfades con las penas
Las acciones de tus amigos pueden evocar enfado o pena en ti.
Si te enfadas o te deprimes
Tendrás una experiencia infernal
No tiene importancia lo que la gente haga
Ningún pensamiento empañado puede surgir
Medita acerca del amor hacia ellos
Frecuentemente en este estado de la sesión Sólo estarás un segundo lejos de
la descubierta del cambio alegre de Tu vida; Recuerda que cada uno de tus,
compañeros es Buda consigo mismo
Tu mente ahora, sin tener donde enfocarse o fuerza interrogadora,
Siendo luz y moviéndose continuamente.
Todos los pensamientos que se te ocurran

Positivos o negativos
Ejercerán gran poder
Tú estás extremadamente receptivo
Por lo tanto no pienses en cosas egoístas
Recuerda tu preparación para el viaje
Muestra pura para afección y humilde fe
A través de la ausencia de estas palabras el recuerdo vendrá
El recuerdo será seguido del reconocimiento y la liberación

PARA EL JUICIO DE LAS VISIONES

Oh, si estás experimentando una visión de juicio y culpa
Escucha atentamente
Estás sufriendo esto porque es el resultado de tu mísero juego mental
Tu Karma
Nadie está haciendo nada
Tu mente está creando el problema
Por lo tanto flota en la meditación
Acuérdate en tus formas en las que crees
Acuérdate las enseñanzas de este manual
Acuérdate de la amigable presencia de tus compañeros
Si no sabes como meditar
Concéntrate en un objeto o sensación
Cógelo (dad al que se preocupa un objeto)
Concéntrate en la realidad de ese objeto
Reconoce la ilusoria naturaleza de existencia y fenómeno
Este momento es de gran importancia
Si estás distraído ahora te costará salir del cenagal de la miseria
Hasta ahora las experiencias del Bardo han venido a ti y no las has
reconocido
Has estado distraído
En este período has experimentado todo el miedo y todo el terror
Aunque siempre con éxito hasta aquí
Puedes reconocer y obtener liberación aquí
Tu sesión puede llegar a ser estática y reveladora
Si tú no sabes como meditar, recuerda (ideal de la persona)

Recuerda a tus compañeros Recuerda este manual
Piensa en todos esos miedos y terroríficas apariciones como perteneciendo
tu propio ideal,
como el uno misericordioso
Son pruebas divinas
Recuerda tu guía
Repite los nombres una y otra vez aunque siempre decaigan
No serás dañado

LAS VISIONES SEXUALES

En este momento puedes ver visiones de parejas juntas
Tú estás convencido que a tu alrededor ocurre una orgía
Deseo y expectación se apodera de ti que la acción sexual te espera
Cuando estas visiones ocurran
Recuerda, retente a ti mismo de acción o de apego
Humildemente ejercita tu fe
Flota en la corriente
Confía fervientemente en el proceso
Meditación y confianza en la unidad de la vida son las llaves
Si tratas de entrar en tu vieja personalidad por que eres atraído o rechazado
Si quieres unirte a la orgía que estás alucinando
Renacerás a un nivel animal
Experimentarás deseo posesivo y celos
Sufrirás estupidez y miseria
Si deseas evitar esas miserias
Escucha y reconoce
Rechaza los sentimientos de repulsión o atracción
Recuerda que el descendente esfuerzo contrario a la iluminación es fuerte
en ti
Medita sobre la unidad con tus compañeros de viaje
Abandona los celos
Ni atracción ni repulsión por tus alucinaciones sexuales
No vagarás en la miseria largo tiempo
Repítete estas palabras a ti mismo
Y medita sobre ello

CUATRO METODOS DE PREVENCION DE LA REENTRADA

I. MEDITACION SOBRE EL BUDA

Oh... tranquilamente medita sobre tu figura protectora
Ella es como un reflejo de la luna en el agua
Es aparente, todavía, noexistente
Como una ilusión producida por la magia
Si tú no tienes una figura especial protectora
Medita sobre el Buda o sobre mi
Con esto en la mente medita tranquilamente
Entonces, originándose la visualizadora forma de tu protector ideal
Se disuelve desde las extremidades
Medita sin ninguna idea hecha, sobre La Clara Luz
Vacío
Este es un arte muy profundo
Por virtud de ello el renacimiento es aplazado
Una mayor iluminación futura es segura.

II. MEDITACION SOBRE BUENOS JUEGOS

Tú estás vagando ahora por el tercer Bardo
Como una señal de esto mira tu espejo y tu no verás tu rostro normal
En este momento tú debes hacer simple resolución en tu mente
Esto es muy importante
Es como dirigir la carrera de un caballo con el uso de los riñones
Todo lo que tú deseas sucederá

III. MEDITACION SOBRE LA ILUSION

Si aún estás bajando te has liberado
Medita como sigue:
Las actividades sexuales, manipulación de la maquinaria,
la simulación de risa, sonidos esporádicos y apariciones terroríficas,

En verdad estos fenómenos son en naturaleza ilusiones
Sin embargo pueden aparecer en verdad ellos
Son irreales y falsos
Son como sueños y apariciones
No permanentes, no fijas
¿Qué ventaja hay en apegarse o tener miedo de ellas?
Todo son alucinaciones de tu mente
Tu mente misma no existe
Por lo tanto, ¿por qué existen ellas?
Solo tomando estas ilusiones por algo real tú navegarás alrededor de esta
confusa existencia
Todas son como sueños, como ecos
Como ciudades de nubes
Como espejismos, como formas relajadas
Como fantasmagorías
La luna vista en el agua
No son reales ni un momento
Manteniéndote firme agudamente en esta línea de pensamiento
La creencia de que ellas son reales es disipada
Y la liberación es alcanzada

IV. MEDITACION SOBRE EL VACIO

Todas las sustancias son parte de mi propia consciencia
Esta consciencia es vacía, increada, y no cesante,
Meditando así,
Deja descansar la mente en el increado estado
Como el llover de agua sobre agua
La mente debe ser dejada en su propia postura fácil mental
En su natural inmodificada condición clara y vibrante
Manteniendo este relajado, increado estado de la mente
El renacimiento en la rutina juego realidad es seguro evitado
Medita sobre esto hasta que tú seas ciertamente libre

PARA DESPUES ESCOJER LA PERSONALIDAD

Escucha:

Es casi tiempo de volver
Haz la selección de tu futura personalidad de acuerdo con las mejores
enseñanzas
Escucha bien:
Las señales y características del nivel de existencia a venir.
Aparecerán ante ti en señales premonitorias.
Reconócelas
Cuando encuentres que tú has vuelto a la realidad
Intenta seguir las deliciosas agradables visiones
Evita las desagradables y oscuras
Si vuelves en pánico, un espantoso estado seguirá.
Si te esfuerzas por escapar a las oscuras lóbregas visiones,
Un estado infeliz seguirá.
Si tu vuelves en resplandor, un feliz estado seguirá.
Tu estado mental ahora, afectará su posterior nivel de ser
Lo que escojas.
Escoge imparcialmente
Sin atracción ni repulsión.
Entra en el juego existencia con buena gracia
Voluntariamente y libremente
Permanece tranquilo
Recuerda estas enseñanzas

Timothy Leary (1920-1996)
Pegasus te ha transportado al Espacio