

# Reflexión sobre Gurumayi

## *El poder de la perspectiva*

por Gautami Kottler

Hace seis años, el verano antes de iniciar mis estudios universitarios, viajé sola cruzando el país para ofrecer *seva* en el Áshram Shree Muktananda por primera vez. En la víspera de la visita al Áshram me sentía llena de expectativas; sobre todo, atesoraba la posibilidad de ver a Gurumayi en persona. Yo había crecido en el sendero de Siddha Yoga y de niña había estado en presencia de Gurumayi en varios retiros, en California, a los que me habían llevado mis padres. Tenía el anhelo de sentirme conectada con Gurumayi de la misma manera en que lo sentía en esa época —reír con ella, cantar con ella, y ser vista por ella tal como es mi verdadero ser. Ahora era una adulta joven que había escogido caminar el sendero de Siddha Yoga. ¿Cómo sería volver a ver al Guru?

Unas semanas después de haber llegado a esta primera visita al Áshram, recibí el *darshan* de Gurumayi junto con un grupo de *sevitas* visitantes. Sentí una enorme alegría mientras contemplaba a Gurumayi quien sonreía ampliamente y sostenía una interesante plática con los *sevitas*.

Una *sevita* le pidió a Gurumayi orientación. Quería saber cómo sobrellevar el sentimiento de extrañar al Guru cuando estaban separados físicamente.

Gurumayi contestó de forma amorosa que en hindi no existe una palabra que signifique “extrañar”. La palabra más parecida se traduce de forma más exacta como “pensar en”. Gurumayi dijo que esta distinción podía ayudarnos a reformular el anhelo que sentimos por el Guru. No es una experiencia triste; nuestro anhelo es una expresión del amor más elevado. Y cuando extrañamos al Guru podemos convertir esos sentimientos en acción.

Las palabras de Gurumayi provocaron un impacto inmediato en mí. Estaba fascinada por cómo un cambio en la traducción podía modificar por completo el enfoque de la situación. Al continuar reflexionando sobre la enseñanza de Gurumayi durante mi estancia, me di cuenta de que el anhelo por estar conectado con el Guru es, en sí, una conexión con ella, una conexión impregnada con su energía divina, con *shakti*.

Cuando extrañaba a Gurumayi, era en realidad la expresión de un deseo más profundo de permanecer en contacto con la experiencia del amor que siento en su presencia. Me di cuenta de que, si era capaz de reformular este sentimiento como una motivación para progresar en mi *sádhana*, la experiencia de sentirme separada de mi Guru podía, en sí, acercarme más al Guru.

A lo largo de los años he transformado mi experiencia de extrañar a Gurumayi recurriendo a las prácticas de Siddha Yoga cuando surge este sentimiento. El canto es mi favorita entre las prácticas principales y una de las formas de sentirme conectada con el Guru, en cualquier parte del mundo donde me encuentre. Al cantar puedo sentir las vibraciones del mantra moverse por mi cuerpo, y esta sensación me conecta de forma palpable con el Guru.

El otoño pasado inicié un programa de doctorado en biología, además enseñaba tiempo completo mientras tomaba clases y llevaba a cabo una investigación. Ajustarme a esta nueva e intensa carga de trabajo fue un reto para mí y me dejó menos tiempo para hacer seva. Anhelaba sentirme conectada a mi ser interior y al Guru —sin embargo, no lo estaba. Para hacer un esfuerzo concreto de reconectarme, aparté un fin de semana para tomar un Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga. En este Intensivo de Shaktipat nos dijeron que pusiéramos especial atención en la respiración. Así que mientras cantaba hice un esfuerzo por ofrecer cada aliento al Guru. Mientras realizaba esta práctica me sentí cuidada y enaltecida por la gracia del Guru. El anhelo por mi Guru que me había motivado a tomar el Intensivo de Shaktipat, a fin de cuentas, me había acercado más a ella por medio de la conexión que sentía adentro, como si un fuego se encendiera de nuevo.

La nube de malestar que me cubría se disipó y al final de este Intensivo de Shaktipat me sentí fresca y empoderada para regresar a mi trabajo con el conocimiento de la presencia del Guru dentro de mí.

La enseñanza de Gurumayi también me ha ayudado a reformular el sentimiento de extrañar a los seres amados que se encuentran lejos. Aunque nos mantenemos en contacto por mensajes de texto y videollamadas, extraño a mis padres que ahora viven al otro lado del mundo. Cuando los extraño, la enseñanza de Gurumayi me inspira para recordar que pensar en ellos es, en sí, una conexión con ellos —y pongo este sentimiento en acción. En lugar de hundirme en una sensación de ausencia y carencia, expreso el amor por mis padres viviendo mi vida al máximo, llevando a cabo mi *dharma* en el mundo, y compartiendo mi amor con la gente que me rodea.

Al reflexionar en la enseñanza de Gurumayi, me doy cuenta de que el entendimiento más profundo que he recibido es que tenemos el poder de transformar nuestra forma de pensar sobre cualquier experiencia —esto es algo que puedo aplicar una y otra vez en mi vida. He descubierto que puedo influir positivamente en el desenlace de cualquier situación en la que participo, por el simple hecho de esforzarme en reformular mi perspectiva.

Hace poco estaba preparando un examen parcial para las dos secciones que enseño en un largo curso introductorio. En la primera fecha del examen se cancelaron las clases por mal tiempo, pero con el entendido de que prosiguiéramos de forma normal al día siguiente. Un estudiante de mi segunda sección me envió un correo electrónico pidiéndome que reprogramara su examen también. Yo le contesté que eso no sería posible, pero él insistió, enviándome correos electrónicos de forma repetida hasta tarde en la noche, sin darme razones para esta petición. Me sentí frustrada y acosada por un estudiante difícil.

Mi madre y yo hablamos por teléfono esa noche y le conté lo que estaba sucediendo. Me sugirió que un cambio en mi perspectiva podría ayudarme a brindarle compasión a lo que estaba pasando. Las palabras que utilizó mi madre —al hablar

de un cambio de perspectiva — me recordaron la enseñanza de Gurumayi, y decidí llevarlo a cabo empezando el nuevo día con una mente abierta.

Al día siguiente, durante el examen, observé a la clase con mucho detenimiento. Otro estudiante me informó que él, y muchos otros —incluyendo el joven que me había enviado los correos electrónicos— habían llegado directo de un examen difícil en otra clase. Podía ver que estos estudiantes estaban encorvados sobre su trabajo, con el ceño fruncido, algunos incluso temblaban con una energía nerviosa. Me di cuenta de que los correos electrónicos de ese estudiante no habían sido provocados por malicia, sino por miedo.

Al cambiar mi perspectiva, mi enojo se disolvió y fue reemplazado por compasión. Tenía un deseo profundo de brindarles a estos estudiantes un gesto de aliento y reconfortarlos. Había unas frambuesas en la mesa del laboratorio para una pregunta sobre la estructura de las plantas. Así que de forma espontánea hice una pausa en el examen para anunciarles a los estudiantes que podían ponerse de pie cuando quisieran y comerse una frambuesa. Hubo un cambio sensible en la habitación, como si se hubiera liberado una válvula de presión. Incluso con este pequeño gesto los estudiantes empezaron a relajarse y sonreír, y pude ver en sus ojos claridad y aprecio. Habíamos pasado de un conflicto “maestro-versus-estudiante”, a ser personas que podían apreciar las buenas intenciones del otro y trabajar hacia una misma meta.

Me siento tan agradecida de que hace seis años, en la víspera de convertirme en una persona adulta y comenzar un nuevo capítulo en mi vida, Gurumayi me dio esta enseñanza sobre extrañar al Guru. En los años que han pasado desde entonces he podido aplicar esta enseñanza a la situación específica de sentirme separada de Gurumayi, y de estar y sentirme separada de otros a quienes quiero; y he encontrado una aplicación aún más amplia. He descubierto que, en cualquier momento, un hueco entre las personas provocado por una distancia física o emocional, puede ser llenado con un cambio en nuestras palabras, un cambio en nuestra perspectiva.

Siento una enorme gratitud por el papel activo que desempeña Gurumayi en mi vida como mi maestra espiritual. Independientemente de que esté o no en su presencia física, ella me guía con sus enseñanzas y soy capaz de aprender y crecer como persona.



© 2018 SYDA Foundation®. Todos los derechos reservados.