

Firmeza

Virtude selecionada por Gurumayi Chidvilasananda para o Aniversário em Êxtase

Comentário da Prof^a de Meditação Siddha Yoga Achala Woollacott

Em inglês a palavra *firmeza* possui várias nuances e tem sua origem no inglês antigo *stedefæst*, que consiste em *stede*, traduzido como “lugar” e *fæst*, traduzido como “firmemente fixo”. Isso significa firmeza no propósito ou resolução, de forma inabalável. Assim, ser firme é se manter fixo com estabilidade em um lugar, como uma montanha ou como uma árvore profundamente enraizada. Na yoga, essa é a qualidade interior de ser firme no propósito, resolução e ação.

Gurumayi fala sobre a importância da firmeza em seu livro *Meu Senhor Ama um Coração Puro*:

A firmeza, ou perseverança, como é às vezes chamada, é altamente valorizada em todos os setores da vida. Sem isso, não pode haver verdadeira felicidade nem alegria, nem realização duradora. ¹

Esta é uma afirmação muito surpreendente – que a felicidade e a realização duradoura dependem da firmeza. Contudo, essa verdade é suportada por meio da nossa experiência em aprender a maioria das habilidades. Por exemplo, uma criança pode querer aprender a tocar violino e começar seus estudos com grande entusiasmo. Em alguns momentos, no entanto, ela pode achar desafiante a prática diária e ficar tentada a abandonar seus esforços. Nesse momento pode parecer que essa é a solução mais fácil. Mas somente se ela perseverar na prática, ela alcançará a verdadeira felicidade de dominar essa habilidade e atingir seu objetivo. É somente por meio da firmeza na prática que ela experimenta a alegria de tocar uma peça com habilidade e talento conquistando suas intenções como músico. Assim,

firmeza constante e contínua, em qualquer empreendimento, é a chave para a felicidade e a realização.

Gurumayi prossegue ao dizer:

Em sânscrito, a palavra para perseverança tem diferentes definições. Uma delas é *dirgha prayatna*, que significa “esforço prolongado”. Outra é *sthairya*, que tem quatro diferentes significados: solidez, paciência, consistência e estabilidade. ²

Essas nuances de significado que Gurumayi acrescenta para o nosso entendimento da virtude da firmeza nos lembra que ser firme implica em ser sólido com nossos propósitos, consistente em nossos esforços, e paciente com nós mesmos à medida que nos movemos com firmeza em direção aos nossos objetivos por um período longo de tempo. Quando somos firmes, não nos permitimos ser desviados pelos desafios internos e externos que encontramos ao longo do caminho.

No que diz respeito à busca pelo objetivo da *sadhana*, ser firme implica em fixar o olhar com determinação nos ensinamentos do Guru, e sermos resolutos tanto na execução dos nossos deveres como no reconhecimento do Ser interior enquanto agimos. Esse nível de perseverança de atenção nos apoia no reconhecimento da nossa própria consciência pura, do nosso próprio amor puro, que, por sua vez, nos dá ainda mais satisfação em tudo o que fazemos.

Pode parecer que requer um esforço hercúleo resolutamente manter-se focado na nossa intenção. Essa não tem sido, no entanto, a minha própria experiência. A prática da firmeza por si só nos nutre, e nos leva para momentos de reconhecimento do êxtase e do contentamento profundos do Coração. E isso, por sua vez, nos dá motivação para mergulhar ainda mais fundo na *sadhana*. Uma maneira convincente para visualizar a qualidade da firmeza é vê-la como um cordão energético inquebrável, de amor e

alegria, entre o nosso próprio coração e o grande Coração do Guru. É esse laço de amor que mantém nosso foco firmemente fixo no caminho do Coração.

A *Shri Bhagavad Gita* também conceitua firmeza como o atributo chave para atingir a consciência continuada do Coração, que é o propósito da yoga. O verso 7:18 diz:

उदाराः सर्व एवैते ज्ञानी त्व् आत्मैव मे मतम् ।

आस्थितः स हि युक्तात्मा माम् एवानुत्तमां गतिम् ॥७.१८॥

*udārāḥ sarva evāite jñānī to ātmāiva me matam,
āsthitaḥ sa hi yuktātmā mām evānuttamāḥ gatim.*

Aquele cuja mente é firme habita somente em Mim, a suprema meta. ³

Nesse verso, o Senhor Krishna relembra Arjuna que o fruto de ser firme, de manter a mente firmemente fixa na sua intenção, é o conhecimento do Ser. Ele diz que a pessoa cuja mente está firme em se voltar para a consciência do grande Coração, encontra este objetivo sem precedentes e, por fim, habita lá.

Os ensinamentos do Senhor Krishna nos dão a chave para alcançar o objetivo da *sadhana*. Ao nos tornarmos indiferentes aos contratempos momentâneos, nos elevamos acima dos desafios da vida. Nem excessivamente entusiasmados com o sucesso nem desencorajados pelo fracasso, damos um passo de cada vez e aprendemos a saborear cada parte da nossa jornada. Passamos a perceber que cada passo contém uma nova oportunidade para fortalecer nossa capacidade de reconhecer o Ser interior. Gradualmente, essa experiência do reconhecimento se torna cada vez mais frequente, e, no final, se torna nossa forma de ser. Ficamos

absortos no êxtase do Ser. Descobrimos, como Gurumayi diz, que a firmeza na *sadhana* traz a realização duradoura e a verdadeira felicidade.

Afirmção para Firmeza

Eu me empenho para manter o foco firme no Coração.



© 2017 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

¹ Swami Chidvilasananda, *Meu Senhor Ama um Coração Puro*, (Rio de Janeiro, RJ: SYD Brasil, 1997) p. 35.

² *Ibid.* p. 47.

³ *Bhagavad Gita*, 7.18.