

# Meditação sobre as palavras de Swami Muktananda

*Satsang de Siddha Yoga em honra à Páscoa*

por Eesha Sardesai

## O templo de Deus

Na história que Baba Muktananda conta em *Jogo da Consciência*, o santo agradece a todos e a tudo ao seu redor — incluindo seu Guru, as quatro direções e os cinco elementos — à medida que se aproxima do momento de sua morte. Por fim, diz Baba, o santo “agradeceu e honrou seu corpo, o templo de Deus que anda, se movimenta e fala.”<sup>1</sup>

Esse conceito, de que o corpo é o templo de Deus — de que a presença de Deus pode ser encontrada dentro da própria pessoa — aparece em várias tradições religiosas e espirituais. Na Bíblia cristã, por exemplo, existe a célebre passagem: “Vejam, o reino de Deus está dentro de vocês.”<sup>2</sup> O Alcorão descreve Alá criando seres humanos a partir de argila e insuflando seu próprio espírito neles.<sup>3</sup> E nas escrituras da Índia, que Baba adorava usar em suas palestras e conversas com devotos, encontramos versões desse ensinamento repetidas vezes. Considere o seguinte verso do *Jnaneshvari*, o comentário sobre a *Bhagavad Gita* pelo grande poeta-santo Jnaneshvar Maharaj. Escrevendo sob a perspectiva do Senhor Krishna, o poeta-santo diz: “Não há dúvida de que eu existo em todas as formas e tudo reside em mim.”<sup>4</sup>

Em certa medida, então, essa é uma verdade amplamente conhecida. Nosso corpo abriga Deus. A questão é: como conciliamos essa verdade com a experiência diária de viver neste corpo? Lembro de ter ficado infinitamente perplexa com isso quando era criança. Foi antes de eu ter qualquer compreensão intelectual real dos ensinamentos de Siddha Yoga,

antes mesmo de ter palavras para articular adequadamente a causa da minha consternação. Eu ficava olhando pela janela, às vezes por horas a fio, me perguntando por que as pessoas me chamavam pelo meu nome. Por que achavam que *esse* nome, esse rosto e esse corpo eram *eu*. Havia um eu *dentro* de mim — eu tinha certeza disso — e isso parecia mais com o “verdadeiro” eu do que com qualquer um desses adornos externos com que as pessoas pareciam tão fixadas.

Eu não conseguia entender isso, não até começar a estudar os ensinamentos de Gurumayi e de Baba anos depois, de forma séria. Acho que é por isso que acho o ensinamento clássico de Baba “Deus habita em você como você” tão revelador — e especialmente as duas últimas palavras, “como você”. Ele resolve a dúvida que eu tinha quando criança; aquietava aquela velha ansiedade. O “eu” que eu desejava desesperadamente que as pessoas vissem não existia separadamente do “eu” que elas *conseguiam* ver. (Para saber mais sobre o ensinamento de Baba e o que ele significa, recomendo a leitura da maravilhosa palestra de Swami Ishwarananda sobre o assunto.)

Acho a imagem que Baba apresenta aqui, do corpo como um *templo*, especificamente, a mais esclarecedora. Quando penso em estar em um templo, a experiência que tenho — de estar na presença muito palpável da divindade — começa assim que meu pé cruza o limiar. Às vezes começa antes disso, quando vejo a arquitetura do templo de fora, seu *kalash* subindo em direção ao céu. Claro, quanto mais fundo entro nas câmaras do templo, quanto mais me aproximo do *sanctum sanctorum*, mais visceral pode ser minha experiência de Deus. Mas tudo que precede isso também faz parte da experiência; tudo isso molda a maneira como me aproximo, compreendo e valorizo a deidade. Nesse sentido, estar no templo não pode ser algo separado de estar com Deus.

Com relação a isso, quero perguntar: Quais passos você pode dar (ou dá) para se lembrar de que seu corpo é uma expressão de Deus? Você já

arranjou tempo para respirar o espírito da primavera e deixar que ela envolva sua visão com sua promessa e possibilidade?



© 2026 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

---

<sup>1</sup> Swami Muktananda, *Jogo da Consciência: Uma autobiografia espiritual*, 1ª ed. (Rio de Janeiro, RJ: SYD Brasil, 2000), p. 270.

<sup>2</sup> Lucas 17:21.

<sup>3</sup> Veja, por exemplo, *Alcorão* 15:28-29, *Alcorão* 32:9 e *Alcorão* 38:71-72.

<sup>4</sup> *Jnaneshvari*, cap. 6, verso 390; Swami Kripananda, *Jnaneshwar's Gita: A Rendering of the Jnaneshwari* (Albany, NY: SUNY Press, 1999), p. 82.