

Momento Culminante do Caderno de Atividades sobre a Mensagem de Gurumayi para 2020

26 de setembro de 2020

Queridos estudantes,

No dia 1º de janeiro de 2020, nós nos reunimos na Sala Universal de Siddha Yoga para participar de *Doce Surpresa 2020* e receber a Mensagem de Gurumayi para este ano — आत्मा की प्रशान्ति, *A Plena Paz do Ser*. Você se lembra daquele primeiro momento em que recebeu a Mensagem de Gurumayi? Pode se lembrar de sua primeira impressão?

Talvez tenha experienciado estas palavras visceralmente, sentindo a presença delas pulsar em seu corpo, ou tenha tido uma emoção em especial, um pensamento, quem sabe uma lembrança evocada pelas palavras. Talvez tenha começado a imaginar como estudaria este ensinamento e como o tornaria presente em cada momento de sua vida.

Que distância enorme viajamos desde aquelas primeiras de semanas de 2020. Nunca imaginaríamos os dias turbulentos que viriam, nem a força, coragem, compaixão e firmeza que estes tempos sem precedentes exigiriam de cada um de nós. Nunca imaginaríamos quão pungentemente inestimável seria a Mensagem de nossa amada Gurumayi – brilhando como um farol luminoso, nos guiando através da incerteza e da confusão, e nos lembrando repetidas vezes sobre a fonte de paz que se encontra em nosso interior.

A ideia da paz no nosso interior é uma coisa; viver persistentemente a partir desta fonte de paz permanente, especialmente em tempos de confusão e caos, é outra, bem diferente. Abraçar de fato e levar adiante a Mensagem de Gurumayi para cada aspecto de nossa vida exige um esforço constante. Para guiar nosso esforço, Gurumayi nos ofereceu perguntas, no formato de um Caderno de Atividades, a cada semana, começando no dia 1º de março. Talvez, assim como nós, avidamente você saudou estas perguntas e as acolheu

em sua casa como uma companhia divina que chegava num momento perfeito. Talvez, assim como nós, você se pegou voltando às palavras das perguntas de Gurumayi de novo e de novo, como amigas queridas que apoiavam você através de águas inexploradas.

Tal como Gurumayi ensina, o aprendizado acontece em todos os quatro corpos – físico, intelectual, emocional e espiritual – e ao longo do ano, você engajou cada um desses corpos em sua exploração das perguntas de Gurumayi. Você caminhou através dos quatro portões da fala, cantou e dançou ao som dos *bhajans* e *abhangas*, escreveu cartas para os santos-poetas e fez mapas de como se cerca de auspiciosidade no decorrer do dia. E isto é para mencionar apenas *algumas* das atividades do Caderno de Atividades que você realizou!

Como autoras do Caderno de Atividades, fomos inspiradas pelos insights que vocês compartilharam. Muitos de vocês foram capazes de usar seu tempo extra, em casa, para enriquecer ainda mais seu estudo. Alguns de vocês trabalharam no isolamento de sua casa, enquanto outros se conectaram com estudantes parceiros por telefone ou online. Um estudante dos Estados Unidos compartilhou como os quatro portais da fala se tornaram um verdadeiro guia para conviver em quarentena com sua família. Ao estudar os *bhajans* e *abhangas*, uma estudante do Reino Unido compartilhou como essa música lhe guiou, constantemente, para o amor e a paz em seu coração. Uma estudante da Suíça compartilhou que, a cada semana, ela reservou um tempo para o Caderno de Atividades e, através desse engajamento, agora está aprendendo a ouvir o som interior e aquietar sua mente.

A última Atividade de 2020 foi postada no sábado, 19 de setembro. Que jornada extraordinária tivemos juntos. Através desse Caderno de Atividades participamos da antiga tradição de perguntas-e-respostas entre Guru e discípulo. Estivemos com Gurumayi em *satsang* – na companhia da Verdade. Fomos guiados por uma mestra viva para a experiência viva da paz suprema. Por isso, oferecemos nossa sincera gratidão à nossa amada Gurumayi.

O Caderno de Atividades estará disponível no website do caminho de Siddha Yoga até quinta-feira, 31 de dezembro de 2020, às 17h do horário de Nova York.

Aqui estão algumas dicas sobre como você pode continuar seu estudo:

- Participar de *Doce Surpresa 2020* com os novos insights descobertos com o Caderno de Atividades. *Doce Surpresa* está disponível no website do caminho de Siddha Yoga até segunda-feira, 30 de novembro de 2020.
- Revisar suas anotações no diário e anotar todas as Atividades que você gostaria de retomar.
- Identificar quaisquer ensinamentos ou entendimentos que gostaria de pesquisar mais e fazer um plano de estudo para isso.
- Refletir, e anotar em seu diário, sobre como essas perguntas de Gurumayi apoiaram seu entendimento da Mensagem de Gurumayi para 2020.
- Imprimir as atividades e preservá-las em uma pasta.
- Compartilhar o que você aprendeu em seus estudos, com o apoio do Caderno de Atividades, e como implementou esse aprendizado em sua vida.

Conforme este Caderno de Atividades chega ao seu término, nós lhe convidamos a reconhecer o esforço persistente com o qual se comprometeu neste estudo, o progresso que alcançou em sua *sadhana* e os muitos caminhos que você descobriu para reconhecer आत्मा की प्रशान्ति, *A Plena Paz do Ser*.

Calorosas saudações,

Chinmayi Maxwell e Mallika Maxwell

Autoras do Caderno de Atividades sobre a *Mensagem de Gurumayi* para 2020