

Culminación del Cuaderno de Estudio del Mensaje de Gurumayi para 2020

26 de septiembre de 2020

Queridos estudiantes:

El 1° de enero de 2020, nos reunimos en la Sala Universal de Siddha Yoga para participar en *Dulce Sorpresa 2020* y recibir el Mensaje de Gurumayi para este año —आत्मा की प्रशान्ति, Paz profunda del Ser. ¿Recuerdas ese primer momento en que recibiste el mensaje de Gurumayi? ¿Recuerdas tu primera impresión?

Tal vez experimentaste estas palabras de manera instintiva, sintiendo su presencia palpar en tu cuerpo, o tal vez tuviste una emoción, un pensamiento o un recuerdo en particular que estas palabras provocaron. Quizá comenzaste a imaginar cómo estudiarías estas enseñanzas y cómo las llevarías a cada momento de tu vida cotidiana.

Qué gran distancia hemos recorrido desde aquellas primeras semanas de 2020. Nunca imaginamos los turbulentos días que nos esperaban, ni la fuerza, el coraje, la compasión y la firmeza que estos tiempos sin precedentes demandarían de cada uno de nosotros. Nunca imaginamos cuán profundo sería el valor del Mensaje de nuestra amada Gurumayi, brillando como un faro de luz, guiándonos durante la incertidumbre y la confusión, y recordándonos una y otra vez la fuente de paz que encontramos en el interior.

La idea de paz dentro de nuestro propio ser es una cosa; vivir constantemente desde esta fuente invariable de paz, en particular durante momentos de confusión y caos, es otra muy distinta. Para abrazar de forma verdadera y llevar el Mensaje de Gurumayi a cada aspecto de nuestra vida se requiere de un esfuerzo constante. Para guiar nuestros esfuerzos, a partir del 1° de marzo, Gurumayi nos dio una pregunta para cada semana en el formato del Cuaderno de Estudio. Quizá, al igual que nosotras, con entusiasmo diste la bienvenida a estas preguntas y las recibiste en tu hogar como una compañía divina que llega en el momento

perfecto. Tal vez, al igual que nosotras, te encontraste regresando a las palabras en las preguntas de Gurumayi, una y otra vez, como queridos amigos que te apoyan en aguas desconocidas.

Como Gurumayi enseña, el aprendizaje ocurre en los cuatro cuerpos —el físico, el intelectual, el emocional y el espiritual— y durante todo el año, te has relacionado con cada uno de estos cuerpos en tu exploración de las preguntas de Gurumayi. Has atravesado las cuatro puertas del habla, has cantado y bailado *bhajans* y *abhangas*, has escrito cartas a los santos-poetas y has trazado un mapa de cómo te rodeas de lo propicio a lo largo del día. ¡Y esto es solo por nombrar *algunas* de las actividades del Cuaderno de Estudio que has realizado!

Como escritoras del Cuaderno de Estudio, nos hemos inspirado en las ideas que ustedes han compartido. Muchos de ustedes tuvieron la oportunidad de emplear el tiempo adicional en casa para enriquecer aún más su estudio. Algunos de ustedes han trabajado en la soledad de sus hogares, mientras que otros se conectaron con otros compañeros de estudio por teléfono o en línea. Un estudiante de los Estados Unidos compartió cómo las cuatro puertas del habla se convirtieron en un mapa de cómo vivir durante la cuarentena con su familia. Al estudiar los *bhajans* y *abhangas*, una estudiante del Reino Unido compartió cómo esta música la había llevado una y otra vez al amor y la paz en su corazón. Una estudiante de Suiza compartió que dedicaba tiempo cada semana para el Cuaderno de Estudio y, mediante su compromiso, está aprendiendo a escuchar el sonido interior y a aquietar su mente.

La hoja de estudio final para 2020 se publicó el sábado 19 de septiembre. Qué viaje tan extraordinario hemos realizado juntos. Por medio de este Cuaderno de Estudio, hemos participado en la antigua tradición de preguntas y respuestas entre el Guru y el discípulo. Nos hemos sentado con Gurumayi en *sátsang*, en compañía de la Verdad. Un maestro vivo nos ha guiado a la experiencia tangible de la paz suprema. Por esto, ofrecemos nuestra más sincera gratitud a nuestra amada Gurumayi.

El Cuaderno de Estudio estará disponible en el sitio web del sendero de Siddha Yoga hasta el jueves 31 de diciembre de 2020 a las 5:00 p. m. hora estándar del este de Estados Unidos.

A continuación, te ofrecemos algunos consejos de cómo podrías continuar con tu estudio:

- Participa en *Dulce Sorpresa 2020* con tus nuevos conocimientos del Cuaderno de Estudio. *Dulce Sorpresa* estará disponible en el sitio web del sendero de Siddha Yoga hasta el lunes 30 de noviembre de 2020.
- Revisa las anotaciones que realizaste en tu diario y elige las hojas de estudio a las que te gustaría regresar.
- Escribe cualquier enseñanza o entendimiento que quisieras investigar más a fondo y elabora un plan de estudio para hacerlo.
- Reflexiona y escribe en tu diario de qué manera estas preguntas de Gurumayi han apoyado tu entendimiento del Mensaje de Gurumayi para 2020.
- Imprime las hojas de estudio y consérvelas en una carpeta.
- Comparte lo que has aprendido al estudiar con el Cuaderno de Estudio y cómo has implementado tu aprendizaje en tu vida diaria.

A medida que este Cuaderno de Estudio llega a su culminación, te invitamos a reconocer el esfuerzo constante que has dedicado a este estudio, el progreso que has logrado en tu *sádhana* y las muchas vías que has descubierto para reconocer आत्मा की प्रशान्ति, Paz profunda del Ser.

Un cordial saludo,

Chinmayi Maxwell y Mallika Maxwell

Escritoras del *Cuaderno de Estudio del Mensaje de Gurumayi para 2020*