

# Reflexões sobre Gurumayi Chidvilasananda

## O poder da perspectiva

*Por Gautami Kottler*

Há seis anos, no verão antes de iniciar a universidade, viajei sozinha, atravessando todo o país para, pela primeira vez, oferecer *seva* no Shree Muktananda Ashram. Na véspera dessa viagem de visita ao Ashram, estava cheia de expectativas; acima de tudo, eu valorizava a possibilidade de ver Gurumayi pessoalmente. Cresci no caminho de Siddha Yoga e quando criança estive na presença de Gurumayi, na Califórnia, em vários retiros que meus pais me levaram. Desejava me sentir conectada a Gurumayi da maneira que eu sentia então — rindo e cantando com ela, e sendo verdadeiramente *vista* por ela. Agora, eu era uma jovem que havia escolhido seguir o caminho de Siddha Yoga. Como seria ver o Guru novamente?

Após algumas semanas nessa primeira visita ao Ashram, recebi o *darshan* de Gurumayi com um grupo de sevitas visitantes. Eu me senti muito feliz quando vi Gurumayi sorrindo e envolvendo os sevitas em uma conversa animada.

Uma sevita pediu orientação a Gurumayi. Ela queria saber como deveria lidar com a sensação de sentir saudade do Guru quando estavam fisicamente separados.

Gurumayi carinhosamente respondeu que em hindi não existe uma palavra que significa “sentir saudades”. A palavra mais próxima para traduzir com mais precisão seria “pensar em”. Gurumayi disse que essa distinção poderia nos ajudar a ressignificar a saudade que sentimos do Guru. Essa não é uma experiência triste; nossa saudade é uma expressão do

nosso amor elevado. E quando sentimos saudades do Guru, podemos transformar esses sentimentos em ações.

As palavras de Gurumayi causaram em mim, uma impressão imediata. Fiquei fascinada de como uma mudança na tradução poderia mudar completamente o entendimento da situação. Ao continuar refletindo sobre o ensinamento de Gurumayi durante a minha visita, compreendi que o anseio de estar conectada com o Guru, é, em si mesmo, a conexão com ela, uma conexão imbuída de uma energia divina, com *shakti*. Quando sentia saudades de Gurumayi, esse era realmente um desejo profundo de estar em contato com a experiência de amor que sinto em sua presença. Eu vi que, se pudesse ressignificar esse sentimento como motivação para progredir na *sadhana*, a experiência de sentir-se longe do Guru, por si só, me aproximaria do Guru.

Ao longo dos anos, transformei minha experiência de saudade de Gurumayi recorrendo às práticas de Siddha Yoga quando esse sentimento surge. Dentre as práticas centrais, cantar é a minha prática favorita e uma das principais formas através das quais me sinto conectada com o Guru, onde quer que eu esteja no mundo. Enquanto canto, posso sentir a vibração do mantra movendo-se através do meu corpo, e essa sensação me conecta palpavelmente com o Guru.

No outono passado, iniciei um programa de doutoramento em biologia, lecionando em tempo integral enquanto tinha aulas e fazia pesquisas. Ajustar-me a essa nova e intensa carga de trabalho me desafiou e me deixou com pouco tempo para oferecer *seva*. Desejava me sentir ligada ao meu ser interior e ao Guru, embora não me sentisse assim. Para fazer um esforço concreto para me reconectar, reservei um final de semana para participar de um Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga. Neste Intensivo de Shaktipat, nos foi dito para estarmos especialmente conscientes da respiração. Então, enquanto cantava, fiz um esforço para oferecer cada respiração ao Guru. Ao me envolver nessa prática, eu me sentia cuidada e

elevada pela graça do Guru. O anseio por meu Guru, motivo que me levou a participar do Intensivo de Shaktipat, tinha finalmente me aproximado dela através da conexão que eu sentia, como se um fogo tivesse sido reacendido. A nuvem de mal-estar que estava sentindo se dissipou e no final do Intensivo de Shaktipat me senti revigorada e fortalecida para retornar ao trabalho com o conhecimento da presença do Guru dentro de mim.

O ensinamento de Gurumayi também me ajudou a ressignificar o sentimento de saudade das pessoas queridas que estejam longe. Embora continuemos em contato por meio de textos e chamadas em vídeo, sinto falta dos meus pais, que agora vivem do outro lado do mundo. Sempre que sinto saudade deles, o ensinamento de Gurumayi me inspira a lembrar que, pensar neles é, em si mesmo, uma conexão com eles — e coloco esse sentimento em ação. Ao invés de me afundar em um sentimento de ausência e falta, expesso meu amor por meus pais vivendo minha vida ao máximo, realizando meu *dharma* no mundo e compartilhando meu amor com as pessoas ao meu redor.

Ao refletir sobre o ensinamento de Gurumayi, a maior percepção que tive é que nós temos o poder de mudar nosso pensamento sobre qualquer experiência — algo que posso aplicar repetidamente em minha vida. Descobri que posso impactar positivamente o resultado de qualquer situação em que sou participante, simplesmente fazendo o esforço para ressignificar minha perspectiva.

Recentemente, estava preparando um exame intermediário para duas turmas para as quais ensino em um grande curso introdutório. Na primeira data do exame, as aulas foram canceladas devido ao mau tempo, mas com a expectativa de que continuariam normais no dia seguinte. Um aluno da segunda turma me enviou um e-mail pedindo para reprogramar o exame deles também. Eu disse a ele que isso não seria possível, mas ele insistiu, enviando-me e-mails até tarde da noite sem dar as razões para o seu

pedido. Fiquei frustrada e senti que estava sendo pressionada por um estudante difícil.

Minha mãe e eu nos falamos ao telefone naquela noite e contei a ela sobre o que estava acontecendo. Ela sugeriu que uma mudança de perspectiva poderia me ajudar a trazer compaixão à situação. A escolha das palavras de minha mãe — falando de uma mudança de perspectiva — me lembrou do ensinamento de Gurumayi, e decidi colocá-lo em prática iniciando o dia seguinte com uma atitude de mente aberta.

No dia seguinte, durante o exame, observei a classe cuidadosamente. Outro estudante me informou que ele e outros — incluindo o jovem que me enviara o e-mail — tinham vindo diretamente de um exame difícil de outra aula. Pude observar que esses alunos estavam debruçados sobre o trabalho, as sobrancelhas franzidas, alguns até tremendo de nervoso. Percebi então que os e-mails haviam sido enviados não por maldade, mas por medo.

Uma vez que minha perspectiva mudou, minha raiva se dissipou e foi substituída pela compaixão. Eu tinha um forte desejo de oferecer a esses alunos um gesto de encorajamento e conforto. Aconteceu que havia framboesas na bancada do laboratório para uma pergunta sobre a estrutura da planta. Então, espontaneamente, parei o exame para anunciar que os alunos poderiam vir a qualquer momento e comer uma framboesa. Houve uma mudança palpável na sala, como se uma válvula de pressão tivesse sido liberada. Mesmo com um gesto tão pequeno, os alunos começaram a relaxar e a sorrir e vi leveza e simpatia em seus olhos. Passamos de um conflito de “professor contra aluno” para pessoas que apreciam a boa intenção de cada um e trabalham com o mesmo objetivo.

Sou grata, que seis anos atrás, às vésperas da idade adulta e de um novo capítulo da minha vida, Gurumayi me deu este ensinamento sobre a saudade do Guru. Nos anos que se passaram desde então, pude aplicar esse ensinamento à situação específica de me sentir distante de Gurumayi e

de outros que são queridos para mim e encontrei uma aplicação ainda mais ampla. Descobri que, a qualquer momento, uma separação entre as pessoas, devido à distância física ou emocional, pode ser superada por uma mudança em nossas palavras, uma mudança em nossa perspectiva.

Tenho uma enorme gratidão pelo papel efetivo que Gurumayi desempenha em minha vida como mestre espiritual. Independentemente de estar ou não em sua presença física, ela me guia com seus ensinamentos e sou capaz de aprender e crescer como pessoa.



© 2018 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.