

Darshan e Saggezza di Gurumayi Chidvilasananda

1. Il *Darshan* avviene nel Cuore. È il movimento della *shakti* nel Cuore.

~ Gurumayi Chidvilasananda

2. I veri cercatori aspirano a vedere il volto di Dio in ognuno che incontrano, a percepire la presenza di Dio ovunque vadano, a vedere la luce divina risplendere in ogni direzione, a sperimentare unità con ogni particella dell'universo.

~ Gurumayi Chidvilasananda

3. Lo scopo più sublime del sentiero Siddha Yoga è quello di conoscere il proprio Sé interiore, di onorare e adorare la propria essenza divina. Quando perseguite questo scopo sublime, esso vi conduce alla natura della vostra essenza divina, che è Gioia Suprema.

~ Gurumayi Chidvilasananda

4. Immaginate delle gocce di pioggia che cadono su un terreno arido. Immaginate come la terra si ammorbidisce e diviene produttiva? Allo stesso modo, gocce di devozione fanno emergere il meglio dal cuore.

~ Gurumayi Chidvilasananda

5. Le virtù magnifiche sono sempre in cerca di una bella dimora. Quando vi trovano meritevoli, esse vengono e prendono sede nel vostro essere.

~ Gurumayi Chidvilasananda

6. In presenza della grazia il tempo si ferma. Il velo dell'ignoranza cade; la luce fa ingresso. Il vostro intero essere diviene luminoso; il suono interiore diventa percepibile. L'anima individuale si fonde nel grande Uno.

~ Gurumayi Chidvilasananda

7. Quando il vostro Cuore è aperto, quando siete nel Cuore, il modo in cui percepite il sorgere del sole, gli alberi e le montagne è straordinario, è unico. Continuate a riportare l'attenzione alla grandiosità del Vostro Cuore.

~ Gurumayi Chidvilasananda

8. Dedicandovi al canto e alla meditazione, cominciate a vedere la grandezza che dimora in voi; iniziate a intravedere dentro di voi un mondo interamente nuovo. Quando il ponte che state costruendo verso il regno interiore si sviluppa più forte e più ampio, cominciate a percepire la Gloria del Sé Supremo; cominciate a vedere la luce divina, il Signore radioso. A quel punto conoscete il vero valore dell'essere umano.

~ Gurumayi Chidvilasananda

9. Cantare in lode a Dio connette un luogo con un altro, un cuore con un altro. Eleva il vostro spirito. Ne ricevete uno spirito fresco. Sul sentiero Siddha questo suono gioioso viene chiamato canto.

~ Gurumayi Chidvilasananda

10. Per sperimentare ciò che è più elevato, per sperimentare il Supremo, dovete metterci un impegno personale. Così, quando ricevete la grazia del Guru, resterà con voi per sempre.

~ Gurumayi Chidvilasananda

11. Quando pregate, entrate nell'atmosfera intima di Dio; entrate nel suo stesso essere. La preghiera è un modo per parlare con Dio. La preghiera dà conforto. La preghiera è un magnete che attrae la presenza di Dio.

~ Gurumayi Chidvilasananda

12. *Seva paramo dharmaha*, "Il servizio disinteressato è il dharma più elevato". Nella *seva* il cuore si slancia a obbedire al comando di Dio.

~ Gurumayi Chidvilasananda

13. Dovete assaporare il silenzio profondo all'interno. Quando siete completamente quieti, riuscite a vedere cose meravigliose che generalmente sfuggono, come il riflesso di una stella in una goccia d'acqua su una foglia di fiore di loto. Quella completa tranquillità è chiamata meditazione Siddha Yoga.

~ Gurumayi Chidvilasananda

14. La dolce brezza del deserto
sussurra queste parole:

Shiva drishti

Om Namah Shivaya

Shiva bhav

Shivo'ham

Shiva darshan

Tutto questo è Shiva.

~ Gurumayi Chidvilasananda

15. Quando vi rivolgete ripetutamente all'interno attraverso la meditazione, cominciate a sperimentare quella parte di voi che è completamente sveglia. Questa veglia è la forza onnipresente, sempre quieta, sempre scintillante, sempre raggiante, sempre fluida .

~ Gurumayi Chidvilasananda

16. All'inizio, amore. Alla fine, amore. Nel mezzo, dobbiamo coltivare le virtù.

~ Gurumayi Chidvilasananda

17. Questa è la filosofia del Siddha Yoga: fare l'esperienza della scintillante luce blu in ogni persona e oggetto che vediamo; comprendere le necessità degli altri; avvertire la delicata, amorevole e protettiva pulsazione del Cuore in ogni momento; camminare con leggerezza e parlare con dolcezza; cantare senza limitazioni la gloria di Dio; vedere tutte le creature come parte dell'unica grande famiglia di Dio; riconoscere il Sé supremo in ogni cosa e in ognuno. Fate che questa sia la vostra meta. Fate che questo sia il vostro intento. Fate che questo sia il vostro cammino.

~ Gurumayi Chidvilasananda

18. *AUM* diviene il sole al tramonto,
AUM diviene la coltre del cielo notturno,
AUM evoca limpidi sogni.
AUM diviene un volto umano benevolo.
AUM è tutto, e *AUM* è il vuoto.
AUM fa piovere le sue benedizioni.

Hari AUM Tatsat.

~ Gurumayi Chidvilasananda

19. Tra tutti i rituali prescritti dalle scritture, il più potente è l'adorazione mentale, *manasa puja*.

~ Gurumayi Chidvilasananda

20. La meditazione è il potere che attrae la mente alla propria sorgente e ricolma di splendore la mente e il corpo. Solo attraverso la meditazione si tocca l'eternità.

~ Gurumayi Chidvilasananda

21. Il Guru è all'interno e all'esterno. Il Guru è vicino e lontano. Si può fare l'esperienza della *shakti* del Guru, del principio del Guru, in ogni luogo e tempo. Potete farne l'esperienza nel passato, anni or sono. Potete farne l'esperienza nel futuro, tra molti anni. E potete fare l'esperienza della *shakti* del Guru proprio adesso, nel momento presente.

~ Gurumayi Chidvilasananda

22. Quando fate l'esperienza di "Io sono grande", state invocando interiormente la presenza delle grandi virtù.

~ Gurumayi Chidvilasananda

23. Che il vostro desiderio sia di vedere Dio. Sempre. Qualunque cosa facciate, ovunque andiate, con chiunque parliate, che il vostro desiderio più profondo sia: "O Signore, rivelati in questa persona, in questo oggetto, nel mio dharma, in questa azione. Qualunque cosa io conosca, qualunque cosa io trovi, che tu sia lì".

~ Gurumayi Chidvilasananda

24. Nel venerare con tutto il cuore, si evoca una devozione incredibile. La venerazione è la porta attraverso cui Dio può riversare il suo amore per i devoti.

~ Gurumayi Chidvilasananda

25. Un semplice ibisco celebra la vita
nell'inalare in se stesso l'amore,
infuso dal suo Creatore—
il Potere dell'Universo.

Ogni anima è degna di tale amore,
di tale vita e divinità.

~ Gurumayi Chidvilasananda

26. Il Siddha Yoga è lo yoga della grazia, l'abbondante grazia del Maestro. Questa grazia entra liberamente e spontaneamente nella vita dei cercatori. Tuttavia affinché la grazia del Guru si riveli nella sua pienezza, è necessario che un cercatore si impegni con sforzo sincero a raggiungere la meta della propria ricerca.

~ Gurumayi Chidvilasananda

27. Se osservate la natura, notate che si volge sempre all'interno. Che si tratti del mare, degli alberi, degli animali o dei fiori; che sia il terreno o il vento, le fiamme del fuoco o l'etere, la natura tende sempre a ritornare a se stessa. Sebbene sembri espandersi all'esterno, in verità la natura tende anche a volgersi costantemente all'interno.

~ Gurumayi Chidvilasananda

28. Esiste solo una luce, la grande luce del vostro Cuore. Meditate con questa consapevolezza: “Io sono luce. La luce è me. Io sono luce. Io sono”.

~ *Gurumayi Chidvilasananda*

29. La meraviglia, *ashcarya*, *camatkara*...Un senso costante di meraviglia rende vigili la mente e il cuore.

~ *Gurumayi Chidvilasananda*

30. Quando lo ripetete, il mantra vi dà forza se avete bisogno di forza e vi dà dolcezza se avete bisogno di dolcezza. È la fonte di tutto ciò che è buono e benefico.

~ *Gurumayi Chidvilasananda*

31. Benedetti coloro che trovano profonda consolazione nel sentimento di gratitudine. Benedetti coloro che rammentano a se stessi tutto ciò di cui essere riconoscenti, rendendo in tal modo la gratitudine una pratica spirituale. Benedetti coloro che hanno l’opportunità d’oro di esprimere gratitudine per la presenza della grazia nella propria vita.

~ *Gurumayi Chidvilasananda*

32. Entrare nel cuore è come arrivare al centro del sole. Voi non ci siete più; non c’è nulla, se non la forza iridescente della luce. Quando vi trovate al centro del sole, non c’è modo di schermarne la luce. Vi circonda e vi compenetra. Perciò entrando nel vostro Cuore rendete tutto il mondo un paradiso migliore.

~ *Gurumayi Chidvilasananda*

33. Chi mi conosce per ciò che davvero sono, sa che sono con voi. Se solo poteste aver fede nel mio amore per voi, otterreste tutto.

~ Gurumayi Chidvilasananda

© 2017 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.
(Swami) CHIDVILASANANDA, GURUMAYI e SIDDHA YOGA
sono marchi registrati di SYDA Foundation®.