**SERENIDAD.**

Selecciones de la Serie de Agni Yoga

Presentado ante la Sociedad de Agni Yoga, 10 de Noviembre de 2009.

1. ¡Uno puede ver qué métodos indignos están combinados con la oración! El frenesí no puede ser de ayuda para el vínculo con el Mundo Superior. Los testigos de las visiones superiores afirman que ellos ni siquiera pueden permanecer plantados firmes debido a las poderosas vibraciones. Además, las visiones están precedidas por una serenidad especial del espíritu. ¿Será que los giros y las rotaciones son el umbral de una hermosa visión? El hombre, por propia voluntad, no puede exigir una manifestación del Mundo Superior. Es posible atraer al Mundo Sutil, pero la grandeza del Mundo Superior trasciende toda la naturaleza terrenal. Los eremitas esperan por años la Palabra Superior. Incluso los Grandes Trabajadores Espirituales pudieron soportar una manifestación del Mundo Superior sólo una vez sin que su salud se afectara. Sin embargo, el Mundo Superior sabe cómo y cuándo es posible. Aum, 59.
2. Ahora te comentaré acerca de tu cuarta meditación, "La calidad del aire y la serenidad del Espíritu." Respecto a esta meditación no puedo estar de acuerdo con la frase "primero tenemos que preparar el templo para luego educar el alma." El espíritu construye su templo y no viceversa. Por supuesto, lo psíquico y lo físico están cercanamente unidos y para ser perfecto deben estar completamente equilibrados; sin embargo podemos existir sin el cuerpo pero sin espíritu estamos completamente muertos. Voy a citar a la Enseñanza: "Se ha dicho correctamente que el espíritu puede vivir sin un cuerpo ya que, un cuerpo deformado puede contener un alma luminosa, pero un cuerpo, a pesar de una perfección externa, no puede contener un espíritu con el que no concuerde respecto de las acumulaciones del pasado…. Como corolario a lo que se ha dicho, concentrémonos más en el desarrollo del espíritu y el cuerpo físico solamente tanto como el sentido común demanda. Como el famoso dicho dice, "un espíritu saludable existe sólo en un cuerpo saludable," yo lo pondría de la siguiente manera—"un cuerpo saludable pertenece a un espíritu saludable." Si sólo fortaleciéramos nuestro cuerpo nunca avanzaríamos. Yo aliento a todos los colaboradores que aprendan a meditar. Cartas de Helena Roerich I, 26 Abril, 1934.
3. ….El consejo dado: "Durante dichas discordancias de los nervios con la corriente sanguínea, debemos mantenernos especialmente calmados y no sobrecargar el estómago ya que estas congestiones podrían resultar muy intensas y dolorosas, que podrían causar pérdida de conciencia." En verdad, cuando los centros más elevados empiezan a trabajar, a menudo, ocurre una polaridad invertida y con frecuencia esta se revela en tales manifestaciones ardientes. Pero no deberíamos dirigir esta ola hacia los centros inferiores. Hay que tratar de conservar la serenidad y particularmente evitar cualquier clase de irritación. La valeriana es excelente y en ciertos casos deberíamos tomarla dos y hasta tres veces al día, pero por supuesto preparada no muy fuerte. Cartas de Helena Roerich I, 05 Marzo, 1935.
4. Urusvati sabe lo íntimamente ligados que están los fenómenos físicos y psíquicos. Por ejemplo, debido a un cansancio físico extremo uno persona podría ver chispas de luz que son similares a los fenómenos psíquicos. Por lo tanto, Nosotros aconsejamos serenidad y concentración de la mente para prevenir repentinas sacudidas físicas. Los pensamientos deberían ser dirigidos hacia Nosotros, pero en un estado de equilibrio mental. Incluso Nosotros aconsejamos una comprensión parcial del Infinito ya que nada contribuye tanto al equilibrio como la percepción del Infinito. Existen muchos métodos diferentes para adquirir serenidad, pero el conocimiento consciente del Infinito es el más efectivo.

 El pronunciar el nombre del Gurú también crea un fuerte vínculo, pero esto igualmente, debe ser hecho con serenidad ya que cualquier esfuerzo excesivo producirá invariablemente una atmósfera perturbada. Entiende, sin embargo, que la serenidad no es inercia; por el contrario, así como en el estado de Nirvana, está llena de vibración interna. Muchos no entenderán esto y sólo verán contradicción. Ellos argumentarán, “¿Cómo la serenidad se llena de vibraciones y cómo una serena invocación del nombre del Gurú es tan efectiva? ¿Cómo una serena oración puede ser más efectiva que un grito de desesperación?”

 Es difícil expresar en palabras ciertas ideas. Es difícil explicar la diferencia entre el poder de la serenidad y la opresiva fuerza de la agresión. Sólo aquellos que han hollado muchos caminos terrenales entenderán el valor de la calma, especialmente durante los días del Armagedón. La serenidad reina en Nuestra Morada, donde incluso el más mínimo desequilibrio puede causar una gran calamidad. La serenidad debería ser cultivada en todas partes del Mundo.

 Con toda razón Urusvati acentúa la construcción del carácter en los jóvenes. Ciertamente, es más importante que una estricta educación intelectual, ya que únicamente la construcción de un buen carácter puede colocar los cimientos de la serenidad y del trabajo productivo en la vida.

 El Pensador previno a Sus discípulos diciendo, “Conserven la calma o se hundirán en las tinieblas del infierno.” Supramundano II, 367.

1. …. La mejor panacea en contra de esas flechas envenenadas es la devoción a los Fundamentos de la Enseñanza, amor a la Jerarquía y completa serenidad. Debemos acostumbrarnos a la idea que estamos viviendo en una atmósfera envenenada, en la que numerosas flechas envenenadas han sido lanzadas y que sólo nuestro genuino vínculo con las Fuerzas de la Luz nos ayudará a conservar nuestra red protectora. Pero si en algún momento dudamos del poder de la Jerarquía o si nos permitimos ser pusilánimes frente al enemigo, paralizaremos inmediatamente nuestras emanaciones y así destruiremos la red protectora. Cartas de Helena Roerich I, 24 Junio, 1935.
2. …. Existe mucho más gozo en dar que en recibir. Durante estos días de increíble tensión mundial, cuando las corrientes espaciales están tan mezcladas y se reflejan en contra de torbellinos caóticos, uno no puede exigir serenidad por parte de aquellos que nos rodean. Debemos ser indulgentes y evitar preguntas perturbadoras o desagradables…. Siempre estoy gustosa de dar apoyo espiritual pero evito dar instrucciones escritas a la gente con personalidad ya formada. Hoy en día la gente se ha vuelto particularmente sensible y por esa razón, la mínima desaprobación de su conducta o de sus acciones, o el más mínimo consejo dado (a menos que este sea de acuerdo a sus deseos) hace que se sientan ofendidos…. Son tan pocos los que entienden que para que esto ocurra se necesita primeramente una purificación interior y realización en el corazón. Por otra parte, las manifestaciones mediumnísticas ordinarias casi siempre se las confunde con la apertura de los centros…. La vanidad es el más terrible y el más común de los obstáculos para el progreso espiritual. Uno debería saber cómo luchar en contra de este incansable enemigo. Se nos ha ordenado humildad y primero que todo, la humildad está expresada en la abnegación y en el rechazo del egoísmo. Cartas de Helena Roerich II, 01 Octubre, 1937.
3. ¿No está al alcance de todos nosotros la serenidad que es el resultado de sonidos armoniosos? Pero alguien tuvo que descubrir primero la manera de obtener paz a través de la música. Mientras muchas canciones eran cantadas en la antigüedad, se consideró necesario señalar su habilidad de evocar sosiego. De esta manera se introdujo una nueva armonía en el Mundo.

 De la misma forma, la orden de usar todo recurso posible para mantener la paz permanece igual para el futuro…. Uno siempre debería preguntar si se han aplicado todas las medidas pacíficas, pero sin que se haya perdido la dignidad humana. Uno debería entender tanto las medidas mundanas como las supra-mundanas; únicamente a través de la armonía y la dignidad se podrá comprender la belleza de la paz. Sólo fealdad será el resultado de dejar de lado la dignidad humana….

 El Pensador contribuyó grandemente, atreviéndose a imaginar un gobierno de paz. ¿Qué sucedería si la gente piensa que es un sueño semejante desafío? ¡Nosotros sabemos que los sueños pavimentan los caminos a la Eternidad! Supramundano II, 320.

1. Es necesario que se fortalezcan los unos a los otros. Se puede encontrar toda una ciencia para elucidar la reacción de las energías. La misma energía psíquica, inherente en cada hombre, tiene necesidad de higiene. En esto uno no necesita asumir nada supernatural; la nueva vida estará consciente de la sustancia en toda su infinitud. Por esta razón es necesario unificar y afirmar la vida en comunidad en un Mundo basado en lucidez y en serenidad. Comunidad de la Nueva Era, 270.
2. Urusvati sabe que se requiere de serenidad para la comunicación superior. La agitación de las aguas puede ser necesaria para ciertos experimentos, pero si tú deseas estudiar las profundidades de un pozo, deberás tener una superficie aquietada y el agua clara.

 La gente se confunde con frecuencia preguntándose si es posible tener serenidad cuando el Mundo está en semejante conmoción. Mas lo que Nosotros tenemos en mente es la serenidad de conciencia que, si se lograra, se vuelve inviolable. Entonces, aunque uno pudiera expresar indignación a través de los centros exteriores, o con palabras, la conciencia permanecerá serena. Semejante estado no es fácilmente alcanzable, y no se logra con métodos mecánicos. Uno puede extinguir las llamas exteriores por medio del ritmo, pero la conciencia estable nace del vínculo con lo Supremo.

 Toda chispa de conciencia debe ser protegida y cuidada ya que alrededor de ella hay violentos torbellinos. Se acercarán tentadores inimaginables por la mente humana. Ellos no pueden tolerar una conciencia serena ya que la amplitud de conciencia es para ellos un obstáculo en su sombrío camino. Pero Nosotros no deberíamos lamentar que la ampliación de conciencia sea un blanco para los seres tenebrosos; nosotros deberíamos regocijarnos que estos seres de la obscuridad se tropiecen con la conciencia clara.

 Aquel que ha experimentado la serenidad de una conciencia ampliada puede imaginar tormentas cósmicas, pero sabrá que esos seres no pueden desestabilizar el equilibrio del Universo. Estas palabras deberían ser un recordatorio de Nuestra serenidad, la que está basada en una larga experiencia y en la que la colaboración juega una parte muy importante. La colaboración refuerza todo avance.

 ¿Me escuchas? ¡Yo estoy hablando de colaboración! Toda transgresión en contra de la colaboración sirve a la obscuridad. ¡Escúchame! Toda colaboración con las tinieblas sirve a la destrucción. Recuerda Nuestras Torres, donde brilla el Corazón de la Colaboración.

 El Pensador decía. “Cada uno de ustedes está rodeado de colaboración universal.” Supramundano II, 447.

1. La Enseñanza dice que cuando estamos al borde del sueño, entramos en los mundos que están arriba de la Tierra. Esto debería ocurrir de manera natural. Lo único que tenemos que hacer es entrenarnos para estar en guardia, estar atentos, y el mundo sutil se nos abrirá y en el momento preciso veremos y escucharemos si fuera necesario. Cuando yo quería apurar mi propia experimentación, la que había sido practicada bajo la supervisión del Maestro, yo solía preguntar, "¿Qué voy a hacer? ¿Qué régimen es el mejor para este propósito?" etc. Siempre recibí la misma respuesta: "Sólo serénate." En esta serenidad y balance yace todo el secreto del logro. Y ahora, en los días de las terríficas batallas entre las Fuerzas de la Luz y de la oscuridad, siempre escuchamos lo mismo: "Se cuidadoso, cuida tu salud; es lo más importante." Cartas de Helena Roerich I, 10 Mayo, 1933.