

Perguntas e Respostas Sobre a Prática de Dakshina Siddha Yoga

com Swami Indirananda

Sendo uma Swami de Siddha Yoga e uma professora de meditação que conduz sessões de aprendizado sobre *dakshina*, tive oportunidade de conversar sobre esta prática com Siddha Yogues de todas as idades e de todas as partes do mundo. Estou muito satisfeita em poder compartilhar minhas respostas a algumas das perguntas que me fizeram nessas sessões de aprendizado e conversas ao longo dos anos.

- Por que *dakshina*, fazer uma oferenda monetária, é uma prática de Siddha Yoga?
- Que tipo de transformação a prática de *dakshina* promove na *sadhana* de Siddha Yoga?
- Parece mais fácil reconhecer os benefícios que eu experiencio com as minhas práticas de meditação e canto, do que perceber os benefícios de oferecer *dakshina*. Como posso me conscientizar mais sobre os benefícios desta prática na minha vida?
- Observo páginas dedicadas à deusa Lakshmi no site do caminho de Siddha Yoga na sessão sobre a prática de *dakshina*. Qual é a relação entre a deusa Lakshmi e a prática de *dakshina*?
- Leio no site do caminho de Siddha Yoga que *dakshina* é o foco de nossos estudos e práticas durante o mês de Gurupurnima. Qual é a importância especial de oferecer *dakshina* durante Gurupurnima?
- A quantia que eu ofereço como *dakshina* faz diferença, ou o sentimento com o qual eu ofereço é mais importante?

- Acabei de me formar na escola e comecei meu primeiro emprego, e eu gostaria de começar uma Prática Mensal de Dakshina Siddha Yoga. É melhor eu começar minha prática mensal agora ou é melhor esperar até eu poder oferecer mais?
- Eu faço a Prática Mensal de Dakshina e me programei para fazer os pagamentos automaticamente a partir da minha conta bancária. Às vezes sinto como se a minha prática estivesse no “piloto automático”. Como posso infundir maior percepção à minha prática regular de *dakshina*?
- Gostei muito de apresentar as práticas de meditação e canto para os meus filhos. Você tem alguma sugestão de como lhes apresentar a prática de *dakshina*?
- Quando ofereço *dakshina* no Ashram ou no Centro de Meditação Siddha Yoga, eu vivencio a *shakti* da prática. Como posso ter esta experiência ao oferecer *dakshina* no site do caminho de Siddha Yoga?
- Eu sinto que *dakshina* é uma coisa muito pessoal. Fui educado para nunca falar de dinheiro, de forma geral. No entanto, percebi que somos encorajados a compartilhar nossas experiências das práticas de Siddha Yoga. Qual é o benefício de falar sobre a prática de *dakshina*?

Por que *dakshina*, fazer uma oferenda monetária, é uma prática de Siddha Yoga?

A prática de *dakshina* é vivificada pela graça do Guru, tal como o são todas as práticas de Siddha Yoga, e assim resulta em uma transformação profunda. Como a graça é inerente à prática, o ato de oferecer *dakshina* pode, em si mesmo, expandir seu entendimento e experiência dos profundos presentes do Guru.

Por milhares de anos, os sábios da Índia souberam e escreveram sobre a importância — e o poder místico — de oferecer alguma coisa de valor para honrar o Guru, aquele que outorga o conhecimento supremo: o conhecimento do Ser.

Para compreender por que *dakshina* é uma prática central no caminho de Siddha Yoga, considere a *quem* você está oferecendo. Você está fazendo uma oferenda para a fonte da graça, o Guru de Siddha Yoga, cujos ensinamentos conduzem você para a liberação. Através do ato sagrado de oferecer, seu coração se abre, e você começa a absorver o estado e as qualidades daquele a quem você oferece. Com o tempo, o próprio ato de oferecer *dakshina* pode levá-lo a experimentar sua unidade com Deus.

Assim, a melhor maneira de você verdadeiramente perceber por si mesmo porque oferecer *dakshina* é uma prática central neste caminho é refletir sobre a importância de ter um Guru de Siddha Yoga em sua vida. Crie o hábito de refletir sobre como você vivencia a graça e os ensinamentos do Guru — hoje, no mês passado, no ano passado, desde que você começou a trilhar o caminho de Siddha Yoga.

Conforme você começa a observar o valor inestimável daquilo que o Guru outorga, também descobre por que oferecer *dakshina* é uma parte tão importante da *sadhana* de Siddha Yoga.

Que tipo de transformação a prática de *dakshina* promove na *sadhana* de Siddha Yoga?

Dakshina, como todas as práticas de Siddha Yoga, tem o poder de purificar a mente e gerar pensamentos e atitudes edificantes sobre nós mesmos e o mundo ao nosso redor.

Com frequência as pessoas costumam me contar que praticar *dakshina* ocasionou uma mudança radical em sua compreensão sobre dinheiro e em sua atitude com relação ao trabalho que realizam no mundo.

Por exemplo, um jovem me descreveu como, ao oferecer *dakshina* com regularidade, ele começou a considerar o seu trabalho e seus rendimentos como algo sagrado. Disse que seu trabalho tem um novo significado para ele, porque agora está oferecendo ao Guru uma parte do que ganha.

Uma outra pessoa que oferece *dakshina* me contou que se livrou de um apego que tinha de sempre querer mais — mais dinheiro, mais objetos materiais, mais status, mais *tudo!* Ele disse que nunca se sentia satisfeito com sua vida, mas depois de praticar *dakshina* por um tempo, seus desejos começaram a se dissipar. Começou a perceber que o que tem em sua vida é suficiente — e que ele também é suficiente. Essa gloriosa sensação de contentamento vem acompanhada de uma maior sensação de amor e respeito por si mesmo. Ele se sente mais jovial, e isso transformou sua maneira de encarar tudo em sua vida.

Talvez a maior transformação que aconteça através dessa prática seja o reconhecimento cada vez mais profundo de Deus no interior.

Uma Siddha Yogue compartilhou que, por meio de sua prática regular de oferecer *dakshina* ao longo dos anos, ela notou uma profunda mudança em seu senso de identidade. Cada vez que faz uma oferenda, ela se sente unificando-se naquilo que é ilimitado e pleno de êxtase. Torna-se mais consciente de sua própria natureza divina, da presença do Guru em seu próprio coração. Essa experiência a inunda de paz profunda e dá à sua vida um alicerce inabalável.

A experiência dessa mulher é a expressão de uma verdade profunda. Ao oferecer *dakshina*, estamos participando de um ciclo natural de dar e receber — e estamos fazendo isso com o Guru, o poder outorgador da graça de Deus. Desta forma, ao oferecer *dakshina* ao Guru, começamos a experienciar que a oferenda, aquele que oferece e o Guru são um só.

Estas são apenas algumas das experiências que as pessoas compartilharam comigo sobre o poder transformador desta prática. Tal como acontece com

todas as práticas de Siddha Yoga, os benefícios são múltiplos e você os vivencia à sua própria maneira.

Acho maravilhoso considerar que, além dos extraordinários benefícios transformadores que experienciamos pessoalmente ao oferecer *dakshina*, esta prática beneficia inúmeros outros Siddha Yogues, assim como novos buscadores. A *dakshina* que oferecemos ao Guru é recebida pela SYDA Foundation, que direciona essas oferendas ao seu propósito central de proteger, preservar e facilitar a disseminação dos ensinamentos de Siddha Yoga em todo o mundo.

Parece mais fácil reconhecer os benefícios que eu experiencio com as minhas práticas de meditação e canto, do que perceber os benefícios de oferecer *dakshina*. Como posso me conscientizar mais sobre os benefícios desta prática na minha vida?

Quando oferecemos *dakshina* regularmente, fazemos um progresso verdadeiro em nossa *sadhana*. Quando realizamos qualquer prática de Siddha Yoga com regularidade, estamos abrindo um caminho para o Coração, para o Ser interior. Uma maneira de levar essa firmeza e consistência à nossa prática de *dakshina* é participando da Prática Mensal de Dakshina Siddha Yoga.

Como parte de uma prática regular de *dakshina*, o próximo passo seria encarar a *dakshina* conscientemente, estar presente, conscientizar-se de que esta é uma prática sagrada. Ao fazer a sua oferenda, ou no dia em que sua oferenda mensal for recebida, você pode fazer uma pausa. Por exemplo, eu gosto de me lembrar de que estou fazendo uma oferenda à fonte da graça na minha vida. E depois de fazer minha oferenda de *dakshina*, sento-me em silêncio e me pergunto: “O que estou experienciando neste momento? Qual é o efeito de oferecer *dakshina* ao meu Guru?”

Também é uma boa ideia manter um diário para registrar suas experiências de oferecer *dakshina*.

Você pode se perguntar sobre sua prática de *dakshina*:

- Que novos entendimentos e inspirações estão surgindo ao oferecer *dakshina*?
- Que mudanças estou percebendo nas minhas atitudes com relação a mim mesmo e aos outros? Que mudanças estão acontecendo em meus hábitos?
- Como estou identificando e implementando ensinamentos específicos de Siddha Yoga em minha prática de *dakshina*? Por exemplo, de que maneira o ato de oferecer *dakshina* está aumentando minha capacidade de honrar a mim mesmo e o mundo ao meu redor?

Faça perguntas a si mesmo para tornar-se mais consciente sobre os efeitos transformadores promovidos pela sua prática de *dakshina*. Tenho a impressão que ao registrar no diário o que está percebendo e experienciando, você ficará surpreso com o que vai descobrir!

Observe páginas dedicadas à deusa Lakshmi no site do caminho de Siddha Yoga na sessão sobre a prática de *dakshina*. Qual é a relação entre a deusa Lakshmi e a prática de *dakshina*?

Os Siddha Yogues honram Mahalakshmi como um aspecto da Kundalini Shakti que representa abundância, boa sorte e beleza. A deusa Lakshmi é a personificação de tudo que é auspicioso e abundante, de tudo que sustenta a existência neste planeta. Ela representa todas as formas de riqueza — riqueza interior e exterior.

Quando veneramos Mahalakshmi, descobrimos e cultivamos suas qualidades dentro de nós e as replicamos no mundo.

Honramos Mahalakshmi ao tratar toda a nossa riqueza, espiritual e material, como uma manifestação da Deusa, como algo sagrado que nos foi confiado. Cuidamos da nossa riqueza com atenção plena e com ações

dharmicas — ações que são benéficas tanto para nós quanto para todos ao nosso redor.

Quando cuidamos dos aspectos materiais e financeiros de nossa vida com respeito e responsabilidade, estamos acolhendo a presença de Mahalakshmi em nossa vida. Uma maneira de fazer isso é manter a limpeza em nosso ambiente, especialmente onde moramos e trabalhamos. Também podemos fazer isso cuidando de nosso orçamento, sem gastar além de nossos recursos.

Através da prática de oferecer *dakshina*, zelamos pelo conhecimento supremo que recebemos do Guru. Oferecer *dakshina* honra e nutre nossa conexão com o Guru — a fonte da graça em nossa vida. A prática de *dakshina* também ajuda a tornar disponíveis os ensinamentos transformadores de vida do Guru a buscadores em todos os lugares, assim elevando o mundo inteiro.

Através deste ato sagrado de oferecer *dakshina*, assumimos a perspectiva universal e a benevolência de Mahalakshmi, e nos abrimos para a paz e a alegria que advêm dessa permissão para que nossa abundância inata beneficie a todos.

Leio no site do caminho de Siddha Yoga que *dakshina* é o foco de nossos estudos e práticas durante o mês de Gurupurnima. Qual é a importância especial de oferecer *dakshina* durante Gurupurnima?

A tradição de Gurupurnima teve origem há milhares de anos com o sábio Veda Vyasa e seus discípulos, que buscavam uma maneira de expressar sua gratidão infinita ao seu Guru pelos ensinamentos e pela graça que eles havia concedido.

Oferecer *dakshina* durante Gurupurnima é significativo porque a celebração de Gurupurnima é especificamente dedicada a honrar o Guru. No ato de oferecer *dakshina*, nós — os discípulos — expressamos nosso

respeito pelo Guru e nosso reconhecimento do valor imensurável da sabedoria e da graça do Guru em nossa vida e neste planeta.

No caminho de Siddha Yoga, continuamos a tradição de Gurupurnima ao honrar os Gurus de Siddha Yoga e celebrar Gurupurnima durante todo o mês de julho. Todos os anos, o *sangham* de Siddha Yoga recebe um convite, por meio do site do caminho de Siddha Yoga, para oferecer *dakshina* de Gurupurnima.

Da mesma forma que repetir o mantra durante o Mahashivaratri é especialmente poderoso, o poder transformador de oferecer *dakshina* ao Guru é amplificado durante a celebração de Gurupurnima.

A quantia que eu ofereço como *dakshina* faz diferença, ou o sentimento com o qual eu ofereço é mais importante?

Tudo que diz respeito à maneira como oferecemos *dakshina* importa. Isto inclui a quantia e também a atitude com a qual fazemos nossa oferenda. Tal como fazemos com todas as práticas do caminho de Siddha Yoga, sempre queremos oferecer o nosso melhor.

Na palestra de David Katz “A Generosidade da Graça do Guru”, ele descreve o belo termo sânscrito *arpana* como sendo “o oferecimento do nosso melhor” ao nosso Guru — a resposta natural de nosso coração à generosidade incomparável do Guru. O que significa “oferecer o nosso melhor” quando nos engajamos na prática de *dakshina*?

Oferecer o nosso melhor pode se referir tanto à determinação do valor da nossa oferenda quanto ao sentimento com o qual a fazemos. Estamos totalmente presentes quando fazemos nossa oferenda de *dakshina*? Estamos dedicando um tempo para nos conectar com o Guru, com nosso próprio coração? Estamos oferecendo com a compreensão do nosso próprio valor e do significado da ação que estamos realizando?

Com relação ao valor, oferecemos *dakshina* de acordo com os nossos recursos. Portanto, com isso em mente, você pode se perguntar: “Considerando meus recursos financeiros e meu orçamento, qual valor representa ‘oferecer o meu melhor’ neste momento?” Você também pode planejar sua prática se perguntando: “Qual é o valor que eu gostaria de oferecer no futuro?” Manter vivo este questionamento ao se engajar na prática de *dakshina* é uma maneira de oferecer o seu melhor.

Baba e Gurumayi ensinam que o mantra, o repetidor do mantra e a deidade do mantra são um só. O mesmo ensinamento pode ser aplicado à prática de *dakshina*. Eu encaro minha própria prática de *dakshina* com essa consciência. Por exemplo, quando faço uma oferenda de *dakshina* no site do caminho de Siddha Yoga, faço com a consciência de que “Eu sou Deus. A oferenda é Deus. Aquele a quem estou oferecendo também é Deus.” Quando faço isso, imediatamente experimento uma profunda sensação de paz e felicidade dentro do meu coração. Sinto-me em unidade com meu Guru e me sinto à vontade comigo mesma. É muito poderoso.

Ao oferecer *dakshina*, considere como fazer sua oferenda com a atitude de oferecer o seu melhor. Faça experiências; tente abordagens diferentes. Traga uma nova consciência para a sua prática e observe o que acontece!

Acabei de me formar na escola e comecei meu primeiro emprego e eu gostaria de começar uma Prática Mensal de Dakshina Siddha Yoga. É melhor eu começar minha prática mensal agora ou é melhor esperar até eu poder oferecer mais?

Eu digo, comece já! Isso porque você quer aproveitar a oportunidade de se engajar nesta prática de Siddha Yoga e se permitir crescer e colher os benefícios para a sua vida e a sua *sadhana* agora mesmo. Não permita que a noção de que a quantia que você pode oferecer agora é “muito pequena” o impeça de fazer sua oferenda. Lembre-se: toda oferenda que você faz para o Guru é sagrada.

Considere sua prática de *dakshina* como uma jornada. É ótimo ter uma meta para a *dakshina*, ter o desejo de oferecer mais. Você certamente pode almejar isso. Mas não permita que o nível de sua renda atual o impeça de tornar esta prática tão essencial uma parte regular de sua *sadhana* de Siddha Yoga — e de experienciar a graça do Guru que fluirá através dela.

Eu faço a Prática Mensal de Dakshina e me programei para fazer os pagamentos automaticamente a partir da minha conta bancária. Às vezes sinto como se a minha prática estivesse no “piloto automático”. Como posso infundir maior percepção à minha prática regular de *dakshina*?

É maravilhoso que você tenha se comprometido com esta prática e que reconheça seu próprio desejo de praticar com maior consciência. Assim como acontece com todas as práticas de Siddha Yoga, aspiramos realizá-las de forma consciente para que possamos nos entregar plenamente e estar presentes para experienciar o néctar inerente a cada prática.

Eu costumo dizer que é benéfico, depois de fazer uma oferenda de *dakshina*, dedicar um momento para fazer uma pausa e reconhecer o que você está experienciando. Algumas pessoas que participam da Prática Mensal de Dakshina reservam um momento para refletir sobre esta prática no dia 20 de cada mês. Este é o dia em que o pagamento agendado de sua oferenda mensal é recebido pela SYDA Foundation.

Quando reflito sobre minha própria prática mensal, me ocorre que posso sugerir três maneiras adicionais de trazer maior consciência à sua prática de oferecer *dakshina*: observar sua atitude interior, realizar um ritual de oferenda em casa e infundir sua oferenda com uma prece ou uma intenção. Agora, deixa eu comentar um pouco mais sobre cada uma delas.

A primeira tem a ver com **a atitude ou sentimento interior**, o *bhava*, com o qual você oferece *dakshina*. Você pode aprender mais sobre a importância de oferecer com um *bhava* inspirador na exposição de Ami Bansal, “A Tradição de Dakshina”.

Uma jovem compartilhou comigo a maneira como ela traz o *bhava* da devoção para sua prática. Ela disse que, no dia 20 do mês, ela se visualiza com Gurumayi no Templo de Bhagavan Nityananda, no Shree Muktananda Ashram. Ela se conecta com seu coração e se vê oferecendo *pranam* com reverência e devoção diante da *murti* de Bade Baba. Então, com muito cuidado e amor, ela faz sua oferenda de *dakshina* e medita com seu Guru. Ela diz que isso é muito poderoso e a enche de alegria.

A segunda categoria tem a ver com o **ritual**. Esta seria uma ação que você realiza para tornar a sacralidade da prática tangível para si mesmo.

Uma outra jovem compartilhou que no dia 20 do mês ela registra em seu diário as maneiras como experienciou a graça do Guru a elevando ao longo daquele mês. Ela diz que refletir dessa forma a conecta com sua grande sorte de ter um mestre vivo, um Sadguru, em sua vida.

Alguns Siddha Yogues recitam o *Mahalakshmi Stotram* quando fazem suas oferendas mensais. Outros fazem uma caminhada na natureza. Ver a beleza e a abundância ao seu redor os inspira a refletir sobre a abundância em sua vida e sobre sua prática de oferecer *dakshina*.

Uma terceira maneira para você praticar de forma mais consciente é **infundir sua oferenda com orações, bênçãos e intenções**. Por exemplo, você pode fazer uma oferenda com a intenção de incorporar uma virtude divina tal como a gratidão, humildade ou alegria. Ou você pode infundir sua oferenda com a bênção de que pessoas em todos os lugares vão experimentar a luz do Ser.

Então, seja criativo! Pergunte a si mesmo: “De que maneiras eu gostaria de trazer maior consciência para minha prática mensal de *dakshina*?” Em seguida, coloque essas abordagens em prática e registre no diário o que você observar. Permita-se o espaço e o tempo para apreciar os benefícios dessa prática.

Gostei muito de apresentar as práticas de meditação e canto para os meus filhos. Você tem alguma sugestão de como lhes apresentar a prática de *dakshina*?

A melhor maneira de apresentar *dakshina* aos seus filhos é envolvê-los na prática de *dakshina* junto com você.

Muitos adolescentes e jovens compartilharam comigo que algumas de suas memórias mais queridas são de oferecer *dakshina* com suas famílias em um Ashram ou Centro de Meditação Siddha Yoga, ou no site do caminho de Siddha Yoga.

As crianças são doadoras por natureza. Elas sentem de uma forma inata o significado e a alegria de dar. Isso é lindamente ilustrado em “O Impulso do Coração”, um relato no site do caminho de Siddha Yoga sobre uma criança que espontaneamente faz uma oferenda a Gurumayi em um *satsang*.

Dedique um tempo para refletir sobre por que esta prática de *dakshina* é significativa para *você* e, em seguida, compartilhe sua conclusão com seu filho. Compartilhe a razão pela qual o caminho de Siddha Yoga é importante para você e a razão pela qual você se sente motivado a oferecer *dakshina*. A melhor maneira de ensinar seu filho sobre *dakshina* é conectando-se com sua própria sabedoria e experiência dessa prática.

As crianças gostam de rituais. Uma mãe compartilhou comigo como toda a sua família — o marido e os dois filhos pequenos — se aproximam do *puja* na sala de meditação em casa, oferecem *pranam* e colocam *dakshina* numa cesta no *puja*. Eles fazem uma oração juntos e, em seguida, se sentam e cantam. No final de cada mês, eles oferecem aquele valor que colocaram na cesta, e usam o formulário online no site do caminho de Siddha Yoga. Ela contou que seus filhos adoram fazer isso e passaram a entender o poder de oferecer ao Guru através deste ritual familiar.

As crianças também adoram histórias. Por exemplo, tem a história inspiradora de Satyakama Jabala, do *Chandogya Upanishad*, que você pode ler com seus filhos na exposição intitulada “A Tradição de Dakshina”, de Ami Bansal. Essa história é estudada e reencenada por crianças que participam do “Satsang para Famílias sobre a Prática de Siddha Yoga de Dakshina”.

Satsangs mensais para famílias com crianças de até 12 anos estão disponíveis nos Ashrams e Centros de Meditação Siddha Yoga em todo o mundo. Para mais informações sobre o “Satsang para Famílias sobre a Prática de Siddha Yoga de Dakshina”, entre em contato com o Departamento de Taruna Poshana enviando um e-mail para GlobalTarunaPoshana@syda.org.

Quando ofereço *dakshina* no Ashram ou no Centro de Meditação Siddha Yoga, eu vivencio a *shakti* da prática. Como posso ter esta experiência ao oferecer *dakshina* no site do caminho de Siddha Yoga?

Assim como um Ashram ou um Centro de Meditação Siddha Yoga é um ambiente sagrado, o site do caminho de Siddha Yoga também é um espaço sagrado. O site é um espaço onde Gurumayi outorga diariamente sua graça e seus ensinamentos. Na verdade, foi a iniciativa e o *sankalpa* de Gurumayi que possibilitaram a criação do site.

Ao oferecer *dakshina* no site, você pode dedicar um momento para se conscientizar da sacralidade desse ambiente e perceber a presença do Guru. Considere essa oferenda de *dakshina* como se estivesse ocorrendo durante o *darshan* em um Ashram ou um Centro de Meditação Siddha Yoga.

Certa vez uma mulher me contou que em geral era seu marido quem fazia uma oferenda de *dakshina* em nome do casal no site. Então, por ocasião de uma determinada celebração de Siddha Yoga, essa mulher decidiu fazer a oferenda pelos dois. Ela contou como ficou impressionada com o que

aconteceu em seguida: “Uma poderosa onda de energia me invadiu. Eu estava tendo *darshan*. Foi como um momento iluminador na meditação, quando, de repente, você entende algo de uma maneira totalmente nova e depois pode observar isso se propagar por toda a sua vida.”

Portanto, como pode ver, essa ação aparentemente mundana de clicar naquele botão para fazer sua oferenda, na verdade conecta você instantaneamente àquele para quem você está oferecendo.

Você pode dar outros passos para ajudá-lo a entrar neste espaço divino. Antes de fazer sua oferenda, você pode se preparar. Por exemplo, você pode fechar os olhos e fazer uma prece. Conecte-se com seu coração e seu amor pelos ensinamentos de Siddha Yoga e pelo Guru. Contemple aquilo pelo que você é grato. Então, faça sua oferenda com essa consciência.

E depois de fazer sua oferenda, sente-se em silêncio e observe o que você está experienciando em seu interior. Qual é o estado do seu coração e da sua mente? Como o seu corpo físico se sente? Esteja presente. Trazer esse tipo de consciência para sua prática de *dakshina* pode na verdade transformar a maneira como você se envolve com o site do caminho de Siddha Yoga de forma geral. Você vai começar a reconhecer como ele é permeado pela *shakti* do Guru e como cada ensinamento está lá para levar cada um de nós a experimentar nosso próprio Ser divino.

Eu sinto que *dakshina* é uma coisa muito pessoal. Fui educado para nunca falar de dinheiro, de forma geral. No entanto, percebi que somos encorajados a compartilhar nossas experiências das práticas de Siddha Yoga. Qual é o benefício de falar sobre a prática de *dakshina*?

Aqui, quero fazer uma distinção entre compartilhar detalhes sobre suas finanças pessoais e falar sobre sua experiência de oferecer *dakshina* como uma prática no caminho de Siddha Yoga. Quando falamos sobre *dakshina*, estamos compartilhando a experiência que temos ao oferecer ao Guru, a

fonte da graça em nossa vida, e como fomos transformados por meio dessa prática. Há muitos motivos para isso.

Você pode ter lido alguns compartilhados de Siddha Yogues sobre suas experiências ao praticar *dakshina*, que você pode encontrar nas páginas que tratam de *dakshina* no site do caminho de Siddha Yoga. Esses compartilhados são tão inspiradores! Muitos Siddha Yogues me contaram que ler os compartilhados de outras pessoas expande sua compreensão e experiência da prática e lhes proporciona novas maneiras de oferecer *dakshina* com frescor e vigor.

Você já percebeu que quando ama alguma coisa você quer contar para os outros sobre aquilo? Eu já! E quando você fala sobre *dakshina*, sobre o que você está falando, de fato? Está expressando seu apreço pelo caminho de Siddha Yoga. Está se conectando com outras pessoas sobre este tema tão inspirador. Tenho a impressão de que você vai gostar! Além disso, conversar com outras pessoas sobre suas experiências com as práticas de Siddha Yoga pode ajudá-lo a descobrir novos entendimentos dentro de si mesmo. Às vezes, você só se dá conta de algum grande benefício que recebeu quando se esforça para expressar esse presente em palavras. Essa é a magia de compartilhar nossas experiências.

E quando articulamos nossas experiências, por meio desse mesmo ato estamos disseminando, para os outros, nosso conhecimento e entusiasmo pela filosofia e cultura de Siddha Yoga. Sempre que somos verdadeiramente inspirados por algo, nossa inspiração toca os outros e os abre para novas possibilidades. Quando mantemos nossa convicção sobre o que é grandioso falando sobre isso, nós espalhamos a luz e criamos mudanças positivas no mundo.

Eu encorajo todos vocês, que leram estas perguntas e respostas, a compartilhar suas experiências através do link "[Click to Share Your](#)

Experience” (“Clique aqui para compartilhar sua experiência”) abaixo, para continuar essa conversa sobre a prática de Siddha Yoga da *dakshina*.

É realmente uma alegria compartilhar com vocês meu amor por esta prática que fez tanta diferença na minha vida e na minha *sadhana*.

Desejo felicidades a todos, conforme vocês embarcam em sua jornada de descoberta na prática de *dakshina*.

Para informações adicionais sobre maneiras de se engajar na prática de *dakshina*, leia as Perguntas Frequentes sobre a Prática de Dakshina Siddha Yoga.

