

Identifique-se com o Absoluto Livre de Pensamentos, o Ser de Tudo

1 de maio de 2017.

Queridos buscadores,

Feliz mês de maio! Feliz Aniversário de Baba!

Baba Muktananda nasceu na lua cheia, dia 16 de maio de 1908 e seu aniversário continua a ser motivo de celebração. É dito que a graça de um ser iluminado sempre guia seus discípulos e aqueles que pensam neles com anseio no coração. De fato, muitos buscadores ao redor do mundo podem e realmente comprovam a presença constante de Baba em suas vidas. Até hoje, buscadores recebem *shaktipat diksha* de Baba – por exemplo em meditação, em sonhos ou quando experienciam conexão com a natureza.

Certa vez Baba disse:

Esta é a minha filosofia: Este mundo inteiro é uma pintura de Deus, e o corpo é o templo de Deus, e o Ser interior que existe neste corpo é a sua deidade.

No caminho de Siddha Yoga a celebração do aniversário de Baba acontece no aniversário lunar de seu nascimento. Em 2017, o Aniversário Lunar de Baba é no dia 10 de maio – apenas quatro dias antes que o Dia das Mães seja celebrado em muitas partes do mundo. Que bela sucessão de eventos. Baba adorava Mahakundalini Shakti, a energia da Deusa, a Mãe Divina. Através de *shaktipat* Baba despertou a Kundalini Shakti adormecida no interior dos buscadores. E ele encorajava esses buscadores a praticarem a meditação para que continuassem a progredir em sua *sadhana* e também para proteger esta *shakti* valiosa que haviam recebido dele.

Quando reflito sobre quem Baba foi, e continua sendo, e o que ele deu ao mundo, minha mente para por um momento. O impacto pleno do trabalho de Baba e seu legado vão quase além da compreensão. Quando Baba estava iniciando sua Segunda Turnê Mundial, ele declarou que sua intenção era fazer uma revolução de meditação. E foi exatamente isto que Baba fez. Ele outorgou *shaktipat diksha* a milhares de buscadores ao redor do mundo e os ensinou a meditar no Ser. Baba

demonstrou, com o seu próprio exemplo, como o ato silencioso de se voltar para dentro pode ser a entrada de toda uma nova maneira de ser e compreender. Você já teve a experiência de, ao abrir os olhos depois de meditar, o mundo ao seu redor parecer que brilha e vibra numa frequência mais elevada? Cada vez que você pratica a meditação você tem o poder de recriar seu mundo. Através da meditação no Ser, o que está dentro ilumina o que está fora. Foi isso que Baba ensinou. E me faz lembrar uma das lindas frases da Mensagem de Gurumayi para 2017: *Deleite-se na luz do Ser Supremo*.

Lembro-me da primeira vez que ouvi o nome de Baba. Foi há mais de trinta anos atrás e eu morava no meio de uma floresta tropical ao norte da Austrália. Um dia, quando estava na casa de um vizinho, por acaso alguém falava sobre Baba Muktananda.

Muktananda. Este lindo nome penetrou meu coração e imediatamente senti meu ser inundado de amor. Tenho uma lembrança vívida de estar andando numa trilha de terra, nos dias que se seguiram, repetindo o nome de Baba para mim mesma e me deliciando em sua música. O nome de Baba tornou-se minha canção; simplesmente dizê-lo fazia eu me sentir tão feliz. Dois anos depois, meu futuro marido, Doug, me apresentou o caminho de Siddha Yoga.

Ao ver as fotos e os vídeos de Baba, ao ouvir suas palestras e estudar seus ensinamentos, experienciei a presença de Baba repetidas vezes ao longo dos anos. Tudo isso me faz sentir que eu conheci Baba pessoalmente em algum plano de existência. Experienciei sua energia vibrante e seu entusiasmo ilimitado. Eu vi o deleite que parecia borbulhar nele quando contava uma história e ouvi ondas de risadas ressoando na sala do *satsang* à medida que a história se desenrolava.

Agora quero compartilhar com você como poderemos todos celebrar o Aniversário de Baba através do site do caminho de Siddha Yoga. O site nos oferece um convite para recebermos o *darshan* de Baba, seus ensinamentos e histórias, assim como tantos outros aspectos que nutrem a *sadhana*. Para celebrar o Aniversário de Baba, existe uma prática de Siddha Yoga em particular na qual vamos nos focar, chamada *guru-puja*. Incentivo você a se engajar nesta prática todos os dias para invocar a graça de Baba, sua *shakti* e seu amor. Através do site você também pode cantar o nome de Baba, compartilhar vinhetas sobre ele e ler a homenagem de Baba para as

mães.

A natureza do presente de Baba é que ele continua se doando. Assim, todos terão a oportunidade de participar do Satsang Global de Siddha Yoga em áudio para celebrar o Aniversário de Baba Muktananda, que estará disponível no site do caminho de Siddha Yoga até 31 de maio. O título do *satsang* é *O que torna uma Vida Humana Completa?* Baba valorizava a vida humana porque é na vida humana que o indivíduo alcança a iluminação.



No Satsang *Uma Doce Surpresa* 2017, Gurumayi deu onze ensinamentos para apoiar nosso estudo de sua Mensagem. O ensinamento que é o foco de maio é

Conecte o seu ser, que é voltado para fora, com o Ser Supremo.

No idioma sânscrito existem várias palavras relacionadas com “conectar”. Uma delas é *mīlana*, da raiz *mīl*, que significa “o ato de fechar os olhos”, e também “reunir ou ser coletado”. Do ponto de vista yóguico, *mīlana* sugere o ato de recolher para dentro os sentidos e as atividades da mente voltadas para fora – em busca do Coração interior.

Outra palavra do sânscrito que é útil para se entender é *yoga*, que significa “união”. Um dos versos da *Bhagavad Gita* diz:

Yoga é habilidade em ação.ⁱ

Neste verso, *yoga* se refere especificamente a unir o ser individual com o Ser Supremo, a Consciência pura no âmago de todos os seres. Empenhar-se realmente na yoga significa, portanto, realizar ações – participar das várias atividades de nossa vida – enquanto permanecemos estabilizados em nossa união com o Ser Supremo.

Em todos os textos antigos da Índia existem descrições de yogues passando milhares

de anos realizando intensas austeridades para alcançar a união do ser, que é voltado para fora, com o Ser Supremo. Eles faziam *trataka*, focar-se intensamente em um objeto por um longo período de tempo; ficavam de pé em apenas uma perna enquanto olhavam fixamente para o sol; expunham seus corpos ao frio ou calor intensos, apenas pela experiência da conexão. Quero chamar a sua atenção para a nossa imensa boa sorte, porque no caminho de Siddha Yoga não precisamos nos sujeitar a práticas tão severas. Respirar. Simplesmente respirar. A Mensagem cheia de graça de Gurumayi nos ensina que podemos experienciar esta união – conectar o nosso ser, voltado para fora, com o Ser Supremo – através do poder da respiração. Na verdade, Baba costumava dizer que pelo fato do Guru ter realizado toda a *sadhana* intensa, o discípulo não precisa fazê-lo. O que o discípulo precisa é receber a graça e realizar suas práticas.



Conforme embarcamos neste novo e brilhante mês de estudos, práticas e autodescoberta, me lembro de uma experiência significativa que meu filho caçula teve com Gurumayi quando ele tinha cinco anos.

Era 2001 e meu marido, meu filho e eu visitávamos Gurudev Siddha Peeth, o Ashram de Siddha Yoga em Ganeshpuri, na Índia. Uma manhã, Gurumayi estava sentada no pátio e acenou para o nosso filho ir se sentar com ela. Meu filho ficou por um momento se preparando e então se levantou bem tímido, caminhou vagarosamente até Gurumayi. Ele se sentou perto dela todo encolhido e com os punhos cerrados.

Gurumayi viu suas mãozinhas tensas. Muito gentilmente, ela levantou uma delas e a trouxe para perto de si. Então, dedinho por dedinho, ela abriu sua mão completamente. E começou a fazer cafuné por toda a sua mãozinha aberta até as pontas dos dedos. Depois de alguns minutos ela fez a mesma coisa com a outra mão

– com grande foco e suavidade. Meu filho olhava para as próprias mãos e começou a sorrir. Há pouco tempo ele me contou que conforme Gurumayi afagava suas mãos, ele sentia que algo se abria dentro de si.

Ao longo dos anos vi como ele cultivou esta abertura, em especial através do canto, do oferecimento de *seva* ao tocar *mṛdanga* durante os *namasankirtanas* nos Ashrams de Siddha Yoga e através da gentileza e atenção com que ele interage com os outros. Quando o vejo agora, um jovem adulto cuja abertura de coração é evidente em tudo que faz, eu entendo a maneira como a graça do Guru opera. Nós nos esforçamos para seguir os ensinamentos do Guru, para agir de acordo com tudo o que o Guru nos deu, e a sua graça nos desabrochar; ela abre o caminho para que experienciemos quem realmente somos. Por sua vez, tudo o que fazemos é elevado – nossas conversas, nossas reações às situações da vida diária e nossa própria maneira de pensar. Quando assumimos quem somos realmente, sempre existe autenticidade no que fazemos e geramos benevolência no mundo.

O mês do Aniversário de Baba nos proporciona muitas oportunidades para compartilhar histórias uns com os outros sobre a graça de Baba, o *shaktipat* recebido dele e seus ensinamentos que transformam vidas. Baba era tão grandioso, no sentido mais verdadeiro da palavra. Ele foi uma grande alma, um grande ser; sua presença foi uma dádiva para a humanidade. Ao mesmo tempo, Baba era tão pé no chão. Ele era a incorporação do amor. E era conhecido na Índia e através do mundo como o Guru Shaktipat.

Feliz Aniversário Baba!

Saudações calorosas,

Shalini Davies

Professora de Meditação Siddha Yoga

© 2017 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.