

Meditación en las palabras de Gurumayi

por Eesha Sardesai

Reflexiones finales

Al concluir mis muchas elucubraciones, contemplaciones y meditaciones sobre las palabras de Gurumayi en el *sátsang* de Siddha Yoga en honor de Makara Sankranti, “La luz del sol”, quiero expresar mi gratitud a todos ustedes. Gracias por darse tiempo para leer lo que he escrito, y por compartir sus propias contemplaciones asombrosas sobre las enseñanzas de Gurumayi, al igual que sobre las maneras en que han estado implementando su aprendizaje. Gurumayi nos enseña a *inspirar y a ser inspirados*; por medio de la práctica de compartir, estamos poniendo la enseñanza de Gurumayi en acción.

He llamado a esto mi “Meditación en las palabras de Gurumayi”, porque eso es exactamente lo que ha sido mi experiencia. A medida que he reflexionado en las palabras de Gurumayi, a medida que las he dejado embellecer mi conciencia, he sentido la energía de la meditación. Esta energía reside, desde luego, en las palabras de Gurumayi. Y mientras más he contemplado estas palabras, más he descubierto la misma energía dentro de mí misma. Estoy inmensamente agradecida con Gurumayi: por su sabiduría, y por su petición de que yo escribiera sobre sus enseñanzas en el sitio web del sendero de Siddha Yoga. Eso me ha dado la oportunidad de *estar con* mis contemplaciones, de esclarecer mi entendimiento de las palabras de Gurumayi y de articular lo que he aprendido con tanta precisión como ha sido posible.

Aunque esto es lo último que escribiré acerca del *sátsang* sobre Makara Sankranti, mis contemplaciones no van a terminar aquí. Me imagino que tampoco las de ustedes. Como espero que haya quedado claro en este mes que pasó, no hay límite para lo que podemos descubrir —sobre nosotros mismos y sobre nuestro mundo— cuando estudiamos las enseñanzas de Gurumayi. Es una buena cosa, entonces, que podamos seguir revisitando los temas que he destacado en “Meditación en las palabras de Gurumayi”. Seleccioné ocho temas

sobre los cuales escribir aquí. Creo que si hacemos un esfuerzo concertado para “captar” realmente estos temas, para comprender el significado y la intención de Gurumayi al hablar sobre ellos, podemos dar comienzo a un cambio tangible, positivo en nuestra *sádhana*. Esto a su vez, tiene un efecto de propagación, enaltecendo otras partes de nuestras vidas e incluso de lo que nos rodea.

He comenzado yo misma a mirar en retrospectiva estos temas, y ha sido divertido tomar nota de los nuevos pensamientos e ideas que tuve. Para ayudar a recordar la esencia de lo que Gurumayi ha enseñado, he ideado también algunos acrónimos. Esta es una técnica de estudio que realmente he llegado a apreciar gracias a Gurumayi. Muchos de ustedes recordarán cómo Gurumayi a menudo ha usado acrónimos y acrósticos al impartir su guía (un ejemplo clásico fue el Mensaje de Gurumayi *T*R*U*S*T** de 2003). Estoy segura de que, como yo, ustedes han experimentado de primera mano lo útiles que son estos recursos mnemotécnicos para aprender y rememorar.

Ustedes pueden haber desarrollado ya sus propios acrónimos para recordar lo que Gurumayi enseñó, en cuyo caso, ¡por favor compártanlos en sus Círculos de Sádhana y en el sitio web del sendero de Siddha Yoga! Mientras tanto, en esta conclusión de mi “Meditación en las palabras de Gurumayi”, me encantaría compartir con ustedes los acrónimos que he creado, junto con algunas de mis contemplaciones adicionales sobre las palabras de Gurumayi.

Acknowledgment, a Wondrous Exchange (AWE)

Reconocimiento, un intercambio maravilloso (AWE = Sorpresa)

En la primera entrega de “Meditación en las palabras de Gurumayi”, reflexioné en el reconocimiento de Gurumayi hacia todos, por asistir al *sátsang* anunciado con poca antelación. Me conmovió la naturalidad con que Gurumayi hizo este reconocimiento. Claramente, Gurumayi había estado pensando en todos nosotros, en el esfuerzo que gente de todas las zonas horarias estaba haciendo para llegar a la Sala Universal de Siddha Yoga. Sus palabras de apreciación se sintieron como una expresión muy consistente de su consideración y cuidado.

Las palabras de Gurumayi también fueron, para mí, muy representativas de lo que ella ha enseñado sobre el reconocimiento, a lo largo de los años.

Reconocimiento no es solo decir “gracias”. No basta con hacer las cosas automáticamente. El reconocimiento, como Gurumayi lo enseña, es una actitud, un enfoque, una forma de existir, una forma de *intercambiar*. En su esencia, el reconocimiento se trata de llegar a conocer a otra persona. Es reconocer quién es, tomar nota de lo que ha hecho y sentir empatía hacia ella. Cuando venimos desde un espacio de querer comprender a la otra persona nuestras expresiones externas de gratitud resuenan con la verdad. Llegan a sus receptores.

Y luego, en la mayoría de los casos, la gente a la que agradecemos quiere reconocernos de la misma manera. Nos dan las gracias a *nosotros* por darles las gracias a *ellos*. ¡Quizá también recuerden alguna otra cosa que hemos hecho por la que querían agradecernos! Eso es lo que quiero decir con el reconocimiento como un *intercambio maravilloso*. Cuando hacemos el esfuerzo por reconocer a alguien, abrimos todo un portal de gratitud, y esta gratitud viaja en todas direcciones: hacia nosotros, desde nosotros y todo alrededor.

En este tema, es bueno recordar que la influencia de nuestro reconocimiento se extiende incluso más allá de nosotros mismos y de la persona o personas a las que estamos reconociendo. Si, por ejemplo, hay niños alrededor, les estamos mostrando cómo es la práctica del reconocimiento. Muchas veces, nuestro reconocimiento puede funcionar también como si viniera de parte de alguien más, ya sea que tengamos o no esa intención. Algunas personas pueden ser tímidas o introvertidas, o podrían también tener dificultades para articular su apreciación, Así que cuando nos ven reconociendo a la persona hacia la que *ellas* sienten gratitud, es como si también le estuviéramos dando voz a sus sentimientos. En algunos casos, nuestro ejemplo podría animarlos a ir con esa persona ellas mismas y extenderle sus propias “Gracias”.

En verdad, se requiere mucho para hacer un reconocimiento específico, auténtico y significativo, y muchas cosas buenas pueden surgir de ahí. Me gusta pensar en el reconocimiento como una especie de forma de arte, que requiere su propia habilidad y refinamiento. ¿Qué palabras vamos a usar para expresar

nuestro reconocimiento? ¿Cuál es el *momento* correcto para agradecer a alguien? Más de una vez me he encontrado en un pequeño dilema. Me he preguntado: “¿Es ahora un buen momento para agradecer a esta persona? ¿Es esta la mejor *manera* de agradecerle? ¿Pensará que estoy diciendo esto porque quiero algo de ella, o porque estoy tratando de calmarla?”

Siempre me esfuerzo por ser lo más genuina posible cuando hago un reconocimiento. Definitivamente es algo sobre lo que quiero seguir pensando y trabajando. Para mí es importante que la gente sepa que no les estoy agradeciendo por autoindulgencia; no lo hago para sentirme mejor conmigo misma, para convencerme de que soy una persona virtuosa. Cuando agradezco a alguien, quiero que vea lo que *yo veo* en esa persona; quiero que experimente la bondad de su corazón y el valor de sus esfuerzos. Quiero que sepa simplemente cuánto la aprecio.

Stay In Touch (SIT)

Sigue en contacto (SIT= Sentarse)

En la segunda entrega, escribí sobre la pregunta que nos hizo Gurumayi a todos nosotros: “¿Qué has estado haciendo últimamente, en especial desde el 1 de enero de 2026?” Expliqué cómo esta pregunta desplegó en mí toda una serie de contemplaciones, ¡muy sencillamente porque no había pensado en hacérmela yo misma! Me conmovió cómo Gurumayi tenía tal interés en lo que habíamos estado haciendo desde el comienzo del año. Y me di cuenta de que yo también podía prestar esa atención a cómo está yendo mi *sádhana*: cada día, cada semana, cada mes, cada año.

Al considerar un poco más la pregunta de Gurumayi, me inclino a pensar en el Mensaje de Gurumayi para 2026. Específicamente en la primera línea de su Mensaje: “¡Renueva! ¡Reinicia tu mente!” Mi experiencia ha sido que la acción de “reiniciar la mente” no es algo que se hace una sola vez y listo. Nuestras mentes no son computadoras. No podemos solo borrarlas, o esperar que comiencen a seguir un nuevo guion porque de pronto hayamos decidido que deberían hacerlo. Reiniciar la mente es cuestión de constante vigilancia,

indagación y recalibración. Tenemos que seguir aprendiendo sobre nuestra mente, por qué funciona de la manera en que lo hace, y entonces nos ajustamos en consecuencia. Quizá nuestro progreso sea más gradual que generalizado, pero creo que será también más perdurable.

Me gusta el acrónimo SIT (abreviación de “Stay in Touch” — “Sigue en contacto”) para las enseñanzas de Gurumayi sobre este tema, porque sugiere tomar una pausa. Sentarse por un momento, cuando antes estabas en movimiento. Verificar contigo mismo. Ser amable contigo mismo. Preguntar, “¿Qué he estado haciendo? ¿Cómo va todo? ¿Cómo puedo refinar la forma en que me he acercado a mi *sádhana*?”

Hay una cosa más que puedes hacer para “seguir en contacto”. Y es simplemente *estar*, darte un tiempo no estructurado contigo mismo, morar en el hermoso silencio del corazón y ver qué aparece. Esta es una enseñanza que he recibido de Gurumayi en múltiples ocasiones. Tengo una tendencia de querer hacer más y más y *más*, sin importar la situación, y esto puede ser a veces contraproducente. Recuerdo una ocasión, hace algunos años, en que estaba ofreciendo *seva* apoyando un *darshan* para muchas personas. Revoloteaba por todos lados, haciendo esto y aquello, moviéndome muy rápido; pero en ese momento no era necesario que estuviera haciendo tanto. Durante una pausa en el *darshan*, Gurumayi me miró fijamente y dijo: “Sabes que puedes simplemente *estar*, ¿verdad? Tu presencia es suficiente. Que estés aquí es suficiente. Eres maravillosa como eres”.

De modo que, sí: solo sé. Solo sé quien eres. Solo sé lo que eres.

Solo sé amoroso, solo sé bondadoso. Solo sé grande. Solo sé hermoso. Solo sé honorable.

Solo sé, solo sé, solo sé.

Solo sé considerado. Solo sé maravilloso. Solo sé dulce. Solo sé activo. Solo sé apacible.

Solo sé, solo sé, solo sé.

Solo sé generoso. Solo sé magnánimo. Solo sé valiente. Solo sé alegre. Solo sé lleno de devoción.

Solo sé, solo sé, solo sé.

Sabes lo especial que eres, ¿no es así? Las cualidades que he enumerado no son cosas “extras” que ahora necesites cultivar. Son una muestra del tipo de atributos que ya posees dentro de ti, y que despliegas hacia los demás sin darte cuenta necesariamente. ¿Puedes siquiera imaginarte cuánta gente querría ser como tú? Tal vez no se te acerquen para decírtelo, pero así es. Ven en ti algo extraordinario.

Elucidate and Propel the Overtone, Connect to its Horsepower (EPOCH)

Dilucida e impulsa el armónico, conecta con su potencia (EPOCH = Época)

En la tercera entrega escribí sobre la descripción maravillosamente evocativa de Gurumayi de Makara Sankranti, del espíritu único de esta festividad en la India. Yo estaba, y estoy, fascinada por la forma en que cada festividad —de hecho, cada *día*— en el sendero de Siddha Yoga tiene una energía específica propia. ¿Cómo discernimos qué es esa energía? ¿Cómo nos conectamos con la fuente de esta energía? ¿Cómo podemos asegurarnos de tener la capacidad de recibir esta energía en su plenitud? Podemos pensar en cada día como si fuera un acordeón. No sabemos qué sorpresas contiene hasta que el día se va expandiendo ante nosotros. Con eso en mente, ¿cómo mostraremos respeto a lo que cada día contiene en sus pliegues? ¿Cómo enfrentaremos su magnificencia?

De hacer estas preguntas he llegado a entender que andar por el sendero de Siddha Yoga implica no sólo conversación con nosotros mismos, sino también con un cierto algo inefable que parece (por lo menos al principio) existir fuera de nosotros. La luz de nuestros corazones debe encontrar la luz del sol. Y quizá descubramos que vibran en la misma frecuencia.

El acrónimo **EPOCH** (En inglés: Elucidate and Propel the Overtone, Connect to its Horsepower” – Dilucida e impulsa el armónico, conecta con su potencia) pretende representar esta verdad. El “armónico” de algo es su cualidad, energía, efecto o sentimiento implícitos. En música, esta palabra tiene un significado más específico (aunque todavía guarda relación). Se refiere a una frecuencia sonora que existe dentro del tono principal que se produce, es más aguda que ese tono y puede escucharse por encima de él. Cada sonido tiene sus propios armónicos y estos imparten una textura y riqueza únicas a ese sonido.

Podemos pensar en la energía de cada día como su armónico, una especie de aura que colorea el período total de veinticuatro horas, que existe por encima de realidades objetivas tales como la fecha calendárica. Podemos comenzar cada día *dilucidando* cual es exactamente ese armónico para nosotros. Podemos hacer el esfuerzo de reconocer qué tiene de especial ese día, qué tiene de dorado, de significativo, de importante, y qué podemos hacer para que ese día sea lo mejor. De esta manera, estamos también *impulsando* el armónico: lo estamos definiendo más en nuestra conciencia. Lo que puede haber parecido solo como otro día, indistinguible de la aparente monotonía que viene antes o después, se transforma en lo que siempre estuvo destinado a ser.

Y entonces, ¡vamos con todo! A lo largo del día podemos recordar *conectarnos* con esta energía, este armónico, y sintonizarnos con su poder innato. En este Año del Caballo, podemos pensar en él como los *caballos de fuerza* del día. Es un término útil para sostenerse, no solo por su conexión con el Año Nuevo lunar o chino, sino porque connota gran fuerza, intensidad e impulso. Mientras más aprovechamos este poder, más poder *nos da*. Experimentamos este poder en nuestro *prana*, en la fuerza vital que vincula nuestro mundo interior con el exterior. Tenemos gran poder en nuestro *prana*. Solo necesitamos respirar. Pausa. Y respirar otra vez.

Cada día es su propia mini-época. Al final del día, podemos verificar con nosotros mismos tal como hicimos en la mañana. Podemos preguntarnos: “¿Cómo experimenté la energía del día? ¿Cómo la aproveché? ¿Cómo dejé que

me guiara? ¿Cómo actué y reaccioné a su presencia? ¿Cómo afectó a los demás mi personificación de esta energía? ¿Cómo hice sentir hoy a los demás?”

Para ser clara, estas preguntas no suponen hacer un juicio de valor ni encontrar más razones para criticarte a ti mismo. Intentan apoyar tu autoindagación. Pueden ayudarte a tomar más conciencia de cómo te mueves a lo largo de cualquier día, para que puedas determinar qué ajustes hacer al día siguiente. Así es como progresamos, en nuestra *sádhana*, en nuestras profesiones, en nuestras relaciones, en nuestras vidas. Nos volvemos observadores de nosotros mismos, perspicaces y compasivos.

Sátsang, Sádhana, Sángham (SSS)

En la cuarta entrega de “Meditación en las palabras de Gurumayi”, reflexionamos en las enseñanzas de Gurumayi sobre Kali Yuga, la era actual en que estamos viviendo, infame por ser el trasfondo de mucha aflicción. Sin embargo, Gurumayi nos explicó que los santos poetas de la India interpretaban Kali Yuga de una manera diferente. Hacían énfasis en que cuando el mundo exterior se siente como si estuviera regresando al caos, nosotros podemos encontrar una fuerza sin fin al hacer nuestras prácticas espirituales. Podemos refugiarnos en el *sátsang*, en la *sádhana* y en el *sángham*.

Esto no quiere decir que debemos ignorar lo que está ocurriendo alrededor de nosotros ni abordarlo con una especie de optimismo ciego. Gurumayi enseña que una moderada dosis de escepticismo —e incluso un cinismo mesurado, especialmente durante tiempos difíciles— puede conducir a resultados constructivos. Esto se debe a que una actitud así indica un pensamiento crítico. No, no debemos aceptar nada tal como venga. No debemos engañarnos pensando que todos tienen buenas intenciones. Sería tonto pensarlo, y eso sólo posibilita una conducta deshonestas.

Lo que tiene consecuencias negativas es un cinismo *crónico*: cuando el pesimismo y la negrura se vuelven nuestro *modus operandi*, cuando toda nuestra actitud se vuelve cáustica, cuando no demostramos ninguna flexibilidad

en nuestras estructuras mentales o emocionales. Estimular la esperanza requiere trabajo, una conciencia y una resistencia contra cualquier inclinación a *regodearse* en el cinismo. La cuestión es que cuando hacemos este trabajo — cuando nos aplicamos a nuestras prácticas de Siddha Yoga de un modo consistente — se crea un círculo virtuoso. Los brotes de esperanza dentro de nosotros empiezan a florecer. Y esto sólo nos hace querer hacer más *sádhana*, y nuestra *sádhana* inspira a otras personas a hacer *sádhana*, y pronto es la esperanza y la bondad y el pensamiento positivo lo que tiene mayor influencia en nuestras mentes, nuestros corazones, nuestras vidas.

Esto me lleva a otra reflexión que he tenido sobre nuestro papel en Kali Yuga. Una y otra vez Gurumayi nos ha enseñado que no hacemos *sádhana* sólo para nosotros. Nuestro trabajo no se detiene cuando sentimos que nos estamos manteniendo razonablemente a flote en medio de las olas del *samsara*. Nuestra *sádhana* — especialmente nuestra *sádhana* colectiva — y nuestro *sátsang*, tienen poder. Cuando confiamos en el valor de nuestros esfuerzos, y cuando nos aferramos a nuestra creencia en los milagros de la gracia, experimentamos el tremendo poder que se genera por esta combinación de autoesfuerzo y gracia. Este poder es lo bastante grande para calmar las aguas tumultuosas del mundo.

Este acrónimo — **SSS**, para *Sátsang, Sádhana, Sángham* — refuerza el punto. Cuando lo decimos letra por letra (“S, S, S,”) suena como si estuviéramos diciendo “¡Sí!, ¡Sí!, ¡Sí!” ¡Sí, podemos hacer una diferencia! ¡Sí, podemos ser una fuerza positiva en el mundo! ¡Sí, podemos envolver este mundo en nuestras bendiciones! ¡Sí, hay una luz que encontrar al final del túnel oscuro!

Stay Engaged and Attentive (SEA)

Mantente comprometido y atento (SEA = Mar)

En la quinta entrega exploramos la enseñanza de Gurumayi sobre cómo tendríamos que *pensar en el Mensaje en el momento en que deberíamos estar pensando en el Mensaje*. Entiendo que esto se trata de honrar el tiempo que hemos destinado al estudio y la práctica del Mensaje de Gurumayi para 2026, ya sean

cinco minutos en la mañana o una hora por la noche. Es sobre hacernos amigos de nuestro tiempo.

¿Qué significa esto? ¿Cómo “honramos” el tiempo que hemos destinado para algo? Más en general, ¿cómo nos *hacemos amigos* del tiempo? Escribí sobre lo esencial que es mantener el enfoque, *mantenerse comprometidos y atentos* y no sucumbir a la distracción. Suena estupendo en teoría, ¿verdad? Tal vez no sea de sorprender, he descubierto que esta enseñanza plantea un desafío peculiar en la práctica. “¿Qué tal si —he pensado en más de una ocasión— la supuesta distracción es *importante*? ¿Qué tal si es algo que realmente necesito hacer?”

Si fuera a escenificar este dialogo conmigo misma (¡puesto que parece ser un tema constante en mis contemplaciones!) contrapondría esta pregunta con otra. “¿Aquello por lo que voy a interrumpir mi tarea es *verdaderamente* tan importante? ¿Tan importante que no lo pueda hacer después?” Nueve de cada diez veces la respuesta será no.

Y por esa única vez, cuando la respuesta podría ser sí, me acuerdo de algo que he aprendido de estar en presencia de Gurumayi al ofrecer *seva* en Shree Muktananda Ashram. Y esto es que la vida no tiene que ser abordada de una manera rígida. Habrá ocasiones en que el tiempo que *pensamos* que deberíamos estar haciendo algo, no es, de hecho, el tiempo de hacerlo.

En estas instancias, desviarnos de nuestro plan original no significa que hayamos caído presa de la distracción. En realidad, nos estamos manteniendo comprometidos con el momento en que nos encontramos. Estamos atentos a las necesidades de ese momento y estamos respondiendo en consecuencia.

Flowing In Time (FIT)

Fluir en el tiempo (FIT = Adecuarse)

Gurumayi habló memorablemente sobre la frase “Lo viejo es oro”, y yo compartí mis pensamientos sobre sus enseñanzas en la sexta entrega. Tenía mucho que decir sobre este tema (¡todavía tengo!), y si pudiera destilar esos

pensamientos en una descripción abarcante, sería esta: *fluir en el tiempo* (FIT). En vez de preocuparnos por el paso del tiempo, en vez de cavilar sobre el pasado o inquietarnos por el futuro, podemos elegir movernos *con* el tiempo. Una de las pocas certezas que tenemos en la vida es *este* momento, el momento presente. Entonces, ¿por qué no aprovecharlo al máximo? Este es el momento de actuar, de cumplir con nuestro dharma, de hacer nuestra *sádhana*, hacer aquello para lo que estamos aquí.

Comprendí la referencia de Gurumayi a la frase “Lo viejo es oro” como un reconocimiento a las generaciones mayores, tanto como un recordatorio de la responsabilidad que tenemos todos a medida que envejecemos. En el sendero de Siddha Yoga, debemos transmitir el conocimiento que hemos adquirido a aquellos que son más jóvenes que nosotros o más nuevos en el sendero. Debemos cuidar que la sabiduría que hemos obtenido siga viviendo en aquellos que vienen después de nosotros.

Creo que esta es una conciencia que podemos cultivar a cualquier edad. Yo tenía veintitantos años cuando Gurumayi me pidió por primera vez que fuera mentora de algunos de mis compañeros siddha yoguis. Muchas de estas personas han sido niños, adolescentes y estudiantes universitarios, pero a veces Gurumayi me ha pedido también ser mentora de personas mayores que yo. Esto me ha infundido la comprensión de que tengo algún conocimiento, algo de experiencia en la vida y la *sádhana* que podría ser útil para otros.

También he llegado a entender que llevo alguna responsabilidad por el aprendizaje y el desarrollo de otros en el sendero de Siddha Yoga. Como niña y adulta joven en este sendero, recibí mucho. He aprendido mucho, antes que nada, de Gurumayi, y también de mis propios mentores. Es simplemente natural, simplemente apropiado, que yo también haga mi parte.

Es más, aunque puedo *pensar* que estoy educando a otros, he descubierto que, de hecho, estoy recibiendo mucho de mis aprendices, ¡tal vez más de lo que ellos reciben de mí! Mi cerebro se estimula. Mi mente se abre a mayores posibilidades. Soy capaz de percibir, con el ojo del corazón, horizontes nuevos y

más expansivos. Al elaborar sobre este tema, escribí acerca de cómo, reunirse gente joven y mayor, es una tarea en donde todos ganan. Sin sombra de duda, esta ha sido mi experiencia.

Make a Plan (MAP)

Haz un plan (MAP = Mapa)

En la séptima entrega reflexionamos sobre lo que Gurumayi enseñó acerca de prepararse para el *sátsang* de Siddha Yoga. Escribí sobre *hacer un plan* antes de participar en el *sátsang*; es decir, identificar con antelación los aspectos específicos del *sátsang* a los que deseamos prestar una atención especial. Podemos hacer que esto nos resulte divertido, formateando nuestro plan en la manera que queramos, ya sea con una lista, un dibujo o un mapa mental. Comoquiera que hagamos este ejercicio, la idea es que nos prepare para estar aún más atentos a los diferentes elementos del *sátsang*.

Ahora bien, ¿cuándo comienza el *sátsang* realmente? Esta es una pregunta sobre la que he estado reflexionando desde que revisé las enseñanzas de Gurumayi acerca de la preparación. Podríamos recibir una invitación para participar en un *sátsang*, y esa invitación nos dirá a que hora está programado que el *sátsang* comience. Pero en un nivel, supongo, más *atmosférico*, siento como si ya estuviéramos en el *sátsang* en cuanto comenzamos nuestra preparación. Nuestras mentes están sintonizándose con los temas del *sátsang*, con su espíritu y energía particulares. Nuestro cuerpo se está alistando para estar en la Sala Universal de Siddha Yoga.

Cuando hablamos de un evento programado, entonces sí, un *sátsang* tiene horas definidas para empezar y para terminar. En un sentido más amplio, sin embargo, cuando hablamos de *sátsang* con nuestro Guru, esa es una experiencia continua. A decir verdad, nunca comienza y nunca acaba. Cuando piensas en el Guru, estás en *sátsang* con el Guru. Estás experimentando el *darshan* del Guru. El *sátsang* no tiene paredes, ni ventanas, ni puertas. Trasciende el espacio. Está más allá del tiempo.

Radiant as Yourself (RAY)

Radiante como tú (RAY = Rayo)

En la octava entrega de “Meditación en las palabras de Gurumayi”, hemos recordado la enseñanza de Gurumayi de que todos estamos destinados a ser la luz de Dios. Que todos *somos* la luz de Dios. De algún modo recobré la compostura del charco en que me había convertido después de escuchar estas palabras, y compartí con ustedes cómo Gurumayi frecuentemente ha comparado a cada persona con un *kiran*, un rayo, de la luz de Dios.

Al pensar en esto de nuevo, recuerdo otra enseñanza icónica de Gurumayi. En la conclusión de muchos *sátsangs* e Intensivos de Shaktipat, Gurumayi les decía a todos que la luz que habían experimentado la llevaran de regreso a casa, a las comunidades donde vivían. Creo que por ahora esta es la nota justa para terminar, al concluir esta “Meditación en las palabras de Gurumayi”. Lo hago con un corazón feliz, sabiendo que lo que he escrito puede haber servido como un escalón para tu *sádhana* y que puede animarte a continuar con tu propia meditación en las palabras de Gurumayi. Les extiendo, una y otra vez, mi gratitud sincera por su compromiso con mi escritura.

