

1º de septiembre, 2019

Deléitate en el *dárshan* de una mente iluminada

Queridos lectores,

Para muchos estudiantes alrededor del mundo, especialmente en el hemisferio norte, septiembre marca el inicio del ciclo escolar después de unas largas vacaciones de verano. Retoman el ritmo familiar de su vida académica, ávidos de aprender nuevas cosas. Para nosotros, como estudiantes del sendero de Siddha Yoga, el ritmo regular y emocionante de aprender e implementar las enseñanzas de Gurumayi es constante. Reconforta nuestro corazón, llena nuestro ser de alegría y de luz, y derrama sobre nosotros muchas bendiciones en el camino.

Desde el inicio de este año, ustedes y yo hemos estado inmersos en el estudio y la práctica de las enseñanzas de Gurumayi en *Una Dulce Sorpresa 2019*. Por medio de su Mensaje hemos adquirido conocimiento de la verdadera naturaleza de la mente – es su propia luz la que brilla con intensidad todo el tiempo. Muchos de ustedes han estado compartiendo en el sitio web del sendero de Siddha Yoga las formas inesperadas en que han sido bendecidos en los últimos ocho meses al experimentar el poder y la luz de la mente.

En la *Shri Bhagavad Gita*, la escritura elegida por Gurumayi para nuestro estudio de este año, el Señor **Krishna** le dice a su discípulo Arjuna:

Entre los sentidos Yo soy la mente, entre los seres vivos Yo soy la **Conciencia**.¹

El Señor Krishna dice: *Entre los sentidos, Yo soy la mente.*

¹ *Shri Bhagavad Gita* 10:22.

Este renglón describe la elevada, la suprema naturaleza de la mente de la que Gurumayi habla en su charla.

Adicionalmente, Gurumayi nos enseña que la mente tiene la tendencia a enredarse en el parloteo, a quedarse atrapada en el flujo de los pensamientos que a veces invade el espacio de la mente. En esos momentos, la mente es incapaz de encontrar su esplendor. Para que nosotros podamos guiar suavemente a nuestra mente de regreso a su propia luz cuando se aleja, debemos reconocer la diferencia de cuando la mente se está alejando de su propia luz, y cuando se está dirigiendo hacia ella.

La forma en que yo he aprendido a reconocer estos dos aspectos de la mente es haciéndome consciente de mi propio estado, y después examinándolo. Cuando me siento agitada, confusa o inquieta -como un barco balanceándose sobre aguas turbulentas - reconozco que es porque mi mente está siendo atrapada en un flujo incesante de pensamientos. ¿Suena familiar? Por el contrario, cuando estoy envuelta por una sensación de bienestar, resonando con paz y esperanza, cuando una alegría profunda surge en mi corazón y me susurra que todo está bien en el mundo, veo que mi mente está tranquila, reposando en su naturaleza verdadera y bañándome con su bendición.

La pregunta que debemos hacernos es: cuando la mente se agita, ¿cómo la tranquilizo? ¿cómo la reconforto y le ayudo a contemplar de nuevo su propia luz? Tal como mencioné en la carta de agosto, una forma en la que hemos estado haciéndolo es enfocarnos y repetir el mantra sagrado que Gurumayi nos dio en *Una Dulce Sorpresa*.

Hemos estado dedicándonos al estudio de **Mensaje de Gurumayi** y obteniendo revelaciones nuevas y más profundas a través de distintas maneras y medios disponibles en el sitio web del sendero de Siddha Yoga. Estas incluyen **historias** de todo el mundo sobre el Mensaje de Gurumayi para el 2019, escritos de los **santos poetas de la India**, y **versos de las escrituras**. Además, cada mes el sitio web presenta material

específico sobre eventos y festividades de ese mes en particular. Quisiera compartir algunas de las publicaciones de este mes:

- **El Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga en honor al Mahasamadhi de Baba Muktananda: *El poder de la mente – Mátrika Shakti*.** El Intensivo de Shaktipat se llevará a cabo el 19 o el 20 de octubre (dependiendo de la sede). **Aquí** encontrarás más información sobre las fechas y sede más cercana a ti, cómo prepararse y cómo participar en el Intensivo.
- **Embeber las enseñanzas del Guru** es una exposición de Swami Apoorvananda sobre la importancia y el significado de embeber las enseñanzas del Guru y su impacto en nuestras vidas.
- **Ganesh Utsava**– es una celebración de diez días por el nacimiento del Señor Ganesh, quien elimina todos los obstáculos y cuya gracia se invoca al inicio de toda tarea o evento. Este festival, que se celebra con gran alegría y exuberancia, inicia con Ganesh Chaturthi, el cuarto día del mes lunar hindú de bhadrapada y termina con Anant Chaturdashi, el catorceavo día de este mes lunar. Este año la celebración es del 2 al 12 de septiembre.
- **Pitru Paksha** es un período de dos semanas en la fase menguante del mes lunar hindú de bhadrapada. Este es el tiempo designado por las escrituras de la India para honrar y ofrecer oblaciones a los ancestros que se han ido. Este año dicho periodo cae entre el 14 y el 28 de septiembre.
- **Navaratri** – este festival de nueve días está dedicado a la Diosa en tres de sus formas. Cada una de ellas se venera por 3 días, empezando con Mahadurga, la feroz, quien es la aniquiladora del mal; continuando con Mahalakshmi, la diosa de la riqueza y la abundancia; y concluyendo con Mahasarasvati, la diosa del aprendizaje, la música y las artes. En 2019 celebramos Navaratri del 29 de septiembre al 7 de octubre.
- **Hojas de ejercicios 32-35**— para tu compromiso continuo y el estudio del Mensaje de Gurumayi para el 2019.
- **Sesión de meditación IX: El mantra, el otorgador de protección divina.**

A medida en que te sumerges en tu estudio, deseo que tu *sádhana* esté llena de alegría a lo largo del mes de septiembre. Durante el mes, cada vez que te encuentres reconociendo las bendiciones de la mente, deléitate en ellas, saborea el gozo que sientes en tu ser y regocíjate en el *dárshan* de una mente iluminada.

Rahim, el gran santo poeta de la India del siglo dieciséis, plasma con gran arte y sencillez el significado de una mente que brilla con su propia luz.

Rahim dice:

Así como tu cuerpo no se moja si su reflejo cae en un cuerpo de agua, así también, una mente que es tu amiga, que está iluminada, no se verá afectada en lo más mínimo, sin importar adónde vaya tu cuerpo. ²

Respetuosamente,

Garima Borwankar



© 2019 SYDA Foundation®. Derechos reservados.

² Traducción al inglés © 2019 SYDA Foundation.