Introducción a
Explora y estudia el Mensaje de Gurumayi para 2020

Queridos estudiantes:

¡Me da mucho gusto darles la bienvenida a cada uno de ustedes a *Explora y estudia el Mensaje de Gurumayi para 2020*!

Mi nombre es Vimarsha Campero y soy profesor de meditación Siddha Yoga y vivo en la Ciudad de México. El año pasado, supervisé *Explora y estudia el Mensaje de Gurumayi para 2019*, y tengo el gran honor de retomar este papel para el *Explora y estudia el Mensaje de Gurumayi para 2020*. Muchos de ustedes han compartido conmigo cómo las páginas en *Explora y estudia el Mensaje de Gurumayi* son un tranquilo oasis de sabiduría divina, un lugar donde se sumergen para estudiar y aplicar el Mensaje de Gurumayi para el año. ¡Me ha alentado escuchar esto y mi experiencia ha sido idéntica!

Gurumayi ha brindado su orientación sobre lo que encontrarás en las páginas de *Explora y estudia el Mensaje de Gurumayi para 2020*, desde las preguntas del Cuaderno de Estudio hasta la selección de las historias, *abhangas* y *bhajans*. Por lo tanto, al interactuar con las diversas herramientas de estudio de estas páginas, comprende que, de diversas maneras, estás recibiendo la guía y la sabiduría directas de Gurumayi.

Recursos de aprendizaje

En *Explora y estudia el Mensaje de Gurumayi para 2020*, encontrarás herramientas de estudio multifacéticas para respaldar tu estudio, práctica, asimilación e implementación del Mensaje de Gurumayi. Estas incluyen:

- ***Dulce Sorpresa* 2020**: Este es el *sátsang* del 1 de enero de 2020, en el que Gurumayi dio su Mensaje para el año. Es el enfoque central de todas las demás herramientas de estudio en estas páginas. Puedes participar en

Dulce Sorpresa una y otra vez registrándote en los paquetes de participación múltiple.

- **Cuaderno de Estudio del Mensaje de Gurumayi para 2020**: esta es una herramienta de estudio dinámica en la que Gurumayi propone preguntas, una cada semana del año, durante treinta semanas, para guiar tu estudio y práctica de su Mensaje para 2020. Cada una de las preguntas de Gurumayi en el Cuaderno de Estudio es una estrella polar para nuestra *sádhana*. Las actividades asociadas con cada una, que involucran las modalidades de expresión física, ilustración y mapas mentales, te conducirán en un proceso completo de auto-indagación.

- Participar en el Cuaderno de Estudio también te da acceso exclusivo a
    - **Un diálogo entre Guru y discípulos**: este es en forma escrita, el intercambio de preguntas y respuestas entre Gurumayi y los participantes del *sátsangs* durante *Dulce Sorpresa* el 1 de enero de 2020.
    - **Historias sobre el Mensaje de Gurumayi**: cada historia dilucida una enseñanza o tema relacionado con el Mensaje de Gurumayi. Se cuentan tanto de forma escrita como a través de narraciones habladas y acompañadas de ilustraciones.
    - ***Bhajans* y *abhangas***: esta es una colección de canciones devocionales, muchas de las cuales provienen de la propia biblioteca musical de Gurumayi. Las canciones fueron escritas por santos poetas de la India tanto en hindi (los *bhajans*) como en marathi (los *abhangas*). Estas conmovedoras canciones, interpretadas por Viju Kulkarni, ofrecen un medio que abre el corazón para explorar los temas del Mensaje de Gurumayi.

A medida que te involucres con los aspectos multifacéticos de *Explora y estudia el Mensaje de Gurumayi para 2020*, te animo a crear un calendario de estudio natural y disciplinado para respaldar tu estudio. Un principio claro que me ha funcionado bien es seguir la guía de Gurumayi para dar pasos "*pequeños,*

precisos y *programados*" hacia nuestras metas de *sádhana* elegidas. Te animo a que hagas lo mismo.

Tengo la esperanza, y es mi firme convicción, que a medida que te concentres y te esfuerces en practicar y estudiar el Mensaje de Gurumayi para 2020, descubrirás la sabiduría edificante que siempre ha residido dentro de ti y que experimentarás la serenidad.

Saludos cordiales,

Vimarsha Campero
Explora y estudia el Mensaje de Gurumayi
Editor ejecutivo

© 2020 SYDA Foundation®. Derechos reservados.