



Día de Acción de Gracias, 26 de noviembre de 2009

Las oraciones son el hilo dorado que ata los corazones del mundo: *Sri Dharma Mittra. Iluminando el camino de los maestros de yoga*

El alimento ha sido siempre reconocido como un regalo de Dios. La gente de diversas culturas y religiones toda reconoce la generosidad amorosa de Dios. Como recién nacidos tomamos del pecho de nuestras madres para buscar nutrición. De niños y a lo largo de nuestras vidas, la comida nos trae profundas experiencias emocionales. La mayor conexión de la humanidad con la comida es a través de Dios.

Nuestra humanidad nos une en nuestro agradecimiento a Dios por el sagrado regalo del sustento que nos da tan amorosamente. El acto de expresar gratitud por nuestra nutrición ha existido en la especie humana desde el principio de los tiempos. El Día de Acción de Gracias es una oportunidad para hacerlo por la recompensa de la Tierra que nos fue dada por su gracia divina. Como criaturas compasivas y sociales, desde las antiguas civilizaciones, siempre nos hemos reunido para compartir el alimento con nuestros hermanos y hermanas. La acción de compartir con agradecimiento al Señor por las provisiones nos conecta como uno y nos ayuda a entender mejor la naturaleza humana.

El hombre se dio cuenta de que sentir agradecimiento no es suficiente; debe ser expresado en la forma de dar gracias. Como resultado, el hombre comenzó a ofrecer oraciones como un acto de adoración por la comida, el regalo de la vida que viene del mismo creador. Las oraciones han sido el camino de la humanidad para comunicar esta gratitud con el Ser Supremo. Sin importar la fe o la creencia, los textos sagrados del mundo todo piden a los humanos que reconozcan el sagrado regalo del alimento. Dar gracias es un acto que ha incluido ofrendas, oraciones, bendiciones y rituales que comunican nuestra sagrada conexión con la vida en reverencia a Dios. En la medida en que la humanidad continúe reuniéndose para compartir la recompensa de la naturaleza y ofrecer gracias por la comida que está a punto de recibir, invitan a Dios a acompañarlos y la mesa se convierte en su altar. Mientras invitas a Dios a la mesa-altar, sé receptivo a la Divinidad y todos los regalos que nos son dados. El *Bhagavad-Gita* dice que el alimento es Dios.

Cuando te reúnas con amigos y familia para dar gracias, toma un momento para reflexionar sobre quién es nuestro creador y pensar que él está cenando con ustedes. Además de dar gracias con frecuencia en comidas familiares, sobre todo en ocasiones especiales como el Día de Acción de Gracias, debemos recordar hacerlo diariamente. Recuerda lo que Sri Dharma dice con frecuencia: “Si tomamos la comida sin mostrar agradecimiento, eso es como robar. Porque la comida es un regalo de Dios y es Dios, y debería ser tratada con respeto”.

Recuerda las palabras de nuestro amado Gurú: “*Dios está justo en el centro de tu pecho. Ese es nuestro corazón espiritual. El estómago que reside debajo del centro del corazón es*

la Mesa del Señor. Practica ahimsa y considera lo que estás por ofrecer al Señor como tu propio cuerpo en su altar. Mientras te sientas ante el banquete, practica aparigraha y toma sólo lo que necesitas, comparte de forma igualitaria con los demás. Mientras seguimos practicando yamas y niyamas y reposamos nuestra mente en Dios, nos hacemos más compasivos y nuestros cuerpos se limpian física, emocional y espiritualmente. El centro de nuestros corazones se vuelve más claro y estaremos más ligeros” Sri Dharma Mittra.

Mientras das gracias, recuerda que las oraciones son el hilo dorado que ata los corazones del mundo. Abracemos a nuestra familia universal de hermanos y hermanas, y expresemos nuestra profunda gratitud a Dios con una oración por nuestra nutrición y por esos que no tienen comida.

Oración del Día de Acción de Gracias- Oración hindú para las comidas:

La comida es una. Nosotros que ofrecemos la comida somos uno. El fuego del hambre es también uno. Toda acción es una. Quien entiende esto es uno.

Feliz Día de Acción de Gracias de parte del personal del Dharma Yoga New York Center y de los maestros Dharma. Con amor para todos nuestros amigos, estudiantes y maestros en todo el globo. Que seamos uno. ¡Que este sea un día de contento y de memoria de lo que tenemos!

Om Namah Shivaya Om

DYC