**EL RECURSO Y EL RITMO DEL DESCANSO.**

Selecciones de la Serie de Agni Yoga

Presentado ante la Sociedad de Agni Yoga, 07 de Febrero de 2012.

(Un discurso originalmente presentado ante la Sociedad el 13 de diciembre de 1979 por Dean Going, con sus propios comentarios)

1. El tiempo de descanso, de sueño, de ocio es parte del flujo cíclico de energía; por lo tanto, la ciencia de como emplearlo, debe ser parte de nuestras reflexiones y empeño.

“Pronto la máquina hará posible que la gente se de a la holganza una porción considerable del día. Uno deberá preguntarse en que se usará este tiempo libre”. Aum, 500

2. “El tiempo libre” a menudo también da la impresión de ser un “tiempo de juego” aparte del objetivo de la vida y no una parte importante de él. Pongámos de acuerdo sobre el significado del concepto del descanso. Alrededor de éste se han acumulado un montón de interpretaciones falsas y nocivas. Las personas se han acostumbrado a pensar que el descanso es inacción; de este modo se transformado en debilidad psíquica. La inacción es lo más dañino para la energía psíquica. Cada inmovilidad espiritual causa fatiga y no regenera.

“Los médicos prescriben descanso, quietud, toda clase de inacciones y asumen que en ese estado moribundo las fuerzas se restaurarán. Pero estos mismos médicos entienden que la debilidad y el colapso son el resultado de la violación del equilibrio. Así, entonces, el descanso no es nada más que equilibrio. Más equilibrio es una tensión proporcionada de energía. Sólo así le será posible a uno restaurar y fortalecer sus fuerzas”.

“No hay ninguna diferencia si el equilibrio es adquirido en el desierto o en la ciudad - El principal requisito es una tensión constante. El sendero de la tensión es el sendero del esfuerzo, que quiere decir, el sendero de vida. … Que el concepto de descanso sea correctamente entendido para la manifestación de la Hermandad. El desasosiego e intranquilidad engendran movimientos sin objetivos claros”. Hermandad, 44.

3. Por lo tanto, debemos buscar un significado más profundo detrás del ritmo del descanso. La necesidad que sentimos de un tiempo de descanso y ocio, puede ser un impulso a cambiar de trabajo, la necesidad de aumentar el esfuerzo a medida que el recurso de comenzar un nuevo giro en la espiral de la vida.

“No hay descanso eterno. Por lo tanto, no se quede en un solo sitio; o se lo traga el cambio o ayudará a la revolución cósmica. La base de todo es el espiral, y usted debe entender la esencia del Fuego Espacial”. Infinito I, 8

4. “La regeneración del espíritu se logra mediante el esfuerzo, no mediante la monotonía de las destrezas que nublan la mente de uno. La igualdad es inusual; la igualdad es entorpecimiento; la igualdad es la muerte del espíritu. Sólo cuando el espíritu entiende su línea de acción puede situarse en la órbita del curso cósmico”.

¿Por qué, entonces, está el espíritu templado mediante varios esfuerzos? La belleza de la temperancia del espíritu está incluida en el potencial del esfuerzo. Por lo tanto, cuando el espíritu se esfuerza en la búsqueda de la Fuente, la igualdad de la vida se interrumpe. Al eliminar la igualdad uno puede lograr lo inusual. En esto, se debe afirmar la humanidad. Toda la belleza y la creatividad de los Señores está construida sobre lo inusual. La aspiración de la humanidad hacia lo inusual dará el entendimiento de lo Nuevo, y avanzará hacia el Infinito.” Infinito II, 491

5. “Yo afirmo que un sabio cambio de ocupación elevará la cualidad de la labor”. Hermandad, 591

6. Estas orientaciones de ninguna manera niegan la necesidad del descanso. De hecho, debemos aprender a emplear el flujo y el reflujo de la oleada de energía. La meta es la continuidad de conciencia, y sobre todo un ritmo de control mental que nunca pierda el fundamento de la actividad espiritual.

“Leed, y considerad cuantas veces incluso Cristo se retiró en soledad. Aún Su Espíritu tuvo necesidad de prana. Observad – las manifestaciones de cada día están plenas de profundo significado”. La llamada, 370.

7. “Podéis, mediante el ejemplo, instruir a otros en el ingenio. En cada circunstancia están contenidas diferentes posibilidades, pero la mente debe ser dirigida hacia la luz.” La llamada, 264.

8. “Mientras se descansa es bueno reírse, ya que la glándula tiroides se purifica con la risa.” Illumination, II: I: 4; Hojas del Jardín de Morya II, 87.

9. “Igual que Yo les envío un escudo, así ustedes deberán usar cada momento. No por recompensa y no por miedo es que se va hacia adelante, sino por la realización de la belleza Cósmica.” Illumination, III: II: 4; Hojas del Jardín de Morya II, 274.

10. Nuestro control y empleo de los recursos y del ritmo del descanso incluye el sueño.

“La ciencia no entiende el dormir. La idea del descanso es primitiva. Si cada acción es precedida por un acto espiritual, entonces ese estado extraordinario que es el dormir debe ser especialmente notado. La gente se entrega al Mundo invisible casi la mitad de su vida. Es necesario purificar la conciencia antes de entrar por las Sagradas Puertas. ” Aum, 71.

11. “Se requiere de una cierta tranquilidad para dormir. La necesidad de este estado transitorio prueba hasta que punto nuestro organismo necesita un esfuerzo especial para efectuar un cambio de condiciones”. Mundo Ardiente II, 401

12. Por lo tanto, debemos proceder con la ciencia del descanso hasta que se convierta en un movimiento del esfuerzo.

“No será más la oración “descansa en paz,” sino la de “aprende en el espacio de Luz.” Recuerda con toda tu conciencia los problemas de la evolución. Cuando el esfuerzo por el reposo desaparezca entonces las Puertas estarán cercanas.” Comunidad de la Nueva Era, 21.

13 La meta del descanso se torna más claro con esta declaración contenida en la Enseñanza. “La vida acelera como una cascada, pero no mucha gente percibe su movimiento. Los que anhelan descanso consideran la vida como si fuera una tumba. ¿Qué es el descanso? Este concepto es una invención de los oscuros. ¡Qué timidez manifiesta la gente cuando habla de descanso! Para las personas el descanso es holgazanería. Esta clase de descanso siempre es un gozo conectado con la tierra, el gozo de no hacer nada no es Nuestro. ¿Alguna vez la naturaleza es holgazana? Nosotros, como parte de la naturaleza, estamos sujetos a sus leyes”.

“Uno no tiene que estar corriendo siempre, ni necesita escoger para sí mismo una vida de aislamiento. Hasta una planta, por ejemplo, una vez enraizada, existe en un estado de actividad constante.” Agni Yoga, 268.

14. “La Enseñanza del Agni Yogui demanda un ardor continuo. Algunas veces se necesita un descanso de las manifestaciones ardientes externas, pero la flama interna nunca se extingue”. Agni Yoga, 414.

15. “Pongamos fin a la festividad y empecemos la labor. Determinemos qué hacer. Qué obrar. En esta acción eterna estriba Nuestra fiesta. Más tú, siguiendo Nuestro ejemplo, deberás actuar sin angustia. Decídete a actuar en calma, teniendo en mente que Nuestra fuente se derrama sobre ti incesantemente.” Illumination, II: III: 17. Hojas del Jardín de Moria II, 124.

16. El cambio de ritmo, el cambio de labor, el cambio de lugar, son aconsejables como parte del recurso y ritmo de recuperación o el llamado descanso.

“Yo hablo acerca de la cualidad de los viajes. Es necesario asimilar el conocimiento de cómo viajar! Es necesario no sólo el separarse del hogar sino también conquistar el mismo concepto de hogar. Sería más preciso decir que uno debería ampliar el concepto de hogar. Dondequiera que estemos – allí está el hogar. La evolución desecha el significado de hogar como una prisión. …”

“Yo deseo verte moviéndote sobre la faz del Mundo cuando todas las líneas limítrofes, que son multitud, sean borradas. ¡Cómo podremos volar cuando estamos clavados con alfileres! Reflexiona en la necesidad de viajar que tiene la humanidad”. Comunidad de la Nueva Era, 93.

17. ¿No sugiere esto un cambio en el concepto y práctica del ritmo a fin de que el recurso del tiempo sea empleado al máximo en la espiral del perfeccionamiento?

“Comencemos un nuevo período. Se deberá llamar "El desamparo temporal". Uno deberá echar a un lado todas las consideraciones pasadas y correr al desierto de calma sin fronteras, donde las tormentas eléctricas y los tornados se entretejen bajo un domo radiante. Entre las tormentas se tejerá una nueva vestimenta”. Iluminación, III: IV: 12; Hojas del Jardín de Moria II, 318.

18. “Aquel que entiende la importancia de la incesante labor, aquel que se fortalece a sí mismo concentrándose en la Jerarquía, aquel que descarta fórmulas complicadas para poder transferir concentración al corazón, entenderá la esencia del futuro.” Corazón, 117.

19. Sea que trabajemos o descansemos, en cada momento llevamos la esencia del futuro.

“Ya sea que esté deprisa o inmóvil, así me estoy esforzando. Ya sea que esté aprendiendo o entregando conocimiento, así me estoy esforzando. Ya sea que esté solo o en medio de una muchedumbre, así me estoy esforzando.” Comunidad de la Nueva Era, 180.