

Meditação sobre as palavras de Swami Muktananda

Satsang de Siddha Yoga em honra à Páscoa

por Eesha Sardesai

Introdução

No caminho de Siddha Yoga, aprendemos — e temos a experiência — que os ensinamentos do Guru transcendem diferenças como raça, religião, nacionalidade e contexto cultural. Nossa Guru, Gurumayi Chidvilasananda, falou sobre isso recentemente em Mahashivaratri deste ano. Também é um princípio que o Guru de Gurumayi, Baba Muktananda, frequentemente ensinava em *satsangs*.

Todo ano, na Páscoa, sou lembrada dessa verdade. Eu não cresci celebrando a Páscoa (pelo menos não no sentido tradicional e religioso), mas, por causa dos ensinamentos de Gurumayi sobre a Páscoa, pelo respeito que ela sempre deu ao que a Páscoa simboliza, passei a sentir uma afinidade especial por esse feriado. A Páscoa, como ensina Gurumayi, é um tempo de despertar e redespertar. É um momento para lembrar o valor da vida.

Esses temas ficaram evidentes no *satsang* de Siddha Yoga realizado por Gurumayi em 4 de abril de 2026, em honra ao feriado da Páscoa. O *satsang*, intitulado “Respire o Espírito da Primavera”, foi transmitido ao vivo em vídeo do Templo de Bhagavan Nityananda no Shree Muktananda Ashram. Ele aconteceu dentro da Sala Universal de Siddha Yoga — “a cintilante cúpula azul”, como Gurumayi a chamou.

Durante o *satsang*, invocamos o Senhor Shiva — o Adi Guru, o Ser supremo personificado, aquele que supervisiona todos os muitos movimentos e flutuações deste universo manifesto. Sob os auspícios do

Senhor, a vida começa, termina e recomeça. Escutamos o ritmo cinético do *damaru*, o tambor do Senhor Shiva, que ressoa com o som primordial *AUM*, e o radiante hino “Shiva Shiva Shiva”, cantado pelo grupo de música. Cantamos o *namasankirtana Jaya Jaya Shiva Shambho* na majestosa *raga Darbari*, depois oferecemos *arati* ao Guru. Também ouvimos Ben Williams, um estudioso do sânscrito e das religiões do sul da Ásia, enquanto ele nos falava a partir de Kashi (também conhecido como Varanasi ou Benares). Essa cidade no norte da Índia é renomada na cultura e nas escrituras indianas por ser um local de morada do Senhor Shiva.

A pedido de Gurumayi, Ben leu um trecho que ela selecionou da autobiografia espiritual de Baba Muktananda, *Jogo da Consciência*. Depois, Ben compartilhou comigo que esse é seu trecho *favorito* de *Jogo da Consciência*. É um trecho sobre o qual ele reflete profundamente desde que o leu pela primeira vez na adolescência, e ele compartilhou e discutiu essa história com muitos Siddha Yogues e amigos ao longo dos anos. Então, quando Ben recebeu o pedido de Gurumayi para ler, ficou surpreso com a sincronicidade.

Além disso, Ben me contou que, nos últimos dois anos, ele tem estudado extensivamente as palavras de Baba. Ele adotou a prática de ler trechos dos livros de Baba todas as manhãs antes de cantar e meditar. Ben disse: “Este foi um dos convites de *seva* mais belos e oportunos que já recebi: ler as palavras de Baba, com as quais recentemente venho construindo um novo relacionamento, e então descobrir que o trecho era um que eu amava profundamente.”

No trecho, Baba relata a história de um santo que estava se aproximando da morte. O santo, que sabia que seu tempo na terra estava chegando ao fim, fez questão de agradecer àqueles que o apoiaram ao longo da vida. Por fim, agradeceu ao próprio corpo. Baba detalha as expressões específicas de gratidão que o santo faz ao seu corpo, e então Baba resume a lição fundamental que devemos aprender com essa história.

Para esta próxima “Meditação” sobre as palavras do Guru, Gurumayi pediu que eu foque nas palavras de Baba, de *Jogo da Consciência*. Gurumayi explicou que é fundamental que as pessoas entendam o que Baba está nos transmitindo aqui sobre o valor do corpo humano e da vida humana. Muitas vezes, neste mundo, a vida humana é tratada como descartável. Todos os dias, vidas são perdidas para guerras, doenças, fome, desastres naturais e outras tragédias do tipo. Como já escrevi antes, é fácil nos tornarmos insensíveis à morte quando ela acontece de forma tão incessante ao nosso redor, e numa escala tão imensa. Isso talvez seja especialmente verdade quando essas mortes parecem distantes de nós — quando não afetam diretamente aqueles que conhecemos ou os grupos com os quais nos identificamos.

Acho que o que pode acontecer, quando nos acostumamos tanto com a morte — e a morte *em massa*, falando claramente, a morte ocorrendo de maneiras que poderiam parecer chocantes se não fossem tão comuns — é que a vida também perde um pouco de seu brilho aos nossos olhos. Parece paradoxal, eu sei. Mas acredito que um tipo de fatalismo pode surgir quando aceitamos, em algum nível, que é assim que o mundo funciona. Que os outros morrem, que nós morremos, que todos somos apenas números esperando para serem chamados. Podemos nos tornar irreverentes em nossa maneira de encarar a vida — na forma como nos tratamos e como nos relacionamos com os outros. A pergunta não dita — aquela que ecoa logo abaixo da superfície de nossa mente consciente — é: “Que diferença isso faz?”

Uma das razões pelas quais os ensinamentos dos Gurus são tão poderosos é que, quando trabalhamos com esses ensinamentos — quando os contemplamos com diligência e cuidado — podemos chegar a uma resposta para essa pergunta. Podemos experienciar essa resposta. A vida importa *sim*. Sabemos disso em nosso íntimo. A vida é preciosa. Podemos listar as inúmeras razões para isso.

Esta próxima “Meditação” será um pouco diferente das anteriores. Para começar, vou focar nas palavras de Baba. Além disso, vou manter minhas reflexões um pouco mais... *concisas*... desta vez. Já falei sobre como seus comentários foram maravilhosamente perspicazes em resposta a “Meditação sobre as palavras de Gurumayi” — como está claro que vocês têm refletido profundamente sobre as palavras do Guru e sobre os pensamentos e questões que venho compartilhando a respeito dessas palavras. Nosso Círculo de Sadhana digital tem sido uma fonte fértil de inspiração e aprendizado — certamente para mim, e espero que para você também.

Então, de certa forma, estou passando a palavra para *vocês* este mês. É claro, ainda vou compartilhar um pouco do que penso. Ainda vou convidá-los a considerar as mesmas perguntas que estou fazendo a mim mesma. Mas estou entusiasmada para que os *seus* pensamentos assumam a posição de destaque — e para que nós descubramos, juntos, o quão vibrantes e relevantes as palavras de Baba continuam mais de cinquenta anos depois de ele as escrever.

“Meditação sobre as palavras de Swami Muktananda” será publicada em partes ao longo do mês de abril, no site do caminho de Siddha Yoga. É, como acho que você deve concordar, uma maneira muito apropriada de darmos início à primavera e avançarmos rumo à nossa celebração do mês de aniversário de Baba Muktananda, em maio.

