

Revitalizado por la luz del Guru

Dhárana para Gurupúrnima 2021

por Gauri Maurer

Visualízate sentado a la orilla de un lago.

El agua es transparente.

Observa las piedras y la vida vegetal bajo la superficie
y el destello de los peces iridiscentes que ahí nadan.

Pastos altos se mecen a la orilla del agua.

La luz del sol tiñe el paisaje de una tonalidad cálida y dorada.

Toma conciencia de tu respiración
acariciando el interior de tu ser en la inhalación
y fluyendo hacia fuera cuando exhalas.

Disfruta el suave movimiento de la inhalación y la exhalación.

Percibe la luz del sol iluminando cada brizna del pasto.

Observa cómo la luz del sol reluce
en la superficie del lago como miles de diamantes.

Deléitate en cómo cada partícula de tu aliento
brilla con la luz del Guru.

Inhala y permite que la caja torácica se expanda.

Exhala y deja que el aliento fluya hacia afuera.

Ahora lleva tu atención hacia el otro lado del lago.

Hay una cordillera de montañas inclinadas rica en arbustos y árboles.

Mira lo hermoso que este panorama se ve en la luz.

La brisa toca las flores de la montaña al pasar por las cúspides.
Inhala la fragancia de esta brisa a medida que se desliza hacia ti.

Atrapa esa fragancia. Siente su toque etéreo.

Inhala la belleza de esta fragancia.

Es ligera.

Es agradable.

Es para ti.

¿Por qué la luz del sol es tan suave, tan sedosa?

El sol del ocaso en el firmamento viaja a otro horizonte para
iluminar esa parte del mundo.

A medida que el sol se acerca a la línea del horizonte, luz y sombras adornan las
curvas y laderas de la montaña.

Mira hacia arriba.

El firmamento, las nubes etéreas, los rayos del sol.

Observa cómo la luz radiante del sol poniente
toca partículas en la atmósfera, creando prismas de color.

Y ahora, mira de nuevo las aguas translúcidas del lago frente a ti.
¿Qué ves?

Los rayos del sol brillan en las profundidades del agua.
El prisma de color que viste en el firmamento se refleja en el agua,
derramándose hacia una cama de gemas.

Luz. En todo lugar.

Luz cerca de ti.

Luz en el horizonte.

Luz arriba.

Luz abajo.

Luz dentro.

Luz fuera.

Luz deslumbrante. *Jyoti*.

Luz tejiendo su camino a través de las ramas de los árboles.

Luz moteada. *Dyuti*.

Luz posándose suavemente sobre tu rostro, dando tibieza a tu piel.

Luz delicada. *Kanti*.

Luz permeando tu ser, enaltecendo tu espíritu.

Inhala la luz.

Exhala la luz.

La esfera de luz, el gran dios, el Sol, ha descendido por debajo del horizonte.

Ahora es ya el crepúsculo.

Lleva tu atención hacia el este.

¿Qué está ocurriendo?

¿Ves?

Estamos celebrando Gurupúrnima.

Estamos adorando la luz del Guru.

Mira. *Púrnima* está ascendiendo.

La luna llena. La luna llena del Guru.

Es una perla rosa luminosa.

¿Qué está sintiendo tu corazón
mientras te maravillas con el resplandor de la luna?

Su resplandor es imponente.

Pradyota. Luz radiante.

¿Qué surge en tu corazón
mientras te maravillas con la dulzura de la perla rosada?

Su dulzura evoca reverencia.

Aloka. Luz dulce.

¿Está la luna llena atrayéndote hacia su ser?
¿O estás *tú* atrayendo la dulzura de la luna hacia tu ser?

Cuando la luna brilla, los cuerpos de agua se elevan
para encontrarse con su luz.

De la misma manera, observa cómo tu corazón se expande
para recibir las bendiciones de la luna llena del Guru.

¿Está cantando la luna llena?
¿La escuchas?

¿O es tu corazón el que canta?
¿Qué escuchas?

Aah. Es una melodía...una melodía de amor divino.

¿Y qué es lo que ves?

Es luz. La luz del amor divino.

Shri Guru ha encendido la luz divina en tu corazón.

Gracias a esta luz
que ha sido despertada en tu ser por la gracia del Guru,
tú ves luz en tu vida.

Luz divina —tan esplendorosa.
Ilumina cada rincón de tu ser.

El amor es despertado en cada célula de tu ser.

Esta luz divina es tan suave como el pétalo de una flor de jazmín,
y aun así tiene el poder de purificarte por completo.

La luz divina es tan fuerte como un fuego abrasador,
y aun así su dulzura te alentará a beber el néctar del amor.

Bebe la luz de los rayos de luna.

Saborea la luz del amor del Guru.

Bebe la luz del firmamento.

Saborea la luz de la sabiduría del Guru.

Permite que esta luz divina serene tu mente.

Deja que esta luz divina envuelva tu ser entero con alegría.

Experimenta que la luz divina eres tú.

Prakashā, la luz de la Conciencia.

Tu luz, que ha sido encendida por la luz del Guru.

La luz divina del Guru es *saccidananda*.

Verdad, Conciencia y dicha.

El Guru está contigo. Luz.

El Guru está a tu lado. Luz.

El Guru camina delante de ti. Luz.

El Guru camina detrás de ti. Luz.

El Guru sonríe contigo. Luz.

El Guru cuida de ti. Luz.

Escucha surgir estas palabras desde la quietud de tu corazón.

Yo soy grandioso — Estoy agradecido.

Yo soy el Ser — Estoy lleno de sabiduría.

Yo soy luz — Estoy revitalizado.

Yo soy revitalizado por la luz del Guru

Y ahora, repite para ti lo que escuchaste surgir de tu corazón.

Yo soy grandioso — Estoy agradecido.

Yo soy el Ser — Estoy lleno de sabiduría.

Yo soy luz — Estoy revitalizado.

Yo soy revitalizado por la luz del Guru.

Luz. Tan divina.

Medita.

Medita con esta luz brillando en tu corazón.

