



*A aquéllos en cuyo templo el Arco está iluminado por las estrellas,  
En cuyo templo el Sol es la imagen del oro;  
A aquéllos a cuyo templo la Luna va cada mes  
Y lleva el mensaje cada luna llena,  
Y cuyo mensaje la Luna canta como una palabra de dieciséis letras,  
A Su religión pertenezco, Su templo visito,  
Su nombre pronuncio, en Su gloria vivo.  
A Él le ofrezco el loto de mi día,  
A Él le ofrezco el loto de mi noche.*

*Estos pensamientos simiente de las meditaciones de la Psicología Espiritual del Dr. Ekkirala Krishnamacharya dan la nota del Mensajero Lunar del Círculo de Buena Voluntad. La Luna es el principio reflexivo y símbolo de la mente. Cuando es pura y está en calma, refleja impresiones de círculos superiores. Especialmente el tiempo de la luna llena propicia un alineamiento superior, si estamos suficientemente preparados. El alineamiento del sol, la luna y la tierra en el cielo ayuda a experimentar la magia de la luz del alma y su manifestación hasta el plano físico.*

*El Mensajero Lunar se publica cada mes, al tiempo de la Luna llena. Contiene pensamientos de las enseñanzas de la sabiduría eterna. Su propósito es inspirar a aplicarlos a la vida práctica.*

## MEDITACION PARA LA ERA ACUARIANA

### **Nuestra Identidad Original**

Todas las formas son manifestaciones de la Vida Una, de la Verdad Una, el estado original de la existencia pura. La conciencia emerge periódicamente de esta existencia eterna, y consecuentemente experimentamos el: "YO SOY". Esto sucede con nosotros cada mañana. Despertar no es nuestra decisión. Como una ola del océano, emergemos de la existencia a la conciencia y nos despertamos. Entonces los pensamientos vienen y comenzamos con nuestra actividad diaria. ¿De dónde proviene el "YO SOY"? ¿De dónde proceden los pensamientos? Cualquier cosa que pensemos, incluso cuando lo hacemos acerca de nosotros mismos, no es realmente nosotros mismos. No le damos a los pensamientos permiso de venir; ellos vienen tan pronto nos despertamos, incluso si no los deseamos. Podemos observar nuestros pensamientos, pero no podemos asirlos. La meditación fundamental es para rastrear la fuente de los pensamientos y el "YO SOY". Así recordamos nuestra identidad original: que no somos ni los pensamientos ni las emociones, ni el cuerpo, sino que existimos como almas que han surgido de la Verdad Una y pertenecemos a ella. Nos hemos acostumbrado a un nombre y una forma, pertenecemos a una raza y a una nacionalidad y a través de los cinco sentidos entramos en el mundo externo.

Los múltiples tipos de rezos, rituales, ejercicios y meditaciones no son más que medios para unirnos con la conciencia y para mantener presente la verdad fundamental. Cuando se pierde la conciencia, nos perdemos en la ilusión del mundo externo, en las muchas opiniones y conceptos. Con la meditación de la mañana descendemos conscientemente a la acción diaria y con la meditación de la tarde aprendemos a retirarnos otra vez de la prisa y el alboroto de la

actividad mundana deliberadamente, para estar con nosotros mismos. Cuando estamos en armonía con la conciencia oceánica, alineamos nuestra voluntad con la Voluntad divina y comenzamos a comportarnos conforme al Gran Plan.

Con rezo y meditación invocamos el Ser o lo Divino y esperamos recibirlo en nosotros. Cuando estamos en la personalidad, parece como si el alma estuviera fuera de nosotros mismos y algo distante. El alma o el "YO SOY" no están afuera, sino que son nuestra esencia verdadera. El secreto referente a la meditación es: No tenemos que alcanzar un estado de meditación, sino dejar fuera los otros estados que no son meditación. Cuando el Ser se siente perdido en actividad, nos sacan de nuestro equilibrio. Cuando disipamos nuestra energía, no hay estado meditativo en nosotros. Tenemos que hacer nuestra mente receptiva, para poder recibir del alma. Pero sobre todo la mente sigue estando ocupada con sus propios pensamientos y no puede abrirse a las indicaciones que vienen del alma.

### **Obstáculos**

Mucha gente se sienta en una postura de meditación, cierra los ojos y se va de caminata con sus pensamientos. Incluso si usted intenta permanecer dentro, la mente entra en la objetividad. La meditación no es posible si no existe un ajuste en relación con la vida objetiva, y permaneciendo la meditación sigue como un concepto. No hay tampoco posibilidad de una meditación alineada, si estamos en mala condición física; esto es particularmente verdad en el caso del consumo de drogas. En el caso de enfermedades que no causan sufrimiento corporal inmediato, como AIDS, por ejemplo, se puede meditar y consolidar el cuerpo vital. Tenemos que realinear

lentamente nuestras vidas y establecer un ritmo nuevo por un largo tiempo para mantener una vibración más elevada. De este modo, con el tiempo, llegan a ser posibles meditaciones más profundas. Si simplemente nos sentamos por algunos minutos para meditar y trabajamos todo el resto del día, no podremos aquietar la actividad mental.

## Lo Fundamental

Al meditar adquirimos poderes sutiles, no para utilizarlos para nosotros mismos, sino para poder servir mejor. La meditación y el estudio son para un servicio mejor. Mientras no hagamos un uso adecuado de lo que conseguimos, nada más profundo se nos puede dar. La sabiduría o un Maestro de Sabiduría se siente obligado a revelarnos más sólo cuando hacemos un buen uso de lo que hemos recibido.

En todos nuestros rezos y meditaciones, debemos pensar en el bienestar de la humanidad en su totalidad. Este trabajo tiene que ser intensificado para poder neutralizar la energía de aquéllos que actúan con mucha violencia y son movidos por intenciones egoístas. Invocamos al Avatar de Síntesis: *"Que eleve a la Tierra hasta los Reyes de la Belleza."* Para este elevamiento no debemos aspirar a nuestra iluminación individual, sino que debemos intentar servir a todos.

Es peligroso meditar si no tenemos la actitud de servir. Si meditamos y somos egocéntricos, la meditación nos llevará fácilmente a problemas. Puede consolidar la ambición y el orgullo, pero también las emociones o los impulsos sexuales incontrolados, e incluso desarrollar confusión y perturbaciones psíquicas. En consecuencia, debemos tener cuidado, usar nuestra discriminación y controlar nuestros motivos.

No hay calificación, ni requisito previo específico necesario para meditar. No existe exclusividad alguna y ni preguntas acerca del estado que se ha logrado. Ganamos conciencia interna conforme a nuestra capacidad de alineación. Cada cual puede trabajar con su propio poder de imaginación y visualización y adentrarse en esta conciencia. El poder de visualización depende del estado general de pureza que hayamos obtenido en nuestras vidas. El trabajo continuo conduce a la alineación y a la realización correspondiente. Nadie puede conseguir la fruta sin despejar previamente lo fundamental. Pero esto no debe impedir que usemos o impartamos la técnica. La mayoría de las técnicas se protegen por sí mismas. Meditar en grupo es particularmente eficaz.

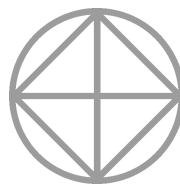
## "Inmersión profunda"

La meditación propuesta por el Maestro CVV para la Era de Acuario es observar cómo los pensamientos emergen de nosotros. Meditar en el estado del ser absoluto que somos, donde no hay ni sonido, ni color, ni forma, ni idea, ni pensamientos. Para la meditación diaria elegimos una hora fija, preferiblemente a intervalos de 12 horas: las 6 de la mañana y las 6 de la tarde se recomiendan como momentos apropiados. En la mañana debemos haber tomado un baño, purgado los intestinos y ponernos ropas frescas. Nos sentamos en una posición cómoda con los ojos cerrados, la espina dorsal hacia el Este o el Norte. Además, podemos encender una vela e incienso; el sándalo es particularmente recomendable. Pronunciamos el OM 3 o 7 veces de manera suave y uniforme y escuchamos el sonido. Visualizamos al Maestro; la presencia nos ayuda para la meditación. Para convertirnos en canal de las energías de síntesis el Maestro ha dado el sonido clave *"Namaskarams Master CVV"* y agregó que no hay que repetirlo como mantra, sino que debe invocarse sólo una vez en la mañana y en la tarde. Luego permanecemos silenciosos por 15 minutos y observamos qué está sucediendo adentro. El Maestro llamó a esto: *"Dip Deep"*-inmersión profunda. Él dijo que toma al menos 15 minutos para que la energía se extienda a todos los rincones del cuerpo y lo dinamice. De esta forma ocurren ajustes en éste y se eliminan obstrucciones de energía para una circulación libre de la energía pránica. El Maestro le llamó *"trabajo de reparación"*.

El proceso entero se puede resumir en tres puntos: observar el tiempo por la mañana y la tarde, invocar el sonido clave y observar el interior. Además debemos meditar sobre cada forma como el Maestro, que es el trasfondo de conciencia de todo lo que ES. No debemos tampoco trabajar por nuestro beneficio personal, ni recrearnos en la sensación de que trabajamos para nosotros, sino para los otros.

Si esta meditación se practica regularmente por un largo período de tiempo, causa cambios profundos. Elimina el viejo ritmo de vida y estabiliza una nueva vibración. La vida externa se organiza y se alinea con la vida interna. Adquirimos la capacidad de incluir, de aceptar y de integrar. Con ello nos preparamos para que la supra-conciencia descienda dentro de nosotros. Así somos elevados y transformados en seres inmortales. El Maestro CVV le llama a ésto el logro de la inmortalidad física.

Fuentes utilizadas: K. P. Kumar: *El Maestro de Acuario / Notas de seminarios. The World Teacher Trust - Dhanishta, Barcelona, España (lista de libros: [www.wtt-europe.ch/pdf/editorial\\_dhanishtha.pdf](http://www.wtt-europe.ch/pdf/editorial_dhanishtha.pdf)).*



¡ La Buena Voluntad es contagiosa !

*El Mensajero Lunar se publica en alemán, español, francés e inglés. Solicite ser incluido en nuestra lista de distribución: [guter-wille@good-will.ch](mailto:guter-wille@good-will.ch). Información adicional en [www.good-will.ch](http://www.good-will.ch). Si no desea continuar recibiendo El Mensajero Lunar, sírvase hacernos llegar una breve nota.*

*Círculo de Buena Voluntad*