

Experiencias de siddha yoguis al crear trabajos artísticos sobre el Mensaje de Gurumayi para 2017

Gurumayi Chidvilasananda da su Mensaje para el año en el Satsang *Una dulce sorpresa*. Este Mensaje se convierte en la luz guiadora para los siddha yoguis y nuevos buscadores a lo largo del año. Una de las formas en que muchas personas en el mundo estudian el Mensaje de Gurumayi es por medio de expresiones creativas. Gurumayi ha pedido a estas personas contribuir con sus trabajos artísticos a las galerías visuales del sitio web del sendero de Siddha Yoga, si lo desean.

Aquí está cómo surgió esta petición: Un día Gurumayi preguntó a los sevitas del sitio web del sendero de Siddha Yoga: “¿Qué piensan sobre publicar el trabajo artístico de las personas que estudian el Mensaje mediante formas creativas? ¿No inspirarían y les darían a otros la profunda satisfacción de ver el Mensaje a través de otro punto de vista?” Los sevitas corrieron la voz y los trabajos artísticos — pinturas, dibujos, fotografías y toda forma de trabajos artísticos — ¡comenzaron a llegar a raudales!

¡Qué afortunados somos de que tantos individuos generosamente hayan contribuido con sus expresiones creativas del Mensaje de Gurumayi!

Por favor disfruten leyendo estos extraordinarios relatos sobre la creación de algunos de estos trabajos de arte.



Mi recuerdo del proceso creador en esta imagen es de gran alegría y satisfacción. Tuve la suerte de contar durante varios días con un tiempo ininterrumpido para crear y absorberme en el proceso de la pintura. Tuve la suerte de estar en un hermoso lugar lleno de luz y color. Pensé muchas veces que ver esa belleza era como inhalar en *la fragancia del Corazón*.

Dejé que el proceso de dibujo y pintura se desarrollara de una manera muy orgánica. Me dediqué por completo y perdí todo sentido del tiempo. Al enfocarme en crear una expresión del Mensaje de Gurumayi, llegué a darme cuenta de que cuando creo de esta manera, estoy experimentando el Ser y estoy abierto a olas de inspiración. Me estoy permitiendo *deleitarme en la luz del Ser supremo*, mientras hago arte. ¡Y esto es en verdad gozoso!

Estoy muy agradecido de saber que puedo tocar este poderoso y, a la vez, tranquilo lugar dentro de mí mismo al hacer algo que me ha encantado toda la vida.

Un siddha yogui de Kentucky, EU



Yo había estado pensando en hacer una pintura inspirada por la tercera parte del Mensaje de Gurumayi,

Exhala suavemente el poder benévolo del Corazón.

Me llegó la imagen de una poderosa ola en el mar, que rodeaba un corazón que irradiaba torrentes de luz sobre el agua tranquila. Mientras pintaba, vi la quietud del agua reflejando la silueta de un corazón centelleante, y esto me llevó a una comprensión más profunda del Mensaje. Me di cuenta de que cuando vamos hacia la profundidad interior, nos “deleitamos” en la luz centellante sobre la que habla Gurumayi en su Mensaje, y esa luz se refleja también hacia fuera, con tanta naturalidad como se exhala la respiración.

A medida que seguí pintando, vi manos que emergían de la espuma de la ola en un gesto de dar. Esto me reveló otra capa de significado. Cuando damos desde el corazón, somos parte de un hermoso e infinito ciclo de dar y recibir. El regalo más poderoso que podemos dar o recibir es amor y compasión desde el corazón, y eso, de nuevo, es para nosotros tan natural como respirar.

Una siddha yogui de Carolina del Norte, EU



Esta imagen fue creada mientras contemplaba el Mensaje de Gurumayi en el Día de la Tierra. Veo la tierra como una manifestación benéfica y poderosa del Ser Supremo. En la imagen, la esfera azul es la luz de la Conciencia que surge de una columna blanca. La flor de alcatraz denota la abundancia y la belleza regeneradora de la naturaleza. Un matiz dorado rodea la imagen como la gracia y el poder consciente de Dios.

Contemplar el Mensaje de Gurumayi me anima a explorar la energía sublime y sutil que se revela en este mundo de formas infinitas, grandes y pequeñas, que nutren nuestro ser mismo.

una siddha yogui de California, EU



Crear con color me da alegría, en especial cuando encuentro colores que combinan bien. Para mi expresión creadora enfocada en el Mensaje de Gurumayi, simplemente dejé ocurrir mi respiración. A lo largo de los meses que me tomó completar mi dibujo, no tenía en mente ningún resultado particular.

En los días finales, al emerger Ganesh en la expresión de mi trabajo artístico, necesité detenerme para contemplar lo que Ganesh, el que quita los obstáculos, tenía que ver con el mensaje de Gurumayi y la respiración.

Me di cuenta de que la respiración es el don de la vida. Las emociones con frecuencia nos llevan a retener la respiración y tensar los músculos. A medida que integramos el Mensaje de Gurumayi a nuestro ser, la respiración se libera de esos patrones emocionales y fluye de modo natural, llevándonos a la sencillez de vivir en el momento.

una siddha yogui de Nueva York, EU



Como artista, me gusta usar la luz para crear una atmósfera, pero esto puede ser un desafío. Por lo general me absorbo tanto al observar el color moviéndose en el agua, que pierdo mi enfoque. Cuando practiqué el Mensaje de Gurumayi para 2017, haciendo una pausa para asimilar cada frase, avancé hacia una percepción más constante y enfocada. Se ha vuelto más fácil para mí apartarme del caballete para hacer una pausa y respirar, mientras espero que la pintura me diga qué hacer a continuación. A veces esas pausas duran un momento; otras veces, mucho más. Siempre regreso con una mirada más fresca. A medida que me he sentido más cómoda haciendo una pausa, se ha vuelto más fácil para mí ver y expresar el énfasis de la luz y la atmósfera en mi pintura.

Loto en un estanque morado se concluyó en más de tres meses —pintando entre pausas. Alzándola donde podía verla fácilmente, la pintura me dijo cuál iba a ser el siguiente paso y cómo añadir la luz.

una siddha yogui de Rhode Island, EE.UU.



Conservo una copia del Trabajo artístico y Mensaje de Gurumayi para 2017 junto a mi asiento de meditación y los contemplo todos los días. De igual manera, casi todos los días me siento a pintar, a veces por unos cuantos minutos, a veces durante horas. No siempre sé qué es lo va a salir. Con el tiempo, esta pintura se convirtió en hileras de vida vegetal danzando en la luz, deleitándose en la luz. La experiencia de pintar estas plantas me hizo volver a ese deleite dentro de mí misma, al Mensaje de Gurumayi y a la respiración.

una sdiddha yogui de Louisiana, EE.UU.



Puse una de mis flores favoritas, una peonía, en mi espacio de meditación. Mientras meditaba, al inhalar la fragancia de la flor, vi pétalos dentro de mi corazón en la forma de una luz rosa. Sostuve la respiración por unos segundos y vi una llama, o un sol, en el corazón, y esta luz se convirtió en el centro de la peonía en la pintura que siguió. Cuando exhalé, vi en mi corazón el color verde rodeando los colores rosa y amarillo. Los pétalos rosa y el amarillo del centro de la peonía y las hojas verdes que rodeaban la flor se convirtieron en los elementos de esta acuarela.

Siempre me ha sido fácil ver a Dios en la naturaleza. Al observar más a fondo la flor, experimenté el Mensaje de Gurumayi. Cada frase me trajo una nueva conciencia de cómo la respiración profundiza mi experiencia de la esencia divina en el interior.

una siddha yogui de Nueva York, EE.UU.



En varias meditaciones, cuando enfocaba mi conciencia en la respiración, surgió un juego de luz interior que tomaba muchas figuras y formas. Me maravillaba al percibir diminutos puntos de luz expandiéndose en un vasto mar de luz brillante. Este espacio era una quietud profunda dentro de mí, donde no existe nada, pero de donde todo surge a la existencia.

Cuando me perdía en esa luz, podía oler una fragancia delicada, una dulce fragancia como de una flor, y en ese instante me sobrevénía una sensación de contentamiento. Me sentía tan libre, tan ligera como un pájaro desplegando sus alas, aunque seguía aún rodeada de esa fragancia, embebiéndola.

Identifiqué el pájaro con mi Guru, su gracia, y también, al mismo tiempo, con mi esfuerzo por practicar su Mensaje para el año 2017.

una siddha yogui de Heidelberg, Alemania



Participé en *Una dulce sorpresa* 2017 varias veces, mientras estuvo disponible en el sitio web del sendero de Siddha Yoga. Durante una de esas ocasiones, yo estaba sentada en el jardín de mi casa, y observé que uno de mis rosales tenía una sola flor. Era una rosa '*double delight*', que tiene una fragancia muy dulce, y cuya forma me recordó un loto. En ese momento pude ver la rosa de una manera que me fue fácil de dibujar. Lo que antes siempre me había parecido complicado se volvió muy simple.

Ahora es el final de la primavera y mis rosas están floreciendo otra vez. Cuando las veo, recuerdo el Mensaje de Gurumayi y la fragancia del corazón.

una siddha yogui de Leichhardt, Australia



Estando en meditación, contemplaba las palabras de Gurumayi en su Mensaje para 2017

Exhala suavemente el poder benévolo del Corazón.

Mi corazón se sintió ligero. Más tarde, empecé a pintar mi corazón como el sol, su luz irradiando hacia fuera, llevando calor y luz a todo lo que tocaba. La naturaleza parecía muy viva.

Ahora, cuando voy a caminar, observo a la naturaleza en una forma expandida. La veo más quieta, más vibrante, y mi respiración se relaja.

una siddha yogui de Leichhardt, Australia



Al contemplar las palabras de Gurumayi,

Inhala profundamente la fragancia del Corazón

Me inspiré al ver cómo la Madre Naturaleza refleja mi experiencia interna. El movimiento del aire que *inhalo* y *exhalo* se puede ver a gran escala cuando las nubes se mueven en el cielo.

Me pregunté cuán *profundamente* podía observar la respiración extenderse en mi interior. Imaginé las profundidades del océano y experimenté ese espacio tranquilo donde la inspiración y la expiración se funden.

Entonces visualizé la *fragancia* reunificándose en forma de *Corazón*.

un Siddha Yogui de Jona, Suiza



Las primeras palabras del Mensaje de Gurumayi, *inhala profundo*, inspiraron mi obra de arte. Mientras dejo jugar la pintura en el lienzo, yo sigo el patrón de mi propia respiración: a veces fuerte y audaz, a veces tranquilo y relajante, a veces profundo y enaltecedor.

Mi propia respiración está conectada con la respiración de todos y del mundo entero. Eso es lo que el Mensaje de Gurumayi me ha enseñado, y lo que estos remolinos significan para mí.

Un siddha yogui de Louisiana, EE.UU.



Después de recibir el Mensaje de Gurumayi para 2017, fui inspirada a expresar mi contemplación e imaginación a través de la pintura.

Estudiar las enseñanzas de Gurumayi por medio de la pintura me ayuda a comprenderlas y me da una nueva percepción de su significado.

Dibujé un manantial de néctar para representar el Corazón en la Enseñanza de Gurumayi,
Inhala profundamente la fragancia del Corazón.

Tuve la visión de un cuerpo humano establecido firmemente en una postura de meditación estable mientras contemplaba las palabras de Gurumayi,

Deléitate en la luz del Ser Supremo.

Fui inspirada a dibujar un arroyo fluyendo desde la montaña por la enseñanza de Gurumayi,

Exhala suavemente el poder benévolo del Corazón.

Un Siddha Yogui de Texas, EE.UU.



Pintar para la Galería de Expresiones Creativas 2017 ha sido mi principal forma de estudiar y practicar el Mensaje de Gurumayi. Cuando me siento a pintar, Gurumayi es mi motivación; Gurumayi es mi inspiración.

Está tranquilo; no hay distracciones. Está el papel de arte, algo de agua, un pincel, pinturas acrílicas en tubos. No hay concepto; no hay plan.

Sostengo el pincel en mi mano. Un tubo se toma, se abre y se extrae una cantidad exacta de pintura del tubo hacia la paleta. El pincel se sumerge en agua y la pintura toca el pincel.

Cada trazo, cada silueta o forma que tiene lugar se siente como magia pura. Mi mano se mueve en total entrega. El proceso continúa, con nuevos colores, nuevos trazos. Comienza con amarillo, luego marrón, luego naranja, rosa, azul, verde, rojo, verde azulado ... Y ahí está: siluetas y formas, imágenes ocultas, juguetonas como la brisa, una alegre danza de luz. Este proceso me hace enfocarme en mi respiración y llegar al Corazón, un almacén de tesoros inmensos esperando desplegarse.

una siddha yogui de British Columbia, Canadá



Esta pintura es parte de una serie sobre el tema: “Atlantis, la ciudad de la curación.”

Antes de pintar repito el Mensaje de Gurumayi. Luego tomo el pincel y, sin pensar, me convierto en la respiración, moviéndome y danzando con el pincel, siguiendo las olas de colores, la olas de la inhalación y la exhalación. Muy pronto, las formas y sus reflejos en el agua aparecen desde este espacio de inspiración y me conducen hacia un sentimiento de bienaventuranza, similar a cuando una nueva creación toma nacimiento.

Esta pintura me muestra que cualesquiera que puedan ser los movimientos o retos en la vida, el esplendor de la luz del Ser supremo ilumina todo y está detrás de todo. En mi vida diaria o en mi meditación, a menudo visualizo esta luz blanca, y eso me da confianza y paz.

Estoy agradecida a Gurumayi por inspirarme para expresar su Mensaje mediante imágenes.

Una siddha yogui de Villennes sur seine, Francia



Caminar es para mi una meditación llena de gozo; estudio y aprendo de las plantas y me beneficio del aire fresco y del paisaje. Mi expresión creativa representa las hermosas flores rojo oscuro del dulce arbusto *Calycanthus floridus*, cuyas flores emiten una fragancia dulce y especiada.

Antes de crear mi pintura de esta planta investigué su simbolismo y ... ¡Descubrí que representa la benevolencia! Me di cuenta de la manera tan perfecta en que refleja para mi el mensaje de Gurumayi para el 2017. Esta hermosa flor me recuerda que amo la fragancia de la vida; amo la luz divina que envuelve todas las cosas: y amo el poder benévolo y rejuvenecedor de la naturaleza.

Una siddha yogui de Florida, EE.UU.



Doy gracias a Gurumayi por darnos su Mensaje para el 2017: me ha dado una nueva visión. Practicar este Mensaje como una *dhárana* durante la meditación me lleva a un estado de quietud: la respiración se calma y el espacio entre la inhalación y la exhalación se expande. En este espacio todo se desvanece y me siento libre, fuerte y llena de gozo.

Estos sentimientos me dieron la idea de dibujar un globo grande y brillante que representa la luz del Ser. Esta luz espléndida vibra siempre sin fin y emana vibraciones sutiles. En el sonido *Om* la luz desciende y se funde dentro de las flores que bailan. Las flores están compuestas de pétalos con forma de un corazón, y en cada flor uno de los pétalos tiene la forma de *OM*.

El corazón -representado por las flores, el amor y el sonido- es uno. Yo utilicé distintos colores porque todos los seres humanos tienen apariencias diferentes: su carácter, sus formas de pensar, sus hábitos, sus rostros.... pero viéndolo en conjunto, desde una perspectiva más elevada, todos son lo mismo. Todo es Dios, el baile de Dios quien se deleita en la música del Ser.

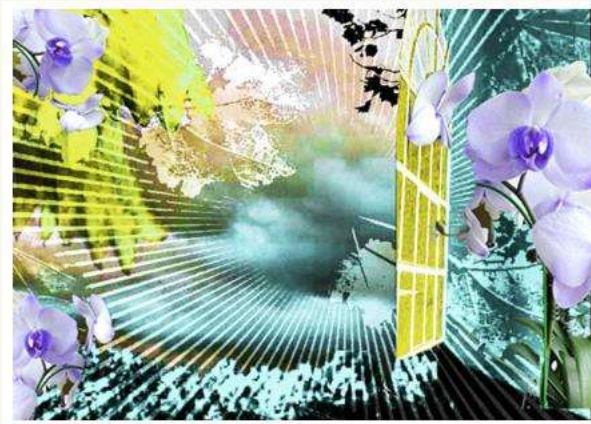
Una Siddha Yogui de Roma, Italia



El mensaje de Gurumayi me ayuda a enfocarme en mi respiración, lo que, para mi, es la forma mejor y más concreta de conectarme con la Divinidad adentro y afuera. Y esta es la mejor medicina cuando tengo emociones difíciles.

Pensar en el mar es otra forma concreta y divina que me inspira y me guía hacia un tipo de respiración profundo y amable. Al recitar las palabras del Mensaje de Gurumayi mientras pienso en una ola, siento un ritmo más constante en mi respiración. Experimento la paz y el contentamiento que atesoro.

Una siddha yogui de Ontario, Canadá



Mientras contemplaba el Mensaje de Gurumayi para 2017, recordé una visión que tuve durante la meditación: Yo me veía impulsada hacia el abismo de un impresionante y vasto mecanismo de respiración universal. Esto provocaba que mi aliento superficial se consumiera totalmente en grandes rayos que eran muy poderosos, pero que surgían a un ritmo apacible.

Me sentí muy bendecida por la invitación de Gurumayi a crear un trabajo artístico inspirado en su Mensaje, para apoyar así el estudio de sus palabras. Una forma especial en la que aquieto mi mente es dedicándome al proceso mágico de crear collages en la computadora. Este proceso me permite organizar mis pensamientos y me ayuda a revelar mis imágenes mentales. Puedo vagar a lo largo y lo ancho de mi extensa colección de fotos. Al viajar a través de la gloria de la naturaleza —sus muchos espléndidos colores, figuras y formas impresionantes—, ella me ayuda en la alquimia de transformar mis visiones en imágenes, permitiéndome compartir su belleza con los demás.

Una Siddha Yogi de Maryland, EE. UU.



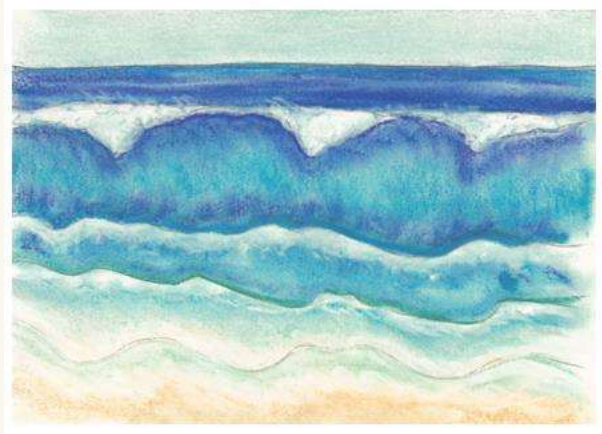
Después de estar inmerso por algún tiempo en el Mensaje de Gurumayi para 2017 durante mi práctica de meditación, repitiendo el mantra *Ham'sa*, comencé a poner mi atención entre las sílabas *ham* y *sa*, entre la inhalación y la exhalación. Allí, hice que mi conciencia reposara en el *rasa*, el sabor, de la palabra "deléitate" del Mensaje de Gurumayi.

Una vez, mientras meditaba, percibí que las olas de mi respiración se volvían más y más ligeras: el espacio entre *ham* y *sa* seguía expandiéndose hasta que llenaba todo mi ser. Tomé conciencia que de este espacio venía la fuente de mi respiración, la pulsación de mi vida y la profundidad de mi estado.

Más tarde recordé esta experiencia, y una imagen se formó en mi mente. Me senté frente a mi papel y volví a conectarme con ese espacio. El ejercicio de pintar me produjo una gran alegría, al permitir que surgiera libremente, pero sosteniendo una disciplina que me ayudó a esclarecer mi experiencia.

Crear una forma visual de mi experiencia de meditación me ha ayudado a conectar mi experiencia interior con mi experiencia exterior. Y mantener mi experiencia del *rasa* de la palabra "deléitate" me ha dado un enfoque consistente. Estoy profundamente agradecido con Gurumayi por su Mensaje para 2017.

Un siddha yogui de Soisy-Sur-Seine, Francia

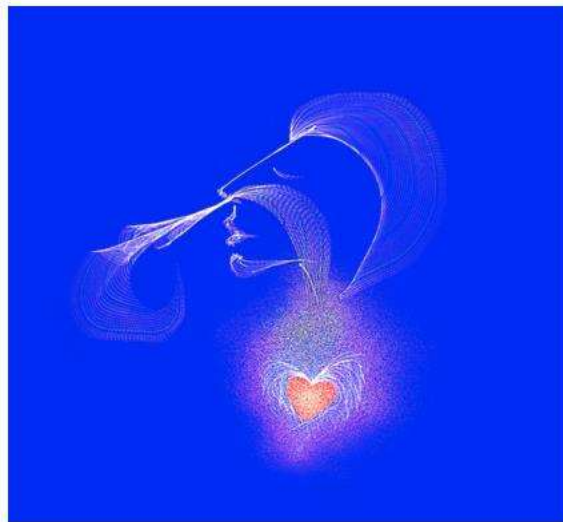


Cada mañana, al sentarme a meditar empiezo repitiendo la primera línea del Mensaje de Gurumayi para 2017, y cuando se asienta en mi ser, repito la línea siguiente. Una mañana, mientras repetía la primera línea: “Inhala profundamente la fragancia del Corazón”, me di cuenta de que me hacía más presente.

Al observar mi aliento entrar y salir, mi respiración se hizo más profunda; me aquieté y mi respiración empezó a sonar como olas rítmicas. En el ojo de mi mente podía ver una imagen de las olas en el mar. Cuando salí de la meditación la repetición simple de las olas permaneció conmigo. A menudo hago un dibujo después de meditar porque entonces es fácil llevar la energía de la meditación a mi arte.

Ahora, durante el día, cuando recuerdo mi imagen o el mar, me es muy fácil llevar la conciencia a la respiración. Crea un vínculo con el Mensaje de Gurumayi y me siento parte de él.

Una siddha yogui de Sydney, Australia



Esta imagen fue producida una tarde en que estaba sentada junto a la chimenea, repitiendo el mensaje de Gurumayi para 2017 y dibujando en mi tableta electrónica. Al prestar atención a la experiencia que las palabras de Gurumayi iban generando dentro de mí, observé que con cada inhalación una energía sutil se infundía en mi diafragma y llenaba mi corazón de luz. Luego, en la pausa antes de la exhalación, esa luz y energía se diseminaban por todo mi cuerpo.

Me encontré dibujando espontáneamente esa sensación del aliento entrando en el corazón. La imagen creada había captado el cuerpo y la respiración, pero no a la sensación de luz bañando el corazón. Así que me puse a experimentar con las herramientas de mi tableta. Para mi deleite, descubrí formas innovadoras de ilustrar la sensación de la energía que llenaba el corazón y el cuerpo. Esto me ha llevado a un viaje maravilloso de crear expresiones artísticas de diversos “cuerpos de energía” que reflejan mis experiencias espirituales.

Enfocarme en el Mensaje de Gurumayi para 2017 me ha abierto la puerta hacia un nuevo lenguaje artístico. A medida que este vocabulario visual de mi vida espiritual emerge, va creando más vías entre mi ser artístico y el Ser divino, e inspira mi *sádhana*. ¡Estoy inmensamente agradecida!

una siddha yogui de Nueva York, EE.UU.



El título de esta pintura es “Exterior Dentro,” que describe mi experiencia al estudiar el Mensaje de Gurumayi para 2017.

Antes de comenzar a pintar, hago una pausa para experimentar el *darshan* de Gurumayi a través del trabajo artístico de su Mensaje. Esto me llena de una sensación de conexión — Siento movimiento y quietud, gratitud y gran generosidad. Como artista estoy inspirada para ser libre y como buscadora para hacer mío el Mensaje de Gurumayi.

Estudiar este Mensaje me lleva a un viaje del paisaje interior. Noto que mi experiencia de arte ha cambiado. Es como si hubiera cambiado de pintar mi arte a respirar mi arte. Las pinceladas surgen del interior.

Una siddha yogui de New York, EE.UU.



Mientras repetía el Mensaje de Gurumayi comencé a pintar, sin tener idea de lo que pudiera surgir. Sentí como si el Mensaje mismo estuviera deslizando el pincel a lo largo de la tela como un zumbido de respiración y luz y deleite. Cuando la pintura surgió, agregué el corazón como una vasija para contener la gran energía que experimenté.

Una siddha yogui de Massachusetts, EE.UU.



Cada mañana leo y practico el Mensaje de Gurumayi y me dejo llenar con la experiencia de la palabras de Gurumayi. Algunas veces el Mensaje se esta repitiendo cuando me despierto e incluso durante la noche siento las palabras vibrando en el interior.

Sentada frente a un papel en blanco, con el mantra sonando a lo lejos y enfocándome en un nuevo dibujo, una vasta quietud me conforta. Tomo la pluma o el pincel y dejo que sea guiado. Observo, respiro profundamente — soy una con la respiración , una con el movimiento de la pluma.

Cuando termino, me alejo del trabajo artístico, y con asombro veo cómo las palabras han escogido manifestarse por sí mismas. Amo este proceso, estar tan cerca del poder de la creación.

Quiero agradecer a Gurumayi por esta nutritiva manera de vivir sus enseñanzas y entender y expresarlas en una forma que, para mi, va más allá de las palabras.

Una Siddha Yogi de Prien am Chiemsee, Alemania



Poco después de participar en *Una Dulce Sorpresa 2017*, me sentí inspirada a tomar una clase de pintura. Aprendí cómo pintar sobre seda con agua. Se le llama marmoleo de agua. La primera vez que practiqué en casa, me sentí como si estuviera participando en *satsang*. Estaba sobrecogida de gratitud, y las lágrimas brotaron. Fue como si hubiera esperado muchas vidas para expresarme de esta manera.

Esta práctica de pintura ha surgido al absorberme en el Mensaje de Gurumayi, y cada vez que lo hago soy guiada a una plenitud más profunda —a enfatizar en el Ser de una manera que no existía para mí antes de descubrir esta técnica para pintar.

Cuando un evento como este se despliega, me sorprendo por la riqueza del Ser, la generosidad del Ser, el poder ilimitado del Ser. Estoy muy agradecida por este camino que me conduce hacia delante.

Una siddha yogui de Connecticut, EE.UU.



Esta pintura se titula “Génesis.” El proceso creativo fue intuitivo, demandando entrega, quietud y escuchar desde adentro.

El Mensaje de Gurumayi me retó a profundizar en mi entendimiento y experiencia de quién soy “yo”. Así que, mientras estaba creando la pintura, esta pregunta surgió: ¿Es posible sostener la paz mediante no querer nada, ni desear esquivar nada?

Contemplé esta pregunta mientras la pintura aparecía como el despliegue de un sueño de continuas experiencias de vidas pasadas. Esto me sugirió que no tengo principio, medio o final. Me llevó a un paso más profundo a confiar que todo es auto-luminoso y que mi ser no es solo de este mundo físico; es luz.

Una siddha yogui de Prineville, Oregon, EE.UU.