

Bênçãos para Cultivar

~Gurumayi Chidvilasananda

Satsang "Fique no Templo"

sábado, 11 de julho de 2020

É da natureza da mente
imaginar o inimaginável.

Uma mente entorpecida gosta de se entreter
com todo tipo de coisa que não funciona.

Uma mente desperta
gosta de criar as coisas
que irão beneficiar o mundo.

No interior de uma mente letárgica,
o céu enegrecido vai produzir
muita preocupação, agitação,
trepidação, apreensão,
inquietação, medo, terror
e coisas do gênero.

Em uma mente desperta,
o mesmo céu enegrecido vai inspirar
muito entusiasmo, confiança, coragem,
calma, autocontrole, paz
e repouso.

Quando você se encontra
numa situação difícil,
a que você recorre?

Você já pensou sobre isso?
Você gosta disso a que recorre?
Se gosta,
então como você faz para que isso funcione para você
cada vez que precisa?

Você não gosta disso a que recorre?
Se não gosta,
então você faz as alterações necessárias
para descobrir o que vai funcionar positivamente
para você?

Você alguma vez já considerou que,
apesar de existirem apenas sete notas
na escala musical,
um grande músico pode criar e compor
milhões e milhões
de novas melodias hipnotizantes –
com apenas algumas poucas notas simples?

Da mesma forma, uma mente desperta
tem o poder – o *super* poder –
de criar e compor
um milhão de novas coisas boas em sua vida.

Olhe profundamente dentro do seu coração.
As canções estão entrelaçadas em cada camada
do interior do santuário do seu coração.
Se você pode cantar, cante a plenos pulmões.
Se você não consegue emitir uma nota,
então aprimore sua habilidade de ouvir
e ouça com todas as suas forças.

Enquanto estiver consciente do seu coração
crescendo e ondulando como o vasto oceano azul,
saiba que cada pedacinho do poder grandioso
está dentro de você –
para saber aquilo que deve saber,
para fazer aquilo que você deve fazer
e para promover a magnífica mudança
que só você pode realizar.

Não se isole no medo.

Ao invés disso encontre sua própria companhia
e caminhe até o leito do rio.

Observe a águia majestosa voando com um peixe em suas garras,
veja a formiga trabalhadora carregando seu semelhante morto,
olhe para a folha encantadora dançando na água,
vislumbre o peixe prateado pulando fora d'água.

Ao mesmo tempo, observe sua respiração,
observe sua mente,
observe os movimentos no seu coração.

A tristeza de hoje não precisa se transformar no retrato de amanhã.

Deixe sua alegria se expandir
hoje, amanhã,
depois de amanhã.

Sim, continue se estendendo,
mais e mais alto.

A despeito das calamidades da vida,
continue mergulhando em seu coração
para encontrar uma nova nota,
uma nova melodia,
uma nova canção.

A batida do coração pode expulsar
todas coisas que devem ir embora.

E ele vai cultivar
todas as experiências que devem permanecer.

Cantarolando! Cante!

Cantarolando! Entoe!

Cantarolando! Veja!

Cantarolando! Ouça!

Cantarolando! Crie!

Cantarolando! Componha!

Cantarolando! Sorria!

Cantarolando! Ria!

Cantarolando! Ajude outros!

Cantarolando! Dê apoio!

Cantarolando! Medite!

Cantarolando! Preveja!

Cantarolando! Acolha as bênçãos!

Cantarolando! Compartilhe sua bondade!

Cantarolando! Solte!

Cantarolando! Fique contente!

Cantarole e mande embora a monotonia!
E ao cantarolar, a cada murmúrio
encontre sua nota musical mais apropriada.

O grande pintor Vincent van Gogh certa vez escreveu:
“O coração do homem se assemelha muito ao mar –
tem suas tempestades, tem suas marés,
e na sua profundidade também tem suas pérolas.”



© 2020 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.