

Montpellier, 26 de noviembre del 2006

¿Qué es la postura exactamente? ¿Acaso es un estado del espíritu o del cuerpo? En nuestro método de práctica, enseñado por maestros, el cuerpo debe ponerse voluntariamente en la misma forma en la cual estaba el Buda Shakyamuni cuando tuvo la iluminación. Luego con nuestro cuerpo, se va a imitar la forma de Shakyamuni Buda, pero no es suficiente. Pues se comprende después de un determinado tiempo de práctica que la postura no es solamente una cuestión de cuerpo, sino que también es una cuestión de conciencia. Eso va a depender de en qué nivel ponen a su conciencia.

Por ejemplo esta postura, esta forma del cuerpo humano sentado en loto, ¿de qué está constituida? ¿Está constituida por carne, por sangre, por huesos? Si sienten su postura, su meditación, como constituida por piel, por carne, por sangre, por huesos, estarán en una frecuencia cierta de realidad, en una conciencia cierta. Pero pueden considerar su cuerpo de otro modo.

Pueden considerar que su cuerpo es un sistema celular, miles de millones y miles de millones de células que agrupadas juntas los constituyen a ustedes mismos. Pues es otro modo de sentir las cosas vinculadas unas con otras, formando una unidad, es un estado de conciencia que va a corresponder a otra frecuencia.

Ahora, si piensan que su cuerpo está constituido por átomos, van aún a tener otra frecuencia de conciencia; etc.

Cada frecuencia de conciencia transporta con ella informaciones que están en frecuencia con esta conciencia, frecuencias específicas a esta conciencia. Entonces su postura, eso será ustedes todavía, pero la realidad es que ustedes son ilimitados, la realidad es que este "ustedes" no está separado del resto del universo, del cosmos, la realidad es que ustedes mismos no están separados de ustedes mismos.