समानुभूति

Samānubhūti

24 de junho de 2022

Comentário de **Ami Bansal** e **Garima Borwankar**

Parte I

O dia mais *anandatse*, mais extasiante, de todos — o dia 24 de junho — ocupa um lugar inestimável e querido em nosso coração e no coração de todos os Siddha Yogues. É o aniversário de nossa amada Shri Guru, Gurumayi Chidvilasananda!

É em honra ao Aniversário de Gurumayi que o mês inteiro de junho é celebrado como o *Aniversário em Êxtase* no caminho de Siddha Yoga. Um dos principais ensinamentos que aprendemos com Gurumayi é que a nossa verdadeira essência nada mais é do que puro êxtase e que nossa obrigação neste planeta é nos darmos conta disso. Na *abhanga,* ou canção devocional, *Anandatse dohi, ananda taranga*, o santo-poeta Tukaram Maharaj diz: "Na grande torrente de êxtase, ondas se erguem, e elas também nada são além de êxtase, porque êxtase é a natureza de cada partícula deste corpo de êxtase!"

Como muitos de vocês sabem, ao longo do mês de junho todos os Siddha Yogues e novos buscadores recebem de Gurumayi uma virtude por dia. Gurumayi iniciou esta tradição em 2013. Nós, que sabemos dessa tradição, ficamos na expectativa por isso todo mês de junho, e descobrimos que essas mesmas virtudes assumem um novo significado à medida que continuamos a estudar e embeber sua essência. Enquanto isso, novos

buscadores fazem muitas descobertas incríveis ao aprender pela primeira vez o que essas virtudes significam no caminho de Siddha Yoga.

E então, em 24 de junho de cada ano, recebemos de Gurumayi uma surpresa de aniversário. O que seria de uma comemoração de aniversário sem uma surpresa, não é mesmo? Normalmente, quando é o aniversário de alguém, todos dão presentes a *essa pessoa*. Portanto, é notável que no Aniversário de Gurumayi, ano após ano, ela *nos* dá o presente inacreditável de um ensinamento na forma de uma virtude. É uma bela ilustração do que temos aprendido com Gurumayi: que o dar e receber que acontece entre Guru e discípulo é multidimensional. Não segue um padrão linear; em vez disso, acontece em 360 graus. Conforme esse dar e receber continua acontecendo, sua energia, seus benefícios, se expandem concentricamente, preenchendo o mundo com *saundarya*, beleza; com *sādhutā*, bondade; com *prakāsh*, luz.

Esse presente de Gurumayi é inestimável para nós, como seus estudantes, porque estudar e praticar seus ensinamentos nos leva à experiência da divindade no interior. Continuar em nosso caminho com diligência e determinação, buscando a meta da *sadhana*, é um presente que *nós* podemos oferecer de volta ao Guru. Podemos também ficar inspirados a dar de outras formas, como *seva* e *dakshina* — ambos são um tipo de oferenda que se origina de uma compreensão e conhecimento profundos do poder transformador dos ensinamentos do Guru.

Qualquer coisa que recebemos do Guru é *guru-prasad* — um presente sagrado do Guru. O oferecimento de um *prasad* por Shri Guru é um ato incomparável de generosidade e compaixão. *Prasad* do Guru é uma forma da graça do Guru concedida ao discípulo. Na verdade, *guru-prasad* é sinônimo de *guru-kripa*, a graça do Guru.

Guru-prasad não é necessariamente um objeto material. *Prasad* do Guru, seja qual for seu tipo ou forma, é metamórfico para o discípulo em sua

sadhana. Pense na fantástica transformação da lagarta em uma borboleta. Através do processo de metamorfose, um inseto terrestre que rastejava pelo chão desenvolve asas e voa para o céu.

Então, Shri Gurumayi está nos dando um presente precioso: uma virtude que é significativa no momento em que a recebemos e cujo valor aumenta exponencialmente com o tempo. A importância que ela tem e as bênçãos que ela confere àqueles que a adotam, estudam e embebem, continuam a dar frutos em sua *sadhana*.

No ano de 2022, a virtude que Shri Gurumayi nos concedeu em honra ao seu aniversário é:

समानुभूति

Samānubhūti

[Clique aqui para escutar a gravação em áudio]

Aqui, pedimos que você leia essa palavra ***samānubhūti*** em voz alta.

Ao pronunciá-la em voz alta, concentre-se na vogal longa *a* em *samaa.*

Concentre-se também na vogal longa *u* em *bhuuti*.

E o *t* no final da palavra é um *t* suave, como na palavra do espanhol *tío,* do francês *tout* e do italiano *tu.* É chamado de som "dental" porque a ponta da língua toca a parte posterior dos dentes superiores frontais ao pronunciá-la.

E agora repita silenciosamente — ***samānubhūti.***

***

Obrigada por persistir com esta virtude primorosa. Imaginamos que muitos de vocês estão desejando dedicar mais tempo a admirar sua beleza; apreciar sua estrutura, talvez até passar mentalmente os dedos ao redor de seu contorno; ouvir o seu som repetidas vezes, prestando bastante atenção em suas sílabas e nas vogais curtas e longas. Ao fazer isso, você ficará cada vez mais familiarizado com suas características, saboreando a *rasa* inerente a ela.

Em nosso próprio estudo até agora, descobrimos muitas dimensões de *samānubhūti*. Entretanto, não estamos sugerindo em hipótese alguma que esses são os únicos significados que você encontrará que são inerentes a *samānubhūti*. A abrangência de *samānubhūti* é vasta e misteriosa em suas manifestações. Existem inúmeras formas de entendê-la e experienciá-la. Estamos certas de que, no decorrer de seus estudos da virtude, à medida que a mantém na consciência ao longo de seus dias e noites e permite que ela se reflita nas ações que realiza em sua vida, você terá suas próprias revelações e insights sobre o significado e as bênçãos de *samānubhūti*. Na verdade, essa jornada continua para nós também, e estamos animadas para continuar descobrindo mais e mais sobre essa virtude ao ler os depoimentos no website do caminho de Siddha Yoga, ao conversar com pessoas afins e através de quaisquer revelações que surjam a partir do nosso envolvimento com este *prasad* nos dias, semanas e anos que virão.

***

Então, qual é o significado de *samānubhūti*, palavra que existe tanto no idioma sânscrito como em hindi? No sentido mais abrangente, *samānubhūti* corresponde à palavra inglesa *empathy* (*empatia*), que o dicionário define como nossa habilidade de compartilhar sentimentos e emoções de outras pessoas como se fossem nossos. Seus sinônimos incluem: *compreensão*, *conexão*, *apreciação* e *compaixão*. Ao mesmo tempo, *samānubhūti* possui camadas adicionais de significado que proporcionam uma profundidade e

riqueza extraordinárias, fazendo com que ela brilhe como uma pedra preciosa iridescente.

Como dissemos há pouco, *samānubhūti* é uma palavra em sânscrito e em hindi. Ela tem significados similares em ambas as línguas, e sua origem é em sânscrito.

É uma palavra composta, com duas partes: *sama* + *anubhūti*.

A palavra sânscrita *sama* tem múltiplos significados: *igual; o mesmo, idêntico; equilibrado, similar, parecido; constante, imutável; imparcial, justo;* e *pleno, completo, inteiro.*

Anubhūti refere-se a percepção, experiência, realização e conhecimento.

Quando essas duas palavras são reunidas formando a palavra composta *samānubhūti,* ela passa a denotar estes significados multifacetados:

- cognição da igualdade, não diferenciação e unidade com tudo
- conhecimento e percepção da plenitude e completitude
- experiência de equilíbrio e harmonia
- consciência da igualdade que leva a profunda empatia, compaixão e compreensão
- responder aos outros com gentileza e sem julgamentos

***Samānubhūti* é a cognição da igualdade e da unidade.**

Samānubhūti é uma virtude que surge da crença fundamental de que todos e tudo vem da mesma essência e é, portanto, igual, e não diferente de todos e de tudo o mais.

Referindo-se a esta Verdade máxima, o *Mandukya Upanishad* diz:

सर्वं ह्येतद् ब्रह्म अयमात्मा ब्रह्म

sarvaṁ hyetad brahma ayamātmā brahma

Tudo isto é Brahman, o Absoluto, e este Ser é aquele Brahman.[1]

Este Ser, que é Brahman, é o Ser que permeia tudo e todos. Mesmo que você não esteja sempre consciente dessa verdade, se pensar a respeito, com frequência você tem a experiência da unidade inerente a *samānubhūti*. Por exemplo, você pode ouvir dizer que alguém que você encontrou brevemente recebeu amplo reconhecimento por seu trabalho ou por outras contribuições à sociedade. Sua resposta imediata é "Fantástico. Que maravilha!" Você quase não conhece essa pessoa, mas agora a alegria dela é a sua alegria, a conquista dela é a sua conquista. Você tem um sentimento de orgulho e conexão. O Brahman em você está em ressonância com o Brahman naquela pessoa. É irrelevante se você a conhece bem ou não — você já sentiu a luz de Brahman nela.

Vamos examinar outro exemplo. Num dia ensolarado e brilhante, você está caminhando atrás de alguém numa calçada movimentada. Está tudo bem quando, de repente, a pessoa na sua frente tropeça e cai. Sua reação imediata é ajudar, então você estende o braço e gentilmente ajuda a pessoa a se levantar e procura ter certeza de que ela não se machucou. Você não fica pensando "Devo ajudar? Ou não devo ajudar?" Você oferece seu apoio sem ao menos pestanejar. O Brahman em você sente o que o Brahman na outra pessoa está experienciando.

Samānubhūti é o nome dado à percepção da habilidade que temos de nos conectar com o mundo ao nosso redor. Ela dá nome àquilo que, de outro modo, pode parecer um sentimento amorfo para alguns de nós, algo que podemos achar difícil de explicar ou definir. *Samānubhūti* é esse sentimento.

***Samānubhūti* é o conhecimento da plenitude.**

A partir do senso de unidade com o mundo, do reconhecimento de que nada é diferente do "Eu" supremo, você começa a ver como todos os seres neste planeta são interconectados, formando um todo coletivo que é este universo. O que acontece numa parte da Terra ou a qualquer espécie, cedo ou tarde irá impactar o resto do mundo e as vidas de todas as espécies

Uma teoria da física chamada "emaranhamento quântico" descreve como duas partículas subatômicas podem estar interconectadas apesar do fato de a distância entre elas poder ser medida em bilhões de anos-luz. Ao mesmo tempo que essa gigantesca extensão de espaço as separa, uma mudança trazida a uma delas afeta a outra.

Além disso, outras teorias da física atômica descreveram a interconectividade entre partículas subatômicas, átomos e moléculas. Por exemplo, partículas carregadas em um átomo se unem e, na realidade, átomos não podem nem existir sem essa ligação conectando as partículas umas às outras. Aqui também, uma mudança em uma tem o efeito de mudar a outra. Cientistas planetários também descobriram que podemos rastrear a origem de quase todos os elementos químicos presentes no corpo humano — tais como cálcio, sódio, ferro, cobre, hidrogênio e oxigênio — até estrelas distantes. Através de várias explosões de supernovas, e ao longo de muitas eras, esses elementos entraram em nosso sistema solar, na Terra e, finalmente, em nossos próprios corpos. Desta forma, somos parte do cosmos e o cosmos, bem literalmente, é parte de nós.

A ciência descreve tudo como pulsando com energia — no nível atômico, no nível molecular, no nível de um ser vivo. E tudo pulsa com sua própria vibração característica. Duas coisas trocam energia quando ressoam uma com a outra. Essa energia que pulsa através de todo o universo — em cada átomo — cria uma consonância harmoniosa.

A palavra sânscrita para átomo é *aṇu*. *Aṇu* também é um nome para o Senhor Shiva e um substantivo que significa "alma individual". O Supremo Shiva toma a forma de cada alma individual, se contraindo e ao mesmo tempo se multiplicando para se tornar tudo neste mundo. Que conceito divino! Você não concorda?

Quando você reconhece e entende essa interconexão cósmica, essa interdependência global, e gradualmente se estabelece nesse conhecimento de unidade, então não apenas começa a viver em um estado de harmonia dentro de si mesmo, como também começa a ressoar com todos os seres neste universo.

Por outro lado, quando você se vê como separado dos outros, do ambiente ao seu redor e do mundo, essa perspectiva limitada traz discórdia e desarmonia, tanto no interior como no exterior, levando a uma ruptura na ordem cósmica.

Isso nos faz lembrar de um ensinamento de Baba Muktananda, o Guru de Gurumayi, que costumava dizer, em sua cativante mistura das línguas hindi e marati:

> उपकार नको मगर उपद्रव नहीं चाहिए
>
> *upakār nako magar upadrav nahīṃ cāhiye*
>
> Tudo bem se você não puder ajudar os outros, mas pelo menos não seja um estorvo.

Muitas vezes Baba falava com frases concisas, semelhantes a sutras, que continham um significado profundo. Nesta afirmação, o que ele está dizendo é: "Não atrapalhe; não coloque obstáculos no caminho de quem está tentando ajudar." O que essas palavras de Baba também nos revelam é que devemos nos esforçar para sermos agentes da harmonia na ordem cósmica.

Ao absorver a sabedoria das palavras de Baba, como você pode restaurar a harmonia em seu mundo e no mundo além de você? Uma maneira de fazer isso é conectar-se à virtude de *samānubhūti* e praticá-la olhando para o mundo como um todo entrelaçado. Praticar *samānubhūti* requer esforço consciente.

Continua…

© 2022 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

---

[1] *Mandukya Upanishad,* 2; Tradução em inglês. ©2022 SYDA Foundation.