

Enseñanzas de Gurumayi Chidvilasananda

Sé disciplinado

Recitación de la Shri Guru Gita

Domingo 22 de marzo de 2020

Templo de Bhagavan Nityananda

Ofrecer puja a Bade Baba siempre ha sido una de mis prácticas más queridas. Y una de las cosas que he notado a lo largo de los años es que cuando tengo la intención específica de ofrecer flores y otros elementos de puja a Bade Baba, experimento muy inusitados matices y diseños y movimientos de la shakti.

Ayer por la tarde, en el sátsang titulado “Permanece en el Templo”, ofrecí a Bade Baba rosas color de rosa, en nombre de todos en la Sala Universal, después del Áрати vespertino. Cuando empecé a ofrecer esas rosas, experimenté un súbito destello de alegría en mi corazón. Sentí como si una mano divina estuviera haciendo cosquillas a los recintos interiores de mi corazón y que las partículas de luz de esa alegría vibraban suavemente en cada molécula de mi cuerpo. En ese momento de experiencia jovial, formulé la intención de que todos y cada uno de ustedes sintieran la suave mano divina abrazándolos, y que recibieran todo el apoyo que necesiten mientras navegan por estos tiempos difíciles.

Gracias por participar conmigo ofreciendo las dulces rosas rosas a nuestro adorado Bade Baba.

Ahora vamos a meditar en la forma de Bhagavan Nityananda.

Medita en Bade Baba y en las enseñanzas.

“El corazón es el centro de todos los lugares sagrados. Ve allí y recórrelo”.

Haz que esta enseñanza se manifieste.

El corazón está en dentro de ti.

La grandeza que experimentas en tu corazón,
haz que se manifieste también fuera de tu ser.

El corazón, la alegría del corazón, está dentro de ti.

Haz que se manifieste en tu mundo.

Meditas para conocer a tu propio Ser,

y luego, cuando abres los ojos,

llevas ese conocimiento adondequiera que vayas,
a cualquier cosa que hagas.

El corazón, la dulzura del corazón, está dentro de ti.

Haz que esa dulzura se manifieste.

Cuando veas personas, deja que experimenten esa misma dulzura,

tu corazón que está lleno de conocimiento y sabiduría.

Siéntete a gusto con el conocimiento que recibes desde el interior.

Confía en la sabiduría que obtienes en meditación.

Usa tus experiencias de conocimiento y de meditación,

conocimiento y sabiduría,

conocimiento y plegarias,

conocimiento e intención,

a medida que vas por tu mundo.

Lo que experimentas durante la meditación es un regalo que debes compartir con los demás.

¿Por qué digo “Ama a tu propio Ser”?

Digo “Ama a tu propio Ser” para que experimentes
el mismo amor en tu entorno.

Las emociones surgen.

Las emociones también se calman.

Las emociones corren desbocadas,
sobre todo cuando nada está bajo tu control.

Por eso, debes mantener la disciplina.

La disciplina contiene néctar.

El néctar es la verdadera medicina.

Experimenta el néctar en tu interior cuando cantas.

Experimenta el néctar en tu mente cuando lavas los platos.

Experimenta el néctar en tu corazón cuando guardas silencio.

Experimenta el néctar en tu interior cuando ofreces puja.

Experimenta el néctar en tu interior cuando ves a tus enemigos.

Experimenta el néctar en tu ser cuando se te presenta un desafío.

Recuerda: tú eres el Ser.

Tú eres el *atma*.

Ātmā kī Prashānti.

Lleva tu mente una y otra vez al refugio de *Ātmā kī Prashānti*.

Regresa, regresa y regresa.

Reinicia, reinicia y reinicia.

Renueva, renueva y renueva.

Medita en la forma nectárea de Bade Baba.

