

Avanzando Correctamente: Póngase en estado de meditación

Sumo Sacerdote HC 666

[Diciembre 9, 2022](#)

Según se ha entendido, estos artículos irán al sitio web de la Alegría de Satán para enriquecerlo. Independientemente de ello, se comparten tal cual para ayudar en los foros antes de pasar oficialmente a la Alegría de Satán.

Los practicantes de la meditación cometen muchos errores a la hora de meditar, derivados en particular de los sistemas que predicán la negación sistemática del cuerpo como algo «malo» o «negativo».

En contraste con estas falsas religiones que fueron hechas por necios y blasfemos al hermoso cosmos, en el Satanismo Espiritual la esencia de lo material es comprendida y tomada en seria consideración para el avance general de uno.

Predicar falsamente una negación del cuerpo humano, llamándolo «impuro» o incluso yendo tan lejos como para declarar que el cuerpo no requiere atención, es en realidad una parte importante de la falsedad que se presenta en muchos sistemas que son cualquier cosa menos espirituales.

Como el ser humano está compuesto de muchos elementos, debemos empezar nuestro examen por el elemento más básico: el cuerpo material humano, simbolizado por el elemento tierra. Para tener éxito en una sesión

de meditación o para que ésta sea de mejor calidad, hay que cuidar el nivel fundamental del cuerpo.

Cuando se logra lo anterior, y el nivel de los deseos básicos se pone en un estado de equilibrio o al menos en una condición estable, uno podrá realmente concentrarse mucho más en la meditación y tener una sesión de meditación adecuada.

Lo anterior no describe un enfoque voraz o privado hacia los apetitos, sino un equilibrio agradable. Una forma normal de ver esto es que uno no debe haber comido hasta quedarse dormido en la silla, pero también abstenerse de pasar hambre hasta el punto de que esto fuerce su conciencia fuera de la meditación.

Tanto la negación como el consumo excesivo se convertirán en obstáculos a la hora de meditar, y aquí hay que tener en cuenta las limitaciones personales. Sobre esta base, uno también debe aprender la utilización de su cuerpo; antes de ir al gimnasio, el cuerpo requiere otra forma de entrada, pero antes de meditar, el enfoque hacia las necesidades debe ajustarse en consecuencia.

El meditador muy avanzado será capaz de sumergirse en la meditación incluso en circunstancias aparentemente caóticas, y será capaz de posponer cualquier necesidad. Sin embargo, esto es un conjunto de habilidades y no una regla dada.

Para un ejemplo más funcional, digamos que uno ha tenido un día muy exigente en el trabajo. Si al instante vuelves a casa corriendo lleno de estrés y te lanzas a hacer un mantra o Yoga, sin comer mientras te mueres de hambre, o sin dedicar media hora a bajar la intensidad de la velocidad del trabajo, entonces esto puede dificultar la meditación.

Sin embargo, si te relajas demasiado mientras vas a por ello, podrías quedarte dormido, lo que claramente no es el objetivo deseado aquí. En este caso, el impulso del trabajo debe disminuirse sólo en una pequeña medida, y no en una gran medida que cause el resultado no deseado que es el sueño, sino para promover un estado meditativo.

Por lo tanto, cuando uno trata de ganar tiempo reduciendo la calidad, en realidad podría terminar perdiendo tiempo de meditación valioso debido a tener que prestar atención a todo tipo de cosas que física o emocionalmente actúan como agitaciones.

Para alcanzar un estado de equilibrio que permita dedicarse a la meditación, lo recomendable e ideal es

1. Tener cubiertas todas las necesidades dietéticas o de eliminación necesarias.
2. Haber llevado la mente a un estado de apertura para la meditación, como por ejemplo a través de la música.
3. Especialmente en el caso de las personas enérgicas, haber trabajado o liberado el exceso de energía a través de medios materiales como el trabajo, el juego u otra actividad creativa, para dejar ir el exceso de energía que puede hacer que te sientas incapaz de centrarte en la meditación.

El contexto del autocuidado aquí implica: Relajación, haber hecho correctamente los recados a lo largo del día para que el cansancio y la satisfacción placenteros del trabajo se hayan instalado, satisfacción de otras necesidades como las que implican las necesidades humanas de desprenderse de material derrochador, o mejoras a más largo plazo como la curación de enfermedades, o la calma de la mente.

La perfección en los métodos anteriores puede no ser siempre el resultado, no todas las sesiones de meditación serán iguales en perfección, pero tomando conciencia uno debe enfocarse primero en el elemento TIERRA, tomándolo en seria consideración.

De hecho, esto va a crear una conciencia diferente y un enfoque de la cuestión que va a incurrir en un mayor éxito que aquellos que se dedican a la meditación a partir de «arriba» y haciendo caso omiso de «abajo».

Una vez manejadas las tres áreas anteriores, uno se dará cuenta de que su progreso meditativo comenzará a dispararse y también tendrá mucha más atracción hacia la meditación y las prácticas en general.