

## ¿Cómo son las reuniones?

Las reuniones de GEMA, como todas las reuniones de la O.T.O., se caracterizan por una alta eficiencia. En pocos minutos los estudiantes aprenden y practican una enorme cantidad de nuevos conocimientos. La reunión tiene una dinámica que permite un desarrollo real, un cambio conductual rápido y permanente. No son reuniones donde solamente se va a adquirir teoría o a compartir un rato agradable. Además de eso, se aprende a cambiar y se practica lo aprendido. Se corrigen los errores y se mejora semana a semana (por eso la sección "Evaluación").

A muy temprana edad participé de grupos de desarrollo personal, de investigación y Ordenes Iniciáticas. Recibí enseñanza directa de varios maestros espirituales. Encontré mucha teoría y poca práctica, mucho dogmatismo y poca apertura a lo nuevo, mucha lentitud y poco dinamismo. Un grupo de integrantes de esos grupos se me acercó para pedirme que organizara con ellos un grupo de estudios y que los dirigiera en su desarrollo espiritual. Desde esa primera reunión, ocurrida el 21 de diciembre de 1972, manifesté que aceptaba el desafío, pero que no estaba dispuesto a que fuera un grupo más, pues Organizaciones esotéricas, metafísicas o espirituales, había muchas. Desde ese momento pedí que lleváramos a la práctica las enseñanzas, que las aplicáramos con toda la gente con quienes entramos en contacto, que nos comprometiéramos a ser cada día mejores, que practicáramos el servicio desinteresado, el respeto mutuo, la comprensión, la amplitud de criterio. Otro objetivo planteado desde el comienzo fue que debíamos unir ciencia con esoterismo.

Comencé desde ese principio con enseñanza profunda, pero explicada de manera sencilla y con aplicación inmediata a la vida diaria. Los resultados se vieron rápidamente. El grupo se transformó en toda una organización internacional con estudiantes en todo el mundo y con diversos grupos que trabajan con diferentes orientaciones, pero movidos por los mismos principios. Tomamos todo conocimiento que sirva para el equilibrio de la personalidad y para el acercamiento espiritual, no importa de donde venga.

Hoy nuestros estudiantes han mejorado dramáticamente su calidad de vida y muchos de ellos son dirigentes en diversos grupos espirituales, metafísicos o esotéricos. Yo he cambiado inmensamente estos años. He aprendido mucho, corregido errores y he logrado una vida en plenitud y gozo permanente (samaddhi), dedicada al servicio a la humanidad.

Para lograr esta efectividad, las reuniones tienen algunas normas sencillas. Al aplicarlas, no se restringe la libertad, sino que muy por el contrario, permite su plena expresión. Es como las leyes del tránsito, de circulación de vehículos. Si no existieran, el caos sería tan grande que no podríamos circular. Las normas nos dan la libertad de poder conducir un coche e ir donde queramos.

Serval

## Importancia de la relajación



Toda reunión o toda meditación personal debe comenzar por una relajación física, emocional y mental. Pretender concentrarse o meditar sin haber dominado la relajación, es una ilusión. Es frecuente que me encuentre con estudiantes de otros grupos que digan orgullosamente que son meditantes, pero que a simple vista se aprecia que no son capaces siquiera de relajarse, menos de tener un dominio sobre sí, lo que refleja que no saben trabajar con su personalidad. Si la personalidad no está alineada, no puede recibir en forma pura información de planos superiores.

El estudiante que no sabe relajarse ni concentrarse, tendrá en sus meditaciones simplemente mensajes de su propio subconsciente. Como estas asociaciones de ideas e imágenes son desconocidas por la conciencia, pues provienen del fondo de la mente, le parecen nuevas y provenientes de otras dimensiones. Cae fácilmente así en la ilusión, uno de los más grandes peligros del camino iniciático.

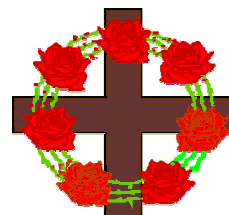
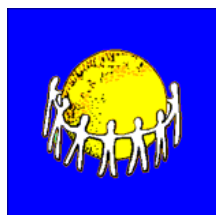
No importa donde aprenda relajación psicofísica, lo importante es que la practique hasta dominarla completamente.

Es natural que te recomiende mi propio método que he publicado en grabaciones a través de la Editorial Círculo Aleph. Al adquirirla, tendrás una guía y prácticas probadas para conseguirla en poco tiempo. Infórmate en [www.circuloaleph.com/editorial/rel.htm](http://www.circuloaleph.com/editorial/rel.htm). En todos los grupos, mis estudiantes comienzan con una relajación psicofísica. En todos los casos, el Presidente del Grupo se guía por esta grabación para dirigir a los demás en esta práctica.

## Acercamiento espiritual

Están a la vista uno o más símbolos o "pantáculos" de las Fraternidades con las cuales se participa, con el objeto de tener siempre presente que nos une algo más trascendente y superior.

Estas costumbres ayudan a mantener un clima de armonía y paz en las reuniones, fomentando el equilibrio interno de cada uno, el aprender a respetarse y respetar. Así se va construyendo paz en cada uno y una mayor armonía en los seres que les rodean. A partir de esta tolerancia y comprensión individual y con sus hermanos de grupo, se podrá ir construyendo más paz en el mundo.



Pantáculos de la O.T.O, Fraternidad de los Servidores del Tercer Milenio,  
Orden Martinista y Fraternitas Rosicruciana Antigua.

## Música para prácticas

Para la relajación introductoria a la reunión se debe emplear la Música para Estado Alfa (Música Contemplativa) y no otra. Esta música está especialmente preparada para la producción de ondas cerebrales Alfa, apropiadas para prácticas relacionadas con la mente. No es cuestión de gustos: hay música que produce mayor emisión de ondas Alfa y otras no.

El Estado Alfa es un estado de consciencia alterado, especial. La característica es que produce mayor emisión de ondas alfa, que producen cambios fisiológicos, mejor que una meditación. Por esto deben los estudiantes escuchar música para estado alfa. Permite una velocidad alta de aprendizaje. Sería conveniente incluso escucharla durante toda la reunión, no solamente durante la relajación. Hay música que produce mayor emisión de ondas alfa y es la que se debe emplear para practicar relajación. Es apropiada para la concentración y el estudio. Existen personas que estudian con otros tipos de música más estridente o con televisión. Incluso dicen que no pueden estudiar si no es con esa música o viendo TV. Lo que sucede es que tienen un condicionamiento y aprenden **a pesar** de la música, no es que aprendan a causa de esa música.

Si no tienes música espacial para Estado Alfa tendrás que reemplazarla por otra que sea suave y más bien monótona. También puedes adquirir una grabación con esta música especialmente preparada por Editorial Círculo Aleph: [www.circuloaleph.com/editorial/mea.htm](http://www.circuloaleph.com/editorial/mea.htm)

## En reunión, no tratar ciertos temas.

Una de las normas en la O.T.O. es nunca tratar en reunión temas de política contingente ni de religiones. Cada estudiante puede tener la idea política o la religión que estime conveniente para él, puede ser creyente o ateo. Nosotros jamás se lo preguntaremos ni condicionaremos su participación. Para mantener este respeto mutuo, es que no se tratan estos temas en reunión. Y la enseñanza procura dirigirse para todos, de modo que cada cual lo aplique a sus creencias, sin imponer nada. Cada estudiante aprenderá a discriminar qué es lo que le conviene aplicar en su camino.

Esto ha permitido la participación en nuestros grupos de hermanos con diversas creencias, no creyentes, sacerdotes, evangélicos, católicos y otros, compartiendo lo que los une y no lo que los separa.

## **Pedir la palabra**

Una excelente norma para lograr mucha eficiencia en los debates de una reunión y que además sirve para desarrollar el respeto mutuo, es pedir la palabra. El conductor del grupo, como quiera que se llame, ofrecerá la palabra en orden de solicitud. De este modo, todos tienen oportunidad de hablar durante una reunión. Mientras alguien habla, los demás permanecen en silencio. Esto permite aprender a escuchar respetuosamente a otro, aunque no se compartan sus ideas. Así también, cuando al oyente le toque hablar será, a su vez, escuchado con respeto.

Se expone un tema ya sea por el conductor del Grupo (nosotros lo



llamamos Presidente) y luego se ofrece la palabra para opinar. La solicitud para hablar se hace levantando visiblemente la mano para que pueda ser vista por el Presidente. Una vez que lo hizo, el Presidente toma nota de su solicitud y va dando la palabra en orden.

Muchas veces sucede que cuando alguien habla, otro quiere desesperadamente oponerse. En una reunión común, simplemente lo interrumpiría, lo que generaría confusión, hay muchos hablando al mismo tiempo y, probablemente, más de alguien termina molesto o enfadado. Aquí es posible que tenga que esperar a otros tres o cuatro que estaban antes inscritos con la palabra. Esto es magnífico. Cuando finalmente le toca el turno, probablemente ya se habrá calmado y hablará con más mesura y respeto.

## **Es mi palabra**

Como hemos señalado anteriormente, nuestras reuniones se caracterizan por una gran eficiencia. Hay diversas normas que contribuyen a ello, además de formar buenos hábitos de respeto hacia sí mismo y hacia los demás.

Cuando alguien hace uso de la palabra y ha terminado de hablar, dice "es mi palabra". Esto tiene dos objetivos. El primero, muy práctico, para que el moderador sepa que ha terminado de hablar y puede continuar con la reunión o con el debate. En las reuniones comunes, generalmente no se sabe cuando terminará de hablar una persona y los demás, impacientes, tienden a interrumpir.