

**CONFERENCIA DEL MAESTRO**  
**OMRAAM MIKHAËL AÏVANHOV**

**TENGAN LA CONSCIENCIA DESPIERTA**

**4 de julio de 1966**

---

Ustedes no dirán que no tienen aquí todas las condiciones más maravillosas: la luz, la claridad, la pureza y la paz. Lo que falta a menudo es darse cuenta. Todo el secreto está allí: tener una consciencia despierta y beneficiarse de todo. Hay de todo aquí: para concentrarse, para limpiar y ajustarlo todo, para liberarse, comprender y unirse a todas las fuerzas sublimes. Con frecuencia el hombre no sabe qué hacer con toda esta superabundancia de todos los elementos que están allí y con los cuales puede no obstante hacer alguna cosa, como lo hace un artista con la materia; ya sea un cuadro, ya sea una estatua, ya sea una obra de arte, ya sea una obra musical o todavía los platos más sabrosos. Cuando se ha mencionado todo: ser pintor, escultor, arquitecto, etcétera, siempre se olvidan de mencionar al cocinero, que es sin embargo el trabajo más importante. La pintura toca los ojos, la música toca las orejas, pero el cocinero toda la boca. Ahora bien, se han olvidado de la boca. Ser cocinero es ser más que ser pintor, escultor o músico en el mundo físico, puesto que es lo que nos permite subsistir.

En el primer lugar en la tierra debe pues estar situada la boca mientras que en el dominio mental son los ojos. Para subsistir y existir las cosas deben alimentarse. Es el papel del cocinero aportarles el alimento, y su trabajo es pues el más importante. Deben seleccionar todos los materiales: las frutas, las verduras, para hacer un plato con el fin de alimentarse. La Roca, aquí, es un restaurante, pero un restaurante en otro mundo. Para poder cocinar acá se necesita la limpidez, la pureza, el dominio, el conocimiento; de otro modo el cocinero que hará los platos con esas cosas envenenará a los otros. Por lo tanto, cuando vienen aquí, aprendan a cocinar y hacerlo bien, como una cosa única. No dirán que siempre les haya presentado las cosas así.

Ahora tienen aquí la mantequilla, la leche, el azúcar, y pueden hacer

de todo. Siempre están hambrientos. Es que no saben cocinar. Es necesario ser un buen cocinero, inteligente, y beneficiarse de todos los ingredientes que están a su disposición: el aire, la luz, la hierba, los árboles, el cielo nos envían ingredientes. Y es necesario saber bajar de la Roca habiéndose alimentado bien con la dulzura, la paz, la luz y el amor.

Existe una correspondencia entre todos los elementos de arriba y lo que está en la tierra. Uno puede beber otra cosa diferente al café. Bajar siempre hambrientos no es una solución. Sin embargo, vienen aquí, al Bonfin, para ser fortachones, para resolver los problemas de sus vidas.

Si hacen eso estarán en el camino verídico que jamás engaña.

Bajen de la Roca saciados.

\* \* \*

