

## ¡Este es el momento!

1º de diciembre del 2019

Queridos lectores,

¡Hemos llegado al mes con el que culmina el año 2019! Para mí, parece como si apenas lo estuviéramos iniciando y, sin embargo, en realidad ustedes y yo hemos estado en este viaje durante un año entero.

A lo largo del año hemos estudiado el Mensaje de Gurumayi compenetrándonos con la abundancia de asombrosos materiales provistos para ello en el sitio web del sendero de Siddha Yoga. Al leer las experiencias que ustedes han compartido mensualmente en el sitio web, es evidente que han disfrutado los frutos de sus esfuerzos diligentes de *sádhana*. La oportunidad de participar en *Una Dulce Sorpresa 2019* en múltiples ocasiones, y de acceder a los materiales relacionados con el Mensaje de Gurumayi en el sitio web —tales como el **Cuaderno de Estudio**, las historias, los *dohe*, *bhajans*, *abhangas*, las **Sesiones de meditación**, y tantas cosas más— han añadido a su *sádhana*, y a la mía, profundidad y amplitud palpables. Hemos vislumbrado el esplendor de la mente y hemos experimentado su benevolencia una y otra vez.

\*\*\*

El 21 de diciembre será el solsticio de invierno, el cual marca oficialmente el primer día de la temporada invernal en el hemisferio norte. Este es el día en el que el polo norte tiene su inclinación más pronunciada alcanzando así su distancia más lejana al sol. De forma simultánea, el sol toca su punto más lejano hacia el sur y realiza su trayectoria más corta en el cielo. Estos movimientos celestiales hacen de este día el más corto y de esta noche la más larga en el hemisferio norte, mientras que los países del hemisferio sur —vivirán su día más largo y su noche más corta el 21 o 22 de diciembre, dependiendo en dónde se encuentren. Este fenómeno se debe a que la tierra gira

alrededor del sol permaneciendo inclinada sobre su eje. Es un periodo de transición: del otoño al invierno en el norte, de la primavera al verano en el sur, y del año viejo al año nuevo para todos.

El año 2020 yace en el horizonte, cautivador. Así como una semilla del árbol del baniano contiene en ella la potencialidad de germinar y convertirse en un árbol inmenso, espléndido y dador de sombra, el año nuevo guarda gloriosas posibilidades insospechadas. Para recibirlas y beneficiarnos de ellas, debemos prepararnos —en cuerpo y mente— para dar el paso hacia adelante para materializar la inmensa promesa inherente al año por venir.

\*\*\*

El tiempo es misterioso. Y la forma en que nos relacionamos con él es sutil y compleja. En algunas ocasiones el tiempo vuela, mientras que en otras parece interminable, dependiendo de las circunstancias y del estado de nuestra mente. Ya sea que parezca fugaz o infinito, debemos esforzarnos en valorar *cada momento*, en hacerlo significativo, que valga la pena. ¿No creen?

Así, lo que debemos preguntarnos es: ¿Cómo lo hacemos? He escuchado a menudo a Gurumayi citar un verso de Kabir, el gran santo poeta de la India del siglo XV. Este verso pone el énfasis en la importancia de respetar el paso del tiempo, de tomar acción en el momento presente, y no dejarlo escapar. Dice así:

Lo que planees hacer mañana, hazlo hoy.  
Lo que planees hacer hoy, hazlo ahora.  
Porque el mundo podría terminar en un instante.  
¿Cómo entonces culminarás las tareas aun incompletas?<sup>1</sup>

Esta es una enseñanza que he escuchado a Gurumayi dar una y otra vez a lo largo de los años. Cuando las personas compartían con Ella sus metas —personales,

---

<sup>1</sup> Traducción al inglés ©: 2019 SYDA Foundation

profesionales o relacionadas con su *sádhana*—Gurumayi respondía diciendo: “Muy bien. Empieza ahora”. Yo también recibí de ella esta enseñanza, ¡más de una vez, según recuerdo!

*Empieza ahora.* De ello entiendo que no sólo es suficiente con establecer nuestras metas. Debemos empezar a tomar acción en la consecución de estas metas, pues sólo entonces seremos capaces de alcanzarlas. Por ejemplo, creamos un plan, definimos los pasos a seguir, y luego comenzamos a implementar esos pasos. Y en nuestras manos está asir el poder y el potencial de *cada momento* para lograr nuestras metas. Esta es una enseñanza que continúa siendo primordial para mí. Cuando empiezo de inmediato a tomar acciones en pro de mis metas, de inmediato experimento los dulces frutos de esas acciones. Las ocasiones en que aplazo y pospongo la acción para otro día, suelo ver que la meta se escapa de forma imperceptible, tanto de mi alcance como de mi memoria. ¿Te ha pasado algo así en tu vida?

Con una comprensión más plena del inconmensurable valor del *ahora*, del momento presente, siento emoción por descubrir que esta mayor conciencia me guiará en los tiempos por venir.

\*\*\*

En el mes de diciembre —y cierto también para todos los meses— hay muchos elementos extraordinarios en el sitio web del sendero de Siddha Yoga para que los disfrutemos y pongamos en práctica. Quisiera compartir con ustedes algunos de ellos. Las ligas que se mencionan a continuación, se activarán en diferentes momentos del mes, por favor revisa regularmente.

- ***Sádhana Experiencias del Mensaje de Gurumayi, 2019***—Esta es una recopilación de experiencias que han compartido y enviado muchos de ustedes sobre cómo han estudiado y practicado el Mensaje de Gurumayi, y los beneficios que este ha traído a su vida.
- **El solsticio de invierno**—Aquí se presenta un hermoso poema de una de las numerosas tradiciones del solsticio alrededor del mundo.

- **Felices fiestas** — Aquí encontrarán maravillosas imágenes de la naturaleza y de la preparación para las fiestas en el Áshram Shri Muktananda.
- **Decoración interactiva del árbol** — Disfruta decorando tu propio árbol de fiestas decembrinas mientras escuchas el canto *Rama Raghava* en la *raga Bihag*.
- **Imágenes del amanecer en Año Nuevo** — Aquí encontrarán información sobre cómo enviar sus fotos del amanecer del día de Año Nuevo tomadas desde donde estén en ese momento

Además, en diciembre celebramos:

- **La temporada de fiestas** – el gran júbilo de la temporada de fiestas centellea en el aire: los corazones se encuentran rebosantes con el espíritu de la alegría y la paz. Es un tiempo lleno de entusiasmo, amor y generosidad cuando las personas se reúnen con sus amigos y familiares para celebrar. En este espíritu nos alistamos para dar la bienvenida al año nuevo.
- **Annapurna Jayanti** – la celebración del nacimiento de la Diosa Annapurna, venerada como la Diosa del alimento y la nutrición. Para la mayor parte del mundo, este año es el 11 de diciembre, en *púrnima*, la noche de luna llena del mes lunar hindú de Margashirsha. Para honrar a la Diosa Annapurna, cantamos el **Annapurna Stotram**, un himno escrito por Adi Shankaracharya, el gran exponente del Advaita Vedanta —la filosofía no dualista que enseña que el alma no está separada de Brahman, el **Absoluto**. En el sitio web encontrarán una grabación de audio del himno, y la letra también, como apoyo para honrar a la Diosa Annapurna.
- **Gita Jayanti** — Se celebra el día décimo primero de la luna creciente del mes lunar hindú de Margashirsha, que este año será el 7 de diciembre en los Estados Unidos y el 8 de diciembre en India. Se conmemora el día en que el **Señor Krishna** impartió a su discípulo Arjuna las enseñanzas inmortales plasmadas en el texto sagrado de la India llamado la *Bhagavad Gita*. Este texto se ha convertido en una luz que guía a las personas alrededor del mundo para llevar una vida de **dharm**a. Es también el texto que Gurumayi eligió para nuestro estudio durante este.

\*\*\*

Un antiguo proverbio inglés dice: *los árboles no permiten ver el bosque*. Esto significa que puede llegar a ser difícil tratar de concebir el bosque entero, en el sentido de “la imagen completa”, si nos enfocamos sólo en los árboles, en el sentido de los detalles pequeños. En la *sádhana*, sin embargo, es importante ver *tanto* el bosque *cómo* los árboles, y debemos observar ambos panoramas de forma simultánea. Al hacer un alejamiento, tenemos todo el tiempo a la vista el panorama completo —para alcanzar la meta de la *sádhana*. Al hacer un acercamiento, discernimos en dónde estamos y qué tenemos que hacer a cada momento para avanzar hacia esa meta.

A medida que nos preparamos para aventurarnos en otro asombroso año de *sádhana*, nos resulta necesario ver tanto el bosque como los árboles. Nos beneficia fijar nuestra mirada en la meta de alcanzar la liberación, al tiempo que nos sumergimos simultáneamente en las prácticas espirituales que revelan la luz de la mente y nos acercan a nuestra meta.

\*\*\*

A título personal, ofrecer esta *seva* ha hecho este año increíble para mí. Conversar con ustedes, compartir mis experiencias del estudio del mensaje de Gurumayi para 2019, y leer lo que han compartido, han sido todos regalos extraordinarios. Otro año nos espera con su emocionante promesa de múltiples descubrimientos. Así, digamos *adieu* a 2019, y ¡les deseo un año de *sádhana* lleno de alegría para 2020!

Respetuosamente,

Garima Borwankar

