

Meditación con el Mantra Surya-gáyatri

El *Surya-gáyatri*, también conocido como el *Adi-gáyatri*, es una invocación que apareció primero en el *Rig Veda*, una escritura antigua de la India. Se considera el mantra original y principal entre los mantras *gáyatri* dedicados a varias deidades.

Este mantra honra a Surya Devata, también conocido como Savitri, el señor del sol. Como la refulgencia que trae vida e ilumina todas las actividades en el mundo, Savitri representa la luz suprema de la Conciencia—el Ser de todo.

En el Satsang *Una Dulce Sorpresa* el 1 de enero, Gurumayi introdujo la meditación con el *Surya-gáyatri* como una manera de practicar su Mensaje para 2018 – *Satsang*. En esta página, estás invitado a involucrarte aún más con esta práctica.

Conforme meditas, escucharás el mantra *Surya-gáyatri* recitado en el *Vibhas raga*. Este *raga* es gozoso y energético, como los primeros cantos de los pájaros en el día.

Para prepararte, toma una postura firme y cómoda. Respira libremente, y permite que los músculos de la nuca se suavicen y se alarguen. Deja que tu cuerpo esté abierto y relajado. Cuando estés listo, haz clic abajo para meditar con el mantra *Surya-gáyatri*.

[Reproductor de Sonido]

© (p) 2018 SYDA Foundation®. Todos los derechos reservados.

Surya-gáyatri Mantra

om bhur bhuvah svah
tat savitur varenyam
bhargo devasya dhimahi
dhiyo yo nah pracodayat

Om. ¡Tierra, Firmamento y Cielo!

Que atesoremos en nuestro interior el fulgor del divino Savitri, el Dios Sol,
quien entonces despertará nuestro entendimiento.

De la versión en inglés © 2018 SYDA Foundation®. Todos los derechos reservados.