

Lección 10

La Mente y El Plano Mental

Notas

De los siete campos de energía vibratoria (materia) que componen el Universo, el Plano Mental o Mundo del Pensamiento representa el más elevado de los tres campos o planos en los cuales el proceso evolutivo del ser humano tiene lugar.

Entre los cuatro Reinos de la Naturaleza, el Mineral, el Vegetal, el Animal y el Humano, que coexisten en el planeta, la facultad de pensar analítica y racionalmente pertenece solamente al Reino Humano. Para ello, éste posee una Mente, o Cuerpo Mental que, en combinación con su cerebro, le permite pensar. Siendo como es, un instrumento maravilloso, cabe notar que en uno de sus textos H.P. Blavatsky califica a la Mente como “el peor enemigo del hombre”. Esta sorprendente afirmación no debe tomarse como absoluta a menos que se entienda claramente lo que HPB quiso decir. Para ello es necesario establecer claramente cuál es la relación existente entre el ser humano y su Mente.

El Ser Humano no es su Mente

Una de las peores equivocaciones que prevalecen en nuestra Humanidad actual es la idea de que nosotros somos nuestra Mente. Más aún, también creemos que somos nuestras emociones y deseos personales, porque identificamos todo eso como el Yo. “Así pienso yo...; así deseo y siento yo...; y este soy yo...” nos decimos al ver nuestra imagen física en una foto o en un espejo. Pero esta no pasa de ser una ilusión de la cual conviene deshacerse cuanto antes, porque es la causa de la mayoría de nuestros sufrimientos.

Confundir al ser humano con los vehículos que la Naturaleza le ha entregado para expresar conciencia a nivel mental, emocional y físico, es como confundir el automóvil con el conductor que lo maneja, o la casa con la persona que en ella vive. El ser humano vive en su cuerpo físico a nivel molecular, pero él no es su cuerpo físico; el ser humano expresa emociones y deseos, pero éstos no provienen de él, sino de su Cuerpo Astral, mecanismo sutil e invisible al ojo físico, diseñado para generar emoción y deseo; el

ser humano piensa, pero sus pensamientos provienen de su Cuerpo Mental o Mente y a través de su cerebro, que es el órgano que utiliza la Mente para expresar sus pensamientos a nivel físico. En suma, no se debe confundir al Ser que somos, con los vehículos que usamos para manifestar conciencia a nivel mental, emocional y físico.

Cuando la Mónada Humana ha concluido su peregrinaje evolutivo por los reinos llamados “inferiores” en la Naturaleza - vale decir, el Mineral, el Vegetal y el Animal - y encarna por primera vez como ser humano, lo hace a través de una extensión de sí misma que alcanza al Plano Mental desde el Plano Monádico. A ésta se la llama el Ego Espiritual o Alma Individual, que surge al producirse la primera encarnación humana. Con ello recibe por primera vez la Mente racional que le distinguirá de los animales al permitirle libertad de pensar, decidir y proceder, y pasa por ello a ser moralmente responsable por sus actos. El animal en cambio sigue automáticamente los dictados de la Naturaleza al proceder mediante lo que llamamos “instinto”.

Viniendo a la encarnación en lo que se podría definir como un estado “virginal”, el Alma tiene que desarrollar su potencial pensante y sentiente, porque no sabe pensar ni sentir. Ambas cosas son factores de desarrollo que aún no posee. Los vehículos Mental y Astral le permitirán hacerlo pero ahora debe enfrentar un gran dilema: aprender a controlar y a educar a esos cuerpos sutiles, tarea en extremo difícil porque ellos representan focalizaciones individuales de energías cósmicas extremadamente poderosas. Todos sabemos lo difícil que resulta, por ejemplo, controlar nuestro enojo cuando nos vemos insultados de manera grosera e injustificada; o cuando nuestra Mente, actuando por su cuenta, nos entrega información falsa que inflama nuestras emociones. Nuestro cuerpo físico procede entonces a actuar bajo tal estímulo, y lo que tenemos es una pelea!

Los cuerpos del ser humano son mecanismos; objetivo y visible el físico, sutiles e invisibles al ojo físico el Mental y el Astral o Emocional. Como tales, no son malos ni buenos. Su buena o mala actuación depende cómo se les use. No podemos calificar la electricidad de “buena” o “mala” porque alguien ha iluminado una

ciudad o alguien se ha electrocutado tocando un cable de alta tensión respectivamente. Las energías universales son lo que son: energías. Aprender a utilizarlas sabiamente debe ser nuestro objetivo para avanzar. El control de los cuerpos sutiles del ser humano se logra primeramente mediante el control de la Mente. Con ésta bajo dominio, el control sobre las emociones y deseos se hace más viable.

El estudiante debe entender que su Mente es un mecanismo que le permite pensar, pero que no tiene principios morales de ninguna especie. Es el Alma, el Ego Espiritual, el que tiene que inyectar ese elemento de ética y moralidad, porque éste representa la Divinidad en nosotros. Los mecanismos no poseen tales cosas. La Mente no controlada por el Alma, se torna entonces en algo peligroso que incluso demorará significativamente nuestro avance. Aprender a controlarla es en consecuencia absolutamente crucial, y la única forma de hacerlo es mediante la meditación. Y para establecer un proceso meditativo apropiado es necesaria la concentración.

Se nos dice que existe entre el Alma y la Mente, un “espacio”. A ese espacio se entra silenciando la Mente, que en la mayoría de las personas mantiene una cháchara permanente de pensamientos intrascendentes y a veces inapropiados que aislan a la persona de su Ser Superior. Silenciar la Mente mediante un esfuerzo por concentrarse algunos minutos en un determinado objeto con prescindencia de cualquier otra cosa, no debería ser tarea difícil. Lo es, sin embargo, debido a los muchos años que el individuo ha dado “vía libre” por así decir, a su mente. Pero silenciarla es algo perfectamente posible, aunque ello puede demorar un tiempo mayor en algunas personas que en otras. Se recomienda en consecuencia, el siguiente ejercicio:

Sentarse quietamente en algún lugar privado con el máximo de certeza de no verse interrumpido. Mantener la columna vertebral recta, perpendicular al suelo. Vaciar el pulmón de aire por completo, e inspirar el aire por la nariz, profundamente hasta llenar el pulmón; sostener el aire dentro cinco segundos, y expulsar lentamente por la boca. Esperar cinco segundos antes de efectuar la nueva inspiración por la nariz, y completar diez respiraciones. Esperar 15 segundos, e iniciar una nueva serie de 10 respiraciones, hasta completar 40 en total, vale decir, cuatro series de 10. Se

experimentará entonces una sensación de calma y serenidad. No hay nada de milagroso en ello. Lo que ocurre es que el exceso de oxígeno que entra a los pulmones al respirar de la manera indicada, entrega una mayor carga de oxígeno de la normal a la sangre, que a su vez lleva esa carga extra al sistema nervioso, relajándolo, condición esencial ésta para silenciar la mente y abrir el canal de comunicación entre la personalidad y su Ser Superior. Producido este contacto, que entrega una sensación de alegría y paz difícil describir, los vehículos caen bajo el control del Alma, que es el verdadero individuo, y su avance se acelera considerablemente, porque ahora es él mismo quien controla su vida en lugar de verla dominada por sus vehículos. **Estos le han sido proporcionados para que él los use, no para que ellos lo usen a él**, que es lo que ocurre con la mayoría de la gente ajena por completo a este conocimiento. Si partimos de la base de que el ser humano no es “un cuerpo con un alma”, como erróneamente se ha enseñado, sino que se trata en realidad de un Alma con cuerpos, vehículos que le permiten pensar, sentir y actuar, nuestro enfoque varía radicalmente con respecto a lo que en realidad somos y la vida que vivimos, y nuestra capacidad para someter los vehículos a nuestra voluntad queda establecida definitivamente.

La acotación de Blavatsky queda entonces en debida perspectiva, aunque en rigor debiera decir: “La mente que no está bajo el control de su dueño se torna en su peor enemigo”, para así representar la totalidad de la idea.

El Plano Mental

El Plano Mental es el plano donde el Ego sintetiza las lecciones aprendidas durante la encarnación recién pasada después de la muerte de su cuerpo físico, transformándolas en lo que se conoce como facultades naturales o talento. Existe, desafortunadamente, en el mundo occidental, la tendencia a suponer que el talento es un don del Creador con el cual ciertas personas son bendecidas al nacer sin razón aparente. Es decir, se presume que Dios, (descrito por muchos como un Padre infinitamente bondadoso y justo) da a ciertas personas capacidades excepcionales a tiempo que las niega a otros por razones inexplicables. Especialmente entre aquellos que niegan la doctrina de la Reencarnación, tal afirmación equivale a

aceptar un Dios caprichoso e injusto, una especie de tirano cósmico, un Ser en directa oposición al que proclaman como infinitamente justo.

La Teosofía postula en cambio un universo regido por Ley, y de acuerdo con este principio todo lo que el hombre tiene, especialmente en lo que se refiere a talentos individuales, lo debe lograr por sí mismo mediante esfuerzo y disciplina propios. Esta idea está basada en el hecho de que lo que llamamos “evolución” es en realidad un proceso de desenvolvimiento (la palabra del latín *evolvere*, de donde viene “evolución”, significa literalmente “desenvolver”) una especie de florecimiento del enorme potencial divino que es parte de nuestro ser; y, debido a que este potencial es interno, su desarrollo debe tener lugar desde dentro de cada ser humano bajo el estímulo representado por la acción e interacción a que nos instan la vida física, emocional y mental. El proceso es similar al de la semilla que, plantada en la tierra, da origen a un árbol; pero el árbol surge desde dentro de la semilla que contiene en latencia la forma, el colorido, el tamaño y, en fin, todo lo que ese árbol debe ser.

Cuando el hombre desencarna e ingresa al Plano Mental después de su paso por el Plano Astral, lleva consigo en su átomo simiente (ver Lección 2) todo el aprendizaje llevado a cabo en su vida física recién concluida. En el plano mental sintetizará este conocimiento para posteriormente incorporarlo a su Cuerpo Causal en términos de posibilidades vibratorias. Tales posibilidades se manifestarán como “talento innato” cuando al individuo encarne nuevamente. Tendrá entonces un nuevo cuerpo físico (y en consecuencia un nuevo cerebro físico que no puede recordar lo aprendido en vidas pasadas por no haberlo grabado), pero su aprendizaje y las facultades logradas durante la encarnación anterior no se perderán gracias al método de la Naturaleza antes descrito para retener y preservar lo adquirido.

Bastará solo un poco de reflexión para darse cuenta de cuán justo y apropiado resulta este sistema, que asegura así que cada cual tenga exactamente lo que merece, la medida precisa de su propio esfuerzo, disciplina y dedicación. Se explica así además la existencia de individuos tales como Mozart, que a los cinco años

de edad desplegaba un talento musical tan sorprendente como inexplicable para quienes no conocen esta doctrina, lo mismo siendo aplicable a diferentes individuos que brillan en diversos campos del arte y la ciencia.

Resulta entonces razonable suponer que todo lo que tenemos y somos como individuos, con nuestro talento y con nuestras limitaciones, constituye la suma total de todo lo que hemos hecho o dejado de hacer en nuestras encarnaciones anteriores. A nadie podemos culpar por nuestra carencia de talento musical, por ejemplo, si en vidas anteriores jamás hemos indicado interés alguno en el estudio de la música ni en la disciplina de aprender instrumentos musicales.

Cierto es que al nacer en un cuerpo físico - que precisará gran cantidad de desarrollo antes de llegar a la edad adulta - deberemos abocarnos nuevamente al aprendizaje del campo en cuestión; pero este nuevo esfuerzo será diez veces menor que el realizado en vidas pasadas. Claramente, Mozart, en su última vida, demoró muy breve tiempo en aprender teoría e instrumentos musicales en comparación con otros que estudiaban tales disciplinas por vez primera.

Las dos Regiones

El Plano Mental está dividido, al igual que el resto de los siete planos, en siete divisiones o sub-niveles. Las cuatro inferiores agrupan lo que se conoce como la Región Mental Concreta o Devachán; las tres superiores constituyen la Región Mental Abstracta o Conceptual. La materia sutilísima que compone el único vehículo permanente del Alma a través de todas sus encarnaciones, su Cuerpo Causal, proviene de esta región, y es en ella donde el Alma encuentra el descanso necesario entre una encarnación y otra para proveerse de la energía requerida para enfrentar un nuevo encarnación, una nueva vida física.

El Alma ingresa a la Región Abstracta después de haber perdido, uno por uno sus vehículos físico, astral y mental concreto, y después de haber sintetizado en la región concreta todo el conocimiento adquirido durante la encarnación ya concluida. Esta

es, se nos dice, la verdadera morada del Alma, el plano en donde encuentra su verdadera expresión, despojada de los aspectos inferiores impuestos por la personalidad, que es la suma de los tres vehículos antes mencionados. Allí experimenta una felicidad y un éxtasis imposibles de describir en palabras. Se trata de una experiencia verdaderamente sublime, que difiere del cielo mencionado por algunas religiones sólo en que se trata de un estado temporal y de ninguna manera eterno. El Ego todavía no se ha ganado su derecho a la felicidad eterna, quedándole aún bastante por aprender, razón por la cual tendrá que volver a encarnar, abandonando así aquella morada feliz para rodearse nuevamente de campos de energía (cuerpos) que le permitirán continuar su aprendizaje a través de la experiencia en los planos inferiores.

Los Arquetipos

La Teosofía nos dice que es en la región del pensamiento abstracto donde las ideas germinan. Por su parte, la región del pensamiento concreto entrega la materia mental concreta para vestirlas y producir las formas de pensamiento correspondientes. Por vía de ejemplo, supongamos que alguien decide encargar a un ingeniero mecánico la fabricación de un automóvil. En tal caso, lo primero que el ingeniero tendrá que hacer es imaginar el automóvil, o mejor dicho, el concepto de un vehículo automotriz. Para ello debe pensar, utilizando materia mental abstracta o conceptual. Una vez que logra tener el concepto claro, diseña en su mesa de trabajo la forma y especificaciones concretas del automóvil, para lo cual utilizará materia mental concreta. Logra de este modo que la idea abstracta original, tome forma concreta, aunque solo sea en la imagen bidimensional del dibujo. Para que la actual realidad física del vehículo tenga lugar, deberá enviar el dibujo a la fábrica que, una vez en posesión de los materiales necesarios, procederá a construirlo bajo las especificaciones dadas. He aquí un ejemplo claro para ilustrar la idea de que **todo aquello que está manifestado en el mundo físico tiene que manifestarse primeramente en el mundo mental**. Antes de que algo se transforme en realidad física debe ser primeramente pensado, ya sea por la Naturaleza o por el hombre.

De lo anterior puede colegirse que, cuando pensamos, estamos utilizando materia mental, y así como no existe automóvil, casa o ningún otro objeto físico que pueda ser construido sin plan o diseño previo, todas las criaturas y objetos existentes en el mundo físico tienen también cada una su diseño o plan previo que les otorga sus características propias, desde una molécula hasta una montaña, desde la ameba hasta el cuerpo humano, desde el humilde musgo hasta la flor más colorida, perfumada y hermosa, y en fin, toda forma en la infinita variedad existente en la naturaleza. Este postulado nos lleva a la idea de los **arquetipos**.

Cuando observamos la semilla de una encina, rara vez se nos ocurre pensar que para que ésta se transforme en aquel árbol tiene que contener en sí una idea germinal, un plan en base al cual el árbol ha de tomar su forma. Cuando el árbol crece, lo atribuimos a lo que llamamos “las leyes de la Naturaleza”, pero no nos detenemos a considerar la mecánica del proceso o el maravilloso hecho de que en una semilla tan pequeña exista el plan de un árbol de gran tamaño y hermosura. Aquel pequeño plan contenido en la semilla como idea germinal, es lo que en ocultismo se llama un arquetipo o modelo.

Los autores de estos arquetipos – y en la infinita variedad de la naturaleza nos es dado observar millones de ellos – son ciertas elevadas Inteligencias de tipo angélico. Estos grandes Seres se especializan en cada una de las cuatro divisiones de la región concreta del plano mental, a saber:

- 4a. División = Fuerzas Arquetípicas y Mente Humana
- 3ª. División = Arquetipos del Deseo y la Emoción
- 2ª. División = Arquetipos de la Vitalidad Universal
- 1ª. División = Arquetipos de la Forma

De esta clasificación puede colegirse que los arquetipos no existen solamente en lo que respecta a las formas sino también en lo que respecta a los procesos mentales (porque hay que imaginar primeramente lo que deseamos crear); las emociones y deseos (porque necesitamos desear para concretar nuestra creación); y la vitalidad (porque diferentes formas requieren diferentes

características para que la Vida Una pueda expresarse a través de ellas).

La Región Causal del Plano Mental es, se nos dice, la verdadera morada del Ego espiritual humano, aquella desde donde éste trata de gobernar el desempeño de los cuerpos que componen su personalidad para así procurarse las experiencias necesarias en relación con su evolución. Al producirse la encarnación el Ego trata de concentrar sus energías sobre estos vehículos. El resultado es lo que llamamos “conciencia” manifestándose a través de ellos.

La meta evolutiva del Ego se logra entonces a través de la subyugación de la personalidad mediante el control total de los vehículos que la componen. Como ya dijimos, esta no es una tarea fácil, pero eventualmente el Ego logra triunfar, desarrollando gracias a tal esfuerzo el poder de su voluntad, su inteligencia su intuición y su capacidad de amar impersonalmente, virtudes que distinguen al Adepto, al ser humano ya perfeccionado que no precisa volver a encarnar.

Aspecto del Plano Mental

No existe forma alguna de poner en palabras la inenarrable belleza del plano mental. Todo aquello, y mucho más de lo que observamos en la vida física puede ser observado allí también, solo que aparecerá mil veces más vital y hermoso de cómo se ve el mundo físico. Es un mundo de gran colorido y luz, representando además un estado de bienaventuranza y felicidad imposibles de encontrar en los planos inferiores. Es la puerta que nos abre camino hacia el plano Búdico, más elevado y más hermoso aún, y más cercano a nuestra morada divina definitiva.

Antes de concluir esta lección, es necesario recordar al estudiante que cuando se habla de “planos”, “mundos”, “divisiones” y “regiones”, no debe pensar en éstos como lugares separados en el espacio, sino como esferas que coexisten y se compenetran. Esta compenetración de diferentes tipos de materia es posible debido a la gran diferencia en frecuencia vibratoria de los átomos que las componen. De modo similar a como la arena, el agua y el aire forman el contenido de una vasija sin que ello cambie las

características de estos elementos, de igual manera la esfera de materia mental compenetra las esferas de materia astral y física de nuestro planeta, coexistiendo con ellas.

Siguiendo el viejo axioma oculto “como arriba, así es abajo”, al igual que el ser humano, nuestro planeta, que es un ser vivo, tiene un cuerpo físico, un cuerpo astral, y un cuerpo mental, la diferencia con el ser humano está dada es que estos “cuerpos” planetarios son de forma esférica. Las otras cuatro esferas que completan las siete de la Tierra, forman parte de un estudio oculto más avanzado.

Pero, para dar una idea más clara del esquema de la estructura universal diremos que la esfera de la Tierra que llamamos Plano Búdico, su cuarta esfera, es tan grande que contiene en sí a todos los planetas de nuestro sistema solar; la esfera Atmica contiene en sí a todos los sistemas solares, y éstas dos esferas son a su vez parte de un plano o esfera mayor, la Monádica, todas las esferas Monádicas estando contenidas por la esfera o Plano Cósmico Adi, el Mundo Divino.

Preguntas a responder

1. ¿Qué se entiende por Mundo del Pensamiento?
2. Describa las divisiones y regiones del plano mental.
3. ¿Qué papel desempeñan las dos regiones del Plano Mental?
4. ¿Qué es el Cuerpo Causal?
5. ¿Qué se entiende por Arquetipos?
6. ¿Cuál es el objeto del paso del Ego por el Plano Mental?
7. ¿Qué es el Devachán?
8. ¿Qué se entiende por Plano Causal?
9. Explique la relación del Ego Espiritual o Alma con sus vehículos Mental, Astral y Físico.

Bibliografía

- El Cuerpo Mental, por A.E. Powell
- El Cuerpo Causal y el Ego, por A.E. Powell
- El Poder del Ahora, por Edgar Tolle

