

*A Aquel en cuyo templo, el Arco está iluminado por las estrellas,
A Aquel en cuyo templo, el Sol es la imagen de Dios,
A Aquel a cuyo templo va la Luna cada mes
Y lleva el mensaje cada luna llena,
Y cuyo mensaje, la Luna canta como una palabra de dieciséis letras,
A Su religión yo 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 simientes, extraídos de las meditaciones dadas en el libro "Psicología Espiritual" del Dr. Ekkirala Krishnamacharya, emiten la nota del Mensajero Lunar del Círculo de Buena Voluntad. La Luna es el principio reflector y el símbolo de la mente. Cuando ella es pura y se encuentra en calma, refleja las impresiones de los Círculos Superiores. Especialmente el tiempo de la luna llena nos conduce al alineamiento superior si estamos lo 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 que desciende hasta lo físico.

El Mensajero Lunar se publica cada mes en el tiempo de la Luna Llena. Contiene pensamientos de las enseñanzas de la sabiduría eterna. Su propósito es el de inspirarnos a aplicarlos en la vida práctica.

PERSPECTIVAS DE SABIDURÍA 147: LA SABIDURÍA DE LA SONRISA

Vida y Conciencia

Como almas, estamos conectados a nuestros cuerpos a través del principio vital pulsante: al cuerpo físico, al cuerpo etérico sutil y al cuerpo causal, en el que se almacenan las semillas de todos nuestros motivos. Así pues, el principio vital existe en el nivel físico, en el nivel sutil y también en el nivel causal, y desciende del más allá, del ser puro. «Todo es vida» es una afirmación oculta. Como seres vivos, estamos en la vida. La vida está dentro de nosotros y también a nuestro alrededor.

¿Cómo funciona la vida dentro de nosotros? Cuando la actividad de la vida y la actividad de la conciencia están en armonía, la vida florece y la conciencia se mueve a mayor velocidad. Si el principio de vida en nuestro interior es débil, tira hacia abajo del principio de conciencia. Y viceversa, una conciencia débil también tira hacia abajo de la vida. Si estamos muy serios, tensos e irritables y de mal humor con los que nos rodean, también estamos deprimiendo la energía vital. Lo positivo en nuestros pensamientos eleva nuestras energías vitales hacia arriba. La alegría es el despliegue de nuestra conciencia interior. Tiene un poder radiante y difunde vibraciones magnéticas. Cuando llevamos alegría en el corazón, nos hace sonreír. Por eso, todos los que se han desplegado como conciencia tienen una sonrisa natural.

Una Cara Sonriente

En las escrituras del Agni Yoga, el Maestro Morya habla a menudo de la alegría, porque la alegría es una sabiduría especial. Ser alegre y jovial es una cualidad importante para que todos progresen. En el camino de la luz, también llamado el camino del discipulado o el camino del yoga, esto es aún más cierto. Los videntes de todos los tiempos dicen que debemos tener una cara sonriente en todo momento, incluso en el trabajo. No importa dónde estemos y lo que estemos haciendo, podemos hacerlo con amor, una sonrisa y alegría. Entonces los demás también querrán

trabajar con nosotros. Podemos hacer todo con alegría, incluida la meditación. Las personas sabias meditan con una sonrisa en la cara y no tienen las cejas fruncidas. Si tienes una cara seria con las cejas juntas, todo se contrae. Cuando sonríes, las energías se expanden. Sonreír es importante, libera una energía radiante y amorosa.

Sin embargo, hay diferencias en la sonrisa. Las sonrisas pueden ser sensibles, pero también pueden ser diferentes, incluso crueles. Hay una sonrisa, combinada con un sonido correspondiente, que insinúa algo áspero y tosco en nuestro interior. Una risa excesivamente sonora es una explosión de energía y muestra que hay algo desequilibrado en nosotros. Incluso puede ser malvada e indicar algo diabólico en nosotros. No se recomienda reír a carcajadas. Cuanto más tiernos somos, más amable y suave es nuestra sonrisa. Una sonrisa suave no consume energía. Los sabios nos aconsejan ser muy amables cuando sonreímos y en todo lo que hacemos de la mañana a la noche.

Puede que no consigamos inmediatamente poner en práctica una actitud contenta y mantener un rostro feliz en todo momento. Se crea tensión cuando forzamos una sonrisa sin que nuestras energías interiores estén a la altura. Cuando ponemos una cara sonriente, estamos tensos. La otra persona que ve nuestra expresión puede darse cuenta de que algo va mal. Sólo una mente pura da una expresión facial alegre. Una mente pura se crea a través de la pureza interior siguiendo las reglas del camino del yoga. La pureza interior nos da una actitud interior amistosa, que se llama «santoshā» en sánscrito. Significa alegría o rostro alegre. El estado interior de santoshā nos permite penetrar profundamente en la ciencia de la luz. Santoshā es la base para aprender cualquier ciencia oculta.

La Sonrisa como Remedio

Sonreír no es una expansión mecánica de la piel del rostro. La expansión de la piel es el resultado de la sonrisa y no la sonrisa en sí. Al igual que para emitir un programa de radio no basta con un micrófono y un equipo técnico, sino que se

necesita una persona, para sonreír se necesita una persona y no unos labios. Cuando hablamos con una sonrisa en la cara, eso nos hace sanos y da salud a los demás. Una sonrisa genuina es uno de los mejores remedios. Nuestra presencia, nuestra conversación y nuestra sonrisa pueden ser herramientas de curación. Cuando animamos a los demás, la energía curativa fluye a través de nosotros hacia ellos.

Podemos meditar durante un rato cada día que el magnetismo curativo nos es enviado desde el sol y su energía curativa entra en nosotros a través de los ojos y el centro del entrecejo. Luego la energía desciende a nuestro corazón en forma de afecto, simpatía y amor. De este modo, los rayos de energía comienzan a sanar a las personas que nos rodean. A través de nuestras sonrisas, miradas amistosas o comentarios divertidos, nos convertimos en un canal para sanar automáticamente a las personas que nos rodean. Al hacer felices a los demás a través de nuestra conversación, se alegran y la energía curativa fluye hacia ellos.

Cuando sonreímos, se produce una expansión automática del cuerpo etérico. Si sonreímos a menudo, nos sale del corazón y no sentimos ningún límite entre nosotros y la persona que tenemos delante, y si podemos aumentar el número de personas con las que no tenemos ningún límite, entonces esa sonrisa también expande el campo etérico de otras personas. La expansión causada por la sonrisa automáticamente hace que la gente esté sana. Sonreír provoca una respuesta instintiva. Cuando sonreímos a los demás, ellos automáticamente nos devuelven la sonrisa.

Una Actitud de Felicidad

Esta es la naturaleza de la vida. Deberíamos pararnos un momento a pensarlo y comprenderlo. La enseñanza básica es llevar a cabo nuestras actividades con una sonrisa y una actitud alegre: relajados, con humor y atentos. Cuando aprendemos a sonreír, es un indicio de que pensamos con calma. De este modo, avanzamos a lo largo del día en actitud meditativa. Todos los que han realizado y reconocido el alma tienen una sonrisa en la cara. Sólo cuando estamos contentos y alegres podemos elevar nuestro entorno y, por tanto, a nosotros mismos.

Una persona alegre siempre está llena de humor, tiene espíritu e ingenio. Este espíritu e ingenio son comunes a todas las personas sabias. Una persona sabia a menudo hace bromas y eleva al oyente a través de ellas. Reírse de uno mismo es sabiduría. El mejor cómico es el que hace chistes sobre sí mismo, no sobre los demás. El verdadero humor es cuando podemos reírnos de nosotros mismos. Hacer chistes sobre los demás no tiene nada que ver con el humor y puede acarrear problemas. Pero si hacemos un chiste sobre nosotros mismos, tanto nosotros como los demás nos divertimos y nadie se queja por ello. Comunicar alegría absorbe incluso el sufrimiento de los demás a través de la sonrisa.

Muchas personas se sienten pesadas en su vida o sufren ellas mismas y les cuesta sonreír. Algunas tampoco pueden

devolver la sonrisa cuando alguien les sonríe. Tampoco pueden permitir las bromas. Algunos incluso se sienten perturbados u ofendidos cuando ven una cara sonriente porque piensan que se están riendo de ellos. Esto es una enfermedad. Sin una sonrisa, no merece la pena vivir. Hay muchas personas espirituales a las que no les importa sonreír. Pero sonreír es una sabiduría muy especial. Ser serio no ayuda; incluso lo divino permanece a distancia si somos tan serios. Si realizamos ejercicios de discipulado sin alegría, no transmiten la esencia y la alegría de la vida y no valen nada.

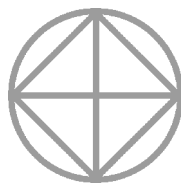
Hay personas que sufren una enfermedad durante muchos años y, sin embargo, siguen sonriendo. Hay personas que incluso sonríen mientras se están muriendo. Sócrates sonreía así cuando la muerte le llegaba a pasos lentos. Es un gran ejemplo. ¿Podemos sonreír así? Krishna vivió 126 años y siempre estaba muy alegre mientras hacía un trabajo tremendo. Su sonrisa y su mirada inspiraban a la gente y neutralizaban su personalidad. Krishna sonrió cuando la flecha impactó en su pie y sintió un gran dolor porque sabía que había llegado la hora y estaba mirando al ángel de la muerte. El ángel también se sintió feliz de ver al sonriente. También se dice que Rama era muy alegre.

La sabiduría proviene de las personas alegres y felices. El Buda sonriente es otra representación del Señor Maitreya; no son dos seres diferentes. El Señor Maitreya es muy alegre. El propio Maestro CVV era muy divertido, feliz y alegre, y también lo eran los Maestros MN, EK y KPK. Al Maestro CVV le resultaba útil traer la alegría de los círculos superiores, de los niveles cósmico, solar y planetario. En general, todos los miembros de la Jerarquía son personas muy alegres y divertidas. Cuando se reúnen, hacen bromas y no están nada serios. La alegría y la jovialidad son muy importantes.

Luz y Sonrisa

Un ejercicio de meditación consiste en meditar sobre el rostro sonriente de una deidad o visualizar una imagen sonriente del maestro o maestro interior. Debe ser algo divino. También podemos contemplar nuestro propio rostro sonriente, porque cuando sonreímos, hay luz en él. La alegría es una manifestación de luz, y la luz divina incide en la mente que mira hacia dentro. De este modo, la seriedad y la pesadez de la vida se alejan poco a poco de nosotros y encontramos la alegría en nuestro interior. Si no sonreímos, la luz se apaga. La sonrisa ilumina todos los rostros. Cuando tomamos una luz o al Maestro o una imagen de Dios como objeto de nuestra contemplación, lo contemplamos como a nosotros mismos. Sentimos a Dios como YO SOY. ESO existe como YO SOY.

Fuentes utilizadas: K.P. Kumar: Las Enseñanzas de Sanat Kumara; notas de diversos seminarios. The World Teacher Trust / Ediciones Dhanishtha España (www.edicionesdhanishtha.com).



¡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. Información adicional en www.good-will.ch. Si no desea seguir recibiendo El Mensajero Lunar, sírvase hacernos llegar una breve nota.

Círculo de Buena Voluntad.