**LA MEDITACION Y EL PENSAMIENTO ENFOCADO**.

Selecciones de la Serie de Agni Yoga

Presentado ante la Sociedad de Agni Yoga, 22 de Mayo de 2007.

1. El ritmo de la verdad es una fortaleza invencible. No es una estiba de palabras, sino un sonido rítmico, que lleva consigo un significado decisivo. ¿Por qué tratar de conquistar con palabras cuando los rayos del ritmo pueden expulsar los seres más dañinos? ¿Qué propósito puede tener escribir largas cartas cuando el pensamiento penetra la conciencia instantáneamente? En realidad, la Enseñanza sobre el pensamiento y la acción de la voluntad ya han sido distorsionadas por las personas. Se han esforzado para compensar su falta de voluntad y su pensamiento mecánico. Todos los aparatos de hipnosis artificial para hacer que uno entre en un trance, incluyendo los artefactos brillantes, son ridículos. ¡Y el cruce de los ojos es innecesario! El que entiende el verdadero Yoga de la Vida sabe que el rayo de la verdad puede arremeter, pero también resucitar.

 Cuando Nosotros hablamos de la necesidad de la honestidad, no tenemos en mente a la gente indigna. Nosotros señalamos el camino directo a la verdad, desprovisto de cualquier elemento personal. Esta oportunidad se puede percibir mediante el conocimiento directo. La experiencia acumulada en el centro del Cáliz, proporciona un conocimiento invencible. El centro del Cáliz está cerca de la reserva de sangre, pues la sangre es el medio para nuestro pasar por la Tierra.

 Por tanto, la verdad no es una abstracción; es el entendimiento de las leyes cósmicas basadas en la experiencia directa. Por lo tanto, a pesar de que un contable honesto puede cometer un error en sus cálculos sin volverse deshonesto, una persona precisa, pero hipócrita, no obtendrá el poder de la efectividad espiritual.

 Es correcto considerar las iniciaciones, meditación, y la concentración, prácticas superficiales; estos conceptos tienen que expresarse en las acciones individuales. Toda la magia artificial se debe dejar en el pasado. Agni Yoga, 156.

1. Si el pensamiento contiene en sí mismo energía creativa, entonces, qué útil será dirigir buenos pensamientos al espacio. Cuando la humanidad se ponga de acuerdo en enviar buenos pensamientos simultáneamente, entonces la atmósfera infectada de las esferas inferiores se despejará de inmediato. De aquí que sea necesario tener cuidado, aun unas pocas veces al día, enviar pensamientos, no sobre uno sino en beneficio del Mundo. Así el pensamiento se acostumbrará a esfuerzos desinteresados. Así como el Salvador de la humanidad piensa sólo en el Mundo en su totalidad, así al emularlo a Él aplicaremos nuestros pensamientos para la manifestación de la energía creativa. No hay necesidad de ver a la transmisión del pensamiento como un acto supernatural. Permitamos que este sea el alimento del espíritu, así como el combustible es el alimento de la fogata en la noche. Así, también, se hace necesario simplemente seguir los ejemplos más excelsos. El corazón será como un fiable cronómetro cuando piense en todos. No es necesario realizar agotadoras meditaciones; el pensamiento sobre el Mundo es corto y de manera simple refleja la renunciación del ego. ¡Qué el bien le acontezca al Mundo! Corazón, 300.
2. La afirmación ardiente no ocurre en la placentera modorra sino entre el trueno y la tormenta. Aquel que se acostumbra a sentir tranquilidad en medio de la tormenta medita fácilmente en el Mundo Ardiente. Es necesario pensar en el Mundo de la Luz. Los pensamientos deberían ser enviados a las alturas. Así será posible participar mentalmente no sólo en la batalla terrenal sino también en la batalla del Mundo Sutil. En efecto, las destrucciones terrenales son nada comparadas con las destrucciones del Mundo Sutil. Un gran número de las mejores intenciones se disipan junto con abominables acumulaciones. Al mismo tiempo los habitantes se envuelven más, particularmente aquellos que demuestran actividad. Existen muchos de estos, tanto en los estratos inferiores como en los superiores. El fuego abriéndose paso es sentido por todos aquellos que no se han acostumbrado al estado ardiente. En consecuencia, cuando Yo recomiendo pensar en el Mundo Sutil, Yo estoy aconsejando algo muy útil y cuando Yo recomiendo pensar en los Mundos Ardientes, Yo estoy aconsejando algo indispensable. La afirmación del pensamiento ardiente es ya una adquisición invencible. Así como los eslabones de la cota de malla se engarzan gradualmente, así también crece invisible el plumaje ardiente. Mundo Ardiente I, 235.
3. El dominio del pensar no solo consiste en la profundización y concentración del pensamiento. Uno debe también poseer el conocimiento de cómo liberarse de pensamientos viles e inoportunos; así se afirma el pensamiento cuando nosotros lo dominamos. No es fácil liberarse de pensamientos que penetran desde afuera y es difícil deshacerse de reflexiones opresivas y tristes. Pero uno debería ser capaz de la misma manera de enviar pensamientos y también dejar atrás aquellos que no son útiles. Usualmente la gente está esclavizada por sus pensamientos; y nada impide tanto el avance como inmóviles pensamientos penosos. Con más frecuencia esos pesados pensamientos son enviados desde afuera y muchos ojos miran con malicia, esperando por la supresión de la energía. Aprende a expulsar inmediatamente esta carga, es uno de los peores aspectos de Maya. Difícilmente pasa un día sin una alteración de Maya. Así, vigilemos doblemente y seamos poseedores del pensamiento. Mundo Ardiente II, 227.
4. La meditación silenciosa sobre el Mundo Superior será igual al mejor remedio. De esta manera será posible sentir la relatividad de aquello que existe. Semejante medida no será una limitación, por el contrario, esta medida fortalecerá el vuelo del pensamiento. Cuando la confusión esté poseyendo al Mundo, sugiere lo más simple.

 La existencia terrenal no puede ser el final y en semejante estado transitorio uno preparará sólo aquello que es necesario para el viaje futuro, en otras palabras – agudicen su pensamiento. Las alas sólo crecen a través del pensamiento. Aum, 104.

1. Tú preguntas si deberías continuar con tus meditaciones. Todo aquello que desarrolle la concentración del pensamiento es muy útil. Claridad y cristalización del pensamiento debe ser constantemente alentado. Ahora mismo existe una manera muy caótica de pensar y de la que deberíamos estar particularmente en guardia y tratar de controlar los pensamientos y no permitir sus saltos caprichosos. La secuencia en los pensamientos y acciones son muy importante para la ampliación de la conciencia. Cartas de Helena Roerich I, 26 Abril, 1934.2.
2. Verdaderamente, la vida está llena de milagros si nos acercamos a ella con el corazón abierto y esforzándonos hacia la belleza y auto perfección y no por medio de toda clase de meditaciones artificiales y concentraciones y otros medios mecánicos, sino en hechos continuos en nuestra vida de todos los días. Esta gran realización diaria de hechos en la vida es practicada en toda su hermosa severidad por N. K. Su vida es una vida de completa renunciación; él vive por el gran servicio a la humanidad. Nada le pertenece y él mismo no se pertenece a sí mismo. La tolerancia más grande es su naturaleza, y como un imán él atrae personas diferentes y las agrupa en su nombre. La sabiduría del Maestro es su sabiduría. Si hubiera sido de otra manera, ¿cómo hubiera podido él ser semejante profeta? ¿Cómo hubiera podido tener éxito en la misión confiada a pesar de los terribles obstáculos puestos por las fuerzas tenebrosas al final del Kali Yuga, durante el terrible Armagedón? Cartas de Helena Roerich I, 17 Febrero, 1934.
3. Al descender a una profunda caverna, uno prefiere tener una linterna brillante en lugar de una crepitante antorcha humeante. Lo mismo es con la calidad de la energía psíquica. Las chipas de una llama humeante no mejora la situación. Pero, ¿cómo obtener una luz continua? Sólo mediante una constante meditación en la energía básica. Como un callado proceso mental, la inextinguible Luz se fortalece en el ritmo del corazón.

 Que los eremitas por un lado y los científicos por el otro sean los que igualmente evalúen la luz del corazón. La luminosidad corresponde a un grado aceptado de tensión. Veamos como con frecuencia la gente observa esta luminosidad, sin embargo, ellos encuentran muchas excusas, negativas y vergonzosos silencios. ¡Cómo si ellos fueran peor que un fulgurante muñón! Con frecuencia la gente es capaz de reconocer rasgos especiales en los objetos más ordinarios, pero ellos se privan a sí mismos de estas posibilidades.

 Si, luego de leer estos escritos, la gente estuviera más atenta en observar las manifestaciones de su propia energía psíquica, uno podría llamarle a esto un triunfo. Aum, 591.

1. También entiendo que tú te adhieres al método escogido de prepararte para la meditación. Todo lo que es espiritual es tan individual que todo el mundo debería sentir precisamente con su corazón lo que le es particularmente cercano y seguir este camino. Me gusta mucho la declaración hecha en el Bhagavad Gita, esta preciosa perla de la escritura Oriental, que nunca me canso de repetir y que te la voy a citar a ti también, “El hombre viene a Mí por varios senderos, pero por cualquier sendero que el hombre viene hacia Mí, en ese sendero le doy la bienvenida, ya que todos los senderos son Míos.” Es imposible expresar de mejor manera o más precisamente que la forma no tiene importancia; sólo la idea misma es esencial. Pero, más que nada, la gente se aferra a las formas y de esta manera pierde cualquier comprensión del pensamiento detrás de éstas formas. Cartas de Helena Roerich II, 11 Septiembre, 1937.
2. "Tú preguntas si deberías continuar con las meditaciones o no. Todo lo que incrementa el poder de concentración y de pensamiento es muy útil y la claridad de pensamiento debería de ser alentado por todos los medios. Ahora existe mucho pensamiento caótico y es muy importante aprender a controlar los pensamientos y evitar brincos involuntarios. Claridad y secuencia de pensamiento es muy necesario en el proceso de la ampliación de la conciencia." Cartas de Helena Roerich I, 08 Noviembre 1934.