

## O Pássaro e Eu

*Paulo Murilo Rosas*

Era uma vez um pássaro tão belo que, ao perceber a sua beleza e grandeza espiritual, quis mantê-lo junto a mim aprisionando-o numa gaiola.

Consegui durante anos mantê-lo no cativado o qual procurei construir o mais bonito, agradável e aconchegante possível. Dia após dia, ao mesmo tempo em que cuidava dele e o protegia, também, sem perceber, cerceava seus movimentos, restringindo-os àquele pequeno espaço que o cercava e não o deixava alçar vôos mais altos. Era difícil para mim dividi-lo, deixar que abrisse suas asas e voasse mais longe. Tinha receio de que não voltasse, tinha medo de perdê-lo; mas, com essa atitude, não percebia que não só o prejudicava como também impedia outras pessoas de ver a beleza e escutar o canto libertador desse pequeno grande pássaro. Ele veio para anunciar a aurora de um novo dia, dar uma nova mensagem com o seu canto diferente, bonito, mas ao mesmo tempo ameaçador; porque ensinava a todos que a liberdade vinha através do conhecimento de quem somos e este conhecimento independe de credo, raça ou cor.

Passei anos escutando este canto, mas ainda assim não conseguia libertar o pássaro; cada vez o queria mais junto a mim, mais próximo, como se nessa proximidade eu me tornasse pássaro também. Algumas vezes abria a porta da gaiola e permitia pequenos vôos, sempre restritos a ambientes fechados para que ele, ao exercitar suas asas, tivesse a impressão de liberdade.

Um belo dia, Nataraja, o Senhor da Dança, sem que eu percebesse, escutou o seu canto e se enamorou. Viu que este canto libertador precisava ser ouvido por mais pessoas e não poderia ficar confinado naquele pequeno espaço e, então, iniciou a sua dança; e a cada passo que dava ia abrindo sulcos na terra e destruindo as grades da gaiola. À medida que o pássaro iniciava seu vôo eu ia caindo nos sulcos abertos na terra pelos pés de Nataraja, o que me impedia de manter o pássaro aprisionado. Cada vez afundava mais e mais, parecia estar num grande cânion sem fim e, por mais que eu me debatesse e tentasse segurar nas bordas ou nas fendas da terra, afundava cada vez mais.

Em um dado momento, percebi que quanto mais tentava me segurar, mais profundo me parecia o cânion e mais dolorosa a queda e o sentimento de perda que ele representava. Perdi literalmente o chão e não conseguia visualizar terra firme, perdi as forças e deixei de lutar. Abandonei-me, a essa altura, às lembranças dos sons do canto; comecei a ser envolvido pela beleza e a graça dos movimentos da dança da criação e da destruição do Senhor Nataraja; à medida que me abandonava àquele ritmo contagiante, as fendas foram pouco a pouco se fechando e fui começando a escutar os sons do pássaro de uma maneira mais abrangente e, na profundidade do meu Ser, já não chorava mais pela perda. Ao contrário, sorria de alegria por poder, agora sim, compreender a liberdade que o canto do pássaro me propiciava e dançar livremente ao som dele como fazia o Senhor da Dança e do Conhecimento.

Hoje em dia, o pássaro consegue levar o seu canto libertador por todos os rincões do nosso país; mais pessoas têm acesso ao conhecimento, e eu, continuo dançando como Nataraja, ao som dele, podendo vivenciá-lo em todos os momentos da minha vida, pois agora, trago o pássaro e o seu canto no meu coração.



**Kailasa** Filosofia Yoga Terapias  
Rua Santa Clara 98, cob. 01  
tel.: (21) 2549-1707  
www.tantrayoga.com.br



**ABDTY**  
Associação Brasileira de Dakshina Tantra Yoga  
dakshinatantra@gmail.com  
abdy.wordpress.com



## **Yoga Nidra IV**

**10 de junho—quarta-feira: 18 às 19:30**

**18 de junho—quinta-feira: 10 às 11:30**

**(Atividade gratuita)**

**IMPORTANTE !**

**Tendo em vista a frequência nas últimas meditações, solicitamos fazer reserva, ligando para o Kailasa ((21) 2549.1707).**

*(abaixo : fotos Yoga Nidra III)*



## **SAT CHAKRA NIRUPANA**

**Um sábado/mês de 9:30 às 13:00 horas**

**20/06 18/07 15/08 19/09 03/10**

*O valor do curso é de 100 reais por mês, (desconto para associados da ABDTY de 20% R\$ 80,00 por mês). As inscrições devem ser feitas na secretaria do Kailasa.*

*Os participantes receberão o livro traduzido e comentado pelo professor Paulo Murilo Rosas, em formato de apostila.*

## **III Conferência Carioca de Yoga**

**Palestra do prof. Paulo Murilo na Conferência:**

**KARMA, DHARMA E MOKSHA**

**Dia 27 de junho (sábado) —11 horas**

**Informações no site: [www.conferenciadeyoga.org](http://www.conferenciadeyoga.org)**

**VISITE NOSSO SITE !**

Visite nosso site para mais artigos, fotos e grade de aulas do Kailasa !

**[www.tantrayoga.com.br](http://www.tantrayoga.com.br)**