

Alla luce della luna, avanza

1° marzo 2019

Cari lettori,

pensando che nel mese trascorso avete fatto dell'amore la vostra priorità, la mia mente va a *Dolce sorpresa 2019*, quando Gurumayi ci ha donato una splendida rosa color corallo. Comprendo che quando studiamo, pratichiamo, assimiliamo e attuiamo il Messaggio di Gurumayi di quest'anno, rendiamo ogni giorno, ogni settimana, ogni mese dell'anno una rosa profumata, e queste rose insieme stanno formando la più bella delle ghirlande.

Nel sito web del sentiero Siddha Yoga la porta è spalancata, così che possiate approfondire la vostra comprensione e applicazione del Messaggio di Gurumayi nella vita. Visitando con regolarità il sito web in questo mese, troverete:

- Nuove storie di Eesha Sardesai, che vi forniranno una lente attraverso cui imparare di più sul Messaggio di Gurumayi
- Citazioni scritturali, con commenti, sulla mente e altri temi di *Dolce sorpresa 2019*
- Una raccolta di *bhajan, abhanga e dohe* (distici), composti dai santi poeti indiani
- Una Esposizione sul Mantra Gayatri, che spiega come, recitando un mantra gayatri, ne invociamo la divinità. Ad oggi, quale strumento di studio del Messaggio di Gurumayi, potete ascoltare, recitare e meditare sui mantra gayatri del Signore Krishna e di Mahasarasvati.
- I fogli di esercizi 6-9 del Quaderno di esercizi sul Messaggio di Gurumayi
- La sessione di meditazione in diretta audio di questo mese, intitolata *Prendi in mano le redini della mente*, che sarà disponibile prima in diretta e poi in webcast
- I pacchetti di partecipazione multipla a *Dolce sorpresa 2019*. Partecipare più volte a *Dolce sorpresa* vi aiuterà a perfezionare il modo in cui lavorate con la mente, a riscoprire lo splendore del respiro, e a rinvigorire la *sadhana*.

Marzo è un mese di celebrazioni sul sentiero Siddha Yoga. La prima e la principale è Mahashivaratri, la grande notte del Signore Shiva, il 4 marzo. Potete saperne di più visitando le seguenti pagine del sito:

- Immagini della luna di Mahashivaratri, inviate da voi da ogni parte del mondo. È questa una bellissima tradizione che Gurumayi ha creato nel 2015, così che chiunque possa ricevere il darshan della luna del Signore Shiva mentre ruota intorno alla terra.
- Storie sul significato di Mahashivaratri
- Citazioni scritturali e inni in omaggio al Signore Shiva

In questo mese si celebra anche la primavera; in India lo si fa con Holi, un gioioso festival dei colori, che comincia con la luna piena del 20 marzo e si conclude con esuberanza il giorno dopo.

Desidero concludere questa lettera esprimendo a tutti voi il mio augurio per il mese di marzo. Possiate avanzare nel silenzio profondo che avvolge la mente quando ricordate Mahashivaratri; possiate proseguire con l'allegria e la gioia evocate da Holi; possiate procedere con l'entusiasmo, la determinazione e la percezione di infinite possibilità, che avete avuto nel ricevere il Messaggio di Gurumayi per il 2019—e che percepite ogni volta che partecipate a *Dolce sorpresa*.

अगली मुलाकात अगले महीने । हृदय को भक्ति से प्रदीप्त रखें ।

Continue a imparare la via del cuore.

Con tutto il rispetto,

Garima Borwankar

