

Reflexões sobre Gurumayi Chidvilasananda

Honrar o Silêncio

por Mehul Joshi

Durante um evento de ensino e aprendizado com Gurumayi, no Shree Muktananda Ashram em 2002, tive a oportunidade de oferecer *seva* como facilitador. Nós cantamos, meditamos e estudamos os ensinamentos de Siddha Yoga sob a orientação direta de nossa Guru.

Após o término do evento, Gurumayi compartilhou comigo algo que ela tinha observado enquanto eu facilitava: em alguns momentos eu fiz uma pergunta ao grupo para a qual não havia uma resposta imediata. Depois de um ou dois segundos, eu preenchia o silêncio com um comentário ou outra pergunta.

A orientação de Gurumayi foi: “Fique confortável com o silêncio”.

Então ela própria ficou em silêncio. Ao me sentar quieto com Gurumayi, entendi que o silêncio durante o evento não havia sido uma ausência de resposta; era o resultado do grupo entrando mais profundamente na contemplação da pergunta. Era um silêncio cheio de inspiração. No entanto, naquele momento, com centenas de olhos voltados na minha direção, fiquei claramente desconfortável com o silêncio. Para mim, ele sugeria uma falta de resposta.

Grato por esse novo *insight*, agradei a Gurumayi pela sua orientação.

Mais tarde, refletindo sobre meu *darshan* com Gurumayi, intuí que sua orientação havia plantado uma semente que seria especialmente

significativa para mim. Eu queria levar isso adiante, em especial para a minha prática diária de meditação.

Durante os meses e anos que se seguiram àquele *darshan* com Gurumayi, fiquei cada vez mais sintonizado com uma dinâmica sutil que ocorria nas profundezas das minhas meditações. Às vezes, eu entrava num espaço profundo dentro de mim que ressoava com um silêncio poderoso. Notei que era exatamente nesses momentos que minhas meditações chegavam ao fim.

Ao refletir sobre essa experiência, percebi que aquilo não estava “apenas acontecendo”. Quando eu entrava no vasto espaço ilimitado dentro do meu próprio ser, estava *escolhendo* emergir daquela experiência porque temia o poder do silêncio interior. Entendi que o que eu precisava fazer era seguir a orientação que Gurumayi havia me dado: *Fique confortável com o silêncio*.

Descobri que ficar confortável com o silêncio em minha meditação significa reconhecer o silêncio como manifestação do meu Ser interior. Agora, quando medito, mentalmente ofereço meu amor e respeito ao silêncio – é como oferecer *puja* a uma deidade. Então penetro mais profundamente em seu poder ilimitado, pulsante e rejuvenescedor.

A orientação direta de Gurumayi revelou novas perspectivas em meu mundo interior. E também iluminou meu mundo exterior.

Na minha profissão como consultor de comunicação empresarial, frequentemente trabalho com profissionais que desejam se conectar mais efetivamente com indivíduos, equipes e audiências. Ao longo dos anos observei que, para muitas pessoas com quem trabalho, a habilidade de se conectar quando falam ou apresentam é impedida pela sua experiência limitada de fazer uma pausa propositamente.

Através da contemplação da orientação de Gurumayi, reconheci o valor de criar espaço para o silêncio na fala, e agora encorajo os outros a descobrirem por si mesmos o poder do silêncio em sua comunicação.

Quando eles de fato incorporam pausas significativas em sua fala, ficam maravilhados com o impacto imediato que isso causa. Eles descobrem que o silêncio momentâneo não é a ausência de comunicação – é um momento que proporciona à audiência o tempo e espaço para ativar sua própria inspiração e criatividade.

Sou profundamente agradecido a Gurumayi. Ao seguir sua orientação, fiquei mais confortável com o silêncio. Fiquei mais sintonizado com os benefícios de honrar o silêncio tanto no mundo interior quanto exterior. Como resultado, sou capaz de me beneficiar com o poder do silêncio e de encorajar outras pessoas a terem a experiência de sua recompensa ilimitada.

