



Círculo de Buena Voluntad

Bases para la Vida Espiritual

Rutina, Ritmo, Ritual

Esta Presentación en Powerpoint, es parte de una serie de cuatro presentaciones. Fueron realizadas por el Círculo de Buena Voluntad para una serie de pláticas públicas.

Las presentaciones están basadas en las enseñanzas de la sabiduría eterna, tal como son transmitidas por la World Teacher Trust.

Para esto, se utilizaron transcripciones de los seminarios del Dr. K. Parvathi Kumar.

www.good-will.ch



El Círculo de Buena Voluntad

Promueve las correctas relaciones, para la síntesis espiritual entre Oriente y Occidente, sobre la base de las enseñanzas de la Sabiduría Eterna.

Fundado en Muri, Suiza, en Mayo, 2000.

Un pequeño grupo de gente con mentes afines.

Intentamos expresar de diversas maneras la Buena Voluntad en nuestras vidas y estimularla en nuestro entorno.

Boletín de noticias: "El Mensajero Lunar" en 4 idiomas.

Website: www.good-will.ch



Voluntario y Gratuitas

Todas nuestras actividades son voluntarias y gratuitas. Están sostenidas por donaciones de amigos.

Dentro de nuestras posibilidades, nosotros también apoyamos las actividades de otros grupos e individuos dedicados a la promoción de las correctas relaciones humanas.

Así, la entrada a los temas de las tardes es gratuita.

La organización (publicidad, alquiler de la sala, etc.) cuesta dinero, de modo que las contribuciones para los gastos son bienvenidas.



Inspiración



Dr. K. Parvathi Kumar
Enseñanzas de la Sabiduría Eterna



Los Ritmos de la Naturaleza

Toda la actividad de la naturaleza es rítmica. Las plantas tienen un ritmo, los animales tienen un ritmo, el planeta tiene un ritmo que ocasiona el día y la noche y origina las estaciones.

Los cambios de la luna llena y la luna nueva son rítmicos. Todo movimiento planetario es rítmico y predecible.

Todo el sistema solar funciona de acuerdo a un ritmo, de modo que podemos calcular con precisión los movimientos.

A través del ritmo y de la periodicidad, toda la creación permanece en equilibrio.

Nosotros también obtenemos equilibrio cuando desarrollamos un buen ritmo y un sistema en nuestras vidas.



El Ritmo y la Voluntad

Mientras que toda la actividad de la Naturaleza sigue un ritmo, la naturaleza humana – tal vez debido a su libre albedrío – rompe el ritmo y crea complicaciones.

La voluntad de la Naturaleza se mantiene rítmica y por eso está llena de poder.

El ritmo tiene la clave de la fuerza de voluntad.

Nosotros también podemos lograr una fuerza de voluntad semejante, si comprendemos y desarrollamos un buen ritmo de vida.

La falta de ritmo destruye aún a la voluntad que ya ha sido desarrollada.



El Ritmo y la Rutina

El ritmo es diferente de la rutina. La rutina es un movimiento mecánico. El ritmo es la frescura de la vida, siempre nueva.

A no ser que pongamos un profundo interés en nuestros deberes, la rutina diaria se convierte en una cosa muerta.

Para aquellos que están muertos en la rutina, cada mañana es la misma; están muertos en el espíritu.

Pero hay gente que puede disfrutar cada amanecer y apreciar a diario su belleza, durante décadas.



Reconociendo lo Nuevo

La rutina es circular y permanece en un lugar, el ritmo tiene un movimiento en espiral.

Si podemos ver lo nuevo que se nos acerca sobre una base diaria, en la misma rutina, la habremos transformado en un ritual.

Tampoco aportan frescura la meditación y la plegaria realizadas como rutina. Todos los días, sin embargo, la Naturaleza ofrece algo nuevo.

Si las meditaciones y las plegarias son conducidas como un ritual, emprenderemos el sendero vertical ascendente. Si las hacemos como rutina, significa que no avanzamos.

El libre fluir rítmico de la energía, eleva y desarrolla la conciencia.



Hábitos, Obstáculos y Ritmo

Estamos cautivos de los hábitos y nos volvemos negligentes.

Sin obstáculos, raramente pensamos, caemos en una rutina y la seguimos como ovejas.

Los obstáculos pueden despertarnos, nos permiten reflexionar más profundamente, a veces aún a costa del sueño.

Cada problema tiene un regalo que no podemos conseguir sin la correcta actitud y humildad.

Los obstáculos nos ayudan a practicar la introspección, a ver en retrospectiva y a mirar hacia adelante.

El ritmo elimina bloqueos tales como la fatiga y el conflicto.

La fatiga es común en el trabajo diario. El interés, el humor y la paciencia son los antídotos de la fatiga.



Dimensión Superior de la Rutina

Para muchos, la rutina es monótona. Esto se debe a que no disfrutan del propósito superior de la rutina.

La rutina nunca es aburrida cuando se percibe el ritual inherente. El ritual conlleva ritmo. El ritmo hace que el ritual sea interesante y efectivo.

Por eso, debemos establecer un tiempo para los acontecimientos rutinarios de la vida, tales como el trabajo, la comida y el descanso, y tratar de seguir lo que nosotros mismos hemos establecido.

Esta es la manera de construir la rutina, de que tenga ritmo.

Desarrollará un sistema en nosotros, que genera su propio poder.

Hay un poder en el ordenamiento de las cosas de la vida.



El Ritmo y la Práctica Espiritual

El ritmo nos ayuda a organizar la actividad material de la vida y establecer una práctica espiritual continua.

Para hollar el sendero interior, es importante haber alcanzado un buen ritmo en la vida exterior.

De otro modo, estaremos ocupados con pensamientos cotidianos, conflictos e ira, aunque cerremos nuestros ojos para meditar; la mente corre hacia afuera y nosotros corremos detrás.

Por eso tenemos que poner pureza y equilibrio en nuestras vidas y seguir un ritmo interno, antes de poder trabajar de una manera espiritual.

Aprendamos a organizar nuestro tiempo y así comenzaremos a darnos cuenta de qué tiene que ser hecho, cuándo, cómo y dónde.

En todo aspecto de la vida debe haber un ritmo: en el trabajo, en el descanso, en las comidas. En las plegarias, la meditación y el estudio. Todas las principales actividades de nuestras vidas, deben ser rítmicas.



Siguiendo Nuestras Propias Decisiones

Si decidimos llevar cierto ritmo, por ejemplo levantarnos a cierta hora de la mañana y retirarnos a una determinada hora de la noche, debemos ser capaces de hacerlo durante muchos años, hasta que lo hagamos sin esfuerzo.

La capacidad de seguir nuestras propias decisiones frecuentemente es puesta a prueba.

Un hombre con muy poca voluntad, rompe sus propias decisiones muy pronto.

Cuando concebimos el plan para el día, desarrollarlo puede ser muy fácil. (como cantar una canción)

La persona que adopta este accionar sistemático se transforma a sí misma, adquiriendo capacidades superiores.

La adopción de un ritmo auto –establecido se vuelve más interesante si ese ritmo se establece para realizar un ideal en la vida.



Adoptando un Nuevo Ritmo

La mayoría de las personas no organiza bien su vida cotidiana, permiten ser guiadas por lo externo. La vida exterior genera tantos programas en los que ocuparse, que nos aleja de la vida interior.

Organizar la vida en términos de economía, familia y sociedad es necesario, pero ¿hasta qué medida?

Muchos no son regulares en sus ejercicios, porque las situaciones de la vida a menudo obstaculizan su práctica.

No debemos ver las causas de esto en el exterior: todas las causas están solamente adentro.

En tanto cumplamos nuestros deberes y responsabilidades, se nos permitirá ir al interior.

Cuando intentamos adoptar un nuevo ritmo, nuestros fracasos son más frecuentes que nuestros éxitos, porque el poder del antiguo ritmo se nos opone.

Sonriamos a nuestros fracasos.



Encontrando el Ritmo Correcto

No todos pueden someterse al mismo ritmo, por ejemplo, meditar a las 6 de la mañana.

Cada alma debe decidir por sí misma qué clase de ritmo desea vivir o no, para obtener sus propias experiencias.

Normalmente, un grupo tiene miembros que siguen un ritmo más o menos similar, lo que les da una especie de acuerdo general.

El impulso para el cambio viene del interior, sin una compulsión exterior ni la influencia de la presión del grupo.

A través de la conexión interna crece la buena predisposición para entrar en un proceso de auto-transformación y de este modo tiene lugar un lento acercamiento hacia la luz.

Ningún hombre puede ayudar a otra persona que no se ayude a sí misma a adoptar un nuevo ritmo.



Trabajando con la Respiración

Si tenemos la intención de llevar un ritmo, trabajar con la respiración nos servirá de ayuda.

Cuando nos volvemos hacia la respiración, estamos relacionándonos con un efecto del alma, y así lentamente nos vamos acercando a ella.

Cuando observamos la respiración y restablecemos un ritmo, también nuestra vida adquiere una orientación rítmica.

La respiración consciente conduce al alineamiento de la mente con la respiración y ayuda a desprenderla de la objetividad.

El ritmo y una actitud de desapego hacia las actividades mundanas, así como los buenos motivos para la acción, son los requerimientos fundamentales para trabajar con la respiración.



Respiración consciente

Se recomienda respirar conscientemente durante la salida y la puesta del sol, siempre unas 27 veces (3x3x3).

Al alinear conscientemente la mente con la respiración, el ritmo de la respiración se enlentece.

Cuanto más se enlentece la respiración, más se desacelera la mente.

En esto, la respiración ha de ser consciente, lenta, suave, profunda y uniforme.

Entonces la mente aprende a vivir con la respiración y restablece el ritmo.

Una práctica regular de la respiración consciente durante un par de minutos, con una mente y un cuerpo cómodos, nos ayudará a conducir a la mente hacia el interior.

Esto aumenta la resistencia a la enfermedad y tiene notables efectos sobre la salud.



El Rayo del Orden Rítmico

Si vivimos con orden y ritmo, nos volvemos magnéticos y radiantes.

Las corrientes magnéticas transforman a los vehículos inferiores y la luz del alma podrá brillar a través de nuestros cuerpos.

El trabajo rítmico es una actividad del 7º rayo y genera resultados mágicos.

Esto significa que nos transformaremos mucho si adoptamos un ritmo, y lo seguimos.

La energía del orden rítmico se llama "Svaraj" en Oriente, lo que significa "gobierno de uno mismo".

Por eso, el primer paso en el sendero espiritual es gobernarnos a nosotros mismos y permitir también que los demás se gobiernen a sí mismos, pero sin embargo no permitir que nos gobiernen a nosotros.



El Significado de los rituales

Cada uno debe ir a su propio ritmo y seguirlo como un ritual.

Un ritual es el orden superior imitado en el plano material.

Actúa como un sacramento, para cambiar y ampliar la naturaleza del hombre.

Una vida rítmica es el requisito previo de un ritualista.

Los rituales genuinos se relacionan con la muerte de la personalidad y el nacimiento de la conciencia.

Cuanto más brillante es la luz, más fuerte es el campo magnético.

El ritmo lleva al ritual y el ritual conduce a los secretos superiores, los que revelan la Luz de la Verdad.

Todos los ritmos y rituales tienen como objetivo final la transformación de la materia de nuestro cuerpo de una manera natural, para hacer posible un desarrollo más rápido.

Para esto, necesitamos tener un ritmo en nuestra vida diaria, una actitud de desapego y un sentido de ofrenda y sacrificio.



El Servicio y los Rituales de Ofrenda

Tenemos que re alinear lentamente nuestras vidas y establecer un nuevo ritmo durante largo tiempo, para mantener una vibración superior.

Nuestro cuerpo es el templo en el que vive el alma, el sitio del ritual sagrado.

Cuanto más nos sacrificamos sirviendo a nuestros semejantes - en términos de tiempo, dinero, energía vital – más nos liberamos de la personalidad, para poder entrar al templo del corazón.

Distribuir tiempo, dinero y energía para ayudar a otros y de manera sabia, es un método eficaz para disolver nuestras cristalizaciones y bloqueos, para que las energías puedan fluir más libremente.

En muchas culturas hay para ello rituales que comprenden regalos, especialmente en los días astrológicamente significativos.

En nuestras vidas, debemos ser más dadores que receptores.



El Ritual del Fuego

Los iniciados emplean rituales para reponer su voluntad y hacer posible, de esta manera, la conducción de grandes tareas de una manera eficiente.

La transformación del corazón está sustentada por el Ritual del Fuego, tiene un efecto encantador y magnético.

El ritual del Fuego ayuda a quemar los pensamientos impuros y a otorgarnos pensamientos iluminados.

Podemos sentarnos en las horas del amanecer, con un cuerpo puro, ante una llama, mirando al Este o al Noreste, y decirle mentalmente al fuego:

“Oh, Maestro, por favor quema las impurezas que hay en mí y dame el poder ígneo para llevar a cabo acciones de buena voluntad”.

Una plegaria dirigida al fuego para experimentar la Verdad Suprema, dice:

“Revélame el Halo Dorado de la manifestación que precede a toda manifestación material”.



El Sonido y el Ritmo del Alma

El empleo de expresiones rítmicas de los sonidos sagrados enciende el fuego interior.

De una manera muy natural, transforma a los cuerpos internos y los hace más livianos y transparentes.

Una pronunciación rítmica del "OM" de mañana y de tarde, o de cualquier otro mantram, conduce a un alineamiento de la mente, las emociones y el cuerpo.

El alma atrae a la personalidad hacia arriba y la personalidad adquiere un ritmo activo que va en aumento.

El ritmo del alma es mucho más veloz que el de la personalidad. Si la personalidad no se ajusta a él, surgen las crisis.

Así atravesamos muchos conflictos y problemas, mientras el alma que busca se despierta en nosotros.



El Nacimiento del Espíritu

Cada uno debe decidir por sí mismo si quiere someterse a un ritmo superior, o no.

Durante largo tiempo nos zarandeamos entre la personalidad y la conciencia del alma.

Es una crisis renacer al espíritu y trabajar desde un nivel superior.

Los seres humanos avanzados, los Maestros de Sabiduría, nos guían y nos apoyan si estamos listos para trabajar persistentemente sobre nosotros mismos.

Nuestro desafío es prestarle toda la atención al alma y volvernos receptivos a su ritmo.





Estas presentaciones pueden ser difundidas y utilizadas para hacer accesibles a las Enseñanzas de la Sabiduría a las personas interesadas.

Las imágenes nos fueron dadas por amigos o nosotros las tomamos.

Usted puede encontrar las presentaciones para descargarlas en el sitio de la red www.good-will.ch bajo „Publicaciones“.

Círculo de Buena Voluntad: www.good-will.ch / guter-wille@good-will.ch

La World Teacher Trust: www.worldteachertrust.org / info@worldteachertrust.org

Muri / Berna, Suiza 2008



