

Introducción al mes de marzo

1 de marzo de 2021

Querido lector:

El mes de marzo nos brinda una de las noches más propicias del año: Mahashivaratri, “la gran noche de Shiva”. Este año, el 11 de marzo, cuando la luna mengua hasta dejar un fino y hermoso creciente, podremos participar en la celebración de una noche tan sagrada que los beneficios de la práctica espiritual que llevemos a cabo en estas horas se multiplicarán por mil.

A fin de prepararnos para esta celebración, el sitio web de Siddha Yoga nos ofrecerá muchas maneras de aprender sobre el Señor Shiva y de abrirnos a recibir sus bendiciones divinas. En el sendero de Siddha Yoga veneramos al Señor Shiva con el entendimiento de que aquél a quien invocamos, es el Ser Supremo. Él es el Adi-Guru, el Guru primordial. Él es la Conciencia universal que impregna toda la creación y que habita en todos los seres y las cosas. Por medio de su gracia podemos reconocerlo a él —Paramashiva, el Shiva Supremo— como nuestro Ser más interno.

Entre todas las formas de adorar al Señor Shiva, he sentido una atracción especial por la recitación del *Shri Rudram*. Este texto proviene del *Krishna Yajur Veda*, una de las escrituras más antiguas de la India. El *Shri Rudram* invoca al Señor Shiva como Rudra, su forma terrible, que destruye nuestras limitaciones y purifica nuestra conciencia, abriéndonos el camino para reconocer la presencia de Dios en nosotros mismos y en toda la creación.

Hace casi seis años, compré una copia de la grabación del *Shri Rudram*; en la librería de Siddha Yoga y me senté con la decisión de dominar este texto de las escrituras. Era un reto para mí y por ello absorbía mi atención. Me encantaba su sonido y la forma poderosa en que hacía mover mi respiración, dejándome con tremenda energía en el cuerpo y claridad en la mente. Comprendí que era obra del poder transformador, la

shakti, que fluye en cada práctica que nos dan los Gurus de Siddha Yoga. A partir de entonces he recitado el *Shri Rudram* todos los días.

Sin importar mi estado de ánimo o condición física, recitar el *Shri Rudram* me llena de energía. Este texto es mi gran amigo, con quien busco reunirme cada día. He sentido que mi enfoque se profundiza, mi respiración se fortalece, mi fortaleza general aumenta. Ha cambiado la resonancia de mi voz, algo significativo para mí, puesto que mi trabajo es narrar audiolibros. Después de la recitación, la meditación se da sin esfuerzo, y percibo que la atmósfera centellea en la habitación donde canto.

Siento que mi recitación del *Shri Rudram* es una contribución, una ofrenda de buena voluntad y bendiciones para el mundo, media hora de alegría pura y celebración que irradia hacia el exterior.

A medida que cada uno de nosotros siga con su *sádhana* diaria durante este mes de marzo, podemos también estar a la espera de los siguientes aniversarios y celebraciones.

Aniversarios

Gira de Canto en Australia: 22 de marzo-19 de abril (2014)

Este año marca el séptimo aniversario de la Gira de Canto de Siddha Yoga: Australia 2014, un hito en la historia de Siddha Yoga. Gurumayi nombró a la gira *Satyam, Shivam, Sundaram* - Verdad, Buen auspicio, Belleza.

En su travesía por Australia, la Gira de Canto llevó el poder transformador de la música de Siddha Yoga a miles de buscadores.

Festividades y observancias

Mahashivaratri: 11 de marzo

En el sendero de Siddha Yoga se venera al Señor Shiva como el Guru primordial, el otorgador del conocimiento divino, que se complace fácilmente con los actos más sencillos de devoción.

Este mes en el sitio web del sendero de Siddha Yoga encontrarás muchas maneras de profundizar tu entendimiento y experiencia del Señor Shiva y de Mahashivaratri. El mantra *Om Namah Shivaya*, el mantra de iniciación del sendero de Siddha Yoga, es una forma poderosa de invocar la gracia del Señor Shiva en cualquier momento —y, en especial, durante Mahashivaratri. Podemos meditar en el Señor que habita en nuestro interior y leer los relatos de las escrituras sobre el Señor Shiva y su adoración a través de la “forma sin forma”, el Shiva-linga. También podemos alabar al Señor Shiva y sentir que estamos en su presencia al cantar sus himnos de alabanza, como el *Shiva Mahimnah Stotram*, el *Árati de Shiva* y el *Shiva Manasa Puja*, o al cantar *namasankirtanas* como *Jaya Jaya Shiva Shambho* y *Samba Sadashiva*.

La Hora del Planeta: 27 de marzo

En los Vedas se venera a la Madre Tierra como un ser divino que otorga resplandor y fuerza a la humanidad. ¿Qué podemos ofrecerle a cambio? El Fondo Mundial para la Naturaleza patrocina anualmente el 27 de marzo una observancia global en favor de la Tierra, en la que mostramos nuestro apoyo al planeta apagando cualquier luz eléctrica no esencial durante una hora, de 8:30 a 9:30 pm. Esta observancia nos ofrece un interludio de quietud en que podemos contemplar la asombrosa generosidad que recibimos de la Madre Tierra.

Holi: 28-29 de marzo

Comenzando en la luna llena, *Holi* es un festival de dos días que se celebra en toda la India como una jubilosa bienvenida al colorido retorno de la primavera. Con cantos, bailes, risas y la festiva salpicadura de polvos de colores sobre amigos y seres queridos, este animado festival rebosa de camaradería y alegra los corazones de todos.

En este mes de marzo tenemos una nueva oportunidad de expandir nuestra visión y fortalecer nuestro entendimiento. Al explorar las enseñanzas de Siddha Yoga a través de nuestra contemplación y práctica, podemos discernir la presencia constante y propicia del Señor Shiva en medio de las situaciones fluctuantes de nuestra vida. Yo he descubierto que siempre hay un momento: para repetir el mantra entre una actividad y otra, o simplemente observar mi respiración; para leer un pasaje de uno de los libros de Siddha Yoga o conectarme al sitio web; para sumergirme en la protección, seguridad e inspiración de las enseñanzas; para reconocer y recordar.

Les deseo un mes de marzo feliz y seguro.

Saludos afectuosos.

Julian Elfer

