

## Deleite-se com o *darshan* de uma mente iluminada

1º de setembro de 2019.

Queridos leitores,

Para muitos estudantes ao redor do mundo, especialmente no hemisfério Norte, setembro simboliza o retorno à escola depois das longas férias de verão. Eles retomam o ritmo familiar da vida acadêmica, ávidos por aprender coisas novas. Para nós, estudantes do caminho de Siddha Yoga, o ritmo firme e empolgante de aprender e implementar os ensinamentos de Gurumayi é constante. Esse ritmo conforta nosso coração, preenche nosso ser com luz e alegria, e nos banha com muitas bênçãos ao longo do caminho.

Desde o começo do ano, você e eu temos estado imersos no estudo e na prática dos ensinamentos de Gurumayi, de *Doce Surpresa 2019*. Através de sua Mensagem, adquirimos conhecimento sobre a verdadeira natureza da mente – é a própria luz da mente que brilha reluzente, o tempo todo. Muitos de vocês têm compartilhado no website do caminho de Siddha Yoga, durante esses últimos oito meses, as maneiras inesperadas com que foram abençoados enquanto experienciavam o poder e a luz da mente.

Na *Shri Bhagavad Gita*, a escritura escolhida por Gurumayi para estudarmos esse ano, o Senhor Krishna diz para seu discípulo Arjuna:

Dentre os sentidos, eu sou a mente; dentre os seres vivos,  
eu sou a Consciência.<sup>1</sup>

O Senhor Krishna diz: *Dentre os sentidos, eu sou a mente.*

Esta linha descreve a natureza elevada e quintessencial da mente, à qual Gurumayi se refere em sua Mensagem.

Além disso, Gurumayi nos ensina que a mente tem uma tendência de se envolver em tagarelice, de se deixar levar pela enxurrada de pensamentos que às vezes se apodera do espaço mental. Nesses momentos, a mente é incapaz de encontrar seu esplendor. Para gentilmente conseguirmos guiar nossa mente de volta à sua própria luz quando ela vagueia, temos que reconhecer a diferença entre o momento em que a mente está se afastando de sua própria luz, e o momento em que está retornando a ela.

A maneira como aprendi a reconhecer esses dois aspectos da mente é tornando-me consciente do meu próprio estado e depois, analisa-lo. Quando me sinto agitada, confusa ou inquieta – como um barco viajando em águas tormentosas – percebo que é devido à mente ter se deixado levar por um fluxo incessante de pensamentos. Soa familiar? Em contrapartida, quando estou envolta por uma sensação de bem-estar, reverberando paz e esperança, quando uma alegria profunda surge no meu coração e sussurra para mim que está tudo bem no mundo, percebo que a minha mente está quieta, repousando na sua verdadeira natureza e me banhando com suas bênçãos.

O que temos que nos perguntar é: Quando a mente está agitada, como posso acalmá-la? Como posso confortá-la e ajudar para que ela volte a contemplar sua própria luz? Como mencionei na carta do mês de agosto, um dos jeitos, e nós já fazemos isso, é focar no mantra sagrado que Gurumayi nos deu em *Doce Surpresa* e repeti-lo.

\*\*\*

Temos nos dedicado ao estudo da Mensagem de Gurumayi e obtido novos *insights*, mais profundos, através de muitos meios e opções diferentes, disponíveis no website do caminho de Siddha Yoga. Dentre esses, temos

histórias sobre a Mensagem de Gurumayi para 2019 de várias partes do mundo, textos dos santos-poetas da Índia e versos das escrituras. Além disso, todo mês o website traz conteúdos específicos dos eventos e celebrações de cada mês em particular. Gostaria de compartilhar alguns conteúdos deste mês:

- **Intensivo Global de Shaktipat 2019 em honra ao Mahasamadhi de Baba Muktananda: O Poder da Mente – Matrika Shakti.** O Intensivo de Shaktipat será realizado no dia 19 ou 20 de outubro (dependendo da localização). Mais informações sobre as datas no local mais próximo a você, assim como sobre a preparação e participação no Intensivo, agora estão disponíveis **aqui**.
- **Absorver os Ensinamentos do Guru** é uma explanação do Swami Apoorvananda sobre a importância e o significado de absorver os ensinamentos do Guru e o impacto dos mesmos em nossa vida.
- **Ganesh Utsava** — Esta é uma celebração, que dura dez dias, do nascimento do Senhor Ganesha, removedor de obstáculos, cuja graça é invocada no começo de qualquer tarefa ou evento. Celebrado com grande alegria e euforia, o festival começa com Ganesha Chaturthi, o quarto dia do mês lunar hindu de Bhadrapada, e termina com Anant Chaturdashi, o décimo-quarto dia do mês lunar. Neste ano, a celebração ocorrerá de 2 a 12 de setembro.
- **Pitru Paksha** é um período de duas semanas durante a fase da lua minguante no mês lunar de Bhadrapada. Segundo as escrituras indianas, é o momento destinado ao oferecimento de oblações aos ancestrais. Neste ano, o período será entre os dias 14 e 28 de setembro.
- **Navaratri** — Este festival de nove dias é dedicado à Deusa em três de suas formas, cada uma louvada durante três dias — começando com Mahadurga, a feroz aniquiladora do mal; em seguida vem Mahalakshmi, a deusa da riqueza e abundância; e conclui com

Mahasarasvati, a deusa da sabedoria, da música e das artes. Em 2019, comemoramos Navaratri de 29 de setembro a 7 de outubro.

- **Cadernos de atividades 32 a 35**—para seu engajamento contínuo do estudo da Mensagem de Gurumayi para 2019.
- **Sessão de Meditação IX: O Mantra, o Outorgador da Proteção Divina.**

\*\*\*

Conforme você mergulhar mais fundo nos seus estudos, desejo que ao longo do mês de setembro sua *sadhana* seja alegre. Sempre que perceber as bênçãos da mente, deleite-se com elas, aprecie a alegria que sente em seu ser, e deleite-se com o *darshan* de uma mente iluminada.

O grande santo-poeta Rahim, do século XVI, Índia, de uma maneira muito simples, mas artística, deixou clara a importância da mente que brilha com sua própria luz.

Rahim diz:

Assim como seu corpo não se molha com seu reflexo espelhado na água, também a mente que é sua amiga, que é iluminada, não será minimamente afetada por quaisquer lugares que seu corpo vá.<sup>2</sup>

Cordialmente,

*Garima Borwankar*



© 2019 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

---

<sup>1</sup> *Shri Bhagavad Gita* 10:22.

<sup>2</sup> Tradução em inglês © 2019 SYDA Foundation.