



Construye tu propio espacio sagrado

por Swami Akhandananda

Sátsang “Permanece en el Templo”

Transmisión en vivo por video en la Sala Universal de Siddha Yoga

Sábado, 4 de abril de 2020

Namasté.

Es un gran honor para mi estar con todos ustedes en la Sala Universal de Siddha Yoga en esta tarde de sábado, o de este domingo por la *mañana*, para aquellos de ustedes que se encuentran en el hemisferio oriental. Como algunos de ustedes quizá sepan, estamos reunidos en *sátsang* en una fecha que tiene una importancia especial para muchas personas en este mundo. En la tradición cristiana, este domingo es Domingo de Ramos.

Muchos de ustedes han compartido en el sitio web del sendero de Siddha Yoga lo que han estado aprendiendo y asimilando al participar en los *sátsangs* “Permanece en el Templo” con Gurumayi. Quiero agradecerles por continuar con sus prácticas de Siddha Yoga durante estos tiempos difíciles, y por saber que pueden refugiarse en la gracia del Guru.

Quiero leerles una de las experiencias publicadas en el sitio web del sendero de Siddha Yoga:

“Participar en cada uno de estos *sátsangs* ha sido para mí una puerta de entrada para conectarme con el centro de mi ser. En este lugar soy fuerte, clara, afectuosa, comprensiva, y agradecida...reflexiono en cómo moverme desde un espacio de paz y fortaleza, y en cómo puedo

recordarme con gentileza el regresar, reiniciar, y renovar tan a menudo como sea necesario”.

Qué experiencia tan bella. Veo que todos han encontrado inspiración al escuchar las palabras de Gurumayi en los *sátsangs* “Permanece en el Templo”. Quiero agradecerles por tomar en serio las palabras de Gurumayi.

Como saben, las enseñanzas de Gurumayi son atemporales. Y en este tiempo en *particular*, el incommensurable valor de estas enseñanzas es aún más claro, es aún más evidente.

Muchos de ustedes también han compartido en el sitio web del sendero de Siddha Yoga acerca de cómo el tener el *darshan* de la radiante forma de Bade Baba ha iluminado su propio ser interior. En la presencia de Bade Baba, en su Templo, pueden sumergirse en el Mensaje de Gurumayi para este año: *Ātmā kī Prashānti*. Paz profunda del Ser.

Estoy consciente de que todos ustedes están tratando de aprovechar lo mejor de este tiempo en sus propias maneras sencillas y creativas. Quiero compartirles que, al hacerlo, están abordando la situación con un enfoque yóguico. Las escrituras de la India hablan sobre cómo los yoguis buscan ver lo mejor de una situación determinada. Los sabios del *Rig Veda* dicen esta plegaria:

“Oh Señor, que escuchemos palabras propicias con nuestros oídos;
que veamos con nuestros ojos eso que es propicio y sagrado;
que vivamos con felicidad y contentamiento
en un cuerpo saludable y fuerte;
que siempre alabemos y sirvamos al Divino
durante el tiempo que los dioses, los *devas*, nos otorguen en esta Tierra”.

En lo personal, me siento muy reconfortado al escuchar que están respondiendo a esta situación increíblemente retadora con la práctica de los diferentes recursos que han aprendido de Gurumayi para hacer surgir su propia fortaleza.

Y me alienta escuchar cómo están creando una conexión muy sólida con esa experiencia de su propia fortaleza.

En cuanto a la actual pandemia global, todos hemos recibido una dirección muy clara y firme de parte de la Organización Mundial de la Salud sobre cómo tomar medidas precautorias para asegurarnos de permanecer seguros y de mantener seguros a los demás.

En los *sátsangs* “Permanece en el Templo”, escucharon a Gurumayi decir cómo Ella y Baba Muktananda han estado, la verdad sea dicha, enseñando sobre la limpieza y la pulcritud año tras año... tras año. Por esta razón, creo que no les será tan difícil seguir las indicaciones que ha establecido la Organización Mundial de la Salud. Quizá ya estén poniendo estas medidas en práctica, ya que la limpieza y la pulcritud son parte integral de nuestro sendero.

En sus Yoga Sutras, el sabio Patánjali enseña que, sin importar cuáles sean nuestras circunstancias, siempre tenemos la capacidad de experimentar la serenidad y alegría del Ser. Esta experiencia está disponible para nosotros ahora y en el futuro.

Al reflexionar en estos *sátsangs* “Permanece en el Templo”, pienso también en cómo un templo sagrado se construye ladrillo a ladrillo, piedra a piedra. Quiero pedirles que imaginen que construyen su propio templo interior con cada práctica de Siddha Yoga que realizan, con cada reflexión que hacen sobre las enseñanzas de Siddha Yoga, y con cada enseñanza que implementan en su vida diaria.

A solicitud de Gurumayi, hace muchos años, en los 80 y 90, ofrecí *seva* en los proyectos paisajísticos tanto en Gurudev Siddha Peeth como en Shree Muktananda Ashram.

Cuando ofrecía *seva* en esas áreas me di cuenta de que completar alguno de esos proyectos llevaría, por lo menos, de tres a cinco años. Inicialmente, me impactó que no podría terminar estos proyectos de la noche a la mañana. Yo era joven y

entusiasta, emprendedor por naturaleza, y quería tener cada proyecto *terminado, terminado, terminado*, para así poder moverme al siguiente proyecto de *seva*. Sin embargo, muy pronto me di cuenta de que necesitaba ajustar mi actitud y mi percepción. Para ello tomé ciertas medidas.

La primera medida que tomé fue enfocarme en cada tarea que requería estar terminada al final de un día determinado, y reconocermé por cada avance que lograra.

Otra medida que tomé fue recordarme ser paciente. La tercera medida que tomé fue pensar a largo plazo. Y la cuarta medida fue explicar a los otros miembros del equipo lo que estaba pensando y haciendo, para que todos estuviéramos en el mismo canal.

Hice todo eso para asegurar que mi equipo y yo siguiéramos realizando un esfuerzo constante, sabiendo que este esfuerzo constante traería consigo la culminación exitosa de cada proyecto. Y he aquí que este pequeño cambio en mi actitud rindió grandes frutos.

Ahora quisiera hablarles acerca del Cuaderno de Estudio sobre el Mensaje de Gurumayi para 2020 que está en el sitio web del sendero de Siddha Yoga, y que les ayudará a construir su propio templo interior.

Asumo que muchos de ustedes se han registrado para el Cuaderno de Estudio, y que lo están tomando con seriedad y están realizando todo el esfuerzo para trabajar con las preguntas de Gurumayi.

Permítanme compartirles una breve y dulce anécdota acerca del Cuaderno de Estudio. A principios de enero, Chinmayi y Mallika Maxwell, quienes están a cargo del Cuaderno de Estudio, dijeron a uno de los escritores principales que este año las personas quizá no iban a tener tanto tiempo para seguir el Cuaderno de Estudio. Dijeron que tal vez eso debería considerarse en el diseño del Cuaderno de Estudio, y que debería haber solamente una pregunta de Gurumayi por mes.

El escritor luego compartió este plan con Gurumayi. Gurumayi dijo: “No lo creo. No me parece correcto. Porque ya sea que las personas *trabajen* o no en estas preguntas, ellas deben *recibir* mis preguntas”.

Por tanto, seguimos con el mismo plan que teníamos en 2019, donde hay una pregunta de Gurumayi por *semana* en el Cuaderno de Estudio. A menudo, la pregunta semanal viene acompañada de varias preguntas relacionadas para apoyar su exploración y estudio.

Nos alegramos de haber podido implementar la sabiduría de Gurumayi porque ahora nos damos cuenta de que muchos de ustedes sí tienen tiempo adicional para poder trabajar con las preguntas de Gurumayi del Cuaderno de Estudio sobre su Mensaje para 2020.



“Permanece en el Templo” es un regalo de Gurumayi.

Todos los sábados por la tarde, en el Horario diario del Áshram, hay un *namasankírtana*. Por lo que me da gusto saber que el regalo de Gurumayi está llegando a todos ustedes a través de la transmisión por video en vivo del *namasankírtana* de esta tarde en la Sala Universal de Siddha Yoga.

