

Reflexão sobre Gurumayi Chidvilasananda 2016

Aprendendo pelo Coração por Raghu Butler

Nos últimos doze anos, tenho participado de um círculo de *sadhana* de Siddha Yoga que se reúne todas as semanas em Oakland, na Califórnia. Estudamos os ensinamentos do Guru e as escrituras indianas. Uma manhã, alguns anos atrás, enquanto estávamos estudando um dos livros de Gurumayi, fiquei particularmente perplexo com uma certa passagem. Pensei comigo mesmo: “Vou memorizar isto!” Minha ideia era mais tarde rever este ensinamento e contemplá-lo mais profundamente.

Memorização não é fácil para mim, mas depois de alguns dias eu tinha gravado a passagem, de mais de cem palavras, em minha mente. Imediatamente, recebi um bônus inesperado. Senti uma nova e poderosa conexão com Gurumayi, e com o meu Ser mais profundo. O que tinha acontecido?

Já ouvi muitas vezes o ensinamento de Siddha Yoga de que as palavras do Guru são *chaitanya*, plenas de Consciência, e que cada palavra tem o poder de mantra. Eu entendi isso repetindo as palavras de Gurumayi inúmeras vezes para memorizá-las; eu estava praticando uma forma de *mantra japa*. E assim, como a prática de *mantra japa*, a repetição das palavras puras do Guru levaram a minha percepção para a mais profunda parte do meu ser.

Com este entendimento, passei a repetir regularmente a passagem memorizada. Descobri que eu tinha um tesouro totalmente portátil, que podia elevar minha consciência e abrir novos horizontes mesmo durante minhas atividades diárias. Eu ofereço *seva* como Chefe do Departamento de Equipamentos no Ashram de Siddha Yoga em Oakland. Esta é uma função que tem um ritmo acelerado, cheia de situações

oportunas e acontecimentos inesperados. Algumas vezes, simplesmente paro no meio de alguma atividade e caminho em volta do quarteirão enquanto recito as palavras de Gurumayi; em voz alta quando não tem ninguém por perto, para mim mesmo, quando outros estão próximos. Isto cria um oásis no meio da correria. Já cheguei a recitar a passagem memorizada até por doze vezes enquanto vou para minhas atividades, de forma semelhante à prática de *svadhyaya*. A recitação me ajuda a restaurar meu equilíbrio e a harmonia na minha mente e respiração, me encorajando a manter uma perspectiva calma. Penso na recitação de suas palavras como algo que Gurumayi e eu fazemos juntos. Um ritmo começa a aparecer enquanto eu repito as palavras. Eu escuto a voz de Gurumayi dizer uma frase, e então me escuto reflexivamente dizer "Sim!" A cada frase, somos Gurumayi e eu, juntos, expandindo minha consciência, palavra por palavra, respiração por respiração.

A prática funciona maravilhosamente como uma preparação para entrar em meditação. Ela também funciona, muito bem, em noites em que a mente inquieta não me deixa dormir. Ao invés de me preocupar se uma parte do encanamento vai chegar na hora, eu repito as belas palavras de Gurumayi. Ao fazê-lo, sinto como se ela estivesse falando diretamente em meu coração. Eu descanso nas palavras de Gurumayi, e o sono vem naturalmente.

Notei que esta prática também beneficia minhas relações com as pessoas. Outro dia, eu estava dirigindo com um colega de trabalho; e enquanto ele falava, pude perceber que tínhamos opiniões diferentes sobre um projeto e, mais importante, estávamos fortemente identificados com nossas opiniões. Então por um tempo, passei a falar menos e, silenciosamente, comecei a repetir as palavras de Gurumayi para mim mesmo.

Enquanto dirigíamos, me percebi em uma perspectiva mais elevada, me deleitando com as palavras de bondade e clareza que ouvia em meu interior. Quando falei novamente, minhas próprias palavras carregavam um pouco da bondade e clareza de Gurumayi. E logo, eu e meu colega estávamos conversando de forma sensata e amigável.

Eu sinto ternura por estas palavras de Gurumayi, que agora, sei tão bem; e uma nova ternura em mim mesmo, à medida que elas se tornam integradas ao meu ser.

Sinto enorme gratidão por Gurumayi, por tornar suas palavras tão facilmente acessíveis, por meio de seus livros, do site do caminho de Siddha Yoga, gravações multimídias; dando a todos nós a oportunidade, em diversas línguas, de nos refugiar em sua pureza.

© 2016 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.