

## A Prática de Guru-Puja por Swami Shantananda

A sacralidade inerente à natureza tem sido enaltecida na Índia — tanto na fala como na escrita — desde, pelo menos, os tempos védicos. Durante o período em que os **Vedas** estavam sendo compostos, aproximadamente 1.500 a 500 AC, não existiam templos e nem imagens de Deus na Índia. Ao invés disso, eram as montanhas, oceanos, rios, árvores, o vento, o sol, a lua e outras forças da natureza que eram adoradas ano após ano.

Os grandes sábios e santos recorriam ao exemplo da natureza para transmitir a seus discípulos o conhecimento do Ser. Eles explicavam como o universo abrange várias formas da divindade que podem ser adoradas. Um dos versos do *Shrimad Bhagavata Purana*, um texto de histórias e ensinamentos ancestrais, diz:

खं वायुमग्निं सलिलं महीं च  
ज्योतींषि सत्त्वानि दिशो द्रुमादीन् ।  
सरित्समुद्रांश्च हरेः शरीरं  
यत्किञ्च भूतं प्रणमेदनन्यः ॥ ११.२.४१ ॥

*kham vāyum agniṁ salilam mahīm ca  
jyotīṁṣi sattvāni diśo drumādīn |  
sarit-samudrāmś ca hareḥ śarīraṁ  
yat kiṁ ca bhūtaṁ praṇamed ananyaḥ ||*

Você deveria honrar a tudo — espaço, ar, fogo, água, terra, os corpos celestiais, todas as coisas vivas, as direções, árvores e plantas, rios e oceanos — como sendo o corpo do Senhor, que não é diferente de você.<sup>1</sup>

Os sábios dos **Puranas** reconheceram que esse cosmos inteiro surge do próprio ser do Senhor e não é diferente do Senhor. Portanto, uma forma de honrar a Deus é prestando homenagem à criação de Deus. Podemos expressar nossa reverência a Deus realizando rituais de adoração e mostrando respeito por tudo nesse mundo. Podemos oferecer saudações ao Senhor reconhecendo a divindade em todas as pessoas e criaturas.

\*\*\*

A palavra *puja* no idioma sânscrito significa “adoração,” e deriva da raiz *puj*, que significa “adorar e honrar.” Realizar *puja* é oferecer reverência, adoração e respeito. É uma forma de homenagear, de reconhecer a sacralidade e santidade de alguém ou algo. Em essência, *puja* é um modo de honrar, expressar amor, gratidão e devoção ao seu *ishta-devata*, ou deidade escolhida—sua forma amada do Divino.

Através do ritual do *puja* para sua forma escolhida do Absoluto, o adorador se conecta com a presença do Divino na vida diária e invoca bênçãos. É um ritual que requer um compromisso contínuo— e muito belo e harmônico— com o Divino. A *sadhana* do *puja* dá à mente um foco muito claro. O adorador precisa estar totalmente presente e atento e cuidadoso sobre como cada passo do *puja* é realizado. Como resultado, a mente terá menos oportunidades de divagar ou dispersar.

Na tradição Guru-discípulo, a forma proeminente de *puja* é *puja* ao seu próprio Guru. Num *doha*, o Santo Kabir descreve com eloquência o *bhava*, a atitude interior, que um discípulo mantém em relação ao seu Guru:

गुरु गोविन्द दोऊ खड़े काके लागूं पांय ।

बलिहारी गुरु आपकी जिन गोविन्द दियो बताय ॥

*guru govinda doū khaḍe kāke lāgū pāy |*

*balihārī guru āpakī jin govinda diyo batāy ||*

Meu Guru e o Senhor estão ambos em pé à minha frente.  
A quem devo me inclinar primeiro?  
O Gurudev, eu me entrego completamente a você.  
Você é aquele que me mostrou o Senhor.<sup>2</sup>

O Santo Kabir nos diz que Shri Guru, personificação da compaixão infinita, deveria ser adorado em primeiro lugar, já que é o Guru que transmite os ensinamentos sobre o Divino e guia os discípulos para a experiência dessa divindade.

Em 1972, eu estava viajando pela Índia como buscador, quando alguém nos Himalaias me falou sobre um Guru grandioso que residia em Gurudev Siddha Peeth, o Ashram de Siddha Yoga na Índia. Pouco tempo depois, percebi que eu *realmente* queria e precisava de um Guru, e então decidi ir para Gurudev Siddha Peeth. Eu ainda era um tanto cético quando cheguei lá; no entanto, eu recebi o *darshan* e *shaktipat-diksha*, iniciação divina, de Baba Muktananda. E isso — para resumir a história — impulsionou-me para a *sadhana* de Siddha Yoga.

Desde então, *Guru-puja* tem sido uma das minhas práticas constantes. Ao oferecer *puja* posso expressar minha profunda reverência e amor ao meu Shri Guru, por tudo que recebi e continuo a receber. Quando eu estava na Índia, pude aprender os rituais para oferecer *puja* ao Guru. Em Gurudev Siddha Peeth, em especial, a adoração ao Guru acontece durante todo o dia.

Dito isto, existem dias específicos nos quais o oferecimento de *puja* tem uma importância particular. É dito nas escrituras e histórias da Índia que quando *puja* é realizado nestes dias especiais, os benefícios da adoração aumentam exponencialmente.

Preparei para você os passos para oferecer *Guru-puja*. E se, por alguma razão, você não puder arrumar ou oferecer adoração em um altar físico, você pode fazer *manasa puja*; isto é adoração mental, quando você visualiza todos os passos da adoração. É tão poderoso quanto oferecer adoração externamente.

Cada uma das oferendas do *puja* tem significados específicos e múltiplos. Expliquei abaixo alguns desses significados para que você retenha este conhecimento em sua consciência ao realizar a adoração. Desta maneira, suas ações não serão mera repetição; elas estarão imbuídas de significado.

Os elementos da adoração podem ser simples e elegantes. Deixe-os ser de uma qualidade que inspire devoção e amor em você.

- Você pode se preparar tomando primeiro um banho e usando roupas asseadas e limpas. Limpeza representa pureza, e expressa nossa intenção de oferecer o melhor de nós mesmos para a adoração.
- Certifique-se que o espaço para o *puja* também esteja limpo e asseado.
- Crie um altar com uma imagem do Guru e, se você tiver um par das *padukas* do Guru, ou sandálias, coloque-as diante da imagem.
- Ofereça frutas colocando-as no altar.
  - As frutas representam as realizações que alcançamos com a graça do Guru, ao executarmos as práticas espirituais. Oferecemos as frutas como um gesto de desapego e gratidão.
- Comece o *puja* invocando a graça do Guru. Você pode dizer:  
“*Sadgurunath Maharaj ki Jay.*”
- Contemple a imagem do Guru e as *padukas* do Guru com o entendimento de que você está recebendo *darshan*.
- Ofereça uma fragrância ondeando um palito de incenso três vezes – ou mais, se desejar – diante da imagem do Guru. Ondule o incenso em círculo, no sentido horário.

- Em seguida, ondule uma bandeja de *arati* que contenha uma pequena vela ou lamparina de ghee, diante da imagem do Guru e das *padukas* três vezes – ou mais, se desejar. Primeiro ondule a bandeja para a esquerda, depois faça um meio círculo para a direita e faça uma abóbada ondeando a bandeja em um círculo completo no sentido horário.
  - A chama representa a luz do Divino, a luz do Guru, a luz do Ser.
  - Na bandeja, você pode colocar pequenas porções de cúrcuma, *kumkum*, arroz e flores. Posicione as flores de forma que elas fiquem de frente para a imagem do Guru.
    - A cúrcuma amarela representa vigor, radiância e conhecimento.
    - O *kumkum* vermelho representa a Shakti e tudo o que é auspicioso.
    - O arroz branco representa nutrição, pureza, prosperidade e aquilo que é indestrutível. No contexto do *Guru-puja*, esta qualidade indestrutível traduz como a relação entre Guru e discípulo é eterna; esta ligação é ininterrupta e duradoura.
    - As flores representam nossa bondade inata: oferecemos as excelentes qualidades que floresceram em nós.
- Depois de ondear a bandeja de *arati*, coloque-a no altar do *puja*. Se você estiver usando uma lamparina de ghee, a chama pode ficar acesa até que se apague naturalmente. Se você estiver usando uma vela, você pode apagar a chama depois de terminar o *puja*. (Faça isso cobrindo a chama, ao invés de assoprá-la.)
- Agora ofereça suas preces. Existem muitas maneiras de fazer isso. Você pode criar sua própria oração, praticar *mantra japa* ou recitar uma das invocações do seu livro de canto de Siddha Yoga, tais como *Shri Guru Paduka Panchakam* ou *Jyota se Jyota Jagao*.

- Depois de orar, ofereça *pranam* ao Guru em frente ao altar e sente-se em silêncio por um tempo. Simplesmente fique ali, aberto para receber os ensinamentos do Guru, agora que seu coração está completamente aberto após a adoração.
- Oferecer *puja* é um maravilhoso prelúdio para a meditação, uma vez que sua mente está em paz. Sua mente está contente. Sua mente está repleta de devoção.

Que o *Guru-puja* que você ofereça aflore a bondade em você. Que o *Guru-puja* que você ofereça fortifique sua *sadhana*. Que o *Guru-puja* que você ofereça traga bênçãos para este mundo.



© 2023 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

---

<sup>1</sup> *Shrimad Bhagavata Purana* 11.2.41; Tradução para o inglês © 2022 SYDA Foundation.

<sup>2</sup> Interpretação em inglês © 2020 SYDA Foundation.