

Bendiciones para atesorar

~Gurumayi Chidvilasananda

Sátsang "Permanece en el Templo"

Sábado 11 de julio de 2020

La naturaleza de la mente
es imaginar lo inimaginable.

A una mente aletargada le gusta detenerse
en todas las cosas que no funcionan.

A una mente despierta
le gusta crear todo
lo que beneficie al mundo.

El cielo que se oscurece
va a generar en una mente aletargada
mucha preocupación, agitación,
trepidación, aprehensión,
inquietud, susto, terror,
y cuánta cosa más.

El mismo cielo que se oscurece
va a inspirar en una mente despierta
mucha emoción, confianza, fortaleza,
calma, compostura, tranquilidad
y reposo.

Cuando te encuentras
en una situación difícil,
¿cuál es tu salida?

¿Has pensado en esto?
¿Y te gusta tu salida?
Si te gusta,
¿cómo haces que te funcione
cada vez?

¿No te gusta tu salida?
Si no te gusta,
¿entonces haces los cambios necesarios
para encontrar lo que te funcione
favorablemente?

¿Alguna vez has considerado cómo,
aunque hay solo siete notas
en una escala musical
un virtuoso puede crear y componer
millones y millones
de melodías nuevas, cautivantes —
solo con esas cuantas simples notas?

De modo similar, una mente despierta
tiene el poder —el *superpoder*—
de crear y componer
un millón de nuevas cosas buenas en tu vida.

Mira en tu corazón, profundamente.
Las canciones están entretejidas en cada capa
interior del santuario de tu corazón.
Si puedes cantar, canta a pleno pulmón.
Si no puedes sostener una nota,
entonces agudiza tu capacidad de escuchar
y escucha con todas tus ganas.

Mientras estés consciente de tu corazón
que se distiende y ondula como el vasto mar azul,
sabe que cada partícula del gran poder
está dentro de ti:
de saber lo que deberías saber,
hacer lo que deberías hacer
y producir el cambio magnífico
que solo tú puedes lograr.

No te aísles en el temor.
Mejor encuentra tu propia compañía
y camina hacia el cauce del río.
Observa al águila majestuosa remontándose con un pez en sus garras,
nota a la hormiga laboriosa que carga a su congénere muerta,
mira la hoja encantadora que danza sobre el agua,
vislumbra al pez plateado que salta fuera del agua.
Simultáneamente, observa tu respiración,
observa tu mente,
observa los movimientos de tu corazón.

El dolor de hoy no tiene que convertirse en el cuadro de mañana.

Deja que tu alegría alcance un crescendo
hoy, mañana,
el día después de mañana.
Sí, sigue tratando de llegar —
más y más alto.

Independientemente de las calamidades de la vida,
sigue sumergiéndote en tu corazón
para encontrar una nueva nota,
una nueva melodía,
una nueva canción.

El latido del corazón puede extinguir
todas las cosas que deben irse.
Y atesorará
todas las experiencias que deben permanecer.

¡Hum! ¡Canta!

¡Hum! ¡Recita!

¡Hum! ¡Mira!

¡Hum! ¡Escucha!

¡Hum! ¡Crea!

¡Hum! ¡Compón!

¡Hum! ¡Sonríe!

¡Hum! ¡Ríe!

¡Hum! ¡Ayuda a los demás!

¡Hum! ¡Da apoyo!

¡Hum! ¡Medita!

¡Hum! ¡Visualiza!

¡Hum! ¡Recibe las bendiciones!

¡Hum! ¡Comparte tu bondad!

¡Hum! ¡Suelta!

¡Hum! ¡Está contento!

Ahuyenta toda la monotonía
y cada vez que canturrees tu canción.
encuentra tu propia nota musical.

El gran pintor Vincent van Gogh escribió una vez:
“El corazón del hombre se parece mucho al mar —
tiene sus tormentas, tiene sus mareas,
y en sus profundidades tiene también sus perlas”.

