

*Pour celui dans le temple duquel la Voûte est étoilée
Dans le temple duquel le Soleil est l'image de Dieu
Dans le temple duquel la Lune se rend chaque mois
Et apporte le message chaque pleine lune,
Et dont celui la Lune chante le message comme mot de seize lettres,
A Sa religion j'appartiens, à Son temple je rends visite,
Son nom j'exprime, dans Sa gloire je vis.
A Lui j'offre le lotus de ma journée,
A Lui j'offre le lotus de ma nuit.*

Ces pensées-semences issues des méditations de la Psychologie Spirituelle du Dr Ekkirala Krishnamacharya donnent le ton du Messenger Lunaire du Cercle de Bonne Volonté. La lune est le principe réflecteur et le symbole du mental. Si elle est pure et claire, elle est en mesure de refléter les impressions venant des cercles supérieurs. Le moment de la pleine lune permet un alignement supérieur, à condition d'être suffisamment équilibré. L'alignement du soleil, de la lune et de la terre dans le ciel aide à faire l'expérience de la magie de la lumière de l'âme et de sa manifestation dans le physique.

Le Messenger Lunaire paraît mensuellement au moment de la pleine lune. Il contient des pensées des enseignements de l'éternelle sagesse. Il souhaite inspirer à les réaliser dans la vie pratique.

PERSPECTIVES DE SAGESSE 147 : LA SAGESSE DU SOURIRE

Vie et Conscience

En tant qu'âmes, nous sommes reliés à notre corps par le principe pulsant de la vie - au corps physique, au corps subtil et au corps causal, dans lequel les graines de tous nos motifs sont stockées. Le principe de vie existe donc au niveau physique, subtil et causal et il descend de l'au-delà, de la pure Êtreté. "Tout est vie" est une affirmation occulte. En tant qu'êtres vivants, nous sommes dans la vie. La vie est en nous et la vie est aussi autour de nous.

Comment la vie fonctionne-t-elle en nous ? Lorsque l'activité de la vie et l'activité de la conscience sont en harmonie, la vie s'épanouit et la conscience se déplace à une vitesse supérieure. Si le principe de vie en nous est faible, il tire le principe de conscience vers le bas. Et inversement, une conscience faible tire également la vie vers le bas. Si nous sommes très sérieux, tendus et irritables et que nous sommes de mauvaise humeur envers notre entourage, nous faisons baisser également l'énergie vitale. Le positif dans nos pensées élève nos énergies vitales vers le haut. La joie est l'épanouissement de la conscience intérieure. Elle a un pouvoir rayonnant et diffuse des vibrations magnétiques. Lorsque nous portons la joie dans notre cœur, elle fait naître un sourire sur notre visage. C'est pourquoi tous ceux qui se sont développés en tant que conscience ont un sourire naturel.

Un Visage Souriant

Dans les écritures de l'Agni Yoga, le Maître Morya parle souvent de la joie, car la joie est une sagesse particulière. Être joyeux et gai est une importante qualité pour que chacun puisse progresser. Sur le sentier de lumière, également appelé sentier du disciple ou sentier du yoga, c'est encore plus vrai. Les voyants de tous les temps disent que nous devons avoir un visage souriant à tout moment, même au travail. Où que nous soyons et quoi que nous fassions, nous pouvons le faire avec amour, sourire et joie. Ceux-ci créent en nous et autour de nous un champ magnétique. Les autres voudront alors travailler avec nous. Nous pouvons tout faire avec joie, y compris méditer. Les personnes compé-

tentes méditent en souriant et sans froncer les sourcils. Si nous avons un visage sérieux avec les sourcils froncés, tout se contracte. Lorsque nous sourions, les énergies s'étendent. Le sourire est important, il libère l'énergie rayonnante.

Cependant, il y a des différences dans le sourire. Le sourire peut être sensible, mais il peut aussi être différent, voire cruel. Il y a un sourire combiné à un son correspondant qui laisse entrevoir quelque chose de rugueux et de grossier en nous. Un rire trop fort est une explosion d'énergie et montre quelque chose de déséquilibré en nous. Il peut même être méchant et indiquer quelque chose de diabolique en nous. Il n'est pas recommandé de rire aux éclats. Plus nous sommes tendres, plus notre sourire sera doux. Un sourire doux ne consomme pas d'énergie. Les sages nous conseillent d'être très doux lorsque nous sourions et dans tout ce que nous faisons, du matin au soir.

Il se peut que nous ne parvenions pas immédiatement à mettre en pratique une attitude satisfaite et à garder un visage joyeux à tout moment. Cela crée des tensions lorsque nous affichons un visage joyeux sans que nos énergies intérieures soient en adéquation avec lui. Si nous forçons le sourire, nous sommes tendus. L'autre personne voyant notre expression peut se rendre compte que quelque chose ne va pas. Seul un mental pur donne une joyeuse expression au visage. Un mental pur est créé par la pureté intérieure en suivant les règles du sentier du yoga. La pureté intérieure nous donne une attitude intérieure amicale, appelée « *santosha* » en sanskrit. Ce terme signifie la joie de vivre ou un visage joyeux. L'état intérieur de *santosha* nous permet de pénétrer profondément dans la science de la lumière. *Santosha* est la base de l'apprentissage de toute science occulte.

Le Sourire comme Remède

Le sourire n'est pas un étirement mécanique de la peau du visage. L'étirement de la peau est le résultat du sourire et non le sourire lui-même. De même qu'un microphone et un équipement technique ne suffisent pas à diffuser un programme radio, mais qu'il faut une personne, le sourire nécessite une personne et non des lèvres. Lorsque nous parlons avec un sourire sur le

visage, nous sommes en bonne santé et nous donnons la santé aux autres. Un sourire authentique est l'un des meilleurs remèdes. Notre présence, notre conversation et notre sourire peuvent être des outils de guérison. Lorsque nous remontons le moral des autres, l'énergie de guérison circule à travers nous jusqu'à eux.

Nous pouvons méditer un moment chaque jour sur le fait que le soleil nous envoie un magnétisme curatif et que son énergie curative pénètre en nous par les yeux et le centre des sourcils. L'énergie descend ensuite dans notre cœur sous forme d'affection, de sympathie et d'amour. De cette manière, les rayons d'énergie commencent à guérir les personnes qui nous entourent. Par nos sourires, nos regards bienveillants ou nos remarques humoristiques, nous devenons un canal guérissant automatiquement les personnes qui nous entourent. En rendant les autres heureux par notre conversation, nous les égayons et l'énergie de guérison circule vers eux.

Lorsque nous sourions, il y a une expansion automatique du corps éthérique. Si nous sourions souvent, si cela vient du cœur et que nous ne ressentons aucune frontière entre nous et la personne en face de nous, et si nous pouvons augmenter le nombre de personnes avec lesquelles nous n'avons pas de frontière, alors un tel sourire élargit également les champs éthériques des autres personnes. L'expansion provoquée par le sourire rend automatiquement les gens en bonne santé. Le sourire suscite une réaction instinctive. Lorsque nous sourions aux autres, ils nous sourient automatiquement en retour.

Une Attitude Joyeuse

C'est la nature même de la vie. Nous devrions nous arrêter un instant, y réfléchir et le comprendre. L'enseignement de base consiste à mener nos activités avec le sourire et une attitude joyeuse - détendue, avec humour et néanmoins attentive. Lorsque nous apprenons à sourire, cela indique que notre mental est calme. De cette manière, nous traversons la journée dans une attitude méditative. Tous ceux ayant réalisé et compris l'âme ont le sourire aux lèvres. Ce n'est que lorsque nous sommes joyeux et enjoués que nous pouvons élever notre entourage et par conséquent, nous élever nous-mêmes.

Une personne joyeuse est toujours pleine d'humour, elle a de l'esprit et de la vivacité mentale. Cet esprit et cette vivacité sont communs à toutes les personnes sages. Une personne sage fait souvent une blague et élève son auditeur par des blagues. Rire de soi est sagesse. Le meilleur comique est celui faisant des blagues sur lui-même et non sur les autres. Le véritable humour, c'est lorsque nous pouvons rire de nous-mêmes. Faire des blagues sur les autres n'a rien à voir avec l'humour et peut causer des problèmes. Mais si nous faisons une blague sur nous-mêmes, les autres et nous-mêmes nous amusons et personne ne s'en plaint. Transmettre de la joie, c'est absorber la souffrance des autres par les sourires.

De nombreuses personnes ressentent des lourdeurs dans leur vie ou souffrent elles-mêmes et ont du mal à sourire. Certains ne

peuvent pas non plus sourire en retour lorsqu'on leur sourit. Elles ne supportent pas non plus les plaisanteries. Certains se sentent même perturbés ou offensés lorsqu'ils voient un visage souriant parce qu'ils pensent qu'on se moque d'eux. Il s'agit d'une maladie. Sans sourire, la vie ne vaut pas la peine d'être vécue. De nombreuses personnes spirituelles ne croient pas au sourire. Mais le sourire est une sagesse très particulière. Le sérieux ne sert à rien ; même le divin reste à distance lorsque nous sommes si sérieux. Si nous effectuons des exercices de discipulat sans gaieté, ils ne transmettent pas l'essence même et la joie de la vie et ne valent rien.

Il y a des gens qui souffrent d'une maladie pendant de nombreuses années et qui restent souriants. Il y en a qui sourient même lorsqu'ils sont en train de mourir. C'est ainsi que Socrate a souri lorsque la mort est venue à lui à petits pas. C'est un bel exemple. Pouvons-nous sourire ainsi ? Krishna a vécu 126 ans et était toujours très joyeux tout en accomplissant un formidable travail. Son sourire et son regard inspiraient les gens et neutralisaient leur personnalité. Krishna a souri lorsque la flèche a touché son pied et il souffrait car il savait l'heure venue et il regardait l'ange de la mort. L'ange se sentit également heureux de voir celui qui souriait. Il est dit que Rama aussi était très joyeux.

La sagesse vient des gens joyeux et enjoués. Le Bouddha souriant est une autre représentation du Seigneur Maitreya ; ce ne sont pas deux êtres différents. Le Seigneur Maitreya est très joyeux. Le Maître CVV lui-même était très joyeux, gai et enjoué, tout comme les Maîtres MN, EK et KPK. Le Maître CVV trouvait utile de faire venir l'esprit joyeux des cercles supérieurs - des niveaux cosmique, solaire et planétaire. En général, les membres de la Hiérarchie sont tous des personnes très gaies et joyeuses. Lorsqu'ils se rencontrent, ils plaisantent et ne sont pas du tout sérieux. La gaieté et la bonne humeur sont très importantes.

Lumière et Sourire

Un exercice de méditation consiste à méditer sur le visage souriant d'une divinité ou à visualiser une image souriante de l'enseignant ou du maître qui est en vous. Il doit s'agir de quelque chose de divin. Nous pouvons également contempler notre propre visage souriant, car lorsque nous sourions, il y a de la lumière en lui. La gaieté est une manifestation de la lumière, et la lumière divine tombe sur le mental tourné sur lui-même. Ainsi, sérieux et lourdeur de la vie s'éloignent et nous trouvons de la joie en nous-mêmes. Si nous ne sourions pas alors la lumière s'éteint. Un sourire apporte lumière sur tous les visages. Lorsque nous prenons une lumière ou le Maître ou une image de Dieu comme objet de notre contemplation, nous le contemplons comme nous-même. Nous ressentons Dieu comme JE SUIS. CELA existe comme JE SUIS.

Sources : K.P. Kumar : *The Teachings of Sanat Kumara.*
Dhanishta, Visakhapatnam, Inde
(www.aquariusbookhouse.com).



La Bonne Volonté est contagieuse !

Le Messenger lunaire paraît en français, allemand, anglais et espagnol. Si vous le désirez, nous vous inscrirons dans notre registre d'envoi (guter-wille@good-will.ch). Autres informations : www.good-will.ch . Si vous ne voulez plus obtenir la lettre, informez-nous s.v.p.

Cercle de Bonne Volonté