

Uma reflexão sobre Gurumayi

Um ensinamento atemporal

por Teresa Rubio de Seade

Eu trabalho como artista no México. Recentemente fui convidada a fazer uma pintura e aceitei esse convite apesar de, nos últimos três anos, estar focada mais nas minhas necessidades pessoais e da minha família do que no trabalho. Senti que este novo projeto seria uma oportunidade de me reconectar com a minha criatividade.

Comecei a trabalhar nesta pintura imediatamente, com muito entusiasmo, mas depois de algumas semanas percebi que não estava encontrando uma forma de expressar o que eu queria. A pintura parecia sem vida e eu me sentia bloqueada.

Então, recebi um bilhete me lembrando que o quadro deveria ser finalizado em alguns dias. Isso me deixou em pânico. Conte para meu marido o que estava acontecendo e ao final do dia ele me entregou um pedaço de papel que eu havia lhe dado quatro anos antes, quando *ele* estava passando por desafios em seu trabalho. No pedaço de papel, eu havia escrito esta passagem de Gurumayi:

Sempre que pensar que está desamparado, você está menosprezando a graça de Deus e as bênçãos do Guru. No momento em que se voltar para a fonte da graça, no momento em que se voltar para a infinita luz de Deus em seu coração, você encontrará a paz e toda a proteção de que precisa. Que você possa despertar para sua coragem interior e ficar imerso no contentamento divino.¹

A primeira vez que ouvi esse ensinamento atemporal – quando Gurumayi deu a palestra da Mensagem de 1997 – ele ressoou em mim. Mais tarde, li

esta passagem muitas vezes no livro de Gurumayi *Coragem e Contentamento*.

Enquanto olhava estas palavras mais uma vez, escritas de meu próprio punho, sorri lembrando minha intenção de ajudar meu marido a se reconectar com seu coração e reconhecer o poder da graça. Sei que ele apreciou receber esta citação. Ele a guardou em seu espaço de trabalho em casa para ter por perto como um lembrete.

No meio da noite, acordei pensando no quadro. Levantei e fui para o quarto de meditação para refletir sobre o que estava sentindo. Vi que queria tanto ter êxito e provar que era boa no meu trabalho, que essa ambição atrapalhou minha criatividade. Resolvi mudar minha percepção para um lugar de coragem e confiança e comecei a rezar para Gurumayi pedindo força.

Foi aí que me lembrei das palavras de Gurumayi: “No momento em que se voltar para a fonte da graça, no momento em que se voltar para a infinita luz de Deus em seu coração, você encontrará a paz e toda a proteção de que precisa”.

Com essas palavras ressoando no meu ser, sentei para meditar. Foquei minha mente relembrando uma experiência de meditação que tivera semanas antes no Retiro de Sadhana de Siddha Yoga, quando percebi a luz de Deus dentro de mim e em todo lugar ao meu redor. Nesta experiência, percebi primeiro a luz em todas as partes do meu corpo. Essa luz então se expandiu, irradiando para além do meu corpo, além do quarto onde estava sentada, até que finalmente, tudo era luz. Perdi qualquer identificação com o “eu” e me fundi em um campo de energia e luz.

Enquanto evocava esta experiência divina, encontrei novamente a luz interna. Nela, pude sentir a graça do Guru me envolvendo e logo toda minha ansiedade e medo desapareceram. Eu me senti expandida, livre e,

na magnificência desta perfeição, experimentei estar completa em mim mesma. Eu soube, com alegria e convicção plena, que era capaz de fazer esta pintura. Ainda era tarde da noite e voltei para cama. Depois de duas horas de sono, acordei novamente, desta vez com o impulso para começar a trabalhar no meu quadro, apesar de serem três da manhã.

Quando entrei no estúdio, pausei para reconhecer a quietude do meu coração. Reverenciei a graça como um poder dentro de mim e pedi orientação. Senti uma certeza – e isso foi um alívio! – que eu não estava pintando para alcançar algo em particular. Estava pintando para experimentar a conexão com meu próprio coração.

Olhei para o que havia pintado, buscando um indício de como poderia abordar este trabalho com uma sensação de novidade. De repente ficou claro a atmosfera que eu queria criar nesta pintura, e comecei a trabalhar com muito cuidado. A quietude profunda das horas da manhã me ajudou a manter minha mente quieta. Eu não queria interromper este silêncio, portanto mantive meus movimentos focados. Pintei vagorosamente permitindo cada cor, cada pincelada enriquecer a cena. Me senti em comunhão com a pintura, e meus movimentos se tornaram suaves e coerentes. Em alguns momentos, parava para olhar o que estava na tela, não para julgar, mas para perceber o que era necessário.

Pinte desta forma por muitas horas com completa confiança e alegria. Mais tarde, quando observei a pintura, eu estava admirada de ver o que estava se manifestando na tela. A pintura não estava completa, mas estava surgindo e tive uma sensação de alegria, desapego e liberdade.

Posteriormente, quando o quadro estava finalizado e entregue – pontualmente! – senti gratidão. Refletir sobre as palavras de Gurumayi me resgatou de um sentimento de desamparo para um sentimento de contentamento e força, e permitiu minha criatividade se manifestar. O

ensinamento precioso de Gurumayi me inspirou a lembrar que a graça está a todo o tempo aqui para mim.

Hoje, considero este ensinamento de se voltar para meu próprio coração um caminho não só para pintar, como também para abordar qualquer situação na minha vida. Sempre que me encontro desconfortável porque algo não aconteceu como eu gostaria, paro e direciono minha atenção para meu coração. Ali eu posso experimentar a presença da graça, o que me permite deixar levar minhas expectativas e me render para o que quer que aconteça com confiança e respeito.

Eu amo evocar as palavras de Gurumayi como uma doce lembrança de forma que eu possa reconhecer o amor infinito e a graça dentro de mim. Cada vez que o faço, cresce minha convicção de que todo o esforço na minha jornada está acompanhado e guiado pela graça da minha amada Guru.

¹ Gurumayi Chidvilasananda, *Coragem e Contentamento: Uma coletânea de palestras sobre a vida espiritual* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 2003) p. 20.

