



19 de abril de 2013

Queridos Siddha Yoguis,

Cada 1 de enero, damos la bienvenida al Año Nuevo participando en el satsang de Una dulce sorpresa y recibiendo el Mensaje de Gurumayi, que guía nuestra sádhana a lo largo del año. ¡Qué evento tan bendito! He escuchado que muchos Siddha Yoguis disfrutaron tanto Una dulce sorpresa 2013 que participaron en ella una y otra vez.

Tuve el honor de ser el profesor en el satsang Una dulce sorpresa de este año, a petición de Gurumayi. Mi práctica del Mensaje de Gurumayi, Mantra japa, continúa revelando nuevas maravillas. La práctica de mantra japa, la repetición de las sílabas sagradas, es una dádiva para todos nosotros. Gurumayi ha dicho que esta es la práctica de Siddha Yoga más portátil: podemos repetir el mantra en cualquier lugar, en cualquier momento y experimentar el fruto de inmediato.

Durante más de dos décadas, hemos recibido el Mensaje de Gurumayi—sus enseñanzas y guía para el año—en la forma de un sutra. En sánscrito, la palabra sutra se refiere a un enunciado aforístico de conocimiento espiritual. Cuando un sutra se estudia y se contempla, expande nuestra percepción de la Verdad. Muchos de los textos clásicos de la filosofía de la India fueron escritos como una serie de sutras. Desde tiempos inmemorables, los Gurus han impartido enseñanzas a sus discípulos en esta forma.

El mensaje de Gurumayi vibra con energía viva — chaitanya shakti. ¡Qué afortunados somos! He visto cómo el Mensaje de Gurumayi inspira a los buscadores, sin importar cuánto tiempo hayan estado inmersos en la sádhana de Siddha Yoga, a caminar el sendero espiritual y seguir las enseñanzas que conducen a la realización de su propio Ser verdadero.

Espero que hayas tenido la oportunidad de ver todo el espectro de los Mensajes de Gurumayi y del Trabajo artístico del Mensaje de 1991 – 2012 presentados en el sitio web del sendero de Siddha Yoga.

A lo largo de este año estamos estudiando el Mensaje de Gurumayi, Mantra Japa. Como aprendiste en Una dulce sorpresa 2013, hay muchas maneras maravillosas de practicar mantra japa. Ahora mismo, me gustaría compartir contigo algunas de mis favoritas:

- Comienzo mi meditación con mantra japa, usando mi japa mala.
- Durante el día, cada vez que tengo oportunidad, llevo mi conciencia a la repetición del mantra en armonía con mi respiración.
- Cada noche, escribo en mi diario acerca de mi práctica de mantra japa.
- También en la noche, elijo una de las enseñanzas del Guru sobre mantra japa para estudiarla y contemplarla al día siguiente.

Encuentro que estas renovadoras prácticas diarias me conectan con mi corazón, me anclan al momento presente y me alinean de nuevo con el propósito de mi vida. Cada día al ofrecer seva, servicio desinteresado, reconozco cómo mantra japa impregna mis actividades con la energía sutil de la abundancia, la dulzura y el deleite. Me hace valorar y apreciar cada una de mis tareas de seva.

La repetición del mantra ha sido mi apoyo constante en el sendero espiritual. Me inspira mucho saber que desde que Gurumayi nos dio este año el Mensaje Mantra japa, miles de Siddha Yoguis de todas las edades están practicando mantra japa y realizando colectivamente su poder.

Quiero animarte a que prosigas tu práctica de mantra japa siguiendo los cuatro pasos esenciales que apoyan el estudio de Siddha Yoga.

Estos cuatro pasos son:

- estudiar
- practicar
- asimilar
- aplicar

Sigue la disciplina de estos cuatro pasos esenciales y tomarás conciencia de sus innumerables beneficios, tanto internos como externos.

¿Sigues aquí conmigo? ¡Magnífico! Quiero felicitarte por tu constancia. Puedes estar preguntándote, "¿Adónde me está llevando Swámiji con todo esto?" Créeme, ¡tengo algo increíble que decirte!

¡El Trabajo artístico del Mensaje de Gurumayi para Mantra japa ya está disponible para darshan en el sitio web del sendero de Siddha Yoga!

Déjame darte un consejo sobre cómo recibir el darshan del Trabajo artístico del Mensaje de Gurumayi para 2013. Para obtener el mayor beneficio de tu experiencia, dedica un mínimo de 15 minutos para hacer lo siguiente:

- Primero, compenétate con el Trabajo artístico del Mensaje.
- Luego, medita.

- Después, si tienes unos minutos adicionales, te invito a escribir en tu diario.

Haz clic aquí para entrar (log in)
y ver el Trabajo artístico del
Mensaje de Gurumayi para el 2013.

Con amor,

SWAMI AKHANDANANDA

Swami Akhandananda

Profesor de Una dulce sorpresa 2013

