

Celebramos el nacimiento de nuestro amada Guru

Junio 1 de 2015

Queridos Siddha Yoguis:

Bienvenidos al mes de junio – el glorioso mes del *Cumpleaños lleno de dicha* en el sendero de Siddha Yoga.

El cumpleaños de nuestra amada Guru, Gurumayi Chidvilasananda, es el 24 de junio. Cada día de este mes, cada día del *Cumpleaños lleno de dicha*, podemos reflexionar en las diversas maneras en que la gracia y las enseñanzas de Gurumayi han enriquecido nuestra vida y apoyado nuestra *sádhana*. Todos somos muy bendecidos de tener la guía de Gurumayi en nuestra vida, ya sea que seamos nuevos en el sendero de Siddha Yoga o que hayamos practicado las enseñanzas de Siddha Yoga durante décadas.

Las enseñanzas de Gurumayi, su amor y su gracia son el fundamento sobre el cual mi vida se edifica. Me encanta el mes del *Cumpleaños lleno de dicha* porque me da constantes oportunidades de reflexionar sobre la presencia de Gurumayi en mi vida, de estudiar las enseñanzas de Gurumayi y de enfocarme en cómo puedo alinear más mi vida con estas enseñanzas.

Una manera en que planeo celebrar el *Cumpleaños lleno de dicha* es incrementar mi entendimiento y experiencia del Mensaje de Gurumayi para 2015:

Vuélvete
hacia dentro
Medita
con naturalidad

La meditación es una práctica clave para mí. He meditado todos los días durante los últimos treinta y tres años, y esta conexión diaria con mi corazón, con la luz de mi propio Ser, siempre me sustenta y me nutre. Desde el 1 de enero, cuando Gurumayi dio su Mensaje en el satsang *Una dulce sorpresa*, he dedicado aun más tiempo para meditar. Siento que estoy en un viaje de descubrimiento, navegando siempre más cerca de la dicha del Ser, con Gurumayi impulsándome a seguir adelante. Durante este mes del *Cumpleaños lleno de dicha* pienso intensificar mi práctica estudiando los temas principales de la charla del Mensaje de

Gurumayi y también volviendo a las definiciones de las **palabras del Mensaje de Gurumayi**, que fueron publicadas en el sitio web del sendero de Siddha Yoga en el mes de enero.

Para mí, el sitio web es como un templo, un santuario, al que puedo hacer un peregrinaje cada día. Cuando visito el sitio web, experimento mi conexión con Gurumayi, con las enseñanzas y prácticas de Siddha Yoga, con el *sangham* global y, lo más maravilloso, con mi propio corazón. Estoy en verdad emocionada acerca de todas las enseñanzas que hay en el sitio web este mes en honor del *Cumpleaños lleno de dicha*: el exquisito yantra que ha creado Gurumayi como un regalo para todos nosotros, en el que podemos meditar diariamente; las hermosas galerías de la naturaleza; las inspiradoras reflexiones sobre Gurumayi y mucho más.

Gurumayi es muy generosa; todo lo que ella hace es para el enaltecimiento de la humanidad, la protección de la naturaleza y el fomento de la paz. Todos los años, en esta época, me pregunto: “¿Cómo puedo agradecer a Gurumayi todo lo que me ha dado?” Estoy segura de que muchos de ustedes se han hecho la misma pregunta. Una respuesta que he encontrado es llevar mi vida en armonía con las enseñanzas de Gurumayi; y una forma maravillosa de hacerlo es cultivando las virtudes divinas. Las virtudes son cualidades que emanan del Ser, como la paciencia y la bondad, y se ha vuelto una tradición en el sendero de Siddha Yoga estudiar estas virtudes durante el mes del cumpleaños de Gurumayi. En un *satsang* del 24 de junio de 1993, en Shree Muktananda Ashram, Gurumayi dijo:

Este tiempo parece muy apropiado para observar más de cerca las virtudes que se encuentran ocultas dentro de nosotros, nuestros regalos dados por Dios; para explorarlas, para atesorarlas y para compartirlas con los demás.¹

Cada día de este mes, tendremos en el sitio web del sendero de Siddha Yoga una virtud divina para estudiar. Podemos pulir la luz de estas preciosas virtudes dentro de nosotros mismos, y volver a reflejarlas en nuestro mundo. En mi vida, he experimentado los grandes beneficios de esta práctica. He estado puliendo la virtud de la paciencia dentro de mí durante muchos años, y he aprendido a desacelerarme, a permanecer más en mi corazón y no correr hacia el siguiente evento. Soy mucho más capaz de permanecer en el momento presente y de estar presente para quien sea que esté conmigo.

Al empezar a reflexionar, en este mes del *Cumpleaños lleno de dicha*, en todo lo que he recibido de Gurumayi, y lo que la presencia de Gurumayi en mi vida ha significado para mí, me lleno de gratitud. Una experiencia viene de inmediato a mi mente, también. Durante el invierno del 2014 estaba como sevita visitante en Shree Muktananda Ashram, ofreciendo *seva* en el

Departamento de Contenido de la Fundación SYDA. No había estado ante la presencia física de Gurumayi desde 2002. Todos los años, sin embargo, al estudiar las enseñanzas de Gurumayi y ponerlas en práctica, sentía que mi conexión con ella se profundizaba. El poder de las palabras de Gurumayi, y de las prácticas que ella nos ha dado a todos, forjaron un puente divino de mi corazón a su corazón.

El día de Navidad, cuando Gurumayi iba saliendo de la sala Shri Nilaya después del Satsang de celebración, se detuvo a hablarme. Un compañero sevita, sabiendo que yo no había visto a Gurumayi en más de doce años, comenzó a presentarme. Gurumayi alzó la mano, sonrió, y con gran amor dijo:

“Oh, la conozco. Las dos nos conocemos muy bien. Nos hemos conocido desde hace mucho tiempo.”

Mi corazón ha estado latiendo de dicha desde ese *darshan*. Tengo plena fe que cuando nos alineamos con las enseñanzas y el amor de Gurumayi, podemos experimentar su presencia en nuestro corazón.

Les deseo a todos ustedes gran alegría en la celebración del cumpleaños de Gurumayi a lo largo de este mes.

¡Feliz *Cumpleaños lleno de dicha!*

Con amor,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rashmi Smith' with a stylized flourish at the end.

Rashmi Smith

Profesora de Meditación Siddha Yoga

¹ Gurumayi Chidvilasananda, *My Lord Loves a Pure Heart: The Yoga of Divine Virtues* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1994), p. 3.



© 2015 SYDA Foundation®. All rights reserved.