

# Reflexões sobre Gurumayi Chidvilasananda 2016

## Ganhando Clareza

por

Dinesh Alexander Alford

Durante o verão de 1995, eu estava visitando o Shree Muktananda Ashram com minha esposa e filhos para oferecer seva. Durante o *satsang* do início da noite, Gurumayi falou sobre a importância de ser vigilante em nossas atividades diárias. Ela disse que quando nós estamos completando uma tarefa é importante parar e cuidadosamente revisar nossas ações antes de dar os próximos passos. Desta forma confirmamos que tudo está em ordem antes de seguir em frente. Gurumayi nos lembrou inúmeras vezes: “Seja claro. Verifique. Verifique duas vezes. Seja cristalino.” Assim que ouvi este ensinamento, eu soube que ele possuía um grande significado para mim.

Na mesma hora, eu comecei a aplicar o ensinamento de Gurumayi na minha vida profissional como engenheiro aeroespacial. Enquanto eu trabalhava em projetos complexos de concepção e montagem de motores a jato, eu lembrava a mim mesmo das palavras de Gurumayi: “Seja claro. Verifique. Verifique duas vezes. Seja cristalino.” Em uma indústria onde os orçamentos são grandes, cronogramas são rápidos, e segurança é primordial, pausar e olhar de novo era muitas vezes uma graça salvadora, e ao longo dos dez anos seguintes eu me tornei conhecido entre os membros da minha equipe pelo trabalho praticamente livre de erros.

Ao longo do tempo, eu comecei a notar outras mudanças mais sutis em meu trabalho conforme eu colocava as palavras de Gurumayi em prática. Em um breve instante de pausa para verificar pela segunda vez, eu entrava em um momento de quietude. E a partir daquele espaço interior de silêncio, muitas vezes vinha à tona uma nova perspectiva, juntamente com ideias inovadoras ainda que pragmáticas. Ao criar um

hábito de pausar para ganhar clareza, eu me dei espaço para acessar a inspiração sempre fluida em meu Ser interior.

Este ensinamento também trouxe grandes benefícios para a minha vida doméstica. As palavras do Guru começaram a surgir naturalmente quando eu estava preparando uma refeição para a família, plantando flores no jardim, ou jogando um jogo da família. Não importa o que estou fazendo, quando eu paro e presto mais atenção, eu me torno mais presente no momento e sinto um grande bem-estar e conexão com as pessoas e o ambiente ao meu redor. Este bem-estar espirala para fora, e muito naturalmente todos e tudo ao meu redor se beneficiam deste bem-estar também.

Quando meu filho era jovem, eu o ajudei muitas vezes com seus deveres de casa de matemática. Eu compartilhei com ele o ensinamento de Gurumayi "Seja claro. Verifique. Verifique duas vezes. Seja cristalino." Juntos, praticamos a disciplina de pausar e focar novamente. Ao longo do tempo, ele aprendeu a não se apressar com sua lição de casa, e no processo eu aprendi a ter mais paciência. Eu estou impressionado com a disciplina que meu filho desenvolveu ao longo dos anos com seus estudos e em sua vida. Certa vez, depois de um exame de cálculo da faculdade, ele me contou que parou para verificar uma segunda vez seu trabalho. Houve vários problemas que ele não respondeu, pois não sabia como resolvê-los, porém sua intenção de checar mais uma vez foi apenas para encontrar erros no seu trabalho concluído. Ele disse que ao parar para verificar seu trabalho, sua mente se tornou quieta e ele recebeu inspiração do seu interior sobre como abordar os problemas não resolvidos. Quinze anos após eu ter recebido o ensinamento de Gurumayi, este ensinamento deu frutos na vida do meu filho.

O efeito que este ensinamento teve em minha vida espiritual também foi profundo. Ele serviu como uma luz guia, a qual me deu suporte em manter um sentido de constância espiritual ao longo dos anos. Certa vez, fiquei por um tempo sem cantar, meditar ou ler os ensinamentos de Gurumayi regularmente, dizendo para mim mesmo que eu estava muito ocupado. Então, um dia, a verdadeira voz da lembrança surgiu dentro de mim e perguntou, "Você tem certeza de que não há uma forma de retomar suas práticas? Você verificou que não há uma forma?" Eu parei e reavaliei minha agenda, e com certeza, encontrei uma forma de criar espaço para a disciplina diária das práticas e a experiência da alegria que brota ao fazê-las.

O ensinamento de Gurumayi, “Seja claro. Verifique. Verifique duas vezes. Seja cristalino” continua reverberando dentro do meu coração e proporciona orientação em todas as partes da minha vida: na minha profissão, com minha família, e na minha sadhana. Até hoje eu me admiro de que a contemplação e a implementação deste ensinamento tenham me educado tanto sobre o poder da vigilância e trazido tanta graça e doçura para a minha vida.

© 2016 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.