

Tańcz z Cnotami, Pozwól Zabłysnąć Dobroci Serca

1 czerwiec, 2025

Drogi czytelniku,

Szczęśliwego Miesiąca *Urodzinowej Błogości*.

Gdy rozglądam się wokół ogrodów Shri Muktananda Ashram, mam wrażenie, że każdy nowy kwiat, nowa gałąź i obłok na niebie *promieniuje*. Moje oczy doświadczają uczty chłonąc niepowtarzalną urodę tego, co natura ma tu do pokazania. Moje serce raduje się odczuwaniem subtelności oddechu natury.

Zaledwie kilka dni temu, w poniedziałek 26 maja – gdy miesiąc urodzin Baby Muktanandy dobiegał końca i miesiąc urodzin Gurumayi miał się zacząć – olśniewająca tęcza rozpościerała się nad terenem Aszramu. Była niezwykle żywa w swoim kolorze, o tak głębokich odcieniach, że nie byłabym zdziwiona, gdybym zobaczyła ją na niebie jeszcze po kilku godzinach. Tęcza trwała całe 45 minut i jej następstwo – co nazwałabym „tęczowym cieniem” – było też bardzo widoczne. Przyglądałam się tej tęczy z jedną z moich przyjaciółek, która podzieliła się ze mną tym, że Gurumayi kiedyś jej powiedziała: „Nie trać swego czasu czekając na przysłowiowy kubek złota na końcu tęczy. Musisz *przebyć* drogę tęczy – i cieszyć się każdym z jej kolorów.”

A więc jesteśmy w błogim miesiącu celebracji (moim ulubionym). Właśnie zakończyliśmy *wspaniały* miesiąc świętowania. Natura to potwierdza, dwa końce tęczy, jakby w przerośni obejmują czas podobnie, jak dosłownie obejmują przestrzeń. Dobrze jest pamiętać, czego uczyła nas Gurumayi na temat świętowania na ścieżce Siddha Jogi.

Gurumayi często mówi o tym, jak na ścieżce Siddha Jogi chwytały się każdej okoliczności – czy w dniu powszednim, czy w dniach szczególnych

(jak podczas Urodzinowej Błogości) – by stworzyć atmosferę świętości. By rozpoznać i zanurzyć się w pomyślności, która zawsze pulsuje w powietrzu. Gurumayi naucza, że każdy dzień daje nam powód do świętowania. Każdy dzień należy do Boga. A więc, gdy ponownie skupimy uwagę na Bogu, gdy czcimy Guru, gdy powracamy do praktyk Siddha Jogi, sprawiamy, że czas przed nami staje się *pomyślny*. Każdy czas staje się właściwym, by oczyścić serce.

Mając na myśli tę mądrość przyjęliśmy Przesłanie Gurumayi na 2025:
Spraw, by twój czas, był wart twego czasu.

Teraz rozważmy sposoby na oczyszczenie serca.

Czy chciałbyś usłyszeć jak ja to rozumiem?

Powiem tak. Wczoraj miałam czas, by śpiewać. Dzisiaj zarezerwuję sobie czas na śpiew. Jutro znowu będę wyczekiwać śpiewu. Za tydzień będę tęsknić za tym, by śpiewać dłużej. Gdy minie miesiąc, *zdecydowanie* będę mieć świadomość jak korzystny jest dla mnie śpiew. Wciąż będę przypominać sobie poprzez powtarzanie praktyki, o tej mocy śpiewania.

W ten sposób zawsze jest czas na praktykę śpiewu. Mówiąc precyzyjniej, zawsze możesz *znaleźć* czas na śpiew. Podobnie, możesz znaleźć czas na medytację. Możesz się skupić wewnątrz, by otrzymać *darshan* Guru. Zarezerwować czas, by czytać i kontemplować nauki Guru. Możesz wykreować czas, by cieszyć się jedwabnym poczuciem ciszy. Z radością wyczekiwać spaceru z *japa mantrą*. Możesz rozważać święte pisma i modlić się o określonym czasie – lub kiedykolwiek poczujesz potrzebę. Możesz zrozumieć, że każdy czas jest dobry na ofiarowanie *dakshiny*. Możesz oddać się służbie, wiedząc, że prawdę mówiąc, nigdy nie ma *wystarczająco* czasu, by dokończyć naszą ofiarę *sewy*. To nasz szczęśliwy los.

A co z praktyką przywoływania łaski? Zdecydowanie chcielibyśmy znaleźć na to czas. Osobiście kocham wszystko co jest związane z łaską Gurumayi.

Jest zawsze obecna, ale są momenty, gdy ją szczególnie zauważamy - eteryczny zapach, który niespodziewanie nas otacza, promyk przejrzystego światła zdobiący nasze istnienie. Daj mi proszę jakąkolwiek okazję, aby przywołać łaskę Gurumayi, jestem tu dla niej.

Tak więc, co ty na to, by życzyć wszystkim jak najlepiej i wysyłać światu błogosławieństwa? Ten świat z całą swoją prostotą i osobliwością, pozorną perfekcją i sprzecznościami, jest nieuniknionym kontekstem, w którym istniejemy. Czyż nie powinniśmy wnieść swojej części? Mamy w sobie wszystko aby stworzyć bardziej harmonijny świat. Za każdym razem więc, gdy śpiewamy - medytujemy lub oferujemy sewę - możemy robić to z hojnością ducha, ze zrozumieniem, że dzielimy się ze światem owocami naszej *sadhany*.

Głównym założeniem – dla którego wspominam o tych wszystkich działaniach – jest to, byśmy *celowo* gospodarowali własnym czasem. To stało się dla mnie ważne w moim życiu. Moi rodzice zaczęli podążać ścieżką Siddha Jogi w okresie moich narodzin, jednak dopiero, gdy dorosłam stałam się osobą poszukującą we własnym zakresie. Kierowała mną potrzeba posiadania celu, by robić coś *znaczącego* z czasem, który dostałam na tej planecie. Teraz, po latach podążania ścieżką Siddha Jogi – studiowania nauk Gurumayi i otrzymania porad od wieloletnich Siddha Joginów – czuję, że zdobyłam znaczną wiedzę, czym jest mój cel. W końcu zyskałam pewność, że nie tracę mojego czasu na to, czy tamto; kieruję go ku czemuś znacznie lepszemu.

Przykładowo, coś tak znaczącego jak kultywowanie wdzięczności. Czyż nie jest to tym, co doświadczamy podążając ścieżką Siddha Jogi? Czyż nie jest to celem oczyszczania serca i sprawiania, by każda chwila stała się celebracją? Robimy to, by wydobyć doświadczenie *wdzięczności* – wdzięczności za wszystko co mamy, za wszystko co możemy zrobić, za to kim jesteśmy, za to kim jesteśmy otoczeni. Jestem wdzięczna za tak wiele rzeczy w moim życiu, szczególnie za moich rodziców, za pokazanie mi ścieżki Siddha Jogi.

Chciałabym przez moment pozostać przy cnocie wdzięczności. To, co jest intrygujące na jej temat, to to, że może pojawić się z powodu czegoś tak małego jak kropla wody lub tak wielkiego i wszechogarniającego jak oceanu. Jednakże jej *rasa* – jej esencja - pozostaje ta sama. Zachowuje tę samą potencję w obu przypadkach. Niczego nam nie brakuje, gdy doświadczamy wdzięczności, i dotyczy to także sytuacji, gdy doceniamy coś bardzo zwyczajnego, bardzo małego i ulotnego. Ponieważ, prawdę mówiąc wdzięczność prowadzi nas do najgłębszych zakamarków serca. A gdy już tam jesteśmy, w sercu, wdzięczność ukazuje nam doświadczenie boskiej miłości.

Jako uczniowie na ścieżce Siddha Jogi, obserwujemy i otrzymujemy niewypowiedzianą łaskę i błogosławieństwa od naszej Guru. Nie jest możliwe opisanie głębokości i skali tego wszystkiego, całej mnogości sposobów w jakich manifestuje się łaska Guru. Jednak jako pisarka muszę podkreślić, że najbardziej wartościowymi darami jakimi nas obdarzyła Gurumayi - pośród wielu niezastąpionych błogosławieństw są jej słowa. Jej nauki pisane, przekazane w piśmie i w mowie. W moim ostatnim liście wyjaśniłam, że nauki Guru przetrwają, są tym co ostatecznie ma znaczenie. To dzięki naukom Gurumayi przyszłe pokolenia doświadczą Jej łaski. Oczywiście to w jakim stopniu rozpoznają ją i będą czerpać z tej łaski, będzie zależeć od ich włożonego wysiłku. Jednak mając w zasięgu ręki nauki Guru – jak również doświadczenia, które zapisujemy w związku z tymi naukami – przyszłe pokolenia będą miały wystarczająco okazji nauczania się o mocy łaski Guru.

Jak wspominałam, że od połowy stycznia do końca maja tego roku, otrzymywaliśmy nauki „*W obecności czasu*” jako wsparcie naszej praktyki Przesłania Gurumayi na 2025 rok. Były dla nas bezcennym wsparciem do praktyki Przesłania Gurumayi na 2025 rok. Mimo, że jest czerwiec, letni,

imprezowy i zabawowy czas wolny, pełen różnych świąt, pamiętajmy, że nasze studiowanie nauk Siddha Jogi nie kończy się. Prawda? To nasza droga życia. Czyż nie jest to piękne?

W miesiącu Urodzinowej Błogości będziemy kontynuować studiowanie nauk o czasie i jego wartości w naszym życiu poprzez skupienie się na *sadguna vaibhava*. Boskich cnotach.

To było w 2013 roku, dwa lata po ponownym uruchomieniu strony Siddha Jogi, kiedy Gurumayi przekazała swoje nauki w formie tych cnót. Były urodzinowym darem naszej Guru dla nas, jedna każdego dnia miesiąca. Większość z nas, którzy podążają ścieżką Siddha Jogi od tego czasu studiuje te cnoty. Z roku na rok cnoty pozostają te same, co daje nam możliwość krystalizowania się ich zrozumienia. Wyjątkiem jest cnota w dniu urodzin Gurumayi 24 czerwca. Tego dnia, każdego roku Gurumayi daje nam *nową* cnotę. To urodzinowa niespodzianka – mile widziany i cudowny dodatek do skarbnicy cnót, które uczymy się kultywować.

Przez lata przeznaczałam czas, by obcować z cnotami podczas *Urodzinowej Błogości*, zaczęłam myśleć o każdej cnocie jako odrębnej ścieżce prowadzącej do i wyłaniającej się z naszych serc. Każdego dnia idziemy na pielgrzymkę do rdzenia naszej istoty, napotykać po drodze znajome i zaskakujące cechy naszego wewnętrznego krajobrazu. Czasami możemy znaleźć coś czego nie lubimy, coś co nas niepokoi. W porządku, powinniśmy znaleźć pocieszenie w rozmowie z samym sobą - powiedzieć sobie, że to jest w porządku.

Dlaczego to mówię? Ponieważ nawet w takich okolicznościach uczymy się czegoś o sobie. I *wszystko*, czego się uczymy jest pożyteczne. Wyjaśnię to dokładniej na zasadzie analogii. Jesteśmy w podróży, prawda? W tej podróży napotykamy serię kamieni milowych w rzece. Kamienie nie będą ułożone w prostej linii, prawda? Będziemy musieli wybrać, który z kamieni jest stabilny, który pominąć. W miarę, jak posuwamy się w kierunku naszego celu, musimy stale zachowywać równowagę. Szczęśliwie mamy cnoty jako

naszych najlepszych podróżnych towarzyszy. Znajdujemy się w dobrym towarzystwie.

Tak więc, wzmocnieni cnotami zbliżamy się do najgłębszego sanktuarium naszego serca. (Jako krótka dygresja, chciałabym zapytać: czy kiedykolwiek położyliście rękę na klatce piersiowej i daliście sobie uznanie, że macie dobre serce?)

Kiedy w końcu docieramy do świętej przestrzeni serca, przez chwilę rozkoszujemy się obfitością, którą tam napotkamy. Potem – idziemy dalej. Widzisz, ścieżka prowadzi dalej, jest to bezpośrednia linia z naszego serca do świata zewnętrznego. I to jest ważne, ponieważ tym sposobem nasza autentyczność, nasza szczerłość do tego, kim jesteśmy, może świecić. Zbyt często istnieje rozdźwięk między wewnętrzną dobrocią w ludzkich sercach a tym, co projektują na zewnątrz. Ale, gdy kultywujemy cnoty, to, co w nas wewnętrzne i zewnętrzne staje się spójne. Metaforyczne formy tęczy powstają dzięki przygodnej synchronizacji okoliczności – wilgoć w powietrzu napotyka promienie słoneczne, a jej świadek jest ustawiony pod odpowiednim kątem. Niebo wybucha kolorami i podziwiamy jego wspaniałość.

Słyszałam jak Gurumayi mówiła na *satsangu*, że kiedy medytuje, podejmuje świadomą intencję, by odwiedzić świątynię serca. Ona nas wszystkich zachęca do tego samego. „ To niezbędne,” mówi Gurumayi, „ byś odwiedził świątynię swego serca codziennie.”

Gdy robisz to w medytacji, odwracasz swoją uwagę od wszystkich innych rzeczy, które o nią walczą. Trzymasz na dystans – i wzmacniasz, by sobie poradzić - z wahaniem umysłu, zmiennością ludzkiego zachowania, i jakimikolwiek wiadomościami, które mogłeś otrzymać na temat okrucieństw mających miejsce w świecie.

To chodzi o to, by dać sobie ten *moment* – moment świętości, jak ten, który doświadczasz gdy zapalasz płomień świecy.

Twoja uwaga jest jedno-punktowa. W związku z tym nie jesteś rozproszony przez zwykłe obawy na temat tego, co dzieje się wokół. W tym momencie, w miarę jak wzrasta światło w twoim sercu, wszystko inne odpada. Twoje uszy nie słyszą żadnego dźwięku poza rytmem własnego oddechu. Jesteś tylko ty, cisza i płomień. To moment przepełniony łaską.

Łaska *podąży* za nami jeśli wspieramy się naukami Gurumayi i kontaktujemy się ze świątynią serca. Gdy to robimy, uświadamiamy sobie, że nie jesteśmy sami lub czegoś pozbawieni. Możemy znaleźć w sobie pocieszenie i ogromną odwagę. Możemy spostrzec naszą własną dobroć. Właściwie, gdy to piszę, czuję się zainspirowana. Chcę się zatrzymać; chcę poświęcić chwilę, by delektować się dobrocią, która przenika moje serce i serca wielu żyjących istot na tej planecie.

Przypomina mi się znany cytat z poezji Emily Dickinson: „Wieczność składa się z Teraz.” Czym jest wieczność, jeśli nie kumulacją każdej nowej chwili obecnej? Każda ulotna sekunda – każde mrugnięcie i przegapienie mini sekundy – składa się na coś rozległego. Podobnie jest z naszymi praktykami i cnotami. Ucieleśnienie danej cnoty nie polega na podejmowaniu jakichś wielkich, radykalnych działań. Raczej to zbiór wszystkich wizyt w sanktuarium serca i spoza nią. Jest to zbiór naszych codziennych aktów służby i dobroczynności – ofiarowanej pomocy, miłego słowa. Jeśli wieczność składa się z chwil obecnych, to na cnoty składają się wszystkie nasze pozornie „małe” dobre ziarna, połączone razem.

Chcę się z wami podzielić obserwacją, którą poczyniłam. Otóż, gdy konsekwentnie rozpoznajemy własne cnoty i gdy uznajemy cnoty, które

widzimy u innych, w atmosferze następuje zmiana. Korzyści z naszych wysiłków nas przewyższają; wykraczają poza naszą rzeczywistość i postrzeganą małość i wzbogacają wszystko wokół nas.

Kilka tygodni temu Gurumayi wygłosiła naukę związaną z tym tematem i całkowicie z nią rezonowałam. Był Dzień Matki, a Gurumayi prowadziła *satsang* w świątyni Bhagavana Nityanandy w Shri Muktananda Ashram. Śpiewaliśmy *namasankirtana* Niranjani Annapurneshvari, a gdy muzyka i słowa wirowały wokół nas, usłyszałam, jak Gurumayi mówi:

„Podnieś vibracje we wszechświecie.”

Gdy tylko usłyszałam te słowa, zadomowiły się w moim umyśle; otuliły moje serce. Chciałam dowiedzieć się więcej o tej nauce Gurumayi. Chciałam zatrzymać się przy jej vibracjach. Więc po *satsangu* rozmawiałam o niej z moją koleżanką z *sewy* i podzieliła się ze mną bardzo oświecającym wydarzeniem.

Gurumayi rozmawiała z nią ostatnio o tym, że jest zbyt dużo lęku generowanego teraz w świecie. Ten lęk przyjmuje różne przebrania – niepokój, chciwość, cynizm, i negatywne myślenie. Gurumayi wyjaśniła, że te nieprzyjemne cechy i tendencje istniały wcześniej, ale wygląda na to, że nabierają coraz większej pary. Zbiorczo, te złe nawyki pochłaniają ludziom zbyt dużo czasu; osłabiają ich energię, drenują ich ducha. Z tego powodu Gurumayi uczy nas, że musimy być nawet bardziej zaangażowani w to, co robimy najlepiej na ścieżce Siddha Jogi. Musimy pozwolić wzrastać dobroci. Niech *ona* nabierze pary. Pozwólmy *jej* rozprzestrzenić się w świecie.

W dalszym ciągu oczarowana byłam nauką Gurumayi o wzroście vibracji, poprosiłam więc kilku kolegów z *sewy*, których językiem ojczystym jest hindi, o to, jak mogą ją przetłumaczyć. Pomyślałam, że mogę zyskać nową perspektywę nauki, gdy usłyszę ją w innym języku.

Oto zdanie, którym się ze mną podzielili. Od tamtej pory je pokochałam:

संसार को सकारात्मक स्पन्दनों से भर दो

sansār ko sakārātmak spandanon se bhar do

Gdybym miała przetłumaczyć to zdanie w hindi z powrotem na język angielski, dosłownie brzmiałoby: “Napełnij świat pozytywnymi wibracjami.” Jak widzicie, moi koledzy użyli słowa “napełnij” zamiast “podnieś”. I w hindi, musieli dodać słowo “pozytywnymi”, by opisać wibracje, by było jasne, że chodzi o dobrą, podnoszącą energię, którą chcemy wspierać.

To jest piękno tłumaczenia nauk na różne języki. W procesie udostępniania nauk w sposób zrozumiały ludziom na całym świecie – i zapewnienia, że ich intencja jest dokładnie przekazywana – to, co jest domniemane musi często stać się bardziej wyraźne. W ten sposób wiele wymiarów nauk, ich niuanse i bogactwo znaczeń stają się bardziej widoczne. I muszę powiedzieć, że odkąd usłyszałam naukę Gurumayi w języku hindi o podnoszeniu wibracji, dosłownie zobaczyłam świat wokół mnie iskrzący się Świadomością. Oczywiście nie mogę powiedzieć, że widziałem to 24/7, ale przyjmuje wszystkie przebliski, jakie mogę otrzymać!

Jak już wcześniej wspomniałam, podczas satsangu z okazji Dnia Matki, wcieliliśmy naukę Gurumayi przez praktykę śpiewu. Było to doświadczenie przepełnione mocą.

Byliśmy tam – Siddha Jogini w różnym wieku, o różnym pochodzeniu i różnej narodowości – zjednoczeni w miłości do naszej Guru, która obudziła w nas Kundalini Śakti. Śpiewaliśmy z Gurumayi ku chwale Devi, w hołdzie *śakti*, z intencją podniesienia wibracji we wszechświecie. Czułam jak cała moja istota iskrzy się – pulsowała światłem, buchającą energią śpiewu. Śpiewałam z pokorną świadomością, że Gurumayi dała *mnie* i wszystkim nam moc do podniesienia wibracji we wszechświecie!

To jest coś, nad czym będę nadal pracować — jak wypełniać pełnomocnictwo Gurumayi, jak być kanałem jej błogosławieństw w taki sposób. To zdecydowanie spore zadanie, które przed nami stoi, ale jak wiemy, kiedy Gurumayi mówi nam co mamy robić, udziela nam również łaski, abyśmy to zrobili. A więc uważam wypełnianie tego zadania za część mojej sadhany Siddha Jogi. Być może ty też!

Jak każdy, kto zainteresowany jest wprowadzaniem dobrej energii do atmosfery, wie: istnieje niezliczona ilość sposobów na podniesienie wibracji w nas samych, a co za tym idzie, w całym wszechświecie. W czerwcu skupiamy się na naszym Sadguru, a Gurumayi dała *nam* cel — *sadgunę*! Studiowanie, praktykowanie, przyswajanie i wdrażanie cnót to doskonałe sposoby na podniesienie częstotliwości atmosfery.

Gdy zaczynamy to robić, chcę najpierw powiedzieć, że nie możemy czuć się onieśmieni. Jedną prostą praktyką, którą lubię wykonywać, jest przypominanie sobie, że jestem dobrą osobą. Podobnie, chcę przypominać tobie, że jesteś dobrą osobą — i chcę cię również zachęcić do przypominania komuś innemu, że jest dobrą osobą. To jest miejsce, od którego zaczynamy — zrozumienie, że jesteśmy z natury dobrzy — więc to już tylko kwestia pójścia do przodu. (Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o tym, dlaczego zaczęłam wykonywać tę praktykę, możesz przeczytać o naukach Gurumayi na temat słowa *dobry* na stronie internetowej ścieżki Siddha Jogi, „*One Powerful Word*”)

Teraz powiem trochę więcej o tym, jak możemy podejść do studiowania cnót. Wielu z was mogło już ustanowić sobie codzienną praktykę cnót, szczególnie w czerwcu. To powiedziawszy, chciałabym zaprosić was w tym roku do wymyślenia nowego sposobu praktykowania cnót. Czegoś, czego wcześniej nie robiliście. Czegoś, co jest dla was ekscytujące. A potem, gdy już zadamowicie się w swojej „zaktualizowanej” praktyce, zwróćcie uwagę na to, jakie przynosi wam owoce, na różne sposoby, duże i małe.

Czy zauważyłeś może, że nawet twoje rzekomo „niewielkie” lub stopniowe wysiłki mogą mieć długotrwały efekt?

Dla tych z was, którzy są nowicjuszami na ścieżce Siddha Jogi i po raz pierwszy rozpoczynają praktykę sadguny, powiem tylko: nie ma ograniczeń! Możecie zacząć praktycznie z każdego miejsca. Może wyszukasz znaczenie cnoty w słowniku; może zapiszesz sobie w dzienniku jej zrozumienie. Może wprowadzisz tę cnotę do swojej medytacji; może zapytasz innych, co ta cnota dla nich oznacza.

Cokolwiek postanowisz zrobić, zanotuj sobie, jak czujesz się pod koniec dnia. Teraz, możesz pomyśleć, że nic się nie wydarzyło. Czy to brzmi znajomo? Czy wierzysz, że jesteś jedną z tych osób, którym nic się nie dzieje? Co jeśli powiem ci, że, gdy naprawdę się skoncentrujesz — jeśli zwrócisz uwagę na stan swojego umysłu i ciała — możesz po prostu znaleźć coś... *innego*... migoczącego na skraju twoich myśli?

W tym roku mamy przywilej otrzymania cnót w trakcie już trwającego studiowania tematu o czasie, w odniesieniu do Przesłania Gurumayi na rok 2025. To samo w sobie dodaje intrygujący nowy element do naszego zaangażowania w cnoty; możemy zacząć tworzyć wszelkiego rodzaju fascynujące połączenia i skojarzenia. Rozważymy cnotę poczucia wartości, która pojawia się pod koniec czerwca. Przypomina słowo *wartość* z Przesłania Gurumayi — i jest też powiązana tematycznie.

Jeśli nie czujemy się dobrze ze sobą, jeśli nie jesteśmy pewni własnej wartości, wtedy będzie trudno docenić nasz *czas*. Na przykład, jeśli nasza samoocena zależy od opinii innych, to zbyt łatwo poświęcamy nasz czas ich kaprysom, preferencjom i skłonnościom. Albo jeśli żyjemy w stanie niedostatku, to możemy spędzać czas, szukając poza sobą tego, czego naszym zdaniem nam brakuje. Jestem pewna, że wszyscy tego doświadczyliśmy. Chodzi o to, że jeśli będziemy tak żyć — nigdy nie kwestionując naszych założeń — nic

nigdy nie będzie wystarczające. Nic nas nie nasyci. Naszym skargom wyrosną skrzydła; zawsze pojawi się coś więcej, coś nowszego, bardziej błyszczącego, czego będziemy potrzebować, aby osiągnąć to nieuchwytnie poczucie zadowolenia. To ironia, prawda? W pogoni za większym poczuciem własnej wartości idziemy na kompromis z tym, kim jesteśmy, i oddajemy najcenniejszy zasób, jaki posiadamy: *nasz czas*.

Nasz czas jest najlepszym darem, jaki możemy dać sobie i innym. W jaki sposób podniesiemy wibracje we wszechświecie, jeśli wykorzystaliśmy ten czas na rzeczy, które na to nie zasługują?

Wspomniałam o tym wcześniej w liście — otrzymaliśmy czas na tej ziemi, w ludzkim ciele, aby zrobić coś znaczącego. Urzeczywistnienie tego celu jest jednak często łatwiejsze w słowach niż czynach. Wiemy, że życie jest trudne. Wiemy, że jest nieprzewidywalne. Rozumiemy, że musimy zmagać się z wieloma naciskami, stresorami i wpływami zewnętrznymi. Jednocześnie chcę zwrócić uwagę na to, co jest uderzająco oczywiste. Mamy żyjącego Guru! Nasza Guru zawsze pokazuje nam drogę naprzód. W każdej chwili możemy skorzystać ze wsparcia nauk Gurumayi. Możemy je wdrożyć w naszym życiu; możemy to robić raz za razem.

Na początku urodzinowego miesiąca naszej ukochanej Guru, chcę podzielić się z wami moją intencją, by jak najlepiej wykorzystać każdy cenny dzień w czerwcu.

Jak to zrobić? Cóż, jedną z czynności, którą planuję podjąć — zaczynając od dziś — jest zerwanie mniszka lekarskiego. Pożyczę go od Matki Ziemi tak długo, jak będą rosły tutaj na terenach Shri Muktananda Ashram, a później wyobrażę sobie takiego w moim umyśle. Poddam mego wyimaginowanego mniszka pełnej obróbce; uczynię go większym niż życie, pełnym nasion na wszystkie życzenia, które będę wypowiadać. Pomaluję go na wiele kolorów, mieniących się jak tęcza, i za każdym razem, gdy przypomnę sobie tego

mniszka, inny kolor pociągnięty pędzlem, inne kolorowe nasiono złapie światło.

I każdego dnia w miesiącu czerwcu, będę składała to życzenie:

Om Shānti Om

Obyśmy okazywali sobie wzajemnie szacunek.

Obyśmy wszyscy wychodzili sobie na przeciw z pomocną dłonią.

Obyśmy śpiewali w harmonii, a nasza muzyka jednoczyła nasze różne głosy.

Obyśmy uczyli się od rozgwieżdżonego nieba, które rzuca swoje światło na wszystkich w równym stopniu.

Obyśmy wszyscy wiedzieli, że naszą dharmą, naszym obowiązkiem jest uczestniczenie w ambrozji pokoju.

Tathāstu. Niech tak się stanie.

Z poważaniem,

Eesha Sardesai



© 2025 Fundacja SYDA®. Wszelkie prawa zastrzeżone.