

Comentários sobre o *Pratyabhijñā-hṛdayam*

## O Coração do Reconhecimento

### Exploração da Mensagem de Gurumayi para 2016 através do Estudo das Escrituras

Introdução de Swami Shantananda

Gurumayi ofereceu aos Siddha Yogues e aos novos buscadores muitas maneiras de explorar sua Mensagem para 2016. Uma delas consiste no estudo da Mensagem através das lentes de um clássico da filosofia do shaivismo da Caxemira: o *Pratyabhijñā-hṛdayam*, “O Coração do Reconhecimento”.

A Mensagem de Gurumayi para 2016 é:

Mova-se com determinação  
para tornar-se  
ancorado  
na Alegria Suprema

Ao dar sua Mensagem para 2016 no Satsang *Uma Doce Surpresa*, Gurumayi explanou sobre ensinamentos contidos no *Pratyabhijñā-hṛdayam*. Essa escritura foi escrita pelo sábio Kṣemarāja, que viveu no século XI na Caxemira, uma região do extremo norte da Índia. Seu texto consiste de vinte afirmações aforísticas em sânscrito, chamadas *sūtras*, acompanhadas de comentários dele mesmo.

Com essa obra, Kṣemarāja ilumina o principal objetivo da jornada espiritual do buscador e os meios para alcançá-lo. O que é esse objetivo? A resposta está contida no título: o reconhecimento do Coração. Apoiada pela graça do Guru, a prática do reconhecimento dá origem à experiência do Coração, nosso próprio Ser pleno de êxtase. Este é o objetivo do qual Gurumayi fala em sua Mensagem para o ano.

No decorrer do ano serão apresentados, no site do caminho de Siddha Yoga, comentários sobre os *sūtras* do *Pratyabhijñā-hṛdayam*, escritos por professores de

meditação Siddha Yoga e estudiosos. Esses comentários têm uma riqueza de explanações e ensinamentos que elucidam o conhecimento das escrituras do *Pratyabhijñā-hṛdayam*, como esse conhecimento revela facetas da Mensagem de Gurumayi para 2016 e que métodos os estudantes podem adotar para praticar a mensagem de Gurumayi.

## Um Método de Estudo

Eis aqui algumas sugestões sobre como estudar os *sūtras* do *Pratyabhijñā-hṛdayam* e os comentários.

Comece por invocar a graça de Shri Guru, para que ela apoie seus esforços na compreensão e assimilação dos ensinamentos sagrados. Você pode recitar os versos 4 e 5 do hino *Śiva Mānasa Pūjā*, encontrado no livro *O Néctar do Canto*, ou recitar o *maṅgalam*, a oração de invocação escrita por Kṣemarāja para o *Pratyabhijñā-hṛdayam*. Você vai ver essa invocação no mini-site que ficará disponível assim que você se inscrever para os comentários.

Em seguida, recite em voz alta o *sūtra* que você está estudando — primeiro, o original em sânscrito, depois, a tradução, no mínimo três vezes cada um.

Leia o comentário num ritmo tranquilo. Se dê tempo para absorver os ensinamentos.

Contemple o significado do *sūtra* à luz do comentário que o acompanha. Pergunte-se, por exemplo:

*Como o ensinamento deste sūtra e seu comentário podem me ajudar a entender melhor a Mensagem de Gurumayi para 2016?*

Anote seus insights no diário.

Depois, reflita sobre estas perguntas:

*Como vou praticar o meu entendimento? Como vou implementá-lo nas minhas práticas espirituais e na vida diária?*

Faça anotações sobre o que aprendeu com a implementação dos ensinamentos.

Cada vez que estudar os *sūtras* e os comentários, você descobrirá nuances e insights sobre esses ensinamentos e sobre o modo como eles apoiam seu estudo, prática, assimilação e implementação da Mensagem de Gurumayi para 2016.

Outra sugestão: reúna-se com um grupo de Siddha Yogues também inscritos na série dos comentários e forme um círculo de sadhana de Siddha Yoga. Juntos, vocês podem estudar os *sūtras* e os comentários e compartilhar seus entendimentos e as diferentes maneiras que utilizarão para aplicar esses ensinamentos nas suas práticas espirituais.

Ao participar desta série, que sua compreensão desabroche no conhecimento verdadeiro do Ser.

©2016 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.