

# A Linguagem da Gratidão

1 de novembro de 2018.

Queridos leitores,

Se fosse estudar todas as línguas de todos os países do mundo, você encontraria milhares de palavras e frases para o sentimento, a consciência, a virtude do coração que é a *gratidão*. Algumas dessas palavras são suaves e doces, como se fossem açúcar em sua língua conforme você as pronuncia em voz alta. Outras lhe impingem uma qualidade mais vibrante, imponente e digna, o som profundo de um órgão assumindo uma forma através de suas pregas vocais. Outras, ainda, tilintam e rodopiam quando você as pronuncia; ou então elas podem faiscar e estalar, a percussão inerente às consoantes.

Cada uma dessas palavras e frases — seus sons, suas nuances, o contexto cultural do qual derivam seus significados — expressam uma nova dimensão de gratidão. E, de alguma forma, todas elas parecem necessárias; as maneiras de nomear ou expressar gratidão nunca serão demasiadas. Ao contrário, a linguagem que temos parece ser insuficiente, tão grande, multifacetada e enigmático é o sentimento ao qual estamos tentando colocar palavras.

Novembro é o mês da Ação de Graças nos Estados Unidos e de outros festivais similares em outras partes do mundo. Tradicionalmente, é o tempo da colheita, quando aqueles que cultivam a terra colhem a recompensa pelo que semearam muitas luas antes. Então, eles — e todos aqueles que se beneficiam do próprio trabalho árduo — participam da

comida que foi reunida, dão graças à terra, uns aos outros, e ao espírito todo-poderoso por cuja graça tal abundância e vida são possíveis.

No caminho de Siddha Yoga, nós também dedicamos essa época à reflexão e gratidão. Verdadeiramente falando, estas são práticas incessantes na *sadhana*, ambas cruciais para a assimilação dos ensinamentos do Guru e honrar a nossa percepção da graça nos pequenos e nos grandes momentos de nossa vida. No entanto, há também um imenso valor em reservar uma época específica do ano para esse propósito, e ter a companhia de Siddha Yogues de todo mundo fazendo a mesma coisa. Muitas vezes nossa própria lembrança de Deus e do Guru é evocada pelos insights que outras pessoas compartilham. Podemos entrar mais facilmente em contato com nossa própria gratidão profundamente arraigada quando reconhecemos esse mesmo sentimento nos outros.

A mensagem de Gurumayi para 2018 é *Satsang* — e eu diria que se por um acaso houvesse uma palavra que abrangesse tudo aquilo a que devemos gratidão, a palavra é essa. Até mesmo um único momento de *satsang* — um milésimo de segundo na companhia da Verdade, um relance do nosso próprio Ser — é uma sorte incrível. É um destino maravilhoso. É o fruto de muitas vidas e causa suficiente para um verdadeiro hino de agradecimento. Por isso a prolífica variedade de canções e poesias dos grandes santos e sábios, a aparente luta deles para articular a extensão de sua gratidão, explorada — paradoxalmente — através de belos versos cativantes. Existe um *doha*, ou poema de dois versos, do santo Kabir, um clássico que encontra sua contrapartida em textos de muitas tradições, e até mesmo no *Shiva Mahimna Stotram*. No poema, Kabir Sahib escreve:

Se eu usasse o planeta Terra como papel  
e todas as florestas como canetas,  
se eu usasse todos os oceanos como tinta,  
ainda assim, nunca terminaria de escrever  
os louvores de Shri Guru.

A questão é, no caminho de Siddha Yoga, não estamos falando apenas de *um* momento na companhia da Verdade. Tampouco temos que esperar que a luz resplandeça em nossa consciência por vontade própria. Ao outorgar *shaktipat diksha* e ao transmitir sua Mensagem, Gurumayi nos deu os meios para estarmos na companhia da Verdade de novo, e de novo, e de novo. Considere, por um momento, o que isto significa. O que isto lhe diz sobre a generosidade do Guru? E o que necessariamente *não é dito* sobre essa generosidade, dada a insondabilidade de sua profundidade, sua incognoscibilidade?

É sempre útil dar um passo atrás e fazer esse tipo de perguntas, engajar-se em reflexões desse tipo. Na verdade, a gratidão não passa a jorrar no seu interior, intelectualmente, só porque você reconhece que deveria. No entanto, você pode usar o intelecto; se você ficar com ele, sua linha de pensamento e questionamento conduzirá você a algum lugar novo e revelador. Você irá acessar a sabedoria e o sentimento de seu coração.

Este mês, portanto, encorajo você a refletir com atenção e interesse sobre a sua prática da Mensagem de Gurumayi para 2018. Se a sua *sadhana* ao longo desse ano que passou, parece vasto demais para ser revisitada, então comece com um único momento – um que você tem certeza de que desfrutou a sua própria boa companhia; você saboreou o que Gurumayi tão lindamente chama de *satyarsa*, a ambrosia da Verdade. Lembre-se de como foi esse momento, a sua textura, sua sensação e sabor específicos. E então observe onde a sua reflexão lhe leva, o exercício mental inicial, o ato preciso de identificar a memória, levando à lembrança – ao próprio *satsang*, e ao que naturalmente segue.

Para apoiar a sua reflexão e prática, você pode acessar o website do caminho de Siddha Yoga. Em novembro o website destacará a galeria de palavras, agora anual, para *gratidão*, uma nova palavra com o áudio correspondente, a ser postado a cada dia do mês. Haverá compilação de

alguns dos muitos ensinamentos, comentários e imagens que você estudou ao longo do ano – um passeio virtual, por assim dizer, pelos destaques da *sadhana* de Siddha Yoga em 2018. E haverá uma animação muito especial para ilustrar algumas das muitas qualidades e ferramentas de *sadhana* relacionadas à Mensagem deste ano.

Na Índia, este novembro é também o mês de Deepavali (or Divali), o festival das luzes. É uma celebração que também no caminho de Siddha Yoga nós observamos, as chamas dançantes nas lâmpadas *diya* simbolizando a luz divina do Ser, seu triunfo e resistência através de todos os ciclos de tempo e oscilações deste universo. Na época do festival (de 4 de novembro a 8 de novembro) o website mostrará histórias relacionadas, galerias de fotos e músicas.

Deepavali nem sempre acontece no mês da gratidão, mas quando acontece, a combinação faz um sentido maravilhoso. Podemos discernir uma conexão entre as duas celebrações. Quando a luz do Ser resplandece dentro de nós, percebemos a abundância – a abundância de um tipo que não pode ser exaurido, que não se altera dependendo das circunstâncias, que não é afetada pelo tamanho da nossa lista de queixas, seja ela curta ou longa. Ao contrário, nos ajuda a seguir adiante em nossa vida, com maior equanimidade.

Nós refletimos esta abundância externamente, nas refeições que preparamos e compartilhamos, na maneira como recebemos os outros em nossa casa e reconhecemos o que eles trouxeram para a nossa vida. Ainda assim, o sentido real disso — a realização, o contentamento, o desejo de não querer nada mais e a inundação de gratidão daí resultante — é algo que reconhecemos internamente.

E esta sensação, este sentimento — é a diferença entre o “obrigado” automático que dizemos por gentileza social e a força impulsionadora do nosso "obrigado" e o que surge de pronto, de bom grado, que nasce de nosso coração. É o manancial que surgiu antes e durará muito depois que

nossas palavras tenham se dissipado no silêncio. É a linguagem das lágrimas que deixamos rolar pela face, a expressão em nossos olhos conforme eles cintilam e enrugam nos cantos, revelando ternura. É por isso que, não importa quantas palavras tenhamos em nosso vocabulário coletivo para transmitir nosso apreço, nunca poderá ser — nunca *será* — o suficiente.

Sinceramente,  
Eesha Sardesai



© 2018 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.