

Domingo 20 de diciembre de 2020

Querido lector:

¡Qué año ha sido este! Ningún adjetivo en el diccionario sería suficiente para describir todo lo que ha estado ocurriendo en el mundo. Aun cuando un virus desconocido ha emboscado a toda la humanidad y ha trastocado la vida de todos, lo que también ha causado una desazón generalizada es el hecho de que no todos coinciden en su punto de vista. Incluso entre los miembros de nuestra familia y seres queridos, cada persona tiene una opinión muy distinta de lo que en verdad está sucediendo con esta pandemia que ha asolado tantas vidas.

No obstante, como siddha yoguis, todos sabemos una cosa con gran certeza: estamos dedicados a hacer de este mundo un mejor paraíso. Esto es lo que nuestra Guru, Gurumayi Chidvilasananda, nos ha enseñado una y otra vez. ¿Y cómo lo hacemos realidad? Una manera es cumpliendo con las disciplinas de la *sádhana* de Siddha Yoga.

Ayer en el *sátsang Sumérgete en Shanta-rasa*, escuchamos decir al profesor Swami Ishwarananda: ¡Nos vemos el año próximo! Swami ji dijo esto porque el *sátsang* de ayer fue la última transmisión en vivo por video de 2020.

A la luz de ello, nosotros, el Equipo de directores de *Sumérgete en Shanta-rasa*, deseamos expresar nuestras sinceras gracias a todos —tanto dentro de SYDA Foundation como en el *sangham* global de Siddha Yoga— quienes han apoyado al equipo para producir las transmisiones en vivo que se realizaron en diciembre. Qué bendición ha sido para nosotros ofrecer *seva*, y para todos ustedes participar en estos *sátsangs* durante este periodo tan duro de nuestra historia.

Sabemos cuánto has tomado en serio las enseñanzas que aprendiste y estudiaste en estos *sátsangs* en la Sala Universal de Siddha Yoga. También sabemos que has hecho el esfuerzo de aplicar lo que aprendiste. ¿Cómo lo sabemos? Porque, por

ejemplo, has escrito tus experiencias y las has enviado al sitio web del sendero de Siddha Yoga.

Queremos resaltar algunas de las experiencias que nos conmovieron al leerlas.

Después del primer *sátsang Sumérgete en Shanta-rasa*, “El poder de la respiración”, un siddha yogui de la India compartió: “Escuché cautivado la explicación de Ami Bansal sobre *shanta-rasa*, y sentí como si las palabras brotaran dentro de mí, volviéndome más ligero y alerta”.

Después del segundo *sátsang Sumérgete en Shanta-rasa*, “El poder del canto” — donde el profesor fue Saroj del Duca— un siddha yogui de Massachusetts, EE. UU., escribió: “Rezo para que todos estemos inspirados para encontrar formas creativas de mantener vivos y florecientes en nuestra vida el poder y la belleza del canto”.

Después del tercer *sátsang Sumérgete en Shanta-rasa*, “El poder de la meditación” — donde el profesor fue Pedro Sá Moraes— un siddha yogui de Hawái, EE. UU., compartió: “Sumergirme en este *sátsang* fue muy dulce y poderoso. Mientras meditaba, enfocándome en la tranquilidad interior y en la tranquilidad exterior, me sentí fortalecido en la paz. Sentí la dulzura de todos nosotros meditando juntos al mismo tiempo en todo el mundo, como si fuéramos divinos faros de amor y paz del Guru. ¡Una hermosa experiencia!”.

Después del cuarto *sátsang Sumérgete en Shanta-rasa*, “El poder de la *puja*” — donde la profesora fue Lavanya Mavillapalli— un siddha yogui de California, EE. UU., escribió: “Después de participar en ‘El poder de la *puja*’, me sentí atraído muy profundo hacia dentro”.

Después del quinto *sátsang Sumérgete en Shanta-rasa*, “El poder de las historias” — donde Isabelle Anderson fue la profesora— un siddha yogui de California, EE. UU., escribió: “Mientras escribía mi historia durante el *sátsang*,

me di cuenta de que me toca a mí decidir cómo concluye la historia. Depende de mí el definir la luz bajo la cual veo los acontecimientos que describo. Me corresponde a mí determinar cómo me siento acerca de mí y de los demás en mi historia. Me toca a mí decidir en qué me enfoco. Me di cuenta de que me cuento historias constantemente acerca de lo que veo y experimento en mi mundo. ¡Así es como creo el tejido de mi vida! Ahora puedo ver que tengo el poder de crear historias brillantes y optimistas, llenas de agradecimiento y amor por la vida, incluso si atravieso por experiencias de vida complejas. Estas historias no son ilusiones, son esperanza. Y donde tengo espacio para la esperanza, tengo espacio para una sonrisa”.

Después del sexto *sátsang Sumérgete en Shanta-rasa*, “El poder del silencio” — donde Swami Ishwarananda fue el profesor — un siddha yogui de la India compartió: “Participé junto con mis padres, y todos nos sentimos tranquilos después del *sátsang*. Cuando Swami ji explicó los significados de *shama* y *dama*, algunos pensamientos surgieron y se fundieron dentro de mí. Luego, en un momento entre pensamientos, vi ahí a Bade Baba de pie. Mi mente se aquietó, sentí serenidad y paz, y me vi a mí mismo lleno de luz”.

Queremos compartir un par más de las experiencias que disfrutamos leyendo, enviadas por siddha yoguis como tú. Esos siddha yoguis compartieron sus reflexiones sobre la serie de *sátsangs Sumérgete en Shanta-rasa*, y su gratitud por esta y por todas las transmisiones en vivo por video que se realizaron durante este año 2020.

Un siddha yogui de Kenia compartió: “La serie de *sátsangs Sumérgete en Shanta-rasa* ha sido una forma maravillosa de concluir nuestro estudio del Mensaje de Gurumayi para 2020, *Ātmā kī Prashānti*. En estos *sátsangs*, Gurumayi nos dio seis diferentes medios para abrazar ese dulce y apacible espacio interior, sin importar lo que esté ocurriendo en el mundo”.

Y un siddha yogui de Massachusetts, EE. UU., compartió: “Me sentí muy tranquilo después del *sátsang* sobre ‘El poder del silencio’. Mi mente se siente apacible. Me siento muy agradecido por el *sátsang* y por todo lo otorgado tan generosamente este año, a mí y a todos nosotros. Esta tarde se sintió como el *purmahuti* —el final perfecto— de un año que ha sido tan fuera de lo común en todos los sentidos. Para mí, 2020 fue inusual debido a la pandemia, pero también excepcional debido a la abundante riqueza que he recibido de cada *sátsang*, cada publicación en el sitio web del sendero de Siddha Yoga. Me siento muy afortunado de caminar el sendero de Siddha Yoga con Gurumayi como mi guía. Yo sé que Ella me ama. Siento que la vi sonreír, otorgándome su amor a través de la dulce y silenciosa sonrisa de Bade Baba durante el *darshan* esta tarde. La única palabra que viene a mi mente es: *Gracias*”.

Esperamos que tú también encuentres aliento y consuelo al leer las muchas experiencias que han sido publicadas este año en el sitio web del sendero de Siddha Yoga después de las transmisiones en vivo por video. Al leerlas, nos sentimos aún más inspirados para ofrecer *seva* y fortalecer nuestra *sádhana* de Siddha Yoga. Leer las experiencias también confirma nuestra conexión con la comunidad de Siddha Yoga, una comunidad de siddha yoguis que son honestos sobre la *sádhana* y sobre hacer de este mundo un mejor paraíso. Juntos, aspiramos a cumplir el deseo de Gurumayi y, juntos, trabajamos para hacerlo realidad.

Recientemente, encontramos algo que Gurumayi nos ha enseñado a menudo; se trata del término sánscrito *simhavalokana*. Este término está compuesto por dos palabras fundamentales: *simha* y *avalokana*. *Simha* significa “león”, y *avalokana* significa “observación”, “escrutinio”, “percepción” y “conocimiento”.

Simhavalokana se refiere a la postura de un león y a la manera en como se mueve un león. Cuando un león camina, se mueve hacia adelante al mismo tiempo que mira hacia atrás, analizando todo lo que está detrás y alrededor de él,

observando lo que ocurre en todas las direcciones. Un león tiene una percepción de 360 grados.

De manera similar, al acercarnos a 2021, recordemos también todo lo que hemos aprendido y estudiado en 2020, todo lo que nos ha ocurrido, y cómo lo estamos trabajando. En el sendero de Siddha Yoga, prestamos atención a la guía de Gurumayi y consideramos todos los tiempos como el tiempo de Dios.

Saludos cordiales,

Carlos del Cueto
(a nombre del Equipo de directores)
SYDA Foundation

