Este é o momento!

1º de dezembro de 2019

Queridos leitores,

Chegamos ao derradeiro mês do ano de 2019! Para mim, parece que acabamos de começar, apesar de vocês e eu termos estado juntos nesta jornada por um ano inteiro.

Estivemos estudando a Mensagem de Gurumayi ao longo de todo o ano, engajando-nos com a plenitude de materiais incríveis, disponibilizados com este propósito no website do caminho de Siddha Yoga. Ao ler seus compartilhares todos os meses no website, ficou evidente que vocês têm saboreado os frutos de seus esforços diligentes na *sadhana*. A oportunidade de participar de *Doce Surpresa* 2019 várias vezes e acessar os materiais relacionados à Mensagem de Gurumayi no website – tal como o Caderno de Atividades, as histórias, *dohe*, *bhajans*, *abhangas*, Sessões de Meditação e muito mais –, acrescentou uma profundidade e amplitude perceptíveis à sua *sadhana*, assim como à minha. Vislumbramos o esplendor da mente e experienciamos sua benevolência, repetidas vezes.

***

O solstício de inverno, que oficialmente sinaliza o primeiro dia do inverno no hemisfério Norte, ocorrerá no dia 21 de dezembro. Este é o dia em que o Polo Norte se inclina para o ponto mais distante do sol. Simultaneamente, o sol atinge seu ponto mais distante na direção do Sul e faz o caminho mais curto no céu. Estes movimentos celestiais fazem deste dia o mais curto, e desta noite, a mais longa no hemisfério Norte, enquanto os países no hemisfério Sul experimentam seu dia mais longo e sua noite mais curta, no

dia 21 ou 22 de dezembro, dependendo de sua localização. Este fenômeno se deve ao fato de a Terra orbitar ao redor do Sol enquanto se inclina sobre seu eixo. É um período de transição – do outono para o inverno no Norte, da primavera para o verão no Sul, e do ano velho para o ano novo para todas as pessoas.

O ano de 2020 está sedutoramente espiando no horizonte. Assim como uma semente de figueira-de-bengala contém dentro de si a possibilidade de desabrochar em uma enorme árvore esplêndida e sombria, o novo ano carrega gloriosas possibilidades invisíveis. Para recebê-las e delas se beneficiar, precisamos nos preparar, corpo e mente, dar um passo à frente e concretizar a imensa promessa inerente ao ano vindouro.

***

O tempo é misterioso. E o jeito como nos relacionamos com ele é sutil, complexo. Algumas vezes o tempo voa, em outras ele se arrasta, dependendo das circunstâncias e do estado de nossa mente. Seja fugidio ou infinito, precisamos nos empenhar para valorizar cada momento, fazê-lo ser importante e valer a pena – vocês não concordam?

Então, o que precisamos nos perguntar é: como fazemos isso? Com frequência ouvi Gurumayi citar um dístico de Kabir, o grande santo poeta do século XV, na Índia. Este dístico enfatiza a importância de se respeitar a passagem do tempo, de se agir no momento presente, não deixá-lo escapar. É assim:

> O que planeja fazer amanhã, faça hoje.
> O que planeja fazer hoje, faça agora.
> O mundo pode acabar no próximo instante.
> Como irá, então, realizar as tarefas que ainda estão incompletas? [1]

Este é um ensinamento que ouvi Gurumayi dizer repetidas vezes ao longo dos anos. À medida que as pessoas compartilhavam suas metas com ela – pessoais, profissionais ou relacionadas à sua *sadhana* – Gurumayi responde dizendo: "Muito bem. Comece agora. " Eu também recebi este ensinamento dela – mais de uma vez, se bem me lembro!

Comece agora. Entendo com isso que simplesmente estabelecer metas para nós mesmos não é suficiente. Precisamos começar a agir em prol destas metas porque só assim seremos capazes de alcançá-las. Por exemplo, criamos um plano, definimos os próximos passos e então começamos a implementar esses passos. E está em nossas mãos perceber o poder e o potencial *deste exato momento* para trabalhar a favor de nossas metas. Este é um ensinamento que é fundamental para mim e está sempre em primeiro plano. Quando começo a dar passos imediatamente, com o propósito de alcançar minhas metas, no mesmo instante experiencio os doces frutos dessas ações. Quando procrastino e deixo para agir num outro dia, com frequência descubro que a meta se esvai de forma imperceptível, tanto para longe do meu alcance como da minha memória. Você se lembra de incidentes assim em sua vida?

Ao compreender ainda mais plenamente a preciosidade do *agora*, do momento presente, me sinto entusiasmada para ver como esta consciência ampliada me guiará nos tempos que estão por vir.

***

No mês de dezembro, tal como em todos os outros meses, existem muitos elementos surpreendentes no website do caminho de Siddha Yoga para desfrutarmos e nos engajarmos com eles. Eu gostaria de compartilhar

alguns deles com você. Alguns dos links que se veem abaixo serão ativados em diferentes momentos durante o mês, portanto eles têm que ser sempre checados.

- **Experiências de Sadhana da Mensagem de Gurumayi para 2019** — Esta é uma coleção de compartilhares enviados por muitos de vocês, sobre como estudaram e praticaram a Mensagem de Gurumayi e os benefícios que isto trouxe para sua vida.
- **Solstício de inverno** — Traz um lindo poema de uma das muitas tradições de solstício pelo mundo.
- **Boas Festas** — Aqui vocês vão encontrar imagens maravilhosas da natureza e das preparações para as festas, no Shree Muktananda Ashram.
- **Ornamentação da árvore interativa** —Divirtam-se ornamentando sua própria árvore, enquanto ouve o canto *Rama Raghava* na *raga Bihag*.
- **Imagens do nascer do sol no Ano Novo** — Você encontrará informação sobre como enviar suas fotos do nascer do sol no dia de Ano Novo, tiradas aonde quer que vocês estejam naquele momento.

Além disso, em dezembro celebramos:

- **A Temporada de Festas** — as boas vibrações da temporada de festas cintilam no ar; os corações estão inundados com o espírito da alegria e da paz. É uma época cheia de entusiasmo, amor e generosidade, conforme as pessoas se reúnem com seus amigos e família para celebrar. É neste estado de espírito que nos aprontamos para acolher o novo ano.
- **Annapurna Jayanti** — a celebração do nascimento da deusa Annapurna, que é venerada como a deusa do alimento e da nutrição. Neste ano cai no dia 11 de dezembro para a maioria do mudo, no purnima, a noite de lua cheia do mês lunar hindu de Margashirsha.

Para honrar a deusa Annapurna, cantamos o **Annapurna Stotram**, um hino escrito por Adi Shankaracharya, o grande proponente do Advaita Vedanta— a filosofia não dualista que ensina que a alma não é separada de Brahman, o Absoluto. No website, você encontrará uma gravação em áudio do hino e sua letra, para ajudar a sua adoração à deusa Annapurna.

- **Gita Jayanti** é celebrado no décimo primeiro dia da lua crescente do mês lunar hindu de Margashirsha, que, neste ano, cai no dia 7 de dezembro nos Estados Unidos e no dia 8 de dezembro na Índia. É a comemoração do dia em que o Senhor Krishna transmitiu a seu discípulo, Arjuna, os ensinamentos imortais contidos no sagrado texto hindu chamado *Bhagavad Gita*. Este texto se tornou um farol para que pessoas em todo o mundo aprendam como viver uma vida de dharma. Este também é o texto que Gurumayi escolheu para nosso estudo este ano.

***

Um provérbio na língua inglesa diz: *Não se pode tomar o todo pela parte*. O que significa que podemos ser desafiados a tentar compreender o todo, no sentido de uma "perspectiva mais ampla", se estamos focados apenas nas partes, no sentido dos mínimos detalhes. Na *sadhana*, entretanto, é valioso olhar *tanto* para o todo *quanto* para a parte; e manter as duas visões simultaneamente. Ampliando o zoom, obtemos uma perspectiva ampla todo o tempo, para alcançar o objetivo da *sadhana*. Fechando o zoom, discernimos onde estamos e o que precisamos fazer a qualquer momento para avançar em direção a este objetivo.

Ao nos prepararmos para embarcar em mais um ano maravilhoso de *sadhana*, cabe a nós olharmos tanto para o todo quanto para as partes. É benéfico manter o foco em nosso objetivo de alcançar a liberação, ao

mesmo tempo que mergulhamos fundo em nossas práticas espirituais, que revelam a luz da mente e nos levam para mais perto de nosso objetivo.

***

A partir da minha perspectiva pessoal, oferecer este seva transformou o ano em um ano incrível para mim. Conversar com vocês, compartilhar minhas experiências ao estudar a Mensagem de Gurumayi para 2019 e ler os seus compartilhares, tudo isso representou presentes extraordinários. Mais um ano nos aguarda, com sua promessa emocionante de muitas descobertas. Assim, eu lhes aceno com um *adieu* de 2019, e lhes desejo um ano de *sadhana* alegre em 2020!

Respeitosamente,

Garima Borwankar

---

[1] Tradução inglesa © 2019 SYDA Foundation®.

© 2019 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.