

Aprenda sobre a Prática de Siddha Yoga do Canto por Krishna Haddad

No caminho de Siddha Yoga, a prática do canto inclui *namasankirtana*, a repetição musical dos nomes de Deus. Também inclui *svadhyaya*, a recitação de textos sagrados como a *Shri Guru Gita*, e o canto de hinos e mantras sagrados, bem como canções devocionais, como *bhajans*, *abhangas* e *qawwalis*. Todas essas formas de música sagrada servem, em última análise, ao mesmo propósito divino — levar-nos à experiência do Ser interior. Por esta razão, o canto é uma das quatro práticas centrais no caminho de Siddha Yoga.

Através da prática do canto, somos capazes de entrar em contato com nosso Ser interior e experienciar seu êxtase. Ao cantar sílabas sagradas na forma de música, somos atraídos para níveis mais elevados de consciência. No entanto, cantar não requer nenhum conhecimento especial ou habilidades específicas. Na verdade, cantar é uma prática que pode ser feita por qualquer pessoa.

Gurumayi Chidvilasananda, o Guru de Siddha Yoga, ensina sobre o poder do canto e inspira os estudantes de Siddha Yoga a participarem desta prática com todo o coração. Um dos ensinamentos de Gurumayi é

O nome de Deus é uma força benévola. Quando você canta o Nome, ele na verdade se move através de todo o seu ser — purificando-o, concedendo a graça e tornando-o sagrado.¹

Com este ensinamento, Gurumayi nos orienta a reconhecer que os textos dos cantos de Siddha Yoga são mais do que meras palavras. As sílabas sagradas dos cantos e mantras de Siddha Yoga estão impregnadas com a

graça e a energia do Guru. Portanto, eles são *chaitanya*, vivos com o poder da Consciência. Quando cantamos, trazemos nossa percepção para a divindade que está presente dentro de nós.

A ênfase que os Gurus de Siddha Yoga colocaram nesta prática é evidente quando você considera a Programação Diária do Ashram, a sequência diária de práticas nos Ashrams de Siddha Yoga ao redor do mundo, que foi implementada por Baba Muktananda na década de 1960. Na programação, os cantos aparecem ao longo do dia — de manhã, ao meio-dia e à noite. O canto perpassa nossas atividades diárias como um fio divino.

No decorrer de nossa vida cotidiana, também cantamos para enviar bênçãos; cantamos para marcar ocasiões especiais; e cantamos apenas por cantar, pelo prazer dessa prática. Cantamos para nos deleitar com nossa boa sorte e, em momentos difíceis, cantamos para encontrar conforto e ficar mais enraizados no conhecimento da Verdade.

A música do caminho de Siddha Yoga está enraizada nas tradições indianas, e muitos cantos praticados por Siddha Yogues podem ser ouvidos por toda a Índia. No entanto, os Siddha Yogues se deleitam particularmente com a música que foi escrita e composta por Gurumayi.

Gurumayi usa a composição musical como veículo para transmitir seus ensinamentos. Ela compôs muitos *namasankirtanas* e escreveu as palavras e a música para muitas canções devocionais. Gurumayi introduz refinamentos no repertório da música de Siddha Yoga, tanto em sua composição quanto nos métodos e técnicas da prática. Esses refinamentos tornam a prática do canto mais fácil e acessível e permitem que os Siddha Yogues colham cada vez mais benefícios de sua prática. Você pode ouvir grande parte dessa música aqui no site do caminho de Siddha Yoga.

Praticar o canto é se envolver diretamente com o ensinamento essencial de Siddha Yoga: “Honre seu Ser, adore seu Ser, medite em seu Ser, Deus habita dentro de você como você.” Quando cantamos, entoamos palavras que transmitem essa verdade fundamental e permeamos a atmosfera com som musical que evoca a experiência desse ensinamento. Quando cantamos, nós contribuimos para esse som e nos deleitamos com ele. Quando cantamos, celebramos e reconhecemos nosso próprio Ser divino.



© 2022 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

1 Swami Chidvilasananda, *Entusiasmo* (Rio de Janeiro, RJ: Siddha Yoga Dham Brasil, 1999), p. 181.