

Experiências de Siddha Yogues ao Criar Obras de Arte com Base na Mensagem de Gurumayi para 2017

Gurumayi Chidvilasananda transmite sua Mensagem para o ano no Satsang *Uma Doce Surpresa*. Esta Mensagem se torna um referencial para Siddha Yogues e novos buscadores ao longo de todo o ano. Uma das maneiras que muitas pessoas ao redor do mundo usam para estudar a Mensagem de Gurumayi é através da expressão artística. Gurumayi solicitou que estas pessoas contribuíssem com a galeria do site do caminho de Siddha Yoga, caso desejassem, expondo suas obras.

Veja como surgiu esse pedido. Um dia Gurumayi perguntou aos sevitas que cuidam do site do caminho de Siddha Yoga: “O que vocês acham de publicar as obras de arte das pessoas que estudam a Mensagem de maneira criativa? Será que não vai inspirar e deleitar os outros profundamente ao ver a Mensagem sob um outro ponto de vista?” Os sevitas espalharam a notícia e as obras de arte — pinturas, desenhos, fotos e todas as formas de arte — começaram a chegar de todos os cantos!

Somos tão afortunados, pois muitas pessoas generosamente contribuíram com suas expressões artísticas baseadas na Mensagem de Gurumayi!

Aproveite a leitura desses relatos notáveis sobre o processo de criação de algumas destas obras de arte.



Minha lembrança do processo criativo para esta imagem é de muita alegria e satisfação. Tive a sorte de desfrutar de vários dias de um período ininterrupto de criação e poder ficar absorto no processo da pintura. Também tive a sorte de estar em um belo lugar, cheio de luz e cor. Muitas vezes achei que ver aquela beleza era como respirar *a fragrância do Coração*.

Deixei que o processo de desenhar e pintar acontecesse de uma maneira muito orgânica. Me envolvi completamente e perdi toda a noção de tempo. Ao me concentrar na criação de uma expressão da Mensagem de Gurumayi, me dei conta de que, quando crio desta forma, estou experienciando o Ser e me abro para as ondas de inspiração. Estou me permitindo ter o *deleite na luz do Ser Supremo* enquanto faço arte – e isso é realmente extasiante!

Estou muito grato por saber que posso alcançar este lugar tão poderoso e silencioso que está no meu interior enquanto pratico algo que adorei fazer durante toda a minha vida.

um Siddha Yogue de Kentucky, EUA



Estive pensando em fazer uma pintura inspirada na terceira parte da Mensagem de Gurumayi:

Expire suavemente o poder benevolente do Coração.

A imagem que me ocorreu foi o de uma ponderosa onda no oceano, envolvendo um coração, com luz fluindo para fora sobre uma água calma. Conforme pintava, vi a calmaria da água refletindo a forma de um coração cintilante e isso me levou a um entendimento mais profundo da Mensagem. Me dei conta de que quando vamos para a nossa quietude interior, nos “deleitamos” na luz cintilante que Gurumayi cita em sua Mensagem – e essa luz também é refletida para fora, tão naturalmente quanto a exalação da respiração.

Conforme continuava pintando, vi mãos emergindo da espuma da onda, em um gesto de oferecimento. Isto revelou uma outra camada de significado para mim. Quando oferecemos de coração, passamos a fazer parte de um infinito ciclo de dar e receber. O presente mais poderoso que podemos dar ou receber é amor e compaixão que vêm do coração – e isso novamente é tão natural para nós como respirar.

uma Siddha Yogue da Carolina do Norte, EUA



Esta imagem foi criada enquanto contemplava a mensagem de Gurumayi no Dia da Terra. Vejo a Terra como uma manifestação benéfica e poderosa do Ser Supremo. Na imagem, o globo azul é a luz da Consciência que surge da coluna branca. O copo de leite simboliza a abundância e a beleza regenerativa da natureza. Uma tonalidade dourada envolve a imagem representando a graça de Deus e o poder consciente.

Contemplar a Mensagem de Gurumayi me incentiva a explorar a energia sublime e sutil revelada nas infinitas formas existentes neste mundo, sejam grandes ou pequenas, e que nutrem nosso próprio ser.

uma Siddha Yogue da Califórnia, EUA



Criar com as cores me traz alegria, especialmente quando encontro cores que harmonizam bem. Para a minha expressão criativa focada na mensagem de Gurumayi, permiti à respiração simplesmente ser. Ao longo dos meses que levei para completar meu desenho, não tive nenhuma expectativa em mente.

Nos últimos dias, conforme Ganesha ia surgindo na obra, precisei dar uma pausa para contemplar o que Ganesha, o removedor de obstáculos, tinha a ver com a Mensagem de Gurumayi e a respiração.

Percebi que a respiração é um presente da vida. As emoções muitas vezes nos levam a conter a respiração e tencionar nossos músculos. À medida que integramos a Mensagem de Gurumayi ao nosso ser, a respiração é liberada desses padrões emocionais, flui naturalmente e nos leva à serenidade de viver o momento.

uma Siddha Yogue de New York, EUA



Como artista, gosto de usar a luz para criar uma ambientação, mas isto pode ser desafiador. Em geral fico tão hipnotizada quando observo a cor se movendo através da aquarela que perco o foco. Conforme pratiquei a Mensagem de Gurumayi para 2017 e pausei para absorver cada frase, desenvolvi uma percepção mais estável e focada. Agora é mais fácil me afastar do cavalete para dar uma pausa e respirar enquanto espero a pintura me dizer o que fazer em seguida. Às vezes as pausas duram um momento, às vezes bem mais. Sempre retorno com um olhar renovado. Conforme foi ficando mais confortável para eu pausar, também foi ficando mais fácil ver e retratar a ênfase da luz e da ambientação na minha pintura.

Lótus num Lago Púrpura levou cerca de três meses para ficar pronta – ao pintar entre as pausas. Instalada num lugar onde eu poderia vê-la facilmente, a pintura foi me contando qual deveria ser cada um dos próximos passos e como adicionar a luz.

uma Siddha Yogue de Rhode Island, EUA



Mantenho uma cópia da Arte da Mensagem e da própria Mensagem de 2017 perto do meu assento de meditação e as contemplo diariamente. Da mesma forma, quase todos os dias me sento para pintar, às vezes por alguns minutos e às vezes por horas. Nem sempre sei o que surgirá. Com o tempo, esta pintura se transformou em fileiras de plantas vivas dançando sob a luz, deleitando-se na luz. A experiência de pintar estas plantas me levou de volta ao deleite dentro de mim, de volta à Mensagem de Gurumayi e à respiração.

uma Siddha Yogue de Louisiana, EUA



Coloquei uma das minhas flores favoritas, uma peônia, no meu espaço de meditação. Durante a meditação, ao inalar a fragrância da flor, vi pétalas dentro do meu coração na forma de luz rosa. Retive a respiração por alguns segundos e vi uma chama, ou um sol, no coração, e esta luz se tornou o centro da peônia na pintura que se seguiu. Quando expirei, vi a cor verde que cercava as cores rosa e amarela no meu coração. As pétalas cor de rosa, o amarelo do centro da peônia e as folhas verdes ao redor da flor se transformaram nos elementos desta aquarela.

Sempre achei fácil ver Deus na natureza. Conforme olhei profundamente dentro da flor, experienciei a Mensagem de Gurumayi. Cada frase me levou a uma nova percepção de como a respiração aprofunda a minha experiência da essência divina no meu interior.

uma Siddha Yogue de Nova York, EUA



Em várias meditações, conforme focava a percepção na respiração, surgia um jogo de luz interior assumindo várias formas e contornos. Conforme percebia pequenos pontos de luz se expandindo para um vasto oceano de luz brilhante eu me maravilhava. Este espaço era uma profunda quietude dentro de mim, onde nada existe, mas tudo vem a existir.

Quando me perdi naquela luz pude sentir uma fragrância delicada, uma fragrância doce como se fosse de uma flor, e naquele momento um sentimento de contentamento tomou conta de mim. Me senti tão livre, tão leve como um pássaro estendendo suas asas, apesar de ainda estar cercada por aquela fragrância e absorvendo-a.

Associei o pássaro com minha Guru, com sua graça e, ao mesmo tempo, com o meu esforço de praticar a sua Mensagem para o ano de 2017.

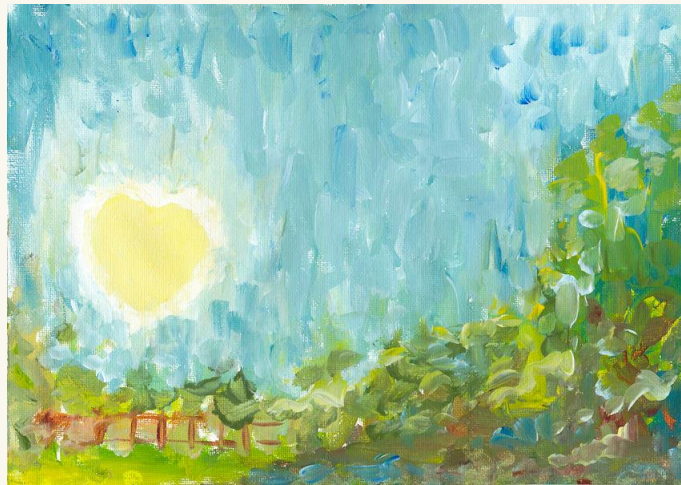
uma Siddha Yogue de Heidelberg, Alemanha



Participei de *Uma Doce Surpresa* 2017 diversas vezes enquanto estive disponível no site do caminho de Siddha Yoga. Durante uma dessas vezes, estava sentada no jardim de minha casa e percebi que uma das minhas roseiras tinha uma única flor. Era uma rosa de duas cores, com uma fragrância muito doce e sua forma me lembrou um lótus. Naquele momento pude ver a rosa de uma maneira bem mais fácil de desenhar. O que antes sempre me pareceu complexo se tornou muito simples.

Agora estamos no final da primavera e minhas rosas estão novamente florindo. Quando as vejo, me lembro da Mensagem de Gurumayi e da fragrância do coração.

uma Siddha Yogue de Leichhardt, Austrália



Enquanto meditava, contemplava as palavras de Gurumayi em sua Mensagem para 2017,

Expire suavemente o poder benevolente do Coração.

Meu coração ficou leve. Mais tarde comecei a pintar meu coração como o sol, sua luz irradiando para fora, levando calor e luz a tudo que tocava. A natureza parecia tão viva.

Agora, quando vou caminhar, percebo a natureza de uma forma expandida. Percebo mais sua quietude e vibração, e minha respiração se solta.

uma Siddha Yogue de Leichhardt, Austrália



Ao contemplar as palavras de Gurumayi,

Inspire profundamente a fragrância do Coração

fui inspirado a observar a maneira como a Mãe Natureza reflete minhas experiências interiores. O movimento do ar que inspiro e expiro pode ser visto numa escala grande, tal como as nuvens que se movem no céu.

Me perguntava até *que profundidade* poderia observar a respiração indo para o meu interior. Imaginava as profundezas do oceano e experienciava aquele espaço calmo onde a inspiração e expiração se fundem.

Então imaginava a *fragrância* se juntando, naquele espaço, na forma do *Coração*.

um Siddha Yogue de Jona, Suíça



Foram as primeiras palavras da mensagem de Gurumayi, *inspire profundamente*, que inspiraram minha obra. Conforme deixo as cores brincarem sobre a tela, sigo o padrão da minha própria respiração — algumas vezes forte e vigorosa, outras calma e relaxada, e às vezes profunda e inspiradora. Minha própria respiração está conectada à respiração de todos, no mundo inteiro. Foi isso que a mensagem de Gurumayi me ensinou — e o que essas espirais significam para mim.

uma Siddha Yogue de Louisiana, EUA



Depois de receber a Mensagem de Gurumayi para 2017, fiquei inspirado a expressar minha contemplação e criatividade através da pintura. Estudar os ensinamentos de Gurumayi através da pintura me ajuda a compreendê-los e me dá novos insights sobre seu significado.

Desenhei um lago de néctar para representar o Coração no ensinamento de Gurumayi,

Inspire profundamente a fragrância do Coração.

Visualizei um corpo humano firmemente estabelecido em uma postura de meditação estável enquanto contemplava as palavras de Gurumayi,

Deleite-se na luz do Ser Supremo.

Fui inspirado a desenhar um riacho jorrando da montanha para o próximo ensinamento de Gurumayi,

Expire suavemente o poder benevolente do Coração.

um Siddha Yogue do Texas, EUA



Pintar para a Galeria de Expressões Criativas de 2017 tem sido minha principal maneira de estudar e praticar a Mensagem de Gurumayi. Quando me sento para pintar, Gurumayi é minha motivação, Gurumayi é minha inspiração.

É calmo, sem perturbação alguma. Tem o papel para pintar, um pouco de água, um pincel, tintas acrílicas em tubos. Não existe nenhum conceito, não há plano. Seguro o pincel na mão. Um tubo é apanhado, aberto e uma quantidade exata de tinta é espremida do tubo para a paleta. O pincel é mergulhado na água e a tinta toca o pincel.

Cada movimento, cada forma ou contorno que ocorre parece pura magia. Minha mão se move em total entrega. O processo continua, com uma nova cor, novos traços. Começo com amarelo, depois marrom, depois laranja, rosa, azul, verde, vermelho, verde-azulado... E aí está – formas e contornos, imagens ocultas, brincalhonas como a brisa, uma alegre dança de luz. Este processo me faz focar na respiração e alcançar o Coração, um celeiro de imensos tesouros esperando para serem revelados.

uma Siddha Yogue de British Columbia, Canadá



Essa pintura faz parte de uma série sobre o mesmo tema chamada: “Atlantis, a cidade da cura”.

Antes de pintar, repito a Mensagem de Gurumayi. Então pego o pincel e, sem ficar pensando, simplesmente me transformo na respiração, me movendo e dançando com o pincel, seguindo as ondas de cores, as ondas da inalação e exalação. Logo as formas e seus reflexos na água surgem a partir deste espaço de inspiração e me conduzem a esse sentimento de ser abençoado, do mesmo jeito quando nasce uma nova criação.

Essa pintura me mostra que qualquer que seja o movimento ou os desafios da vida, a luz brilhante do Ser Supremo ilumina tudo e está por trás de tudo. Na minha vida diária, ou em meditação, frequentemente vejo esta luz branca e ela me dá confiança e paz.

Sou grata a Gurumayi por me inspirar a expressar sua Mensagem através de imagens.

uma Siddha Yogue de Villennes sur seine, França



Caminhar é uma alegre meditação para mim: estudo e aprendo com as plantas e me benefico com o ar fresco e a paisagem. Minha expressão criativa retrata as lindas flores vermelho escuras do arbusto cativante de calycanthus, *Calycanthus floridus*, cujas flores exalam uma fragrância doce-picante.

Antes de criar minha pintura dessa planta, pesquisei seu simbolismo e descobri que representa a benevolência! Percebi como, para mim, ela reflete perfeitamente a Mensagem de Gurumayi para 2017. Esta linda flor me lembra que amo a fragrância da vida, amo a luz divina que abarca todas as coisas e amo o poder benevolente e rejuvenescedor da natureza.

uma Siddha Yogue da Flórida, EUA



Agradeço a Gurumayi por nos presentear com sua Mensagem para 2017, que me proporcionou uma nova forma de enxergar. Praticar essa Mensagem como uma *dharana* durante a meditação, me leva a um estado de quietude – a respiração se acalma e o espaço entre a inalação e a exalação se expande. Neste espaço tudo se dissipa e eu me sinto livre, forte e alegre.

Tomada por estes sentimentos tive a ideia de desenhar um grande globo brilhante para representar a luz do Ser. Esta luz esplêndida vibra infinitamente e emana vibrações sutis. No som *OM*, a luz descende e se funde com as flores dançantes. As flores são compostas de pétalas na forma de coração e em cada flor uma das pétalas tem a forma de *OM*.

O coração – representado por flores, amor e som – é uno. Usei cores diferentes porque todos os seres humanos parecem ser diferentes: sua personalidade, maneiras de pensar, hábitos, seus rostos... mas ao olhar para todos a partir de uma perspectiva mais elevada, todo mundo é idêntico. Tudo é Deus, a dança de Deus que se deleita na música do Ser.

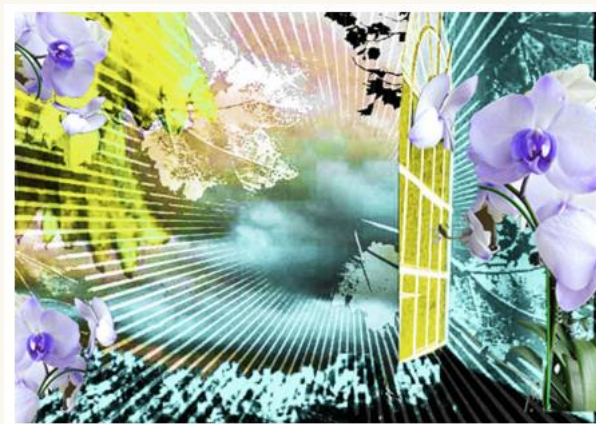
uma Siddha Yogue de Roma, Itália



A Mensagem de Gurumayi me ajuda a focar na respiração, que, para mim, é a maneira mais concreta de se conectar com o Divino, dentro e fora. E é o melhor remédio para quando enfrento emoções difíceis.

Pensar no mar é outra maneira concreta e divina que me inspira e me guia para um tipo de respiração profunda e gentil. Ao recitar as palavras da Mensagem de Gurumayi enquanto penso numa onda, sinto um ritmo mais estável na respiração. Experiencio a paz e o contentamento que tanto aprecio.

uma Siddha Yogue de Ontário, Canadá



Conforme contemplava a Mensagem de Gurumayi para 2017, lembrei-me de uma visão que tive durante a meditação: estava sendo puxada para dentro do abismo de um mecanismo de respiração universal vasto e impressionante. Isso fez minha respiração superficial ser totalmente consumida por grandes raios que eram muito poderosos, mesmo que chegando num ritmo pacífico.

Me senti tão abençoada pelo convite de Gurumayi para criar uma obra de arte inspirada em sua Mensagem, pois assim ela iria apoiar meus estudos de suas palavras. Uma maneira especial que uso para silenciar a minha mente é a de me ocupar com o processo mágico de criação de colagens no computador. Este processo me permite dar forma aos meus pensamentos e ajuda a revelar as minhas imagens mentais. Naquela extensa coleção de fotos sou capaz de ir longe. Ao viajar pelas glórias da Natureza — suas muitas cores esplêndidas, formas e contornos deslumbrantes — ela me ajuda na alquimia de transformar minhas visões em imagens, o que me permite compartilhar sua beleza com outros.

uma Siddha Yogue de Maryland, EUA



Depois de ficar imerso na Mensagem de Gurumayi para 2017 durante a minha prática de meditação, ao repetir o mantra *Ham'sa* por algum tempo, comecei a focar minha atenção entre as sílabas *ham* e *sa*, entre a inspiração e a expiração. Uma vez lá, repousei minha consciência na *rasa*, no sabor da palavra “deleite-se” da Mensagem de Gurumayi.

Certa vez, enquanto meditava, percebi as ondas da minha respiração tornando-se cada vez mais leves — o espaço entre *ham* e *sa* continuava a se expandir até preencher todo o meu ser. Conscientizei-me de que esse espaço continha a origem da minha respiração, a pulsação da minha vida e a profundidade do meu estado.

Mais tarde, lembrei-me da experiência e uma imagem se formou na minha mente. Sentei-me diante de um papel em branco e me reconectei com aquele espaço. Ao deixá-lo fluir livremente, o exercício da pintura fez surgir uma grande alegria, apoiado por uma disciplina que me ajudou a esclarecer minha experiência.

Criar uma forma visual para minha experiência de meditação me ajudou a conectar a experiência interior com a experiência exterior. E preservar

minha experiência da *rasa* da palavra “deleite-se” me deu um foco estável.
Sou profundamente grato a Gurumayi por sua Mensagem para 2017.

um Siddha Yogue de Soisy-Sur-Seine, França

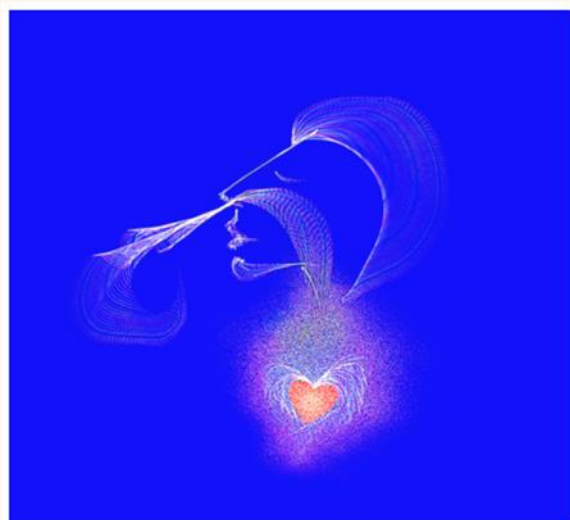


A cada manhã, quando me sento para meditar, começo com a repetição da primeira linha da Mensagem de Gurumayi para 2017, e quando ela se funde ao meu ser, repito a próxima linha. Certa manhã, conforme repetia a primeira linha, “Inspire profundamente a fragrância do Coração”, percebi que havia me tornado mais presente.

Conforme observava minha respiração entrando e saindo, a respiração se aprofundou; fiquei calma, e minha respiração começou a soar como ondas ritmadas. Na minha tela mental pude ver uma imagem das ondas do oceano. Quando saí da meditação, a repetição simples das ondas permaneceu comigo. Com frequência desenho uma imagem após a meditação porque assim é mais fácil levar a energia da meditação para a minha arte.

Então, durante o dia, quando me lembro da imagem ou do oceano, é muito fácil levar minha consciência para a respiração. Ela criou uma ligação com a Mensagem de Gurumayi, e sinto que sou parte disso.

uma Siddha Yogue de Sydney, Austrália



Esta imagem foi criada numa noite, enquanto eu estava sentada junto à lareira, repetindo a Mensagem de Gurumayi para 2017, e desenhando no meu tablet. Conforme prestava atenção à experiência que as palavras de Gurumayi geravam dentro de mim, percebi que a cada inspiração, uma energia sutil preenchia meu diafragma e enchia o meu coração com luz. Então, na pausa antes da expiração, essa luz e essa energia se espalhavam pelo meu corpo.

Me vi espontaneamente desenhando aquela sensação da respiração entrando no coração. A imagem criada capturou o corpo e a respiração, mas não a sensação da luz inundando o coração. Então, comecei a fazer experiências com as ferramentas do tablet. Para o meu deleite descobri formas inovadoras de ilustrar a sensação da energia preenchendo o coração e o corpo. Isso me guiou por uma maravilhosa jornada de criação de expressões artísticas de vários “corpos de energia” que refletem minhas experiências espirituais.

Concentrar na Mensagem de Gurumayi para 2017 abriu a entrada de uma nova linguagem artística para mim. À medida que esse vocabulário visual da minha vida espiritual emerge, ele está criando mais caminhos entre meu ser artístico e o Ser divino, inspirando minha *sadhana*. Estou imensamente

grata!

uma Siddha Yogue de Nova York, EUA



O título desta pintura é “De fora para dentro” e descreve minha experiência ao estudar a Mensagem de Gurumayi para 2017.

Antes de começar a pintar, faço uma pausa para experienciar o *darshan* de Gurumayi através da Arte de sua Mensagem. Isso me preenche com uma sensação de conexão — sinto movimento e quietude, gratidão e grande generosidade. Como artista, sou inspirada a ser livre e como buscadora, a tornar a Mensagem de Gurumayi a minha própria.

Estudar esta Mensagem me guia por uma jornada pela paisagem interior. Percebi que minha experiência artística se modificou. É como se em vez de pintar a minha arte eu tivesse passado a respirá-la. As pinceladas vêm de dentro.

uma Siddha Yogue de Nova York, EUA



Enquanto repetia a Mensagem de Gurumayi comecei a pintar, sem ter ideia do que emergiria. Sentia como se a própria Mensagem estivesse movimentando meu pincel pela tela em um sussurro de respiração, de luz e de deleite. Quando a pintura surgiu, adicionei um recipiente, o coração, para conter a tremenda energia que eu havia experienciado.

uma Siddha Yogue de Massachusetts, EUA



Todas as manhãs eu leio e pratico a Mensagem de Gurumayi e me permito ser preenchida com a experiência das palavras de Gurumayi. Às vezes a Mensagem já está se repetindo quando desperto e mesmo durante a noite já senti as palavras vibrando dentro de mim.

Sentada diante de um pedaço de papel em branco, com o mantra tocando ao fundo e focada num novo desenho, uma vasta quietude me anima. Pego a caneta ou o pincel e lhe permito ser conduzido. Observo, respiro profundamente – me torno uma com a respiração, uma com o movimento da caneta.

Quando termino, me distancio da obra e, com assombro observo como as palavras escolheram se manifestar. Adoro este processo, ficar tão próxima do poder da criação.

Quero agradecer a Gurumayi por este jeito estimulante de vivenciar seus ensinamentos, compreender e expressá-los de uma maneira que, para mim, vai muito além das palavras.

uma Siddha Yogue de Prien am Chiemsee, Alemanha



Pouco depois de participar de *Uma Doce Surpresa* 2017, fui inspirada a fazer aulas de pintura. Aprendi como pintar em seda com água. Esta técnica se chama marmorização em água. A primeira vez que pratiquei em casa, senti como se estivesse participando de um *satsang*. Fiquei transbordando de gratidão e as lágrimas brotaram. Era como se eu tivesse esperado muitas vidas para me expressar desta forma.

A prática da pintura surgiu da minha absorção na Mensagem de Gurumayi e cada vez que a faço sou levada a uma realização mais profunda – o afloramento do Ser, que para mim não existia antes da descoberta desta técnica de pintura.

Quando algo assim acontece, fico perplexa com a riqueza do Ser, a generosidade do Ser, o poder ilimitado do Ser. Sou tão grata por este caminho que me faz ir adiante.

uma Siddha Yogue de Connecticut, EUA



Esta pintura é intitulada “Gênese”. O processo criativo foi intuitivo, exigindo entrega, tranquilidade e ouvir o meu interior.

A Mensagem de Gurumayi me desafiou a ir além da minha compreensão e experiência de quem “Eu” sou. Então, enquanto estava criando a pintura, esta pergunta surgiu: É possível manter a paz sem desejar algo e sem evitar desejar algo?

Contemplei a questão enquanto a pintura surgia como um sonho revelado de experiências continuadas de várias vidas. Isso me sugeriu que eu não tenho começo, nem meio ou fim. Me levou a um passo mais profundo, confiar que tudo é auto luminoso e que o meu ser não é apenas parte deste mundo físico; ele é luz.

uma Siddha Yogue de Prineville, Oregon, EUA