

# **Meditação sobre as palavras de Swami Muktananda**

*Satsang de Siddha Yoga em honra à Páscoa*

por Eesha Sardesai

## **Aprenda, desaprenda e reaprenda**

No capítulo anterior de “Meditação sobre as palavras de Swami Muktananda”, escrevi sobre como o santo da história de Baba admite a pressão a que submeteu seu corpo e agradece ao corpo por apoiá-lo mesmo assim, especialmente em sua *sadhana*. Também expliquei que, no caminho de Siddha Yoga, nossos Gurus ensinam uma abordagem de moderação, na qual trabalhamos *com* nosso corpo, em vez de contra ele, para conhecer a Deus.

É um tema sobre o qual venho refletindo muito desde o *satsang* em honra à Páscoa, e acredito que ele merece ser desenvolvido ainda mais. Podemos olhar para o exemplo que Gurumayi frequentemente nos deu — da natureza. A natureza é sempre fiel a si mesma; tudo que faz é a serviço de ser o que precisa ser, de ir aonde precisa ir. Veja o exemplo do pombo-correio. Sua capacidade de navegação — e especificamente, sua capacidade de retornar para casa — é tão precisa que, por séculos, essas aves foram usadas para transportar mensagens entre pessoas, inclusive entre forças militares. Os pombos possuem bússolas internas reais, que se acredita serem ativadas pela exposição aos campos magnéticos da Terra. E eles não são os únicos animais com essa capacidade. Certas espécies de trutas, salmões e tartarugas marinhas, por exemplo — assim como vários tipos de aves migratórias — possuem bússolas internas semelhantes.

Como seres humanos, funcionamos de forma um pouco diferente. Se o “lar” que buscamos é o Ser interior, nossa jornada de volta a ele não é tão

automática. De modo geral, a pessoa que nos tornamos é uma combinação de biologia e das experiências acumuladas que tivemos — as coisas que nos ensinaram e as conseqüentes compreensões que alcançamos sobre nós mesmos e nosso mundo. E essa mistura de influências nos transforma. A ciência diz que altera a química do nosso cérebro. As escrituras da Índia falam dos *samskaras*, ou impressões deixadas na mente e acumuladas ao longo de várias encarnações como resultado de pensamentos, ações e experiências passadas. Essas impressões não se dissolvem sozinhas. Sem nosso esforço consciente, não podemos voltar para a pessoa que existe *abaixo* delas.

É por isso que fazemos *sadhana*. É por isso que nos esforçamos para desenvolver autoconsciência. Aprendi com Gurumayi que a *sadhana* é um processo contínuo de aprender, desaprender e reaprender. Devemos fazer, desfazer e refazer. Certas faculdades precisam ser aprimoradas. Certas tendências precisam ser erradicadas. E certas formas de ser precisam ser ressuscitadas. Felizmente, no caminho de Siddha Yoga, temos os ensinamentos do Guru como guia. Temos a graça do Guru fortalecendo nossos esforços. Com o apoio inestimável da Kundalini Shakti desperta, podemos aprimorar nosso discernimento, para saber o que guardar, o que liberar e o que restaurar.

Estar em um corpo humano — esse aparato físico e mental extremamente complexo — é *trabalho*. Não tem como negar esse fato. No entanto, a sofisticação do corpo humano também é o que o torna um presente tão grande. É por estarmos em um corpo humano que podemos reconhecer tudo que ele é e faz — que podemos valorizar o corpo, que podemos fazer como o santo fez e expressar gratidão pelo corpo. Podemos entender que é *por meio* do corpo que transcendemos o corpo, que experimentamos a natureza de Deus.

Gurumayi contou a história de quando Baba Muktananda visitou a cidade da Filadélfia em setembro de 1979, durante sua Terceira Turnê Mundial.

Falando em um teatro lotado — para mais de mil pessoas, algumas sentadas do lado de fora, outras no palco — Baba falou sobre o verdadeiro significado da frase icônica que ele, e depois Gurumayi, usavam no início de cada *satsang*: “Com grande respeito e amor, eu acolho todos vocês com todo meu coração.” Baba explicou que, ao dizer essas palavras, ele estava falando não apenas às formas individuais das pessoas que via diante dele, mas ao Ponto Azul, o *nila-bindu*, a luz da Consciência que existe em cada pessoa. Ele estava falando com a divindade nelas.

O que você acha de calibrar sua própria bússola interna para que fique mais fácil encontrar essa mesma divindade dentro de si? Como você vai continuar arranjando tempo para respirar o espírito da primavera, ouvir sua canção no ar e deixar que ela o conduza para casa?

