

Bhava Samadhi: Conduza-me do ilusório ao essencial

Por Jessie J. Mercay, PhD

Bhava Samadhi é um conceito ligado a um conjunto de experiências relacionadas à vida devocional. Bhava significa "sentimento", "emoção", "estado de espírito", "atitude mental" ou "estado devocional da mente". Samadhi é um estado de consciência no qual a mente se aquieta por completo. Bhava Samadhi às vezes é traduzido como transe, mas não há uma palavra exata em inglês (ou português) para bhava. A ideia mais próxima é a de um sentimento emocional intenso - que, nesse caso, pode ser confundido com êxtase, mas não é a verdadeira experiência de samadhi.

Entender o significado da palavra samadhi ajuda a compreender o que é, de fato, uma experiência autêntica. O termo revela, por si só, essa essência:

- sam: unir-se, consumir totalmente pelo fogo, o mesmo
- ma: medida, frequências medidas, formas de onda que emanam do Campo de Consciência
- sama: constante, equilibrado, pleno, uniforme, em paz
- dhi: nutrir, saciar, sustentar, receptáculo

Reunindo tudo, samadhi se refere a uma união interna com esse Campo constante e imutável - a Consciência. Esse Campo é feito de frequências medidas, que, ao serem acessadas, nos consomem com paz, plenitude e inteireza. Sentimos que estamos sendo nutridos, saciados, satisfeitos. Cessa a busca por algo fora de nós. Já não precisamos de ensinamentos externos, a não ser como confirmação. A busca termina. Não sentimos mais necessidade de pertencer a um grupo ou seguir uma crença. Nesse estado, passamos a perceber internamente as diferentes frequências que surgem do nosso Atman, produzidas pela Consciência. A partir daí, adquirimos liberdade de verdade - a capacidade de escolher quais frequências queremos manifestar em nossa vida.

Ao acrescentar a palavra bhava ao samadhi - Bhava Samadhi - o sentido se altera. Trata-se de uma experiência emocional que parece ser samadhi, mas não é o samadhi genuíno.

Bhava Samadhi é comum quando discípulos estão diante de seu guru, de líderes espirituais ou religiosos, como padres, pastores ou até o papa. Também aparece como um tipo de êxtase ao adorar deidades ou ídolos. É comum entre milhões de devotos de gurus e divindades modernas, e passou a ser visto erroneamente como algo desejável. Pode surgir por sugestão ou expectativa.

Muitos acreditam que Bhava Samadhi seja um estado elevado de espiritualidade. Pensam estar vivendo algo profundo ao lado de seu mestre ou deidade, mas trata-se apenas de um estágio inicial, material, e não de uma expansão real de consciência. O apego a esse estado pode limitar o acesso ao verdadeiro samadhi.

Ramakrishna Paramahansa, mestre conhecido por abordar Bhava Samadhi, deixou claro para seu discípulo Swami Vivekananda que esse era apenas um estágio preparatório: "Quando um elefante entra num lago pequeno, há muita agitação; mas se mergulha no Ganges, mal se percebe. Esses devotos são como lagos pequenos. Você é como um rio imenso".

Shivabalayogi Maharaj comparou Bhava Samadhi a um incentivo para crianças: "É como dar chocolate para o aluno ir à escola. Mas o objetivo é a escola, não o chocolate". Em outras palavras, não devemos nos prender à euforia emocional, pois ela pode ser só uma reação mental esperada - um produto do ego.

O mestre budista Trungpa Rinpoche chamou esse fenômeno de "narcisismo espiritual" ou "materialismo espiritual": um uso equivocado da espiritualidade como forma de reforçar o ego. Pode aparecer em comportamentos como idolatrar gurus, acumular títulos ou buscar constantemente experiências intensas em rituais, mantras, relacionamentos ou até no uso de substâncias.

Esse tipo de experiência - Bhava Samadhi - tende a gerar uma ligação ilusória com mestres espirituais. A pessoa acredita que aquele êxtase veio do mestre, e não dela mesma, criando dependência e até fanatismo.

Como saber se sua experiência é autêntica? Pergunte-se:

- Você sente que precisa repetir a experiência?
- Vive atrás de novos gurus, cristais ou práticas?
- A sensação vem com tontura ou euforia localizada na cabeça?

Se sim, talvez esteja preso a esse estado emocional. O melhor caminho é seguir sua prática com constância, sem buscar por gurus ou picos emocionais.

Bhava Samadhi cria ruído interno, dificultando o silêncio necessário para reconhecer a Consciência em si. Ao invés disso, cultive escuta. Questione: o mestre está dizendo algo novo ou só repetindo frases? Ele convida à prática verdadeira ou apenas a sensações passageiras?

A experiência autêntica é difícil de descrever, mas seus efeitos são claros: clareza, conexão com o corpo, equilíbrio e uma sensação de integração com o mundo. Ela pode começar sutilmente, mas se aprofunda com o tempo.

Por fim, questione seus motivos: está buscando por alívio momentâneo ou por algo mais profundo, que transforme sua vida e beneficie o coletivo?

A primeira instrução dada ao criador Brahma, segundo os textos sagrados, foi "Ta Pa" - um convite à introspecção, não ao sofrimento. "Ta" significa reunir, atravessar, captar. "Pa" está relacionado a beber, purificar, observar. Ou seja: reunir-se internamente e mergulhar na Consciência. É disso que trata o verdadeiro tapa - um processo que grandes sábios viveram antes de acessar sua sabedoria.

O verdadeiro samadhi não é emoção. É silêncio, presença e entrega. É isso que a prática de Meditação Reconhecendo o Ser busca: uma experiência direta do Ser,

além da mente e da euforia.

Mais em: www.meditacaoreconhecendooser.org