

## Baba está sempre comigo

por Sita Michele Shay

Em meados dos anos 1970, eu trabalhava como atriz na cidade de Nova York. Em várias ocasiões, enquanto atuava, eu me senti conectada com uma fonte de inspiração e sabedoria espontânea e ilimitada. Eu queria saber como retornar para aquele extraordinário manancial de criatividade e verdade. Entretanto, foi somente quando recebi *shaktipat* durante meu primeiro Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga que percebi que esse lugar era meu próprio Ser interior e que, através do mantra, eu poderia me reconectar com ele repetidas vezes.

Quando descobri que Baba Muktananda estaria residindo no Hotel DeVille, um resort em Catskills que tinha sido transformado no Ashram temporário de Baba durante o verão de 1976, imediatamente me inscrevi para ficar lá por um mês. Eu queria conhecer Baba pessoalmente e experienciar como seria passar um período prolongado imersa na *sadhana* e vivendo na presença de um Guru Siddha.

Durante aquele mês no DeVille, eu desenvolvi uma conexão ainda mais profunda com os ensinamentos e as práticas de Siddha Yoga e fiquei encantada com o êxtase que Baba emanava, especialmente a alegria no som de sua risada. A cada dia que passava, senti as paredes ao redor do meu coração amolecerem e se dissolverem enquanto eu experienciava a doçura do amor de Baba. Quanto mais tínhamos *satsangs* e *darshans* com Baba, mais eu ansiava por estar em sua presença.

Aquele anseio se intensificou durante o Intensivo que aconteceu pouco antes de Baba concluir sua visita aos Estados Unidos e retornar para a Índia. Eu estava sentada lá no fundo da sala de meditação, com fileiras e

mais fileiras de pessoas meditando na minha frente. Baba costumava caminhar pela sala enquanto dava a iniciação *shaktipat* nos Intensivos, tocando com sua varinha de penas de pavão no topo da cabeça dos buscadores. Eu podia ouvi-lo se movimentando pela sala. Abri os olhos e fiquei desfrutando de escutar o sussurro suave das penas de pavão enquanto observava Baba dando *shaktipat* nas pessoas do local. Testemunhar a incrível compaixão desse presente inestimável me acendeu um desejo de prolongar esse tempo precioso com Baba. Busquei em minha mente como eu poderia mantê-lo comigo.

Baba nos disse diversas vezes que o Guru, o mantra e quem repete o mantra são a mesma coisa. Pensando que essa poderia ser a resposta, fechei os olhos e disse a mim mesma para repetir o mantra internamente com toda a força do meu ser. *Om Namah Shivaya! Om Namah Shivaya!* Repeti o mantra muitas vezes.

De repente, o mantra desceu da minha mente para um lugar profundo dentro do meu corpo. Um sentimento eufórico sublime surgiu internamente e senti a presença de Baba dentro de mim. O sentimento se movimentava em meu interior conforme Baba andava pela sala de meditação. Meus olhos se abriram e procuraram por Baba pela sala. Para minha surpresa, ele estava olhando através da sala diretamente para mim. Transbordando de amor, inclinei a cabeça e, antes que eu percebesse, Baba estava atrás de mim tocando minha cabeça com sua mão. Senti que ele estava me confirmando que meu sentimento intenso de conexão interna com o Guru, com o Ser, era real.

Sou eternamente grata a Baba por me proporcionar essa experiência direta do ensinamento de que o Guru, o mantra e quem repete o mantra são uma coisa só. Ao longo de minha *sadhana*, que já dura cerca de 46 anos, descobri que não importa onde eu esteja, ou o que esteja fazendo, posso direcionar minha atenção para dentro através da repetição do mantra e me conectar

com a fonte criativa de toda a existência, a base do verdadeiro conhecimento — o Ser. Obrigada, Baba.



© 2023 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.