# गुरोः कृपाप्रसादेन आत्मारामं निरीक्षयेत्

## *Guroh Krpaprasadena Atmaramam Nirikshayet*

## Perceba o Ser interior pela dádiva da graça do Guru

3 de julho de 2017

Queridos buscadores,

*Shubh* mês de Gurupurnima!

Primeiramente, muito obrigado pelo envio de suas fotos da lua de Gurupurnima, à medida que ela viaja pela cúpula do firmamento. Todas as imagens são lindas.

Este ano, a lua de Gurupurnima começou seu ciclo em 24 de junho, aniversário de Gurumayi Chidvilasananda, e crescerá continuamente até a lua cheia, tornando-se uma perfeita esfera de luz. Embora cada fase da lua, em qualquer época do ano, seja encantadora, para nós, no caminho de Siddha Yoga, a lua de Gurupurnima é, em especial, fascinante, principalmente pelo seu profundo e divino significado em nossa *sadhana*.

Nas escrituras indianas, a lua de Gurupurnima é louvada como a lua mais luminosa e perfeita de todo o ano. A ciência moderna nos diz o mesmo, isto é, que nessa época, a lua aparece como a mais alta e mais brilhante no céu noturno quando vista dos trópicos, incluindo da Índia. Há muitos milênios, os discípulos do grande sábio Vedavyasa, escolheram essa lua cheia do mês de *Ashadha* como o tempo dedicado a honrar Shri Guru. Foi sua maneira de expressar gratidão pelo despertar espiritual, pelo conhecimento imensurável e pela sabedoria que eles receberam do Mestre.

No caminho de Siddha Yoga, nós, discípulos de Gurumayi Chidvilasananda, Baba Muktananda e Bhagavan Nityananda, continuamos essa tradição. Durante o mês de Gurupurnima, fazemos dela uma prática de oferecer nossa gratidão por *shaktipat diksha* e pela graça, ensinamentos e bênçãos que continuamos a receber dos Gurus de Siddha Yoga.

No Satsang *Uma Doce Surpresa de 2017*, Gurumayi transmitiu sua Mensagem para o ano, juntamente com onze ensinamentos para guiar nosso estudo e prática. A cada mês, ao longo deste ano, estamos focando em um desses ensinamentos em particular. Para julho o ensinamento é:

*Compreenda a importância do seu esforço.*

Por que o esforço é importante, especialmente na *sadhana* de Siddha Yoga? Pense um pouco nisso. Para realmente dominar algo — para torná-lo tão completamente parte do seu ser que a sua vida transmita naturalmente a beleza e sabedoria daquilo — você deve praticá-lo de forma consistente e profunda. Sua jornada em direção à maestria no assunto requer dedicação e compromisso. Quando você desenvolve esse esforço, você entretece uma verdade ou habilidade dentro do seu ser tão profundamente que se torna uma expressão viva dela. Imagine, por um momento, como seria se *você* fosse uma expressão viva daquilo que Gurumayi ensina em sua Mensagem. É um objetivo magnífico, e está ao alcance de todos nós.

Há alguns dias, em um *satsang* no Shree Muktananda Ashram, ouvi uma sevita visitante compartilhar algo que ilustra belamente o poder da prática focada. Essa sevita disse que, recentemente, ela e sua irmã decidiram recitar a *Shri Guru Gita* pedindo bênçãos, devido a uma situação desafiadora na família. Sua irmã tinha recitado esse texto regularmente no passado, porém tinham-se passado mais de três décadas desde a última vez em que ela o havia feito. A sevita esperava que a irmã não se lembrasse de como recitar. Quando começaram a cantar, ela ficou espantada ao ouvir a irmã pronunciar perfeitamente, verso a verso! Ela se deu conta de que o esforço da irmã, três décadas antes, estava tão arraigado em seu ser que os versos da *Shri Guru Gita* se tornaram imediatamente disponíveis quando ela precisou deles. Sua irmã lhe disse mais tarde que, enquanto recitava aqueles versos, ela sentia a mesma conexão profunda com o texto, com o sagrado mantra da *Shri Guru Gita,* que havia experimentado quando jovem. Seus esforços de muitos anos atrás continuavam a dar frutos.

O *Shiva Sutra,* uma escritura do Shivaísmo da Caxemira inspirada divinamente, nos oferece outra perspectiva sobre esforço:

*udyamo bhairavah*

O esforço é, ele próprio, Bhairava.[i]

Em outras palavras, felicidade suprema, quietude radiante e todos os demais atributos de Bhairava, o Senhor Shiva, estão disponíveis para nós, já. Não precisamos esperar até atingir o objetivo da *sadhana* para experimentar o benefício da prática. Cada momento de meditação, cada momento em que cantamos o mantra, cada momento em que respiramos profunda e naturalmente são momentos sagrados, belos e edificantes. E é nossa sublime responsabilidade reconhecer o sagrado desses momentos e extrair o máximo deles. Gurumayi nos ensina que não alcançaremos o objetivo da *sadhana* apenas por meio da graça; nosso esforço pessoal é essencial. A graça é inerente ao esforço pessoal, e o esforço pessoal atrai a graça. É por isto que, como diz o *Shiva Sutra*, "o esforço é, ele próprio, Bhairava".

Estimulo você a ler a palestra do aniversário de Gurumayi, A Companheira Benevolente, na qual aprenderá a explorar o poder da sua respiração. A cada esforço que você fizer para praticar a Mensagem de Gurumayi, você fortalecerá a experiência de Deus dentro do seu ser.

Gostaria de compartilhar uma história que uma sevita visitante no Shree Muktananda Ashram me contou recentemente. Ela é minha amiga e nós compartilhamos amor pela fotografia. A propósito, ela oferece *seva* como fotógrafa no Departamento de Multimídia da SYDA Foundation, e muitas de suas fotos são apresentadas no site do caminho de Siddha Yoga.

Um dia, ao escurecer, ela saiu para tirar fotos para o site. Para seu grande deleite, enquanto tirava fotos no pátio do Amrit, no Anugraha, ouviu Gurumayi chamar seu nome. Ela se virou e viu Gurumayi no pátio. Gurumayi pediu para ela vir olhar uma

coisa e mostrou como a luz dourada do pôr-do-sol fluía pelo pátio, iluminando tudo pelo caminho. Cada folha, haste e pétala estavam envoltas num halo de luz.

Então Gurumayi pediu que a sevita tirasse uma foto de algumas flores iluminadas por aquela luz brilhante. Quando ela fez a foto, Gurumayi pediu para vê-la. A sevita lhe entregou a câmera, Gurumayi olhou a imagem na tela, devolveu-a e disse que a sevita havia deixado escapar o que Gurumayi queria que ela visse.

A sevita tentou novamente. Tomou cuidado para focar a lente e enquadrar imediatamente antes de disparar o obturador. Dessa vez, capturou perfeitamente a resplandescência suave da luz que brilhava sobre as flores.

Logo em seguida, outra sevita atravessou o pátio. Gurumayi chamou a atenção da fotógrafa para o modo como a face dela estava radiante por causa da luz. A fotógrafa tirou a foto e entregou a câmera a Gurumayi, que a olhou, acenou afirmativamente com a cabeça e devolveu a câmera.

Após aquela interação extraordinária, a fotógrafa refletiu sobre o que Gurumayi lhe havia ensinado. Ela abriu os olhos da sevita e mostrou-lhe para onde dirigir as lentes e como focar para imortalizar a beleza da luz do sol através das lentes da câmera. Ao mesmo tempo, a fotógrafa viu o profundo significado daquela interação. Ela aprendeu que, ao fazer o esforço correto — elevando e focando a consciência — ela conseguiu perceber aquela luz cintilante, aquele momento de luminosidade e, com suas fotos, esculpi-lo nas dobras do tempo, para benefício de todos.

Ao longo do mês de julho, enquanto você honra Shri Guru e celebra Gurupurnima, o site caminho de Siddha Yoga continuará a apresentar a visão deslumbrante das fases da lua crescente no Shree Muktananda Ashram e ao redor do mundo. Se você ainda não o fez, anime-se e compartilhe suas fotos da lua de Gurupurnima.

Durante este momento auspicioso, também convido você a renovar seu compromisso com uma prática central de Siddha Yoga, a *dakshina*. A *dakshina* é a prática principal de Siddha Yoga realizada no mês de Gurupurnima. Descobri que

oferecer *dakshina* é uma maneira significativa e sincera de expressar minha imensa gratidão pela presença de Gurumayi na minha vida. Eu poderia compartilhar muito mais sobre as minhas experiências dessa prática. No momento, no entanto, eu o estimulo a ler o convite dos Swamis de Siddha Yoga em honra a Gurupurnima e a exposição sobre a prática de *dakshina* em Siddha Yoga.

Para saber mais sobre como celebrar esse mês de Shri Guru em toda a sua plenitude, por favor, visite este link.

Mais uma vez, desejo a você *shubh* Gurupurnima. Que, neste mês, você reconheça sem cessar as muitas e raras maneiras pelas quais a graça do Guru flui através da sua vida.

Saudações calorosas,

Paul Hawkwood

© 2017 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

[i] *Shiva Sutra 1.5;* versão em inglês baseada em *Nothing Exists That Is Not Shiva,* de Swami Muktananda, (South Fallsburg, New York: SYDA Foundation, 1997) p.10.
Título baseado na Shri Guru Gita, verso 110; edição em português de 1998 © 2017 SYDA Foundation.