

Queridos, les mando este escrito de Gurdjieff que se bajó mi máquina, de Internet donde intercalamos una traducción al español (también de la web) Ya está corregida la ortografía.. mando un gran abrazo con amor y presencia, Sylvia.

G. I. Gurdjieff: The Last Hour of Life
G: I. Gurdjieff: La última hora de vida

Imagine, that you have only a few minutes, maybe an hour left to live; somehow you have discovered exactly when you will die. What would you do with this precious hour of your stay on Earth? Would you be able to complete all your things in this last hour, do you have a conscious idea about how to do it?

Imagina, que sólo tienes unos pocos minutos, tal vez una hora para vivir; de alguna manera has descubierto exactamente cuando morirás. ¿Qué harías con esta preciosa hora de estadía en la Tierra? ¿Serías capaz de completar todas tus cosas en esta última hora, tienes una idea consciente sobre cómo hacerlo?

And letting go your last breath would you feel satisfaction from knowing that you have done everything possible in this life to fulfill that you are constantly present, always vibrating, always waiting, like the son is waiting for the father-sailor? In the manifested world everything has its beginning and its end. In the Real World everything is always present and one beautiful day you will be allowed to forget everything and leave the world "forever".

Y soltando tu último aliento ¿Sentirías satisfacción al saber que has hecho todo lo posible en esta vida, para darte cuenta que estás presente constantemente, siempre vibrando, siempre esperando, como un hijo esperando a su padre marinero? En el mundo manifestado todo tiene su principio y su final. En el Mundo Real todo está siempre presente y un hermoso día se te permitirá olvidar todo y dejar el mundo "para siempre."

Freedom is worth a million times more than [political] liberation. The free man, even in slavery, remains a master of himself. For example, if I give you something, let's say, a car, in which there is no fuel, the car cannot move. Your car needs a special fuel, but it is only you who is able to define what kind of fuel is needed and where to get it. You have to define yourself how to digest my ideas to make them yours, so that they belong only to you. Your car cannot work on the same fuel my car is working on. I suggest to you only the primary material. You have to get from it what you can use. So, more bravely, sit down at the steering wheel.

La libertad vale un millón de veces más que la liberación. El hombre libre, aunque esté en esclavitud, sigue siendo un maestro de si mismo. Por ejemplo, si te doy algo, digamos, un coche, el cual no tiene combustible, el coche no se puede mover. Tu coche necesita un combustible especial, pero solamente tú puedes definir qué tipo de combustible se necesita y dónde conseguirlo. Tienes que definirte a ti mismo, cómo digerir mis ideas para hacerlas tuyas, para que te pertenezcan sólo a ti. Tu coche no puede trabajar con el mismo combustible con el que trabaja el mío. Te sugiero sólo el material principal. Tienes que sacar de éste lo que puedas usar. Entonces, más valerosamente, siéntate al volante.

The organic life is very fragile. The planetary body can die at any moment. It is always one step from death. And if you could manage to live one more day, it is only a chance accidentally given to you by nature. If you will be able to live even one more hour, you can consider yourself to be a lucky person. From the moment of conception we are living on borrowed time.

La vida orgánica es muy frágil. El cuerpo planetario puede morir en cualquier momento. Siempre está a un paso de la muerte. Y si te las arreglas para vivir un día mas, es sólo una oportunidad accidental dada por la naturaleza. Si pudieras vivir una hora mas, puedes considerarte una persona afortunada. Desde el momento de la concepción estamos viviendo tiempo prestado.

Living in this world you have to feel death each second, so settle all your life affairs, even in your last hour. But how can anyone know exactly his last hour? For the sense of security make up your things with nature and yourself in every hour given to you, then you will never be met unprepared. The man has to be taught this starting from the [esoteric] school: how to breath, to eat, to move and to die right. This has to become a part of an educational programme. In this programme it is necessary to include the teaching about how to realize the presence of "I" and also how to establish consciousness.

Viviendo en este mundo tienes que sentir la muerte cada segundo, así que resuelve todos tus asuntos pendientes, incluso en tu última hora, ¿Pero cómo puede alguien saber exactamente cuál es su última hora? Para sentirte seguro reconcíliate con la naturaleza y contigo mismo en cada hora que se te dé, entonces nunca se te encontrará desprevenido. Al hombre se le tiene que enseñar esto empezando desde la escuela: cómo respirar, comer, moverse y morir mejor. Esto tiene que convertirse en una parte de un programa educacional. En este programa es necesario incluir la enseñanza sobre cómo darse cuenta de la presencia del "Yo" y también cómo establecer conciencia.

Question: How to act if you do not feel that there is something unfinished?

Gurdjieff answered after a pause. He took a deep breath and replied: Ask yourself who will be in difficulty if you die like a dog. At the moment of death you have to be wholly aware of yourself and feel that you have done everything possible to use all, within your abilities, in this life which was given to you.

Pregunta: ¿Cómo actuar si no sientes que hay algo sin acabar?

Gurdjieff contestó después de una pausa. Respiró profundamente y respondió:

Pregúntate quién estará en dificultades si mueres como un perro. En el momento de la muerte tienes que estar totalmente consciente de ti mismo y sentir que has hecho todo lo posible para usar todo, dentro de tus capacidades, en esta vida que te fue dada.

Now you do not know much about yourself. But with each day you dig deeper and deeper into this bag of bones and start knowing more and more details. Day by day you will be finding out what you should have done and what you have to re-do among the things you have done. A real man is one who could take from

life everything that was valuable in it, and say: "And now I can die". We have to try to live your lives so that we could say any day: "Today I can die and not be sorry about anything".

Ahora no sabes mucho sobre ti mismo. Pero con cada día que excaves más y más profundamente dentro de este montón de huesos empezarás a saber más y más detalles. Día a día encontrarás lo que deberías haber hecho y lo que tienes que rehacer dentro de las cosas que has hecho. Un hombre de verdad es aquel que pudo tomar de la vida todo lo que era valioso de ésta, y decir: "Y ahora puedo morir." Debemos tratar de vivir nuestras vidas de manera que podamos decir cualquier día: "Hoy me puedo morir sin arrepentirme de nada."

Never spend fruitlessly the last hour of your life because it can become the most important hour for you. If you use it wrongly, you may be sorry about it later. This sincere excitement that you feel now can become for you a powerful source of the force that can prepare you for perfect death. Knowing that the next hour can become the last one for you, absorb the impressions which it will bring to you as a real gourmet. When lady death will call you, be prepared, always. The master knows how to take from each tasty piece the last bit of the most valuable. Learn to be the master of your life.

Nunca gastes infructuosamente tu última hora de vida, porque se puede volver la hora más importante para ti. Si la usas incorrectamente, puedes arrepentirte después. Esta sincera emoción que sientes ahora, puede convertirse para ti en una poderosa fuente de la fuerza que te puede preparar para una muerte perfecta. Sabiendo que la próxima hora se puede volver la última para ti, absorbe las impresiones que te convertirán en un verdadero gourmet. Cuando la dama de la muerte te llame, prepárate, siempre. El maestro sabe cómo tomar de cada deliciosa pieza el último trozo de lo más valioso. Aprende a ser el maestro de tu vida.

When I was young I learned to prepare fragrances. I learned to extract from life it's essence, it's most subtle qualities. Search in everything the most valuable, learn to separate the fine from the coarse. One who has learned how to extract the essence, the most important from each moment of life, has reached a sense on quality. He is able to do with the world something that can not be done by an aboriginal.

Cuando era joven aprendí a preparar fragancias. Aprendí a extraer la esencia de la vida, sus cualidades más sutiles. Busca en todo lo más valioso, aprende a separar lo fino de lo grosero. El que ha aprendido como extraer la esencia, lo más importante de cada momento de la vida, ha alcanzado un sentido de calidad.

Es capaz de hacer con el mundo algo que no puede hacer un aborígen.

It could be that in the last moments of your life you will not have the choice where and with whom to be, but you will have a choice to decide how fully you will live them. The ability to take the valuable from life is the same as to take from the food, air and the impressions the substances needed to build up your higher bodies. If you want to take from your life the most valuable for yourself, it has to be for the good of the higher; for yourself it is enough to leave just a little. To work on yourself for the good of others is a smart way to receive the best from life for yourself. If you will not be satisfied with the last hour

of your life, you will not be happy about the whole of your life. To die means to come through something which is impossible to repeat again. To spend your precious time in nothing means to deprive yourself the opportunity to extract from life the most valuable.

Puede ser que en los últimos momentos de tu vida no tengas la opción de dónde y con quién estar, pero tendrás la opción de decidir qué tan completamente los vivirás. La habilidad de tomar lo valioso de la vida - es la misma que la de tomar lo mas valioso de la comida, del aire y de las impresiones, las substancias necesarias para desarrollar tus cuerpos superiores. Si quieres tomar de tu vida lo mas valioso para ti mismo, tiene que ser por el bien de lo superior; es suficiente dejar sólo un poco para ti mismo. Trabajar en ti mismo por el bien de otros es una manera inteligente de recibir lo mejor de la vida para ti. Si no estás satisfecho con la última hora de tu vida, puede que tampoco lo estés con tu vida entera. Morir significa pasar a través de algo que es imposible repetir de nuevo. Gastar tu precioso tiempo en nada significa privarte de la oportunidad de extraer lo más valioso de la vida.

In this world, to live life through, from the beginning to the end - means another aspect of the Absolute. All greatest philosophers were carefully preparing for the last hour of their life. And now I will give you the exercise to prepare for the last hour on the Earth. Try not to misinterpret any word from the given exercise.

En este mundo, vivir la vida, de principio a fin, significa otro aspecto de lo Absoluto. Todos los más grandes filósofos, se prepararon cuidadosamente para la última hora de su vida. Y ahora te daré el ejercicio para prepararte para tu última hora en la tierra. Trata de no malinterpretar ninguna palabra del ejercicio dado.

The Exercise

Look back at the hour that has passed, as if it was the last hour for you on the earth and that you have just acknowledged that you have died. Ask yourself, were you satisfied at that hour?

El Ejercicio

Recuerda la hora que ha pasado, como si fuera tu última hora en la tierra y que justo acabas de darte cuenta de que has muerto. Pregúntate, ¿Estabas satisfecho en esa hora?

And now reanimate yourself again and set up the aim for yourself. In the next hour (if you are lucky to live one more) try to extract from life a little more than you did in the last hour. Define, where and when you should have been more aware, and where you should have put more inner fire.

Y ahora reanímate a ti mismo de nuevo y establece el objetivo para ti mismo. En la próxima hora (si eres afortunado para vivir una más) trata de extraer de la vida un poco mas de lo que hiciste en la última hora. Define, dónde y cuándo deberías haber estado mas consciente, y en dónde deberías haber puesto más fuego interno.

And now open your eyes wider, and by this I mean - open more possibilities for yourself, be a little more brave, than you were in the previous hour. Since you know that this is your last hour and you have

nothing to loose, try to gain some bravery - at least now. Of course, you don't have to be silly about it.

Y ahora abre más tus ojos, y con esto me refiero a abrirte más posibilidades, sé un poco más valiente de lo que fuiste en la hora anterior. Ya que sabes que ésta es tu última hora y que no tienes nada que perder, intenta ganar más valentía, por lo menos ahora. Desde luego, no tienes que hacer tonterías.

Get to know yourself better, look at your machine as if from the outside. Now, when you are dying, there is no sense to keep your reputation and your prestige.

Llega a conocerte mejor, mira a tu máquina como si la vieras desde afuera. ..Ahora, cuando estás muriendo, no tiene sentido mantener tu reputación y tu prestigio.

And now onwards, until the real last hour, aspire with persistence to receive the most you can from life that is of value, develop your intuition. Take just a few moments each hour to watch at the hour that passed, without judgment, and then tune yourself to extracting more from the following hour.

De ahora en adelante, hasta la verdadera última hora, aspira con persistencia para recibir lo más valioso que puedas de la vida, desarrolla tu intuición. Toma sólo unos pocos momentos cada hora para mirar a la hora que ha pasado, sin juicios, y después sintonízate para extraer más de la siguiente hora.

If we look at each hour like at a separate life unit, you can try to do as much as you can to use every unit totally. Force yourself and find the way to make the next hour much more than the one before, but also be aware that you have taken care of the debts you collected till now. Increase the self-sensing and self-knowledge of yourself, and also increase the ability to master yourself, this will change the work of your machine, which is always out of your control. And these abilities can become the indication of the real changes. And it is absolutely unimportant what the machine is thinking about this.

Si consideramos cada hora como una unidad de vida independiente, intenta hacer lo máximo que puedas para usar cada unidad completamente. Esfuérzate y encuentra la manera de hacer en la siguiente hora mucho más que en la anterior, pero también sé consciente de que te has encargado de las deudas que has acumulado hasta ahora. Aumenta la auto-exploración y el auto-conocimiento, y también aumenta la habilidad de dominarte a ti mismo, esto cambiará el trabajo de tu máquina, que siempre está fuera de control. Y estas habilidades se pueden convertir en el indicio de los verdaderos cambios. Y es absolutamente intrascendente lo que la máquina piense sobre esto.

...To live the rest of your life rehearsing your death hour by hour - is not at all pathological. None can receive more from life than the cancer patient, who knows approximately when he will die. And since he already recognized how he wishes to spend the rest of his life, he will not have to make the total change in it, but he will be able to go somewhere, where he always wished to go, but would not do it in other circumstances.

...Vivir el resto de tu vida ensayando tu muerte cada hora, no es nada patológico. Nadie recibe más de la vida que el paciente con cáncer, que sabe aproximadamente cuándo morirá. Y desde que él ya reconoció cómo desea pasar el resto de su vida, no tendrá que hacer el cambio total en ésta, pero podrá ir a algún lugar, a donde siempre deseó ir, que no lo haría en otras circunstancias.

The man who knows that he will die soon, will try to use to the maximum every hour of the rest of his life. This is exactly what Christ meant when he said that the last days will come soon - the days before the Last Judgment. We are all standing in front of the Judge, but it is not the others who are judging us, but we ourselves do the last estimation of our life. We do not have to fail the most important examination, where the most serious judge is our self.

El hombre que sabe que morirá pronto, tratará de usar al máximo cada hora del resto de su vida. Esto es exactamente a lo que Cristo se refería cuando dijo que los últimos días vendrán pronto, los días anteriores al Juicio Final. Todos estamos parados frente al Juez, pero no son los otros los que nos juzgan, sino nosotros mismos los que hacemos la última estimación de nuestra vida. No tenemos que fallar el examen más importante, en donde el juez más serio somos nosotros mismos.

Each moment, taken alone, represents the particle of the eternal Creation. Therefore each moment we can extract the most subtle substances, that we can call "the essence of life".

Cada momento, por sí sólo, representa la partícula de la Creación eterna. Por lo tanto a cada momento al que podemos extraer las sustancias más sutiles, a eso podemos llamarle "la esencia de la vida."

Imagine yourself the substance "air" or the substance "impressions". Finally, draw in your mind the substance "moment". Yes, even the moments of time are the substances.

Imagina la sustancia "aire" o la sustancia "impresiones." Finalmente, dibuja en tu cabeza la sustancia "momento." Sí, hasta los momentos del tiempo son sustancias.

If we will be able to extract the finest substances from the coarser, sooner or later we will have to pay for it. This law is called The Law of Balance. That is why we will learn how to pay immediately for those that we receive from life. Only then we will not have any debts. To pay immediately - this is what is called "real doing". "To do" - is to think, to feel, to act, but "real doing" - is to pay immediately.

Si pudiéramos extraer las sustancias más finas de las más groseras, tarde o temprano tendríamos que pagar por esto. Esta ley es llamada La Ley del Equilibrio. Por esto aprenderemos a pagar inmediatamente por aquello que recibimos de la vida. Sólo entonces no tendremos ninguna deuda. Pagar inmediatamente - a esto se le llama "obra real." "Hacer" - es pensar, sentir, actuar, pero "obra real," es pagar inmediatamente.

To do - may mean only one thing: to extract the essence from each moment of life and at the same moment to pay all the debts to the nature and yourself; but only when you have "I", can you pay immediately.

Hacer - sólo puede significar una cosa: extraer la esencia de cada momento de la vida y al mismo momento pagar todas las deudas a la naturaleza y a ti mismo; pero solamente cuando tienes "Yo," puedes pagar inmediatamente.

Real life is not a change of activity, but a change of the quality of the activity. Destiny - is destiny. Each one of us has to find himself in the whole order of things. It is not too late yet to start doing it now, although you have spent the greater part of your life in sleep. Starting from today you can begin to prepare yourself for death and, at the same time, to increase the quality of your living. But do not delay with the start - maybe you really only have just one more hour of life.

La vida Real no es un cambio de actividad, sino un cambio en la calidad de la actividad. El destino, es el destino. Cada uno de nosotros tiene que encontrarse a si mismo en el orden total de las cosas. No es tarde para empezar a hacerlo ahora, aunque has pasado la mayor parte de tu vida dormido. Empezando desde hoy puedes comenzar a prepararte para la muerte y al mismo tiempo, aumentar tu calidad de vida. Pero no pospongas el comienzo, tal vez de verdad sólo tienes una hora más de vida.

Question: Can we share this with others? I think it is very important what we have heard about this evening.

Pregunta: ¿Podemos compartir esto con otros? Pienso que es muy importante lo que escuchamos sobre esto esta tarde.

You can retell it word by word, but until you will [can?] do this [exercise] yourself, it would mean nothing for others. Existence is the means, or the instrument, for action. Think about this and you will find out why it is so.

Puedes volver a contarlo palabra por palabra, pero hasta que no lo hagas por ti mismo, no significará nada para otros. La existencia es el medio, o el instrumento, para la acción. Piensa en esto y encontraras el por qué.

Question: Therefore, we cannot pay the debts, if we do not exist, or if our "I" is absent?

Pregunta: Por lo tanto, ¿No podemos pagar las deudas, si no existimos, o si nuestro "Yo" está ausente?

Why do you have such a need to pay? Pay for what? If life is only a coincidence, then there is no sense to go on. This does not mean that you have to end your life with a suicide. Opposite, you have to put all your effort into 'to live'. Ordinary man always lives, just going with the flow. He is not just sleeping, he is absolutely dead. To really live, it is necessary to support the efforts of nature, to take actively from life, and not to act passively - wherever it flows.

¿Por qué tienes tanta necesidad de pagar? ¿Pagar para qué? Si la vida es sólo una coincidencia, entonces no hay necesidad de continuar. Esto no significa que tienes que terminar tu vida con un suicidio. Lo opuesto, tienes que poner todo tu esfuerzo en "vivir." El hombre ordinario siempre vive, solamente yendo con la corriente. No sólo está dormido, está absolutamente muerto. Para vivir realmente, es necesario apoyar los

esfuerzos de la naturaleza, para tomar activamente de la vida, y no actuar pasivamente, a donde sea que fluya.

Extracting from life the most precious, you have to be able to operate your emotions. See how fairly you can estimate yourself. Look attentively at yourself and you will see many remarkable ways to be fair. Each time notice for yourself the different moments when the desires appear. Act as before, but always be aware of their presence. Transport to the world the part of your blood, but one of the higher level.

Para extraer lo más valioso de la vida, tienes que poder manejar tus emociones. Mira qué tan justamente puedes estimarte. Mírate atentamente y encontrarás varias extraordinarias maneras de ser justo. Cada vez date cuenta de los diferentes momentos en que el deseo aparece. Actúa como antes, pero siempre estate consciente de su presencia. Transporta al mundo la parte de tu sangre, pero la de nivel superior.

At the end of each hour after you have estimated its usefulness, imagine that you just woke up in the absolutely unknown in comparison to the previous one gone by. It is important to note that the apparent continuation of the last hour is in reality changing with every hour, although things and people seem the same as before. With the time you will learn to see yourself as a spirit of a special substance, who is coming from one world to another, as an uninvited guest of nature.

Al final de cada hora después que hayas estimado su utilidad, imagina que despertaste en lo absolutamente desconocido en comparación a la anterior que pasó. Es importante notar que la aparente continuidad de la última hora, realmente está cambiando con cada hora, aunque las cosas y personas parecen las mismas de antes. Con el tiempo aprenderás a verte a ti mismo como un espíritu de una sustancia especial, que viene de un mundo a otro, como un huésped sin invitación de la naturaleza.

Looking from this point of view evaluate everything you do in your life. Looking at the results of all your efforts of the past and think what sense they all have now, in the last hour of your life. Those who are engaged in the Work, are dead to this world and at the same time they are more alive in this world than anyone else. Work... something strange, imperceptible, but for many it is impossible to live without it.

Mirando desde este punto de vista, evalúa todo lo que hagas en tu vida. Mira los resultados de todos tus esfuerzos del pasado y piensa qué sentido tienen ahora, en tu última hora de vida. Aquellos que están involucrados en el Trabajo, están muertos a este mundo y al mismo tiempo están más vivos en este mundo que nadie más. Trabajo, algo extraño, impredecible, pero para muchos es imposible vivir sin él.

The ordinary way of understanding life is vanity of vanities. However big the result is according to earthly measures, sooner or later it will fail. Even the sand is being rubbed into dust by time. Even the most significant people of history are being forgotten. To understand the real possibilities of this world, it is necessary to find what we can reach in this world that will be very useful in the Real World.

El modo ordinario de entender la vida es vanidad de vanidades. Por más grande que sea el resultado es de acuerdo a las medidas terrestres, tarde

o temprano fallará. Hasta la arena está siendo hecha polvo por el tiempo. Hasta las personas más relevantes de la historia han sido olvidadas. Para entender las posibilidades reales de este mundo, es necesario encontrar lo que podemos alcanzar en este mundo, que será bastante útil en el Mundo Real.

Attentively look at the lives of all the greatest people, those who were commanding armies, who had power over others. What is the benefit for them from all their great actions now, when they are dead? Even when they were alive, all these great actions were no more than empty dreams. We are not here to praise ourselves and to prove ourselves, the most disgusting in the ordinary man is the ability to quickly satisfy his flesh.

Mira atentamente a las vidas de todas las personas más grandes, aquellos que dirigieron ejércitos, que tuvieron poder sobre otros. ¿Cuál es el beneficio para ellos de todas sus grandes acciones ahora, cuando están muertos? Incluso cuando estaban vivos, todas estas grandes acciones no fueron más que sueños vacíos. No estamos aquí para elogiarnos a nosotros mismos o para probarnos a nosotros mismos, lo más repugnante en el hombre ordinario es la habilidad de satisfacer rápidamente a su carne.

The majority of people find many excuses not to work on themselves. They are in a complete prison of their weaknesses. But right now we do not speak about them, but about you.

La mayoría de las personas encuentran muchas excusas para no trabajar en sí mismos. Están en una completa prisión de sus debilidades. Pero justo ahora no hablamos sobre ellos, sino sobre ti.

Understand me right, I do not need followers, I am rather interested in finding the good organizers, the real warriors of the new world. I understand the weakness of the organization, because right now we do not speak about the usual organization which would consist of initiates.

Entiéndeme bien, no necesito seguidores, estoy más interesado en encontrar a los buenos organizadores, los verdaderos guerreros del nuevo mundo. Comprendo las debilidades de la organización, porque justo ahora no hablamos sobre la organización habitual que consiste de iniciados.

I remind you once again, learn to live each of your hours with a bigger benefit. Create a detailed plan of the last hour of your life. To understand how one should die, you should grow deep roots into life, only then you will be able to die like a human being, not like a dog. Although, it is not given to everyone to die. You can become manure for our planet, but it does not really mean to die. To die to this world forever - is an honor. For this honor you have to pay with Conscious Labor and Intentional Suffering. You have to earn this right.

Te recuerdo una vez más, aprende a vivir cada una de tus horas con un beneficio más grande. Crea un detallado plan de tu última hora de vida. Para entender cómo debería morir uno, deberías de hacer crecer raíces más profundas en la vida, sólo entonces podrás morir como un ser humano, no como un perro. Aunque, esto no es dado a todo el mundo -morir. Puedes convertirte en abono para nuestro planeta, pero realmente no significa morir. Morir a este mundo para siempre, es un honor que tienes que pagar con Trabajo Consciente y Sufrimiento Intencionado. Tienes que ganártelo.

Try to imagine yourself relatively clearly the last hour of your life on earth. Write a kind of a script of this last hour, as if you were writing the script for a film. Ask yourself: "Is this how I want to dispose my life" . If you are not satisfied with the answer, rewrite the script until you like it.

Trata de imaginarte a ti mismo - relativamente - claramente en tu última hora sobre la tierra. Escribe un tipo de guión de esta última hora, como si estuvieras escribiendo el guión para una película. Pregúntate: "¿Así es como quiero disponer de mi vida?" Si no estás satisfecho con la respuesta, reescribe el guión hasta que te guste.

Look at life like at business. Time is your money for life. When you came into this world, a definite amount of money was given to you and this you cannot exceed. Time is the only currency with which you pay for your life. Now you see, how you used the biggest part of it in a stupid way. You have not even reached the main goal of life - to have rest. You failed as a businessman, and as a user of life - you deceived yourself. All your life you thought that everything is given to you for free, and now suddenly you discovered that - it is not free. You pay for using the time, that is why each moment of your stay here costs something.

Mira a la vida como un negocio. El tiempo es tu dinero para la vida. Cuando vienes a este mundo, se te dio una cantidad definitiva de dinero y no puedes excederla. El tiempo es la única moneda con la cual pagas por tu vida. Ahora mira cómo usaste la mayor parte de éste de una manera estúpida. Ni siquiera has alcanzado el objetivo principal de la vida, tener descanso. Fallaste como hombre de negocios, y como usuario de vida, te engañaste a ti mismo. Toda tu vida pensaste que todo se te ha dado gratis, y ahora de repente descubriste que no es gratis. Pagas por usar el tiempo, éste es el por qué cada momento de tu estadía aquí cuesta algo.

So how would it be possible for you to reimburse [recover] at least somehow these losses? Check, if the deficit on your bank account is only temporary or is it perhaps constant? Did you loose the time or could you invest it successfully? If you have spent all your money on vacations, then there is nothing to do but to be sorry about the past.

¿Entonces cómo podría ser posible para ti rembolsar por lo menos estas pérdidas? Comprueba, ¿Si el déficit de tu cuenta bancaria es sólo temporal, o es quizá constante? ¿Perdiste el tiempo o pudiste invertirlo con éxito? Si has gastado todo tu dinero en vacaciones, entonces no hay nada que hacer más que arrepentirte por el pasado.

For many years you have been spending you life as if your parents gave you a bank account with unlimited credit. But now the amount is used and you see that you are all alone and that there is none to rely on. There is no more time on your bank account. Now you are forced to earn each hour of your life. All your life you behaved like a child and spent time just like a newly married couple on their honeymoon.

Durante muchos años, has estado gastando tu vida como si tus padres te hubieran dado una cuenta bancaria con crédito ilimitado. Pero ahora la cantidad se terminó y te das cuenta que estás sólo por completo y no hay nadie a quién recurrir. No hay más tiempo en tu cuenta bancaria. Ahora te

ves forzado a ganar cada hora de tu vida. Toda tu vida te comportaste como un niño y gastaste el tiempo tal como lo hace una pareja de recién casados en su luna de miel.

Our main enemy, which is hindering us from applying the necessary efforts - is hopelessness. I know, you will have many excuses not to prepare yourself for the last hour of your life. The habit is a big force, but starting once, you can learn to do each time more and more.

Nuestro principal enemigo, que nos impide aplicar los esfuerzos necesarios, es la desesperanza. Sé que tienes muchas excusas para no prepararte para tu última hora de vida. El hábito es una gran fuerza, pero empezando una vez, puedes aprender a hacerlo cada vez más y más.

Do not fiddle all day, force yourself at least one hour a day to make an effort, otherwise you will lose everything. Think about the rehearsal of your last hour as if it was ballet exercises - you have to do it all your life.

No te enredes todo el día, esfuérzate al menos una hora al día para hacer un esfuerzo, de lo contrario perderás todo. Piensa sobre el ensayo de tu última hora como si fueran ejercicios de ballet, tienes que hacerlo toda tu vida.

I dedicate four hours a day for this exercise, but when I was young, I spent on it two times longer.

Yo dedico cuatro horas al día a este ejercicio, pero cuando era joven, le dedicaba el doble.

Autor: G.I. Gurdjieff

Translation from Russian by Alexandra Kharitonova, with free English rendering by Reijo Oksanen - unearthed by Ilya Kotz & Avi Solomon of the Jerusalem Nyland Group

Traducción del Ruso por Alexandra Kharitonova, con traducción gratis al Inglés por Reijo Oksanen - descubierto por Ilya Kotz y Avi Solomon del Grupo de Nyland Jerusalén.