

Uma palavra poderosa

Refletindo sobre os ensinamentos de Gurumayi Chidvilasananda

por Eesha Sardesai

No caminho de Siddha Yoga aprendemos com nossa amada Guru, Gurumayi Chidvilasananda, sobre o tempo de Deus e acreditamos que as coisas acontecem no tempo de Deus. É uma crença que nos mantém inspirados. É uma crença que nos dá uma âncora e nos ajuda a retornar ao centro, não importa o quanto tenhamos nos distanciado.

Foi nas correntezas do tempo de Deus que fomos impelidos para a primavera. E talvez sejam esses mesmos movimentos misteriosos e não lineares do tempo que mantêm o início do ano tão fresco em nossa memória coletiva.

Eu gostaria de revisitar um dos *satsangs* com Gurumayi do qual participamos no início deste ano. Aconteceu no dia 7 de janeiro, em honra ao 51º aniversário da recitação da *Shri Guru Gita* como parte da Programação Diária no caminho de Siddha Yoga. Tive o privilégio de oferecer *seva* como redatora para esse *satsang*, e os ensinamentos que Gurumayi nos ofereceu permaneceram comigo, especialmente o que Gurumayi falou sobre a virtude, o princípio universal de “*bom*”.

No *satsang*, Gurumayi citou um aforismo do *Svacchanda Tantra*: “*Nashivoam vidyate kvachit*”¹. “Não existe lugar em que Shiva não esteja. Não existe lugar em que Deus não esteja.” Gurumayi explicou que, esteja nossa mente calma ou agitada durante a recitação da *Shri Guru Gita*, continuamos “em Shiva”. Continuamos “nos divertindo com Shiva”.

Lembro-me de repentinamente ter ficado consciente da atmosfera — no Templo e em toda a **Sala Universal de Siddha Yoga** — quando Gurumayi disse isso. Tudo estava quieto e tudo estava dinâmico. Tudo estava calmo e intensamente vivo. “O Senhor Shiva realmente *está* aqui”, pensei, “conosco, ao nosso redor, até mesmo nas partículas do ar.”

Ouvi com uma atenção arrebatada quando Gurumayi continuou. “Shiva é brincalhão”, ela disse. “Shiva é Consciência, assim como vocês. Quero que vocês se sintam bem consigo mesmos.”

Uma das coisas que tenho observado ao longo dos anos é que, sempre que Gurumayi transmite sua sabedoria, ela nos dá o meio pelo qual podemos implementar essa sabedoria imediatamente. E assim foi em 7 de janeiro. Gurumayi nos disse a todos para “*nos sentirmos bem* pelo resto do dia e ao longo da noite”.

“Se alguém perguntar, *Como vai você?...*”

Gurumayi fez uma pausa e então disse com um sorriso perspicaz: “Bem.”

“*Como você está?*”

Novamente, o mesmo sorriso doce. “Bem.”

“Então deixe a bondade vir à tona”, disse Gurumayi. “Quando você vir o Guru, sinta-se bem. Quando vir o céu, sinta-se bem. Quando olhar para a água que está bebendo, sinta-se bem. Apenas faça a *dharana*: ‘Bom, *accha*. Bom, *accha*’.” (A maioria dos Siddha Yogues acabaram conhecendo essa palavra, *accha*, ao ouvir Gurumayi falando em *satsang* sobre uma das frases típicas de Baba: *bahut accha*. No idioma hindi, *bahut accha* significa “muito bom”.)

Em seguida Gurumayi explicou: “Eu disse *bem*. Não estou dizendo *melhor*. Não tente ficar melhor agora. Não estou dizendo *o melhor*. Não tente ser o

melhor. E também não tente ser melhor que o melhor. Simplesmente bem. Lembre-se: eu não disse ‘esteja bem’. Simplesmente bem.”

Nos dias e semanas que se seguiram ao *satsang*, fiquei refletindo sobre as palavras de Gurumayi, em seu significado.

Recentemente me lembrei de algo que certa vez ouvi Gurumayi dizer em um *darshan*: “Cada um de vocês herdou a bondade dos céus”, disse Gurumayi, “e vocês carregam isso em seu ser.” Acredito que era essa mesma bondade que Gurumayi estava convocando em nós, no dia 7 de janeiro. Senti que o encorajamento dela para que *deixássemos aquela bondade se manifestar* foi como um suave vento a favor, apoiando nossos esforços para experimentar tudo que temos dentro de nós.

Também tenho refletido sobre o que Gurumayi disse sobre o Senhor Shiva — como ela nos garantiu que estamos sempre com o Senhor Shiva, que estamos eternamente morando na consciência de Shiva. Em sânscrito, *Shiva* literalmente significa “bom” e “auspicioso”. Se de fato não existe lugar neste universo onde a bondade do Senhor Shiva não reside, então, conseqüentemente, nós, como habitantes deste universo, como pessoas feitas da mesma Consciência que forma o tecido do universo, também devemos ser bons. Portanto, quando dizemos “Eu sou Shiva”, não se trata de uma hipérbole. É uma declaração da verdade mais fundamental de nossa vida neste mundo.

Isso me leva ao foco principal das minhas reflexões: a orientação de Gurumayi de como aplicar a sua sabedoria. Podemos responder à essa pergunta que com frequência as pessoas nos farão, “*Como vai?*”, dizendo “*Bem*” com a consciência de nossa bondade inata. Desta forma tratamos a interação como uma oportunidade de evocar e experimentar nossa bondade e de compartilhar essa bondade com quem quer que esteja diante de nós.

Para ser clara, isso é diferente da forma convencional de trocar cordialidades, em que “Bem” é uma resposta padrão, algo que se diz de forma mecânica, independente de como a pessoa está de fato se sentindo. O ensinamento de Gurumayi não é sobre dar uma resposta frívola ou superficial. Na verdade, seu ensinamento nos estimula a superar este tipo de comportamento automático. Gurumayi coloca diante de nós o desafio de nos *sentirmos* bem — em outras palavras, de ter a intenção verdadeira daquilo que estamos dizendo.

Agora me vêm à mente as palavras em hindi *bhav* e *bhavana*; alguns de vocês podem já ter estudado essas palavras, ou ao menos conhecê-las. *Bhavana* indica um sentimento mais fugaz, uma emoção temporária, enquanto *bhav* refere-se a uma postura interior mais profunda. *Bhav* é um substrato estável de um espaço que não é afetado pelos aspectos mais transitórios da realidade vivida. Assim como *bhavana*, *bhav* pode se manifestar como uma experiência que é sentida, embora esse “sentimento” apresente um tom marcadamente diferente das emoções mais superficiais.

Minha percepção é que, quando Gurumayi falou sobre *sentir-se bem*, ela estava se referindo ao *bhav* da bondade que todos temos dentro de nós, o espaço interior mais profundo. Além do mais, as palavras de Gurumayi nos conectam com esse espaço. Eu percebo que quando me permito habitar nele, os outros pensamentos ou emoções que eu possa estar vivenciando se tornam menos proeminentes; o barulho deles se aquieta. É como se Gurumayi estivesse me dando uma lente de aumento para meu próprio ser, que me permite dar zoom naquilo que é mais benéfico — e assim me aproximar do restante de meu mundo interior com maior perspectiva, clareza e objetividade.

Eu encorajo você também a usar essa lente em toda oportunidade que tiver e a descobrir diferentes maneiras de fazer isso. Uma prática a que me afeiçoei é a de tomar nota de três a cinco coisas por dia que me lembram da minha própria bondade. Sendo escritora, gosto de levar comigo uma

caderneta para anotar tais ideias e inspirações ao logo do dia. (Sim, mesmo na era digital, alguns de nós da geração do milênio ainda estamos usando papel e caneta.)

Dê sua atenção à prática desse ensinamento, da maneira que preferir. Faça com que sua intenção seja praticar, praticar e *continuar* praticando encontrar aquela bondade dentro de você, a bondade que desabrocha em qualquer estação, seja interna ou externa, a bondade que prevalece mesmo diante de alguma dificuldade (de novo, interna ou externa) que possa obscurecê-la. Nós, todos nós, podemos fazer o bem *acontecer*. Podemos fazer o bem acontecer para nós, para os outros, para o mundo em que vivemos. Não precisamos nos esconder do bem que nos foi presenteado por Deus. Podemos cuidar dessa bondade; podemos desfrutar dela e compartilhá-la. É nosso direito de nascença. É nossa responsabilidade.

Como Gurumayi já disse: “É dever de toda a humanidade garantir que o poder transformador da bondade prevaleça.”

Como conclusão, eu gostaria de compartilhar com vocês um poema que escrevi. Talvez vocês se lembrem de que eu **falei de poesia** em dezembro de 2022 — falei sobre levar para o novo ano toda a criatividade que nós demonstramos nos poemas que escrevemos sobre o **Cartão de Boas Festas de Gurumayi**.

Este poema surgiu enquanto eu refletia sobre os ensinamentos de Gurumayi no *satsang* de Siddha Yoga em 7 de janeiro de 2023.

Na tempestade elétrica
e nos círculos do meu giro,
na alegria que cintila alaranjada
e nos milhões de desgostos cotidianos
passando no intervalo de um segundo,

está lá,
suave, centrípeta,
uma gravidade do bem,
me atraindo para aquele
raio de sol, a energia pura
da qual sou feita,
me conduzindo para a
essência do que é,
para a liberdade de

uma vastidão

pulsante,

um grandioso

e

magnífico

saber.

Quero compartilhar uma última coisa: quando terminei de escrever esse poema, me veio uma lembrança ressonante e doce. Era a voz de Gurumayi, suas palavras em um *satsang* alguns anos atrás.

“Vamos nos encontrar”, disse ela, “no campo da Consciência.”



© 2023 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

¹ *Svacchanda Tantra* 4.314.