

Perguntas e Respostas com Swami Shantananda sobre o Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga

O que é *shaktipat-diksha*?

A experiência de amar Deus e buscar tornar-se um com Deus é inata a todas as almas. Lá no fundo, cada ser humano conhece que esta grandiosidade e esta alegria estão lá – caso consiga descobrir como encontrá-las. *Shaktipat-diksha*, a iniciação pela graça do Guru, é a chave que revela a grandeza interior.

Em sânscrito, *shaktipat* literalmente significa “a descida do poder” e *diksha* é iniciação. No caminho de Siddha Yoga, *shaktipat-diksha* é um ato da graça. É a iniciação pela qual a Guru de Siddha Yoga, Gurumayi Chidvilasananda, transmite a energia divina para o aspirante e desperta sua Kundalini Shakti, a energia espiritual interior. A iniciação *Shaktipat* marca o início da *sadhana* de Siddha Yoga, a jornada interna que culmina na liberação — a liberdade das energias limitantes e a realização da divindade na forma do próprio Ser.

O que é o Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga?

O Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga é o principal veículo através do qual Gurumayi Chidvilasananda concede *shaktipat-diksha*.

O Intensivo de Shaktipat funciona como uma cerimônia de iniciação antiga que cria uma atmosfera auspiciosa para que os participantes recebam, com reverência, a transmissão da graça do Guru. Um dos aspectos importantes desta iniciação é entender o valor da Kundalini Shakti desperta e a necessidade de nutrir a expansão do poder divino através do engajamento diário com os ensinamentos e práticas de Siddha Yoga. No Intensivo de Shaktipat, os participantes recebem o mantra da iniciação de Siddha Yoga e aprendem a usá-lo para a prática da meditação Siddha Yoga. Eles também cantam o Nome Divino e recebem orientações sobre como aplicar os ensinamentos de Siddha Yoga no seu desenvolvimento espiritual.

Baba Muktananda criou o Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga. Em 1973, durante uma série de retiros de meditação na Índia, Baba desenvolveu o que veio a se tornar o formato do Intensivo. Quando veio para os Estados Unidos em 1974, Baba delineou ainda mais este formato e lhe deu um nome. O primeiro Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga aconteceu em Aspen, Colorado, de 27 a 30 de agosto de 1974. Desde então, Baba e Gurumayi já ofereceram, centenas de Intensivos de um e dois dias ao redor do mundo.

Em 2006, Gurumayi transformou o Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga realizado em outubro em um evento anual em honra do Mahasamadhi de Baba Muktananda, a celebração da data em que Baba — o Guru de Gurumayi — deixou seu corpo, alcançando a união final com a Consciência Suprema. Na tradição dos Siddhas, este evento único e extraordinário é conhecido como *mahasamadhi*, “a grande fusão”. Após o *mahasamadhi*, a *shakti* de um ser iluminado continua sempre presente e permeia tudo, elevando o mundo e iluminando a vida dos devotos. O Mahasamadhi de Baba é uma época favorável para se engajar nas práticas espirituais, tais como o Intensivo de Shaktipat, pois essas ocasiões sagradas aumentam o poder das práticas.

Depois de receber a iniciação *shaktipat*, devo continuar a participar dos Intensivos de Shaktipat?

O Intensivo de Shaktipat é tanto uma iniciação sagrada quanto uma oportunidade preciosa para se imergir na prática espiritual em uma atmosfera plena de graça. Através do *sankalpa* de Gurumayi, da intenção dela, o Intensivo se torna um veículo para a *anugraha-shakti* do Guru, o poder transmissor da graça que permeia cada momento e cada prática do Intensivo. Tanto os que acabaram de chegar a Siddha Yoga como os que já praticam há algum tempo, no Intensivo somos todos apoiados pela graça. Quando nos engajamos nas práticas espirituais durante o Intensivo, elas começam a nos revelar o amor, a beleza e a grandiosidade da Verdade que é o nosso próprio Ser.

Cada intensivo que você faz dá mais força ao impulso original iniciado por *shaktipat*. Mesmo que o poder esplêndido da graça do Intensivo de Shaktipat seja antigo, ele é sempre renovado e rejuvenescido. Essa tem sido a experiência de várias pessoas a

cada novo Intensivo de que participam — cada um contém o mesmo poder e é único. A cada Intensivo, a *sadhana* se fortalece e a consciência da divindade do Ser se expande.

Como podemos nos preparar para participar do Intensivo de Shaktipat?

Uma forma é participar da Preparação para o Intensivo de Shaktipat. Desta forma, seguimos a prática antiga pela qual os buscadores preparam seus corpos e mentes para receber a graça do Guru. Durante este evento, tanto os que acabaram de chegar a Siddha Yoga como os que já praticam há algum tempo se engajam no que Baba Muktananda chamou de as quatro rodas do Intensivo: meditação, postura, respiração e mantra. Esta preparação é importante para criar a receptividade, o foco e a reverência para a *anugraha-shakti* do Gruru e os ensinamentos de Siddha Yoga.

Gostaria de enfatizar que cada elemento do Intensivo de Shaktipat e da Preparação para o Intensivo recebem a energia da *shakti* do Guru e apoiam o propósito do intensivo: experimentar o próprio Ser.

Qual seria o seu conselho para alguém que faz seu primeiro Intensivo de Shaktipat?

Prepare-se para participar do Intensivo de Shaktipat abrindo espaço nas semanas que antecedem o Intensivo para se preparar para este evento sagrado. Participe da Preparação para o Intensivo de Shaktipat.

A experiência da graça pode acontecer a qualquer momento durante o Intensivo de Shaktipat. Sugiro que você se abra e não crie expectativas sobre a forma que a graça vai tomar. De fato, gostaria de enfatizar muito este ponto. E daria este mesmo conselho a qualquer pessoa que não esteja fazendo o Intensivo pela primeira vez. Nosso papel é estar presente para que a graça encontre seu fluxo no nosso ser. No Intensivo de Shaktipat, ofereça-se ao momento. Foque-se em cada elemento do Intensivo: quando for o momento de meditar, medite; quando for o momento de cantar, cante; quando houver uma palestra, ouça atentamente. Todas as práticas do Intensivo vão apoiá-lo na sua imersão e alimentarão a graça que revela a Verdade.

O que os participantes experimentam durante o Intensivo de Shaktipat de Siddha Yoga?

Os efeitos da graça recebida durante o Intensivo de Shaktipat podem ser tangíveis e misteriosos ao mesmo tempo, e nem sempre podem ser medidos ou previstos. Você pode entrar em meditação profunda, ou perceber revelações vindas do seu interior, ou receber um ensinamento diretamente no seu coração. Às vezes, você experimenta a doçura do amor incondicional, sua mente encontra a paz genuína ou você descobre uma nova forma de realizar as práticas espirituais. Algumas pessoas realizam descobertas extraordinárias que mudam seu comportamento dali para frente.

Quer suas experiências sejam sutis ou dramáticas, ou mesmo que você ache que não teve nenhuma experiência, saiba que o efeito da graça é observado ao longo do tempo e que isso é verdadeiro para todos.

O que acontece depois do Intensivo de Shaktipat?

O que você experimenta no Intensivo de Shaktipat se transfere para sua vida diária. Após um tempo, você pode sentir que sua prática diária de meditação progrediu para um nível mais profundo. Você refina sua habilidade de evocar suas virtudes mais nobres — tais como coragem, gentileza, fortaleza e compaixão — através das suas palavras, pensamentos e ações. Você pode desenvolver mais respeito e amor por si próprio e pode passar a ter cada vez mais consideração pelos outros. Ou seu amor por Deus pode naturalmente manifestar-se como amor por outros seres humanos. Esta transformação interior permite que o poder da graça traga novas revelações e insights.

Para que esta transformação se torne realidade, você tem que trazer os ensinamentos do Intensivo para a sua vida diária e integrá-los ao seu dia-a-dia. E os meios para fazê-lo são fornecidos pelo engajamento com as práticas e ensinamentos de Siddha Yoga. O poder desperto da graça então revela o esplendor do seu próprio Ser.