

Swami Indirananda responde preguntas sobre la práctica de *dákshina* en Siddha Yoga

Como swami de Siddha Yoga y profesora de meditación que imparte sesiones de aprendizaje acerca de la *dákshina*, he tenido la oportunidad de conversar sobre esta práctica con siddha yoguis de todas las edades y de todo el mundo. Me da gusto compartir mis respuestas de algunas de las preguntas que me han planteado en esas sesiones de aprendizaje y conversaciones a lo largo de los años.

1. ¿Por qué la *dákshina*, hacer una ofrenda monetaria, es una práctica de Siddha Yoga?
2. ¿Qué tipo de transformación produce la práctica de *dákshina* en la *sádhana* de Siddha Yoga?
3. Me resulta más fácil reconocer los beneficios que experimento de mis prácticas de meditación y canto que percibir los beneficios de ofrecer *dákshina*. ¿Cómo puedo ser más consciente de los beneficios de esta práctica en mi vida?
4. Observo que hay páginas dedicadas a la Diosa Lakshmi en la sección sobre la práctica de *dákshina*, en el sitio web del sendero de Siddha Yoga. ¿Cuál es la relación entre la Diosa Lakshmi y la práctica de *dákshina*?
5. Leí en el sitio web de Siddha Yoga que la *dákshina* es un enfoque de estudio y práctica durante el mes de Gurupúrnima. ¿Cuál es el significado especial de ofrecer *dákshina* durante Gurupúrnima?
6. ¿Importa la cantidad de *dákshina* que ofrezco o es más importante el sentimiento con el que la ofrezco?
7. Acabo de graduarme de la escuela y comencé mi primer trabajo, y me gustaría iniciar una Práctica mensual de Dákshina de Siddha Yoga. ¿Es mejor empezar mi práctica mensual ahora o esperar hasta poder ofrecer más?

8. Tengo una Práctica mensual de Dákshina y he programado pagos automáticos desde mi cuenta bancaria. A veces siento que mi práctica funciona “en piloto automático”. ¿Cómo puedo ser más consciente de mi práctica regular de *dákshina*?
9. He disfrutado al introducir a mis hijos en las prácticas de meditación y canto. ¿Tienes alguna sugerencia sobre cómo introducirlos en la práctica de *dákshina*?
10. Cuando ofrezco *dákshina* en un áshram o centro de meditación de Siddha Yoga, experimento la *shakti* de la práctica. ¿Cómo puedo tener esta experiencia al ofrecer *dákshina* en el sitio web del sendero de Siddha Yoga?
11. Siento que la *dákshina* es algo muy personal. Me educaron para no hablar de dinero en general. Sin embargo, he notado que se nos anima a compartir nuestras experiencias de las prácticas de Siddha Yoga. ¿Cuál es el beneficio de hablar sobre la práctica de *dákshina*?

1. ¿Por qué la *dákshina*, hacer una ofrenda monetaria, es una práctica de Siddha Yoga?

La práctica de *dákshina*, como todas las prácticas de Siddha Yoga, toma vida por la gracia del Guru, y por lo tanto produce una profunda transformación. Dado que la gracia es inherente a la práctica, el acto de ofrecer *dákshina* puede, en sí mismo, ampliar tu comprensión y experiencia de los profundos dones del Guru.

Durante miles de años, los sabios de la India han sabido y escrito acerca de la importancia y el poder místico de ofrecer algo de valor para honrar al Guru, quien otorga el conocimiento supremo: el conocimiento del Ser.

Para comprender por qué la *dákshina* es una práctica fundamental en el sendero de Siddha Yoga, piensa a *quién* la estás ofreciendo. Haces una ofrenda a la fuente de la gracia, el Guru de Siddha Yoga, cuyas enseñanzas te llevan a la liberación. Mediante el acto sagrado de ofrecer, tu corazón se abre y comienzas a

absorber el estado y las cualidades de aquel a quien le haces tu ofrenda. Con el tiempo, el mismo acto de ofrecer *dákshina* puede llevarte a experimentar tu unión con Dios.

Así que, la mejor forma de comprender por ti mismo por qué ofrecer *dákshina* es una práctica fundamental en este camino, es reflexionar acerca de la importancia de tener al Guru de Siddha Yoga en tu vida. Haz que se vuelva un hábito reflexionar sobre cómo experimentas la gracia y las enseñanzas del Guru, hoy, el mes pasado, este último año, desde que comenzaste a recorrer el sendero de Siddha Yoga.

A medida que comiences a ver el incalculable valor de lo que el Guru otorga, descubrirás por qué ofrecer *dákshina* es una parte tan importante de la *sádhana* de Siddha Yoga.

2. ¿Qué tipo de transformación produce la práctica de *dákshina* en la *sádhana* de Siddha Yoga?

La *dákshina*, como todas las prácticas de Siddha Yoga, tiene el poder de purificar la mente y generar pensamientos y actitudes enaltecidos acerca de nosotros mismos y sobre el mundo que nos rodea.

Con frecuencia, la gente me comenta que la *dákshina* ha generado un cambio radical en su comprensión acerca del dinero y en su actitud hacia el trabajo que realizan en el mundo.

Por ejemplo, un joven me contó que al ofrecer *dákshina* regularmente, comenzó a considerar su trabajo y sus ingresos como algo sagrado. Dijo que su trabajo adquirió un nuevo significado para él porque ahora ofrece una parte de sus ganancias al Guru.

Otra persona que practica *dákshina* me compartió que ha dejado el apego a querer siempre más: más dinero, más objetos materiales, más estatus, ¡más *de todo*! Expresó que nunca se sentía satisfecho con su vida, pero después de

practicar *dákshina* durante un tiempo, sus deseos comenzaron a disiparse. Empezó a ver que lo que tiene en la vida es suficiente, y que él también es suficiente. Esta gloriosa sensación de satisfacción viene acompañada de un mayor amor y respeto por sí mismo. Se siente alegre, y esto ha transformado su perspectiva acerca de los distintos aspectos de su vida.

Quizá la mayor transformación que se produce por medio de esta práctica es el reconocimiento cada vez más profundo de Dios en el interior.

Una siddha yogui compartió que mediante su práctica regular de ofrecer *dákshina* a lo largo de los años, ha notado un profundo cambio en su sentido de identidad. Cada vez que hace una ofrenda, siente que se funde con aquello que es ilimitado y dichoso. Se vuelve más consciente de su propia naturaleza divina, de la presencia del Guru en su corazón. Esta experiencia la inunda de profunda paz y le da a su vida una base estable.

La experiencia de esta mujer es la expresión de una profunda verdad. Al ofrecer *dákshina*, participamos en un ciclo natural de dar y recibir, y lo hacemos con el Guru, el poder otorgador de gracia de Dios. De esta manera, al ofrecer *dákshina* al Guru, comenzamos a experimentar que la ofrenda, quien la ofrece y el Guru son todos uno.

Estas son solo algunas de las experiencias que las personas han compartido conmigo sobre el poder transformador de esta práctica. Como con cualquier práctica de Siddha Yoga, los beneficios son múltiples y los experimentarás a tu manera.

Me parece maravilloso pensar que, además de los extraordinarios beneficios transformadores de vida que personalmente experimentamos al ofrecer *dákshina*, esta práctica también beneficia a innumerables siddha yoguis y nuevos buscadores. La *dákshina* que ofrecemos al Guru es recibida por la Fundación SYDA, que destina estas ofrendas a su propósito fundamental de proteger, preservar y facilitar la diseminación de las enseñanzas de Siddha Yoga en todo el mundo.

3. Me resulta más fácil reconocer los beneficios que experimento de mis prácticas de meditación y canto que percibir los beneficios de ofrecer *dákshina*. ¿Cómo puedo ser más consciente de los beneficios de esta práctica en mi vida?

Cuando ofrecemos *dákshina* con regularidad, logramos un progreso real en nuestra *sádhana*. Al realizar cualquier práctica de Siddha Yoga con regularidad, forjamos un camino hacia el Corazón, hacia el Ser interior. Una manera de aportar esta firmeza y consistencia a nuestra práctica de *dákshina* es participando en la Práctica mensual de *Dákshina* de Siddha Yoga.

Como parte de una práctica regular de *dákshina*, el siguiente paso sería abordar la *dákshina* conscientemente, al estar presentes y darnos cuenta de que es una práctica sagrada. Puedes hacer una pausa mientras haces tu ofrenda o el día que es recibida tu ofrenda mensual. Por ejemplo, a mí me gusta ser consciente de que estoy haciendo una ofrenda a la fuente de gracia en mi vida. Después de ofrecer *dákshina*, me siento en silencio y me pregunto: "¿Qué estoy experimentando ahora mismo? ¿Cuál es el efecto de ofrecer *dákshina* a mi Guru?".

También es buena idea llevar un diario para articular tus experiencias al ofrecer *dákshina*.

Puedes hacerte preguntas acerca de tu práctica de *dákshina*:

- ¿Qué nuevos entendimientos e inspiraciones surgen al ofrecer *dákshina*?
- ¿Qué cambios percibo en mi actitud hacia mí mismo y hacia los demás?
¿Qué cambios se están produciendo en mis hábitos?
- ¿Cómo me relaciono con enseñanzas específicas de Siddha Yoga y cómo las estoy implementando en mi práctica de *dákshina*? Por ejemplo, ¿cómo, al ofrecer *dákshina* se incrementa mi capacidad de honrarme a mí mismo y al mundo que me rodea?

Hazte preguntas para que te vuelvas más consciente de los efectos transformadores de tu práctica de *dákshina*. Me imagino que al escribir en tu

diario acerca de lo que observas y experimentas, te vas a sorprender de lo que descubras.

4. Observo que hay páginas dedicadas a la Diosa Lakshmi en la sección sobre la práctica de *dákshina*, en el sitio web del sendero de Siddha Yoga. ¿Cuál es la relación entre la Diosa Lakshmi y la práctica de *dákshina*?

Los siddha yoguis honran a Mahalakshmi como un aspecto de la Kundalini Shakti, que representa la abundancia, la buena fortuna y la belleza. La Diosa Lakshmi es la encarnación de todo lo auspicioso y generoso, de todo lo que sustenta la existencia en esta tierra. Ella es cada forma de riqueza: riqueza interior y riqueza exterior.

Cuando veneramos a Mahalakshmi, descubrimos y cultivamos sus cualidades en nuestro interior y las aportamos al mundo.

Honramos a Mahalakshmi al considerar toda nuestra riqueza, espiritual y material, como una manifestación de la Diosa, como algo sagrado que nos ha sido confiado. Cuidamos nuestra riqueza conscientemente y con acciones dhármicas, acciones que son beneficiosas tanto para nosotros como para quienes nos rodean.

Cuando abordamos los aspectos materiales y financieros de nuestra vida con respeto y responsabilidad, damos la bienvenida a la presencia de Mahalakshmi. Una manera de lograrlo es manteniendo la limpieza en nuestro entorno, especialmente donde vivimos y trabajamos. También podemos lograrlo controlando nuestro presupuesto y no gastar más de lo que tenemos.

Mediante la práctica de ofrecer *dákshina*, cuidamos el conocimiento supremo que hemos recibido del Guru. Ofrecer *dákshina* honra y nutre nuestra conexión con el Guru, la fuente de gracia en nuestra vida.

Dákshina también ayuda a que las enseñanzas del Guru, transformadoras de vida, estén disponibles para los buscadores en todas partes, elevando así al mundo entero.

Mediante este acto sagrado de ofrecer *dákshina*, asumimos la perspectiva universal y la benevolencia de Mahalakshmi, y nos abrimos a la paz y la alegría que surgen al permitir que nuestra abundancia innata beneficie a todos.

5. Leí en el sitio web de Siddha Yoga que la *dákshina* es un enfoque de estudio y práctica durante el mes de Gurupúrnima. ¿Cuál es el significado especial de ofrecer *dákshina* durante Gurupúrnima?

La tradición de Gurupúrnima se originó hace miles de años con el sabio Veda Vyasa y sus discípulos, quienes buscaban una manera de expresar su infinita gratitud a su Guru por las enseñanzas y la gracia que les había otorgado.

Ofrecer *dákshina* durante Gurupúrnima es significativo porque la celebración de Gurupúrnima está específicamente dedicada a honrar al Guru. En el acto de ofrecer *dákshina*, nosotros, los discípulos, expresamos nuestro respeto por el Guru y nuestro reconocimiento del inmensurable valor de la sabiduría y gracia del Guru en nuestra vida y en esta tierra.

En el sendero de Siddha Yoga, continuamos la tradición de Gurupúrnima al honrar a los Gurus de Siddha Yoga, celebrando Gurupúrnima durante todo el mes de julio. Cada año, el *sangham* de Siddha Yoga recibe una invitación, por medio del sitio web del sendero de Siddha Yoga, para ofrecer *dákshina* en Gurupúrnima.

Así como repetir el mantra durante Mahashivaratri es especialmente poderoso, el poder transformador de ofrecer *dákshina* al Guru se magnifica durante la celebración de Gurupúrnima.

6. ¿Importa la cantidad de *dákshina* que ofrezco o es más importante el sentimiento con el que la ofrezco?

Todo en la forma en que ofrecemos *dákshina* importa. Esto incluye tanto la cantidad como la actitud con la que la ofrendamos. Como en todas las prácticas del sendero de Siddha Yoga, siempre queremos ofrecer lo mejor de nosotros.

En su charla "La generosidad de la gracia del Guru", David Katz describe el hermoso término sánscrito *arpana* como "ofrecer lo mejor de nosotros" a nuestro Guru, la respuesta natural de nuestro corazón a su generosidad incomparable. ¿Qué significa "ofrecer lo mejor de nosotros" cuando nos comprometemos con la práctica de *dákshina*?

Ofrecer lo mejor de nosotros puede referirse tanto a determinar la cantidad de nuestra ofrenda como al sentimiento con el que la hacemos. ¿Estamos plenamente presentes al ofrecer *dákshina*? ¿Nos tomamos el tiempo para conectar con el Guru, con nuestro propio corazón? ¿Estamos ofreciendo con una comprensión de nuestro propio valor y del significado de la acción que realizamos?

En cuanto a la cantidad, ofrecemos *dákshina* de acuerdo con nuestros medios. Con esto en mente, puedes preguntarte: "Considerando mis recursos financieros y mi presupuesto, ¿qué cantidad representa 'ofrecer lo mejor de mí' ahora?". También puedes planificar tu práctica preguntándote: "¿Qué cantidad me gustaría ofrecer en el futuro?". Mantener esta indagación activa al comprometerte con esta práctica es una forma de ofrecer lo mejor de ti.

Baba y Gurumayi enseñan que el mantra, quien lo repite y la deidad del mantra son uno. Esta misma enseñanza se puede aplicar a la práctica de *dákshina*. Yo abordo mi propia práctica de *dákshina* con esa conciencia. Por ejemplo, cuando ofrezco *dákshina* en el sitio web del sendero de Siddha Yoga, mantengo la conciencia de "Yo soy Dios. La ofrenda es Dios. Aquel a quien ofrezco también es Dios". Cuando hago esto, inmediatamente experimento una profunda sensación de paz y felicidad en mi corazón. Me siento una con mi Guru y me siento cómoda conmigo misma. Es muy poderoso.

Al ofrecer *dákshina*, considera en cómo hacer tu ofrenda con la actitud de ofrecer lo mejor de ti. Experimenta; prueba diferentes enfoques. ¡Trae una nueva conciencia a tu práctica y observa lo que sucede!

7. Acabo de graduarme de la escuela y comencé mi primer trabajo, y me gustaría iniciar una Práctica mensual de Dákshina de Siddha Yoga. ¿Es mejor empezar mi práctica mensual ahora o esperar hasta poder ofrecer más?

Yo diría, ¡empieza ya! Esto se debe a que querrás aprovechar la oportunidad de participar en esta práctica de Siddha Yoga y permitirte crecer y cosechar los beneficios para tu vida y tu *sádhana* ahora mismo. No dejes que te impida hacer tu ofrenda la idea de que la cantidad que puedes ofrecer es "demasiado pequeña". Recuerda: cada ofrenda que haces al Guru es sagrada.

Considera tu práctica de *dákshina* como un viaje. Es excelente tener una meta para la *dákshina*, tener el deseo de ofrecer más. Sin duda, puedes aspirar a eso. Pero no dejes que el nivel de tus ingresos actuales te impida hacer de esta práctica fundamental una parte habitual de tu *sádhana* de Siddha Yoga y experimentar la gracia del Guru que fluirá por medio de ella.

8. Tengo una Práctica mensual de Dákshina y he programado pagos automáticos desde mi cuenta bancaria. A veces siento que mi práctica funciona "en piloto automático". ¿Cómo puedo ser más consciente de mi práctica regular de *dákshina*?

Es maravilloso que te hayas comprometido con esta práctica y que reconozcas tu propio deseo de practicar con mayor conciencia. Al igual que con todas las prácticas de Siddha Yoga, aspiramos a realizarlas conscientemente para poder entregarnos plenamente y estar presentes para experimentar el néctar inherente a cada práctica.

Suelo decir que, después de hacer una ofrenda de *dákshina*, es beneficioso tomarse un momento para reflexionar y reconocer lo que estás experimentando. Algunas personas que participan en la Práctica Mensual de Dákshina se toman un momento para reflexionar sobre esta práctica el día 20 de cada mes. Este es el día en que la Fundación SYDA recibe el pago automático de su ofrenda mensual.

Al reflexionar sobre mi propia práctica mensual, se me ocurre sugerir tres maneras adicionales de brindar mayor conciencia a tu práctica de ofrecer *dákshina*: prestar atención a tu actitud interior, realizar rituales e impregnar la ofrenda con una oración o intención. Ahora, permítanme exponer un poco más acerca de cada una de ellas.

La primera tiene que ver con la actitud o sentimiento interior, el *bhava*, con el que ofreces *dákshina*. Puedes aprender más sobre la importancia de ofrecer con un *bhava* inspirador en la exposición de Ami Bansal "La tradición de Dákshina".

Una joven compartió conmigo la manera en la que incorpora el *bhava* de la devoción a su práctica. Comentó que el día 20 del mes se visualiza con Gurumayi en el Templo de Bhagavan Nityananda, en Shree Muktananda Ashram. Se pone en contacto con su corazón y se ve ofreciendo *pranam* con reverencia y devoción frente a la *murti* de Bade Baba. Después, con gran cuidado y amor, hace su ofrenda de *dákshina* y medita con su Guru. Dice que esto le resulta muy poderoso y la llena de alegría.

La segunda categoría se relaciona con el ritual. Este podría ser una acción que realizas para hacer tangible lo sagrado de la práctica para ti.

Una joven compartió que el día 20 de cada mes escribe en su diario las formas en que ha experimentado la gracia del Guru enalteciéndola durante el último mes. Dice que reflexionar sobre esto la conecta con su gran fortuna de tener un maestro vivo, un Sadguru, en su vida.

Algunos siddha yoguis recitan el *Mahalakshmi Stotram* cuando hacen su ofrenda mensual. Otros dan un paseo por la naturaleza. Ver la belleza y la abundancia que los rodea los inspira a reflexionar sobre la abundancia en sus vidas y en su práctica de ofrecer *dákshina*.

Una tercera manera de practicar de forma más consciente es impregnar tu ofrenda con tus oraciones, bendiciones e intenciones. Por ejemplo, puedes hacer una ofrenda con la intención de encarnar una virtud divina como la gratitud, la humildad o la alegría. O podrías infundir en tu ofrenda la bendición de que personas de todo el mundo experimenten la luz del Ser.

¡Así que sé creativo! Pregúntate: "¿De qué maneras me gustaría aportar mayor conciencia a mi Práctica mensual de Dákshina?". Luego, aplica estos enfoques y anota en un diario lo que observes. Date el espacio y el tiempo para apreciar los beneficios de esta práctica.

9. He disfrutado al introducir a mis hijos en las prácticas de meditación y canto. ¿Tienes alguna sugerencia sobre cómo introducirlos en la práctica de *dákshina*?

La mejor manera de introducir a tus hijos en la práctica de *dákshina* es al realizarla con ellos.

Muchos adolescentes y jóvenes me han contado que algunos de sus recuerdos más preciados son los de ofrecer *dákshina* con sus familias, en un áshram o centro de meditación de Siddha Yoga y en el sitio web de Siddha Yoga.

Los niños son generosos por naturaleza. Sienten de forma innata el significado y la alegría de dar. Esto se ilustra maravillosamente en "El Impulso del Corazón", un relato en el sitio web del sendero de Siddha Yoga sobre un niño que espontáneamente hizo una ofrenda a Gurumayi en un *sátsang*.

Date tiempo para reflexionar sobre por qué la práctica de *dákshina* es significativa para *ti* y luego compártela con tu hijo. Comparte por qué el sendero

de Siddha Yoga es importante para ti y por qué te motiva ofrecer *dákshina*. La mejor manera de enseñarle a tu hijo sobre *dákshina* es conectar con tu propia sabiduría y experiencia en esta práctica.

Los niños disfrutan de los rituales. Una madre me contó cómo toda su familia — su esposo y sus dos hijos pequeños — se acercan a su *puja* en su sala de meditación, ofrecen *pranam* y colocan *dákshina* en una canasta sobre el altar. Hacen una oración juntos y luego se sientan a cantar. Al final de cada mes, ofrecen la cantidad que depositaron en la canasta, utilizando el formato en línea del sitio web del sendero de Siddha Yoga. Ella comentó que a sus hijos les encanta hacer esto y han llegado a comprender el poder de ofrendar al Guru mediante este ritual familiar.

A los niños también les encantan las historias. Por ejemplo, hay una inspiradora historia de Satyakama Jabala del *Chandogya Upanishad*, que puedes leer con tus hijos en la exposición titulada "La tradición de Dákshina", de Ami Bansal. Esta historia es estudiada y recreada por niños que participan en el "Sátsang para familias sobre la práctica de *dákshina* de Siddha Yoga".

Se ofrecen *sátsangs* mensuales para familias con niños de doce años o menos en áshrams de Siddha Yoga y centros de meditación de todo el mundo. Para más información sobre el "Sátsang para familias sobre la práctica de *dákshina* de Siddha Yoga", ponte en contacto con el departamento de Taruna Poshana enviando un correo electrónico a: GlobalTarunaPoshana@syda.org.

10. Cuando ofrezco *dákshina* en un áshram o centro de meditación de Siddha Yoga, experimento la *shakti* de la práctica. ¿Cómo puedo tener esta experiencia al ofrecer *dákshina* en el sitio web del sendero de Siddha Yoga?

Así como un áshram o centro de meditación de Siddha Yoga es un entorno sagrado, el sitio web del sendero de Siddha Yoga también es un espacio sagrado. El sitio web es un espacio donde Gurumayi otorga su gracia y sus

enseñanzas a diario. De hecho, es la iniciativa y el *sankalpa* de Gurumayi lo que llevó a la creación del sitio web.

Al ofrecer *dákshina* en el sitio web, puedes dedicar un momento para tomar conciencia de este entorno sagrado y percibir la presencia del Guru. Realiza esta ofrenda de *dákshina* como si estuviera teniendo lugar durante el *dárshan* en un áshram o centro de meditación de Siddha Yoga.

Una mujer me contó una vez que su esposo solía ser quien hacía la ofrenda de *dákshina* en su nombre en el sitio web. Entonces, con motivo de una celebración particular de Siddha Yoga, esta mujer decidió hacer la ofrenda en nombre de los dos. Comentó que quedó maravillada con lo que sucedió a continuación: “Una poderosa oleada de energía me invadió. Estaba teniendo *dárshan*. Fue como un momento iluminador en meditación, cuando de repente comprendes algo de una manera completamente nueva y puedes ver cómo esa onda se extiende a tu vida”.

Así que, como pueden ver, la acción aparentemente mundana de hacer clic en un botón para realizar la ofrenda, los conecta instantáneamente con aquel a quien la están ofreciendo.

Puedes seguir otros pasos para entrar en este espacio divino. Antes de hacer tu ofrenda, puedes prepararte. Por ejemplo, cerrar los ojos y rezar. Conectarte con tu corazón y tu amor por las enseñanzas de Siddha Yoga y por el Guru. Contemplar aquello por lo que estás agradecido. Luego, haz tu ofrenda con esta conciencia.

Y después de hacer tu ofrenda, siéntate en silencio y observa lo que experimentas en tu interior. ¿Cuál es el estado de tu corazón y de tu mente? ¿Cómo se siente tu cuerpo físico? Permanece presente.

Incorporar esta conciencia a tu práctica de *dákshina* puede, de hecho, transformar la manera como te relacionas con el sitio web del sendero de Siddha Yoga, en general. Comenzarás a reconocer que está imbuido de la *shakti* del

Guru y cómo cada enseñanza está ahí para llevarnos a la experiencia de nuestro Ser divino.

11. Siento que la *dákshina* es algo muy personal. Me educaron para no hablar de dinero en general. Sin embargo, he notado que se nos anima a compartir nuestras experiencias de las prácticas de Siddha Yoga. ¿Cuál es el beneficio de hablar sobre la práctica de *dákshina*?

Quiero distinguir aquí entre compartir detalles sobre tus finanzas personales y hablar sobre tu experiencia al ofrecer *dákshina* como práctica en el sendero de Siddha Yoga. Cuando hablamos de *dákshina*, compartimos la experiencia que tenemos de ofrecer al Guru, la fuente de gracia en nuestra vida, y la manera como nos hemos transformado por medio de esta práctica. Hay muchas razones para hacerlo.

Tal vez has leído a algunos siddha yoguis compartir sobre sus propias experiencias al practicar *dákshina*, que puedes encontrar en el sitio web del sendero de Siddha Yoga. ¡Estos relatos son muy inspiradores! Muchos siddha yoguis me han dicho que leer las experiencias de otros amplía su propia comprensión y experiencia de la práctica, brindándoles nuevas maneras de ofrecer *dákshina* con frescura y vigor.

¿Te has dado cuenta de que cuando amas algo, quieres contárselo a los demás? ¡Yo sí! Y cuando hablas de *dákshina*, ¿de qué hablas realmente? Estás expresando tu aprecio por el sendero de Siddha Yoga. Estás conectando con otros sobre este tema tan inspirador. ¡Seguro que lo disfrutarás! Además, hablar con otros acerca de tus experiencias de las prácticas de Siddha Yoga puede ayudarte a descubrir nuevos entendimientos en tu interior. A veces, solo te das cuenta de un gran beneficio que has recibido cuando te esfuerzas por expresar ese regalo con palabras. Esta es la magia de compartir nuestras experiencias.

Y cuando articulamos nuestra experiencia, con este mismo acto estamos expandiendo hacia otros nuestro conocimiento y entusiasmo por la filosofía y la cultura de Siddha Yoga. Siempre que nos sentimos auténticamente inspirados

por algo, nuestra inspiración conmueve a otros y les abre nuevas posibilidades. Cuando nos establecemos en nuestra propia convicción sobre lo grandioso que es hablar de ello, esparcimos luz y generamos un cambio positivo en el mundo.

Animo a todos los que han leído estas preguntas y respuestas a compartir sus experiencias mediante el enlace "Haz clic aquí para compartir tu experiencia" que aparece a continuación. Esto te llevará a profundizar en la conversación sobre la práctica de *dákshina* en Siddha Yoga.

Es una verdadera alegría compartir contigo mi amor por esta práctica que ha hecho una gran diferencia en mi vida y mi *sádhana*.

Te deseo lo mejor en tu viaje de descubrimiento en la práctica de *dákshina*.

Para obtener más información sobre cómo practicar *dákshina*, lee las Preguntas Frecuentes sobre la práctica de *dákshina* en Siddha Yoga.

