

## Expresiones globales de gratitud

En cualquier lugar del mundo adonde vayas, descubres el corazón humano buscando expresar gratitud de formas únicas y hermosas. A cualquier lugar adonde viajes en este planeta, ya sea a pie, en avión, tren, o a través del paisaje virtual del internet, encuentras que gente de todas las culturas valora la expresión de la gratitud.

En algunas culturas, las expresiones de “gracias” son valoradas cuando se transmiten con palabras. En otras culturas, es mejor agradecer por medio de objetos materiales, o acciones tales como cuidar de los vecinos. Algunas culturas expresan gratitud a través del arte de la reverencia, y en una tribu nativa de Norteamérica, un invitado muestra gratitud al comer, con gran deleite, cada bocadillo que le sirven sus anfitriones. Muchas culturas celebran el tiempo de cosecha dando gracias por la abundancia de la Madre Tierra. Y casi todas las culturas tienen ceremonias tradicionales y rituales que muestran su agradecimiento al Poder Supremo del universo.

En todo el mundo, la gratitud es reconocida como una virtud que trae felicidad tanto a quien la da como a quien la recibe. Es una virtud practicada y difundida por los sabios que entienden su gran poder. La gratitud es una de las virtudes divinas sobre las cuales Gurumayi enseña ampliamente en sus charlas y escritos.

En este mes de noviembre, ustedes, el *sangham* global de Siddha Yoga, están invitados a compartir sus proverbios, citas y dichos favoritos sobre la gratitud de su propio país o cultura. También puede ser que quieras relatar una costumbre o práctica de gratitud que sea única, o escribir acerca de la importancia que la gratitud tiene en la parte del mundo en que vives.

A medida que compartas tus dulces palabras y proverbios sobre la gratitud, y leas lo compartido por otros estudiantes de Siddha Yoga de todo el mundo, permite que estas palabras de sabiduría irradian con alegría todo tu ser. Permite que te lleven más profundo en tu experiencia y entendimiento de la práctica de la gratitud.

**Haz clic aquí y comparte tu expresión favorita de gratitud de tu país o cultura.**

\*\*\*

**Formulario de envío:**

**Comparte tu expresión de gratitud**

Comparte un proverbio, cita o dicho acerca de la gratitud que sea originario de tu propio país o cultura. Quizás también quieras compartir una costumbre o práctica de gratitud que sea única, o compartir acerca de la importancia que tiene la gratitud en la parte del mundo en que vives.

Cuando compartas, por favor incluye la siguiente información según corresponda:

- País o cultura
- Cita/proverbio/dicho en el idioma original
- Traducción al inglés
- Fuentes de información si está disponible

