

## 1- LEY DEL MENTALISMO

(Por CAROLA DE GOYA, del grupo de instructoras de Conny Méndez)

Amado hermano: Mi Cristo saluda a tu Cristo. Vengo a darte la 1ª Lección de Metafísica. Vengo en nombre de mi Maestro Jesús a ponerte en posesión de la Verdad.

Como te dije en mi anterior lección DIOS NO CASTIGA, castigan LAS LEYES COSMICAS QUE SON SIETE: MENTALISMO, CORRESPONDENCIA, VIBRACION, POLARIDAD, RITMO, CAUSA Y EFECTO Y GENERACION. Hoy vamos a hablar algo sobre la LEY DE MENTALISMO, la más importante de todas las Leyes, base y estructura del mundo en que vivimos.

LA LEY DEL MENTALISMO se basa en un aforismo que dice: "TODO ES MENTE, EL UNIVERSO ES UNA CREACION MENTAL". Se dice que el Universo en que vivimos, es una creación mental del TODO en cuya mente vivimos, nos movemos y tenemos nuestro ser. Este Principio al establecer la naturaleza mental del Universo, explica fácilmente los varios fenómenos mentales y psíquicos que tanto preocupan al ser humano y que sin esta explicación son incomprensibles y desafían toda hipótesis científica. La comprensión de este Principio Hermético del Mentalismo habilita al individuo para realizar y conocer la Ley que rige al universo Mental, aplicándola a su bienestar y desarrollo. El estudiante de Metafísica puede emplear conscientemente las Leyes Mentales usándolas a su favor en lugar de ser usado por ellas.

Cuando pensamos, de nosotros emana una corriente magnética semejante hasta cierto punto a un rayo de luz que llega hasta el alma de las demás personas ejerciendo sobre ellas su influencia, aún así los individuos estén separados por largas distancias.

Un pensamiento fuertemente proyectado vencerá por su gran potencia la resistencia que instintivamente oponen muchas almas a las impresiones que les vienen de afuera. Pensamientos fuertes y repetidamente proyectados en la misma dirección acabarían por penetrar donde una sola onda hubiera sido repelida. Los pensamientos ajenos ejercen sobre nosotros una influencia mucho mayor de lo que podamos suponer.

Debemos saber que "LOS PENSAMIENTOS SON COSAS" es decir, tienen cuerpo, tienen masa, al salir de nuestro cuerpo mental adquieren vida, personalidad, son una entidad que entra a funcionar según la dirección que le hemos dado, con el color y tonalidad que le hemos adjudicado en el momento de emitirlo. Así como un microscopio nos pone en contacto con todo un mundo invisible para nuestra vista

normal, un mundo insospechado para el hombre sin estudios, asimismo podría en el futuro inventarse un aparato que nos permitiera "ver" y hasta fotografiar la forma y el color de los pensamientos.

Nosotros, metafísicamente, dividimos los pensamientos en dos clases: NEGATIVOS Y POSITIVOS. Sabemos que los primeros son opacos, de bajas y sombrías tonalidades, afectan adversamente a todos aquellos a quienes van dirigidos y a quienes los emiten. Contribuyen a rodear al individuo de una atmósfera siniestra, pesada, que entorpece su evolución ascensional en todo orden, lo vuelve una persona desagradable, antipática, indeseable, da a su fisonomía una expresión amarga que lo afea, aleja de sí los afectos, lo hacen un neurasténico crónico, porque crea lo que llamamos un EGREGOR NEGATIVO, un ente con vida, que le pertenece y se hace su inseparable compañero; que trata de tentarlo -y esto es lo que se entiende por tentación- sembrándole cada vez nuevos pensamientos depresivos, que lo van enervando. Te pondré un ejemplo: fulanita o fulanito te hizo lo que comúnmente llamamos una canallada. Cuando la recibiste, lógicamente te indignaste, te indignaste en tu mente y emitiste pensamientos de ira, de despecho, de venganza, y hasta los expresaste con palabras. En aquel momento salió de tu cuerpo mental una carga electrónica -y ya esto está comprobado científicamente por medio de los encefalogramas, el cerebro al pensar emite ondas eléctricas que se registran en una cinta- esa carga electrónica que emitiste fue de carácter NEGATIVO y salió hacia el espacio donde se encontró con otras cargas afines, es decir, con rayos electrónicos similares, pensamientos de odio, de tristeza, decepcionantes. etc., emitidos por otras personas, y por simpatía se unió a ellos. Esta fuerza electrónica negativa; lanzada al espacio inconscientemente, toma cuerpo y fabrica un ente de condición negativa, es decir, cargado de mala intención, de tristeza, de dolor, de odio, de sentimientos depresivos de todo orden. Por derecho de CORRESPONDENCIA este ente pertenece a, quienes lo fabricaron y periódicamente se acerca a ellos, a recordarles de nuevo el hecho que los indignó, que los hirió, que los acomplejó, etc. Cuando a tu mente vuelve "el recuerdo" -que no es otra cosa que el Egrégor- tentándote- tú vuelves a indignarte, a sentir el mismo odio, el mismo deseo de desquite de venganza, etc. y el Egrégor engorda, se fortalece, crece a tu costa y cada vez te domina más y te hace su esclavo. Cuando un Egrégor negativo se hace muy fuerte puede llevar al ser hasta la locura o el suicidio, con el agravante de que este mismo mal lo están recibiendo a su vez millones de almas débiles, quienes bajo esta influencia caen en iguales condiciones y así se forma una conciencia colectiva de tristeza, de miedo, depresión y derrota. Así contribuimos con nuestra cuota mental al bien o al mal de la humanidad.

Por el contrario los pensamientos, positivos siembran en nuestro subconsciente un semillero maravilloso y esas vibraciones luminosas

que salen de nuestro cuerpo mental van a tocar otras mentes estimulándolas en el sentido positivo. Muy importante es saber que con la mente gobernamos las células de nuestro cuerpo. El cuerpo físico manifiesta en salud, belleza y energía, lo que ocurre en nuestro cuerpo mental. Es como un espejo.

Tal como piensas así eres. El que se llena de pensamientos enérgicos muestra energía ante la vida. El que nutre pensamientos generosos será generoso. El que piensa con valor manifestará valor. Tanto el valor como el miedo, son nada más que actitudes mentales. Por eso se dice que somos los arquitectos de nuestra propia estructura. La mente crea, tiene el poder creador, allí se manifiesta la Presencia Divina en nosotros como Inteligencia Creadora, de allí ese axioma metafísico que afirma: "Todo es Mente".

Vivimos en un Universo Mental, creado por el Omnisciente. Todo lo que el hombre va descubriendo y trayendo a realización ya existe en potencia en la Mente Divina. Ningún hombre "inventó" nunca nada, no hay sino UN SOLO INVENTOR, DIOS. Su OMNISCENCIA (esto quiere decir EL QUE TODO LO SABE) pensó el Universo y al descargar esa energía, la energía, que es materia, tomó forma. El hombre, como hijo de DIOS, hecho a su imagen y semejanza, también es creador con su mente: pero el hombre; recibe las ideas por infusión divina, es decir, DIOS le envía un rayo de Luz cada vez que lo cree; necesario, y el hombre estimulado por la fuerza de ese, rayo de Luz ejercita la función de pensar. Su mente recibe la idea, esa mente estimula el campo emocional, o sea, una vez recibida la idea, concebida, comprendida, nace en el campo emocional el deseo de traerla a realización, y así el campo o cuerpo emocional, estimula a su vez el campo volitivo, es decir, la voluntad se pone en pie y lleva al cuerpo físico a la acción, para traer a realización la idea, para plasmarla en algo tangible. Ningún hombre sacó nunca nada de fuera de sí, todo lo percibió desde adentro: con su mente recibió y ejecutó Todo lo existente hecho por la mano del hombre, antes de ser hecho fue pensado, planeado. Pongamos como ejemplo una mesa. Esta mesa alguien la pensó, deseó tenerla o verla hecha, entonces la mentalizó, es decir, con su mente la vio, la puso en ejecución y la hizo, o la trajo a manifestación, que es como se dice en Metafísica. Ahora bien ¿la mente de este hombre solo construyó la mesa? No. Antes de que él la pensara hubo millones de mentes pensando y construyendo mesas a través de todas las edades. Posiblemente la primera mesa construida por el hombre, la pensó y la hizo un troglodita, quien ponía su alimento sobre el suelo donde siempre se contaminaba con otras materias, paja, tierra, insectos muertos o vivos, etc., desagradables para su paladar. Un día vio que poniendo su alimento sobre una piedra lo preservaba mejor y así empezó a recibir su mente la iluminación de cómo hacer una mesa. Quizás estuvo por mucho tiempo, o hubo varias generaciones que estuvieron por mucho

tiempo colocando su alimento sobre una laja. Pero un día alguien pensó que era mejor elevar esa laja colocándola sobre otras piedras que le servirían de soporte. Resultaba más cómodo tener la comida más cerca de la boca y más alejada de las impurezas. He ahí cómo nació la primera mesa rústica. Después generación tras generación el hombre siguió perfeccionando con su mente la idea mesa hasta llegar a construirlas para todos los usos: para comer, para escribir, para cortar, para dibujar. Luego vinieron las mesas artísticas, verdaderas obras de arte y de ahí cómo la mente del hombre ayudada por el estímulo de la Divina Inteligencia es una Mente Creadora. El hombre con su mente colabora con el Divino Hacedor de todas las cosas, en el desarrollo de una humanidad cada vez más perfecta.

Como ya dije la mente gobierna las células de nuestro cuerpo. Nada hay más obediente que la materia. Si una persona tiene una mente enfermiza, piensa que su organismo no marcha bien; si le estaba marchando bien, al recibir la orden o estímulo mental, el organismo obedientemente pondrá sus células a funcionar como su mente regidora está decretando que funcionen. Así, si al levantarte por la mañana, te has levantado en un estado mental negativo, y con tu mente afirmas: yo no estoy bien. Pues seguro es que no vas a sentirte bien, lo has pensado, lo has mentalizado y tu organismo obedece. En clases más adelantadas te enseñaremos tratamientos mentales para recobrar la salud. "La fe mueve montañas"; todas las curaciones religiosas tienen como base la fe. Lourdes es un elocuente ejemplo. En todas las religiones y filosofías se producen los llamados "milagros", porque cada uno en su religión pone fe en el intercesor que usa, pone su mente al servicio de la curación y se cura.

El hombre tiene una mente inquisitorial, él siempre anda buscando, tratando de descubrir algo, usa lo que se llama razonamiento y por medio de éste, bien dirigido, ha obtenido grandes cosas. Somos colaboradores con el Padre sintonizando nuestras mentes con el AMOR, es decir, con el BIEN. Inteligencia más Amor es igual a Sabiduría. La Sabiduría nunca se equivoca, jamás trabaja para el mal. Mente sola, es fría, analítica, usada sin Amor resulta un arma de doble filo, puede orientarse hacia el Bien o hacia el Mal. Orientada, buscando el bien de todos nos ha dado confort, adelantos en medicina tendientes a obtener la curación y el alivio de la humanidad sufriente, música, etc. Orientada hacia el mal nos ha puesto en la mano la bomba atómica. Estando en posesión de este conocimiento nos queda el libre albedrío de orientar nuestros pensamientos en forma positiva o negativa. Lo que sembramos, eso cosecharemos. No es difícil la elección. La mente contribuye al éxito del individuo o a su fracaso. La fe es también una actitud mental. La mente lo maneja todo.

Alergias nerviosas, dispepsias crónicas, alta tensión arterial,

afecciones cardíacas o hepáticas, insomnio, infinidad de malestares son producidos por pensamientos de temor, desmedida ambición, envidia, resentimiento, complejos, tristeza, es decir, la mente enfocada a todo lo que no produce alegría ni satisfacción. Esta es la cosecha de una mente negativa.

Por el contrario la mente positiva estimula al individuo abriéndole las puertas del éxito. El que tiene confianza en sí mismo llega donde se propone, si busca el camino inteligentemente actuando con fe y entusiasmo.

Te pondré el ejemplo de lo que es una mente negativa y otra positiva. Una gran fábrica de calzado mandó dos agentes viajeros a cierto lugar de África con el objeto de abrir mercados a su producto. Cada quien fue por su lado, no tenían contacto. El primero en llegar, un fracasado consuetudinario, puso un telegrama a la fábrica diciendo. "Fracaso total. Viaje perdido. Aquí nadie "usa zapatos". El otro, una mente positiva, con madera de triunfador, envió a su vez el siguiente mensaje: "Excelente mercado, viaje será un éxito. Aquí nadie "tiene" zapatos".

El primero consideró que allí la gente no usaba zapatos y seguirían sin usarlos por el resto de sus vidas. El otro entrevió una maravillosa oportunidad. Aquí nadie tiene zapatos, yo los voy a enseñar a usarlos. Hay una gran diferencia ¿verdad? Lógicamente el primero tenía una mente perezosa, aceptaba las cosas tal como las hallaba y no se ocupaba de modificarlas. El otro era una mente alerta, una mente dispuesta a mejorar el mundo y a hacer su parte para lograrlo. Justo era que uno fuese un fracasado y otro un triunfador. ¿Cuál de los dos prefieres ser tú?

¿Quieres triunfar? Cambia tu tono mental, tiñe tus pensamientos de color rosa, hazte una persona agradable, cuya compañía todos desean. ¿Quieres curarte? Comienza también por variar el color de tu mente. Bota fuera todo lo que te esté molestando. Piensa amorosamente de todo el mundo. Mira todo con los ojos de Cristo. Cristo ignoraba el mal, él sólo veía el bien en toda persona o cosa. El hombre lleva en su mente dos terribles enemigos: el miedo y el odio. Para hacer una buena curación tienes que empezar por limpiar tu mente. Ten fe, comienza por perdonarte a ti mismo todo aquello de que te esté acusando tu conciencia. No hay cosa más destructiva que la autoacusación. La persona que vive llena de remordimientos, lógicamente, al acusarse a sí misma, trata de justificarse y por reacción natural busca a quien echar la culpa de su culpa. Entonces comienza ese soliloquio lleno de resentimiento que comienza: "Sí, es verdad que yo dije o hice aquello; pero fue porque fulanito me dijo o me hizo esto otro". Y así crece el rencor, crece el remordimiento y la persona se va envolviendo en una maraña psicológica de la cual no sabe cómo salir.

Para hacer una buena confesión tienes que recogerte en un lugar apartado y allí, sólo contigo mismo, hacer un buen examen de conciencia. ¿De qué me estoy acusando? ¿Qué cosas me están molestando interiormente? No seas blando contigo, reconoce noblemente tus faltas y no le echas la culpa a nadie, responsabilízate por lo que hiciste y di, yo y nadie más que yo tiene la culpa de lo que hice. Ahora bien. Quédate en silencio, vas a entrar en tu santuario interior, vas a ponerte en contacto con el Dios que mora en tu corazón (en sucesivas clases te haremos saber cómo es esto). Mantén ese silencio por unos segundos y olvídate de lo que estabas pensando antes, pon tu mente en blanco. ¿Lo lograste? Muy bien. Has entrado en tu santuario interior. Allí te vas a confesar con tu Dios. Has entrado en el lugar secreto en donde tú eres rey y soberano, el lugar que nadie puede violar, donde sólo Dios y tú saben lo que pasa. Ahora saluda a ese Dios con las palabras más amorosas que salgan de tu corazón y dile: "Padre, reconozco que he pecado, me o arrepiento y pienso y quiero no hacerlo más. Te pido perdón. Acepto tu perdón.

Gracias Padre, sé que me perdonaste". Fácil ¿verdad? ¡Ah!, pero mucho cuidado, no vayas a hacer como las célebres beatas que piensan que con sólo ir al confesionario y fastidiar al señor cura contándole sus pecados ya están perdonadas y enseguida vuelven a las andadas. Tú no vas a hacer eso, tú estás de veras arrepentido, tú vas a empeñarte en no volver a caer. La cosa va a resultar difícil. Probablemente vas a caer, vas a reincidir y más de una vez. Mas no te desanimes. Caer es humano, lo terrible es permanecer caído, pero tú sí vas a levantarte, tú vas a estar alerta y cuantas veces caigas, pedirás perdón y proseguirás en tu firme propósito de no volverlo a hacer. Al fin vencerás, puedes estar seguro, es un proceso de autoeducación que tiene que darte resultados. Sigamos. Muy bien, entraste en tu santuario interior y te confesaste con el Padre. El encuentro fue hermoso, saliste de allí con una sensación de ligereza espiritual, de alegría, te encuentras liviano. Muy bien. Ahora estás preparado para a tu vez perdonar a todo el que te deba algo. Así sea lo que tú consideres más terrible. Tú tienes que perdonar. Nuestros pecados pueden ser muy grandes, pero la Misericordia Divina siempre nos gana en grandeza y por grandes que sean nuestros pecados esa Misericordia siempre alcanza a cubrirlos. Con tan hermoso ejemplo ¿te vas a quedar atrás? No. Tú vas a perdonar todo, vas a perdonar de corazón, no te vas a acordar más de quién o qué cosa te hicieron. Es más, tú vas a amar a quien te hizo sufrir, porque el sentirte infeliz, fue lo que te hizo buscar este camino que te llevará a encontrar ni más ni menos que tu libertad, tu felicidad. ¡Fuera rencores! ¡Fuera complejos! ¡Abajo envidia! ¡Sal de aquí, soberbia! ¡Fuera todo lo que sea menor que el jubiloso sentimiento de que ESTOY EN BUENAS CON DIOS! ¡EL ME AMA! ¡EL ME APRUEBA! ¡EL ESTA CONMIGO!

Esta Ley y las demás Leyes. ¡tienen tanto que damos! Aprender a manejarlas es pura sabiduría. Lleva algún tiempo, es verdad. Mas no nos vamos a impacientar. Aprende a decir: "El tiempo de DIOS es perfecto y alcanza para todo". Durante algunos meses hablaremos más de esta LEY DE MENT ALISMO, dándola a conocer en sus diferentes aspectos, enseñándote a manejarla. Te diremos cómo se destruye un Egrégor negativo. Te daremos a conocer la Dieta Mental de los siete días. Te enseñaremos a mentalizar lo que quieras traer a realización. Esto lo haremos en diferentes artículos, fuera de Clase, que publicaremos en los subsiguientes Cuadernos de Selecciones Metafísicas".

En nuestra Clase III, correspondiente al mes de marzo, te hablaremos de 1a LEY DE CORRESPONDENCIA. Por hoy, basta. Vamos a practicar algo de la LEY DE MENTALISMO. Vamos a ponerte un ejercicio. Comienza desde hoy a vigilar tus pensamientos. Estate alerta a no aceptar ideas negativas en tu cerebro. Tienes que permanecer vigilante y cuantas veces te cojas pensando mal de ti o de alguien, o te asalten pensamientos pesimistas, pásate al polo positivo y comienza a pensar bien de ti, de los demás y de todo lo que te ocurra. Y ahora esto va tanto con la juventud como con la gente madura. Véanse en el espejo, sonrían y digan. "YO SOY" joven, "YO SOY" bello. "YO SOY" sano. "YO SOY" bueno. "YO SOY" feliz. Sonríe, sí, sonríe de nuevo, apruébate y dale gracias al Padre por todo lo perfecto que eres. Ahora desperézate a todo lo que te den tus miembros, entra al cuarto de aseo y afirma: Hoy voy a disfrutar de un día magnífico. ¡Ah! Y cuando estés debajo de la regadera, canta, canta, canta., bendice el agua, bendice a Dios que la ideó, regocíjate y recreáte en tu agua, disfruta de ella y di cuando salgas: El mundo es bueno. Cuando salgas a la calle, da los "buenos días" a todo el mundo con una sonrisa. Pasa todo el día en esta tesitura. Cuando te vayas a acostar por la noche haz un inventario de tu primer día vivido metafísicamente y capitaliza tus ganancias. Hasta la próxima, hermano, que la Luz te envuelva.

"Pensar es crear. Lo que PIENSES en tu CORAZON es lo que para tí se realiza. UN PENSADOR ES UN CREADOR. Un pensador vive siempre en el mundo de su propia creación CONSCIENTE. Cuando ya sepas COMO DEBES PENSAR, entonces podrás crear a tu voluntad cualquier cosa que desees; ya sea ello una nueva personalidad, un nuevo ambiente o un mundo entero.

JOSEPH BENNER ("VIDA IMPERSONAL")

Recuerda: no eres un Creador sino un CO-CREADOR con DIOS. Según piensas, así sientes, según sientes, así actúas; según actúas, así es el mundo que construyes para ti y para los que te rodean. C.G.