

Ensinamentos de Gurumayi Chidvilasananda

Sinta-se empoderado

Namasankirtana da Noite

Sábado, 28 de março de 2020

Templo de Bhagavan Nityananda

Gurumayi entrou no Templo e sentou-se para o satsang enquanto os participantes estavam cantando Kundalini Stavah, um hino à Kundalini Shakti. Assim que o anfitrião, Swami Ishwarananda, fez os comentários de abertura, Gurumayi começou a falar.

Aqui estamos na presença de Bade Baba. Em breve cantaremos *Om Namo Bhagavate Muktanandaya* na *raga Mand*. Esta *raga* é um ziguezague – ela sobe e desce, sobe e desce. Dizem que esta *raga* tem a forma da serpente, *sarpākār*, então é perfeito que tenhamos cantado a *Kundalini Satavah*.

A maioria de vocês tem ficado em casa por muitos dias, muitas semanas. Espero que estejam fazendo um bom uso deste tempo – *realmente* bom uso deste tempo. Talvez este seja o período mais longo que você já passou consigo mesmo.

Como você se viu?

Você se percebeu como um ser fraco?

Você se percebeu como um ser forte?

Você acha que você é uma ovelha
ou um líder?

Você acha que você possui o que é necessário para dar conta desta vida,
ou descobriu ser simplesmente uma criatura irracional?

Como você se percebeu?

Percebeu a sua força? Você se considera uma pessoa forte? Como você se
vê neste momento?

Você percebeu quando faz uso da mente e quando não faz uso dela?

Você questiona o que alguém diz quando aquilo não lhe cai bem, ou não
combina com o que você sabe ser verdadeiro? Ou você apenas se deixa
levar pela onda de qualquer pessoa dizendo qualquer coisa?

Como você se percebeu nos últimos dias e nas últimas muitas semanas?
Que insights, que percepção teve sobre si mesmo que o tenha feito sentir:
“Sim! Eu sou *Isso!* *Isso* é o que eu sou! *So’ham*”. Ou se viu completamente
desamparado?

Como você lida consigo mesmo? De verdade!

Ninguém está livre do sofrimento. Ninguém está livre de enfermidades
físicas. Todo mundo que tem um corpo físico está fadado a encarar
dificuldades. Apesar de, nem todos os corpos estarem em extrema boa
forma e serem extremamente fortes, uma coisa é certa — existe força
infinita em todos. Esta força é independente. O tamanho do corpo, sua

forma ou cor não importam. Esta força interior não é abalada por nenhuma circunstância externa. É a própria essência do corpo.

Você já entrou em contato com essa imensa força interior? Ou você deixa os outros governarem sua mente? Você deixa os outros governarem sua vida?

Durante este período de isolamento, o que você descobriu sobre si mesmo? De verdade!

De qualquer forma, neste momento específico – independente do que quer que tenha observado, ou não, a respeito de si mesmo – você está na presença da Bhagavan Nityananda. Fique no Templo, na Sala Universal de Siddha Yoga.

Ao cantar *Om Namō Bhagavate Muktanandaya*, deixe a melodia do canto destravar sua boa energia interior – a energia que recebeu de presente de Deus, a energia que foi desperta pela graça do Guru, a energia que possui, a energia que é sua, unicamente sua, a energia que lhe apoia a andar com as próprias pernas. *Ātmā kī Prashānti*. Você vai experimentar *Ātmā kī Prashānti* se experimentar quem você é – sua própria força, sua própria coragem, sua própria confiança, sua própria convicção, sua própria clareza.

Lembre-se, é dito que esta melodia, esta *raga* é *sarpākār*. Ela tem a forma da serpente – Kundalini Shakti. Então deixe essa melodia atravessar todo seu ser. Deixe este poder, Kundalini Shakti, destravar a energia em cada molécula do seu corpo. Permita que haja alinhamento entre sua mente, seu subconsciente, seu intelecto, seu coração – e através de todo seu corpo. Permita que haja alinhamento. Não entregue sua vida para que outra pessoa a controle. Se não tiver cuidado, você vai se deixar ludibriar.

Reivindique seu direito de viver.

Reivindique seu direito de viver.

Reivindique seu direito de viver.

Saiba qual é o seu propósito.

Vamos cantar.

Enquanto todos cantavam Om Namó Bhagavate Muktanandaya, Gurumayi transmitiu os seguintes ensinamentos:

Seja forte. Não obedeça cegamente. Caso o faça, então um dia você vai se arrepender.

Seja forte. Por favor, seja forte. Permita que os alicerces de seu amor prosperem.

Seja forte. Seja tão forte quanto a naja. Kundalini Shakti.

Seja corajoso. Tenha a intenção de ter pessoas fortes ao seu redor. Pessoas fracas? Bota elas para correr, bota elas para correr!

Não há mais tempo para ser falso. Você não quer ficar rodeado de pessoas falsas. Quando as pessoas não são sinceras, elas exaurem sua energia. Deixe que a energia forte, a energia bonita domine você. Seja forte. Seja forte. Seja forte.

Agora mesmo, conforme estamos cantando, ouço o lindo som de chuva caindo sobre o telhado do Templo. Chuva, a força purificadora. Se você está saudável, continue a cultivar boa saúde. Você deve entender que é você mesmo que se leva ao paraíso e também é você mesmo que se leva ao inferno. A escolha é sua. Criar o céu onde quer que esteja é seu dever.

Seu lar é um paraíso. Certifique-se de que seja um paraíso.

Lar – OM.

Lar – OM.

Lar – OM.

Seu coração é seu lar. AUM.

Invoque a sua força. Invoque-a.

Valha-se da graça do Guru. Valha-se dela.

Preste atenção ao próprio coração. Preste atenção nele.

Você está sentindo o amor? Quando fica forte, você sente amor. Quando está fraco, sente medo. Aquelas pessoas fracas — bota elas para correr! Por que? Elas estão exaurindo sua energia. O que quer que enfraqueça sua posição, o que quer que faça você se sentir fraco, bota para correr. Desperte o ser forte em seu próprio corpo – assim você pode viver uma vida gratificante. Sinta-se empoderado.

Não seja falso. Também não encoraje os outros a serem falsos. Faça valer sua opinião quando você tem que fazer isso. Não saia por aí com um sorriso falso no rosto. O que quer que você demonstre por aí, retornará a você. Se você projetar força, receberá força.

Diga sim para a força.

Diga não para a fraqueza.

Demostre amor duro. Não receie receber amor duro. Se você cair, levante-se. E se estiver de pé, aprenda a voar. Visualize o poder da Kundalini Shakti. Deixe seu coração dançar. Seja verdadeiro consigo mesmo.

Seja forte agora.

Seja forte amanhã.

Seja forte depois de amanhã.

Seja forte durante o dia.

Seja forte durante a noite.

Seja forte!

Faça disso seu mantra: “Eu sou forte”.

Após o namasankirtana, Gurumayi conduziu os participantes à meditação com as seguintes palavras:

Wunderbar. Bahut accha. Bahut badhiya. Seja forte e você vai sobreviver. Pense fraco, e você vai perecer. Tal como você ouviu Baba Muktananda dizer, repetidas vezes, sadhana não é para as pessoas fracas de espírito. E eu digo que escalar o Monte Evereste não é para as pessoas fracas de espírito. Portanto, somente aqueles de espírito forte são capazes de fazer sadhana.

Você pode ser um leão ou você pode ser uma ovelha. A escolha é sua.

Há força dentro de você? Com certeza. Você tem força, de fato.

Há grandeza dentro de você? Com certeza. Você tem grandeza, de fato.

Você carrega o tesouro das virtudes dentro de si. Sim, você carrega. Deus lhe deu tudo que você precisa. A maneira como usa os presentes de Deus é sua escolha. Aja forte e você sobreviverá. Aja com fraqueza e perecerá.

Acesse sua própria força.

 Invoque a graça.

 Acesse sua força de novo, novamente e mais uma vez.

 Invoque a graça de novo, novamente e mais uma vez.

E agora, vamos meditar na forma dourada de Bade Baba. Hoje, Bade Baba está usando fúcsia; está envolto por um lindo tom rosa.

Medite na forma de Bade Baba, com os olhos fechados ou com os olhos abertos.

Bade Baba amado. Bade Baba divino. Bade Baba nos concede sua graça.

Bade Baba é verdadeiro. Torne-se verdadeiro também.

Bade Baba é forte. Torne-se forte também.

Bade Baba é amado. Torne-se amado também.

Bade Baba é gentil. Encontre sua própria gentileza.

Se for verdade que você se torna a companhia que mantém, então você tem que se perguntar que companhias tem mantido. Se você tem mantido a companhia de grandes seres, então essa é a sua experiência.

Bade Baba é forte como um diamante.

Bade Baba é suave como veludo.

Bade Baba é grandioso, tão grandioso quanto o vasto céu.

O amor de Bade Baba é puro, tão puro quanto as primeiras gotas de chuva que caem das nuvens.

Bade Baba é amor. Ele é a fragrância do amor.

Inspire profundamente e expire longamente.

Inspire profundamente e expire longamente.

Inspire profundamente e expire longamente.

Respire naturalmente.

Sincronize sua respiração com a respiração de Bade Baba.

Inspire quando ele inspira.

Expire quando ele expira.

Se você se conectar com Bade Baba, é mais do que certo que ele irá se conectar com o seu coração.

Medite.

No dia seguinte, depois deste satsang “Fique no Templo”, uma pessoa contou a Gurumayi quão intensamente ela estava contemplando a palavra “forte”. Gurumayi lhe contou que ela também tem contemplado a palavra “forte” – sempre – e como, só de ouvir essa palavra dá segurança a uma pessoa e uma sensação de que ela está protegida por uma armadura. Em seguida Gurumayi continuou compartilhando como ela pensa sobre a palavra “forte”, este ano, em 2020:

Soft	Suave
Tough	Duro
Renewal	Renovação
OM	OM
Niceness	Gentileza
Graciousness	Graciosidade

