

Renovando sua Paisagem Interior e Exterior

Ensinamentos de Gurumayi Chidvilasananda

Purificando, Renovando, Acendendo...

Enquanto não tiver consciência do peso em seu corpo, em seu espaço e em seu próprio mundo, você não vai perceber que o que está fazendo dia após dia é desenterrar o lodo dos recônditos profundos de sua mente, os resquícios de suas próprias crenças passadas.

Mas então um dia, como que do nada, algo se revela. Pode ser qualquer coisa — alguma ocorrência aparentemente sutil ou algum evento de proporções monumentais. De qualquer forma, isso vira o seu mundo do avesso. O que você antes considerava uma verdade sobre sua vida não parece mais tão certo. O solo sobre a qual você construiu esta vida, os pilares que a sustentam, estão desestabilizados. Você se encontra num ponto de ruptura.

Entretanto, não é uma conclusão inevitável que você *vai* colapsar neste momento. Você não precisa desvanecer no esquecimento. O universo se contrai e se expande. Ele flui e reflui. Acima de tudo, ele é generoso. Quando parecer que tudo foi tirado de você, entenda que algo grandioso está fervilhando no campo das potencialidades. Está prestes a aparecer. Um processo incrível começou.

Aqueles que possuem vocabulário para descrever esse processo podem chamá-lo de *sadhana*. Uma manifestação interior de espanto, admiração e perplexidade leva você a realizar algum trabalho extraordinário e, às vezes, não muito agradável, tanto no interior quanto no exterior. Esse trabalho interno lento e constante é chamado de purificação, e essa purificação... *é algo diferente*. Você encontra muitas maravilhas e desafios.

Você desenvolve uma fé radiante de que esta *sadhana* o está levando a renovar o seu ser e acender a luz em seu mundo — o mundo que é sentido e o mundo que é visível.

O essencial é a sua participação ativa nesse processo. Ao longo dos anos, tenho visto que as pessoas proclamam que querem conhecer Deus. Elas querem conhecer o Ser. Desejam possuir aquela mesma luz linda que percebem em alguém que consideram devota, aquela aura de serenidade que sentem em alguém que participou de um retiro silencioso de um mês, aquela sensação de vitalidade e disciplina que atribuem a alguém que fez um jejum de quarenta dias, ou que simplesmente medita regularmente. Porém, quando chega a hora de realmente arregaçar as mangas e *trabalhar* para isso, elas ficam subitamente relutantes. Tentam evitar o esforço necessário. Ou preferem esquecer que sequer consideraram perseguir tal objetivo. Querem a rosa sem os espinhos, a colheita sem a sementeira e, depois, quando nada brota da terra, ficam perplexas. E procuram desesperadamente por alguém ou algo para culpar.

Existe um ditado no idioma sânscrito: *sādhyate 'neneti sādhanā*. “*Sadhana* é aquilo por meio do qual a meta é alcançada.” *Sadhana* exige ação, esforço, foco constante e persistência. Quando as coisas ficam um pouco difíceis na *sadhana*, não adianta achar que todos os outros são culpados. Não é possível que o mundo de repente se tornou sombrio e amargo. É imperativo reconhecer quando sua própria toxicidade está afetando seu pensamento. É por isso que a purificação interna é necessária.

Quando você se entregar a essa purificação — e à renovação e o acendimento que se seguem — descobrirá que eles ocorrem em todo o seu ser. Acontecem no seu corpo físico, seu corpo emocional, seu corpo mental e seu corpo espiritual. Tecnicamente, é claro, tudo isso é um só corpo. É tudo uma só entidade. Os muitos sistemas deste corpo, suas muitas facetas, os muitos planos em que ele opera, estão todos interligados. Para os propósitos da *sadhana*, no entanto — para melhor compreender esse

processo místico e torná-lo factível — pensamos no corpo como sendo subdividido nesses aspectos distintos.

O processo de purificação, renovação e acendimento da luz em cada um desses corpos parecerá diferente. Será sentido de forma diferente. Virá com seu próprio conjunto de altos e baixos, suas vitórias e derrotas específicas, sua própria maneira de moldar e remodelar seus pensamentos, suas emoções, sua energia, sua atitude perante a vida. Também irá variar de buscador para buscador; duas pessoas não passarão pela mesma transformação.

Não importa o que aconteça em sua *sadhana*, seja resoluto em continuar percorrendo o caminho à sua frente. Mantenha-se comprometido com seus esforços. Há uma história que já contei sobre um jovem buscador que espera a iluminação assim que se apresenta diante do Mestre. O Mestre lhe diz para esperar até a manhã seguinte e, enquanto isso, ele poderá observar o Mestre acender as 108 lamparinas para a oração da noite. O buscador não consegue entender por que tal esforço é necessário. Então, o Mestre convida o buscador a apagar todas as chamas antes de ir dormir. O buscador então passa a noite inteira tentando apagar as chamas, mas elas se recusam a apagar. Finalmente, quando chega a manhã, ele tem uma experiência profunda de uma luz que tudo permeia.

O buscador desta história não percebeu, de início, a importância do esforço para alcançar aquilo que buscava. Mas no final foi seu esforço — suas tentativas de acatar a ordem do seu Mestre — que o levou ao êxito.

Ao se empenhar na *sadhana*, você se sentirá muito abençoado. À medida que desenvolve uma maior consciência do que está acontecendo no interior, à medida que se torna cada vez mais disposto a ser um colaborador nesse processo, você ficará impressionado com o que está descobrindo. A cada passo desta jornada é de importância vital praticar a gratidão. Então, invariavelmente, você não vai querer agir com um senso

de autovalorização? Você não vai querer aceitar que pode se tornar seu próprio amigo verdadeiro? Aonde quer que vá, você estará em boa companhia. Esse não é um sentimento excepcional?

No Vedanta, existe uma história sobre dez peregrinos que estão atravessando um rio. Quando chegam do outro lado, decidem fazer uma contagem para ter certeza de que todos estão lá. No entanto, cada um deles conta apenas nove pessoas. Finalmente, aparece uma pessoa sábia e explica que cada peregrino esqueceu de incluir a si mesmo. Eles desconsideraram sua própria existência!

É essencial lembrar-se do seu próprio valor, reforçar continuamente sua conexão com a luz que você carrega dentro de si. Apenas diga para si mesmo neste exato momento, em silêncio ou em voz alta:

“Aonde quer que eu vá, estou em minha própria boa companhia. Eu sinto a graça. Eu sinto a luz. Eu me sinto bem. Eu sinto meu poder. Eu saboreio a doçura da humildade. Eu sou grato por quem estou me tornando ao fazer *sadhana*.”

~Gurumayi Chidvilasananda



© 2024 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

- “Para ler as histórias mencionadas neste ensinamento, clique nos links que aparecem abaixo do ensinamento em inglês.”