

Dossier

U universidaddevida.online
Daniel Gabarró - Sergi Pérez

Universidad de Vida

**EL PERSONAJE:
IDEAS CLAVE (1)**

DOSIER 79

4 de noviembre de 2019

ÍNDICE

Utilidad del dossier

- | | |
|-------------------------------|---|
| 1. Cómo se forma el Personaje | 4 |
| 2. El Personaje no existe | 5 |
| 3. El sentido del Personaje | 6 |
| 4. La mecanicidad | 7 |
| 5. La práctica de la semana | 8 |

UTILIDAD DEL DOSIER

Cada semana, recibirás un **dosier que resume los contenidos impartidos en la sesión** para que puedas completar tus apuntes.

Además, de este modo, no hará falta que tomes apuntes si no lo deseas. Para algunas personas tomar apuntes facilita aprender, para otras personas les dificulta seguir la clase. Sabiendo que recibirás el resumen de la sesión, podrás decidir si tomas muchos o pocos apuntes en clase: **¡siempre lo tendrás todo!**

Sin embargo, **el dosier no sustituye la sesión**, porque en la sesión hay cosas que se cuentan y no pueden plasmarse por escrito. A veces lo que se dice es menos importante que el lugar desde donde se dice y eso es difícil de captar por escrito. Recuerda que la **asistencia a la clase en directo o en diferido es el 80% del resultado** del mismo.

También te invitamos a hacer **preguntas sobre el tema** tratado en la sesión usando el espacio que hay para preguntas que encontrarás en la pestaña “Acceso Alumnado” de www.universidaddevida.online.

Te rogamos que solamente hagas preguntas sobre el tema y no consultas privadas: no es un consultorio personal y eso bloquearía tanto a Daniel como a Sergi. Las preguntas contestadas se enviarán los **viernes** en un boletín de dudas donde aparecerán las respuestas de **forma anónima**: así podrás preguntar libremente y, además, podrás disfrutar de las respuestas que se den sobre el tema a otras compañeras o compañeros del curso.

¡Ah! Una última cosa: no dudes en proponer temas para que sean abordados en el curso si crees que hay un aspecto que te interesa o en el que quieres profundizar. ¿Te parece?

¡Pues empezamos!

Abordaremos, a lo largo de este mes, el estudio del Personaje, la persona inventada con la que nos identificamos, y lo haremos a partir de ocho ideas clave. Estas ideas se tratarán en las sesiones 1 y 3 (las sesiones de Sergi). En este primer dossier, veremos las cuatro primeras ideas.

No obstante, para este tema en concreto, recomiendo ver el vídeo de la sesión o escuchar el audio. Los apuntes, esta vez más que nunca, solo son un complemento, y será difícil llegar a comprender bien el tema solo con la lectura de éste texto.

1. ¿Cómo se forma?

Para entender cómo se forma el Personaje, debemos antes recordar cuáles son las tres naturalezas del ser humano.

La primera naturaleza es la HUMANA. Aquí, encontramos la máquina con todas sus funciones: el centro intelectual, el centro emocional, el centro motor, el centro instintivo y el centro sexual. Ésta naturaleza nos pertenece por el simple hecho de nacer y poseer un cuerpo humano.

La segunda naturaleza es la ESENCIAL. Ésta naturaleza la poseemos siempre, tengamos o no un cuerpo humano. Es lo que Somos. Lo que siempre Es. De hecho, todo el trabajo interior consiste en que ésta naturaleza se haga consciente de sí misma. Mientras tanto, nuestra esencia permanecerá identificada (en mayor o menor grado) con la naturaleza humana (las funciones de la máquina).

La tercera y última naturaleza, la EGOICA, se forma como resultado de nuestra falta de autoconciencia. La consciencia ha quedado absolutamente fascinada/identificada con la máquina (el mundo de formas). Cuando la máquina no está gobernada por la naturaleza esencial, funciona de un modo automático. El Personaje es el fruto de la identificación con todos estos automatismos.

Podría decirse que ésta última naturaleza aparece por la combinación del centro instintivo (encargado de la supervivencia de

la máquina), la mente automática al servicio de la supervivencia (en éste caso del propio Personaje), y la ausencia de autoconciencia.

EGO/PERSONAJE = MENTE + INSTINTO DE SUPERVIVENCIA –
AUTOCONCIENCIA

2. El Personaje no existe

En realidad, el Personaje no posee entidad propia. No es más que la consecuencia del alejamiento de la naturaleza esencial y la falta de autoconciencia.

Podría decirse que solo existe la esencia y grados de conexión con ella, al igual que solo existe la luz y grados de luz. Cómo dice Daniel, la oscuridad no existe. Existen los fotones, no los oscuritones.

Lo único que existe es la esencia y distintas formas a través de las cuales la esencia se expresa. Podría afirmarse que el Personaje es la expresión de un bajo grado de consciencia o de una conexión con lo esencial disminuida. Pero esencia, al fin y al cabo.

El Personaje no es más que el resultado de la identificación de la consciencia con las distintas funciones de la máquina: el pensamiento, la esfera emocional y el mundo físico o sensorial. Ahí vive el Personaje. Esa identificación con formas automáticas de pensar, sentir y hacer da como resultado un robot que va solo. Cómo decía Gurdjieff, en el interior de una persona dormida, las cosas simplemente suceden.

Nos identificamos con hábitos automáticos de pensar, sentir y hacer. Es la máquina funcionando sin que la esencia se reconozca a sí misma. Ella está completamente absorbida por el mundo de formas cambiantes. Al no ser consciente de sí misma, lo Permanente solo se expresa a través nuestro de una forma muy limitada.

Todo el trabajo interior consiste en favorecer un proceso de toma de autoconciencia en el ser humano. Entonces, además de una máquina de pensar, sentir y hacer lo Permanente estaría activo y se expresaría majestuosamente a través de las distintas funciones de la máquina. Y la consecuencia natural sería que el Personaje se desmontaría solo.

Sólo hace falta abrazar lo esencial (o mejor dicho, que lo esencial se abraze a sí mismo), para que el Personaje se desvanezca.

3. El sentido del Personaje

Muchas veces me han realizado preguntas de éste tipo: ¿Por qué hace falta crear un Personaje? ¿No sería todo más sencillo si pudiéramos evitar crearlo? ¿Sería posible educar a los niños de tal manera que vivieran siempre conectados a la esencia y no tuvieran que pasar por el pesado proceso de construir un ‘yo-prisión’?

La respuesta es no. El Personaje es necesario para nuestro proceso evolutivo. Espero saber explicarme. El Personaje no es más que el resultado de la ausencia de luz. Pero para que la Luz pueda conocerse y comprenderse a sí misma, necesita alejarse de sí misma. ¿Cómo podría contemplarse a sí misma sino? Sólo hay un medio: coger distancia de ella misma.

El Personaje es el fruto de ese distanciamiento. Por eso es necesario. Gracias a él la esencia puede conocerse y reconocerse a sí misma.

Otra forma de verlo se expresa perfectamente en la siguiente frase sufí: “Dios estaba solo y cantó, y fue cuando oyó su propia voz, que se dio cuenta de que existía”. Dios es lo esencial. Lo esencial e

inmanifiesto se expresa a través del mundo de formas (el sonido, como metáfora de lo manifiesto). Y haciéndose consciente de la voz (la realidad manifiesta proveniente de lo inmanifiesto), se contempla a sí mismo.

Las explicaciones pueden parecer un comecocos pero si se leen detenidamente se comprobará que no lo son. Lo mismo que acabo de explicar se representa en la Biblia, en la parábola de los Talentos, o también en el cuento de Hansel y Gretel. En la sesión expliqué su significado.

4. La mecanicidad

La característica principal del Personaje es la mecanicidad. En general, las personas actuamos de un modo muy mecánico. Estamos acostumbrados a que solo haya respuestas 'positivas' ante estímulos 'positivos'. Si nos tratan bien, respondemos bien; si nos tratan mal, respondemos mal.

Esto nos convierte en esclavos del exterior. Buscamos constantemente manipular el exterior para poder recibir solo estímulos positivos.

Estos automatismos nos convierten en una especie de eco, en un reflejo mecánico del exterior, en un robot al fin y al cabo. El resultado: no ejercitamos nuestra capacidad de libre respuesta. No escogemos, somos escogidos por nuestra programación psicológica.

Esta mecanicidad es normal que se de en niños pequeños. En su caso, no pueden hacer nada más. El niño busca, de manera instintiva, estímulos positivos que le aporten placer, bienestar y seguridad, y huye de estímulos negativos que le aporten dolor,

sufrimiento e inseguridad. El inconveniente es que tenemos 40 o 50 años y seguimos funcionando igual.

Nos hemos acostumbrado a responder a las situaciones de forma mecánica, y no desde la autenticidad. Nos resulta más fácil reaccionar con respuestas aprendidas (hábitos mecánicos). La solución pasa por conectar progresivamente con lo auténtico en nuestro interior. Lo mecánico no puede sostenerse cuando la esencia despierta.

La práctica de la semana

La hora ideal para realizar esta práctica es por la noche, antes de dormir. La podemos hacer ya en la cama, sentados, con los ojos cerrados (si cogemos la postura habitual con la que nos vamos a dormir, quedaremos dormidos enseguida)

Empezaremos por relajar el cuerpo. Seguidamente, haremos un repaso del día. Visualizaremos las principales situaciones de nuestro día, desde este momento hasta llegar a la mañana (en secuencia retrospectiva).

Se trata de no juzgar ni valorar las situaciones, sino de verlas como si viésemos una película donde el protagonista es alguien desconocido (cuando en realidad, somos nosotros). Esta neutralidad nos aportará la objetividad que la práctica requiere.

Mientras repasamos las escenas, se trata de detectar todas las respuestas automáticas que se han dado en nuestro interior. Es decir, tomar consciencia de todos los automatismos que, durante el día, se han ido 'disparando'. Ej) Estaba hablando con alguien que me estaba elogiando, y me doy cuenta que ha habido una respuesta automático en mí y he sentido como me subía la autoestima. Ej) Alguien se ha 'colado' en la cola en una tienda y se me ha disparado un sentimiento de indignación.

Todo hecho con mucha suavidad y, en ningún caso, con ánimos de juzgar nuestro comportamiento. Procuramos solo detectar los automatismos. Nada más.

Cuando hayamos hecho el repaso de todo el día, damos por terminada la práctica.