

Darshan dell'immagine artistica del Messaggio di Gurumayi per il 2018

1° gennaio 2018

Cari cercatori,

Felice Anno Nuovo!

Sul sentiero Siddha Yoga siamo così benedetti da iniziare il Nuovo Anno partecipando al Satsang *Una dolce sorpresa*, e ricevere dal nostro Guru, Gurumayi Chidvilasananda, un Messaggio che guida la nostra *sadhana*.

Allo stesso modo, abbiamo la fortuna di ricevere il Messaggio di Gurumayi in una forma visiva. L'immagine artistica del Messaggio di Gurumayi per il 2018 è un mezzo tangibile con il quale continuare a studiare e sperimentare il suo Messaggio. Attraverso questa immagine, Gurumayi ci impartisce il significato più profondo del Messaggio. Abbiamo un altro strumento sublime per la *sadhana*, mentre iniziamo la nostra esplorazione.

È mio onore invitarvi ad avere il *darshan* dell'immagine artistica del Messaggio di Gurumayi per il 2018. Vi accorgerete che, appena poserete lo sguardo sui diversi aspetti dell'immagine, essa vi rivelerà di più di quanto appaia agli occhi.

Un modo di stare con l'immagine artistica del Messaggio, è di concentrarsi su di essa come strumento per entrare in meditazione. Quando meditate sulla sua forma, sui colori e la struttura, lasciate che vi porti alla sorgente della luce all'interno.

Dedicate almeno quindici minuti per fare ciò che segue:

- Iniziate prendendo qualche momento per osservare il ritmo naturale del respiro.
- Poi prestate la massima attenzione all'immagine artistica del Messaggio. Permettete alle sue forme e ai suoi colori di entrare nella vostra consapevolezza.
- Meditate.

- Dopo la meditazione, dedicate qualche momento a scrivere nel diario le vostre comprensioni del Messaggio di Gurumayi e dell'immagine artistica del Messaggio.

Immagine artistica del Messaggio di Gurumayi
per il 2018

Cordiali saluti,

Swami Shantananda

Insegnante di meditazione Siddha Yoga

© 2018 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.