

## Comentarios sobre el *Pratyabhijñā-hṛdayam* El Corazón del Reconocimiento

### Exploración del Mensaje de Gurumayi para 2016 por medio del estudio de las escrituras

Introducción de Swami Shantananda

Gurumayi ha dado a los Siddha Yoguis y a los nuevos buscadores muchas maneras de explorar su Mensaje para 2016. Una de ellas es estudiar su Mensaje a través de la lente de un texto clásico sobre la filosofía del **Shivaísmo de Cachemira**: el *Pratyabhijñā-hṛdayam*, “El Corazón del Reconocimiento”.

El Mensaje de Gurumayi para 2016:

Muévete con firmeza  
para lograr  
anclarte  
en la alegría suprema

Gurumayi explicó sobre algunas enseñanzas del *Pratyabhijñā-hṛdayam* cuando nos dio su Mensaje para **2016 en el Satsang Una Dulce Sorpresa**. Este texto escritural fue escrito por el sabio **Kṣemarāja**, quien vivió en el siglo XI en la parte más al norte de la India, Cachemira. Su texto consiste en veinte enunciados aforísticos, llamados *sūtras* en el idioma sánscrito, acompañados de sus propios comentarios.

Con su trabajo, Kṣemarāja ilumina la meta principal del viaje espiritual de un buscador y los medios para alcanzarla. ¿Cuál es la meta? La respuesta está en el título: el reconocimiento del Corazón. Sostenida por la gracia del Guru, la práctica del reconocimiento hace surgir la experiencia del Corazón, nuestro propio **Ser** dichoso. Esta es la meta sobre la que Gurumayi habla en su Mensaje para este año.

A lo largo del año, comentarios sobre los *sūtras* del *Pratyabhijñā-hṛdayam* escritos por profesores de meditación Siddha Yoga y especialistas, se presentarán en el sitio web del sendero de Siddha Yoga. Estos comentarios abundan en explicaciones y enseñanzas que dilucidan el conocimiento escritural del *Pratyabhijñā-hṛdayam*, y muestran cómo este conocimiento revela facetas del Mensaje de Gurumayi para 2016, y las maneras en que los estudiantes pueden poner en práctica el Mensaje de Gurumayi.

### Un Método de Estudio

He aquí algunas sugerencias sobre cómo estudiar los *sūtras* del *Pratyabhijñā-hṛdayam* y los comentarios.

Empieza por invocar la gracia de Shri Guru para que te apoye en tu esfuerzo para entender y asimilar las escrituras sagradas. Para ello, puedes recitar las estrofas cuatro y cinco del himno *Śiva Mānasa Pūjā*, que se encuentran en el *Néctar del canto*. O puedes recitar el *maṅgalam*, la plegaria de invocación, escrita por Kṣemarāja para el *Pratyabhijñā-hṛdayam*. Puedes encontrar esta invocación en el minisitio que estará disponible cuando te suscribas a los comentarios.

Después recita en voz alta, al menos tres veces, el *sūtra* que estás estudiando —primero recita tres veces el original en sánscrito, y luego recita tres veces la traducción.

Lee el comentario a un ritmo cadencioso. Date tiempo para absorber las enseñanzas.

Contempla el significado del *sūtra* a la luz del comentario que lo acompaña. Hazte preguntas tales como:

*¿Cómo pueden la enseñanza de este sūtra y su comentario ayudarme a entender mejor el Mensaje de Gurumayi para 2016?*

Escribe en tu diario tus revelaciones.

Luego, considera estas preguntas:

*¿Cómo pondré en acción mi entendimiento? ¿Cómo lo aplicaré en mis prácticas espirituales y en mi vida cotidiana?*

Lleva un registro de lo que aprendas al aplicar la enseñanza.

Cada vez que estudies los *sūtras* y los comentarios, descubrirás sutilezas y revelaciones sobre estas enseñanzas y cómo apoyan tu estudio, práctica, asimilación y aplicación del Mensaje de Gurumayi para 2016.

Otra sugerencia es que te reúnas con un grupo de Siddha Yoguis que también estén inscritos a la serie de comentarios, de manera que formen un **círculo de sādhana de Siddha Yoga**. Pueden estudiar juntos los *sūtras* y comentarios, y pueden compartir su entendimiento y las formas en que aplicarán estas enseñanzas a su práctica espiritual.

Qué al participar en esta serie tu entendimiento florezca en el verdadero conocimiento del Ser.