

Um momento de exploração interior

Divya Diksha de Baba Muktananda

por Eesha Sardesai

Em 15 de agosto, celebraremos o Divya Diksha de Baba Muktananda — o aniversário do dia, em 1947, em que Baba recebeu a iniciação *shaktipat* de seu Guru, Bhagavan Nityananda. Foi um momento decisivo — certamente para Baba em sua própria *sadhana*, conforme ele relata em sua autobiografia espiritual, *Jogo da Consciência*, mas também para todas as pessoas que, nos anos e décadas seguintes, começariam a seguir o caminho de Siddha Yoga. A concessão de *shaktipat* de Bade Baba a Baba preparou o terreno para que Baba estabelecesse, posteriormente, o caminho de Siddha Yoga.

Se você leu meus textos do início de agosto, sabe que Gurumayi indicou a meditação e *mantra japa* como nosso foco para este mês. É um foco que podemos aplicar à nossa celebração de cada uma das datas comemorativas de agosto.

Ao falar sobre o Punyatithi de Bade Baba na semana passada, escrevi sobre o poema de Gurumayi *Um Templo Sem Forma* e sobre como o mundo ao nosso redor pode servir de inspiração para nossas práticas de meditação e *mantra japa*. Agora, enquanto nos preparamos para o Divya Diksha de Baba Muktananda, podemos levar essa exploração *para o nosso interior*. Baba incentivava os buscadores a examinar as profundezas do mundo interior, explicando que nossa percepção e experiência do mundo externo estão diretamente relacionadas ao que passamos a conhecer sobre nós mesmos. Baba deixou este ensinamento emblemático:

Medite em seu Ser.

Honre o seu Ser.

Compreenda o seu Ser.

Deus habita em você como você.

Dependendo do contexto, Baba apresentava versões ligeiramente diferentes do ensinamento. Às vezes, por exemplo, ele incluía a frase “Adore o seu Ser”. No entanto, fundamentalmente, o significado era o mesmo: *Volte-se para dentro. Vá para o interior*. Entre 1970 e 1981, Baba realizou três Turnês Mundiais e falou sobre sua intenção de criar uma “revolução da meditação”. Sempre me senti fascinada por essa expressão. *Revolução* é uma palavra que costumamos associar a mudanças *externas*. Trata-se do conjunto de ações que as pessoas empreendem para promover a diferença que desejam ver em sua vida, em sua sociedade, em seu país e no mundo como um todo.

Mudanças incríveis, abrangentes e, por vezes, tumultuadas resultaram de tais revoluções. A Índia, por exemplo, conquistou sua independência exatamente no mesmo dia em que Baba recebeu *shaktipat* — 15 de agosto de 1947. O que significa, então, que uma revolução ocorra no *interior*? Compreendo, a partir dos ensinamentos de Baba, que a mudança também deve ocorrer no nível do coração humano. De fato, é *essa* a mudança mais duradoura: a transformação que acontece quando as pessoas veem a divindade em si mesmas e começam a reconhecer essa mesma divindade nos outros. Já escrevi anteriormente sobre o desejo de Gurumayi de que todos nós “façamos deste mundo um paraíso melhor”. Para isso, devemos começar por nós mesmos.

Como Baba indica em seu ensinamento, podemos praticar a meditação no Ser. Também podemos praticar *mantra japa*. Quando Baba concedeu a iniciação *shaktipat* a Baba Muktananda, ele transmitiu o mantra *Om Namah Shivaya*. Mais tarde, Baba transmitiria esse mesmo mantra a milhares de buscadores no mundo inteiro. Ao repetir esse mantra, que está carregado

com a graça do Guru, estamos invocando nosso próprio Ser interior. Estamos dizendo: “*Om*. Eu reverencio Shiva, o Ser de todos, o Ser interior.”

Baba falava frequentemente sobre o poder da repetição do mantra e sua conexão com a meditação. Podemos recorrer às palavras de Baba agora, enquanto nos dedicamos a essas duas práticas em honra ao seu Divya Diksha.

“O mantra”, diz Baba, “carrega você para o lugar da meditação. É a voz da alma. É somente durante a *sadhana*, enquanto você pratica disciplinas espirituais, que um mantra é apenas um mantra, um conjunto de palavras. Quando começa a dar frutos, ele é o próprio Senhor supremo; ele é você.”¹



© 2026 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

¹ Swami Muktananda, *What Is An Intensive?*, 2ª ed. [S. Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1995], p. 13.