

El resplandor de la mente

1º de abril, 2019

Queridos lectores,

Con la llegada del mes de abril, la estación de la primavera recorre el hemisferio norte. Nuestra *sádhana* se ha enriquecido y colmado de energía fresca a medida que nos sumergimos en el estudio del Mensaje de Gurumayi durante este año.

En *Una Dulce Sorpresa 2019*, Gurumayi menciona los beneficios de una mente positiva. En este mes, los invito a encontrar nuevas formas en las que su mente puede reconocer, abrazar y tocar su propia naturaleza refulgente. Al abordar cada momento con esta conciencia, reconocerán la gracia de una mente positiva. Puede ser un momento en que una alegría inexplicable brota en su interior, o cuando sienten un auge de amor puro en su corazón, o cuando se ven envueltos de paz y buena voluntad hacia los demás.

Las gemas de este mes en el sitio web del sendero de Siddha Yoga brillan con sabiduría para ayudarte a descubrir la naturaleza luminosa de la mente. Al navegar este mes por el sitio web, encontrarás:

- **La sesión de meditación** para este mes, con el título *Guía a la mente hacia su propia luz*. Estará disponible primero como una transmisión por audio en vivo y después vía webcast.
- **“La sádhana y el intelecto refinado”** – una exposición de Swami Akhandananda, que nos muestra cómo hacer que nuestra mente esté en mayor sintonía con la luz del Ser.

- **Nuevas “Historias sobre el Mensaje de Gurumayi para 2019”** escritas por Eesha Sardesai
- Una compilación de *bhajans, abhangas* y *dohe* (coplas) creadas por los santos poetas de la India, que exponen el significado del mantra sagrado *So'ham*
- **Las hojas de ejercicios 10 a 13** en el cuaderno de estudio sobre el Mensaje de Gurumayi. Explorar las preguntas de Gurumayi en estas hojas de ejercicios es una forma poderosa de comprender el funcionamiento de nuestra propia mente y aprender maneras de llevarla de vuelta a su propio esplendor.

En el sendero de Siddha Yoga, las celebraciones se convierten en poderosos recordatorios de la presencia de la Verdad en nuestras vidas. El mes de abril nos ofrece también muchas ocasiones para celebrar. Hay dos celebraciones de las que quiero hablarles.

En India, el 6 de abril señala el inicio de Chaitra, el primer mes del calendario lunar hindú. En el estado de Maharashtra, este día de Año Nuevo se celebra como Gudhi Padva. Las celebraciones abundan con procesiones en las calles, banquetes suntuosos y las casas decoradas con *rangolis* brillantes y coloridos. Otro día de Año Nuevo, otra ocasión propicia para que renovemos nuestro compromiso con la *sádhana*.

Además, el día de la Tierra, el 22 de abril, está dedicado a honrar y apreciar la generosidad de nuestro glorioso planeta Tierra.

Cuando contemplo los árboles altos y sombreados o las montañas majestuosas, o los ríos que fluyen, cuando percibo esta belleza exquisita, una deliciosa quietud desciende sobre mi mente. Me hago consciente de la luminosidad de

mi mente. Escribí esta copla como una forma de expresar lo que este momento es para mí, y deseo compartir estas líneas con ustedes.

Cuando vislumbro tu gloria en cada espectáculo de la naturaleza,
Veo mi vida en flor con tus regalos.

Respetuosamente,

Garima Borwankar

