



COMO CONHECER DEUS

Aforismos iogues de *Patanjali*

De acordo com a versão de **SWAMI PRABHAVANANDA** e

CHRISTOPHER ISHERWOOD

Título do original: *How to Know God*

Copyright © 1953, 1981 by The Vedanta Society of Southern Califórnia.

SINOPSE:

Um guia prático para a vida espiritual que pode ser utilizado pelos adeptos de qualquer religião: esta poderia ser uma das definições de Como conhecer Deus, coletânea de sutras ou aforismos do mestre Patanjali.

Compostos numa época em que não existiam livros — talvez no século IV antes de Cristo — empregam-se nestes aforismos apenas as palavras essenciais, visando facilitar a sua memorização. Daí a necessidade de uma explanação, de comentários, de modo a tornar acessível a todos o seu real significado. Disso se encarregaram, nesta edição, dois profundos conhecedores da filosofia iogue: Swami Prabhavananda e Christopher Isherwood, que se valeram para tanto dos comentários de dois mestres antigos, Bhoja e Vyasa, e de um mestre moderno, Swami Vivekananda. Como conhecer Deus é uma grande obra sobre a prática da ioga e da meditação, e ensina como controlar a mente e alcançar a liberdade e a paz interior através de métodos elaborados há mais de 2.000 anos.

SUMARIO

Prefácio dos tradutores

I. A ioga e seus Objetivos

II. A Prática da Ioga

III. Forças

IV. libertação

PREFÁCIO DOS TRADUTORES

Os Sutas (aforismos) iogues de Patanjali não são uma exposição original de filosofia, e sim um trabalho de compilação e reformulação. Referências às práticas da ioga — disciplinas e técnicas espirituais de meditação, que capacitam o homem a alcançar o conhecimento unitivo da Divindade — já se encontram nos *Upanishads Katha, Swetaswatara, Taittiriya e Maitrayani*, compostos muitos séculos antes. De fato, pode-se dizer que a doutrina iogue vem sendo difundida desde os tempos pré-históricos.

Patanjali não fez mais do que reformular a filosofia e a prática iogues para o homem de sua época. Mas, que época foi a sua? E quem foi Patanjali? Pouquíssimo se sabe dele. Acreditam alguns entendidos que existiram na realidade dois Patanjalis: um gramático e outro o autor dos Sutas. Recusam outros esta assertiva. Quanto à data dos Sutas, variam enormemente as suposições dos estudiosos, indo desde o século IV a. C. até o século IV d. C.

O sentido mais elementar da palavra sutra é "fio". Diríamos que um sutra é o desenrolar simples de uma exposição, o mínimo absolutamente necessário para mantê-la coesa, despojada da menor "gota" de elaboração. Empregam-se apenas palavras essenciais. Muitas vezes, sequer existe uma sentença estruturada. Havia boa razão para isso. pois os sutas foram compostos numa época em que não existiam livros. Impunha-

se memorizar o texto completo, daí a premência de expressá-lo o mais sucintamente possível. Os Sutas de Patanjali, como todos os demais, careciam de ser desenvolvidos e explicitados. Os mestres antigos reproduziam um aforismo de memória, discorrendo depois sobre ele através de comentários próprios, em proveito de seus discípulos. Às vezes, esses mesmos comentários também foram memorizados, posteriormente transcritos e, dessa forma, preservados para nós.

Na presente tradução, não só fornecemos um comentário, como ainda expandimos e parafraseamos os próprios aforismos, de tal sorte que cada um se converta numa sentença inteligível na língua inglesa. Outros tradutores relutaram em tomar essa liberdade, acabando por oferecer uma versão relativamente literal do texto, mas tão cifrada quanto as notas de conferência de um catedrático. É impossível entendê-lo até que se tenha estudado atentamente seus comentários. Acreditamos que semelhante tradução provoca um efeito psicológico maléfico no leitor. Incapaz, à primeira vista, de sozinho tirar proveito dos aforismos, tende a concluir que o assunto todo é demasiado difícil para ele. Seja como for, já existem dificuldades suficientes no estudo da filosofia iogue; nosso empenho foi não aumentá-las desnecessariamente.

Os comentários são, em geral, de nossa lavra. Entretanto, seguimos as explanações de dois comentaristas antigos, Bhoja e Vyasa. Citamos também, com freqüência, os comentários brilhantes e profundamente intuitivos de Swami Vivekananda, feitos de improviso nas aulas sobre Patanjali, que Swami deu nos Estados Unidos, há mais de cinquenta anos; foram anotados pelos alunos e encontram-se em seu livro *Ioga Ráfa*.

Uma vez que a ioga, antes de Patanjali, assentava-se na filosofia vedanta, interpretamos os aforismos ao longo da obra, do ponto de vista vedântico. Nisso diferimos

do próprio Patanjali, que era adepto da filosofia sanquia. Trata-se, porém, de diferenças meramente técnicas, não valendo a pena insistir muito nelas para não confundir o leitor. Em pontos apropriados de nossos comentários, fazem-se sucintas explicações sobre elas.

No geral, procuramos apresentar este livro como um guia prático para a vida espiritual, guia que pode ser utilizado pelos devotos de qualquer religião - hindus, cristãos ou outros. Evitamos, por isso, dar ênfase excessiva a seus aspectos metafísicos e ocultos. O estudo destes aspectos talvez fascine alguns tipos de mentes, mas em última instância é estéril e, quem sabe, até perigoso, se levado ao exagero.

Foi-nos sugerido, enquanto elaborávamos a obra, que incluíssemos nela uma comparação entre a ioga e a psicologia ocidental moderna. Tal comparação já foi tentada por diversos escritores, e foram notados alguns pontos interessantes de semelhança e divergência, seja na teoria seja na técnica. Mas, pelo menos de nosso ponto de vista, a comparação não parece nem justa nem válida. A psicologia iogue é um produto acabado. A psicologia ocidental ainda está em desenvolvimento, e em várias linhas divergentes, gerando continuamente teorias novas e desfazendo-se das antigas. Se alguém diz taxativamente: "A psicologia ocidental sustenta a opinião de que...", está correndo o risco de ser censurado por inexatidão.

Entretanto, podemos afirmar com segurança: a maioria dos psicoterapeutas do Ocidente não reconheceu até hoje a existência do *Atman*, a Divindade que está dentro do homem; por isso, não procura ajudar seus pacientes a atingir a harmonia da ioga perfeita. Quanto àqueles psicoterapeutas, bastante numerosos em nossos dias, que se interessam seriamente pela ioga, é fora de dúvida que muitos deles assumiriam esta posição: "Podemos ajudar nossos pacientes até certo ponto, ou seja, até um grau adequado de

equilíbrio no nível psicofísico. Não estamos preparados para ir mais além. Reconhecemos a possibilidade de uma integração mais elevada, espiritual, mas preferimos não incorporá-la em nossa terapia, por acreditarmos que esses dois níveis devem ser mantidos separados. Se um paciente precisa de integração espiritual, resta-nos encaminhá-lo a um mestre iogue ou a um guia religioso. O iogue começará de onde pararmos."

Por ora, o problema permanece.

Para concluir, cabe-nos reconhecer, agradecidos, a permissão que nos foi dada de extrair citações dos seguintes livros: *What is Life de Erwin Schrödinger*, editado pela Cambridge University Press; do volume contendo *The Way of a Pilgrim e The Pilgrim Continues His Way* traduzidos por R. M. French e publicados pela Sociedade de Promoção do Conhecimento Cristão, de Londres; do *Bhagavad-Gita*, traduzido por nós e publicado pela *New American library*, e das seguintes obras publicadas pela *Vedanta Press*, de Hollywood: *Crest-Jewel of Discrimination, de Shankara* (Prabhavananda-Isherwood), *The Eternal Companion* (Prabhavananda), e os *Upanishads* (Prabhavananda-Manchester).

Publicados pela Ed. Pensamento, São Paulo.

COMO CONHECER DEUS

Aforismos Iogues de Patanjali

I. A IOGA E SEUS OBJETIVOS

1. Este é o começo do aprendizado da ioga.

Ioga significa basicamente "união". É o antecedente sânscrito da palavra inglesa *yoke* [jugo, par, aquilo que une]. Daí, vem a significar método de união espiritual. A ioga é um método — um entre muitos — pelo qual uma pessoa pode ligar-se à Divindade, à Realidade que subjaz ao universo aparente, efêmero. Atingir esta união é alcançar o estado da ioga perfeita. O cristianismo tem um termo equivalente, "a união mística", que expressa idéia análoga.

Bhoja, um dos comentaristas clássicos destes aforismos, define o uso da palavra ioga por Patanjali como "um esforço para separar o Atman (a Realidade) do não-Atman (o aparente)".

Quem pratica a ioga chama-se ioguim.

2. A ioga é o controle das ondas de pensamento da mente.

Segundo Patanjali, a mente (*chitta*) é formada de três componentes, *manas*, *buddhi* e *ahamkar*. *Manas* é a faculdade de registro que recebe as impressões captadas do mundo exterior pelos sentidos. *Buddhi* é a faculdade discriminatória que classifica estas impressões e reage a elas. *Ahamkar* é o senso de individualidade que reivindica essas impressões como suas e as armazena sob a forma de conhecimento pessoal. Por exemplo, *manas* diz: "Um grande objeto animado aproxima-se rapidamente". *Buddhi*

decide: "Aquilo é um touro. Está furioso. Quer atacar alguém". Ahamkar exclama: "Quer atacar a mim. Patanjali. Sou eu quem vê este touro. Sou eu quem está apavorado. Sou eu quem está a ponto de fugir". Mais tarde, dos galhos de uma árvore próxima, ahamkar talvez acrescente: "Agora eu sei que este touro (que não sou eu) é perigoso. Outros existem que não sabem disso; é o meu conhecimento pessoal que me levará a evitar este touro no futuro".

Deus, a Realidade subjacente, é onipresente por definição. Se a Realidade afinal existe, deve estar por toda a parte, deve estar presente em toda a criatura sensitiva, em todo objeto inanimado. O Deus que a criatura traz dentro de si é conhecido na língua sânscrita como *Atman* ou *Purusha*, o Eu real. Patanjali refere-se a todo momento a, *Purusha* (que significa literalmente "a Divindade que mora dentro do corpo"), mas nós, ao longo desta tradução, substituiremos este termo por *Atman*, usado nos *Upanishads* e no *Bhagavad-Gita*, sendo provável que os estudantes estejam mais familiarizados com ela. Segundo os *Upanishads* e o *Gita*, o uno *Atman* acha-se presente em todas as criaturas. Seguindo a filosofia sanquia, Patanjali acreditava que toda criatura e objeto singular tem o seu *Purusha* específico, conquanto idêntico. Este ponto de desacordo filosófico não tem importância prática para o aspirante à vida espiritual.

A mente parece ser inteligente e consciente. A filosofia iogue ensina que ela não o é que não possui mais que uma inteligência de empréstimo. O *Atman* é a própria inteligência, a consciência pura. A mente apenas reflete essa consciência parecendo assim ser consciente.

O conhecimento ou percepção é uma onda de pensamento (*vritti*) que vem à mente. Todo conhecimento é, pois, objetivo. Mesmo o que os psicólogos ocidentais chamam introspecção ou autoconhecimento vem a ser conhecimento objetivo, de acordo

com Patanjali, visto que a mente não é o vidente, mas tão-só um instrumento de conhecimento, um objeto da percepção, tal como o mundo exterior. O Atman, o verdadeiro vidente, permanece desconhecido.

Toda percepção desperta o sentimento de individualidade, que diz: "Conheço isto". Mas trata-se do ego falando, não do Atman, do Eu real. O senso de individualidade é provocado pela identificação do Atman com a mente, os sentidos etc. É como se o bulbo de uma pequena lâmpada afirmasse: "Eu sou a corrente elétrica", passando então a descrever a eletricidade como um objeto de vidro em formato de pêssego, contendo filamentos de metal. Tal identificação é absurda - tão absurda quanto a pretensão do ego de ser o Eu real. No entanto, a corrente elétrica está presente no bulbo da lâmpada, e o Atman está em todas as coisas, em toda a parte.

Quando um objeto ou um evento do mundo exterior é registrado pelos sentidos, uma onda de pensamento surge na mente. O sentimento de individualidade identifica-se com essa onda. Se a onda de pensamento é agradável, o senso de individualidade considera: "Sou feliz"; se a onda é desagradável, "Sou infeliz". Essa falsa identificação é a causa de toda a nossa aflição — pois, mesmo a sensação passageira de felicidade do ego traz ansiedade, um desejo de agarrar-se ao objeto do prazer, preparando assim as possibilidades futuras de sentir-se infeliz. O Eu real, o Atman, permanece para sempre fora do poder das ondas de pensamento, eternamente puro, iluminado e livre — a única felicidade verdadeira, inalterável. Segue-se, portanto, que o homem jamais conhecerá o seu Eu real enquanto as ondas de pensamento e o sentimento de individualidade estiverem sendo identificados. A fim de nos tornarmos iluminados, devemos trazer as ondas de pensamento sob controle, de modo que essa falsa identificação possa cessar. Ensina-nos o *Gita* que a "ioga é a quebra de contato com a dor".

Ao descrever a ação das ondas de pensamento, os comentaristas empregam uma imagem simples — a imagem de um lago. Se a superfície de um lago é varrida pelas ondas, a água torna-se lamacenta, não mais se vendo o fundo. O lago representa a mente e o fundo do lago, o Atman.

Quando Patanjali fala do "controle das ondas de pensamento", não está se referindo a um controle momentâneo ou superficial. Muitas pessoas acham que a prática da ioga se relaciona com algo como "fazer da mente um vazio" — condição que, se fosse mesmo desejável, poderia ser muito mais facilmente alcançada, pedindo-se a um amigo que nos golpeasse a cabeça com um martelo. Jamais se obtém benefício espiritual algum pela autoviolência. Não estamos tentando refrear as ondas de pensamento fazendo em pedaços os órgãos que as registram. Cumpre-nos fazer algo muito mais difícil - desaprender a falsa identificação das ondas de pensamento com o senso de individualidade. Este processo de desaprendizado implica uma transformação completa do caráter, uma "renovação da mente", como afirma São Paulo.

O que a filosofia iogue entende por "caráter"? Para explicá-lo, pode-se levar adiante a analogia do lago. As ondas não apenas perturbam a superfície das águas: por uma ação contínua, criam também bancos de areia ou calhaus no fundo do lago. Esses bancos de areia são, naturalmente, muito mais duradouros e sólidos do que as próprias ondas, podendo comparar-se às tendências, potencialidades e estados latentes que existem nas regiões subconscientes e inconscientes da mente. Em sânscrito, são chamados *samskaras*. Os *samskaras* são formados pela ação contínua das ondas de pensamento, e criam por sua vez novas ondas de pensamento — o processo funciona nos dois sentidos. Exponha a mente a pensamentos constantes de raiva e ressentimento e descobrirá que essas ondas de raiva formam *samskaras* de raiva, os quais acabarão por predispor-lo a encontrar motivo para a raiva em qualquer hora do dia. Diz-se que uma

pessoa com *samskaras* de raiva bastante desenvolvidos tem "mau gênio". A soma completa de nossos *samskaras* é, de fato, o nosso caráter — em determinado momento. Nunca nos esqueçamos, porém, de que, assim como um banco de areia pode alterar-se e transformar-se com a mudança da maré ou das correntes, também os *samskaras* podem ser modificados pela introdução de outros tipos de ondas de pensamento na mente.

Já que estamos tratando desse assunto, vale a pena nos reportarmos a uma diferença de interpretação que existe entre a ioga e a ciência ocidental. Nem todos os *samskaras* são adquiridos durante o curso de uma única existência humana. A criança já nasce com certas tendências presentes em sua natureza. A ciência ocidental tende a atribuir essas tendências à hereditariedade. A psicologia iogue postula que elas foram adquiridas em encarnações anteriores, como conseqüência de atos e pensamentos há muito esquecidos. Não importa realmente, em termos práticos, qual dessas duas teorias se venha a preferir. A "hereditariedade", do ponto de vista da ioga, pode ser apenas outra forma de dizer que a alma individual é impelida pelos *samskaras* existentes a procurar um renascimento em certo tipo de família, de pais cujos *samskaras* sejam semelhantes aos seus, herdando assim as tendências que ela já possui. O iogue iniciante não perde tempo querendo saber de onde vieram os seus *samskaras*, ou há quanto tempo já os possui: ele assume total responsabilidade pelos *samskaras* e propõe-se modificá-los.

Existem naturalmente muitas espécies de mentes que ainda não se acham preparadas para as práticas mais elevadas da ioga. Se você tiver um físico flácido e descuidado e tentar participar de uma aula para bailarinos, provavelmente causará grande dano a si próprio; é preciso que comece com alguns exercícios leves. Há mentes que podem ser descritas "dispersas"; são inquietas, impetuosas e incapazes de concentração. Existem mentes indolentes, acomodadas, incapazes de pensamento construtivo. Existem ainda mentes que, embora possuam certo grau de energia, só conseguem de ter-se no

que é agradável: diante dos aspectos desagradáveis da vida, recuam. Mas, qualquer mente, seja qual for sua natureza, pode, em última instância, ser disciplinada e transformada, tornando-se na expressão de Patanjali, "voltada para um só ponto" e preparada para alcançar o estado da ioga perfeita.

3. Desse modo, o homem se conforma à sua natureza real.

Quando o lago da mente se faz calmo e claro, o homem se conhece tal como realmente é, como sempre foi e sempre será. Reconhece que é o Atman. Sua "personalidade", sua crença equivocada em si próprio como indivíduo singular, único, desaparece. "Patanjali" é apenas um invólucro externo, como uma capa ou uma máscara, que ele pode assumir ou pôr de lado, à vontade. Um homem assim é reconhecido como uma alma livre, iluminada.

4. Em outras ocasiões, quando não se encontra no estado de ioga, o homem permanece identificado com as ondas de pensamento da mente.

5. Existem cinco espécies de ondas de pensamento, algumas dolorosas, outras não.

Uma onda "dolorosa", de acordo com a utilização do termo por Patanjali, não parece necessariamente dolorosa ao despontar pela primeira vez na mente; é uma onda que traz consigo acentuado grau de ignorância, apego e sujeição. De igual modo, uma onda que a princípio parece dolorosa pode na verdade pertencer à categoria das "não dolorosas", desde que ela estimule a mente no sentido de uma liberdade e conhecimento maiores. Por exemplo, Patanjali qualificaria de "dolorosa" uma onda luxuriosa de pensamento, pois a luxúria, mesmo quando agradavelmente satisfeita gera apego, ciúme e dependência em relação à pessoa desejada. Uma onda de compaixão, por outro lado,

seria qualificada de "não dolorosa", pois a compaixão é uma emoção altruística que liberta os grilhões do nosso próprio egoísmo. Podemos sofrer intensamente ao ver o sofrimento alheio, mas a nossa compaixão nos ensinará a compreensão e, conseqüentemente, a liberdade.

Esta distinção entre dois tipos de ondas de pensamento é muito importante quando se chega à prática efetiva da disciplina da ioga, pois as ondas de pensamento não podem ser controladas todas de uma vez. Primeiro, temos de dominar as ondas de pensamento "dolorosas" gerando ondas "não dolorosas". Aos nossos pensamentos de raiva, cobiça e decepção devemos opor pensamentos de amor, generosidade e verdade. Só muito mais tarde, quando as ondas de pensamento "dolorosas" tiverem sido completamente apaziguadas, é que poderemos passar à segunda etapa da disciplina, isto é, ao apaziguamento das ondas "não dolorosas" que criamos voluntariamente.

A idéia de que temos afinal de dominar mesmo aquelas ondas de pensamento que são "boas", "puras" e "autênticas" pode parecer à primeira vista chocante a um estudante acostumado com a concepção ocidental de moralidade. Mas um pouco de reflexão lhe mostrará que isso tem de ser assim mesmo. Até em suas aparências mais belas e em suas manifestações mais nobres, o mundo exterior é ainda superficial e efêmero. Não é a Realidade fundamental. Devemos olhar através dele, não para ele, a fim de divisarmos o Atman. Claro, é melhor amar do que odiar, é melhor partilhar do que acumular, é melhor dizer a verdade do que mentir. Mas as ondas de pensamento que motivam a prática dessas virtudes são mesmo assim distúrbios da mente. Todos conhecemos casos de homens enérgicos e valorosos que se envolvem bastante seriamente em grandes movimentos de reforma ou programas de ajuda social e que não conseguem pensar em nada além dos problemas práticos de sua atividade cotidiana. Falta-lhes serenidade de espírito. Ficam cheios de aflição e desassossego. A mente do homem verdadeiramente

iluminado é serena — não porque ele demonstre indiferença egoísta diante das necessidades alheias, mas porque conhece a paz do Atman, em todas as coisas, até mesmo sob a capa da miséria, da doença, da desavença e da penúria.

6. *Eis os cinco tipos de ondas de pensamento: conhecimento certo, conhecimento errôneo, ilusão verbal, sono e memória.*

7. *Os tipos certos de conhecimento são: percepção direta, inferência e evidência das escrituras.*

Tudo o que os nossos sentidos percebem é conhecimento certo, desde que não tenha havido nenhum elemento de engano. Tudo o que inferimos de nossa percepção direta também é conhecimento certo, se nosso raciocínio estiver correto. As escrituras baseiam-se no conhecimento superconsciente obtido pelos grandes mestres espirituais, quando em estado de ioga perfeita. Por conseguinte, são também conhecimento certo. Elas representam uma espécie de percepção direta muito mais imediata que a percepção dos sentidos, e as verdades que elas nos ensinam podem ser verificadas por quem quer que tenha alcançado esta visão superconsciente.

8. *O conhecimento errôneo é o conhecimento falso e não alicerçado na natureza verdadeira de seu objeto.*

O exemplo clássico fornecido pela literatura iogue é o de um pedaço de corda que se toma por uma serpente. Neste caso, o conhecimento errado nos levará a temer a corda e a evitá-la ou tentar matá-la.

9. *A ilusão verbal surge quando as palavras não correspondem à realidade.*

Forma comum de ilusão verbal são as conclusões apressadas. Ouvimos alguém falando e fazemos uma imagem precipitada e inexata de suas intenções. Nos discursos políticos, encontra-se com freqüência uma dupla ilusão verbal: o orador acredita que suas palavras correspondem a uma realidade; a platéia as associa a outra — e ambos estão errados. Expressões como "o espírito da democracia", "o modo de vida americano" e assim por diante, provocam uma rica safra de ilusões verbais todos os anos nos jornais e no rádio.

10. O sono é uma onda de pensamento acerca de nada.

Em outras palavras, o sono sem sonhos não significa ausência de ondas de pensamento na mente, mas uma experiência positiva do nada. Não há, portanto, como confundi-lo com o estado de ausência de ondas da ioga. Se não houvesse nenhuma onda de pensamento na mente durante o sono, não acordaríamos lembrando que nada sabíamos. Como observa S. Radhakshnan em *Indian Philosophy*, fulano de tal, após um bom sono, continua a ser fulano de tal, na medida em que suas experiências se incorporam ao sistema que existia no momento em que ele foi dormir. Elas se ligam ao seu pensamento e não saem voando atrás dos de outro qualquer. Essa continuidade de experiência força-nos a admitir um Eu permanente que subjaz a todos os conteúdos da consciência.

11. Quando os objetos percebidos não são esquecidos e retornam à consciência, tem-se a memória.

A memória é uma espécie de onda de pensamento secundária. Uma onda de percepção direta produz uma ondulação menor ou uma série de ondulações. A onda de

pensamento do sono também produz ondulações menores, que denominamos sonhos. Sonhar é recordar em meio ao sono.

12. *As ondas de pensamento são controladas através da prática e do desapego.*

13. *Prática é o esforço repetido de seguir os exercícios que proporcionam o controle permanente das ondas de pensamento da mente.*

14. *A prática assenta-se firmemente depois de cultivada por longo tempo, ininterruptamente, com dedicação intensa.*

15. *Desapego é autodomínio; é a libertação do desejo em relação ao que se vê ou se ouve.*

Pode-se fazer as ondas da mente fluírem em duas direções opostas -ou rumo ao mundo objetivo ("a vontade do desejo"), ou rumo ao auto-reconhecimento verdadeiro ("a vontade de libertação"). Assim, tanto a prática como o desapego são necessários. De fato, é inútil e mesmo perigoso tentar uma sem o outro. Se tentarmos praticar os exercícios espirituais sem buscar o controle das ondas de pensamento de desejo, nossas mentes tornar-se-ão violentamente agitadas e talvez permanentemente desequilibradas. Se tentarmos apenas um controle negativo e rígido das ondas de desejo, sem despertar ondas de amor, compaixão e devoção que se lhes oponham, então as conseqüências podem ser ainda mais trágicas. É por isso que certos puritanos austeros suicidam-se inesperada e misteriosamente. De maneira fria, séria, empenham-se em ser "bons" — ou seja, em não alimentar "maus" pensamentos - e quando falham, tal como acontece com todos os seres humanos, não conseguem encarar essa humilhação, que não é mais que

o orgulho ferido e o vazio que trazem dentro de si. Nas escrituras taoístas, lemos: "As forças divinas dotam de compaixão aqueles que não gostariam de ver aniquilados".

Os exercícios espirituais que deveremos praticar serão expostos oportunamente . São conhecidos como os oito "membros" da ioga. Neste contexto, a perseverança é muito importante. Nenhum malogro passageiro, por mais humilhante ou vergonhoso que seja, jamais deverá ser usado como desculpa para abandonar a luta. Se estamos aprendendo a esqui, não nos envergonhamos de levar um tombo ou de sermos surpreendidos entalados numa posição de cômico embaraço. Damos a volta por cima e recomeçamos. Não devemos nos preocupar com o fato de as pessoas rirem ou zombarem de nós. A menos que sejamos hipócritas, não devemos ligar para a impressão que causamos aos que nos vêem. Malogro algum é na verdade um malogro, a menos que deixemos de uma vez por todas de tentar — pelo contrário, pode ser uma bênção na desgraça, uma lição mais do que necessária.

O desapego é a prática do discernimento. Aos poucos vamos ganhando controle sobre as ondas de pensamento "dolorosas" ou impuras, perguntando-nos: "Por que é mesmo que eu desejo este objeto? Que benefício duradouro obterei com possuí-lo? De que maneira sua posse me ajudará a conquistar maior conhecimento e liberdade?" As respostas a tais perguntas são sempre embaraçosas: fazem-nos ver que o objeto desejado não só é inútil como instrumento de libertação, mas é potencialmente prejudicial enquanto instrumento propício à ignorância e à sujeição; e mais, que o nosso desejo não é na verdade desejo pelo objeto em si absolutamente, mas apenas desejo de almejar alguma coisa, uma mera agitação da mente.

É muito fácil ponderar acerca de tudo isso num momento de calma. Mas o nosso desapego é testado quando a mente de súbito é varrida por uma enorme onda de raiva,

de cobiça ou de avareza. Então, somente através de um esforço decidido de vontade nos lembraremos daquilo que a nossa razão já sabe — que essa onda, o objeto sensorial que a suscitou, o senso de individualidade que identifica a experiência a si própria - são todos igualmente efêmeros e superficiais, não são a Realidade subjacente.

O desapego pode surgir muito lentamente. Mas mesmo seu estágio mais inicial é recompensado por uma sensação nova de liberdade e de paz. Jamais se deveria concebê-lo como austeridade, espécie de autotortura, algo arbitrário e penoso. A prática do desapego confere sabor e significado até ao incidente mais banal do mais enfadonho dos dias. Ele elimina o aborrecimento de nossas vidas. E, à medida que progredimos e conquistamos crescente autodomínio, vemos que não estamos renunciando a nada de que realmente necessitamos ou queremos — e sim, estamos apenas libertando-nos de desejos e necessidades imaginários. Com esse espírito, a alma cresce até conseguir aceitar, serena e imperturbável, os piores reveses da vida. Cristo disse: "Pois o meu jugo é suave e o meu fardo é leve" — querendo dizer que a existência corriqueira e sem discernimento, de apego aos sentidos, é, de fato, muito mais penosa, muito mais difícil de suportar do que as disciplinas que nos tornarão livres. Parece-nos difícil compreender essa passagem, porque temos sido habituados a conceber a existência terrena de Cristo como trágica — uma gloriosa e inspiradora tragédia, por certo, mas que não obstante terminou numa cruz. Deveríamos antes nos indagar: "O que seria mais fácil, pender naquela cruz com a iluminação e o desapego de um Cristo, ou nela padecer na ignorância, na agonia e na sujeição de um pobre ladrão?" E, seja como for, a cruz pode alcançar-nos, estejamos preparados e aptos a aceitá-la ou não.

16. Quando, mediante o conhecimento do Atman, deixa-se de desejar qualquer manifestação da Natureza, tem-se a mais elevada espécie de desapego.

O desapego não é indiferença — nunca é demais repeti-lo. Muitas pessoas rejeitam as metas da filosofia iogue como "inumanas" e "egoístas", pois imaginam a ioga como um distanciamento frio e deliberado de tudo e de todos em prol da busca de salvação pessoal. A verdade é exatamente o oposto. O amor humano é a emoção mais elevada que a maioria de nós conhece. Ele nos liberta, em certa medida, do egoísmo que mantemos em relação a um ou mais indivíduos. Mas o amor humano ainda é possessivo e exclusivista. O amor pelo Atman não é uma coisa nem outra. Admitimos prontamente que é melhor amar as pessoas "pelo que elas realmente são" do que apenas por sua beleza, inteligência, força, senso de humor ou alguma outra qualidade - mas isso não passa de afirmação vaga e relativa. O que as pessoas "realmente são" é o Atman, nada mais nada menos. Amar o Atman em nós mesmos é amá-lo em toda parte. E amar o Atman em toda parte é ir além de qualquer manifestação da Natureza até a Realidade interior da Natureza. Esse amor é por demais vasto para ser compreendido por espíritos vulgares; no entanto, ele é simplesmente um aprofundamento e uma expansão infinita do pequeno e limitado amor que todos sentimos. Amar alguém, mesmo ao jeito habitual dos homens, é captar o aparecimento instantâneo e vago, dentro dessa pessoa, de algo formidável, que infunde respeito, eterno. Em nossa ignorância, achamos que esse "algo" é único. Ele ou ela, dizemos, é diferente de todos. Isso porque nossa percepção de Realidade é turvada e obscurecida pelas manifestações exteriores — o caráter e as qualidades individuais da pessoa que amamos - e pelo modo como a elas reage nosso próprio senso de individualidade. Entretanto, esse lampejo pálido de percepção é uma experiência espiritual válida e deveria encorajar-nos a purificar a nossa mente, preparando-a para aquela espécie infinitamente mais elevada de amor que está sempre a nos aguardar. Esse amor não é inquieto e efêmero, como o nosso amor humano. É firme, eterno e sereno. É absolutamente livre do desejo, pois amante e amado ter-se-ão tornado um só.

Observe esta passagem do Bhagavad-Gita:

As águas fluem continuamente para o oceano,

Mas o oceano nunca se perturba;

O desejo flui para a mente do vidente,

Mas ele nunca se perturba.

O vidente conhece a paz...

Conhece a paz aquele que esqueceu o desejo.

Ele vive sem ansiedade:

Livre do ego, livre do orgulho.

17. A concentração sobre um único objeto pode alcançar quatro etapas: exame, discernimento, harmonia radiante e consciência simples da individualidade.

A fim de compreender este e os aforismos seguintes, devemos analisar a estrutura do universo conforme é exposta pela filosofia Vedanta (Vedanta é a filosofia que se baseia na filosofia dos Vedas - as mais antigas escrituras hindus). Primeiramente, consideremos a realidade básica. A Realidade, considerada como o Eu mais íntimo de toda criatura ou objeto individualizados, é denominada *Atman*- como já vimos. Quando a Realidade é referida em seu aspecto universal, denomina-se Brahman. A primeira vista, isso pode parecer confuso aos estudantes ocidentais, mas o conceito não lhes deve ser estranho. A terminologia cristã emprega duas expressões - Deus imanente e Deus transcendente — que operam distinção semelhante. Muitas vezes, nas literaturas hindu e

cristã, encontramos reafirmado este paradoxo: que Deus está tanto dentro quanto fora, instantaneamente presente e infinitamente em toda parte, habitante do átomo e morador de todas as coisas. Mas essa é a mesma Realidade, a mesma Divindade, considerada em suas duas relações com o cosmo. Essas relações são designadas por duas palavras diversas somente para nos ajudar na reflexão sobre elas. Não implicam qualquer espécie de dualismo. Atman e Brahman são um só.

O que vem a ser este cosmo? Do que é feito ele? A filosofia vedanta ensina que o cosmo é feito do Prakriti, substância elementar, indiferenciada, da mente e da matéria. Define-se o Prakriti como a faculdade ou o efeito de Brahman — no mesmo sentido que se diz que o calor é uma faculdade ou um efeito do fogo. Assim como o calor não pode existir separado do fogo que o produz, o Prakriti também não pode existir separado de Brahman. Os dois são eternamente inseparáveis. O último manifesta e produz o primeiro.

Patanjali divergia da Vedanta quanto a isto, acreditando que Purusha (ou Atman) e Prakriti fossem duas entidades distintas, ambas igualmente reais e eternas. Uma vez, porém, que Patanjali acreditava também que a Purusha individual podia libertar-se e isolar-se completamente do Prakriti, estava ele na verdade inteiramente de acordo com a Vedanta, quanto ao propósito e finalidade da vida espiritual.

Por que Brahman produz o Prakriti? Eis uma pergunta que provavelmente não pode ser respondida com base em nenhuma filosofia elaborada pelo homem. Pois o próprio intelecto humano acha-se contido no Prakriti e, por conseguinte, não pode compreender sua natureza. Um vidente notável pode experimentar a natureza da relação Brahman-Prakriti enquanto se encontra no estado de ioga perfeita, mas não pode comunicar-nos seu conhecimento, usando da linguagem e da lógica porque, de um ponto de vista absoluto, Prakriti não existe. Não é a Realidade - e, contudo, não é outra coisa

senão a Realidade. É a Realidade tal como se mostra a nossos sentidos humanos - a Realidade deformada, limitada, mal-interpretada. Podemos aceitar, como hipótese de trabalho, a garantia do vidente de que isto é assim, mas nosso intelecto vacila, aturdido, diante do mistério formidável. Carentes de experiência superconsciente, temos de contentar-nos com a linguagem figurada. Voltamo-nos de bom grado aos famosos versos de Shelley:

Life, like a dome of many coloured-glass,

Stains the white radiance of eternity.

[A vida, como cápsula de vidro multicolor, Macula o alvo esplendor da eternidade.]

Filosoficamente, talvez sejam um tanto vagos; não é muito claro o que Shelley entende por "Vida"; mas seus versos nos oferecem uma imagem bela e proveitosa, se imaginarmos Brahman como um "alvo esplendor". Então Prakriti pode ser representado pelas cores que dissimulam a natureza real dos seus raios.

Prakriti, já se disse, é a substância elementar indiferenciada da mente e da matéria. Que relação guarda ele com os fenômenos altamente diversificados deste universo de aparências? Para responder a essa questão, devemos seguir desde o início o curso completo de uma criação. Dizemos "uma criação" propositalmente, pois a filosofia hindu encara a criação e a dissolução como um processo repetido indefinidamente. Quando, de tempos em tempos, o universo se desagrega - ou aparentemente se desagrega - diz-se que ele retorna ao Prakriti indiferenciado e aí permanece, em "estado germinal" potencial, por certo período. Qual é, pois, o mecanismo de sua recriação? Diz-se que o Prakriti é composto de três forças: sattwa, rajas e tamas, conhecidas conjuntamente como os três gunas. Estes gunas — cujas características individuais

descreveremos logo mais — atravessam fases de equilíbrio e fases de desequilíbrio; a natureza da relação mútua entre elas é tal que está sujeita à mudança permanente. Enquanto os gunas mantêm o equilíbrio, o Prakriti permanece indiferenciado e o universo existe somente em seu estado potencial. Tão logo o equilíbrio é prejudicado, ocorre uma recriação do universo. Os gunas entram numa variedade enorme de combinações, todas elas irregulares; um ou outro dos gunas predominando sobre os demais. Daí a variedade dos fenômenos físicos e psíquicos que constituem o nosso mundo aparente. Tal mundo continua a multiplicar e a diversificar suas formas, até que os gunas reencontrem um equilíbrio temporário e tenha início nova fase de potencialidade indiferenciada. (Um estudante de mentalidade científica compararia a cosmologia vedanta às últimas teorias da física nuclear. Encontrará muitos pontos de semelhança entre os dois sistemas.)

Os gunas às vezes são descritos como "energias", às vezes como "qualidades"; mas não se consegue definir plenamente com uma única palavra a sua natureza e função. Em conjunto, podem ser pensados como triângulos de força, opostos conquanto complementares. No processo de evolução, sattwa é a essência da forma a realizar-se; tamas é o obstáculo inerente à sua realização; e rajas é a força pela qual esse obstáculo é removido e a forma essencial se manifesta. A título de ilustração, tomemos um exemplo humano, de preferência a um cósmico. Um escultor resolve modelar um cavalo. A idéia desse cavalo — a forma que ele vê em sua imaginação - é inspirada por sattwa. A seguir, ele toma uma porção informe de argila. Esta argila representa a força de tamas - sua infirmitude é o obstáculo a ser superado. Pode ser, também, que haja um elemento de tamas na própria mente do escultor. Ele pode pensar: "Isso vai custar-me um bocado de trabalho. É muito difícil. Estou cansado. Valerá a pena o esforço?" Mas aí a força de rajas vem em sua ajuda. Rajas, neste caso, representa a determinação do escultor de vencer a própria apatia e as dificuldades de seu ofício; representa ainda o esforço muscular por ele

despendido para concluir sua obra. Se uma quantidade suficiente de rajas é gerada, o obstáculo de *tamas* é superado e a forma ideal de *sattwa* se corporificará num objeto palpável de argila. A partir desse exemplo, fica óbvio que os três *gunas* são necessários para um ato de criação. *Sattwa* sozinho seria apenas uma idéia irrealizada; *rajas* sem *sattwa* seria mera energia mal direcionada, *rajas* sem *tamas* seria como uma alavanca sem ponto de apoio.

Se quisermos descrever os *gunas* individualmente, poderemos dizer que *sattwa* representa tudo o que é puro, ideal e tranqüilo, enquanto *rajas* se manifesta na ação, movimento e violência, e *tamas* é o princípio de solidez, resistência inalterável e inércia. Como se disse antes, os três *gunas* estão presentes em tudo, mas um deles sempre predomina. *Sattwa*, por exemplo, predomina na luz solar, *rajas* no vulcão em erupção e *tamas* num bloco de granito. Na mente do homem, os *gunas* geralmente se encontram numa relação de extrema instabilidade — daí os diversos estados de ânimo que atravessamos num mesmo dia. *Sattwa* é responsável por nossos momentos de inspiração, de afeição desinteressada, alegria serena e tranqüilidade meditativa. *Rajas* provoca nossas explosões de raiva e o desejo violento. Torna-nos intranqüilos e insatisfeitos, mas é também responsável por nossas melhores fases de atividade construtiva energia e coragem física. *Tamas* é o pântano mental no qual afundamos sempre que *sattwa* e *rajas* deixam de prevalecer. No estado de *tamas* manifestamos nossas piores características - a indolência, a estupidez, a teimosia e o desespero irremediável. Vários capítulos do *Bhagavad-Gitã* são dedicados aos *gunas* e às suas manifestações. O iniciante à espiritualidade é aconselhado a transcendê-los mediante o exercício do discernimento. Já descrevemos esse exercício ao discutir os aforismos de Patanjali acerca das ondas de pensamento - pois as ondas de pensamento são, naturalmente, projeções das forças dos *gunas*. Como afirma o *Gita*: "Diz-se que o homem

transcendeu os gunas quando ele não odeia a luz de sattwa, ou a ação de rajás, ou mesmo a ilusão de tamas enquanto estas prevalecem; e nem anseia por elas, uma vez passadas. Ele é como alguém que se sinta despreocupado sem se perturbar com os gunas. Sabe que eles são os agentes de toda ação e jamais perde esta capacidade de discernimento. Repousa na serenidade do Atman, encarando a felicidade e o sofrimento como uma coisa só.”

Vimos que a interação dos gunas propicia a força motriz para o processo de criação. Podemos agora considerar suas etapas. No sistema hindu, a primeira etapa da evolução a partir do Prakriti indiferenciado chama-se mahat, "a grande causa". Mahat é o sentimento do eu cósmico, a revelação inicial da consciência diferenciada. Talvez se possa compará-lo ao Espírito que se move sobre a superfície das águas, mencionado no livro do Gênesis. De mahat desenvolveu-se buddhi, a faculdade de discernimento a que já nos referimos. De buddhi desenvolveu-se ahamkar, o sentimento do eu individual. De ahamkar, as linhas da evolução ramificam-se em três direções diferentes — para gerar manas, a faculdade de registro: as cinco faculdades de percepção (visão, olfato, audição, paladar e tato); os cinco órgãos de ação (língua, pés, mãos, os órgãos de evacuação e procriação); e os cinco tanmatras, que são as essências internas sutis do som, tato, visão, gosto e odor. Estes tanmatras sutis combinando-se e recombinao-se, produzem então, ao que se diz, os cinco elementos concretos: terra, água, ar, fogo e éter, dos quais se compõe o universo físico.

Recapitulando brevemente isto tudo: a criação é descrita aqui como uma evolução para fora da consciência indiferenciada à diferenciada, da mente à matéria. A consciência pura é, por assim dizer, recoberta gradualmente por camadas sucessivas de ignorância e discernimento, cada camada mais grossa e compacta do que a que está sob ela, até que o processo termine na superfície física exterior do mundo visível e tangível. É preciso ter

esta concepção da evolução bem clara na mente, se quisermos entender a técnica da meditação de Patanjali. Pois a meditação é a evolução ao inverso. A meditação é um processo de devolução. Partindo da superfície da vida, o espírito meditativo se aprofunda, buscando sempre a causa por trás da aparência; depois, a causa por trás da causa, até que a Realidade mais recôndita seja alcançada.

Consideremos agora os quatro estágios da "concentração sobre um único objeto", de Patanjali. Este tipo de concentração é contraposto a outro, um tipo superior de concentração definida no aforismo seguinte — a concentração que vai mais fundo do que todos os objetos e se une à consciência pura, indiferenciada. A concentração sobre um objeto único é, no entanto, uma etapa preliminar necessária. Quando praticada intensamente, pode conduzir a mente muito longe, até os limites derradeiros da matéria indiferenciada.

As palavras usadas para descrever os quatro estágios dessa concentração não são fáceis de traduzir, sendo os equivalentes em nossa língua pouco satisfatórios. O estágio de "exame" é dado como alcançado quando a mente se torna perfeitamente concentrada sobre um dos elementos concretos. Segue-se a este o estágio do "discernimento", quando a mente penetra a camada material exterior e se fixa sobre o tanmatra, a essência sutil interior. Em seguida, vem o estágio da "harmonia alegre", quando nos concentramos sobre as faculdades internas da percepção ou sobre a própria mente. Finalmente, há o estágio da "simples consciência da individualidade", quando nos concentramos sobre o sentimento do eu em sua forma mais simples e elementar, isenta de qualquer temor ou desejo, sabendo apenas que "eu" não sou "isto" ou "aquilo".

Uma concentração assim é por certo bastante difícil — pode ser preciso uma vida inteira para consegui-la — mas ainda se encontra dentro do Prakriti. Por conseguinte,

comporta suas tentações e riscos. Conhecer a natureza íntima de um objeto é adquirir poder sobre esse objeto. À medida que a concentração aumenta, pode o iniciante ver-se de repente dotado de poderes psíquicos - pode ser capaz de curar doentes, ler o pensamento das pessoas, prever o futuro ou controlar determinadas forças naturais. A posse de tais poderes apresenta a tentação terrível de usá-los mal, visando a ganância e ambição pessoais. E infelizmente é verdade que muitas pessoas que se metem com "o oculto" não estão senão atrás disso. Para sorte da humanidade, estes experimentadores irresponsáveis geralmente carecem da necessária determinação; por isso não conseguem muita coisa.

O que importa é a pureza de intenções. A cocaína, nas mãos de um médico responsável, é um lenitivo benéfico; nas mãos de um viciado, é destruidora fatal da saúde física e psíquica. As forças ocultas são utilizadas pelo santo com discernimento e desapego; ele nunca as considera como um fim em si mesmas, nem tira vantagens delas para satisfazer seus desejos pessoais. Cristo, que curou o servo de um de seus inimigos no Jardim de Gethsemâni, esquivou-se ao mesmo tempo de proteger a própria vida, apelando a Deus que enviasse "mais de doze legiões de anjos". A pessoa impura e pecaminosa, porém, que adquire tais poderes não consegue utilizá-los corretamente, e cedo ou tarde estes acabarão por causar-lhe a própria ruína. Os contos de fada de todos os países estão cheios de advertências simbólicas contra o tratamento leviano dado ao sobrenatural. Realizado um punhado de desejos, logo o demônio, gênio ou bruxa volta-se contra seu senhor e toma posse do seu corpo e da sua alma. Justamente por isso, o iniciante espiritual autêntico não pode ser prejudicado por nenhuma força oculta que porventura adquira, pois ele se encara tão-somente como subprodutos da iluminação, em cuja busca está empenhado.

Quanto a Patanjali, sua atitude é rigorosamente científica. Ele descreve certas técnicas de meditação e seus possíveis resultados. Por isso, é-lhe imperioso tratar, no devido tempo, das forças ocultas, assim como um autor de assuntos médicos tem de prestar informações sobre todos os tipos de drogas, mesmo as perigosas. Mas, ao mesmo tempo, adverte-nos ele que se nos deixarmos levar por essas forças ocultas, poderemos não atingir a meta suprema. Se, portanto, não dermos atenção à sua advertência, só nos restará culpar a nós mesmos.

18. O outro tipo de concentração é aquele no qual a consciência não contém nenhum objeto — apenas impressões subconscientes, semelhantes a sementes queimadas. Alcançamo-lo pela verificação constante das ondas de pensamento e praticando o desapego.

Quando o aspirante espiritual tiver alcançado o mais alto grau de concentração sobre um objeto único, estará pronto para tentar a façanha suprema — concentrar-se sobre a própria consciência. Este é o estado da ioga perfeita, em que se vai além do Prakriti, de todo conhecimento objetivo, para alcançar-se a união com o Atman, a consciência universal indiferenciada. O estado de ioga perfeita só pode ser encetado quando as ondas de pensamento tiverem sido acalmadas e a mente tiver sido desobstruída de todos os seus samskaras, tanto os maus, quanto os bons — quando Patanjali tiver deixado de acreditar que é Patanjali e souber que não é senão Atman.

A filosofia iogue nos ensina que são os samskaras que nos levam de nascimento a nascimento, assim como o vício fortemente arraigado leva uma pessoa a tomar droga muitas e muitas vezes, a despeito mesmo de sua repulsa consciente e dos esforços de sua consciência moral. Podemos afirmar, e acreditar sinceramente que estamos cansados do mundo, com sua mescla de prazeres e pesares - "os frutos doces e amargos

da árvore" - mas, na verdade, não o estaremos enquanto persistirem estas tendências subconscientes. Nosso desejo de voltar atrás e mergulhar uma vez mais na fruição dos sentidos é muito mais intenso do que nos damos conta. Além disso, nossas ressacas físicas e espirituais, nossas náuseas, crises e remorsos passageiros de nada contam. Shakespeare retratou esse processo recorrente de atração e repulsa num de seus mais vigorosos sonetos (CXXIX):

Enjoy 'd no sooner but despised straight;

Past reason hunted; and no sooner had,

Past reason hated, as a swallow d bait

On purpose laid to make the taker mad...

[Satisfeita, ei-la já repelida de todo;

Com furor procurada, é, depois, prontamente,

Odiada com furor, qual deglutido engodo

Usado por tornar vesana sempre a mente...

(Tradução de Jerônimo de Aquino, Melhoramentos, s/d)

Segue-se, portanto, que quando os samskaras tiverem sido erradicados e destruídos — como devem sê-lo, antes que se alcance o estado da ioga perfeita — não existirá mais nenhum anseio de renascer. Diz-se que quem alcança a ioga está "liberado". Quando sua existência atual chegar ao fim, estará ele unido ao Atman para sempre. Entretanto, a realização da ioga perfeita não significa necessariamente o fim imediato da

existência mortal. Os santos atingiram a experiência espiritual suprema e continuaram a viver por muitos anos. Continuaram a pensar, a falar e a agir no plano dos fenômenos externos - com uma diferença, porém. Diz-se que os pensamentos, palavras e ações de um homem liberado são como "sementes queimadas" — quer dizer, já não são férteis; não podem mais gerar samskaras, não podem acarretar mais nenhuma dependência ou sujeição.

Em sânscrito, a um ato mental ou físico denomina-se karma. Karma é também a palavra usada para descrever as conseqüências desse ato e, por extensão, para descrever o que denominamos o nosso "destino", uma vez que o nosso destino nada mais é do que a soma das conseqüências de nossas ações passadas nesta e nas existências anteriores. Depois que um homem alcançou a liberação da ioga, seus atos deixarão de produzir karmas. O restante de sua vida terrena será guiado somente pelos karmas já existentes antes de sua liberação. Ele é como um ator na última noite de uma peça. Sabe que a peça jamais será representada novamente, não importa quão bem ele desempenhe seu papel, e independentemente de ser vaiado ou aplaudido pela platéia. Ele nada tem a perder ou a ganhar com seu desempenho. Todavia, deve representar seu papel até o fim, até que o pano desça pela última vez e ele possa ir para casa.

Falando das ações daquele que alcançou a liberação, Shankara nos diz: "Tais ações são executadas, por assim dizer, a partir da memória. São como as ações lembradas de um sonho".

19. Quando tal concentração não é acompanhada pelo desapego, e a ignorância, por conseguinte, persiste, o aspirante atingirá o estado dos deuses desencarnados, ou se funde com as forças da Natureza.

A concentração sem o desapego não pode proporcionar a liberação. Por mais que lutemos, só seremos recompensados na medida dos nossos desejos. Se quisermos realmente a liberação, e lutarmos a valer por ela, haveremos de alcançá-la. Mas, se o que de fato buscamos é poder e prazer, podemos obtê-los em seu lugar — não só neste mundo e sob esta forma humana, mas em outros mundos e sob outras formas futuras. Diz-se que a concentração sobre qualquer dos elementos materiais ou dos órgãos dos sentidos nos proporciona a condição de deuses desencarnados; quanto à concentração sobre a mente ou sobre o ego, diz-se que nos torna um com a Natureza e donos de parte do universo.

Quando um hindu fala em "céu" e "inferno", não utiliza as palavras na acepção cristã habitual, pois, para um hindu, céu e inferno acham-se ambos encerrados no Prakriti. Ele acredita em muitos planos de existência diferentes do plano terreno — alguns terrivelmente penosos, outros divinamente agradáveis. Talvez cheguemos a esses planos por algum tempo, após a morte, impelidos pelos karmas acumulados aqui na Terra. Mas não permaneceremos em nenhum deles eternamente. Quando o karma bom ou mau que os tinha merecido se esgotar, renascemos na existência mortal — o único estado, segundo a crença hindu, em que nos achamos livres para executar o ato da ioga, para unirmo-nos ao Atman.

O desejo do paraíso é portanto, uma ambição infinitamente menor do que o desejo de liberação. Toda a literatura religiosa hindu estabelece distinção clara entre os dois. Quando Sri Krishna repreende Arjuna por se preocupar com os problemas do mundo fenomênico, ele se refere ao homem "que simplesmente almeja o paraíso". Observe-se também o poema de Emerson, Brahma:

The strong gods pine for my abode, And pine in vain the sacred Seve; But thou, meek lover of the good Find me, and turn thy back on heaven! [Os fortes deuses anelam minha casa. Em vão anelam também os Sete sagrados; Tu, porém, doce amante do bem, Encontra-me e vira as costas ao paraíso!]

"Os fortes deuses" não são, na verdade, fortes. Estão escravizados ao Prakriti, agrilhoados a esse cosmo pelo desejo de poder. Estão entre aqueles que não conseguiram concentrar-se com desapego. No Upanishad Katha, Yama, o deus da morte, admite isso francamente para Nachiketa: "Bem sei que o tesouro terreno só dura até o dia de amanhã. Pois eu mesmo, almejando ser o Deus da Morte, não fiz sacrifícios com o fogo? Mas o sacrifício foi coisa efêmera, executado com objetos efêmeros, e pequena é a minha recompensa o descobrir que só por um momento meu reino perdurará".

Yama sabe que um dia terá de abandonar seu reino e renascer como homem. Então, e só então, terá outra oportunidade de dar as costas ao paraíso e buscar aquela união com o Atman que constitui a única imortalidade verdadeira.

20. O iniciante espiritual autêntico obtém a concentração através da fé, da energia, da serenidade, da dedicação e da iluminação.

"Fé" é uma palavra freqüentemente usada pelos agnósticos em sentido deturpado. Quer dizer, tomam-na para expressar a credulidade cega que acolhe toda espécie de dogmas e crenças, sem questionamentos, repetindo como papagaio o que lhes foi ensinado, tapando os ouvidos à dúvida e à razão. Esta "fé" deve certamente ser criticada. É feita de indolência, teimosia, ignorância e temor. Por ser rígida e inflexível, pode abalar-se com a maior facilidade e mesmo ser destruída.

Mas não é esta a verdadeira fé — a fé recomendada por Patanjali. A verdadeira fé é flexível, não dogmática, aberta à dúvida e à razão. A verdadeira fé não é como a moldura de um quadro, uma área de ação permanentemente delimitada. É como uma planta que não pára de gerar novos rebentos e de crescer. Tudo de que necessitamos, no começo, é uma semente. E a semente não precisa ser mais do que um sentimento de interesse pelas possibilidades da vida espiritual. Talvez a leitura de uma passagem de livro que nos comova. Encontrar alguém, por acaso, que nos parece ter alcançado certo grau de sabedoria e tranqüilidade através da prática da meditação e dos exercícios espirituais. Ficamos interessados e intrigados. Quem sabe esteja aí a solução para nossos próprios problemas, ou talvez não. Não podemos ter certeza — não devemos, a essa altura, ter certeza — mas resolvemos fazer uma tentativa.

Suponha-se acometido de uma indigestão. Certo dia, você lê um livro sobre dietas ou encontra um médico que pode recuperar-lhe a saúde, caso siga as suas indicações. Você não deve aceitar o livro ou o médico com uma fé cega, mas com fé provisória. Você tem de admitir que a dieta poderá melhorar o seu estado. Tem de experimentá-la antes de poder afirmar com segurança se é válida ou inútil. O mesmo ocorre com relação ao regime espiritual recomendado pelos grandes mestres. Você precisa ter fé transitória na verdade das escrituras e na palavra de seu mestre.

Há também que se ter firmeza- Sem ela não se consegue seguir nenhum tipo de instrução, no dia-a-dia, nem testar-lhe efetivamente o valor. Buda ressaltou que, se existe algum pecado, é o da preguiça. Como vimos, ao tratar dos gunas, *tamas* é o estado mais baixo da natureza e da mente humana.

Felizmente para nós, porém, determinação é como um músculo: quanto mais exercitada, mais forte fica. Esta é uma verdade bastante simples e evidente, embora

sempre desconcertante. Todo artista criativo conhece os dias de entorpecimento aparentemente infecundo e de falta de inspiração, nos quais tem de se violentar para trabalhar. Então, de repente, após horas de exaustão, seus esforços são recompensados: idéias e animação começam a acudir-lhe. Em todas as nossas iniciativas, o pequeno esforço cotidiano é o que mais conta. Os músculos de nossa firmeza devem ser continuamente exercitados. Assim, ganhamos aos poucos impulso e finalidade.

À medida que a fé aumenta com a experiência pessoal e a firmeza cresce com a prática, a mente adquire direcionamento. Ele se recolhe, no sentido estrito da palavra. Nossos pensamentos tinham estado dispersos, por assim dizer, por todo o campo mental. Passamos agora a juntá-los novamente, dirigindo-os para um único fim — o conhecimento do Atman. Assim procedendo, percebemo-nos cada vez mais mergulhados no pensamento daquilo que procuramos. E finalmente, o interesse se confunde com a própria iluminação e chegamos ao conhecimento.

21.O êxito na ioga chega rapidamente para os que são firmemente determinados.

22.O êxito varia de acordo com os meios adotados para obtê-lo: — brandos, moderados ou intensos.

Teoricamente, não existe nenhuma razão para que não alcancemos o estado da ioga perfeita, numa simples fração de segundo — uma vez que o Atman está eternamente dentro de nós, e nossa ignorância desse fato poderia ser eliminada instantaneamente. Na prática, porém, nosso progresso é retardado pelos nossos karmas passados, pelos nossos temores e desejos atuais e pela força relativa da nossa determinação. Ninguém pode generalizar acerca do tempo requerido: em qualquer caso particular, este pode estender-se por meses, anos ou por toda a vida. Eis tudo o que podemos dizer: nenhum

esforço, por menor que seja, é desperdiçado, e quanto mais a fundo nos empenharmos, mais cedo teremos êxito.

23.Pode-se também alcançar a concentração através da devoção a Ishwara.

24.Ishwara é um tipo especial de Ser, não afetado pela ignorância e pelos produtos da ignorância, não sujeito a karmas ou samskaras ou aos resultados da ação.

Aqui, pela primeira vez, Patanjali introduz a idéia de Deus. De acordo com a filosofia vedanta, Ishwara é o Governante supremo do universo - seu Criador, Sustentador e Desagregador. Não se pode dizer com propriedade que Brahman, a Realidade última, cria, sustenta ou desagrega, uma vez que, por definição, não possui atributos. Ishwara é Brahman visto no interior do Prakriti. Corresponde, mais ou menos, ao Deus Pai da tradição cristã.

O que é importante é o conceito de devoção. Como já vimos, pode-se alcançar a liberação sem devoção a Deus. Este, porém, é um caminho arduo e arriscado, que se comprime entre as ciladas da ambição, do orgulho e devoção a um ideal pessoal de Deus traz consigo, uma propensão natural à humildade e à prestação de serviço. Ela suaviza a aridez do discernimento intelectual, despertando a mais alta espécie de amor de que o homem é capaz. Não podemos sequer imaginar Brahman enquanto não chega a hora da nossa libertação; mas todos podemos imaginar Ishwara, segundo nossas distintas naturezas — pois Ishwara possui atributos que nossa mente consegue reconhecer. Ishwara é tudo o que podemos conhecer da Realidade, até que superemos o Prakriti.

Se nos dispomos a servir Ishwara, se dedicarmos nossas ações e abandonarmos a ele nossas vontades, descobriremos que ele nos atrai a si. Esta é a graça de Deus, que

Sri Ramakrishna comparou a uma brisa que sopra sem parar; cabe-nos apenas içar nossa vela para apanhá-la. E no Gha lemos:

A queda de Lúcifer - No estado de união com Brahman, transcende-se tanto a Ishwara quanto a seu universo, já que ambos são simplesmente projeções de Brahman.

Seja qual for a tua ação.

Alimento ou veneração;

Seja qual for o dom

Que ofereças ao outro;

Seja qual for o teu voto

À obra do espírito...

Depõe também estes

Como oferendas diante de mim.

Esse tipo de devoção exige, talvez, um temperamento especial. Não se destina a todos. Mas, ser capaz de experimentá-la é uma graça muito grande, pois se trata da maneira mais feliz e segura de alcançar a libertação.

Ishwara, já o dissemos, é Deus tal como aparece dentro do Prakriti. Mas há que se lembrar que Ishwara é o guia do Prakriti, não o seu servidor. Eis por que Patanjali o caracteriza como "um tipo especial de Ser". O homem é o servidor de Prakriti. Está sujeito à ignorância do seu Eu real (o Atman) e às conseqüências dessa ignorância — egoísmo, apego aos objetos dos sentidos, aversão a eles (o que vem a ser simplesmente o apego

ao contrário) e um agarrar-se cego à vida presente: as várias formas de sujeição que constituem a miséria, e que Patanjali discutirá mais a fundo no segundo capítulo de seus aforismos. Ishwara não está sujeito a essa ignorância, nem às conseqüências dela.

O homem está sujeito às leis do nascimento e da morte, às leis do karma. Ishwara é nascituro, imortal. O homem está sujeito aos seus samskaras — às tendências profundamente arraigadas que o impelem cada vez mais a ações e desejos. Ishwara é livre de desejos e de samskaras: não se deixa envolver pelos efeitos da ação.

O homem, é verdade, pode libertar-se. Mas, mesmo aqui, ele se distingue de Ishwara — pois Ishwara jamais soube o que era sujeição. Após a liberação, o homem se torna um com Brahman. Jamais, porém, se tomará um com Ishwara. (De fato, o desejo de tomar-se Ishwara, o Guia do universo, seria o mais desvairado de todos os desejos egoísticos — o que parece estar exemplificado, na literatura cristã, pela história da

25. Nele, o conhecimento é infinito; nos outros, é apenas um germe.

26. Ele foi mestre até dos mais antigos mestres, uma vez que não é limitado pelo tempo.

Estes dois aforismos tratam do atributo de onisciência de Ishwara. Se admitimos a existência de conhecimento (não importa quão restrito seja) no homem, devemos deduzir dele a existência de conhecimento infinito em Deus. Ademais, posto que todos devem ter um mestre, Patanjali conclui que o mestre do primeiro mestre só pode ter sido Deus, já que somente ele, sendo eterno, estava presente antes que os mestres aparecessem.

27. A palavra que O expressa é OM.

28. Esta palavra deve ser repetida durante a meditação sobre o seu significado.

29. Daí provém o conhecimento do Atman e a destruição dos obstáculos a esse conhecimento.

"No princípio era o Verbo", afirma o Evangelho segundo São João, "e o Verbo estava com Deus, e o Verbo era Deus". Essa afirmação ressoa, quase idêntica, num verso do Rik Veda: "No princípio era Brahman, com o qual estava a Palavra; e a Palavra era em verdade o supremo Brahman". A filosofia da Palavra pode ser rastreada, em suas várias formas e modificações, desde as antigas escrituras hindus, passando pelos ensinamentos de Platão e dos estóicos, até Filo de Alexandria e o autor do quarto Evangelho. Talvez se possa provar a existência de um vínculo histórico efetivo entre todas essas sucessivas escolas de pensamento, ou talvez não. Essa questão não tem muita importância. A verdade pode vir a ser redescoberta independentemente, em muitas e diferentes épocas e lugares. O poder da Palavra para o bem ou para o mal tem sido reconhecido pela humanidade desde os primórdios da história. As tribos primitivas preservaram-na em seus tabus e cultos secretos. A civilização do século XX degradou-a para os fins de propaganda política e comercial.

Palavras e idéias são inseparáveis. Não há como fazer idéia de Deus sem a palavra que exprima Deus. Mas, por que valer-se necessariamente da palavra OM? Respondem os hindus que, sendo o eu a realidade elementar do universo, deve ser representado pelo mais elementar, mais natural, mais abrangente de todos os sons. E afirmam que este som é o OM (ou AUM, tal como se deve corretamente pronunciá-lo). Para citar Swami Vivekananda: "A primeira letra, A, é o som fundamental, a chave pronunciada sem que se toque qualquer ponto da língua ou do palato; M equívale ao último som da seqüência, sendo produzido pelos lábios cerrados, e o U vibra desde a raiz até o extremo da caixa de ressonância da boca. Assim, OM representa o fenômeno completo da produção do som". Se algum de nós achar que um mero argumento da

fonética é insuficiente para justificar tal afirmação, devemos lembrar, também, que OM é quase certamente a palavra mais antiga, que nos chegou através das gerações, para representar Deus. Número incalculável de adoradores tem-se servido dela, sempre no sentido mais universal, sem implicar nenhum atributo especial, sem designar nenhuma divindade particular. Se a santidade pode medir-se pelo uso, OM será então a mais sagrada de todas as palavras.

Mas o que realmente importa é reconhecermos o valor da Palavra em nossa vida espiritual; e este reconhecimento só pode vir através da experiência concreta. Pessoas que jamais experimentaram a prática de repetir o nome de Deus são as primeiras a tentar ridicularizá-la: parece-lhes coisa por demais vazia, mecânica. "Ficar repetindo a mesma palavra sem parar!" — exclamam com desdém. "Que bem isso pode trazer?"

A verdade é que tendemos todos a nos deixar convencer, apesar de nossas evidências contrárias provadas diariamente, de que passamos o tempo a pensar de modo lógico e conseqüente. No entanto, não ocorre assim com a maioria de nós. O pensamento conseqüente acerca de um problema qualquer ocupa proporção muito pequena de nossas horas de vigília. Mais comumente, achamo-nos em estado de devaneio - bruma mental de impressões sensoriais desconexas, recordações descabidas, fragmentos de frases sem sentido de livros e jornais, pequenos temores passageiros, rancores, sensações físicas de desconforto, excitação ou desligamento. Pudéssemos, a qualquer momento, tomar vinte mentes humanas e examinar as suas operações, encontraríamos provavelmente uma, ou no máximo duas funcionando racionalmente. As dezoito ou dezenove restantes pareceriam mais o seguinte: "Tinteiro. Desta vez eu vi Roosevelt. De amores com o misterioso da noite. Russos vetam o Pacto. Jimmy está tentando conquistar a minha posição. Maria anda dizendo que estou gordo. O dedão do pé está doendo. Sopa gostosa..." etc, etc. Como nada fazemos para controlar esse devaneio, fica

ele em larga escala condicionado por circunstâncias exteriores. O tempo está feio, por isso nosso estado de espírito é de abatimento. O sol aparece; nosso estado de espírito se anima. Os insetos começam a zunir à nossa volta, e ficamos irritados e nervosos. Na maioria das vezes, é simplesmente assim que as coisas se passam.

Já se introduzirmos a repetição do nome de Deus nesse devaneio, descobriremos que podemos controlar nossos estados de espírito, a despeito da interferência do mundo exterior. Afinal, estamos a todo o momento repetindo palavras em nossa mente - o nome de um amigo ou de um inimigo, o nome de algo que nos inquieta, o nome de um objeto desejado — e cada uma dessas palavras está envolvida por sua própria atmosfera mental. Tente dizer "guerra" ou "câncer" ou "dinheiro" dez mil vezes e descobrirá que todo o seu estado de espírito terá sido modificado e colorido pelas associações ligadas a essas palavras. Analogamente, o nome de Deus modificará a atmosfera da sua mente. É impossível que seja de outra forma.

Nas escrituras hindus, encontramos com freqüência a frase: "Buscar refúgio em seu nome". Veja-se também o livro dos Provérbios, XVIII, 10: "O nome do Senhor é uma torre inabalável: o justo para ele acorre e salva-se". Essa frase, que a princípio pode soar demasiado poética, acaba tendo significado concretíssimo e literal em nossa vida espiritual. Quando a mente é abalada pela dor ou pelo medo, ou pelos apertos de algum contratempo clínico, com violência tal que talvez não mais se preste à meditação, ou mesmo ao pensamento racional, há ainda uma coisa que sempre se pode fazer: repetir o nome d'Ele, muitas e muitas vezes. Podemos agarrar-nos fortemente a isso em meio a todo o tumulto. Uma vez testada e experimentada a força da Palavra sagrada, pode-se confiar cada vez mais nela. Através da prática constante, a repetição torna-se automática. Não precisará mais ser desejada conscientemente. É algo parecido com o termostato de

uma geladeira. Sempre que a mente alcança uma "temperatura" indesejável, perceber-se-á que a repetição se inicia por si mesma, continuando pelo tempo necessário.

A simples repetição do nome de Deus, é claro, não basta — tal como sublinha Patanjali. Devemos também meditar sobre o seu significado. Todavia, um processo segue-se naturalmente ao outro. Se perseverarmos na repetição, ela nos conduzirá inevitavelmente à meditação. Aos poucos, nosso confuso devaneio dará lugar à concentração do pensamento. Não podemos ficar repetindo por muito tempo uma palavra qualquer sem começar a refletir sobre a realidade que ela representa. A menos que nos encontremos bastante adiantados na prática espiritual, esta concentração não durará mais do que alguns momentos; a mente tornará a deslizar para o devaneio. Mas será uma espécie superior de devaneio — um devaneio dominado por sattwa, mais do que por rajas e tamas. E o Nome, proferido perpetuamente dentro dele, será como um ligeiro puxão de manga, solicitando e finalmente reconquistando a nossa atenção.

Na Índia, quando um discípulo vem a seu mestre para a iniciação, é-lhe dado aquilo que se denomina um mantra. O mantra consiste em som mais nomes sagrados que o discípulo tem de repetir e meditar pelo resto da vida. É tido como algo de muito secreto e sagrado — a essência, por assim dizer, das instruções do mestre para esse discípulo em particular, e a semente em cujo interior a sabedoria espiritual é transmitida de uma geração para outra. Jamais se deve revelar o mantra para qualquer outro ser humano. O ato de repeti-lo chama-se japam. Pode-se recitar o japam em voz alta, caso se esteja sozinho, ou em silêncio, se acompanhado. É conveniente fazer isso com um rosário, unindo, assim, o pensamento à ação física (o que é uma das grandes vantagens de todo ritual) e proporcionando uma vazão pequena, mas suficiente, para a energia nervosa do corpo, que de outra forma poderia acumular-se e perturbar a mente. A maioria dos iniciantes espirituais prefere executar certa quantidade fixa de japam, todos os dias. O

rosário serve para medi-la - uma conta para cada repetição do mantra — de modo que a pessoa não venha a se distrair tendo que contá-las.

Desnecessário acrescentar, a prática do japam não se restringe à religião hindu. Os católicos também a ensinam. A "Ave-Maria" é um mantra. A Igreja Ortodoxa Grega admite também uma forma de mantra. Citamos a seguir passagens de dois livros notáveis, *The Way of a Pilgrim* e *The Pilgrim Continues His Way*, que relatam a peregrinação espiritual de um monge russo, em meados do século passado.

A Prece de Jesus, contínua e interior, é um chamamento constante e ininterrupto do Nome Divino de Jesus, feito com os lábios, na alma, no coração, enquanto se forma uma imagem mental da sua presença constante, e se implora a sua graça, em todas as atividades; a qualquer hora, em qualquer lugar, mesmo durante o sono. O apelo é vazado nestes termos: "Senhor Jesus Cristo, Tende misericórdia de mim!" Aquele que se habitua a este apelo experimenta como resultado uma consolação tão profunda, e uma necessidade tão grande de oferecer sempre a prece, que já não pode mais viver sem ela, e ela continuará, por conta própria, a fazer-se ouvir dentro dele.

Muitas pessoas ditas ilustres reputam inútil e até leviana essa oferenda repetitiva de uma única e mesma prece, qualificando-a de ocupação mecânica e vazia, própria de gente simples. Infelizmente, não conhecem elas o segredo revelado por esse exercício mecânico, não sabem como essa atividade contínua dos lábios se converte imperceptivelmente em apelo genuíno do coração, penetra até o fundo da vida interior, torna-se uma delícia; torna-se, por assim dizer, natural à alma, trazendo-lhe luz e sustento, e conduzindo-a à união com Deus.

São João Crisóstomo, em seus ensinamentos acerca da oração, afirma: "Ninguém deveria responder que a um homem ocupado com os cuidados mundanos e incapaz de ir à igreja é impossível rezar sempre. Em toda parte, onde quer que esteja, pode-se erguer um altar a Deus na mente, através da oração. E assim, é válido rezar em meio às ocupações, durante uma viagem, atrás do balcão ou sentado a fazer os seus trabalhos manuais.

Com tal regra de vida, todas as suas ações, pela força da evocação do Nome de Deus, seriam distinguidas pelo êxito, instruindo-se ele, por fim, na invocação ininterrupta e compenetrada do Nome de Jesus Cristo. Através da experiência ele aprenderia que a freqüência da prece, esse meio único de salvação, é uma possibilidade para a vontade do homem; que é possível rezar a qualquer momento, em quaisquer circunstâncias e lugares, passando facilmente da prece habitual em voz alta para a prece da mente, e desta para a prece do coração, que nos abre o Reino de Deus no nosso interior.

30. Doença, indolência mental, indecisão, falta de entusiasmo, preguiça, ansiedade pelos prazeres dos sentidos, falsa percepção, desespero causado pela incapacidade de se concentrar e instabilidade de concentração: tais perturbações são os obstáculos ao conhecimento.

31. Essas distrações são acompanhadas pela dor, pelo desalento, pelo tremor do corpo e pela respiração irregular.

Notar-se-á que quase todas as perturbações relacionadas por Patanjali enquadram-se no âmbito genérico de *tamas*. A preguiça é a grande inimiga — a inspiradora da covardia, da irresolução, da tristeza autocomplacente e de dúvidas comezinhas e excessivamente minuciosas. A preguiça pode constituir-se também em

causa psicológica de doença. É tentador relaxar no cumprimento de nossos deveres, buscar refugio na indisposição e esconder-nos debaixo de um cobertor quentinho. O corpo resiste a todos os exercícios não habituais, e talvez tente sabotá-los, mediante demonstrações alarmantes, histéricas de fraqueza, desmaios, dores de cabeça violentas, palpitações etc. Essa resistência é subconsciente. Os sintomas que ela produz são assaz genuínos: não é bom combatê-los à força bruta — arrancando-se da cama cambaleando de febre. Mas pode-se atacar a preguiça no nível subconsciente, através da persistência tranqüila da recitação do japam. Nunca se está muito fraco ou muito doente para isso. E a preguiça perderá aos poucos o domínio sobre nós, ao perceber que não estamos para brincadeiras.

Quando um aspirante se inicia na vida espiritual, naturalmente o faz com grande entusiasmo; seus primeiros passos são quase sempre acompanhados de sentimentos de paz e de regozijo. Tudo parece ser tão fácil, tão estimulante... Por isso, é da maior importância que ele se dê conta, bem no começo, de que esse estado de espírito não persistirá, ininterrupto, pelo resto de seu percurso. A religião não é um simples estado de euforia. Haverá recaídas, períodos de conflito, de indiferença e indecisão. Mas isso não deve afligi-lo além da conta. Sentimentos conscientes, embora exaltados, não são os únicos indicadores de progresso espiritual. Podemos estar progredindo muito intensamente nos momentos em que nossas mentes parecem sombrias e embotadas. Assim, não devemos nunca dar ouvidos às instigações da preguiça, que nos tentarão persuadir de que este embotamento é sinal de fracasso. Não há fracasso enquanto continuarmos a nos esforçar.

32. Podem ser removidas (as perturbações) pela prática da concentração sobre uma verdade única.

Quer dizer, a verdade da existência de Deus; Deus possui muitos aspectos, havendo assim inúmeras formas de abordá-lo. Mais adiante, Patanjali tratará de alguns deles em detalhe. Este aforismo simplesmente salienta a importância da persistência. Quando o aspirante tiver escolhido a sua forma ideal de Divindade e a maneira de se aproximar dela, deve agarrar-se firmemente à mesma. Algumas pessoas tendem a ser muito tolerantes em relação à religião; experimentam um pouquinho deste culto, um pouquinho daquele, incapazes de seguir até o fim qualquer dos caminhos que levam à meta em que todos se unem. Sri Ramakrishna comparou-as ao homem que cava vários poços rasos, mas nunca vai bastante fundo para encontrar água, seja onde for.

A fim de atingir essa concentração, devemos sossegar e purificar nossas mentes. Patanjali diz-nos agora como fazer isso. Prescreve a atitude mental que devemos tomar em relação aos que são nossos inimigos imediatos neste mundo.

33. Alcança-se a tranqüilidade imperturbável da mente mediante o cultivo da afabilidade para com os felizes, da compaixão para com os infelizes, do prazer face ao virtuoso e da indiferença diante do mau.

Se encontramos alguém que é feliz no modo de viver, inclinamo-nos a invejá-lo e a cobiçar-lhe o sucesso. Devemos aprender a regozijar-nos por isso, assim como sentimos satisfação pela felicidade de um amigo. Se, alguém é infeliz, devemos ficar tristes por ele, em vez de menosprezá-lo ou critica-lo por atrair o infortúnio sobre si. A virtude dos outros tende a nos irritar, pois a tomamos como censura aos nossos próprios defeitos. Somos tentados a desdenhá-la e a insinuar que não passa de hipocrisia. Pelo contrário, devemos alegrar-nos com ela e encará-la como inspiração para que nos tornemos melhores. Quanto aos maus, devemos nos lembrar das palavras de Cristo: "Não te deixes dominar pelo mal". Se alguém nos prejudica ou odeia, nosso primeiro impulso é retribuir-lhe com o

rancor e a ofensa. Talvez tenhamos êxito em ofendê-lo, mas estaremos ofendendo muito mais a nós mesmos, e o nosso rancor lançará nossas mentes na confusão. Assim, devemos exercitar a indiferença em face das ofensas que recebemos dos outros. Devemos analisar a maldade do mau, tentando compreender o que o faz nos tratar daquela maneira. Descobriremos muitas vezes que nós próprios somos em parte responsáveis pela atitude dele. A relação entre o agressor e a vítima, entre o assassino e o assassinado, nem sempre é uma simples relação de culpa e inocência: pode ser muito complexa. Pode haver provocação de parte a parte.

A maneira correta de nos aproximarmos dos seres humanos, nossos companheiros, acha-se resumida num dos primeiros votos monásticos hindus: "As moscas procuram a imundície, as abelhas procuram o mel. Evitarei o procedimento das moscas e seguirei o das abelhas. Abster-me-ei de procurar defeitos nos outros e buscarei apenas o que há de bom neles". Eis o voto que deveríamos todos assumir, pautando por ele nossas vidas.

O sistema de exercícios, tal como praticado em sua origem na Índia antiga. A hatha ioga destinava-se a preparar o aspirante para a aventura espiritual, aperfeiçoando-lhe o corpo; todavia, tem sido condenada pelos mestres espirituais porque tende, na prática, a concentrar a mente sobre o próprio corpo. No Ocidente, ela é encontrada sob forma completamente degenerada, no culto da beleza física e da juventude prolongada. Nesse sentido, pode ser eficiente, por certo, mas também perigosa. A supervalorização dos exercícios respiratórios, justamente por causa da agradável "embriaguez do oxigênio" que proporcionam, pode acarretar alucinações e até mesmo a loucura. No melhor dos casos, a preocupação excessiva com nosso aspecto e bem-estar é um desvio levando-nos esquecer, pôr vaidade tola, nosso objetivo verdadeiro.

34. A mente também pode ser sossegada pela expulsão e retenção da respiração.

A palavra aqui usada por Patanjali é prana. Prana significa, na realidade, energia - a energia vital que atraímos sobre nós do universo circundante. Sendo essa energia obtida fundamentalmente pela respiração, podemos traduzir prana por "respiração", neste contexto específico.

Adiante, aprenderemos mais sobre o sistema de exercícios de respiração a que Patanjali se refere, e que é conhecido como pranayama. Mas, sem entrar em detalhes, é preciso fazer por ora duas observações gerais.

Primeiro, deve-se notar que Patanjali encara o controle da mente como um problema psicofísico, no que está de acordo com as teorias científicas modernas. Pesquisas sobre a respiração revelaram que o modo de respirar influi sobre o organismo inteiro. De fato, pode-se induzir a serenidade por inalações e exalações profundas e compassadas. As desordens e prostrações mentais são acompanhadas (como nota Patanjali no aforismo trinta e um deste capítulo) por respiração irregular, rápida, superficial e descontrolada.

Segundo, não se deve esquecer jamais que o pranayama é mero instrumento físico, que visa uma finalidade espiritual. Muitas pessoas desinformadas imaginam que a ioga nada mais é do que um sistema de exercícios respiratórios e posturas complicadas — "Prender a respiração e manter erguida a cabeça". Quando falam da "ioga", o que na verdade têm em mente é apenas a hatha ioga, que é a designação correta deste.

35. Aquelas formas de concentração que resultam em percepções extraordinárias encorajam a perseverança da mente.

Como a maioria de nós é naturalmente cética, a despeito de nossas propaladas "crenças", precisamos assegurar-nos de que os poderes da mente sobre a matéria realmente existem. Apesar de experimentos incontáveis e bem documentados, realizados sob as mais rigorosas condições de laboratório, sorrimos ainda constrangidos ao falar de telepatia, de premonição ou do fenômeno da mediunidade. Se já tivemos ensejo de examinar o assunto, não podemos de fato descrever da possibilidade de tais coisas; mas elas ainda não aconteceram a nós. Até que isto se dê, a mente nutre sua sementinha de dúvida.

Patanjali recomenda, por conseguinte, que tentemos, por conta própria, desenvolver algumas "percepções extraordinárias". Diz-se que se uma pessoa se concentrar sobre a ponta de seu nariz, sentirá o odor de perfumes magníficos. Se a concentração fixar-se sobre a ponta da língua, resultará uma percepção supranormal do paladar; se sobre o palato, uma percepção supranormal de cor; se sobre o centro da língua, uma percepção supranormal do tato; se sobre a raiz da língua, uma percepção supranormal da audição. Tais faculdades não têm qualquer valor em si mesmas, mas servem pelo menos para provar o que se pode realizar com a mente, assim como os efeitos acrobáticos num ginásio provam quão forte e flexível se pode tornar um corpo humano adestrado. Começamos então a compreender que tudo é possível àqueles que conseguem concentrar-se, e somos desse modo encorajados a perseverar, a vencer as barreiras da percepção sensorial comum, lançando-nos intrepidamente na busca do conhecimento interior. A resistência física conquistada num ginásio pode ser utilizada mais tarde para fins práticos. A resistência mental conquistada por meio desses exercícios de concentração pode ser utilizada para a mais prática de todas as finalidades: unirmo-nos ao Atman.

36. *Pode-se também alcançar a concentração fixando-se a mente sobre a luz interior que está além do sofrimento.*

Os ioguins antigos acreditavam que existia um centro real de consciência espiritual, chamado "o lótus do coração", situado entre o abdômen e o tórax, o qual podia revelar-se através da meditação profunda. Asseveravam que tinha a forma de um lótus e que brilhava de luz interior. Dizia-se que estava "além do sofrimento", pois aqueles que o viam enchiam-se de uma extraordinária sensação de paz e de alegria.

Desde os tempos mais remotos, os mestres da ioga enfatizaram a importância de meditar-se sobre esse lótus. "O paraíso supremo brilha no lótus do coração", afirma o Upanishad Kaivalya. "Aqueles que lutam e têm aspiração podem chegar a ele. Recolha-se na solidão. Sente-se num lugar limpo e em postura ereta, com a cabeça e o pescoço em linha reta. Controle todos os órgãos dos sentidos. Curve-se reverente diante de seu mestre. Penetre, então, no lótus do coração e aí medite na presença de Brahman — o puro, o infinito, o bem-aventurado.

Lemos no Upanishad Chandogya:

Dentro da cidade de Brahman, que é o corpo, existe o coração, e dentro do coração existe uma pequena casa. Essa casa tem a forma de um lótus e nela mora aquele que deve ser buscado, investigado e compreendido.

O que, pois, é isso que habita nesta pequena-casa, este lótus do coração? O que é isso que precisa ser buscado, investigado e compreendido?

Tão imenso quanto o universo exterior é o universo interior do lótus do coração. Dentro dele existem o céu e a Terra, o Sol, a Lua, a luz e todas as estrelas. Tudo que está no macrocosmo também se encontra no microcosmo.

Tudo o que existe, todos os seres e desejos, tudo se acha na cidade de Brahman; o que, então, acontece com eles quando chega a velhice e o corpo se desfaz na morte?

Embora a velhice atinja o corpo, o lótus do coração não envelhece. Ele não morre com a morte do corpo. O lótus do coração, onde mora Brahman com toda a sua glória — esse, e não o corpo, é a verdadeira cidade de Brahman, o qual, aí residindo, permanece intocável por qualquer ação, imutável, imperecível, livre de todo pesar, da fome, da sede. Seus desejos são desejos honestos, sendo por isso mesmo satisfeitos.

No Upanishad Mundaka, lemos: "Ele mora no lótus do coração, onde os nervos se encontram como os raios de uma roda. Medita sobre ele como OM, e atravessarás facilmente o oceano da escuridão. No lótus esplendoroso do coração reside Brahman, o impassível, o indivisível. Ele é puro. É a luz das luzes. Os conhecedores de Brahman o alcançam".

Esse método de meditação ajuda, pois localiza nossa imagem da consciência espiritual pela qual lutamos. Se o corpo é considerado como uma cidade agitada e barulhenta, podemos então supor que no centro desta cidade existe um santuário, em cujo interior está presente Atman, nossa natureza real. Seja lá o que estiver acontecendo nas ruas exteriores, podemos sempre entrar no santuário e prestar adoração: ele está sempre aberto.

37. Ou através da meditação sobre o coração de uma alma iluminada, livre de paixão.

Deixe que a sua mente habite numa personalidade sagrada — Buda, Cristo, Ramakrishna. Depois, concentre-se no coração dela. Procure imaginar como deve ser a sensação de ser um grande santo: puro e não perturbado pelos objetos dos sentidos, um conhecedor de Brahman. Procure sentir que o coração do santo se converteu em seu coração dentro do seu próprio corpo. Aqui também a localização da imagem se mostrará de grande valia. Hindus e cristãos praticam esta forma de meditação, concentrando-se não apenas no coração, mas também, às vezes, nas mãos, nos pés e na forma toda.

38. Ou pela fixação da mente na experiência do sonho ou na experiência do sono profundo.

Pela "experiência do sonho" entende Patanjali um sonho sobre uma personalidade sagrada ou um símbolo divino. Tais sonhos podem chamar-se com propriedade experiências, pois trazem uma sensação de alegria e revelação que permanecem em nós, depois que despertamos. Encontramos na literatura da espiritualidade hindu muitos exemplos de devotos que sonharam ter recebido um mantra de algum grande mestre. Considera-se esse mantra sonhado tão sagrado como outro recebido em estado de vigília, e o devoto que o recebe continua a usá-lo e a meditá-lo pelo resto da vida.

Outro método de acalmar a mente é a concentração sobre a sensação de felicidade tranqüila com que despertamos de um sono profundo, isento de sonhos. Segundo a filosofia vedanta, o Atman presente no homem é coberto por três camadas ou "revestimentos". O mais exterior deles é o revestimento físico ou a camada de matéria concreta. Sob este acha-se o revestimento sutil, composto da essência íntima das coisas, formando a substância do mundo espiritual. Abaixo deste fica o revestimento causai, assim chamado por ser o tecido do nosso karma, o complexo de causa e efeito que faz de nossas personalidades e de nossas vidas o que elas são a cada momento. O

revestimento causal é o sentimento de individualidade que faz que nos vejamos e aos fenômenos do universo como entidades distintas. No estado de vigília, diz-nos o Vedanta, esses três revestimentos ficam entre nós e o Atman; mas, no sono isento de sonhos, as duas camadas exteriores são removidas, permanecendo apenas o revestimento causal, o sentimento de individualidade. Segue-se, portanto, que estamos mais próximos do Atman no sono isento de sonhos do que em qualquer outra fase de nossas vidas não-espirituais rotineiras; no entanto, ainda muito distantes, pois o que nos separa é a mais resistente das três camadas, o invólucro básico da nossa ignorância, a mentira de diversidade. É essa camada não pode nunca ser rompida através do simples sono. Não podemos almejar acordar certa manhã e sentir-nos unidos à Realidade. Não obstante, certa sugestão débil, certa radiação ligeira da paz alegre de Atman chega-nos nesse estado, permanecendo conosco ao voltarmos à consciência desperta. Deveríamos tentar retê-la e morar dentro dela. É uma amostra da bem-aventurança do conhecimento perfeito.

Uma das características mais atraentes da filosofia de Patanjali é a largueza de visão, a universalidade. Não visamos aqui impor ao aspirante da espiritualidade qualquer culto particular. Deus está dentro de nós, e é pela luz da sua presença — não importa quão obscuramente ela brilhe através das camadas da nossa ignorância — que modelamos nossos próprios símbolos e imagens de bondade, projetando-os sobre o mundo exterior. Cada um desses símbolos, imagens ou idéias é sagrado, se concebido sinceramente. Talvez seja grosseiro e infantil, talvez não exerça atração sobre os outros — isso não importa. O que vale é nossa atitude para com ele. Tudo quanto adoramos verdadeiramente e com pureza, nós tornamos sagrado. Por isso, sempre deveríamos sentir reverência pela religião alheia e tomar cuidado com o fanatismo. Ao mesmo tempo, porém, - como se observou acima, relativamente ao aforismo 32 — é preciso que nos

limitemos a um só caminho de busca e a ele nos atenhamos; caso contrário, gastaremos nossas energias em simples apreciações espirituais de vitrinas.

Nada encontraremos num relicário ou santuário de peregrinação, se não carregarmos nada dentro dele; não podemos esquecer, ao praticarmos exteriormente o culto, que, embora a Realidade esteja em toda parte, só podemos encontra-la em nosso próprio coração.

Como diz o grande santo hindu Kabir num de seus poemas mais famosos:

Somo ao ouvir que o peixe

está sedento dentro d'água.

Vagas sem descanso de floresta

em floresta, enquanto a Realidade

reside na tua própria moradia.

A verdade está aqui! Vai onde queres —

a Benares ou a Matura;

enquanto não tiveres encontrado Deus

em tua própria alma, o mundo todo

te parecerá sem sentido.

39. Ou pela fixação da mente em qualquer forma ou símbolo divino que nos atraia por ser o bem.

40. A mente do ioguim pode concentrar-se sobre qualquer objeto de qualquer tamanho, desde o atômico até o infinitamente grande.

"Ioguim" não significa, neste ponto, apenas "aquele que pratica a ioga", mas aquele que já atingiu o poder da concentração não dividida ("dirigida a um só ponto"). Claro está que esse poder só pode ser alcançado através do autodomínio. Quando o aspirante à espiritualidade inicia a prática da concentração, encontra toda espécie de distrações. Não notamos a quantidade de inutilidades que temos em casa, a não ser quando fazemos a limpeza do sótão e do porão. Da mesma forma, só se descobre quanto lixo se acumula na região subconsciente da mente quando se busca a concentração. Daí o desânimo de muitos principiantes. "Antes de começar a prática da concentração" — dizem — "minha mente parecia razoavelmente limpa e calma. Agora está perturbada e povoada de pensamentos sujos. Isso me desagradava. Não imaginava que eu fosse tão mau! Será que me estou tomando pior, e não melhor?" Estão errados, evidentemente. O próprio fato de terem passado por uma limpeza mental e provocado toda essa desordem, significa que venceram uma etapa na direção certa. Quanto à serenidade que imaginam ter experimentado até então, não passa de apatia - a tranqüilidade de um charco tolhido pela lama. Ao observador desatento, indolência e serenidade— formas sattyas-podem assemelhar-às vezes. Mas, para passar de uma para a outra, é preciso que atravessemos a turbulência violenta do esforço ativo — a fase de rajas. O observador desatento, apreciando nossas lutas e aflição, talvez diga: "Era muito mais fácil lidar com ele antes. Preferia-o como era antes. Parece que a religião não combina com ele". Não se deve fazer caso disso. Continuemos nossa batalha, acompanhada embora de todas as humilhações passageiras, até atingirmos o autodomínio, a concentração voltada para um único objetivo, de que fala Patanjali.

41. Assim como o cristal assume a cor do objeto que lhe está mais próximo, também a mente, quando limpa das ondas de pensamento, atinge a semelhança ou identidade com o objeto de sua concentração. Este pode ser um objeto material ou o órgão da percepção, ou o sentimento da individualidade. Tal conquista de semelhança ou identidade com o objeto da concentração é conhecida como samadhi.

Os diversos objetos da concentração aqui mencionados já foram discutidos no comentário sobre o aforismo 17 deste capítulo. O estado de ioga (chamado agora por Patanjali pelo nome técnico Samadhi) pode ser alcançado em cada nível sucessivo de fenômenos; pode-se começar pela exterioridade dos objetos, penetrando-se em direção à interioridade extrema da individualidade. Há, portanto, vários tipos de samadhi, como logo veremos. Mas nenhum deles é possível enquanto a mente não atingir esta força tremenda de concentração que pode conquistar "semelhança ou identidade" com seu objeto. Como vimos na análise do aforismo 5, as ondas de pensamento da mente só podem ser aquietadas depois que uma onda enorme, um objeto único de concentração tenha absorvido todas as inúmeras ondinhas.

Encontramos este processo descrito nos Upanishads de forma ligeiramente diferente, e talvez mais simples. Recomenda-se que se concentre num objeto, qualquer objeto, encarando-o como símbolo da Realidade habitada, o Atman. Se nos agarramos firmemente a esse conceito e não o tiramos da mente nem por um instante, ultrapassaremos as camadas exteriores da aparência do objeto, atingindo-lhe a natureza íntima do ser.

42. Quando a mente atinge a identidade com um objeto material, associado à percepção de nome, qualidade e conhecimento — chama-se a isso samadhi savitarka.

43. Quando a mente atinge a identidade com um objeto material, não associado à percepção de nome, qualidade e conhecimento, a ponto de restar apenas o objeto — chama-se a isto samadhi nirvitarka.

Nossa consciência comum compõe-se, na palavra de Patanjali, de "nome", "qualidade" e "conhecimento". Por exemplo, quando olhamos para uma escrivaninha, temos a certeza (1) do nome do objeto ("escrivaninha"), (2) das qualidades do objeto (tamanho, forma, cor, rigidez etc.) e (3) do conhecimento que temos do objeto (o fato de que nós próprios o estamos percebendo). Mediante concentração intensa, podemos identificar-nos com a escrivaninha e ainda assim conservar na mente uma mistura de "nome", "qualidade" e "conhecimento". Este é o tipo menor de samadhi, conhecido como savitarka, que significa "com deliberação". Aplica-se o termo savitarka apenas quando o objeto da concentração pertence à ordem dos elementos materiais, o nível mais exterior dos fenômenos.

No samadhi dito nirvitarka ("sem deliberação") atingimos um nível mais elevado. Nossa realização de identidade com o objeto da concentração acha-se então dissociado da percepção do nome, da qualidade e do conhecimento. Ou, em outras palavras, estaremos afinal aptos a aquietar as ondas de pensamentos, que são nossas reações ao objeto, a não conhecer nada além do próprio objeto, como ele realmente é: "a coisa-em-si, para usar a terminologia famosa de Kant. Muito corretamente, sustentou Kant que a "coisa-em-si" talvez não possa ser conhecida pelos sentidos ou pela mente pensante, uma vez que os sentidos e a razão só nos podem dar suas próprias reações subjetivas.

"Permanece completamente desconhecido de nós" — diz ele — "o que os objetos podem ser por si próprios, independentemente da receptividade de nossos sentidos. Nada conhecemos senão nossa maneira de percebê-los, sendo esta maneira peculiar nossa, e não necessariamente compartilhada por todos os seres..." Kant, que não aceitava a validade de nenhuma experiência fora a dos sentidos ou da razão, viu-se forçado a concluir que a "coisa-em-si" é incognoscível. Nisto, dele discorda Patanjali, dizendo-nos que existe um tipo superior de conhecimento, um conhecimento transcendente, além da percepção sensorial, pelo qual a "coisa-em-si" pode ser conhecida. Naturalmente, esta é a reivindicação fundamental feita pelos místicos praticantes de todas as religiões.

44. Quando o objeto da concentração é sutil, pode-se distinguir igualmente dois tipos de samadhi, chamados savichara e nirvichara.

Ou seja, quando tratamos com objetos de concentração pertinentes aos níveis dos fenômenos sutis ou essenciais (veja-se o aforismo 17 deste capítulo), impõe-se distinguir ainda entre as espécies de samadhi superior e inferior. O samadhi savichara ("meditativo") é aquele sobre um objeto sutil que se associa à consciência do nome, qualidade e conhecimento. O samadhi nirvichara (supermeditativo) é aquele sobre o objeto sutil que não se associa a essa consciência.

45. Por trás de todos os objetos sutis está Prakriti, a causa primária.

Como já se viu ao ser estudada a imagem do universo feita por Patanjali, Prakriti é a substância material não diferenciada e elementar, a energia pela qual se formam todos os fenômenos. À medida que a mente se volta para dentro, ela se aprofunda pelas camadas materiais exteriores das coisas até chegar a suas essências sutis; e para além dessas essências sutis, chega ao próprio Prakriti.

Mas Prakriti não é a Realidade extrema. Depois de Prakriti está Brahman. Todos os três tipos de Prakriti já descritos estão no interior do reino dos fenômenos, sendo apenas preparação para o estado de união direta com Brahman, o mais elevado de todos os samadhi. Neste sentido, costumava Sri Ramakrishna contar a seguinte parábola.

Certa vez, um discípulo foi ter com seu mestre para aprender a meditar sobre Deus. Instruiu-o o mestre, mas o discípulo retornou logo em seguida dizendo que não podia cumprir o ensinado: a cada tentativa de meditação, acabava pensando apenas no seu búfalo de estimação. "Muito bem", disse-lhe o mestre, "medita então nesse búfalo de que tanto gostas." Trancou-se o discípulo num quarto e pôs-se a concentrar-se no búfalo. Alguns dias depois, o mestre bateu à porta do discípulo e este respondeu: "Sinto muito, senhor, mas não posso sair para saudá-lo. A porta é muito estreita e meus chifres ficarão atravessados nela". O mestre sorriu, dizendo: "Esplêndido! Você se identificou com o objeto da concentração. Fixe agora essa concentração em Deus e sem dificuldade você obterá êxito".

46. Diz-se desses tipos de samadhi que são "com semente".

Isto é, sementes de desejo e apego ainda podem permanecer na mente, mesmo depois de alcançada a concentração perfeita. E são perigosas essas sementes de desejo, como o vimos ao considerar o destino daqueles que se concentram sem o desapego (aforismo 19 deste capítulo). Entretanto, a liberação acha-se agora muito perto. Chegou o aspirante a tais alturas, que é improvável venha a recair na escravidão.

47. Ao atingir o samadhi nirvichara, a mente se purifica.

48. Nesse samadhi, diz-se que o conhecimento está "pleno de verdade".

49.O conhecimento obtido do estudo e de conclusões a partir das escrituras é de determinado tipo. Mas o conhecimento obtido do samadhi é de natureza muito superior.

Neste ponto, descreve Patanjali dois tipos de conhecimento: o conhecimento obtido através da mediação dos sentidos e da razão, e o conhecimento obtido pela experiência direta, superconsciente. O conhecimento comum chega-nos pela percepção dos sentidos e através da interpretação dessa percepção pela nossa razão. É, portanto, um conhecimento necessariamente limitado aos "objetos ordinários"; ou seja, àquelas espécies de fenômenos que estão ao alcance de nossas percepções sensoriais. Quando o conhecimento ordinário tenta lidar com o extraordinário, revela-se de imediato sua incapacidade.

Temos, por exemplo, as diversas escrituras e livros que nos falam da existência de Deus. Podemos lê-los e aceitar-lhes os ensinamentos -até certo ponto. Não podemos, porém, pretender que conhecemos Deus pelo fato de os termos lido. Quando muito, podemos afirmar que sabemos que tais livros foram escritos por pessoas que afirmavam conhecer Deus. Por que haveríamos de acreditar nelas? É certo que nossa razão pode sugerir-nos que existe a probabilidade de os autores serem honestos e confiáveis, nem iludidos nem dementes, levando-nos, portanto, a acreditar no que nos dizem. Essa crença, entretanto, será apenas parcial e passageira: inteiramente insatisfatória, não chegando por certo a ser um conhecimento.

Assim, restam-nos duas alternativas: ou concluir que existe um só tipo de conhecimento, limitado aos objetos de contato sensorial, e resignar-nos, conseqüentemente, a um agnosticismo permanente no que tange aos ensinamentos das escrituras; ou admitir a possibilidade de outro conhecimento, um tipo superior que se situa

além do nível sensorial, e por isso capaz de confirmar a verdade desses ensinamentos, através da experiência direta. Trata-se do conhecimento alcançado pelo samadhi. E cada um de nós precisa encontrá-lo por si próprio.

"A realização" - diz Swami Vivekananda — "é a religião verdadeira; tudo o mais não passa de preparação - palestras ouvidas, livros lidos ou a reflexão são apenas a base preparatória; isso não é a religião. A concordância ou discordância intelectuais não são a religião". A religião é, de fato, uma espécie de busca rigorosamente prática e empírica. Não se toma nada de boa fé. Aceita-se somente a própria experiência. Avança-se sozinho, passo a passo, como o explorador numa floresta virgem, para se ver o que se vai encontrar. Tudo o que Patanjali ou outro qualquer pode fazer por nós é estimular-nos a buscar a exploração e oferecer-nos algumas sugestões e alertas que nos ajudem na caminhada.

Diz-nos Patanjali que no estado de samadhi nirvichara a mente se torna "pura e plena de verdade". Diz-se que a mente fica pura porque, nesse estado, as ondas menores de pensamento foram engolidas pela onda maior da concentração sobre um objeto único. É certo que existem ainda dentro dessa onda as "sementes" de apego, mas é apenas num estado de morte aparente. Pelo menos por ora não podem causar dano, e muito provavelmente jamais se tornarão outra vez férteis pois, havendo progredido tanto, é-nos relativamente fácil chegar ao ponto final capaz de aniquilá-las.

Diz-se que a mente está plena de verdade no samadhi nirvichara porque ela prova agora o conhecimento direto supersensorial. Quem já meditou sobre algum Ideal Escolhido ou personalidade espiritual experimentou o contato direto com essa personalidade, não mais como algo imaginado subjetivamente, e sim como alguma coisa

objetivamente conhecida viva. E, ao conhecer essa presença, verá que a imagem que dela você fez superior.

Esses homens viveram realmente nesta Terra sob a forma humana. Podemos ler a respeito de suas vidas. Podemos aproximar-nos deles como seres humanos. Não é difícil cultivar amor por eles, querer assemelhar-nos a eles, buscar servi-los e divulgar sua mensagem, moldando nossas vidas segundo a deles. Por meio desse serviço e desse amor virá naturalmente o desapego a outros objetivos e amores menores. Não que nos tornemos indiferentes às demais pessoas ou a nossos próprios trabalhos e deveres; mas, nosso amor aos outros fará parte do amor ao nosso ideal, deixará de ser exclusivo e possessivo. E nosso trabalho, por se voltar para aquele ideal, assume significado novo; sentiremos maior entusiasmo por ele, mais do que em qualquer outra ocasião.

Através da devoção ao nosso mestre ideal e à meditação sobre a vida dele, chegaremos paulatinamente à compreensão do espírito interior do homem, passando do nível dos fenômenos materiais para o nível sutil e espiritual. Deixaremos de admirar Cristo ou Ramakrishna como seres humanos dentro do tempo, venerando-os como seres espirituais, eternos. Começaremos a compreendê-los em seu aspecto divino. Este é o segundo estágio.

Entretanto, há um terceiro estágio, um terceiro nível de consciência. Porque atrás de Cristo, atrás de Ramakrishna, atrás de qualquer concepção de um Deus pessoal, está Brahman, a Base, a Realidade central da qual aquelas figuras são apenas projeções individuais, parciais. Unindo-nos a Brahman, unimo-nos Àquele que se manifestou em Cristo e se esconde dentro de nossos eus degenerados, mas presente eternamente em todos nós. Esta união é o estado de samadhi nirvikalpa.

Todos os estágios menores de samadhi contêm vestígios da sensação de dualidade; sou ainda "Eu" que medito sobre "meu" Ideal; existe uma separação em nós. É natural que mesmo os grandes santos encontrem dificuldades para dominar esse intenso amor pessoal pelo seu Ideal e alcançar a união impessoal e final. Ao descrever como chegou pela primeira vez ao samadhi nirvikalpa, Sri Ramakrishna disse: "Cada vez que concentrava minha mente, ficava face a face com a face bem-aventurada da Mãe Divina. Entretanto, por mais que tentasse livrar minha mente da consciência da Mãe, não achava determinação para consegui-lo. Mas, por fim, reunindo todas as forças da vontade, retalhei em pedaços a forma da Mãe com a espada do discernimento e imediatamente minha mente ficou sem sementes, atingindo eu o nirvikalpa. Eu estava além de toda expressão".

Eis como Shankara descreveu o samadhi nirvikalpa:

Existe uma consciência permanente da unidade de Atman e Brahman. Desaparece qualquer identificação de Atman com seus revestimentos. Extingue-se toda a sensação de dualidade. Há uma consciência unificada e pura. Do homem bem acomodado nessa consciência diz-se que é um iluminado.

Diz-se que a pessoa é livre mesmo nesta vida, quando está acomodada na iluminação. Sua bem-aventurança é constante, chegando ela quase a esquecer este mundo das aparências.

Mesmo tendo a mente diluída em Brahman, o indivíduo está inteiramente desperto, livre da ignorância da vida desperta; está totalmente consciente, mas livre de qualquer paixão. Desta pessoa, diz-se que ela é livre já nesta vida.

Estão superadas para ela as tristezas deste mundo. Embora possuindo um corpo finito, ela permanece unida ao Infinito. Seu coração desconhece a ansiedade. Desta pessoa, diz-se que está livre já nesta vida.

Uma vez alcançado o samadhi nirvikalpa, consegue o santo entrar e sair dele repetidamente. Foi o caso de Sri Ramakrishna. Quando no estado de nirvikalpa, gozava da união do Brahman impessoal. Retornando, porém, à consciência normal, falava de Deus sob o aspecto da Mãe Divina, seu Ideal Escolhido. A Mãe não perdeu sua realidade para ele, por ter ele conhecido Brahman. É importante lembrar isso porque, em nossa linguagem, usa-se a palavra "real" vaga e livremente, o que pode levar à confusão. Quando se diz que só Brahman é real, não se pretende afirmar que todo o resto seja uma ilusão, e sim que somente Brahman é fundamental e onipresente. Os aspectos de Deus, as encarnações divinas têm sua própria ordem relativa de realidade; assim também os objetos sutis e os materiais. Os materialistas - os que se descrevem a si próprios como "honestos" — são os que vivem no mundo irreal, porque se limitam ao nível da percepção sensorial material. Mas a percepção do santo iluminado percorre a escala completa, do material ao sutil, do sutil ao absoluto, e somente ele conhece qual é realmente a natureza deste universo.

II. A PRÁTICA DA IOGA

1. A austeridade, o estudo e a dedicação dos frutos do próprio trabalho a Deus: eis as etapas preliminares em direção à ioga.

Tendo dedicado o primeiro capítulo de seus aforismos aos objetivos, começa agora Patanjali um capítulo voltado à prática da ioga. Estas etapas preliminares da ioga são conhecidas em seu conjunto como kriyayoga, que literalmente significa "trabalho em direção à ioga". As três palavras empregadas acima — austeridade, estudo e dedicação — não são auto-explicativas; seus equivalentes sânscritos tem uma estrutura referencial algo diferenciada. Por isso, será necessário trabalhar cuidadosamente, uma de cada vez.

A palavra "austeridade" soa severa. Mas, o mesmo ocorre com suas duas possíveis alternativas: "mortificação" e "disciplina". Para a maioria de nós, disciplina lembra um sargento instrutor; mortificação, uma gangrena horrível; e austeridade, um ministro de governo, dizendo ao povo que é preciso comer menos manteiga. O puritanismo, que tão intensamente tem colorido nosso modo de falar, interfere aqui, como em muitas outras ocasiões, com a nossa compreensão do pensamento hindu.

A palavra sânscrita empregada por Patanjali neste aforismo é tapas, que quer dizer, em seu sentido primário, aquilo que gera calor ou energia. Tapas é a prática que ensina absorver energia e canalizá-la para o objetivo da ioga; só que, para fazer isso precisamos exercitar a autodisciplina, precisamos controlar nossas paixões e apetites físicos. Mas, o que é psicologicamente enganoso, no que tange às três palavras acima mencionadas, é que todas elas enfatizam o aspecto severo, negativo desta autodisciplina, e não o seu aspecto alegre, positivo, a conquista suprema viabilizada pela disciplina.

Enfatizar o aspecto negativo da autodisciplina é contribuir para o volume imenso de propaganda indireta que se faz em nossa sociedade contra a vida espiritual. A maior parte das pessoas, ao falar das austeridades e disciplinas de um monge, fazem-no com medo e certo pavor; julgam que não é natural esse estado de vida. No entanto, essas mesmas pessoas não pensam que é não-natural nem causa de admiração que um jovem se submeta a austeridades igualmente drásticas, a fim de treinar para uma disputa de boxe ou para uma corrida. Isso porque todos entendem que uma pessoa possa querer vencer uma disputa de boxe ou uma corrida. Mas é muito menos plausível que alguém possa querer encontrar a Deus.

A austeridade pela austeridade degenera facilmente no culto perverso da autotortura, e este é outro perigo — que se venha a perder o fim no culto exagerado dos meios. Tanto no Oriente como no Ocidente, encontramos muitos exemplos dessas práticas com seus cilícios, chicotes de nós e camas de pregos. Sri Krishna condena-os explicitamente no Bhagavad-Gitã: "É possível que se conheçam pessoas de natureza demoníaca, que mortificam o corpo em excesso, de modos não recomendados pelas escrituras. Assim agem porque a luxúria e o apego aos objetos dos sentidos encheu-as de egoísmo e vaidade. Em sua insensatez, enfraquecem todos os órgãos dos sentidos e injuriam a mim, habitante de seus corpos".

Como o Buda, Sri Krishna aconselha a moderação: "A ioga não é para quem come em excesso ou para quem jejua em excesso. Não é para quem dorme demasiado, ou se mantém em vigílias exageradas. Que o homem seja moderado no comer e na diversão, moderadamente ativo, moderado no dormir e no estar desperto".

Noutro ponto do Gita, definem-se as três espécies da autêntica austeridade: "Veneração pelos espíritos puros, os videntes, os mestres e os sábios; franqueza,

inofensividade, higiene física e pureza sexual — eis as virtudes cuja prática recebe o nome de austeridade corporal. Falar de maneira a não ferir constantemente os demais, ser sincero, dizer sempre o que é bom e benéfico e estudar regularmente as escrituras — a este exercício se chama de austeridade no falar. A prática da serenidade, da simpatia, da meditação do Atman, da eliminação na mente dos objetos sensoriais e integridade de intenções — chama-se austeridade da mente".

A verdadeira austeridade, no sentido hindu da palavra, não é um processo de autopunição fanática, mas de autocontrole calmo e sadio. O corpo não deve ser batido e ferido brutalmente. Deve ser tratado com firmeza, mas respeitosamente, como se trata um cavalo. Esta é a imagem usada pelo autor do Upanishad Katha: "Os sentidos", diz o sábio, "são cavalos; as estradas que percorrem são os labirintos dos desejos... Quando falta discernimento ao homem e sua mente se descontrola, seus sentidos ficam ingovernáveis, como os cavalos indóceis de um cocheiro. Mas se o homem tem discernimento e sua mente está sob controle - seus sentidos, como os cavalos bem treinados de um cocheiro, obedecem rapidamente as rédeas. O homem que compreende bem a missão do cocheiro e mantém a mente sob o controle das rédeas — esse chega ao fim da jornada".

A prática da austeridade - no sentido da palavra sânscrita *tapas* — pode ainda incluir o desempenho regular de adoração ritualística. Nesse caso, porém, importa distinguir entre as concepções do ritual hindu e as do cristão.

Excetuando os Quakers, que excluem todo ritual, e algumas outras seitas protestantes que minimalizam grandemente sua importância — pode-se dizer que os cristãos encaram seus diversos rituais como sacramentos — isto é, como atos intrinsecamente benéficos e absolutamente necessários. Sendo sacramentos, só podem

ser realizados por ministros ou padres devidamente ordenados. Participar deles — ao menos pelos católicos — é considerado vital para a saúde e salvação espiritual do indivíduo.

Para os hindus, em contrapartida, os rituais são simples símbolos de devoção e auxiliares da meditação, que podem ser executados, se necessário, por qualquer chefe de família, em sua própria casa. São, por certo, meios muito válidos — especialmente para o principiante — mas de forma alguma indispensáveis. Pode-se chegar a Deus por outros caminhos, em se querendo. Depende muito do temperamento do devoto. Nenhum mestre hindu esperaria que todos os seus discípulos aderissem a essa prática.

O ritual hindu que mais de perto corresponde à missa ou à Santa Ceia é extremamente complexo, e sua execução exige atenção quase ininterrupta. Vem a ser, por isso, excelente treino para a mente dispersa do iniciante. Cada ato sucessivo faz a mente retornar para o pensamento subjacente ao ato. Fica-se por demais ocupado para pensar em qualquer outra coisa. Pensamento e ação, ação e pensamento, formam uma cadeia contínua; e é surpreendente descobrir o grau relativamente alto de concentração que se pode alcançar, mesmo na primeira vez. Portanto, o ritual dá a sensação de se estar servindo a Deus, de modo simples, mas bastante direto e íntimo.

"É de importância vital que o homem comece sua jornada espiritual de onde ele se encontra", diz Swami Brahmananda. "Se o homem comum for orientado para meditar sobre sua união com o Brahman absoluto, ele não entenderá. Nem alcançará a verdade disso, nem estará apto a acolher a orientação... Entretanto, se se pedir a esse mesmo homem para venerar a Deus com flores, incenso e outros acessórios de adoração ritualística, sua mente se concentrará gradualmente em Deus e ele encontrará alegria na sua adoração."

"Estudo", no contexto deste aforismo, significa estudo das escrituras e de outros livros que tratem da vida espiritual. Refere-se também à prática do japam, repetição do nome de Deus (veja-se o aforismo 28 do capítulo I).

A dedicação a Deus dos frutos do próprio trabalho é um exercício espiritual de importância vital, especialmente para as pessoas obrigadas, por seus deveres, a levar vida muito ativa. É conhecida como karma ioga: o caminho da união com Deus através do desenvolvimento da ação dedicada a Deus. Segundo a karma ioga toda a ação do devoto se transforma num ritual único e interminável, visto que toda ação é realizada como uma oferta de devoção a Deus, e não na esperança de ganho ou vantagem pessoal do praticante. Desnecessário é dizer que as ações executadas com esse espírito precisam ser ações "certas" —jamais devemos oferecer a Deus uma ação que nos pareça errada nesse momento e estágio específico do nosso desenvolvimento. Precisamos agir sempre com o melhor da nossa capacidade: não nos atrevamos a oferecer o que seja de segunda mão.

Dedicar a Deus os frutos do próprio trabalho é agir com desapego. Depois de oferecer o melhor que sabemos, é preciso que não nos desesperemos se nosso trabalho resultar em desapontamentos, ou for criticado rudemente, ou de todo desconsiderado. De igual modo, impõe-se não dar margem ao orgulho e à vaidade autocomplacente, se os resultados e nossa ação forem bem sucedidas e merecerem o elogio das pessoas. Preocupemo-nos apenas em saber se demos o melhor de nós, e esse reconhecimento será a nossa recompensa legítima.

Todos os homens e mulheres de grandeza autêntica e de integridade pessoal cumprem suas obrigações com esse espírito — mesmo que se confessem ateus — apenas porque é sua obrigação. Mas, se lhes falta devoção a Deus, se o objetivo ideal

deles se encontra mergulhado no tempo e no mundo material, ser-lhes-á quase impossível não desesperar quando virem sua causa aparentemente derrotada e o trabalho de todas as suas vidas dar em nada. Somente o devoto da karma ioga jamais pode desesperar-se, porque só ele é capaz do desapego absoluto na busca dos frutos da ação. Já se disse antes, e se repetirá com freqüência, que o desapego não é indiferença, e que nada tem a ver com fatalismo. O fatalista é necessariamente relaxado em seu trabalho. Que importa esforçar-se ou não, se o que tiver de acontecer acontece mesmo? Os críticos — e estes são em grande número - que rejeitam a filosofia hindu por ser "fatalista", mostram com isso seu fracasso completo em entender o espírito da karma ioga. A atitude do fatalista na busca dos resultados de seu trabalho não é o desapego: é a indiferença resultante da fraqueza, da preguiça e da covardia. Se, por um lance de sorte, ele conquista um êxito pequeno e imerecido, seu fatalismo desaparecerá como um relâmpago. Não agradecerá ao "destino" pela sua boa sorte. Ao contrário, haveremos de ouvi-lo proclamando aos quatro ventos como trabalhou com acerto por seus objetivos e como merecidamente os atingiu.

2.Podemos, assim, cultivar a força de concentração e afastar os obstáculos à iluminação que causam todos os nossos sofrimentos.

3.Tais obstáculos — causa dos sofrimentos dos homens — são a ignorância, o egoísmo, o apego, a aversão e o desejo de agarrar-se à vida.

4.A ignorância gera todo tipo de obstáculos. Eles podem existir sob a forma potencial ou residual, ou podem ter sido temporariamente superados ou desenvolvidos por completo.

A austeridade, o estudo e a dedicação dos frutos do próprio trabalho a Deus são, como vimos no aforismo anterior, as três etapas preliminares em direção do poder de concentração, que torna possível o estado de ioga perfeita. Esse é o seu valor positivo. Mas têm elas também um valor negativo, igualmente importante: são meios de remoção dos obstáculos à concentração e à iluminação existentes em nossa mente.

A palavra "obstáculo" merece reflexão, pois sugere uma diferença de ênfase que distingue o pensamento hindu do cristão sobre este assunto. Ao falar de "pecado", o cristão em geral quer expressar um ato positivo de desobediência e ingratidão a Deus — e entende por "Deus" o Deus Pai, a Realidade conforme aparece dentro do tempo e do esforço, sob o aspecto de Causa e Criador do universo, que os hindus chamam de Ishwara. (Veja-se o aforismo 23, no capítulo I.) Quando fala de um "obstáculo", Patanjali refere-se antes ao efeito negativo que acompanha semelhante ato — a nuvem de poeira rodopiante da ignorância que surge em seguida e obscurece a luz do Atman dentro de nós. Ou seja, o pensamento cristão enfatiza a ofensa contra Ishwara, que é alguém distinto de nós; ao passo que o pensamento hindu enfatiza a ofensa contra a nossa própria natureza real, que é o Atman.

A diferença não é fundamental, mas é importante. O valor da abordagem cristã em que salienta nosso sentido do significado e enormidade do pecado, relacionando-o ao Ser que, por muitas razões, devemos amar e obedecer, nosso Criador e Pai. O valor da abordagem hindu reside no fato de apresentar as conseqüências do pecado no aspecto final delas, que vem a ser simplesmente a alienação da Realidade dentro de nós. Ambas as abordagens têm, claro, seus perigos característicos, caso não sejam adequadamente compreendidas. Reside o perigo da abordagem hindu em nossa incapacidade psicológica de imaginar o Atman da forma como todos imaginamos, mais ou menos, Ishwara. É fácil

sentir contrição por uma ofensa contra Ishwara e decidir, pelo menos por ora, não repeti-la.

Mas a ofensa de erguer obstáculos em Atman, se metendo na confusão porque estamos repetidamente nos Atman com nosso ego. Por exemplo, falamos gentilmente e quase com aprovação de um beberrão contumaz ou de um viciado em narcótico: "Ele só causa dano a si próprio" - sem percebermos o contra-senso trágico dessa assertiva. É apenas ocasionalmente que o sentimento de nossa alienação da Base e Refugio de nosso ser cai sobre nós numa onda imensa de desgraça. ("Quão longe Tu estás de mim, que tão próximo de Ti estou!" - exclamava um grande santo.) O hindu precisa, portanto, precaver-se de encarar demasiado displicentemente seus pecados, de reincidir num otimismo fácil, baseado na doutrina da reencarnação. Deve acautelar-se de pensar: "Afinal, sou de fato o Atman, e tenho milhões de vidas pela frente — tantas quantas quiser. Terei muito tempo pela frente para, mais cedo ou mais tarde, conhecer minha natureza real. Por que a pressa?" Santo Agostinho condenou esta atitude nas Confissões: "Eu, jovem miserável, implorei de Ti a castidade e disse: Concede-me a castidade e a continência, más não já".

O perigo da abordagem cristã é exatamente o oposto. O cristianismo, predominantemente dualista, destaca a importância de Ishwara e minimiza a realidade do Atman subjacente que lá está e do qual Ishwara é a projeção.

O valor desse pensamento dualista é que ensina devoção a Deus; seu perigo está em que pode inclinar-nos a uma autodepreciação e desespero uma vez que semelhante à Deus inspira toda admiração e justiça, Cristo é toda pureza e bondade — e nós somos pecadores tolos e incorrigíveis. E assim reincidimos na mais baixa condição de egoísmo, identificando-nos com nossa própria fraqueza e sentindo que não podemos escapar dela.

Chafurdarmos num banho de lodo passivo de culpa, esquecidos de nossa natureza divina e da obrigação que ela nos acarreta de buscar o autoconhecimento. A esta altura, Patanjali pode ser de ajuda ao cristão obcecado pelo pecado. Porque sua palavra "obstáculo" é uma palavra boa, segura, não-sentimental, que sugere de imediato uma atitude positiva. Você não se deixa subjugar pelos obstáculos, ficando com pena de si próprio. Você se esforça por removê-los.

O uso da palavra pecado é enganoso ainda por outra razão. Pecado é apenas mais um conceito; precisa completar-se com a punição, o que é lamentável, porque no mundo relativo muitos pecados parecem ficar sem punição. Daí surge a mentira fatal de que Deus pode, talvez, ser logrado; que se pode conseguir, vez por outra, "escapar sem ser castigado". A literatura cristã alardeia queixas de que os injustos florescem como erva daninha (no original "louro-verde") e que nada se faz contra isso. E são muitas as pessoas que recorrem a fantasias supersticiosas de que terremotos, enchentes e fome são castigos deliberados de Deus contra atos coletivos de pecado. Acaba-se por representar a justiça divina como um acontecimento imprevisível, violento, descabido - o que é, na verdade, totalmente injusto.

O uso da palavra "obstáculo" afasta logo essa concepção errônea. Ela dissipa qualquer confusão possível entre punição espiritual e castigos causados pela Natureza ou pelo homem. Se você cometer um assassinato, provavelmente, mas não com certeza, será preso. Se uma cidade for construída num terreno instável, ou se se descuidar das barragens e da agricultura — é provável, mas não certo, que possam ocorrer desmoronamentos, inundações e fome. Isso nada tem a ver com as conseqüências espirituais do pecado. O pecado tem uma única conseqüência espiritual, e esta é invariável e inevitável. Ele cria um obstáculo à iluminação — grande ou pequeno, de acordo com sua intensidade - e tal obstáculo é sua própria punição automática,

independentemente de qualquer outra coisa; é a alienação do Atman, a identificação com o ego e a causa de sofrimento. Essa punição pode não ser aparente no momento em que a atraímos sobre nós, mas de forma nenhuma escapamos a seus efeitos.

Se julgarmos nossas ações e pensamentos do ponto de vista de Patanjali, perguntando-nos: "Isso aumenta ou diminui as barreiras à iluminação?" — evitaremos o erro de imaginar que os pecados são atos definitivos de valor absolutamente fixo, que podem ser classificados, nivelados e arrolados. Não são. O que é errado para uma pessoa pode ser correto para outra, como nos ensina o Gita. Cada um de nós tem seus próprios pecados e suas próprias virtudes, referentes a seus deveres, responsabilidades e condição espiritual do momento. Tudo o que podemos fazer é investigar nossa consciência e procurar associar nossas motivações de um determinado momento à grande motivação central de nossas vidas. Certamente surgirão problemas de comportamento extremamente difíceis. Cometeremos muitos erros, e o máximo que podemos esperar é que, no geral, nossa intenção esteja no caminho correto.

Patanjali ensina-nos a olhar nossos pecados com certo desapego sendo dois extremos da tolerância indolente e do desgosto futuro. Quando o cirurgião não suporta um câncer: corta-o fora. Mas nem por isso se esquiva dele com horror. Estuda-o. Procura compreender como ele progride, e como se pode evitar o surgimento de novo câncer.

Não pecamos por pura maldade ou completa idiotice moral. Nossos pecados têm um propósito e significado que precisamos compreender, antes de pretendermos parar de repeti-los. São de fato sintomas da angústia de que estamos alienados de nossa natureza real, o Atman. São tentativas de reconhecimento da Natureza e nossas realizações são desesperadamente mal direcionadas, porque tomam a ignorância do egoísmo como ponto de partida; com todo prejuízo nos afastam cada vez mais da Realidade.

Todos temos a vaga consciência da presença do Atman em nosso interior. Estamos sempre buscando a paz, a liberdade e a segurança da união perfeita com o Atman. Ansiamos desesperadamente ser felizes. Mas a ignorância nos conduz mal. Assegura-nos que o Atman não pode estar realmente dentro de nós, que não passamos de egos individuais independentes. E assim começamos a procurar essa felicidade eterna, vagamente concebida, em meio dos fenômenos finitos e passageiros do mundo exterior. Como o almiscareiro lendário, vasculhamos a terra toda em busca da fragrância persistente, que afinal exsuda de nós mesmos. Tropeçamos, ferimo-nos, sofremos misérias infundas - no entanto, jamais olhamos para o lugar certo.

O tirano que escraviza milhões de pessoas, o avarento que acumula mil vezes mais dinheiro do que jamais precisará, o traidor que vende o seu melhor amigo, o assassino, o ladrão, o mentiroso e o viciado — todos, em última análise, querem apenas estar a salvo, felizes e em paz. Buscamos segurança no acúmulo de bens pela violência ou dolo, ou pela destruição de nossos inimigos imaginários. Buscamos a felicidade através da satisfação dos sentidos, através de todo tipo de vaidade e ilusão de si mesmo. Procuramos a paz mediante a ingestão de muitas drogas. E em todos esses atos exibimos proporções heróicas de energia. Essa é a tragédia do pecado. Trata-se de uma energia tragicamente mal direcionada. Com menos, poderíamos facilmente encontrar a união com o Atman, não fôssemos desorientados pela nossa ignorância.

Diz Patanjali: a ignorância gera todos os demais obstáculos à iluminação. (Falaremos mais sobre eles ao comentar os próximos aforismos.) Trata-se dos samskaras, as tendências poderosas a que já nos referimos (capítulo I, aforismo 2). Tais tendências levam-nos a cometer atos reiterados de pecado ou a erguer barreiras de obstáculos; dessa forma, os obstáculos progridem automaticamente através da força do desejo, do orgulho, da traição, do medo. Gità descreve este processo:

Refletir sobre os objetos dos sentidos

Faz de ti um escravo dos objetos dos sentidos;

Permanecer escravo te tornará viciado;

Contrariar teu vício é incorrer em perigo;

Ficar irado perturbará a tua mente:

Perturbar a tua mente te fará esquecer a lição da experiência;

Esquecer a experiência te fará perder o discernimento;

Perder o discernimento te fará perder o sentido único da vida.

Até certo ponto, os obstáculos estão presentes nas mentes de todos os que não alcançaram efetivamente o samadhi, a união completa com o Atman. Patanjali arrola quatro condições ou graus de ignorância, conforme se segue:

Os obstáculos podem ser potenciais, como no caso de juvenzinhos, cujas tendências, já existentes, só se manifestam mais tarde na vida. Diz-se que isso ocorre também com os ioguis que não conseguem concentrar-se no desapego, e por isso se misturam com as forças da Natureza (capítulo I, aforismo 19). Quando retornam à vida mortal, o que finalmente tem de acontecer, enfrentarão aqueles obstáculos que provocaram seu fracasso inicial.

Em segundo lugar, têm-se os aspirantes à espiritualidade cujas mentes ainda enfrentam obstáculos à iluminação, mas só em forma residual. Seus samskaras continuam atuando pelo impulso dos karmas passados, mas a força desses samskaras

diminuiu muito, de modo que já não apresentam nenhum perigo sério, desde que o aspirante esteja atento contra eles.

Depois, mais uma vez, os obstáculos - ou pelo menos parte deles — podem ter sido temporariamente superados, através do cultivo de pensamentos e virtudes que eclipsam a ignorância. Se perseverarmos no cultivo desses pensamentos e virtudes, reduziremos aos poucos os obstáculos à forma residual descrita no parágrafo anterior.

Finalmente, os obstáculos podem apresentar-se de forma plenamente desenvolvida. Esta é a situação normal e trágica de todas as pessoas comuns, inclinadas às coisas mundanas.

5. Ver o não-eterno como eterno, o impuro como puro, o doloroso como agradável, o não-Atman como Atman — isso é ignorância.

6. Identificar a consciência com aquilo que apenas reflete a consciência — isso é egoísmo.

Pela definição de Patanjali, a ignorância é a identificação falaz. É a compreensão errada da natureza real da pessoa. Se dizemos: "Sou este corpo, que se chama Patanjali", estamos vendo o não-Atman como Atman. E este ato inicial de ignorância conduzirá, automática e instantaneamente, a milhões de atos análogos. Negando o Atman dentro de nós, negá-lo-emos em qualquer parte. Vemos mal a Natureza. Habitamos na exterioridade das coisas e vemos o universo como uma multiplicidade, não como uma unidade.

A paz e a alegria pura e eterna só são encontradas na união com o Atman. Nossa ignorância priva-nos dessa união, permanecendo, porém, o anseio confuso, fraco, pela

felicidade. Daí sermos levados a buscá-la no mundo exterior. Somos forçados a aceitar substitutos desprezíveis e a tentar persuadir-nos de que são autênticos e válidos. Em vez de nos apegarmos à eternidade, apegamo-nos ao que se mostra relativamente permanente. Em vez de valorizarmos a pureza, valorizamos o que parece relativamente puro. Em vez de nos agarrarmos à felicidade verdadeira, agarramo-nos ao que se mostra temporariamente agradável. Mas, aí, tem vida curta a nossa satisfação. A torre mais sólida rui, a flor mais linda murcha em nossas mãos, a água mais límpida torna-se salobra e suja. A ignorância, como não pode deixar de ser, tem-nos traído. Apesar disso, à medida que nos afastamos, tristes, nossos olhos se voltam para algum objeto novo de desejo e de apego aos sentidos. E assim prossegue a busca desesperada.

O ato central da ignorância é a identificação do Atman (que é a própria consciência) com o corpo-mente — "aquele que apenas reflete a consciência". A isso Patanjali define como egoísmo.

"A que comando responde a mente?" — pergunta o Upanishad Kena. "Quem dá ordem para o corpo viver? Quem faz a língua falar? Quem é esse Ser fulgurante que conduz os olhos para a cor e a forma, e os ouvidos para o som? O Atman é o ouvido do ouvido, a mente da mente, a palavra da palavra. É ainda a respiração da respiração e o olho do olho. Abandonando a falsa identificação do Atman com os sentidos e a mente, e conhecendo o Atman como sendo Brahman — o sábio torna-se imortal."

A filosofia ocidental produziu duas escolas de pensamento ligadas ao problema da consciência — a materialista e a idealista. Crêem os materialistas que a consciência é produto de um processo; que ela surge quando são satisfeitas certas condições e desaparece quando as mesmas não mais existem. Assim, de acordo com os próprios materialistas, ela não é propriedade de uma única substância isolada. Os idealistas, por

sua vez, julgam a consciência como um produto da mente, chegando, pois, à conclusão de que ela desaparece quando a mente se torna inconsciente.

Os intelectuais modernos parecem tender a rejeitar ambas as hipóteses, acreditando que a consciência está sempre presente em qualquer ponto do universo, mesmo que sua presença não possa ser percebida pelos métodos científicos. Nisso, aproximam-se do ponto de vista do Vedanta. Há realmente alguns cientistas e escritores científicos notáveis, cujo pensamento levou-os ao estudo da filosofia hindu. Erwin Schrödinger, por exemplo, escreve em seu livro *What Is Life?* o seguinte: se experimentei a consciência do plural, somente no singular... Como surge afinal a idéia de pluralidade (tão enfaticamente combatida pelos escritores dos Upanishads. Vê-se a consciência intimamente associada e dependente do estado físico de uma região limitada da matéria, o corpo... Existe uma grande variedade de corpos semelhantes. Por isso, a diversidade de consciências ou mentes parece uma hipótese muito sugestiva. É provável que as pessoas simples e ingênuas, bem como a grande maioria dos filósofos ocidentais, a tenham aceito... A única alternativa possível é simplesmente conservar a experiência imediata de que a consciência é um singular cujo plural se desconhece; de que existe apenas uma coisa e de que aquilo que parece ser uma diversidade não passa de uma série de aspectos diferentes dessa coisa única, gerados por um engano (o Maya dos hindus); a mesma ilusão ocorre numa galeria de espelhos, e de igual modo os montes Everest e Gaurisankar parecem ser da mesma altura, vistos de vales diferentes.

No entanto, cada um de nós tem a impressão incontestável de que o conjunto de suas experiências e lembranças forma uma unidade, totalmente distinta da de qualquer outra pessoa. Referimo-nos a ele como "Eu. O que é este Eu?

Se o analisarmos de perto, penso que acharemos que é pouco mais do que uma coleção de informes (experiências e lembranças), ou seja, a tela sobre a qual estão reunidos. E descobriremos, numa introspecção cuidadosa, que aquilo que entendemos de fato por "Eu" é a matéria-base sobre a qual estão reunidos. Podemos viajar a um país distante, perder de vista todos os nossos amigos - tudo podemos fazer, menos esquecê-los: conquistaremos amigos novos, partilharemos com eles de nossa vida tão intensamente como sempre fizemos com os antigos. Tornar-se-á cada vez menos importante o fato de que, conquanto vivendo vida nova, nos lembremos da antiga. "O jovem que eu era" - possivelmente falemos dele na terceira pessoa, pois é provável que o protagonista do romance que estamos lendo esteja mais próximo de nosso coração, e de certo mais intensamente vivo e mais conhecido de nós. No entanto, não houve interrupção nem morte. E mesmo que um hipnotizador hábil conseguisse apagar totalmente nossas reminiscências anteriores, não sentiríamos como se ele nos houvesse morto. De forma alguma ocorre uma perda de existência pessoal a lamentar... Nem nunca ocorrerá.

7. *Apego é aquilo que persiste no prazer.*

8. *Aversão é aquilo que persiste no sofrimento.*

Ambos (apego e aversão) são obstáculos à iluminação, ou mesmo ao conhecimento relativo de uma pessoa ou objeto. Não se pode ter nenhuma percepção imparcial, controlada, do caráter de alguém a que se esteja cegamente apegado ou a quem se olhe com aversão. O aspirante à espiritualidade não deve amar em excesso as coisas deste mundo, mas também não deve odiá-las. A aversão é também uma forma de escravidão. Estamos presos ao que odiamos ou tememos. Essa é a razão pela qual, em nossas vidas, o mesmo problema, o mesmo perigo ou dificuldade, se apresentará

repetidamente, sob diversos aspectos, enquanto persistimos em resistir-lhe ou evitá-lo, em vez de examiná-lo e resolvê-lo.

9. O desejo de apegar-se à vida é inerente tanto ao ignorante quanto ao douto. Isso porque a mente guarda impressões da experiência da morte de muitas encarnações anteriores.

A doutrina da reencarnação é, naturalmente, comum ao hinduísmo e ao budismo, chegando a ser levada em conta pelo cristianismo primitivo, embora rejeitada depois. Já se falou dela nestes comentários (capítulo I, aforismos 2, 18 e 19); vamos discuti-la agora mais profundamente.

Definiu-se o Prakriti (cap.I, 17) como o efeito ou força do Brahman, a Realidade. Noutras palavras, esta ilusão maya, em sânscrito, de um universo objetivo, espaço temporal, projeta-se pela própria Realidade. Segue-se, pois, que Prakriti e Brahman devem coexistir e que Prakriti continuará a tecer a teia de um universo e a engolir essa teia, a fiá-la outra vez, e assim reiteradamente para sempre.

Ao mesmo tempo, ocorre outro processo no universo. Porque é próprio da natureza do sentimento do eu individual lutar, de forma lenta, pela auto-realização, indo do inanimado para o animado, do vegetal para o animal, e deste para o humano, através de milhares e até de milhões de nascimentos, mortes e renascimentos. O Atman está dentro da pedra, bem como dentro do homem. Mas a pedra jamais pode conhecer-se como o Atman, enquanto permanece como pedra: ela precisa evoluir através de formas superiores até, finalmente, alcançar a humanidade, porque somente dentro do corpo humano o ego individual é capaz de conhecer sua natureza real, libertando-se assim do ciclo da reencarnação.

Ao longo dessa jornada imensa rumo à conscientização total, o indivíduo está sujeito à Lei do Karma. Seus desejos e seus atos regulam a velocidade do seu progresso. Ele constrói ou afasta seus próprios obstáculos à iluminação. Seu estado atual está continuamente condicionado pelos karmas do seu passado e continuamente ativo graças aos karmas futuros. A morte não interrompe esse ciclo. Nem os renascimentos.

A pessoa apenas renasce com um corpo, mente, caráter e circunstâncias sociais que expressam, por assim dizer, o conjunto de seu equilíbrio kármico, num momento preciso de tempo.

A doutrina da reencarnação é extremamente desagradável para muitas pessoas, porque torna cada um de nós responsável direto pela nossa condição atual. Não gostamos de encarar essa responsabilidade, preferindo alguns acusar Deus, os pais ou o sistema político vigente por fazerem de nós o que somos. Se negarmos a reencarnação, afirmando que este nascimento é o primeiro que passamos, estaremos, na verdade, rejeitando a responsabilidade pela nossa condição, pois decorre, como consequência lógica, que nossa condição presente deve ter sido determinada por Deus ou provocada pelas influências da hereditariedade e do meio ambiente. Daí - se tivermos nascido desfavorecidos física ou economicamente -, ficaremos carregados de mágoa permanente, que nos leva a consumir a vida toda de mau humor e praguejando contra o nosso destino, desculpando-nos permanentemente por nossas próprias fraquezas e por nossos fracassos.

Essa doutrina da reencarnação, que a princípio parece tão severa e cruel, implica, na verdade, uma crença profundamente otimista na justiça e na ordem do universo. Se, em vez de Deus, ou de nossos pais, ou de nossos companheiros, nós mesmos tivermos causado nossa condição presente, caberá então a nós mudá-la. Não temos desculpas

para a autopiedade nem razão para o desespero. Não estamos irremediavelmente perdidos. Não estamos sob uma maldição pré-natal. "O erro, caro Brutus, não está nos nossos astros..." Tudo o de que precisamos é coragem e determinação de não abandonar a luta.

Às vezes, as Leis do Karma são perfeitamente claras para nós — pelo menos vistas retrospectivamente. Revendo nossas vidas, podemos perceber como determinada tendência do nosso caráter criou a mesma situação, repetidas vezes, em diferentes ocasiões. Isso, por certo, deveria fazer-nos suspeitar de que o karma atua também nas áreas da experiência aparentemente conduzidas pelo acaso. A ciência, de fato, continua buscando indícios novos de causa e efeito em meio à confusão aparente da vida. Dizem-nos, por exemplo, os psicólogos que muitos "acidentes" não são inteiramente casuais, mas afirmações de um desejo subconsciente de fugir de algum problema desagradável, mesmo às custas de quebrar um braço ou uma perna. Da mesma forma, sintomas reais de uma doença física podem surgir como consequência direta de uma tensão emocional, e não em decorrência do mero azar de "pegar um vírus", como antes se supunha.

No aforismo acima, Patanjali não só afirma a sua crença na reencarnação, mas ainda, por decorrência, oferece uma prova dela. Por que temeríamos tanto a morte, se nunca a tivéssemos experimentado antes?

Colocam-se ovos de pata para uma galinha chocar num galinheiro onde não existem patos adultos. Tão logo se partem as cascas, os patinhos buscam a água e começam a nadar. Quem os ensinou a agir assim? Certamente não foi a mãe galinha. Vendo-os na água, ela cacareja aflita, julgando que se vão afogar. Dizemos que os patinhos sabem nadar "por instinto". Por instinto também tememos a morte.

Bem, e o que é o instinto? Segundo um dicionário moderno, é "um padrão inato de ação e de resposta, comum a determinada raça biológica". De acordo com os filósofos iogues, é a "razão envolvida", isto é, a experiência que se tornou subconsciente. Ambas as definições concordam, ao postular a memória de uma experiência — memória transmitida por hereditariedade da espécie ou levada por uma pessoa através de uma série de nascimentos.

O crente da hereditariedade negará certamente a reencarnação. O filósofo iogue buscaria conciliar-se com a hereditariedade, dizendo que o indivíduo, ao ser impelido por seus karmas a encarnar-se sob a forma de um pato, precisa por isso "herdar" os atributos de uma pato, incluindo o saber nadar. Assim, a palavra "instinto" não nos ajuda muito, de qualquer modo, a explicar o medo que o homem tem da morte.

Pode-se objetar ainda que esta "prova" da reencarnação (Patanjali formulará outras, mais tarde) é insatisfatória por outra razão — por que nosso medo da morte dependeria necessariamente da recordação de uma experiência? Suponhamos que não tivéssemos nenhuma experiência anterior da morte; será que isso não a tornaria mais aterradora? Haverá algo mais amedrontador do que o totalmente desconhecido? "Oh, ter de morrer — exclama o Cláudio de Shakespeare - e desconhecer onde..."

Entretanto, essa não é a resposta completa. E talvez a prova da reencarnação de Patanjali, mediante a lembrança da experiência da morte possa afinal sustentar-se. Consideremos esta passagem do Upanishad Brihadaranyaka: Há duas condições para o homem - a condição neste mundo, e a condição no outro; há ainda uma terceira, a condição intermediária entre os dois, que se pode comparar ao sonho. Quando na situação intermediária, o homem experimenta as duas outras situações: a deste mundo e a do outro. Isso se passa assim: ao morrer, ele vive apenas no corpo sutil, em que

permanecem as impressões de suas ações passadas, das quais tem consciência, iluminadas que são pela luz do Atman. A luz pura do Atman proporciona-lhe luz. Assim, é no estado intermediário que ele experimenta a primeira situação, ou a da vida na Terra. Ainda na situação intermediária, ele antevê os males e as bênçãos que lhe sucederão, uma vez que são determinados pela sua conduta, boa ou má, sobre a Terra, e pelo caráter resultante dessa conduta. Desse modo, é no estado intermediário que ele experimenta a segunda situação, ou a da vida no mundo do além.

A "condição intermediária", de acordo com a definição acima, é uma espécie de intervalo lúcido após a morte, durante o qual a pessoa faz um balanço de si e é forçada a rever seus atos passados, junto com as conseqüências que inapelavelmente provocarão em seu próximo nascimento, neste mundo ou seja onde for. À luz clara e inexorável do Atman, da qual se acha ainda alienada, a pessoa vê o que fez de si própria. Claro que para a grande maioria de nós esta experiência não pode ser senão amargamente humilhante e dolorosa. É certo que é nessa hora que devemos sentir vergonha, horror e remorso com uma intensidade jamais imaginada, durante nossas vidas corpóreas.

Se tomarmos, pois, o termo "experiência da morte" para expressar a experiência desse estado intermediário entre a morte e o renascimento, fica fácil entender por que a lembrança subconsciente dela nos enche de medo instintivo — um medo até maior do que o do desconhecido. Só o santo iluminado pode libertar-se completamente do medo da morte porque, para ele, esse estado intermediário não está mais em perspectiva. Já aqui na Terra ele "morreu" para a vida dos sentidos. E como o homem cresce em espiritualidade, seu medo da morte diminuirá gradativamente. Parece que isso dá apoio à prova da reencarnação de Patanjali.

De qualquer forma, e seja qual for a sua origem, o desejo de adiar a morte e de agarrar-se à vida é certamente um dos maiores obstáculos à iluminação. Agarrar-se à vida é agarrar-se à consciência normal dos sentidos, afastando com isso a superconsciência dentro da qual se conhece o Atman.

10. Depois de reduzidos a uma forma residual, tais obstáculos podem ser destruídos, dissolvendo-se a mente outra vez em sua causa primária.

11. Em sua forma plenamente desenvolvida, eles podem ser superados através da meditação.

Talvez se ache mais simples refletir sobre estes dois aforismos na ordem inversa, uma vez que os obstáculos à iluminação precisam antes ser superados em sua forma material ou plenamente desenvolvida (veja-se capítulo II, aforismo 4). A maneira de se fazer isto tem sido comparada ao lavar de uma peça de roupa suja; é preciso primeiro soltar a sujeira com o sabão, depois enxaguar com água limpa. O "sabão" representa a prática da "ioga voltada a um estágio preliminar" (austeridade, estudo e dedicação dos frutos do próprio trabalho a Deus), que foram discutidos no comentário sobre o aforismo 1 deste capítulo. A "água" representa a prática da meditação. "Sabão" e "água", ambos são indispensáveis se se pretende purificar adequadamente a "roupa" da mente. Um não pode ser utilizado eficazmente sem o outro.

Mesmo superados em sua forma plenamente desenvolvida, os obstáculos subsistirão ainda residualmente, como tendências (samskaras). Essas tendências só serão destruídas quando a mente tiver sido dissolvida de novo em sua causa, isto é, no Prakriti, de onde ela se originou. Trata-se, naturalmente, do processo de atingir o samadhi (veja-se o capítulo I, aforismos 41-51).

12.As tendências latentes do homem foram criadas pelas suas ações e pensamentos passados. Essas tendências produzirão frutos tanto nesta vida como nas vidas futuras.

13.Enquanto a causa perdurar, ela dará frutos, como o renascimento, uma vida curta ou longa, e as experiências de prazer e de dor.

14.As experiências de prazer e de dor são os frutos do mérito e do demérito, respectivamente.

15.Entretanto, o homem dotado de discernimento espiritual encara todas essas experiências como penosas.

Porque mesmo a alegria do prazer atual é dolorosa, visto que já receamos perdê-la. O prazer passado é doloroso porque surgem desejos renovados em decorrência das impressões por ele deixadas na mente. E como pode qualquer felicidade ser duradoura, se depende apenas da nossa disposição? Pois esta disposição muda constantemente, à medida que um ou outro dos gunas toma conta da mente.

As operações da Lei do karma (veja-se capítulo I, aforismos 2, 18-19) e a natureza das funções dos gunas (veja-se capítulo I, aforismo 17) já foram plenamente descritas. Neste ponto, adverte-nos Patanjali contra a suposição de que alguns de nossos pensamentos e atos não tiveram ou não terão conseqüências, exatamente porque tais conseqüências não são aparentes. Nossos atos provocaram tendências latentes que darão frutos na estação certa — condicionando talvez a duração e as circunstâncias das vidas futuras. Os atos de mérito produzirão, é verdade, resultados que se pode descrever como "agradáveis"; mas, "agradável" e "doloroso" são termos meramente relativos. Como "bom" e "mau", "quente" e "frio", "feliz" e "infeliz" - são um dos "pares de opostos" que, na

linguagem do Gità, formam as contradições aparentes de nossa experiência do mundo exterior. Do ponto de vista da pessoa de discernimento espiritual, toda experiência é penosa, na medida em que nos prende a este mundo e renova nossos desejos sensoriais. A única felicidade verdadeira está na união com o Atman. Qualquer outra "felicidade" é relativa, temporária e, portanto, falsa.

16. O sofrimento ainda por vir pode ser evitado.

Há três tipos de karma: o karma que já foi criado e guardado, de tal modo que produzirá frutos numa vida futura; o karma criado no passado ou em alguma vida anterior, que está dando frutos no presente; e o karma que estamos criando, através de nossos pensamentos e atos. Desses, os karmas já existentes escapam ao nosso controle; podemos apenas esperar até que eles se desenvolvam, aceitando-lhes os frutos com paciência e coragem. Mas o karma que estamos criando — "o sofrimento ainda por acontecer" - pode ser evitado. Não deixando de agir - isto seria impossível, mesmo que desejável — e sim deixando de desejar os frutos da ação para nós mesmos. Se dedicarmos a Deus os frutos da ação, desenrolaremos aos poucos a roda do karma, evitando desse modo o seu sofrimento.

17. Esse sofrimento é provocado pela falsa identificação de quem experimenta com o objeto experimentado. Ele pode ser evitado.

"Aquele que experimenta" é o Atman, nossa natureza real. "O objeto da experiência" é a totalidade do mundo das aparências, incluindo a mente e os sentidos. Na realidade, o Atman sozinho não existe, "o Uno sem um segundo", eternamente livre. Mas, pela identificação falsa através do maya, que é o mistério de nossa condição presente, o Atman é enganado pelo ego individual, sujeito a todas as ondas de pensamento que

surgem e perturbam a mente. Daí imaginarmos que somos "infelizes" ou "felizes", "irritados" ou "lascivos". Recorda-nos o Gità que não se trata exatamente disso:

A alma iluminada...

pensa sempre: "Não estou fazendo nada."

Seja lá o que for que veja,

ouça, toque, cheire, coma,

Estará sempre certa de que:

"Não estou vendo, não estou ouvindo;

são os sentidos que vêem e ouvem

e tocam as coisas sensíveis".

Enquanto nós que experimentamos nos identificarmos com o objeto da experiência, não conheceremos o Atman, nossa natureza real. Permaneceremos na escravidão, acreditando sermos nós próprios escravos da experiência.

"Segundo certa história", escreve Swami Vivekananda, "o rei dos deuses, Indra, tomou-se certo dia um porco, mergulhando na lama; tinha ele uma porca e um bando de porquinhos, e era muito feliz. Então alguns deuses viram-no nesse estado e, indo a ele, disseram-lhe: 'Sois o rei dos deuses, tendo todos os deuses às suas ordens. Por que estais assim?' Indra respondeu: 'Não se preocupem, estou bem neste estado; não me preocupo com o céu, enquanto tenho esta porca e estes porquinhos.' Os pobres deuses ficaram sem saber o que fazer. Passado algum tempo, decidiram matar os porquinhos,

um a um. Quando morreram todos, Indra pôs-se a chorar e a lamentar-se. Os deuses abriram-lhe então o corpo de porco e ele, saindo para fora, começou a rir, ao perceber o sonho horrível que sonhara; ele, o rei dos deuses, tornando-se porco e achando que a vida de porco era a única vida! E não só isso: querendo que todo o universo virasse uma vida de porco! O Atman, quando se identifica com a natureza, esquece que é puro e infinito. O Atman não ama — ele é o próprio amor. Ele não existe — ele é a própria existência. O Atman não conhece — ele é o próprio conhecimento. É errado dizer que o Atman ama, existe ou conhece. Amor, existência e conhecimento não são qualidades do Atman, mas a sua essência. Quando se refletem em alguma coisa, podemos chamá-los qualidades daquela coisa. Não são as qualidades e, sim, a essência do Atman, o Ser infinito, sem nascimento ou morte, assentado em sua própria glória. Aparentemente, ele se degenerou tanto que, se nos aproximarmos para dizer-lhe: 'Você não é um porco', ele começa a guinchar e a morder". Esse porco-que-não-é-porco pode, ocasionalmente, virar um animal perigosíssimo. A força dos tamas em nossa natureza é tão grande que detestamos ser perturbados. Repugna-nos qualquer idéia nova, principalmente se implica a mudança de algo em nossas vidas. Assim, quando os mestres espirituais vêm dizer-nos que não somos porcos, mas deuses, estamos mais que decididos a persegui-los e a crucificá-los.

18. O objeto da experiência compõe-se de três gunas — os princípios da iluminação (sattwa), atividade (rajas) e inércia (tamas). Deles emanou todo o universo, juntamente com os instrumentos do conhecimento, como a mente, os sentidos etc, e os objetos perceptíveis, como os elementos físicos. O universo existe de modo tal que o experimentador pode experimentá-lo — e dessa forma libertar-se.

A última frase deste aforismo é uma das mais importantes deste livro.

É a resposta de Patanjali aos indivíduos-porcos, aqueles que desejam permanecer chafurdando em seu lodo. Quando se lhes diz que, em última instância, toda experiência sensorial é dolorosa, os indivíduos-porcos tornam-se desdenhosos e irados. Julgam que semelhante filosofia é covarde e carente de espírito. Não se deve temer o prazer, clamam; deve-se agarrar o momento fugaz e gozá-lo, seja qual for a consequência. Para comprovar, citam seus poetas (pois, a maioria dos melhores poetas escreveu poesia de porco), dizendo que "uma hora repleta de vida gloriosa vale mais do que uma vida toda sem nome", e que Patanjali é uma vovó desmancha-prazer, tímida e velha.

A essa acusação, retruca Patanjali: "Vocês é que realmente são medrosos. Vocês é que fogem da experiência. Falam demasiado de seus prazeres, e no entanto nada sabem do Prazer. Jamais tentam entender-lhe a natureza. O universo da experiência sensorial é um grande livro, e quem lê as suas páginas, até alcançar o discernimento, saberá finalmente que não existe nada senão o Atman. Nenhuma experiência é vã, nenhuma página de livro é supérflua, desde que o leitor aprenda algo dela e passe para a seguinte. Mas vocês jamais aprendem, jamais passam adiante. Lêem a mesma página reiteradamente, repetindo a mesma experiência sem sentido, como um homem semi-adormecido, lendo sem reter uma palavra".

Diz um ditado hindu: "A abelha vem para colher o mel, mas suas patas grudam nele". Só podemos evitar o destino da abelha se encararmos nossas vidas como uma busca incessante do seu significado, um exercício de discernimento entre o real e o irreal. Com esse espírito, receberemos de bom grado todo tipo de experiência, agradável ou dolorosa, e ela não nos desagradará. Porque a verdade se esconde em qualquer parte, dentro de cada experiência e de cada objeto do universo. Tudo o que nos acontece ao longo do dia, não importa quão aparentemente trivial isso seja, oferece algum indíciozinho

que nos pode conduzir a um conhecimento espiritual mais amplo e, quem sabe, à libertação.

19. Os gunas passam por quatro estágios: material, sutil, primitivo e não-evoluído.

Patanjali resume aqui o que já se explanou no comentário ao aforismo 17 do capítulo I. Quando o universo existe apenas em sua forma potencial, os gunas estão em perfeito equilíbrio, podendo-se descrever seu estado como não-evoluído e "não marcado". Ao começar a evoluir, e perturbado o equilíbrio dos gunas, encontramos o nascer do mahat, o sentido da individualidade cósmica. Descreve-se este estado como primitivo ou "designado". No estágio seguinte de evolução, quando os gunas se combinaram para formar a mente e as essências íntimas das coisas, seu estado é descrito como sutil ou "indefinido". Finalmente, quando o universo atingiu sua manifestação física, exterior, o estado dos gunas é chamado de material ou "definido". (Face à dificuldade de traduzir estes termos técnicos para o inglês, buscou-se uma tradução alternativa para cada caso.)

20.O Atman — o experimentador - é a consciência pura. Parece que ele assume as cores mutáveis da mente. Na realidade, ele é imutável.

21.O objeto da experiência existe apenas para servir aos propósitos do Atman.

22.Embora o objeto da experiência se torne irreal para aquele que atingiu o estado de libertação, ele permanece real para todos os outros seres.

23.O Atman — o experimentador — identifica-se com Prakriti — o objeto da experiência - a fim de que a natureza real do Prakriti e do Atman seja conhecida.

24.Essa identificação é provocada pela ignorância.

25.Desfeita a ignorância, desaparece essa identificação. Então a escravidão chega ao fim e o experimentador torna-se independente e livre.

Estes aforismos pareceriam exprimir, à primeira vista, uma idéia paradoxal. Patanjali, ao dizer que o experimentador se identifica com o objeto da experiência, a fim de que a natureza real de ambos seja conhecida, e ao acrescentar que essa identificação é provocada pela ignorância — faz-nos sentir certo espanto. Espantamo-nos porque Patanjali parece aceitar, e mesmo de certo modo aprovar, essa ignorância. Será a ignorância de fato desejável? Teria realmente sido muito melhor se jamais nos tivéssemos aliado ao Atman, se jamais tivéssemos deixado de estar conscientes de nossa natureza real? Seria mais ou menos como se um prisioneiro dissesse vaidosamente: "Esta prisão existe para que no fim eu possa livrar-me dela", esquecendo-se de que, se ele não tivesse cometido um crime, jamais seria preciso que ele fosse preso.

No entanto, esse espanto que sentimos é apenas mais um produto da mesma ignorância. Arraigados a maya, não podemos esperar compreender ou julgar a "justiça" ou a "injustiça" dessa escravidão, com base em nossos pequenos padrões éticos e relativos. A única certeza que temos é esta: os grandes santos que encontraram a libertação não lembravam suas lutas com amargura ou tristeza. Nem mesmo encaravam maya com medo — ao contrário, viam-no como um jogo fascinante e divertido. Alegavam-se em sua longa batalha pela liberdade. Próximo do fim desta vida, pôde escrever Swami Vivekananda: "Alegro-me de ter nascido, de ter sofrido, de ter cometido grandes erros e de ter alcançado a paz". Diante do aparente paradoxo da relação Atman - Prakriti, ficamos naturalmente perturbados pela dúvida e pela confusão. Mas, em vez de gastar nosso tempo arrazoando e filosofando, faremos melhor fixando nossos olhos naquelas figuras extraordinárias que chegaram ao fim da jornada e estão, por assim dizer,

acendendo-nos para que as sigamos. O triunfo deles é nossa garantia de que, seja como for e de algum modo que ainda não podemos entender, tudo tem o melhor dos propósitos.

26.A ignorância é eliminada, despertando-se para o conhecimento do Atman, até que não permaneça nenhum indício de ilusão.

27.O experimentador chega a este conhecimento em sete etapas, avançando até atingir a mais elevada.

Costuma-se apresentar os sete estágios pelos quais se atinge o conhecimento perfeito do Atman, como segue:

a) A convicção de que a fonte de toda a sabedoria espiritual está dentro de nós próprios; de que o Reino do Céu está dentro de nós. Como diz Swami Vivekananda: "Após longas buscas aqui e ali, em templos e igrejas, na Terra e nos céus, finalmente, completando o círculo por onde começamos, retornamos para a nossa própria alma e descobrimos que Ele, que estivemos buscando pelo mundo afora, pelo qual choramos e rezamos em igrejas e templos, para quem olhávamos como sendo o mistério escondido nas nuvens, está mais próximo do que tudo, é o nosso próprio Eu, a realidade da nossa vida, do nosso corpo e da nossa alma".

Palavras estimulantes estas, às quais nosso coração pode responder imediatamente; mas, a realidade sólida de sua verdade não se alcança tão facilmente. Não basta aceitá-la como uma definição intelectual. Não basta dar-lhe um olhar rápido em momentos de emoção religiosa ou de discernimento temporário. Não podemos pretender haver alcançado esse primeiro estágio enquanto não estivermos permanentemente conscientes da presença do Atman em nós. Uma vez seguros disso, saberemos também,

sem sombra de dúvida, que a união com o Atman é possível, pois não surgirá nenhum obstáculo externo que a impeça.

b)A interrupção do sofrimento. Como vimos, o sofrimento é provocado pelo nosso apego ou aversão aos fenômenos do mundo exterior. Interiorizando-se a mente, no sentido do conhecimento do Atman, tais apegos e aversões perdem a força. Já citamos a frase do Gità: "A ioga é a interrupção do contato com o sofrimento".

c)Samadhi - realização completa e união com o Atman. O universo objetivo desaparece. Experimenta-se o Atman como existência, consciência e alegria plenas. Nessa experiência, perde-se toda a sensação de separação e diferenciação individuais. Em *A jóia mais nobre do discernimento* de Shankara, o discípulo que atingiu o samadhi exclama: "Minha mente sentia-se como granizo naquela vasta extensão do oceano de Brahman. Tocando uma de suas gotas, eu me desmanchava, tomando-me um com Brahmaji. E agora, embora de volta à consciência humana, moro na alegria do Atman. Onde está este universo? Quem o carregou? Fundiu-se ele com outra coisa? Há pouco eu o via — agora já não mais existe. Isto é realmente fantástico! Eis aqui o oceano de Brahman, pleno de alegria sem fim. Como posso aceitar ou recusar seja o que for? Haverá algo distinto ou fora de Brahman? Agora, enfim e com clareza, sei que sou o Atman, cuja natureza é a alegria eterna. Não vejo nada, não ouço nada, não sei nada que seja distinto de mim".

d)Ao sair do samadhi, o homem volta à consciência do universo objetivo; mas essa consciência é diferente da espécie que todos provamos. A quem alcançou o samadhi, o mundo exterior parece não ir além da mera aparência. Na frase de Shankara: "ele é e não é". O homem iluminado não identifica mais o mundo exterior com o Atman. Ele vê que não passa de um reflexo do Atman — não inteiramente real, uma vez que é projetado pela

Realidade; falta-lhe ainda substância e existência independente, como uma imagem no espelho.

Nesse estágio, a pessoa sabe que não está mais presa a nenhum dever ou obrigação mundana. Como o define o Gitã: "Seus atos o abandonam". Claro, isso não significa que a pessoa que atingiu o samadhi não faz mais nada daí por diante. Ao contrário, a maioria dos grandes santos foram muito ativos, especialmente quanto a ensinar aos outros usam como grandes navios a vapor, disse Sri Ramakrishna, que não só cruzam eles próprios o oceano, mas ainda carregam muitos passageiros para a outra margem". Mas, as ações dos homens iluminados diferem das ações das pessoas comuns, porque não são motivadas por nenhum apego nem desejo egoísta. No sentido mais literal da expressão, são ações voluntárias. Para a maioria de nós, a ação é apenas parcialmente voluntária; contém sempre um elemento de compulsão, devido a nossos karmas passados e aos envolvimento presentes da vida sensorial. Por isso, o comportamento de um santo muitas vezes é de difícil compreensão para nós: parece estranho, arbitrário, caprichoso, justamente porque não está sujeito às nossas compulsões costumeiras. Pediram certa vez a um grande mestre que explicasse uma das ações aparentemente mais misteriosas que se encontra nos Evangelhos: a maldição de Cristo à figueira estéril. "Torne-se um Cristo — retrucou ele sorrindo — e então saberás por que ele fez isso".

e)Em seguida, vem a constatação de que a mente e o mundo objetivo completaram seus serviços para o experimentador. A mente foi o instrumento e o mundo o objeto da experiência pelos quais o experimentador chegou ao conhecimento do Atman, sua natureza verdadeira.

Usou-se a mente para transcender-se a mente, assim como usamos uma escada para "transcender" a escada. Atingindo o peitoril da janela à qual se apóia, a escada pode ser dispensada: não precisamos mais dela.

f)Então, as impressões arquivadas na mente, e os próprios gunas dissolvem-se para sempre, "como pedras (para citar um dos comentaristas clássicos) caídas do alto da montanha, que jamais retornam".

g) Chega-se, enfim, ao estágio final — o estado da existência eterna em união com o Atman. Agora não existe mais a volta do samadhi para a consciência parcial dos sentidos, nem a identificação com a mente. Constatamos, nas palavras de Vivekananda, "que estávamos sós em meio ao universo, que nenhum corpo ou mente jamais se relacionou conosco, nem muito menos se uniu a nós. Eles cumpriam sua missão e nós, pela ignorância, unimo-nos a eles. No entanto, estivemos sós, onipotentes, onipresentes, sempre abençoados; nosso próprio Atman era tão puro e perfeito, que nada mais exigíamos; no universo todo, talvez nada exista que deixe de refulgir diante de nosso conhecimento. Este será o estágio derradeiro, e o ioguim se tornará pacífico e calmo, não mais provando sofrimento, não mais se desiludindo, imune para sempre à miséria. Saberá que é um eterno abençoado, perfeito, todo-poderoso".

28. Assim que as impurezas forem removidas pela prática das disciplinas espirituais — os "membros" da ioga — a visão espiritual do homem abre-se para o conhecimento iluminado do Atman.

Inicia agora Patanjali uma descrição minuciosa dos chamados "membros" da ioga — as diversas regras e práticas que precisamos observar, a fim de limpar a mente de suas impurezas. Remover tais impurezas — os obstáculos ao conhecimento do Atman —,

eis o único propósito das disciplinas espirituais. Porque não se deve buscar o conhecimento em si mesmo. Ele já está em nós — ao contrário do conhecimento mundano, que é preciso adquirir-se de livros e experiências no mundo exterior. Quando os obstáculos tiverem sido removidos, revela-se imediatamente o Atman, o sempre-presente.

29. Os oito membros da ioga são: as várias formas de abstenção da prática do mal (yama); as várias observâncias (niyamas); a postura (asana); o controle do prana (pranayama); o afastamento da mente dos objetos dos sentidos (pratyahara); a concentração (dharana); a meditação (dhyana) e o mergulho no Atman (samadhi).

30. O yama é evitar ferir os outros, evitar a falsidade, o roubo, a incontinência e a ganância.

Haveremos de viver de tal modo que nossos pensamentos, palavras ou ações não causem ofensa ou sofrimento a nenhum outro ser. Num sentido positivo, isso significa que precisamos amar a todos e procurar ver dentro de todos o único Atman. Devemos sentir-nos como servos da humanidade, estando prontos a colocar-nos à disposição daqueles que necessitam de nós. Não quer isso dizer, porém, que devemos prestar-nos aos maus propósitos de terceiros, ajudando-os a cometer crimes: tais objetivos estariam em oposição aos ideais de yama. O homem verdadeiramente prestativo é como o ônibus elétrico público, disponível a quantos desejarem usá-lo, mas percorrendo, apesar de tudo, um trajeto predeterminado, rumo a seu destino.

Nossas palavras e pensamentos carecem de ser verdadeiros, sempre em conformidade com os fatos. Sri Ramakrishna costumava dizer que a espiritualidade verdadeira consiste em "tornar uma coisa só os lábios e o coração". Devemos cuidar,

porém, de não ferir os outros, dizendo coisas cruéis, ainda que verdadeiras. Nessas horas, melhor será calar-nos.

Não basta abstermo-nos de roubar; impõe-se não alimentarmos sentimentos de avareza, quer quanto a pessoas ou a objetos. Precisamos lembrar-nos de que nada realmente nos pertence neste mundo. Quando muito, fazemos empréstimos. Cumpre-nos, portanto, não tomar emprestado do mundo mais do que nos seja absolutamente necessário, utilizando-o por completo e adequadamente. Tomando mais do que necessitamos e dissipando-o, praticamos uma espécie de roubo contra o resto da humanidade.

A continência é a castidade em palavra, pensamento e ações. libertar-se da idéia de sexo é alcançar a pureza do coração. O sexo é inseparável do apego, e o apego é um obstáculo ao conhecimento espiritual.

Abster-se da gula tem sido também interpretado como uma abstenção de aceitar presentes. Citando Swami Vivekananda: "A mente do ioguim que também recebe presentes é influenciada pela mente do doador, de sorte que é provável que o benefício corrompa. A aceitação de presentes tende a destruir a independência da mente, tornando-nos servis". A muitos de nós estas podem parecer "palavras duras"; mas é preciso que nos lembremos de que Patanjali está descrevendo as disciplinas severas do ioguim consagrado. No mundo rotineiro, pode-se encarar a maior parte de semelhante "satisfação" seria uma indiferença cruel. Não temos o direito de reprovar um mendigo faminto por estar descontente. Ao contrário, como membros de uma comunidade, cabe-nos o dever positivo de ajudar os vizinhos menos favorecidos, a fim de que cheguem a situações de vida melhores e mais justas. Mas nossos esforços nesse sentido serão muito mais eficazes se não se inspirarem em razões de ganho ou vantagens pessoais dos

presentes como inofensivos, na medida em que são provas de afeto sincero. Não obstante, alguns há que não o são — especialmente quando pertencem àquela categoria algo sinistra, descrita pelos especialistas em imposto de renda, como "presentes de negócio" — e precisamos estar cômnicos, em geral, de uma aceitação demasiado fácil da generosidade e hospitalidade de outras pessoas.

31. Estas formas de abstenção são regras básicas de conduta. Precisam ser praticadas sem restrições de tempo, lugar, propósito ou leis de casta.

Patanjali não admite desculpas nem exceções. Quando nos adverte, por exemplo, para nos abstermos de ferir os outros, ele quer dizer exatamente isso. Ficaria impaciente com alguém que lhe afirmasse: "Por certo vou abster-me de matar - exceto, claro, no caso de guerra, no campo de batalha, ao estar combatendo por justa causa e sendo afinal minha obrigação, como membro das forças armadas".

32. Os niyamas (observâncias) são: pureza, satisfação, mortificação, estudo e devoção a Deus.

Pureza é limpeza física e mental. Se alguém vê a si próprio como a morada do Atman, sentirá naturalmente que seu corpo e mente precisam manter-se limpos. A limpeza exterior é particularmente importante pelos seus efeitos psicológicos sobre nós; o simples ato de lavar-se sugere a remoção da sujeira tanto mental como física. Involuntariamente, após um bom banho, estamos em condição de exclamar: "Agora me sinto melhor!"

Os órgãos internos do corpo precisam ser limpos e fortalecidos através de uma alimentação adequada. Da mesma forma, precisamos obedecer a uma "dieta" mental, a fim de limpar e fortalecer a mente. Precisamos cuidar de nossas leituras, conversas e até de todo "alimento" que entra em nossa mente. Precisamos cultivar a companhia das pessoas motivadas espiritualmente. Isto não implica, por certo, transformar em tabu certas pessoas e assuntos, alegando serem "mundanos" ou "pecaminosos". Esse

puritanismo negativista levaria apenas a um orgulho farisaico e ao desejo excuso do que é proibido. O que realmente importa, como sempre, é a nossa atitude. Se jamais fraquejarmos na prática do discernimento, descobriremos que todo encontro humano, tudo o que lemos ou ouvimos tem algo a nos ensinar. Mas essa consciência discriminatória é difícil de manter: por isso, o iniciante precisa ser cuidadoso. O perigo da tagarelice, dos passatempos "levianos", da imprensa efêmera, da ficção banal, das novelas de rádio e televisão etc, é simplesmente este: induzem-nos a viver num devaneio lânguido, inicialmente inofensivo, mas logo tomado de ansiedades, inclinações e repulsas— de tal modo que a mente se torna obscura e impura. Só a vigilância pode manter a limpeza da mente. "Tirado do equilíbrio, o coração não é mais o seu próprio mestre", diz São Francisco de Sales.

Diz-nos um mestre hindu: "Fala sempre a alguém sobre Deus". Eis uma recomendação sutil e profunda. Porque falar sobre Deus não significa apenas discutir temas abertamente "religiosos". Quase todo assunto, não importa quão "mundano" seja na aparência, pode ser analisado em relação à realidade espiritual subjacente. Não é tanto o *que* falamos, mas o *como* falamos sobre um assunto o que mais importa. Nem é preciso usar palavras como "Deus", "espírito", "oração" etc. Estas palavras servem para afastar ouvintes insensíveis, fazendo-os sentir que nos colocamos diante deles, num pedestal de santidade. Agiremos melhor lembrando-nos de que todo ser humano está procurando, ainda que confusamente, o significado da vida, e que receberá de bom grado a discussão sobre esse significado, desde que encontremos um vocabulário adequado a ele ou à sua condição. Se abordarmos a conversação sob essa ótica, conduzindo-a com caridade, franqueza, sinceridade e interesse sério pela opinião alheia, haveremos de surpreender-nos ao ver a intensidade de intercâmbio espiritual tácito, resultante de uma conversa aparentemente casual sobre eventos rotineiros, ciência, arte, política ou esporte.

Quanto às outras recomendações (observâncias) — já analisamos o significado de "mortificação" e "estudo", ao comentar o primeiro aforismo do capítulo II. Satisfação significa aceitação tranqüila de seu destino na vida, não se deixando perturbar pela inveja e a inquietação. Considerando que muitas vezes se recusam os mestres espirituais a pregar a aceitação passiva de um *status quo* injusto, impõe-se observar que Patanjali *não* nos está dizendo para ficarmos satisfeitos com o destino dos outros.

33. Para libertar-nos de pensamentos que nos desviam da ioga, devemos cultivar pensamentos de natureza oposta.

Tem-se aqui a técnica de despertar uma onda de pensamentos opostos, a fim de vencer as ondas de pensamentos dispersivos da mente. Já discutimos a matéria por ocasião dos cinco primeiros aforismos do capítulo I.

34. Os obstáculos à ioga — como os atos de violência e a mentira — podem ser criados diretamente ou provocados ou aprovados indiretamente; podem ser motivados por ganância, ira ou interesse próprio; podem ser pequenos, moderados ou enormes, mas jamais deixam de causar sofrimento e ignorância. Devemos recordar isso para superar os pensamentos dispersivos.

Tudo o que fazemos, dizemos ou pensamos, ou mesmo indiretamente causamos ou aprovamos passivamente — é inevitável que gere conseqüências (boas, más ou ambas), as quais, de algum modo, reagirão sobre nós mesmos. Nossos maus desejos mais secretos contra os outros, nossa permissão mais remota de mal feito aos outros, só pode mesmo acabar por ferir a nós próprios, aumentando nossa ignorância e sofrimento. Esta é uma lei inexorável da Natureza. Se a tivermos sempre presente, aprenderemos a controlar nossas palavras e pensamentos.

35. Quando a pessoa se mantém firme em abster-se de ferir os outros, então todos os seres vivos deixaram de sentir inimizade na sua presença.

Estamos afeitos a usar a palavra "inofensivo" num sentido algo depreciativo; virou quase sinônimo de "inútil". No entanto, a perfeita "inofensividade" do santo não é nem um pouco inútil; é uma força psicológica positiva de tremendo impacto. Quando alguém renunciou verdadeira e inteiramente à violência em seus pensamentos e no trato com os outros, começa a criar uma atmosfera à sua volta, na qual, forçosamente, deixam de existir a inimizade e a violência, porque não encontram correspondência. Até os animais são sensíveis a essa atmosfera. Os animais selvagens podem ser temporariamente assustados com chicotes, mas só se tornarão inofensivos pela força da inofensividade genuína — como bem sabe o verdadeiro treinador. Uma senhora acostumada a lidar com serpentes venenosas costumava explicar: "Pois é; elas sabem que eu não vou feri-las".

"O teste de ahimsa (inofensividade) é a ausência de ciúmes", diz Swami Vivekananda. "Os chamados grandes homens do mundo podem ser vistos tomando-se invejosos uns dos outros, por causa de um título insignificante, de uma fama irrisória e por pedacinhos de ouro. Enquanto dura esta inveja no coração, a pessoa está longe da perfeição do ahimsa".

36. Quando firme em abster-se da falsidade, a pessoa conquista o poder de atrair para si e para os outros os frutos de boas ações, sem precisar ela própria praticá-las.

Diz-se que uma pessoa comum é sincera quando suas palavras correspondem aos fatos a que se refere. Mas quando a pessoa se torna perfeita na sinceridade, conquista o controle, por assim dizer, da verdade. Não mais precisa "obedecer" aos fatos:

os fatos lhe obedecem. Ela não pode pensar, nem mesmo sonhar uma mentira; tudo quanto diz torna-se verdade. Se abençoa alguém, esse alguém é abençoado — pouco importa se a bênção foi merecida ou não. Noutras palavras, tem ela o poder de conceder "os frutos das boas ações" de modo não sujeito à Lei do Karma. Pode ainda realizar curas milagrosas, dizendo simplesmente ao doente que ele está bem.

37. Quando firme em abster-se do roubo, a pessoa angaria toda a prosperidade.

Pode-se explicar este aforismo de duas formas. Em primeiro lugar, ao libertar-se uma pessoa de todos os sentimentos de cobiça, não sente mais falta de nada: fica, portanto, na mesma situação do indivíduo mais rico da Terra. Em segundo lugar, é certo que a falta do desejo de bens materiais parece realmente, em muitos casos, atrair tais bens. Com diz Vivekananda: "Quanto mais você foge da natureza, mais ela o persegue; e se você não lhe der a mínima atenção, ela se tornará sua escrava".

38. Uma vez firme na abstenção da incontinência, o indivíduo conquista a energia espiritual.

A prática sexual e os pensamentos e fantasias do sexo consomem boa parte da nossa força vital. Quando conservada pela abstinência, essa força sublima-se em energia espiritual. Tal energia é indispensável ao mestre espiritual; é a força através da qual transmite o entendimento aos discípulos. Porque a religião não se "ensina" como a história ou a matemática: transmite-se como a luz ou o calor.

39. Quando firme em abster-se da ganância, o indivíduo conquista o conhecimento de suas existências passada, presente e futura.

O apego e a ansiedade que o acompanha são obstáculos ao conhecimento. Quando se está desesperadamente agarrado à beira de um precipício (e da mesma forma, à vida), não se tem condição de apreciar o lugar de onde se saiu, ou o lugar que se acabou de galgar. Por isso, nos diz Patanjali que o desapego resultará no conhecimento de nossa caminhada humana, através de nossas existências passada e futura. Esse conhecimento seria, ele próprio, naturalmente, uma prova da teoria da reencarnação.

40. Como resultado da pureza, surge a disposição da mente, a força da concentração, o controle das paixões e a aptidão para a visão do Atman.

41. Além disso, conquista-se a pureza do coração, a disposição da mente, a força da concentração, o controle das paixões e a aptidão para a visão do Atman.

Neste ponto, Patanjali escreve os resultados alcançados pela prática das várias recomendações (niyamas).

O corpo físico é a manifestação mais grosseira e mais exterior da nossa consciência. Ao purificar-se a mente do homem, perde ele naturalmente a identidade com o seu corpo. Torna-se, pois, indiferente a ele, olhando-o como mera vestimenta externa, nem nova nem limpa. Ademais, deixa de desejar os corpos dos outros, uma vez que não identifica mais esses corpos com a consciência que neles habita. Se de fato conhecêssemos e amássemos o Atman dentro dos outros, o ato sexual nos pareceria completamente sem sentido. Quando se reconhece a existência do Atman em toda parte e sua unidade permanente, por que haveriam de abraçar-se dois revestimentos externos?

A pureza da mente mostra-se no humor da pessoa. Ela se torna cada vez mais dominada por sattwa, o guna da iluminação e da felicidade pacífica. "O primeiro sinal de que você está se tornando religioso" — diz Vivekananda — "surge quando você começa a

tomar-se alegre. Para o ioguim, tudo é felicidade, cada face humana que ele vê traz-lhe satisfação. A miséria é causada pelo pecado e por nada mais. Que quer você com uma cara amarrada? Se estiver de cara amarrada, não saia nesse dia, feche-se no seu quarto. Que direito você tem de carregar essa doença mundo afora?"

42. Como consequência do contentamento, chega-se à felicidade suprema.

Vale bastante a pena analisar as circunstâncias das ocasiões em que se foi verdadeiramente feliz. Pois, como diz John Masefield: "Os dias que nos fazem felizes, fazem-nos também sábios". Ao analisá-las, é quase certo que percebamos terem uma característica comum. Houve ocasiões em que, por esta ou aquela razão, perdemos temporariamente a ansiedade; quando, o que é bem raro, vivemos profundamente mergulhados no presente, sem lamentar o passado nem inquietar-nos com o futuro. Isso Patanjali entende como satisfação.

Há ainda, naturalmente, a felicidade oriunda da satisfação do desejo: pode ser bastante vivida, mas limitada pela sua própria natureza, de duração relativamente curta. Porque a satisfação de um desejo desperta imediatamente outro, e dessa forma o momento de felicidade acaba em nova ansiedade. E até a própria satisfação tem, por assim dizer, uma sombra permanente atrás de si. Escrevendo sobre o amor sexual, Marcel Proust diz que ele contém "um peso constante de sofrimento que a felicidade neutraliza mas que, a qualquer momento, pode-se tornar o que há muito teria sido, se não tivéssemos alcançado o que buscávamos - a agonia pura". Essa verdade desagradável evidencia-se bem quando vista em perspectiva. Se compararmos nossas lembranças, veremos que em geral os momentos de satisfação tornaram-se indistintos e confusos, enquanto os momentos de moderação conservaram-se através dos anos.

Pela lógica, não se explica por que a moderação traria felicidade. Caso se tivesse passado por isso, poder-se-ia supor, com plausibilidade, que a ausência de desejo provocaria apenas um estado de espírito neutro, maçante, ao mesmo tempo sem alegria e sem tristeza. O fato de não ser assim é prova evidente de que a felicidade intensa, a alegria do Atman, está sempre dentro de nós, pode ser libertada a qualquer instante, rompendo as barreiras do desejo e do medo que erguemos a nossa volta. Por outro lado, como poderíamos ser tão felizes, sem qualquer razão aparente?

43. Como resultado da mortificação, removem-se as impurezas. Então o corpo e os órgãos dos sentidos adquirem forças especiais.

A prática da autodisciplina apura nossas percepções sensoriais e mesmo nossa substância física, até que nos conscientizemos das forças físicas latentes, como o poder de clarividência, telepatia, levitação etc.

44. Como consequência do estudo, conquista-se a visão do aspecto de Deus que se escolheu para adorar.

Como já se observou (capítulo II, aforismo 1), entende Patanjali por "estudo" não apenas a leitura das escrituras, mas também a prática do japam, isto é, a repetição do mantra (o nome sagrado de um aspecto escolhido de Deus), que o mestre nos ensinou, no instante da iniciação (I, 27-29). É à prática do japam que Patanjali se refere especificamente aqui.

45. Como consequência da devoção a Deus, chega-se ao samadhi.

Este aforismo e o anterior referem-se ao que se chama bhaktiyoga. Já mencionamos estas iogas ou caminhos da união com Deus. Agora, para fins de clareza, será bom definir as quatro mais importantes.

A ioga bhakti é o caminho da devoção amorosa a Deus. Expressa-se através de um ritual de adoração, da prece e do japam. É o cultivo de uma relação pessoal, intensa, direta entre o adorador e o adorado. Na prática da ioga bhakti, escolhe-se algum aspecto especial de Deus, ou alguma encarnação divina, a fim de que o amor do devoto se possa concentrar mais facilmente. Àqueles naturalmente atraídos por esta abordagem, ela é provavelmente a mais simples de todas. E é fora de dúvida que a maioria dos crentes das principais religiões do mundo são fundamentalmente ioguins bhaktis.

A ioga karma é o caminho da ação generosa, dedicada a Deus. Dedicando os frutos do próprio trabalho a Deus, e agindo sempre justamente e para fins justos (empregando o melhor de seu conhecimento e habilidade num dado momento), pode-se alcançar gradualmente a sabedoria e o desapego. Transcende-se a ação pela ação. Abandonam-se os laços do apego. A roda do karma deixa de girar. A paz invade o espírito e Brahman é conhecido. A ioga karma é o caminho mais indicado para os temperamentos fortes, que sentem o chamado do dever e do trabalho no mundo das realizações humanas. Conduz tais pessoas através dos perigos da impetuosidade excessiva e da ansiedade indevida, mostrando-lhes como encontrar "a não-ação dentro da ação", a calma dentro da confusão. O conselho de Sri Krishna a Arjuna, no Gità, refere-se, em grande parte, à prática da ioga karma.

A jnana yoga é o caminho do discernimento intelectual, o caminho da busca de Brahman por meio da análise da natureza real dos fenômenos. A ioga jnana rejeita tudo o que é transitório, aparente e superficial, dizendo "isto não, isto não", e chegando dessa

forma ao Brahman pelo processo de eliminação. Este é um caminho difícil, que exige tremenda força de vontade e clareza de mente. Não é para pessoas comuns. Mas tem atraído e convertido em santos muitos homens e mulheres notáveis que, de outro modo, não teriam absolutamente abraçado a religião.

A rafa yoga muitas vezes é chamada de ioga da meditação. Não é tão fácil de ser definida, como as demais, pois, em certo sentido, combina-as todas. Porque a meditação pode incluir a ação dedicada a Deus (isto é, o ritual da adoração), o discernimento e a concentração num aspecto escolhido de Deus. A ioga raja preocupa-se também com o estudo do corpo como veículo da energia espiritual. Descreve-se, por exemplo, a natureza e a função dos vários centros psíquicos, como o "lótus do coração", a que já nos referimos (capítulo I, aforismo 36). Considerando que a ioga raja salienta o valor da meditação científica, formal — destina-se primeiramente àqueles que desejam levar uma vida monástica ou, pelo menos, predominantemente contemplativa. Entretanto, deveria por certo ser estudada por todas as pessoas inclinadas à espiritualidade. Ensina-nos ela a importância da técnica da oração.

E desnecessário dizer: não se deve aplicar tão estritamente estas categorias, a ponto de fazer distinção entre as variedades de temperamentos espirituais. Uma ioga não pode ser posta em prática com exclusão completa das demais. Ninguém que siga um caminho verdadeiramente religioso pode fazê-lo sem amor, discernimento e ação dedicada. Ninguém pode igualmente prescindir da meditação. Amor sem discernimento cai no sentimentalismo. Discernimento sem amor leva ao orgulho espiritual. E estamos todos envolvidos em ação, "como o fogo pela fumaça". O cristianismo, por exemplo, é uma abordagem de Deus preminentemente bhakti, embora entre seus santos encontremos tipos jnanas, como Tomás de Aquino, e iogins karmas, como São Vicente de Paulo. É tudo uma questão de ênfase e, em última análise, tem sua mistura particular de iogas.

Mas a observância dos "membros da ioga" é essencial, seja qual for a ioga seguida. No que tange à ioga bhakti, vale a pena citar uma conversa gravada entre Sri Ramakrishna e um de seus discípulos:

Discípulo: Senhor, Deus possui forma ou não?

Sri Ramakrishna: Ninguém pode afirmar definitivamente que ele é "isto" e "nada mais". Ele é informe e ao mesmo tempo possui formas. Para o devoto, ele assume formas. É informe para o jnani que, seguindo o caminho do discernimento, experimentou em seu ser mais íntimo o nada do seu ego e do mundo das aparências. É como um sonho. Realiza Brahman em sua própria consciência íntima. As palavras não conseguem expressar essa Realidade. Para o devoto, o mundo é real, uma criação de Deus, e ele próprio é também real, como uma entidade distinta. Para o devoto, Deus aparece como um Ser Pessoal.

Sabe como ele é? Compare Brahman a um oceano sem praias. Como a influência refrescante, por assim dizer, do amor intenso do devoto, a água informe enregelou-se, em alguns pontos, convertendo-se em blocos de gelo. Quer dizer, Deus, às vezes, revela-se como Pessoa e sob formas aos devotos. Por sua vez, com o despertar do sol do conhecimento, os blocos de gelo derretem-se; então, já não é mais visto como Pessoa, nem se lhe vêem as formas. Quem haverá então que possa ser descrito? O ego desapareceu por completo.

Discípulo: Senhor, por que existem tantas opiniões divergentes acerca da natureza de Deus?

Sri Ramakrishna: Na verdade, não são contraditórias; à medida que o homem o percebe, ele expressa-se a si próprio. Se alguém o alcança, deixa de ver contradição... Kabir costumava dizer: "O Absoluto informe é meu Pai, e Deus com forma é minha Mãe".

Discípulo: Pode-se ver Deus, senhor? Em caso afirmativo, por que não o vemos?

Sri Ramakrishna: Sim, seguramente podemos vê-lo. Pode-se vê-lo sob formas, e também informe.

Discípulo: Então, como fazer para vê-lo?

Sri Ramakrishna: Você é capaz de chorar por ele com um coração cheio de saudades? As pessoas vertem baldes de lágrimas por seus filhos, cônjuges, ou por dinheiro. Mas quem chora por Deus? Enquanto a criança se entretém com brinquedos, a mãe está ocupada nos afazeres domésticos. Cansada dos brinquedos, a criança deixa-os de lado e chora pela mãe: esta então corre e toma o filho nos braços.

Assim como o devoto pode escolher o aspecto particular de Deus que se sinta mais inclinado a adorar, pode também escolher o tipo particular de relação que deseja estabelecer entre Deus e si mesmo. Para Jesus, Deus era um Pai. Para Ramakrishna, Deus era uma Mãe. O irmão Lawrence via-se como um servo de Deus. Os Magos do Oriente adoraram Deus como o Cristo menino. Arjuna, na pessoa de Krishna, via Deus como um Amigo, enquanto Radha o via como um Amado. Assim, todas as relações humanas podem ser sublimadas através da prática da ioga bhakti.

46. Postura (asana) é permanecer numa posição firme, mas repousante.

Asana significa duas coisas: o lugar onde o iogue se senta e a maneira como aí permanece. Com relação ao primeiro sentido, diz-nos o Gità: "O lugar em que ele se

senta deve ser rígido, nem alto demais nem demasiado baixo, e situado num ponto limpo. Deve antes cobri-lo de erva sagrada, depois com uma pele, e finalmente com um pano". Estas eram as exigências tradicionais; mas servirá perfeitamente qualquer assento conveniente e estável.

A tradição hindu define também a postura. A asana mais notável é a postura chamada lótus, em que o iogue se senta de pernas cruzadas, com os pés encolhidos, de modo a tocarem o alto das coxas. Há ainda muitas outras, exigindo flexibilidade bem maior dos membros. Entretanto, o que de fato importa é conservar uma posição em que se possa manter absolutamente ereto, tendo o peito, pescoço e cabeça em linha reta, mas sem fazer esforço, de tal sorte que se esqueça por completo o corpo. Não é nada fácil, no início. Os iniciantes mais idosos acharão mais fácil sentar-se eretos numa cadeira. Mas, é mais aconselhável sentar-se no chão porque, ao alcançar-se certo grau de concentração profunda, há sempre o risco de cair.

A importância de manter-se o corpo ereto deve ser manifestada mesmo àqueles que jamais praticaram a meditação. É uma questão de experiência comprovada que se pensa mais claramente nessa posição do que quando se está sentado com as costas encurvadas. Para o iogue, porém, é absolutamente necessária a postura ereta. Quando a mente está profundamente compenetrada, sente-se subir uma corrente através da espinha: e a passagem dessa corrente deve ser reta e livre. Diremos mais sobre este assunto ao comentar os aforismos 49 e 50 deste capítulo.

47. A postura torna-se firme e relaxada através do controle das tendências naturais do corpo e através da meditação sobre o infinito.

Uma postura bem natural é muito rara. A maioria das pessoas posicionam-se mal, ficando sujeitas a toda espécie de tensões físicas. A asana, portanto, precisa aperfeiçoar-se através de um treinamento cuidadoso. A meta é chegar a um estado de alerta espontâneo, no qual o corpo esteja perfeitamente ereto e, no entanto, perfeitamente relaxado. Considerando que o corpo desajustado exprime apenas um estado de mente tenso e inquieto, recomenda-se que acalmemos nossas mentes, meditando sobre o que é infinito. Nossas mentes são incapazes de imaginar o Brahman infinito; mas, em contrapartida, podemos refletir sobre a expansão ilimitada do firmamento.

48. Depois disso, não seremos mais perturbados pelas dualidades da experiência sensorial.

Quer dizer, por aquilo que o Gita chama de "pares de opostos", as dualidades aparentes do mundo fenomenológico, como o calor e o frio, o prazer e a dor, o bem e o mal etc.

Este domínio completo do corpo não decorre, naturalmente, apenas da postura, porém de um estado de compenetração na consciência de Deus. Patanjali prossegue descrevendo práticas adicionais necessárias para que se alcance semelhante estado.

49. Depois de dominar a postura, é preciso praticar o controle do prana (pranayama), interrompendo os movimentos de inalação e exalação.

50. Pode-se interromper a respiração externa ou internamente, ou cortando-a em meios movimentos e regulando-a de acordo com o lugar, tempo e número fixo de movimentos, de tal modo que a interrupção seja longa ou breve.

Como já vimos (capítulo I, aforismo 34), o prana significa a energia vital da qual vivemos. Sendo essa energia renovada pela respiração, podemos, às vezes, traduzir prana por "respiração"; mas a palavra tem uma conotação muito mais ampla - por quanto todas as forças do corpo e todas as funções dos sentidos e da mente são consideradas expressões da força do prana.

Citando o Upanishad Prasna:

Então Bhargava se aproximou do mestre e perguntou:

- Senhor santo, quantos poderes distintos seguram este corpo? Qual deles mais se manifesta nele? E qual é o maior?

- Os poderes, replicou o sábio, são o éter, o ar, o fogo, a água e a terra — formando os cinco elementos que compõem o corpo; e, além deles, a fala, a mente, os olhos, os ouvidos e os demais órgãos dos sentidos. Certa vez, estes poderes fizeram a afirmação orgulhosa: "Nós seguramos o corpo e lhe damos suporte"; por isso, o Prana, a energia primordial, superior a eles todos, disse-lhes: "Não se iludam; apenas eu, dividindo-me em cinco partes, seguro este corpo e o sustento". Mas, eles não lhe deram crédito.

Para reabilitar-se, Prana fez como se fosse abandonar o corpo. Mas, tão logo se ergueu e pareceu partir, os demais perceberam que, se ele saísse, eles também tinham de se ir com ele; como Prana novamente se acomodou, os demais acharam seus respectivos lugares. Assim como as abelhas debandam quando a rainha parte, e retornam à sua volta, o mesmo ocorre com a fala, a mente, a visão, a audição e tudo o mais. Convencidos de seu erro, os poderes louvam então Prana, dizendo-lhe:

- Como o fogo, Prana arde; como o Sol, ele brilha; como as nuvens, chove; como Indra, governa os deuses; como o vento, sopra; alimenta a todos como a Lua.

Ele é o visível e o invisível: é a vida imortal

Segundo a filosofia da ioga raja, uma reserva imensa de energia espiritual situa-se na base da espinha. Essa reserva de energia é conhecida como a kundalini "aquela que se enrola"; daí ser às vezes mencionada como "o poder da serpente". Ao manifestar-se, diz-se que a kundalini percorre a espinha através dos seis centros de consciência, alcançando o sétimo, o centro do cérebro. Atingindo os centros superiores, gera diversos graus de iluminação. Explica-se melhor este processo pelas palavras de Ramakrishna:

Falam as escrituras de sete centros de consciência. A mente pode residir em qualquer deles. Quando apegada às coisas mundanas, reside a mente nos três centros inferiores — no umbigo, nos órgãos de reprodução e no órgão de evacuação. Neste caso, ela deixa de ter ambições ou visões espirituais mais elevadas. Fica imersa nos desejos da luxúria e da avidez.

O quarto centro está no coração. Quando a mente aprende a residir nele, o indivíduo experimenta seu primeiro despertar espiritual. Tem então a visão de luz por toda parte. Vendo esta luz divina, fica todo encantado e diz: "Ah, que felicidade!" E sua mente não volta para os centros inferiores.

O quinto centro está no pescoço. Aquele cuja mente alcançou este centro livra-se da ignorância e da ilusão. Não se alegra em ouvir ou falar em nada senão em Deus.

O sexto centro está na fronte. Ao alcançar a mente este centro, tem-se a visão direta de Deus, dia e noite. Mas ainda permanecem no aspirante à espiritualidade

pequenos traços do ego... E como a luz de uma lanterna; sente-se como se fosse possível tocar a luz, mas não se pode, por causa da obstrução do vidro.

O sétimo centro está no alto da cabeça. Atingindo-o a mente, conquista-se o samadhi. Torna-se o indivíduo conhecedor do Brahman, une-se ao Brahman.

O estudo da ioga raja será de grande valia àqueles cujas mentes estão deformadas por uma educação puritana convencional. O perigo do puritanismo está em inclinar-nos a olhar certas funções e poderes do corpo como maus e outras funções e poderes como bons, sem enxergar nenhuma relação entre os dois grupos. A ioga raja lembra-nos que o corpo-mente possui apenas a força-da-vida. Essa força exprime-se de diferentes modos, em níveis diferentes de consciência. Ela pode induzir a pessoa a pintar um quadro, a disputar uma corrida, a ter uma relação sexual ou a dizer suas orações. Mas é sempre a mesma força, seja onde for que ela nos apanhe; da mesma forma que, numa loja de departamentos, o mesmo elevador nos conduz para a seção de chapéus femininos, de artigos esportivos, de móveis e para o restaurante na cobertura. Certas pessoas que leram (e não compreenderam) Freud ousam dizer, zombeteiras: "A religião não passa de sexo reprimido". E esse comentário parece chocar-nos, levando-nos a abandonar a religião com repugnância. Todavia, não teria chocado Patanjali nem um pouco, embora talvez ele sorrisse diante de tal estupidez. "O sexo, teria retorquido ele, nada é senão religião em potencial. Emprega a mesma energia para um propósito mais elevado e alcançarás a iluminação."

De acordo com a ioga raja, a coluna vertebral contém duas correntes nervosas (ida, à esquerda, e pingala, à direita) e uma passagem central chamada sushumna. Ao manifestar-se, a kundalini atravessa o sushumna que, nas pessoas naturalmente não-religiosas, permanece fechado. Falando dos centros do umbigo, do coração, do pescoço

etc, Ramakrishna emprega termos físicos, a fim de dar as posições aproximadas dos centros que, na verdade, situam-se dentro do próprio sushumna.

Esses centros muitas vezes também são chamados de "lótus" na literatura iogue, porque se diz que surgem sob a forma de um lótus para aqueles cuja visão espiritual os habilita a vê-los. (Veja-se capítulo I, aforismo 36.) Vivekananda menciona que podemos imaginá-los correspondendo aos diversos plexos da fisiologia ocidental. Como já vimos, a fisiologia iogue não faz distinção absoluta entre matéria bruta e sutil: é tudo uma questão de grau.

Diz Vivekananda: "Quando, pela força da meditação interior intensa, a imensa massa de energia armazenada percorre o sushumna e colide com os centros, a reação é violenta, muitíssimo maior do que a reação de um sonho ou da imaginação, e muitíssimo mais intensa do que a reação da percepção dos sentidos. Sempre que se teve qualquer manifestação do que normalmente se chama poder ou sabedoria sobrenatural, uma corrente fraca de kundalini deve ter encontrado aí seu caminho para o sushumna. Só que, na grande maioria desses casos, as pessoas devem ter tropeçado em alguma prática que liberou uma minúscula porção da kundalini. Todo culto, consciente ou inconscientemente, leva a esse resultado. A pessoa que pensa estar recebendo resposta às suas preces ignora que a realização vem da sua própria natureza, que teve êxito pela atitude mental da prece, a qual despertou um pouco desse poder infinito, que se acha enrolado dentro dela mesma. Assim, aquilo que o homem, em sua ignorância, adora sob diversos nomes, em meio ao medo e tribulação - o ioguim declara ao mundo que é o poder real enrolado em cada ser, a mãe da felicidade eterna, desde que saibamos abordá-la. E a ioga é a ciência da religião, a base lógica de todo o culto, de todas as preces, formas, cerimônias e milagres".

O objeto do pranayama é despertar a kundalini, e com isso controlar o prana, a energia vital. Já se disse, o prana manifesta-se primeiramente na função da respiração. Portanto, pode-se obter o controle do prana, praticando-se os exercícios de respiração.

Toda a técnica do pranayama está centrada na interrupção da respiração. Se a respiração for contida após a exalação, uma vez esvaziados de ar os pulmões — chama-se a essa parada de "exterior". Se interrompida após uma inalação, tem-se uma parada "interior". Entende-se por "lugar" a parte específica do corpo na qual se dá a interrupção — pois uma inalação ou exalação não precisa necessariamente ser total. Em seguida, pode-se sustar de novo, por algum tempo, a respiração.

Há aspectos altamente técnicos que não cabem neste comentário, pois nossa preocupação maior diz respeito ao ensinamento filosófico e espiritual de Patanjali. O que se deve enfatizar é isto: não convém a ninguém praticar os exercícios avançados do pranayama sem a supervisão constante de um mestre experiente. E ninguém deverá praticá-los, em nenhuma circunstância, a menos que esteja levando vida absolutamente casta, dedicada totalmente à busca de Deus. Caso contrário, podem com facilidade conduzir a perturbações mentais da pior espécie. Os que encorajam outros a adotar tais práticas por curiosidade ou vaidade não merecem outro nome senão o de criminosos. A força espantosa da kundalini não é coisa com a qual se possa brincar levemente e dela abusar.

Entretanto, há um exercício inofensivo de respiração que pode ser usado para acalmar a mente, preparando-a para a concentração. Fecha-se a narina direita com o polegar da mão direita e respira-se profundamente com a narina esquerda. Perceba, ao fazer isso, que você está inalando o prana puro e sagrado pela respiração vital, e enviando pelo nervo ida uma corrente à kundalini, situada no interior do lótus triangular

básico, na base da espinha. Sustenha a respiração um pouco, repetindo a interjeição sagrada OM. Depois, soltando a narina direita, feche a narina esquerda com o dedo indicador. Exale através da narina direita, sentindo ao fazer isto que você está expelindo todas as impurezas do corpo. Em seguida, conservando ainda presa a narina esquerda inale através da narina direita, enviando a corrente pelo nervo pingala — e repita o processo no sentido contrário. (Ou seja, apenas uma narina é mantida livre por vez, fazendo-se a troca sempre antes da exalação.) Pode-se repetir o exercício por vários minutos, até que se sinta seus efeitos calmantes. É pouco provável que cause danos, pois não implica a interrupção excessiva da respiração, ou o estímulo demasiado do corpo com muito oxigênio.

51. O quarto tipo de pranayama é a interrupção da respiração provocada pela concentração em objetos internos ou externos.

Os dois aforismos anteriores definiram três operações do pranayama: inalação, exalação e suspensão da respiração durante certo número fixo de minutos. Todas essas operações são controladas pela vontade consciente; são partes de um exercício deliberado. Mas a quarta operação é involuntária e natural. Alcançado o controle completo do prana, através dos exercícios, ou quando se atingiu determinado estágio do desenvolvimento espiritual, através da devoção a Deus sem a prática do pranayama - então a respiração pode interromper-se por si mesma, a qualquer tempo.

III. FORÇAS

1. A concentração (dharana) mantém a mente num centro de consciência espiritual do corpo, ou a fixa em alguma forma divina, dentro ou fora do corpo.

O primeiro dos cinco "membros" da ioga foram discutidos no capítulo anterior. Restam três: a concentração (dharana), a meditação (dhyana) e a absorção (samadhi).

Os centros de consciência espiritual aqui mencionados são os sete lótus (capítulo II, aforismos 49-50). Para concentrar-se, é preciso fixar a mente na Luz interior dentro de um desses lótus, conforme instrução do mestre. Ou então, concentrar-se na forma do Ideal Escolhido, procurando visualizar essa forma dentro de um lótus, ou completamente fora do próprio corpo.

2. A meditação (dhyana) é um fluxo ininterrupto de pensamento voltado para o objeto da concentração.

Em outras palavras, a meditação é a concentração prolongada. Compara-se freqüentemente o processo de meditar com o despejar de óleo de um recipiente em outro, num fluir constante, ininterrupto. Vimos (1,2) que Patanjali define o pensamento como uma onda (vritti) da mente. Em geral, uma onda de pensamento surge, permanece algum tempo na mente e depois cessa, dando lugar a outra onda. Na prática da meditação, surge na mente uma sucessão de ondas idênticas, e isso se faz de forma tão rápida que nenhuma onda consegue desaparecer antes que outra lhe ocupe o lugar. O efeito, portanto, é de uma continuidade perfeita.

Se batermos cem metros de fotos sem mover a câmera ou o objeto, e em seguida projetarmos o resultado numa tela, os expectadores acabarão olhando uma única foto sem movimento. As muitas e idênticas fotos estarão resumidas numa só.

Ver-se-á, por essa definição, que a dhyana de Patanjali não corresponde exatamente ao nosso entendimento usual da palavra "meditação". Entendemos geralmente por "meditação" uma operação mais ou menos discursiva da mente em torno de uma idéia central. Se, por exemplo, dizemos que estivemos meditando sobre Cristo, queremos significar que não só tentamos fixar nossa mente na forma ideal do Cristo, mas que também estivemos pensando em seus ensinamentos, milagres, discípulos, crucifixo etc. Tudo isso é muito bom, mas não passa de ensaio para o que se pode chamar propriamente dharana e dhyana.

3. Quando, ao meditar, a natureza real do objeto resplandece, não distorcida pela mente do observador — tem-se a absorção (samadhi).

A percepção sensorial comum é distorcida e matizada pela imaginação do observador. Decidimos previamente o que é aquilo que julgamos ver, e essa pré-concepção interfere em nossa visão. Muito freqüentemente, grandes pintores têm sido criticados com violência porque pintaram as paisagens como de fato elas são, e não como as pessoas pensavam que elas deviam ser.

Somente na percepção supersensitiva do samadhi é que vemos um objeto na verdade de sua natureza real, totalmente livre das distorções da nossa imaginação. O samadhi é, de fato, muito mais do que a percepção: é o conhecimento direto. Ao dizer a Vivekananda: "Vejo Deus mais real do que te vejo", Sri Ramakrishna falava a estrita verdade. Porque Ramakrishna queria dizer que via Deus no samadhi, ao passo que via

Vivekananda com os olhos de sua percepção sensorial comum, a qual deve necessariamente conter certa dose de distorção.

4. Quando a concentração, a meditação e a absorção se concentram sobre um objeto, recebem o nome de samyama.

Samyama é apenas um termo técnico apropriado para descrever o processo tríplice pelo qual se conhece a verdadeira natureza de um objeto.

5. Através do domínio de samyama surge a luz do conhecimento.

6. E preciso explicá-lo etapa por etapa.

Adverte-nos Patanjali para não nos apressarmos. De nada adianta tentar a meditação, antes que tenhamos dominado a concentração. É inútil procurar concentrar-se sobre objetos sutis enquanto não se for capaz de concentrar-se sobre os objetos materiais. É altamente perigosa qualquer tentativa para encurtar desse modo o caminho do conhecimento. Pode-se, por exemplo, conseguir certas experiências psíquicas, sob a influência de drogas. Entretanto, tais experiências, obtidas nessas condições, não resultam em benefícios espirituais duradouros. Ao contrário, são em geral acompanhados de recaídas no desespero e no agnosticismo completos.

A Purana Vishnu, uma das escrituras hindus, ensina a prática da meditação por etapas, começando pela adoração de Deus sob determinada forma, e terminando na percepção da unidade de Atman e Brahman.

"Medita em Vishnu, o habitante do coração de todos os seres, sentado num lótus em meio aos raios do Sol, seu corpo luminoso, adornado com diadema, colar, brincos e braceletes de grande esplendor, e tendo nas mãos concha e cetro.

Em seguida, deverá o sábio meditar na forma luminosa e benigna do Senhor, sem a concha e o cetro, mas ataviado de ornamentos.

Concentrando-se a mente na forma, é preciso que ele mantenha a mente na forma sem os ornamentos.

Em seguida, é preciso que medite em sua unidade com a forma luminosa do Senhor.

Finalmente, deve deixar que a forma se desvaneça, e meditar no Atman."

7. Concentração, meditação e absorção: ajudas mais diretas para a experiência do que os cinco membros antes descritos.

Isto significa que os cinco primeiros membros da ioga são apenas uma forma de treinamento para o aspirante, a fim de prepará-lo para a prática do samyama (concentração - meditação - absorção). A mente e os sentidos precisam ser purificados pelo cultivo das virtudes éticas, enquanto o organismo todo precisa ser fortalecido pra que possa estar em condições de suportar as experiências formidáveis que o aguardam. Mas isso é apenas o começo. Até mesmo o samyama é apenas o começo. Porque sempre que nos inclinamos a sentir orgulho de algum pequenino indício de progresso espiritual em nós, melhor faríamos se nos lembrássemos das palavras sóbrias e estupendas de Brahmananda: "A vida espiritual começa depois do samadhi".

8. Mesmo estes, porém, não são ajudas diretas para o samadhi sem semente.

A prática do samyama leva ao samadhi inferior. Mas o samadhi "sem semente" (nirvikalpa) exige um esforço espiritual adicional e até mesmo mais intenso. (Veja-se

capítulo I, aforismo 51. Quase tudo o que Patanjali diz aqui sobre o assunto é mera recapitulação.) Patanjali fala agora do nirvikalpa:

9. Quando a visão do samadhi inferior é suprimida por um ato de controle consciente, de tal modo que não existam mais na mente quaisquer pensamentos e visões, chegou-se ao controle das ondas de pensamento da mente.

10. Tornando-se contínua a supressão das ondas de pensamento, o fluxo da mente é a serenidade.

11. Desaparecidas todas as distrações mentais e orientada a mente para um único ponto, entra-se no estado chamado samadhi.

12. A mente fica orientada para um único ponto, quando ondas de pensamento semelhante surgem sucessiva mente sem intervalos entre si.

Tem-se dito que, se for possível fazer a mente fluir ininterruptamente em direção do mesmo objeto por doze segundos, pode-se chamar a isso de concentração. Continuando a mente nesta concentração por doze vezes doze segundos (isto é, 12' e 24"), pode-se chamar a isso meditação. Podendo prosseguir a mente nesta meditação por doze vezes dois minutos e vinte e quatro segundos (isto é, 28' e 24") ter-se-á o samadhi inferior. E se o samadhi inferior for mantido doze vezes esse período (isto é, 5 horas, 45' e 36"), isso levará ao samadhi nirvikalpa.

13. Nesse estado, ela passa além dos três tipos de mudanças que ocorrem na matéria sutil ou física e nos órgãos: mudança de forma, mudança de tempo e mudança de condição.

Vivekananda toma como exemplo uma porção amorfa de ouro. A mudança de forma ocorre ao transformar-se o ouro primeiro em bracelete e depois em brincos. Ocorre a mudança de tempo na medida em que ele envelhece. A mudança de condição se verifica quando o ouro brilhante se torna fosco, ou se gasta. Mudanças semelhantes ocorrem na matéria sutil e nas ondas de pensamentos da mente. As ondas de pensamento podem ser de espécies distintas, podem dizer respeito a períodos diferentes de tempo e podem variar de intensidade. Mas a mente, no estado de samadhi, está além desses três tipos de mudança.

14. Um objeto composto tem atributos, estando sujeito a mudanças passadas, presentes ou ainda a se manifestarem.

15. A sucessão dessas mudanças é a causa da evolução múltipla.

Todo objeto dentro do reino da matéria diferenciada possui atributos e é um objeto composto, visto que é formado pelos três gunas em diferentes combinações. Como já se discorreu no capítulo I, os atributos de um objeto variam e mudam de acordo com a ação dos gunas e da constituição dos samskaras. Qualquer objeto pode mudar-se em outro qualquer. Portanto, o iogue iluminado não vê diferença essencial entre um pedaço de ouro e um punhado de lama. E com isso adquire indiferença absoluta pelos objetos do mundo fenomenológico.

16. Realizando o samyama nos tipos de mudanças, alcança-se o conhecimento do passado e do futuro.

Começa agora Patanjali a descrever as diversas forças ocultas e os métodos pelos quais podem ser alcançadas. Todas as autoridades, incluindo-se Patanjali, encaram as forças ocultas como os maiores obstáculos no caminho da verdade. "Montes de lixo",

chama-as Ramakrishna. Budha dizia categoricamente a seus discípulos para não darem crédito a milagres, mas para verem a verdade nos princípios eternos. Cristo falou severamente contra aqueles que "esperam por um sinal", e é uma desgraça que o seu rigor não tenha sido levado mais a sério pelos seus adeptos.

As forças ocultas, porém, existem e Patanjali, em seu tratado abrangente sobre psicologia iogue, obviamente não pode ignorá-las. Traduzimos os aforismos que se seguem por uma questão de inteireza, mas fazemo-lo com o mínimo de explicações técnicas. O aspirante espiritual sincero tem muito pouco a ver com tal matéria.

No Ocidente, essas forças, raramente se manifestam, sendo portanto objeto de boa dose de ceticismo. No entanto, todas elas se encontram no interior de cada um de nós, podendo ser desenvolvidas mediante uma prática constante. O homem ocidental fez uma escolha diferente: preferiu concentrar-se na produção de forças mecânicas, em vez de forças psicológicas; assim, no lugar da telepatia temos o telefone, temos o helicóptero no lugar da levitação e a televisão no lugar da clarividência. Podemos lamentar o materialismo traduzido por essa escolha; mas talvez este seja o menor entre dois males. Numa comunidade de ioguis corruptos, que usam os poderes psíquicos para fins políticos e de negócios — seria ainda mais desagradável viver-se nela do que no nosso mundo dominado pela teoria atômica. Deixemos, pois, de anelar pelos poderes psíquicos e volte-mo-nos para o caminho verdadeiro do crescimento espiritual, lembrando-nos da recomendação de Patanjali: "Sob a ótica mundana, são forças, mas, para o samadhi, são obstáculos".

17. Fazendo-se o samyama sobre o som de uma palavra, sobre a percepção que se tem do seu significado e sobre a reação de alguém a ele — três coisas normalmente

confundidas —, alcança-se a compreensão de todos os sons proferidos pelos seres humanos.

Não temos, em geral, consciência da diferença entre ouvir o som de uma palavra, entender o que ela significa e reagir, de um ou de outro modo, à informação que ela contém. Se alguém grita "fogo", damos imediatamente um pulo. O iogueim, porém, está em condições de separar essas três funções. Fazendo este samyama, ele pode compreender idiomas estrangeiros e os sons produzidos por todas as espécies de animais.

18. Fazendo o samyama sobre ondas de pensamento anteriores, obtém-se o conhecimento de vidas passadas.

Quando uma onda de pensamento diminui, permanece na mente numa forma minúscula, sutil, que pode, portanto, ser reavivada como lembrança. E essa lembrança pode regredir até reencarnações anteriores.

19. Fazendo samyama sobre características marcantes do corpo de outra pessoa, pode-se atingir o conhecimento da natureza da sua mente.

20. Mas não do seu conteúdo, porque isso não é objeto do samyama.

Para conhecer o conteúdo da mente de outra pessoa, o iogueim precisaria fazer um segundo samyama sobre o coração (aforismo 35 deste capítulo).

21. Se se fizer o samyama sobre a forma do próprio corpo, obstruindo-lhe a perceptibilidade e afastando dos olhos do observador sua (do corpo) capacidade de manifestar-se, então o corpo se torna invisível.

22. Da mesma forma, os sons do corpo deixam de ser ouvidos.

Noutras palavras, é possível ao ioguim, ainda continuando presente numa sala, impedir a manifestação exterior do seu corpo, de tal modo que os sentidos de outras pessoas não consigam percebê-lo. A realidade subjacente à manifestação exterior permanece mas, uma vez que essa realidade não pode ser percebida pelos órgãos materiais dos sentidos, o ioguim ficará invisível, inaudível, imperceptível etc.

23. Fazendo o samyama sobre dois tipos de karma — aquele que cedo dará fruto e aquele que só o dará mais tarde — ou reconhecendo os presságios da morte, o ioguim pode saber o momento exato da sua separação do corpo.

Presságios de morte incluem vários fenômenos físicos e psíquicos, juntamente com visões de seres sobrenaturais. (É melhor não ser muito explícito a esta altura, a fim de que o leitor não fique indevidamente alarmado!) Acreditam os hindus que é muito importante a pessoa saber previamente a hora exata de sua morte, porque os pensamentos que tiver nesse momento determinarão, até certo ponto, a natureza da sua vida futura.

24. Fazendo o samyama sobre a a inabilidade, a compaixão etc, desenvolvem-se as forças dessas qualidades.

Faz-se aqui alusão ao aforismo 33 do capítulo I: "Amabilidade para o feliz, compaixão para o infeliz, deleite no virtuoso". O ioguim que domina este samyama tem o poder de levar alegria a todos os que encontra, aliviando-os da dor e da preocupação.

25. Fazendo o samyama sobre qualquer tipo de força como, por exemplo, a do elefante, alcança-se essa força.

26.Fazendo o samyama sobre a Luz Interior, alcança-se o conhecimento do que é sutil, do que está oculto ou do que está muito distante.

A luz interior é a luz do lótus dentro do coração, mencionada no aforismo 36 do capítulo I.

27.Fazendo samyama sobre o Sol, alcança-se o conhecimento do espaço cósmico.

28.Fazendo samyama sobre a Lua, alcança-se o conhecimento da organização dos astros.

29.Fazendo samyama sobre a Estrela Polar, alcança-se o conhecimento dos movimentos dos astros.

Já se comentou que há forte semelhança entre a cosmologia de Patanjali e as teorias da física atômica moderna. No entanto, até onde sabemos, os hindus não possuíam praticamente nenhum dispositivo científico da menor segurança. Esse fato sozinho bastaria para oferecer uma prova da validade das forças psíquicas. Pois, de que outro modo poderiam esses sábios formar um quadro da natureza do universo tão correto e abrangente? Seu conhecimento não pode ter-se baseado, como os nossos, apenas na percepção dos sentidos, ajudados por instrumentos.

30.Fazendo samyama sobre o umbigo, alcança-se o conhecimento da constituição do corpo.

31.Fazendo samyama sobre a cavidade da garganta, aquietam-se a fome e a sede.

32. Fazendo samyama sobre o tubo existente no interior do peito, alcança-se a imobilidade completa.

Por exemplo, a imobilidade da serpente ou do lagarto. Isso permite ao ioguim meditar sem se perturbar com os movimentos involuntários do corpo.

33. Fazendo samyama sobre a irradiação no interior da parte posterior da cabeça, adquire-se a habilidade de ver os seres celestiais.

Não se deve confundir a irradiação no interior da parte posterior da cabeça com a irradiação do sétimo lótus, o centro mais elevado de consciência espiritual, situado no topo da cabeça (veja-se capítulo II, aforismo 50).

34. Todos esses poderes de conhecimento também podem ser conquistados por aquele cuja mente é espontaneamente iluminada pela pureza.

Tendo a mente alcançado estado bem elevado de purificação, as forças psíquicas podem vir a ela espontaneamente, sem serem chamadas, sem que se pratique qualquer samyama.

35. Fazendo samyama sobre o coração, alcança-se o conhecimento dos conteúdos da mente.

36. A força do prazer surge de uma falha em discernir entre o Atman e o guna sattwa, que são totalmente diferentes. O guna sattwa é apenas o agente do Atman, que é independente e existe graças a si próprio. Fazendo samyama sobre a independência do Atman, alcança-se o conhecimento do Atman.

No estado comum de consciência, o prazer mais elevado que podemos provar é o gozo inspirado pelo guna sattwa. Em nossa ignorância, parece que este é idêntico ao gozo do Atman puro; mas não é: sattwa, mesmo em seu estado mais puro, é ainda um guna; e um gozo de sattwa ainda contém algo de egoísmo. É preciso entendermos que os gunas são apenas agentes do Atman, e que o gozo de sattwa é somente um reflexo pálido do gozo do Atman, o qual é isento de egoísmo e totalmente independente dos gunas. Fazendo este samyama, o ioguim ultrapassa o prazer terreno, mergulhando no prazer do próprio Atman.

37.Daí se alcança o conhecimento graças à iluminação espontânea e conquistam-se as forças sobrenaturais da audição, do tato, da visão, do paladar e do olfato.

38.Estas são forças na condição terrena, mas obstáculos ao samadhi.

39.Quando os vínculos da mente causados pelo karma afrouxarem, o ioguim pode entrar no corpo de outro através do conhecimento da operação de suas correntes nervosas.

"O ioguim", diz Vivekananda, "pode entrar num corpo morto e fazê-lo erguer-se e mover-se, enquanto ele próprio está agindo noutra corpo. Ou pode entrar num corpo vivo, e manter a mente e os órgãos dessa pessoa sob controle, e durante esse tempo atuar através do corpo dessa pessoa".

Isso lembra a história que se conta sobre Shankara, o grande filósofo e santo. Quando Shankara ainda era jovem com menos de vinte anos, havia um filósofo chamado Mandan Misra, que afirmava que a vida do chefe de família era superior à do monge, opinião essa então amplamente partilhada na Índia. Shankara decidiu sustentar um debate com Misra sabendo que, se conseguisse convertê-lo, converteria também muitos

dos seus discípulos. Depois de inúmeros empecilhos, obteve o consentimento do filósofo. Combinou-se que, perdendo, Shankara se faria chefe de família; por sua vez, perdedor, Misra se tornaria monge. Por indicação de Shankara, Bharati, esposa de Misra e ela também uma erudita famosa, atuaria como juiz.

Após vários dias de debate, Misra reconheceu-se completamente derrotado. Entretanto, disse Bharati a Shankara:

— Espera! Marido e mulher são uma só pessoa. Venceste apenas metade de nós. Deves agora debater comigo. É possível que conheças muito sobre filosofia. Eu, porém, escolho outro assunto. Escolho discutir sobre sexo, que é uma ciência importante. Antes que reivindiques qualquer de nós como teu discípulo, tens de debater comigo e vencer-me neste assunto.

No primeiro instante, Shankara se viu confuso. Como monge e simples garoto nada sabia de sexo. Mas ocorreu-lhe um plano. Pediu e obteve de Bharati o prazo de um mês.

Entrementes, aconteceu de falecer um rei de nome Amaraka. Shankara pediu a seus discípulos que escondessem o seu corpo em lugar seguro e cuidassem bem dele. Em seguida, pela força da ioga, deixou seu corpo e entrou no corpo recém-morto do rei Amaraka, reviveu, aparentemente e continuou a governar o reino sob a orientação de Shankara.

Shankara-Amaraka mostrou-se governante notável e justo, ganhando a admiração de todos. Todavia, as duas esposas de Amaraka logo perceberam que algo de extraordinário ocorria. Pois o novo Amaraka não só exibia energia surpreendentemente jovem, como também parecia tão ignorante na arte do sexo quanto uma criança. Nesse

meio tempo, as preocupações do reino e a vida doméstica começavam a obscurecer a mente de Shankara. Deu ele de esquecer o que fizera, porque o fizera e quem ele era. Pôs-se a acreditar que era de fato Amaraka, e não Shankara.

Souberam disso os discípulos de Shankara, e como não se admitissem monges no palácio, fingiram-se de músicos errantes e foram assim aceitos na sua presença. Logo iniciaram o canto do poema *Mo ha Mudgaram* (Destruição da ilusão), composto pelo próprio Shankara:

Amado, estranhos são os caminhos do mundo

e imensa a tua ignorância. Quem é a tua esposa, e quem o teu filho? Quem és?

De onde vens, pois? Pondera isso em teu coração e curva-te reverente

diante de Deus.

Essas palavras trouxeram novamente a Shankara a consciência de própria identidade. O corpo do rei Amaraka caiu morto no chão, enquanto Shankara o abandonava retornando para o seu corpo.

Mais tarde, quando Shankara apareceu na casa de Misra, reconheceu Bharati imediatamente o que ele fizera, porque ela também possuía poderes iogues. E, sem querer novos debates, admitiu-se derrotada.

40. Controlando as correntes nervosas que governam os pulmões e a parte superior do corpo, o ioguim pode caminhar sobre a água e pântanos, ou sobre espinhos e objetos semelhantes, e pode morrer voluntariamente.

41. Controlando a força que governa o prana, pode envolver-se num esplendor de luz.

Esta é a força que regula as diversas funções da energia vital (prana). Um dos discípulos fraternos de Ramakrishna possuía de fato esta força; e conta-se que ele a usou certa feita para iluminar o caminho a Ramakrishna numa noite escura. Entretanto, Ramakrishna achou necessário retirar dele esse poder, porque o estava tomando perigosamente egoísta.

42. Fazendo samyama sobre a relação entre o ouvido e o éter, alcançam-se os poderes sobrenaturais da audição.

43. Fazendo samyama sobre a relação entre o corpo e o éter, ou alcançando pela meditação a leveza de um fio de algodão, o ioguim pode voar pelos ares.

44. Fazendo samyama sobre as ondas de pensamento da mente, quando separado do corpo — estado conhecido como a Grande Desencarnação —, todas as barreiras podem ser removidas da luz do conhecimento.

Como o aforismo 39, este se refere à força da ioga de retirar a mente do corpo da pessoa, a fim de passá-la a outro corpo. Neste estado de retirada, "a Grande Desencarnação", os revestimentos mentais compostos de rajás e tamás desaparecem e revela-se a luz de sattva.

45. Fazendo samyama sobre as formas materiais e sutis dos elementos, sobre suas características essenciais e a inerência neles dos gunas, e sobre as experiências que propiciam à pessoa, alcança-se o domínio dos elementos.

46. Com isso, alcança-se o poder de tornar-se tão ínfimo quanto um átomo e todos os poderes afins: alcança-se também a perfeição do corpo, não mais sujeito ao obstáculo dos elementos.

O ioguim pode não só tornar-se tão ínfimo quanto um átomo, mas também tão imenso como uma montanha, tão pesado como o chumbo, ou tão leve como o ar. E deixam os elementos de impedi-lo. Pode atravessar rochas. Pode manter a mão no fogo, sem queimar-se. Pode andar pela água, sem molhar-se. Pode sustentar-se imóvel no meio de um furacão.

47. A perfeição do corpo inclui a beleza, a graça, a força e a severidade de uma trovoadas.

48. Fazendo samyama sobre a transformação que os órgãos sensoriais sofrem em contato com os objetos, sobre o poder de iluminação dos órgãos dos sentidos, sobre o sentimento da individualidade, sobre os gunas que constituem os órgãos e sobre as experiências que estes propiciam ao indivíduo, atinge-se o domínio dos órgãos.

49. Com isso, o corpo ganha o poder de mover-se tão rápido como a mente, o poder de usar os órgãos dos sentidos além dos limites do corpo e o domínio do Prakriti.

O aforismo 48 descreve um samyama progressivo sobre todas as fases distintas de um ato de conhecimento.

O poder de usar os órgãos dos sentidos além dos limites do corpo, mencionado no aforismo 49, dá à pessoa condições de praticar a clarividência e clariaudiência. O domínio

do Prakriti, a causa primária, dá ao ioguim o controle de todos os efeitos oriundos do Prakriti - noutras palavras, o controle da Natureza.

50. Fazendo samyama sobre o discernimento entre o guna sattwa e o Atman, alcança-se a onisciência e a onipotência.

Este discernimento já foi discutido: aforismo 36 deste capítulo.

51. Desistindo-se também desses poderes, destrói-se a semente do mal e alcança-se a libertação.

A "semente do mal" é a ignorância. Por causa da ignorância, esquece o homem que ele é o Atman e cria para si mesmo a ilusão de uma personalidade própria particular, individualizada. Essa personalidade própria visa satisfazer seus desejos e conseguir a posse e o domínio sobre a natureza exterior. De todos os poderes, os psíquicos são, do ponto de vista do ego, os mais desejáveis; e entre os poderes psíquicos, a onipotência e a onisciência (aos quais Patanjali aludiu no aforismo anterior) são obviamente os maiores. O ioguim que teve até estes poderes a seu alcance, e não obstante renunciou a eles — afastou a tentação derradeira do ego. (Por exemplo, Cristo rejeitou os poderes psíquicos que o demônio lhe ofereceu no deserto.)

52. Quando tentado pelos seres invisíveis nas alturas, que o ioguim não se sintam fascinado nem iludido, porque corre o risco de mais uma vez ser tomado pela ignorância.

"Os seres invisíveis nas alturas" são os ioguins decadentes já mencionados (I, 19), que atingiram o estado de deuses desencarnados ou se confundiram com as forças da Natureza. Tais seres fracassaram na busca da libertação, precisamente porque se

entregaram à tentação dos poderes psíquicos. Diz-se, portanto, que têm inveja daqueles que parecem próximos de superar tais tentações, e procuram arrastá-los de volta à ignorância. Nos comentários aos aforismos de Patanjali, atribuídos a Vyasa, os engodos oferecidos ao ioguim por "esses seres das alturas" são descritos de forma curiosa mas vigorosa, como segue: "Senhor, que reis sentar-vos aqui? Quereis descansar aqui? Havereis de usufruir deste prazer. Achareis esta jovem atraente. Este elixir afastará a velhice e a morte. Neste carro, pode-reis voar através dos ares. Lá adiante, há árvores que realizam todos os desejos. Aquele rio sagrado lhe dará a felicidade. Aqueles sábios conhecem tudo. Estas ninfas são de beleza sem par e vós não as achareis frígidas. Vossos olhos e ouvidos tornar-se-ão sobrenaturalmente perspicazes; vossos corpos brilharão como diamantes. Graças às vossas virtudes notáveis, Venerável senhor, mereceis todas estas recompensas. Por favor, entrai neste paraíso, que é inesgotável, perene, imortal e querido dos deuses".

Quando tentado dessa forma, aconselha-se ao ioguim responder: "Tenho sido assado nos carvões terríveis da reencarnação. Tenho-me debatido na escuridão do renascimento e da morte. Agora encontrei finalmente a lâmpada da ioga que dissipa as sombras da ignorância. Como poderei então, eu que vi sua luz, ser mais uma vez desencaminhado pelas coisas sensuais?"

Acreditavam todos os grandes mestres hindus que o desenvolvimento espiritual do ioguim pudesse sofrer a interferência das forças exteriores — dos deuses desencarnados, dos seres no plano psíquico ou sutil da matéria ou dos espíritos terrestres. E essa crença acha-se simbolizada no rito da adoração tradicional dos hindus, que começa assim: Primeiro, o adorador precisa procurar sentir a presença de Deus em toda parte, como a Existência que tudo permeia. Depois, precisa sentir que as portas de seus sentidos estão trancadas e que ele entrou no santuário do seu próprio coração, onde Deus habita.

Precisa dizer: "Como um homem de olhos bem abertos vê o céu diante de si, assim os videntes vêem sempre a verdade suprema de Deus". Procurando imaginar que ele já alcançou este poder da visão espiritual, abre então os olhos, repetindo seu mantra, enquanto assim age. Precisa olhar à sua volta, procurando enxergar a presença de Deus em tudo o que vê e tentando conhecer que, pela força do mantra os obstáculos criados pelos deuses desencarnados estão sendo removidos.

Em seguida, deve lançar uma colherada de água no espaço à sua frente, como se fosse no reino psíquico, invocando o poder protetor de Deus para remover todos os obstáculos psíquicos.

Finalmente, deve tomar um pouco de arroz entre o polegar direito e o indicador e espalhá-lo em círculo, dizendo: "Possam os espíritos terrestres e os espíritos que criam obstáculos ser destruídos pela vontade do senhor Shiva". Diz-se que os espíritos terrestres são os espíritos dos que cometeram suicídio. São terrestres, porque precisam ainda realizar o karma que tentaram eliminar com o seu gesto. O adorador está pedindo que eles possam ser libertados da sua forma presente e, assim, fiquem livres para desenvolverem-se no sentido da libertação. Às vezes, dá-se aos espíritos terrestres uma oferenda de alimento para aplacá-los, dizendo-lhes que abandonem o local ou fiquem e apreciem a adoração sem interferir, mantendo uma distância respeitável.

Só depois de cumpridas estas cerimônias preliminares pode o adorador proceder ao ritual de adoração direta à Divindade da sua escolha.

Até certa altura, a tentação cresce com o crescimento espiritual. Deixando o aspirante de ser mero iniciante e alcançando alguma experiência mística, sua personalidade magnetiza-se. Ele percebe que pode exercer poder psicológico sobre os

outros, além de atração sexual. Ao mesmo tempo, seus sentidos tomam-se mais agudos e mais aptos ao prazer. Torna-se-lhe, pois, fácil envolver-se em relações de poder e de sexo, que o levarão a esquecer seu propósito original. As próprias pessoas atraídas a ele pelas qualidades divinas que viam em sua natureza, podem ser os maiores responsáveis pela sua alienação gradual de Deus. Mas, como diz Sri Krishna, "ninguém que procure Brahman jamais chegará a um mau fim". Por isso mesmo, quando uma falha desse tipo ocorre, podemos acreditar que o aspirante espiritual acabará encontrando finalmente seu retorno ao caminho certo, e que os que o levaram a dele afastar-se alcançarão também, em certa medida, um benefício espiritual, por estarem ligados a ele.

53. Fazendo samyama sobre momentos isolados e sobre sua sucessão no tempo, chega-se ao conhecimento discriminador.

Por "momento" entende-se uma unidade indivisível, o menor instante imaginável. Patanjali vê um momento como um objeto. Pertence à ordem dos fenômenos exteriores, como um cachorro, um diamante, ou uma árvore. Mas uma seqüência de momentos, isto é, aquilo a que chamamos "tempo", não é um objeto: é apenas uma estrutura criada pela nossa mente, uma idéia.

Fazendo samyama sobre momentos isolados e sobre sua sucessão no tempo, o ioguim acaba percebendo que o universo todo atravessa uma mudança a cada momento isolado. Daí, compreende ele que a natureza do universo é transitória. Este entendimento é o que se compreende por conhecimento discriminador. Como a mente do ioguim não está sujeita à ilusão do "tempo", ele pode entender a natureza real de suas experiências. A maioria de nós, que pensamos em termos de seqüências de tempo, estamos constantemente generalizando nossas sensações de um momento para o outro, e assim por diante. Dizemos: "Passei a tarde toda triste", quando na verdade ficamos tristes às

14:15h, às 14:37h, às 15:07h etc. Assim, não só nos iludimos, mas ainda sofremos muita dor imaginária. Há uma técnica zen-budista para suportar a tortura através da interrupção da seqüência de tempo e da concentração apenas sobre o que está acontecendo em cada momento do presente imediato. Desse modo, pode-se despojar o sofrimento de sua continuidade e torná-lo bem mais suportável. Porque o sofrimento é formado em grande parte pela nossa lembrança da dor passada e pelo medo de repeti-la no futuro — e essa lembrança e esse medo dependem da consciência que temos da seqüência de tempo.

54. Dessa forma, a pessoa se capacita a distinguir entre dois objetos exatamente semelhantes, que não se podem distinguir por suas espécies, sinais característicos ou posições no espaço.

Suponha que se tomem duas moedas exatamente iguais, recém-cunhadas, exibindo-se primeiro uma, depois outra; em seguida, trocamo-las atrás das costas e as mostramos de novo. O ioguim que tenha feito este samyama estaria capacitado, segundo Patanjali, a dizer-nos precisamente qual moeda era a primeira, qual a segunda.

O valor espiritual dessa força de discernimento repousa, naturalmente, na habilidade de a pessoa saber distinguir sempre entre o Atman e o não-Atman, a experiência exterior, por mais enganosa que esta última possa ser.

55. Este conhecimento discriminador liberta o homem da servidão da ignorância. Ele abrange todos os objetos simultaneamente, em cada momento de sua experiência e em todas as suas modificações.

O conhecimento ordinário, baseado na percepção sensorial, é uma seqüência. Aprendemos um fato acerca de determinado objeto, depois outro fato, e em seguida mais e mais fatos. Mas o ioguim que possui o conhecimento discriminador compreende os

objetos de forma total e imediata. Se ele encontra, por exemplo, outro ser humano, conhece-o imediatamente, com todas as suas transformações passadas e futuras, como criança, jovem, adulto e ancião. Tal conhecimento é infinito: situa-se na eternidade, não no tempo. Liberta o homem da escuridão do karma e da ignorância.

56. *Alcança-se a perfeição quando a mente pura quanto o próprio Atman.*

Aquietadas todas as ondas de pensamento da mente, esta não conserva nada além da consciência pura e não individualizada. Nesse estado, toma-se uma com o Atman. Sri Ramakrishna costumava dizer: "A mente pura e o Atman são o mesmo".

IV. LIBERTAÇÃO

1. *Os poderes psíquicos podem ser alcançados pelo nascimento, através da ingestão de certas substâncias, pela força das palavras, pela prática de austeridades ou pela concentração.*

Alguns nascem com poderes psíquicos, como resultado de suas lutas em vidas pregressas. E não apenas com poderes psíquicos, mas com verdadeiro gênio espiritual. Estes são os mais misteriosos de todos os seres humanos, os santos "naturais", que estão plenos de conhecimento e do amor de Deus, desde a mais tenra infância, e crescem aparentemente intocados pelas tentações das coisas mundanas.

Pergunta Arjuna no Bhagavad-Gita: "Suponha que um homem tenha fé, mas não lute com suficiente tenacidade; sua mente desvia-se da prática da ioga e ele não atinge a perfeição. O que acontecerá com ele depois?" E Sri Krishna responde: "Mesmo que um homem se afaste da prática da ioga, ele ainda conquistará o paraíso dos praticantes de atos bons, e lá residirá por muitos anos. Depois disto, ele renascerá na casa de pais

puros e prósperos... Reconquistará o discernimento espiritual que possuía em seu corpo anterior e assim se esforçara mais arduamente do que nunca pela perfeição. Por causa da prática que exerceu na vida anterior, ele será conduzido em direção da união com Brahman, a despeito de si mesmo".

Algumas substâncias, quando ingeridas, podem produzir visões, mas estas são invariavelmente psíquicas — não espirituais, como em geral se acredita. Ademais, podem provocar descrença e aridez espiritual prolongada, e até mesmo dano permanente ao cérebro.

A repetição de palavras sagradas ou mantras é, como já se disse, uma ajuda inestimável para o progresso espiritual. Existem ainda mantras especiais que geram poderes psíquicos.

A prática de austeridades fortalece enormemente a força de vontade do aspirante. Daí também os poderes psíquicos podem ser alcançados.

Mas a concentração é o mais seguro de todos os meios para se obter os poderes psíquicos. Foi o que se discutiu amplamente no capítulo anterior.

2.A transformação de uma espécie em outra é causada pelo influxo da natureza.

3.Os atos maus ou bons não são a causa direta de transformação. Atuam apenas como destruidores dos obstáculos à evolução natural: assim como um agricultor derruba os obstáculos em um curso d'água, para que esta flua por sua própria conta.

Neste ponto, Patanjali explica a teoria hindu da evolução das espécies, através de uma ilustração ligada à agricultura. O agricultor que irriga um dos seus campos a partir de

um reservatório não precisa extrair água. Ela já está ali; tudo o que lhe compete é abrir uma comporta ou derrubar um dique — e a água fluirá para o campo, graças à lei da gravidade.

A "água" é a força da evolução que, segundo Patanjali, cada um carrega dentro de si, aguardando apenas que seja solta do "reservatório". Pelos nossos atos "abrimos a comporta" e a água flui para o campo: o campo produz sua safra e desse modo se transforma. Noutras palavras, determina-se a forma do próximo renascimento. "Toda força e progresso já estão em cada homem", diz Vivekananda. "A perfeição encontra-se na natureza de cada homem; o que ocorre, é que está presa e impedida de tomar seu próprio rumo. Se cada um puder soltar o obstáculo, a natureza pega o embalo."

Continuando com a imagem do reservatório, a realização de atos maus e a conseqüente acumulação de mau karma é como a destruição de uma barreira no ponto errado, provocando uma inundação desastrosa, responsável pela ruína e a desfiguração do campo. Se isso acontecer, não se pode culpar a água: é próprio de sua natureza provocar mudança de um tipo ou de outro. A água precisa ser conduzida adequadamente. E o agricultor é totalmente responsável por isso.

Ver-se-á que há total diferença entre as antigas teorias hindus da evolução e as teorias ocidentais modernas. Como pondera Vivekananda: "As duas causas da evolução aduzidas pelos modernos, a saber, a seleção sexual e a sobrevivência do mais preparado, são inadequadas. Suponha-se que o conhecimento humano tenha progredido o suficiente para eliminar a competição, tanto da função da aquisição da subsistência física quanto de um parceiro. Então, de acordo com os modernos, o progresso humano se interromperá e a raça perecerá. Patanjali, porém, afirma que o verdadeiro segredo da evolução está na manifestação da perfeição que já se encontra em cada ser; que essa

perfeição tem sido barrada e que a maré infinita luta por detrás dela para expressar-se. Mesmo quando tiver cessado toda competição, essa natureza perfeita que está atrás nos empurrará para adiante até que cada um de nós se tenha aperfeiçoado. Por isso, não há razão para crer que a competição seja indispensável para o progresso. No animal, foi suprimido o homem, mas tão logo se abra a porta, o homem se precipita. De igual modo, existe no homem o potencial de bondade, contido pelos cadeados e barreiras da ignorância. Quebradas essas barreiras pelo conhecimento, a bondade se manifesta."

4.Só o sentimento de individualidade pode criar mentes.

5.Embora as atividades das diversas mentes criadas sejam variadas, a mente única original controla-as todas.

Esses dois aforismos referem-se ao poder psíquico de a pessoa criar por si mesma um número de mentes e de corpos subsidiários, sobre os quais a mente original detém controle. Considerando que é o sentido de individualidade que gera uma mente individual (I, 17), teoricamente se torna evidente que este sentido de individualidade deveria capacitar-se a criar mentes subsidiárias, que girariam como satélites em torno da original. A idéia é que o ioguim possa ter várias mentes e corpos, a fim de exaurir mais rapidamente todo o seu karma, Mas a sabedoria desse plano parece ser duvidosa. Conta-se a história de um rei que fez por si mesmo muitos corpos, esperando assim aplacar seu desejo pelo prazer sexual. Acabou, porém, abandonando a tentativa, dizendo: "A luxúria jamais se satisfaz com o que se lhe concede; apenas se enfurece mais e mais, como um fogo alimentado de manteiga".

Parece que Patanjali concorda com isso no aforismo seguinte:

6. Dos diversos tipos de mente, somente aquela que se purifica pelo samadhi está livre de todas as impressões latentes do karma e de todos os desejos.

Ou, por outra, o karma só pode ser exaurido pela realização espiritual, jamais pela simples saciedade da experiência.

7. O karma do iogueim não é nem branco nem preto. O karma dos outros é de três espécies: branco, preto ou misto.

O karma das pessoas comuns é preto (mau), branco (bom) ou misto. Mas quando a pessoa conquistou o samadhi, seus atos deixarão de produzir karmas para ele, de qualquer tipo (veja-se I, 18). Não obstante, considerando que o iogueim iluminado continua a agir, *estão* sendo produzidos karmas, e possivelmente há alguma mistura de mal neles. Quem apanha esses karmas? Shankara dá uma resposta interessante a essa pergunta.

Diz que aqueles que gostam do iogueim iluminado receberão os efeitos benéficos de seus karmas, enquanto os que o odeiam receberão os maléficos. Não é o caso, porém, de um *avatar* ou encarnação divina. Um avatar, como Krishna, Cristo ou Ramakrishna, é uma encarnação efetiva da Divindade. Ele vem ao mundo fenomenológico por ato de graça e de vontade divina livre, e não por ser forçado a isso pelos karmas de nascimentos anteriores. Ele vem ao mundo sem karmas e seus atos nesta Terra não produzem nada. Portanto, os efeitos de seus karmas não podem ser recebidos por outros, nem para o bem nem para o mal.

Na literatura religiosa hindu, existem inúmeras histórias de homens que odiavam Deus ou um avatar. Kamsa tentou assassinar o infante Krishna, do mesmo modo que Herodes tentou matar o menino Jesus. Shishupal combateu Krishna. Ravana lutou contra Rama. Em todos esses exemplos, esses homens alcançaram a libertação. Isso pode parecer estranho a um cristão; mas, o que se enfoca aqui é o valor espiritual do sentimento profundo.

É melhor amar um avatar; mas melhor do que lhe ser indiferente é odiá-lo com paixão. A indiferença, como sempre, é o pior dos pecados. Espiritualmente, rajas é mais elevado que tamas. Por meio de rajas podemos alcançar sattwa; pelo ódio podemos alcançar o amor. Os antigos hindus, pois, discordariam de Dante, por ter colocado Judas Iscariote no círculo mais baixo do inferno.

8. Das tendências produzidas por estas três espécies de karma manifestam-se apenas aquelas às quais as condições são favoráveis.

Em qualquer encarnação particular, a condição da pessoa é determinada pelo equilíbrio de seus karmas. Suponha-se que o equilíbrio seja favorável e que o indivíduo nasceu para tornar-se monge e mestre espiritual. Terá ele ainda alguns maus karmas que, sob condições menos favoráveis, produziriam tendências más. Tendo, porém, que corresponder a sua vocação e apresentar bom exemplo a seus discípulos, essas tendências ficarão suspensas, manifestando-se somente suas tendências boas. Por isso, este aforismo salienta a grande importância do ambiente certo e da convivência com pessoas propensas à espiritualidade. Se você nascer como cachorro, pode ainda ter tendências boas, mas estas estarão fortemente condicionadas por sua condição de cachorro. Você precisa agir de acordo com a sua natureza animal.

9. Por causa da nossa lembrança de tendências passadas, a cadeia de causa e efeito não se rompe com a transformação de espécie, espaço ou tempo.

Por "lembrança", não entende Patanjali a recordação consciente, mas a coordenação das impressões recebidas nas vidas passadas com ações e pensamentos de nossa vida presente. O karma — a cadeia de causa e efeito — é absolutamente contínuo. Se, no transcorrer de muitas encarnações, mudamos nossa espécie, evoluindo de animal para homem, ou de homem para algum tipo de ser não-humano, nosso karma ainda continuará a atuar. Entretanto, como se observou no aforismo anterior, apenas as tendências adequadas a nossa espécie e condição se manifestarão em cada uma das

vidas; o restante se conservará suspenso até que nos reencarnemos em outra espécie e condição que lhes sejam favoráveis.

"Este universo vasto é uma roda", diz o Upanishad Swetaswatara; "nele todas as criaturas estão sujeitas ao nascimento, à morte e ao renascimento. Ela está sempre a girar e nunca pára. É a roda de Brahman. Enquanto o eu individual pensa que está separado de Brahman, ele dá voltas na roda... Mas quando, pela graça de Brahman, percebe sua identidade com ele, não mais dá volta na roda: alcança a imortalidade".

10. Considerando que o desejo de existir sempre esteve presente, nossas tendências não podem ter tido nenhum começo.

Como já aprendemos antes, a filosofia hindu encara a criação como um processo sem começo nem fim. O karma sempre operou, sempre produziu tendências. Não houve um ato primeiro. Somente como indivíduos é que podemos nos libertar do karma, esquecendo este desejo de existir no nível fenomenológico e percebendo o Atman, nossa natureza eterna. Suponha-se que todo indivíduo do universo tivesse de alcançar a libertação — deixaria o universo de existir? Estando ainda no tempo, nenhum de nós pode responder a esta pergunta. Na verdade, a pergunta não pode ser feita adequadamente, porque o universo fenomenológico está em transição perpétua do "foi" para o "será", enquanto o Atman é eternamente "agora". E embora a mente humana, presa ao tempo, possa fazer tal assertiva, não pode talvez compreender o que ela realmente significa.

11. Nossas tendências subconscientes dependem da causa e do efeito. Têm sua base na mente e são estimuladas pelos objetos dos sentidos. Se estes forem removidos por completo, as tendências se destruirão.

O karma só pode operar e produzir tendências enquanto certas causas estão presentes. Estas causas (II, 3) são a ignorância, o egoísmo, o apego, a aversão e o desejo de agarrar-se à vida. Os efeitos destas causas (II, 13) são o renascimento, uma vida longa ou curta e as experiências de prazer e sofrimento. Basicamente, o karma enraiza-se na ignorância do Atman. Remova-se esta ignorância e destrui-se o karma.

12.Existem a forma e a expressão que chamamos "passado", e a forma e a expressão que chamamos "futuro", ambas existem no objeto, o tempo todo. Forma e expressão variam de acordo com o tempo — passado, presente ou futuro.

13.Elas são manifestas ou sutis, de acordo com a natureza dos gunas.

14.Considerando que os gunas atuam juntos de cada mudança de forma e expressão, há uma unidade em tudo.

Ensina o Gità: "Aquilo que é não-existente, não pode jamais vir a ser, e aquilo que é, não pode jamais deixar de ser". As formas e expressões de um objeto podem mudar, mas todas estas mudanças de forma e expressão existiram e continuarão a existir potencialmente dentro do objeto. O passado e o futuro existem num objeto em forma não manifesta, sutil. Não obstante, existem. Nada se perde no universo.

Todos os objetos são formados de gunas. Os gunas podem projetar uma manifestação material, quer dizer, um objeto visível e tangível. Ou podem projetar uma manifestação sutil, não aparente aos sentidos. Além disso, podem alterar suas inter-relações, de sorte que, por exemplo, rajas predomine sobre sattwa; neste caso, pode-se alterar completamente a forma do objeto. Mas, dado que os três gunas nunca deixam de estar presentes numa ou noutra combinação, o objeto preserva uma unidade de essência, mesmo na diversidade de suas formas e expressões.

Vê-se, assim, que a mesma mente existe em essência em todos os inúmeros renascimentos da pessoa. É apenas o papel dos gunas que provoca a alteração da forma e expressão da mente nas diversas encarnações, ora parecendo predominantemente má, ora predominantemente boa. Na mente de uma pessoa boa, as más impressões passadas existem ainda sob a forma sutil; e as impressões futuras, quaisquer que venham a ser, também existem.

Como então é possível a libertação? Patanjali já respondeu a esta pergunta várias vezes; e reafirmou sua resposta no aforismo 11 do capítulo I. Nossas tendências subconscientes, diz ele, assentam-se na mente. Portanto, é preciso que a pessoa deixe de identificar-se com a mente, a fim de alcançar a libertação. Quando sabe, sem sombra de dúvida, que ela é o Atman e não a mente, ter-se-á libertado do seu karma.

A mente de uma alma liberta, com todas as suas impressões passadas, presentes e futuras, não existe mais como um objeto fenomênico, mas não está perdida. Retornou ao estado de matéria não diferenciada, o Prakriti. Diz um dito hindu que o conhecimento de uma alma iluminada converte tanto o presente quanto o futuro em passado.

15.O mesmo objeto é percebido de diferentes modos por mentes diferentes. Por isso, a mente deve ser diferente do objeto.

16.Não se pode dizer que o objeto depende da percepção de uma mente isolada porque, se assim fosse, dir-se-ia que o objeto é não-existente quando essa mente não o está percebendo.

Nestes dois aforismos, refuta Patanjali a filosofia do idealismo subjetivo. Segundo a filosofia sanquia, ele admite a realidade de um mundo objetivo que não depende de nossa percepção mental. Além disso, salienta que as percepções de um indivíduo variam

das de outro. O exemplo dado pelos comentaristas é o de uma mulher casada bela e jovem. Ela dá prazer a seu marido, provoca ciúmes em outras mulheres graças a sua beleza, desperta luxúria no homem sensual e é olhada com indiferença pelo homem que se controla. Qual desses observadores a conhece como ela realmente é? Nenhum. O objeto em si não pode ser conhecido pela percepção dos sentidos (1,43).

17. Um objeto é conhecido ou não, dependendo da disposição da mente.

18. Porque o Atman, o Senhor da mente, é imutável, as variações da mente são-lhe sempre conhecidas.

19. A mente não é auto-iluminada, dado que é um objeto da percepção.

20. Por isso, ela não é capaz de perceber simultaneamente o sujeito e o objeto.

Como vimos bem no início deste livro (I, 2), a mente não é o vidente, mas o instrumento do Atman eternamente consciente. A mente está apenas intermitentemente consciente dos objetos, e a percepção que deles tem varia de acordo com suas próprias variações. A mente está o tempo todo mudando, e assim também o objeto de sua percepção. Somente o Atman, por permanecer imutável, fornece um padrão pelo qual se podem avaliar todas as percepções. Vivekananda dá o exemplo de um trem em movimento, tendo um carro correndo a seu lado. "É possível perceber o movimento de ambos até certo ponto. Mas é preciso algo mais. O movimento só pode ser observado quando existe algo que não se move... É preciso que se complete a série, conhecendo-se alguma coisa que jamais muda."

A mente é um objeto de percepção na mesma medida em que o é qualquer objeto que ela percebe no mundo exterior. A mente não é auto-iluminada, quer dizer, não é

geradora de luz, como o Sol, mas refletidora de luz, como a Lua. O gerador de luz, o "Sol", é o Atman, e a mente só brilha e tem percepção através da luz refletida do Atman.

Se a mente fosse auto-iluminada, seria capaz de perceber simultaneamente a si mesma e a um objeto exterior. Ela não pode fazê-lo. Ao perceber um objeto exterior, é-lhe impossível refletir sobre si mesma e vice-versa.

21. Se alguém reclamar uma segunda mente para perceber a primeira, terá então de reclamar um número infinito de mentes: isso seria o caos da lembrança.

Se um filósofo, a fim de evitar a aceitação da existência do Atman, argumentasse que a mente na verdade é duas mentes - aquilo que conhece e um objeto de conhecimento — ele estaria em apuros. Porque, se a mente A é conhecida pela mente B, é preciso então reclamar uma mente C como conhecedora de B, uma mente D como conhecedora de C etc. Haveria uma regressão infinita, como num quarto todo espelhado. Além disso, como cada uma dessas mentes teria memória individual, a função de recordar-se se transformaria numa confusão completa. E essa finalidade precisa ser exterior a si mesma. Um congresso ou parlamento não passaria de reunião barulhenta de indivíduos numa sala, se não tivesse o propósito de legislar para uma comunidade. Uma casa é um mero amontoado de materiais, enquanto seu dono não a habita e dela usufrui. O mesmo se dá com a mente — parlamento ruidoso de interesses e desejos conflitantes. Será apenas uma casa de loucos, enquanto não lhe "for dada uma palavra de ordem". Ela só adquirirá finalidade através da vontade exterior do Atman.

22.A consciência pura do Atman é imutável. Como a reflexão da sua consciência recai sobre a mente, esta assume a forma do Atman e parece ser consciente.

23.A mente é capaz de perceber porque reflete tanto o Atman como os objetos da percepção.

A mente situa-se a meio caminho, quer dizer, entre o Atman e o objeto exterior. Sua capacidade de perceber o objeto é tomada de empréstimo ao Atman. Num quarto completamente escuro, um espelho não reflete a pessoa à sua frente. Mas, se uma luz for acesa, ele imediatamente "percebe" a pessoa.

De igual modo, a alma individual é conhecida pela filosofia hindu como o "reflexo", ou a "sombra do Atman". Não possui existência própria. É apenas o reflexo do Atman sobre a mente, que dá lugar a uma sensação de individualidade própria.

24. Embora possuindo inúmeros desejos e impressões, a mente atua somente para servir o outro, o Atman; porque, sendo substância composta, não pode agir independentemente e a seu bel-prazer.

Toda a combinação de indivíduos ou de forças deste mundo carece de uma finalidade para seus atos ou existência; do contrario, seria apenas uma coleção de objetos sem sentido nem função, reunidas por acaso.

25.A pessoa que pratica a discriminação deixa de ver a mente como o Atman.

26.Tendendo à prática de discriminação, a mente caminha para a libertação.

27.Se a mente se desvia de seu discernimento, ainda que pouco, podem surgir distrações oriundas de impressões passadas.

28.Elas podem ser superadas da mesma forma que os obstáculos à iluminação.

Ou seja, pela meditação, e regredindo a mente à sua causa primária (isto é, atingindo o samadhi), conforme foi exposto no capítulo II, aforismo 10 e 11.

Há uma referência de Sri Ramakrishna de que é preciso abanar-se nos dias quentes, mas que isso é desnecessário quando sopra a brisa primaveril. Quando a pessoa alcança a iluminação, sente continuamente a brisa da graça, não sendo mais necessária a ventilação (a prática constante da discriminação).

29. Quem se mantém imune às distrações, mesmo quando senhor de todos os poderes psíquicos, alcança, como consequência do discernimento perfeito, o samadhi chamado "nuvem de virtude".

30. Daí decorre o fim da ignorância, causa do sofrimento, e a libertação do poder do karma.

Quando um iogui não pode desviar-se do caminho do discernimento, mesmo enfrentando as tentações terríveis decorrentes dos poderes psíquicos — diz-se então que o conhecimento desagua sobre ele como uma nuvem de chuva, uma "nuvem de virtude", derramando libertação e a bem-aventurança de Deus.

31. Então, o universo todo, com todos os seus objetos de conhecimento sensorial, torna-se quase nada, em comparação com aquele conhecimento infinito, livre dos obstáculos e impurezas.

O universo parece cheio de segredos para o homem de consciência sensorial comum. Parece-lhe haver uma infinidade a ser descoberta e conhecida. Cada objeto é um convite ao estudo. O indivíduo é subjugado pela sensação da própria ignorância. Mas, ao iogui iluminado, o universo parece não ter absolutamente nada de misterioso. Diz-se

que, se a pessoa conhece a argila, conhece também a natureza de tudo o que é feito de argila. Assim, se se conhece o Atman, conhece-se a natureza de qualquer coisa do universo. Então, todas as pesquisas diligentes da ciência parecem os esforços de uma criança para esvaziar o oceano com uma colher.

32. Chega então ao fim a seqüência de mutações dos gunas, porque cumpriram sua missão.

33. Esta é a seqüência de mutações que ocorrem a cada momento, mas que são percebidas somente quando se completa uma série.

Como já se disse (II, 18) os gunas formam este universo de tal modo que o experimentador possa prová-lo, e assim libertar-se. Alcançada a libertação, os gunas cumpriram a sua missão.

O tempo é uma seqüência de momentos e, em decorrência, uma seqüência das mutações dos gunas, que ocorrem a cada momento. Só nos damos conta dessas "mudanças-de-momento", em determinados intervalos, quando uma série completa delas resultou numa mutação suficientemente notável para ser aparente aos nossos sentidos. Por exemplo, não temos consciência, a cada momento, de que um botão de flor se está abrindo; mas, ao cabo de uma série deles, que pode levar várias horas, reconhecemos a mutação, a flor desabrochada. O mesmo se dá ao término de uma série de impressões e pensamentos que levam a uma decisão ou a uma idéia.

Mas, para a alma iluminada, o tempo não possui realidade. Não há seqüência em seu padrão de pensamento. Ela controla o tempo, por assim dizer, e conhece o passado, o presente e o futuro, como um clarão no eterno agora (III, 53).

34. Como os gunas não têm mais nenhuma finalidade a satisfazer ao Atman, eles se reduzem ao Prakriti. Isto é a libertação. O Atman resplandece em sua própria natureza primitiva, como consciência pura.

Deixemos Swami Vivekananda com a palavra final: "Cumpriu-se a tarefa da Natureza (do Prakriti), tarefa generosa que nossa doce ama, a Natureza, impôs a si própria. Gentilmente, ela tomou a alma desinteressada pela mão, por assim dizer, mostrando-lhe todas as experiências do universo, todas as manifestações, conduzindo-a cada vez mais alto, através dos diversos corpos, até recuperar a glória perdida e recordar-se de sua própria natureza. Então, a boa Mãe voltou pelo mesmo caminho que percorrera para outros que também haviam perdido seu rumo no deserto da vida. E assim ela trabalha, sem começo nem fim. E assim, em meio ao prazer e ao sofrimento, ao bem e ao mal, o rio infinito das almas corre para o oceano da perfeição, da auto-realização".