

## NOVE MEIOS PARA A DEVOÇÃO<sup>1</sup>

Swami Swahananda<sup>2</sup>

O *Bhagavata* (VII.5.18) fala de nove aspectos de bhakti<sup>3</sup> em um bem conhecido verso. Eles são: 1. Ouvir os nomes de Deus ou Sua Encarnação cantados ou entoados por outros, ou canções em louvor de, ou a narração de Seus encantos, jogos e atributos. 2. Cantar ou entoar Seus nomes, narrar ou cantar Seus encantos. 3. Recordação ou pensar em Seus nomes e encantos. 4. Mostrar respeito a Ele visitando os lugares sagrados associados com Seus jogos e passatempos, olhar Suas imagens ou figuras que descrevem Seus jogos ou passatempos, servir e ficar em companhia de Seus devotos e mostrar respeito com coisas conectadas com Sua memória. 5. Adoração a Ele nas imagens oferecendo flores, pasta de sândalo, comida, etc. 6. Prosternar-se diante Dele ou Suas imagens no local de adoração. 7. Servi-Lo com a atitude de um devoto servente. 8. Camaradagem – considerar-se como Seu amoroso e íntimo amigo e Ele também por Seu devoto, e comportar-se com Ele desta forma, geralmente através de Suas imagens. 9. Resignação ao Senhor – devotando-se inteiramente aos Seus serviços. De acordo com as escolas devocionais esses passos pertencem à *vaidhi* ou devoção baseada nas escrituras. Através de sua prática um sentimento íntimo por Deus é gerado, que leva a *Prema bhakti*.

O *Adhyatma Ramayana*, que é algumas vezes descrito como um *Bhagavata Ramayana*, fala de outros nove meios para a devoção. Enquanto que Sri Rama é a Encarnação no *Ramayana*, Sri Krishna é o mesmo no *Bhagavata*, sobre cuja glória estes livros falamos. A contemplação de Deus e destas Encarnações são de igual valor, é a opinião deliberada pelas escrituras. O *Adhyatma Ramayana* está baseado na filosofia não-dualista e portanto considera *jnana* misturada com *bhakti* como a mais proveitosa disciplina espiritual. Dá uma alta prioridade à devoção como uma *sadhana*<sup>4</sup>, que ao final leva ao Conhecimento e liberação. Estes nove passos para a devoção foram aconselhados por Sri Rama à Tapasi Sabari, que disse [ao Senhor] que era totalmente indigna de ter Seu *darshan* sendo

---

<sup>1</sup> Traduzido do original em Inglês publicado na revista Vedanta Kesari, edição de Julho de 1961.

<sup>2</sup> Swami Swahananda (1921-2012), um discípulo de Swami Vijnanananda, apóstolo de Sri Ramakrishna, foi o líder espiritual da Vedanta Society of Southern California de 1976 até seu falecimento em Outubro de 2012. Anteriormente foi Editor da revista em Inglês Vedanta Kesari na Índia (1956-1962).

<sup>3</sup> Devoção ou amor a Deus. (nota do tradutor).

<sup>4</sup> Prática ou disciplina espiritual (nota do tradutor).

apenas uma empregada de família pobre. Sri Rama então respondeu (III.22-30): “Ser homem ou mulher, a casta ou situação na vida não dão a capacidade para adorar-Me; somente a devoção é capaz de fazê-lo. Mesmo com sacrifícios, dádivas, austeridade ou estudo dos Vedas e executar rituais, os homens não são capazes de ver-Me, se não são devotados a Mim. Portanto Eu direi a você resumidamente os meios para esta *bhakti*. Contato com os homens santos é dito como sendo a primeira *sadhana*. A segunda é falar e conversar sobre Mim. A terceira é pensar repetidamente sobre Minhas qualidades. Explicar as escrituras que contêm Minhas palavras é a quarta *sadhana*. Adorar sem reservas ao Mestre como a Mim mesmo é a quinta. Natureza pura, *yama*<sup>5</sup>, *niyama*<sup>6</sup>, etc, e firmeza em Minha adoração diária constitui a sexta *sadhana*. Repetir o Meu *Mantra* com os outros acessórios é a sétima. Reverenciar os bons devotos, vendo-Me em todos os seres, desapego pelas coisas externas junto com *sama*, etc<sup>7</sup>. é a oitava. Discernimento sobre a Verdade é a nona *sadhana*.

“Estes são os nove meios para *bhakti*. Quem quer que seja, homem, mulher ou outras criaturas, que utilizem estes nove meios para a devoção terão *bhakti* junto com *prema*. Assim que esta devoção amorosa é gerada chega a realização de Minha natureza. Quem quer que realize Minha natureza se libera nesta mesma vida. Assim, saiba que *bhakti* é o primeiro meio para alcançar *Mukti*<sup>8</sup>. Aqueles que estão dotados com os meios para atingir *bhakti*, gradualmente praticam os outros meios também. Portanto eles podem ter *bhakti* e em seguida *Mukti*”.

O método de *bhakti* descrito nos versos acima está de acordo com as opiniões bem conhecidas das escrituras e dos santos. *Sadhu-sanga* ou contato com homens santos é muito importante para criar desapego e devoção. Apenas pela sua companhia, as indefinidas ideias espirituais de um aspirante se cristalizam. Quando o estudo, ritual e coisas semelhantes não nos satisfazem, são os *sadhakas*<sup>9</sup> avançados que podem transmitir um pouco de sua convicção, fervor e perseverança. Sobre sua importância, este *Ramayana* diz nas palavras de Agastya: “O contato com os homens santos é a raiz da Liberação... Por sua companhia santa um gosto se desenvolve em ouvir sobre Ele; daí surge a devoção ao Eterno Deus; da devoção surge o conhecimento claro, e daí vem a Liberação. Este é o caminho seguido pelos sábios”. (III.3.36&39-40)

O segundo meio é falar e discutir sobre Deus e Suas Encarnações.

---

<sup>5</sup> Segundo Patanjali, nos Yoga Sutas: “Não-violência, castidade, veracidade, não roubar (ou conseguir algo por meio injusto, ou desleal), não receber dádivas” (nota do tradutor).

<sup>6</sup> Segundo Patanjali, nos Yoga Sutas: “Pureza de corpo e mente, contentamento, estudo das escrituras, adoração e entrega a Deus” (nota do tradutor).

<sup>7</sup> Os Seis Tesouros descritos mais adiante (nota do tradutor).

<sup>8</sup> Liberação Final (nota do tradutor).

<sup>9</sup> Praticantes espirituais (nota do tradutor).

As ações de Sri Rama no *Ramayana*, de Sri Krishna no *Bhagavata* são muito inspiradoras e enobrecedoras. Conseguimos ideias claras sobre as verdades espirituais através delas. Quando a virtude declina e o vício prevalece, as Encarnações vêm ao mundo para regenerar e restabelecer os valores religiosos. Constantemente em contato com essas ideias nos tornamos convencidos e a atenção concentrada desenvolve-se. Sobre a importância de ouvir e discutir sobre as ações dos *Avataras*, Sri Krishna diz: “Aquele que assim conhece, na verdadeira luz, Minhas ações e nascimento divino, ao deixar o corpo, não nasce novamente, ele alcança a Mim, ó Arjuna”. (*Bhagavad Gita*, IV.9)

O terceiro meio é pensar repetidamente sobre as qualidades de Deus e Suas Encarnações. Se deve repetidamente escutar sobre o *Atman*, pensar sobre Ele e meditar sobre Ele, diz o *Upanishad*. Depois de uma compreensão teórica sobre a real natureza de Deus, do homem e das coisas, isto deveria ser impresso sobre nossa mente por profunda reflexão para remover a antiga escravidão de *Maya*. O que você pensa, isto se tornará, é o princípio. Além disso, pensando repetidamente nas qualidades *sáttvicas*<sup>10</sup>, absorvemos estas qualidades que são essenciais ao progresso espiritual. Patanjali, o grande escritor científico da yoga diz que o Supremo pode ser realizado, o *samadhi*<sup>11</sup> pode ser obtido através da contemplação de Deus.

A quarta *sadhana* é explicar as escrituras que contêm as palavras de Deus e Suas Encarnações. Estudar as escrituras e explicá-las a outros têm sido métodos reconhecidos desde a era dos *Upanishads*. Ao tentar explicar, as coisas se tornam mais claras.

O quinto meio é adorar ao *Guru* como Deus. Esta ideia tem sido aceita por todos os sistemas e mais fortemente pelos devotos. Os Vedas declaram que o conhecimento deve ser recebido de um Guru. Nenhuma quantidade de estudo traz algum proveito. E para tornar as palavras do Guru mais frutíferas deve existir uma grande fé em suas palavras de sabedoria. Sobre a importância do Guru, Swami Vivekananda diz: “Esta insuficiência dos livros de acelerar o crescimento espiritual é a razão pela qual, apesar de que todos nós podemos falar maravilhosamente sobre assuntos espirituais, quando chegamos à hora da ação e de conduzir uma vida verdadeiramente espiritual, nos encontramos terrivelmente deficientes. Para despertar o espírito, o impulso deve vir de outra alma. A pessoa de cuja alma tal impulso vem é chamado de *Guru* – o mestre; e a pessoa para cuja alma o impulso é dirigido é chamado de *Sishya* – o discípulo”.

A sexta *sadhana* consiste em uma vida pura, adoração diária e a prática do *yoga* óctuplo. Este *yoga* foi apresentado energeticamente por

---

<sup>10</sup> Relativas à *sattva*, a qualidade da pureza, tranquilidade, etc. (nota do tradutor)

<sup>11</sup> O Supremo estado da Realização ou União com Deus, meta da vida espiritual. (nota do tradutor)

Patanjali, e foi incorporado por quase todos os sistemas em suas disciplinas. *Yama* e *Niyama* são limpeza interna e externa, *asana* é postura firme necessária para uma longa meditação esquecendo o corpo e *pranayama* é controle da respiração vital para o fortalecimento e purificação física e psíquica. Os três passos seguintes constituem concentração. *Pratyahara* é tentar reunir a mente, *dharana* é focar sobre um ponto ou sobre a Divindade escolhida e *dhyana* é permanecer no pensamento [em Deus] sem interrupção e *samadhi* é o domínio da mente e sua completa união. Para trazer a mente sob controle, adoração formal elaborada tem sido prescrita. O *Adhyatma Ramayana* em um capítulo diferente dá uma descrição detalhada disto e este método prevalece até agora.

O sétimo meio consiste na repetição do *mantra* que representa o nome da Divindade escolhida. Isto adquiriu a maior importância na maioria das disciplinas. A Divina fórmula recebida de um Guru tem uma especial potência e pela repetição dela todos os benefícios espirituais são originados. Muitas são as declarações com relação à sua suprema eficácia. Um verso bem conhecido assegura que sem dúvida apenas através de *japa*<sup>12</sup> o sucesso espiritual é conseguido.

A oitava *sadhana* de acordo com este livro consiste em algumas coisas. Mostrar respeito aos bons devotos de Deus tem sido aceito como parte da disciplina espiritual, pois com isto e pelo contato com eles absorvemos as qualidades divinas que possuem. Ver a Deus em todos os seres é um estágio avançado de *sadhana*. O *Gita* indica que o *yogi* equânime vê Deus em tudo. Quando toda a criação é Dele e Ele se manifesta como todos os seres, é totalmente conveniente que este reconhecimento por si só deveria ser uma parte da *sadhana*. Desapego pelas coisas externas ou *vairagya* é igualmente uma importante disciplina. Este é o outro lado de ver Deus em tudo. *Vairagya* e a prática [de disciplinas espirituais] são os métodos pelos quais o Supremo é alcançado, diz o *Gita*. *Sama, dama, etc.*, também estão incluídos neste *sadhana*. O sistema do *Advaita*<sup>13</sup> fala dos seis tesouros de *sadhana*, que são *sama, dama, uparati, titiksha, sraddha* e *samadhana* – controle dos órgãos internos e externos, retirar a mente dos sentidos, suportar todos os sofrimentos sem qualquer reação, fé nas palavras do *Guru* e na *Vedanta* e concentração da mente sobre a Meta.

O nono meio para a devoção consiste no discernimento sobre a Verdade. É uma importante disciplina de acordo com a *Vedanta*. De fato, de acordo com alguns, esta é a única *sadhana* que é necessária.

Estes são os nove meios para a devoção, diz o *Adhyatma Ramayana*. Praticando-os, *bhakti* se aperfeiçoa e do *samadhana Vaidhi Bhakti*, o

---

<sup>12</sup> Repetição contínua do Mantra e a concentração no seu significado (nota do tradutor).

<sup>13</sup> Monismo (nota do tradutor).

aspirante passa a *Prema Bhakti*, cheio de amor e isento de motivação [mundana]. Como resultado, *Brahma-jnana*<sup>14</sup> surge, mostrando que *Bhakti* é a raiz de *Mukti*. Assim, nos citados versos acima, o *Adhyatma Ramayana* harmoniza as afirmações dos seguidores do conhecimento e da devoção, do discernimento sobre a natureza real das coisas e da adoração da Divindade, como também do Impessoal e Pessoal. Conhecimento puro e devoção pura são idênticos, disse Sri Ramakrishna, e pela realização de um, o outro também é realizado. O moderno profeta da harmonia assim substancia a posição do autor do *Adhyatma Ramayana*. Satisfazendo os elementos intelectuais e emocionais em nossa natureza, é certo que esta disciplina dos nove meios será capaz de dar o máximo benefício espiritual.



Este texto foi traduzido do original em Inglês por um estudante dos ensinamentos de Sri Ramakrishna, Swami Vivekananda e Vedanta.

---

<sup>14</sup> Conhecimento Absoluto do Supremo (nota do tradutor).