

Introdução ao Mês de Março

1º de março de 2021

Caro leitor,

O mês de março nos traz uma das noites mais auspiciosas do ano — Mahashivaratri, “a grande noite de Shiva”. Este ano, em 11 de março, com a lua minguando para um adorável crescente fino, podemos participar da celebração de uma noite tão supremamente sagrada que os benefícios da prática espiritual que realizarmos durante essas horas serão multiplicados mil vezes.

Para nos preparar para esta celebração, o site do caminho de Siddha Yoga apresentará muitas maneiras de aprendermos sobre o Senhor Shiva e de nos abirmos para receber suas bênçãos divinas. No caminho de Siddha Yoga, adoramos o Senhor Shiva com o entendimento de que aquele que estamos invocando é o Ser Supremo. Ele é o Adi-Guru, o Guru primordial. Ele é a Consciência universal que permeia toda a criação, habitando em todos e em tudo. Por meio de sua graça, podemos reconhecê-lo — Paramashiva, o Shiva Supremo — como nosso Ser mais íntimo.

De todas as maneiras de adorar o Senhor Shiva, fui especialmente atraído pela recitação do *Shri Rudram*. Esse texto é do *Krishna Yajur Veda*, uma das escrituras mais antigas da Índia. O *Shri Rudram* invoca o Senhor Shiva em sua forma ígnea, como Rudra, que destrói nossas limitações e purifica nossa consciência, abrindo o caminho para reconhecermos a presença de Deus em nós mesmos e em toda a criação.

Há cerca de seis anos, comprei uma cópia da gravação do *Shri Rudram* na Livraria de Siddha Yoga e sentei-me, determinado a dominar este texto das escrituras. Ele me desafiava, e por isso prendia minha atenção. Adorei o som dele e a forma poderosa como fez minha respiração se mover, deixando-me com uma energia tremenda em meu corpo e clareza em minha mente. Eu entendi que isso era o trabalho do poder transformador, a *shakti*, que flui por meio de cada prática dada a nós pelos Gurus de Siddha Yoga. Tenho recitado o *Shri Rudram* todos os dias desde então.

Não importa meu humor ou condição física, recitar o *Shri Rudram* me energiza. Esse texto é meu grande amigo, que eu espero encontrar todos os dias. Senti meu foco se aprofundar, minha respiração se fortalecer, meu vigor, de forma geral, aumentar. Minha voz mudou de ressonância, o que é significativo para mim, já que ganho a vida narrando audiolivros. Depois da minha recitação, a meditação é fácil. E eu sinto a atmosfera cintilar no quarto em que canto.

Minha recitação do *Shri Rudram* parece uma contribuição, uma oferenda de boa vontade e bênçãos para o mundo, uma meia hora de pura alegria e celebração que se irradia para fora.

À medida que cada um de nós continua com suas próprias práticas diárias de *sadhana* durante este mês de março, também podemos ter em mente os aniversários e celebrações a seguir.

Aniversários

Turnê de canto na Austrália: 22 de março a 19 de abril (2014)

Este ano marca o sétimo aniversário da Turnê de Canto de Siddha Yoga: Austrália 2014, um evento marcante na história de Siddha Yoga. Gurumayi chamou a excursão de *Satyam Shivam Sundaram* — Verdade, Auspiciosidade, Beleza.

Cruzando toda a extensão da Austrália, a Turnê de Canto levou o poder transformador da música de Siddha Yoga para milhares de buscadores.

Feriados e datas importantes

Mahashivaratri: 11 de março

No caminho de Siddha Yoga, o Senhor Shiva é adorado como o Guru primordial, o outorgador de conhecimento divino que fica facilmente satisfeito com as ações devocionais mais simples.

Este mês, no site do caminho de Siddha Yoga, você encontrará muitas maneiras de aprofundar sua compreensão e experiência do Senhor Shiva e de Mahashivaratri. O mantra *Om Namah Shivaya*, o mantra de iniciação do caminho de Siddha Yoga, é uma maneira poderosa de invocar a graça do Senhor Shiva a qualquer momento — e especialmente durante o Mahashivaratri. Podemos meditar no Senhor que habita em nós e ler as histórias das escrituras sobre o Senhor Shiva e sua adoração na “forma amorfa”, o Shiva-linga. Também podemos exaltar o Senhor Shiva e experimentar estar em sua presença cantando hinos em seu louvor, como o *Shiva Mahimnah Stotram*, o *Shiva Arati* e o *Shiva Manasa Puja*, ou cantando *namasankirtanas*, como *Jaya Jaya Shiva Shambho* e *Samba Sadashiva*.

Hora do Planeta: 27 de março

Nos Vedas, a Mãe Terra é reverenciada como um ser divino que confere brilho e força à humanidade. O que podemos oferecer em troca? O World Wildlife Fund patrocina um ato global anual em 27 de março em nome da Terra, no qual mostramos apoio ao nosso planeta desligando todas as luzes não essenciais por uma hora, das 20h30 às 21h30. Esse ritual nos oferece um interlúdio tranquilo durante o qual podemos contemplar a incrível generosidade que recebemos da Mãe Terra.

Holi: 28 a 29 de março

Começando na lua cheia, *Holi* é um festival de dois dias, celebrado em toda a Índia como uma alegre recepção ao colorido retorno da primavera. Com cantos, danças, risos e uma brincadeira de salpicar pós coloridos entre amigos e entes queridos, este festival animado é repleto de camaradagem, aquecendo os corações de todos.

Neste mês de março, temos uma nova oportunidade de expandir nossa visão e fortalecer nosso entendimento. À medida que exploramos os ensinamentos de Siddha Yoga por meio de nossa contemplação e prática, podemos discernir a presença permanente e auspiciosa do grandioso Senhor Shiva em meio às situações incertas de nossas vidas. Descobri que sempre há um momento: para repetir o mantra entre as tarefas ou simplesmente observar minha respiração; para ler uma passagem de um dos livros de Siddha Yoga ou acessar o website; para banhar-se na proteção, tranquilidade e inspiração dos ensinamentos; para reconhecer e lembrar.

Desejo a vocês um mês de março feliz e com saúde.

Saudações calorosas,
Julian Elfer

