Sé angelical

Namasankírtana de la tarde
Sábado 21 de marzo de 2020

Templo de Bhagavan Nityananda

En el sendero de Siddha Yoga, siempre hablo sobre la disciplina, y ahora al mundo entero se le pide adherirse a una disciplina estricta para asegurar que todos estén seguros, saludables y conscientes de los demás. Existen 195 países en este mundo, y más de 170 países, me han dicho, se han visto afectados por la nueva enfermedad. Los países que están seguros y sin afectar, que permanezcan así. Y aquellos países que han sido afectados —incluyendo el país donde estoy actualmente, incluyendo el país donde nací—, que experimenten una seguridad renovada y buena salud.

En un tono más ligero, me contaron que los introvertidos la están pasando muy bien. Así que esa es una forma de encontrar lo que funcione para ti en esta terrible situación. Es agradable tener mucho espacio, y no siempre hay una buena razón para hablar con la gente todo el tiempo. Como algunos de ustedes recordarán, a lo largo de los años he enseñado la importancia de observar silencio de manera consciente, tanto en los áshrams y durante mis Visitas de Enseñanza alrededor del mundo. De hecho, durante los retiros tanto en Shri Muktananda Áshram como en Gurudev Siddha Peeth, a la gente le encantaba usar gafetes que decían: "Estoy en silencio". A algunas personas les gustaban tanto esos gafetes que los usaban todo el tiempo que permanecían en el áshram. Ahora, no te estoy pidiendo que lleves un gafete de "Estoy en silencio"; sin embargo, puedes labrarte un tiempo durante este período para practicar silencio.

De hecho, este es un período de retiro muy largo. Aprovecha este tiempo de retiro. En vez de pensar sobre lo que te estás perdiendo afuera, crea tu propio

espacio bello, dentro de ti y en tu casa. Este es el tiempo en el que puedes hacer la intención de dejar tus "cosas", especialmente esas cosas de las que he estado diciendo que se deshagan a los miembros del staff en el Shri Muktananda Áshram. Les digo: "No me encanta ver todas esas cosas en ustedes". Así que este es un gran momento para que todos ustedes abandonen lo que no les corresponde mantener. Los seres humanos se ven afectados por cualquier cuestión insignificante. Si alguien los mira, se preocupan y se preguntan: "¿Por qué me está mirando esa persona?" Y luego, si alguien no los mira, se preocupan y se preguntan: "¿Por qué *no* me están mirando?"

Vuélvanse ángeles, porque los ángeles no se afectan tan fácilmente. Pregúntate qué pasos puedes dar para entender lo que es una actitud angelical, y cómo puedes desarrollarla. ¡Deja que *ese* bicho te atrape!. Deja que tu luz angelical resplandezca. Deja que tu actitud angelical se propague. Deja que tu conducta angelical enaltezca a otros.

Antes en este *sátsang*, dije que no tú eres responsable de lo que sientan los demás. Sin embargo, cuando te vean, permite que se sientan bien. Eso es lo que siempre pido a los miembros del staff en el Shri Muktananda Áshram: que cuando yo los vea, esté feliz de verlos. Y deseo que su comportamiento lo refleje. Sin embargo, la mayor parte del tiempo las personas tienden a actuar muy raro, y ahora que esta misteriosa enfermedad se está propagando, me han dicho que las personas actúan todavía más raro. No puedo dejar de pensar: "¿Qué es diferente ahora? ¿Por qué la gente toma esto como una razón para actuar de manera aún más extraña, cuando de todos modos ya han estado actuando raro?"

El deseo de permanecer libre de enfermedades no es solo un deseo de alivio ante los padecimientos físicos. En el sendero espiritual hablamos también de la enfermedad del *atma*, la enfermedad del alma. El *atma* es puro; sin embargo, por no reconocer la grandeza del *atma* haces cosas que no son apropiadas ni correctas.

Mi Mensaje para 2020 es *Ātmā kī Prashānti.* Cualquier cosa que esté ocurriendo

en tu interior, pon este Mensaje en el primer plano. *Ātmā kī Prashānti. Ātmā kī Prashānti. Ātmā kī Prashānti.*

La naturaleza puede ser brutal. En el mundo salvaje, los animales comen animales todo el tiempo. Sin embargo, como seres humanos, ustedes tienen intelecto, y el intelecto es muy bello. Puedes utilizar tu intelecto para hacer algo magnífico. Por eso, en vez de preguntarte "¿Qué hago con mi tiempo?", piensa en cómo puedes hacer algo bueno con este tiempo. Piensa en cómo, cuando finalmente salgas de peligro, vas a continuar rigiendo tu vida con disciplina.

En este momento, miles y miles de personas están sin empleo, o no pueden ir a sus oficinas para trabajar. Indudable y comprensivamente, este fenómeno crea preocupaciones y ansiedades indecibles. Puesto que todos están en el mismo barco, es fundamental que se den apoyo moral unos a otros. Es imperativo que cada uno descubra formas creativas de brindarse apoyo mutuamente. Muchas personas hablan de cómo les gusta ser creativas, así que ahora les pido que sean creativos. Sé creativo en las maneras en que te ayudas a ti mismo y ayudas a los demás. Sé creativo en las maneras en que recibes apoyo de otros.

Por supuesto, el corazón de las personas está llorando. Sin embargo, al encontrarse a sí mismos completamente sin ayuda, una forma en la que están buscando consuelo es señalar con el dedo a alguien que pudiera ser la causa de esta miseria. Este es un desafortunado mecanismo de defensa, buscar a quién echarle la culpa por los problemas que están ocurriendo en la vida de uno o en el mundo entero. Hay una diferencia entre determinar el origen del problema y echar la culpa de eso a los demás. Mi consejo para ti es que fortalezcas tu corazón tanto como puedas, ya que como sabes, el músculo del corazón se fortalece en tanto estás dispuesto a trabajar en hacerlo más fuerte. Y así, puedas utilizar su energía en encontrar soluciones.

Entiende que llorar y quejarte no te llevará a ningún lado. Cuando haces eso, es como si estuvieras en un carrusel del que nunca te puedes bajar. Vas vuelta y vuelta y vuelta. Se vuelve un círculo vicioso. Por eso, pule tu intelecto.

Una de las maneras en que puedes fortalecer tu corazón y pulir tu intelecto es desarrollando una actitud angelical. Piensa en cómo puedes realizar acciones angelicales. Ahora quizá te preguntes: "¿Qué es una actitud angelical?" Bueno, Sandeep Knoesel, el jefe de departamento del sitio web de la Fundación SYDA, está sentado aquí con el ensamble musical, sigue subiendo muchas, muchas enseñanzas de Siddha Yoga al sitio web del sendero de Siddha Yoga. Y entre esas enseñanzas está el Cuaderno de Estudio sobre mi Mensaje para 2020. En este Cuaderno de Estudio tienes muchas preguntas que yo hago y que tú respondes en tu diario, y puedes agregar también estas preguntas: "¿Cómo desarrollo una actitud angelical? ¿Cómo propago luz angelical?"

© 2020 SYDA Foundation®. Derechos reservados.