

VEDANTA EM PRÁTICA¹

Swami Paramananda²



Swami Paramananda (1884-1940)

“ESTE PEQUENO LIVRO É DEDICADO À MEMÓRIA DO MEU ABENÇOADO MESTRE, SWAMI VIVEKANANDA, CUJO CARÁTER PURO, AMOR ALTRUÍSTA E ENSINAMENTOS DE TOLERÂNCIA UNIRAM ORIENTE E OCIDENTE EM LAÇOS FRATERNOS DE AMOR E SIMPATIA.”

SWAMI PARAMANANDA

PREFÁCIO

Ao oferecer instrução religiosa, é sempre importante mostrar como os princípios podem ser colocados em prática. Às vezes, as pessoas imaginam que os princípios são tudo e que, uma vez aprendidos e discutidos com facilidade, nada mais é necessário. Isso é um erro tão grande quanto supor que olhar para uma mesa bem posta basta para saciar a fome.

¹ Tradução integral do livro “*Vedanta in Practice*” publicado em 1908.

² Swami Paramananda (1884-1940), foi um discípulo iniciado de Swami Vivekananda e treinado pelo grande disciplinador Swami Ramakrishnananda no Mosteiro de Madras. Trabalhou incansavelmente por mais de um quarto de século para espalhar a fragrância espiritual de Sri Ramakrishna e da Vedanta na América do norte e no Ocidente. Ele foi um dos pioneiros neste campo. Ele estabeleceu o Centro de Vedanta de Boston e o Ananda Ashrama em La Crescenta, Califórnia. Inspirou milhares de homens e mulheres por sua atrativa personalidade, poderosas palestras e escritos sublimes. Escreveu aproximadamente quarenta livros, muitos deles como “*Path of Devotion*” e “*Book of Daily Thoughts and Prayers*” foram traduzidos para vários idiomas. Veja também <https://estudantedavedanta.net/woparama.html>.

A menos que não apenas comamos o alimento, mas também o digiramos e assimilamos, de modo que ele se torne parte de nosso corpo, nutrindo-o e preservando-o, toda a comida do mundo seria de pouca utilidade para nós.

O objetivo destas palestras é mostrar como podemos nos beneficiar dos grandes princípios do Vedanta, de forma que eles se tornem parte de nosso cotidiano; ensinar-nos como colocá-los em prática e viver por eles a cada momento de nossa existência. Quando os assimilarmos dessa maneira, eles nutrirão e sustentarão nossa natureza espiritual, assim como o alimento preserva nosso corpo físico.

A Vedanta é eminentemente prática, e cada uma das cinco palestras foi elaborada para ajudar o leitor a aplicar a verdade que aprendeu. Elas foram proferidas em resposta à demanda por instruções desse tipo e são publicadas com a sincera esperança de que possam ser úteis a alguns.



“Aprende isto pela reverência, pela investigação e pelo serviço humilde. Aqueles homens de sabedoria que realizaram a verdade te ensinarão esta Suprema Sabedoria.”

“Sabendo isto, não cairás novamente no erro e por ela verás todos os seres em ti mesmo e também em Mim.”

“Mesmo se fores o mais pecador dos pecadores, atravessarás o oceano do pecado pelo barco da sabedoria.”

“Assim como o fogo aceso reduz a lenha a cinzas, o fogo da sabedoria reduz todas as ações a cinzas. Nada neste mundo purifica igual à sabedoria. Aquele que é aperfeiçoado pelo *yoga* (práticas religiosas) encontra-a a seu tempo, *dentro* de si mesmo.”

– *Bhagavad Gita IV. 36-38.*

I

A NECESSIDADE DA VIDA ESPIRITUAL

Frequentemente, tem sido solicitado que algo prático no ensino da Vedanta seja apresentado—algo que possa ser vivido e realizado em nosso cotidiano. Este é um ponto muito vital na religião, e sem isso não podemos esperar ser verdadeiramente espirituais. De que serve a religião, de que serve a espiritualidade, se não têm algo mais tangível, mais substancial, a nos dar do que meras palavras secas? Frequentemente ouvimos pessoas reclamarem da religião e daqueles que nela acreditam; dizem que é tudo superstição, destinada apenas aos não instruídos e de mente fraca. Esses homens são, sem dúvida, perfeitamente sinceros em seus comentários, porque, tendo sua visão limitada, não veem a verdade por trás das afirmações da religião e, portanto, tentam negar sua existência. Graças a Deus que as

verdades religiosas não dependem nem um pouco de tais observações ou opiniões. Se elas não tivessem como base algo mais sólido e sublime do que imaginamos, percebemos ou compreendemos através de nossos sentidos, não estariam em existência hoje. Pois não tem sido a tendência especial de uma certa classe de homens, em todas as épocas, mesmo desde os tempos pré-históricos, tentar esmagar as verdades religiosas até a inexistência? Homens de intelecto gigantesco frequentemente tentaram desaprovar sua realidade e utilidade. Muitos grandes cientistas fizeram afirmações ousadas duvidando dessas verdades, porque não conseguiam realizá-las através de métodos científicos. Muitas, muitas ondas de antagonismo varreram a religião, ainda assim ela permanece firme em sua própria glória, inabalável e imperturbável. Que outra prova é necessária para estabelecer sua sublimidade e força extraordinária? A verdadeira religião está sobre um pedestal de verdade eterna, que nenhum esforço humano pode abalar ou mover. No entanto, é muito interessante observar que muitos desses homens que a princípio se levantaram em oposição, mais cedo ou mais tarde chegam à realização de sua maravilhosa verdade e curvam suas cabeças diante dela. A prova disso é vista nas vidas de alguns grandes cientistas, como Huxley e Tyndall, etc., que, após suas experiências de vida na ciência material, admitiram no final de suas vidas que é preciso abandonar a matéria e elevar-se acima dela, a fim de obter conhecimento do espírito. Por mais que tentemos ou lutemos, é certo que o espírito guia a matéria e sempre o fará. Não pode ser de outra forma. A sociedade sempre prestou sua homenagem à espiritualidade, mas nunca a espiritualidade à sociedade. Esta tem sido a lei única e inevitável em nosso mundo.

Voltando ao nosso ponto, devo dizer que a religião realmente ensina o lado prático da vida. Na verdade, ela é baseada na realização. Que direito tem um homem de dizer que a religião é verdadeira se ele não a viu e não a provou por si mesmo? Da mesma forma, que direito tem um homem de afirmar que é falsa antes de praticá-la e tentar realizá-la? Um cego não vê o sol e pode dizer que o sol não brilha; mas isso pode realmente afetar o sol ou provar sua inexistência? Não, não pode. Durante um dia nublado, o sol brilhante pode estar escondido e invisível, mas podemos, de alguma forma, concluir que ele não existe? Exatamente da mesma maneira, enquanto o sol da sabedoria do homem estiver coberto pelo véu da ignorância, ele não vê Deus nem sente a necessidade de uma vida espiritual. No entanto, ninguém pode permanecer para sempre nesse estado de falta de sabedoria. Cada erro que cometemos, cada experiência que ganhamos, seja boa ou ruim, agradável ou desagradável, sempre nos leva a algum entendimento e realização superiores. Mas é muito importante para os aspirantes espirituais não se tornarem egocêntricos e de mente estreita.

Todos sabemos quão limitado é o conhecimento humano. Alguém pode ser muito grande em seu próprio plano de pensamento, e outro pode ser tão grande ou maior em um plano de pensamento completamente diferente. Eles deveriam, portanto, brigar e discutir – tentando provar que um está certo e o outro errado?

Ambos estão certos, ambos são verdadeiros, onde há espaço para luta ou briga? Cada um entende de acordo com seu próprio grau de compreensão. Este tem sido um dos grandes impedimentos ao progresso espiritual, que os homens perdem completamente de vista todas as coisas, exceto o que veem e sentem em seu próprio alcance de visão. Esse erro vem da ignorância ou do extremo egoísmo do homem, que o torna míope e egocêntrico. No entanto, esse grande obstáculo deve ser superado através da realização. Não há outra maneira de sair disso. Quanto mais ignorante o homem, maior tende a ser seu orgulho do conhecimento. Todos sabemos disso perfeitamente bem. Não há tarefa mais difícil do que tentar fazer um homem ignorante e egocêntrico entender além de seu alcance de pensamento. Quando o homem amadurece em sabedoria, toda a sua natureza se torna suave e terna. Toda a sua natureza muda, e ele se torna amplo e compreensivo.

Podemos estudar esse fato a partir das vidas de todos os grandes homens espirituais. Sua sabedoria os torna humildes e mansos. A sabedoria de Sócrates fez com que ele percebesse que nada sabia. Quem pode realmente dominar todo o infinito estoque de conhecimento? Quanto mais um homem aprende, mais ele encontra diante de si para aprender. Não há limite. Infinito é o oceano da sabedoria. Quanto mais você mergulha nesse oceano, maior se torna sua humildade. Essa é a razão pela qual encontramos tanta modéstia em todos os grandes professores da humanidade. Como eles podem evitá-lo, quando veem o poder do Todo-Poderoso trabalhando em tudo e em todos? Eles não mais se arrastam na escuridão da ignorância, mas cantam corajosamente a glória infinita do Senhor.

“Tu és um Ser Infinito, além de toda concepção humana, além da mente e da fala.” Assim cantaram os antigos Videntes da verdade, sobre a glória infinita do Senhor. Isso é o que se chama verdadeira sabedoria, conhecendo o poder onipotente da força invisível que guia o universo e tudo o que nele habita, tanto animado quanto inanimado. Depois de conhecer, através da realização, essa única e irresistível força, chamada por diferentes nomes, como Senhor, Deus, Allah, e assim por diante, como os homens podem deixar de renunciar a suas próprias vontades e dizer, como fez o Nazareno: “Não seja feita a minha vontade, mas a Tua”? Não que apenas Jesus tenha declarado isso, mas todos os que atingem esse estado mais elevado de sabedoria espiritual dizem o mesmo. Em todos os países e em todas as épocas, a Verdade é uma sem uma segunda, e aqueles que a realizam também chegam ao mesmo objetivo e ao mesmo entendimento, embora frequentemente encontremos uma diferença na forma de expressão ou linguagem. Isso é de pouca importância; a diferença está apenas nas palavras, e não no significado final.

Tolos e fanáticos não entendem isso, e é por isso que há tanta perturbação desnecessária em questões de opiniões religiosas. “Por que não posso adorar meu Deus, meu Ideal, expressando meus sentimentos devocionais à minha maneira, sem ser condenado, criticado ou interferido? Por que encontro tanta oposição?” Muitos fazem essa pergunta, mas muitas vezes ela fica sem resposta. Pessoas de mente estreita têm apenas uma maneira de considerar as coisas, e essa maneira é apenas o

que elas pensam estar certo. Todo o resto é falso. Não apenas não querem ir além do alcance de suas próprias ideias, mas desejam que outros aceitem seus pontos de vista. Temos uma ilustração muito bonita e apropriada no *Katha Upanishad*: “Tolos habitando na escuridão, sábios em sua própria vaidade e inchados com conhecimento vão, andam em círculos, cambaleando para frente e para trás, como cegos guiados por cegos.” Há muitos assim no mundo, que, embora envoltos no véu da ignorância, imaginam, no orgulho de seus corações, que sabem tudo. Eles não param por aí, mas tentam liderar outros, e o resultado é que “o cego, liderando o cego, ambos caem no abismo.”

Portanto, quando falamos sobre a impraticabilidade da religião, devemos parar por um minuto e pensar, antes de fazer tais afirmações. Atualmente, nos tornamos tão dependentes da matéria e perdemos de vista o espírito que nada parece prático além do pão e da manteiga, e coisas semelhantes que são perceptíveis e gratificantes aos sentidos. Se pesarmos todos os nossos chamados argumentos intelectuais contra o valor da religião, veremos claramente que não há outra razão para nossas objeções, exceto que formamos um hábito mórbido de depender inteiramente da matéria – das coisas externas e transitórias deste mundo. Mas é um fato bem conhecido que os homens não podem viver apenas de pão. Sem dúvida, o alimento sustenta nossos corpos físicos, mas não pode trazer nenhum nutriente para a vida interior, que é o verdadeiro ser do homem – o *Ātman*. E, mais cedo ou mais tarde, essa necessidade é sentida em todo coração humano. Por mais brutal, diabólico e duro que um homem possa ser; sim, por maior que seja seu ódio pelas verdades espirituais, um dia, depois de passar por muitas experiências diferentes da vida, ele chega à conclusão de que não pode viver sem obter algo real, algo mais substancial do que as meras satisfações externas do mundo, das quais dependia tão inteiramente. Isso o deixa inquieto. Ele luta como se quisesse obter algum alimento para sua alma. Isso o leva a uma realização da necessidade de uma vida espiritual. O valor da religião é sentido quando chegamos a esse ponto, e não antes. Só então percebemos a transitoriedade deste mundo e a necessidade de uma vida espiritual. Isso mostra como mudamos nossos pontos de vista de acordo com nosso crescimento e compreensão. Não podemos tornar alguém espiritual até que essa necessidade seja sentida em seu coração. Os grandes homens da realização sabem disso, e essa é a razão pela qual eles simpatizam com aqueles que ainda não despertaram para suas necessidades espirituais. É através da compreensão que se pode ensinar, e não através da busca por falhas. Se você quer ajudar alguém, deve chegar ao seu nível, deve explicar as coisas em sua linguagem. Isso só é possível para quem já atingiu a realização espiritual.

Como já disse, a religião é realização e totalmente prática. Para os homens espirituais, ela é ainda mais prática, mais real do que comer e beber. Há homens que podem muito facilmente abrir mão de tudo neste mundo, mas acham impossível viver sem a contemplação Divina. Em um polo da existência, você encontrará homens que não podem viver um dia sem depender inteiramente da matéria ou do ambiente externo. Da mesma forma, você encontrará, na outra existência, outros homens para

os quais é impossível viver sem depender inteiramente de Deus e viver uma vida espiritual. Isso mostra que a ideia de praticabilidade varia em diferentes estágios da vida, de acordo com nosso crescimento e compreensão. Se sempre tivermos isso em mente, nunca cometeremos o erro da denúncia, que vem através da miopia ou do fanatismo.

Uma grande virtude que todos podemos aprender dos homens espirituais da Índia. Eles foram muito sinceros, corajosos e amplos em suas afirmações. Às vezes, levou vidas, e até eras, para atingir uma verdade espiritual, mas eles a suportaram pacientemente e passaram por todas as disciplinas, dificuldades e austeridades prescritas. Mesmo assim, se falhassem, não culpavam o ensino fundamental, mas reconheciam suas próprias fraquezas e limitações humanas. Isso é o que se chama verdadeira sabedoria—quando aprendemos a ver nossas próprias imperfeições e limitações. Por que deveríamos ser tão estreitos a ponto de denunciar algo, apenas porque não podemos entendê-lo? Nosso dever é seguir fielmente as práticas espirituais com sinceridade e pureza de coração e lutar arduamente até que tenhamos realizado a verdade por nós mesmos. Nada mais pode remover nossas dúvidas, nada mais pode nos dar a paz e tornar-nos felizes. Raciocinar, conversar e estudar escrituras diferentes não pode nos dar felicidade, nem suprir nossas necessidades internas. Sem dúvida, eles dão algum prazer às pessoas intelectuais, mas não podem trazer nenhum desenvolvimento de concepções espirituais. Como foi belamente expresso por um grande sábio da Vedanta: “Os vários métodos de unir palavras, os vários métodos de falar em linguagem bonita, os vários métodos de explicar a dicção das escrituras são apenas para as disputas e prazeres dos eruditos, mas eles não levam à liberdade.” Frequentemente vemos pessoas sendo levadas por esse tipo de coisa e perdendo o objetivo final da vida humana. Sri Ramakrishna ensina uma parábola muito bonita a esse respeito. Dois amigos foram a um pomar de mangas; um deles se ocupou em contar as diferentes árvores, seus galhos e folhas, comparando seu tamanho e cor com muito cuidado. Isso foi, sem dúvida, muito interessante para ele. Enquanto isso, o outro seguiu em frente, fez do jardineiro seu amigo e começou a desfrutar dos frutos. Qual deles você supõe que foi realmente o mais sábio? Certamente aquele que desfrutou dos frutos. Há pessoas que passam a vida inteira nesse negócio de contar folhas, pensando que isso é a única coisa prática na vida. E, por fim, encontram-se enganadas pelo encanto de Maya. Mas alguns, através do entendimento adequado, evitam esse trabalho inútil de contar folhas e tentam adquirir a amizade do dono desse magnífico jardim e, assim, desfrutar dos frutos imortais e bem-aventurados. Eles são os melhores e mais sábios de todos os seres humanos que direcionam suas energias para realizar o Real, distinguindo o certo do errado. Portanto, sempre precisamos de discriminação correta, a fim de viver uma verdadeira vida espiritual. Caso contrário, há grande perigo de abusarmos de nossos poderes e energias e de gastá-los em direções erradas. Mas o discernimento, a discriminação correta nos salva disso.

A próxima coisa necessária é ter fé. O que é essa fé? Muitas vezes nos dizem para não termos fé cega, para não tomarmos nada como garantido. Isso é muito

verdadeiro e muito racional. Devemos investigar, é para isso que serve nossa razão. Devemos nos esforçar arduamente e encontrar o caminho certo e, então, segui-lo fielmente. Por fé, entende-se confiar nas escrituras e nas palavras dos Videntes-da-verdade. Isso é muito necessário e útil na vida espiritual. Pode-se levantar a questão: Por que devemos aceitar suas palavras antes de conhecer suas verdades nós mesmos? Isso é muito bom como conversa, mas quando chegamos à prática, encontramos algo diferente. É difícil de realizar, e às vezes leva eras para descobrir uma verdade. Portanto, é absolutamente necessário ter fé nas palavras dos grandes profetas e sábios que dedicaram suas vidas inteiras à realização da verdade e seguir suas orientações prescritas. Isso pode ser explicado de outra forma. Assim como um viajante abandonado e sedento precisa da direção de um homem bem familiarizado com um país estranho e que sabe onde a água pode ser encontrada, nós também precisamos da ajuda daqueles que podem nos guiar para a “água da vida.” Se nós, através de nossa vaidade, duvidarmos das palavras desses verdadeiros amigos que conhecem bem todos os diversos caminhos intrincados da vida espiritual, simplesmente perdemos a oportunidade de alcançar a sabedoria divina e podemos morrer de sede espiritual. A fé é sempre útil e, sem ela, o crescimento espiritual se torna impossível. Como é dito pelo Senhor Krishna no Gita: “O ignorante, o sem fé e aquele que duvida de si mesmo está arruinado. Não há nem este mundo, nem o outro, nem felicidade para aquele de mente duvidosa.” Sem fé, não podemos trabalhar adequadamente, e o progresso é impossível. Todos os grandes trabalhadores possuíam uma fé maravilhosa em si mesmos e no Senhor. O que pode uma mente duvidosa fazer? Ela perde todos os seus poderes e energias, tateando para cá e para lá na escuridão. Outro nome para dúvida é escuridão. Duvidamos muito enquanto estamos na escuridão. Portanto, acenda a vela da sabedoria no altar de seu coração e veja a beleza incomparável de seu próprio Ser e do Senhor, e aprenda que estes são um e inseparáveis. Faça isso corajosamente e torne-se livre de todo medo, cuidado e todas as ideias limitadas de que você é um mortal insignificante, um escravo da doença e da morte, que surgem da dúvida de si mesmo. Ou faça como o Senhor Krishna ordenou a seu discípulo: “Com a espada da sabedoria, corte ao meio esta dúvida de si mesmo que jaz no coração, nascida da ignorância, e levante-se.”

Esta é a verdadeira coragem. Benditos, de fato, são aqueles que podem obedecer a tal comando para alcançar a liberdade. Homem, você fala de coragem, esta é a verdadeira coragem que permite que você se torne o possuidor da bem-aventurança imortal. Isso é infinitamente maior do que todas as suas ações heroicas físicas, quando você pode sacrificar todo o egoísmo e todas as vaidades do mundo, para obedecer ao comando do Senhor e viver uma vida espiritual.

II

O CORRETO DISCERNIMENTO

“Três coisas são raras e só podem ser obtidas pela graça do Ser Supremo: a vida humana, o sincero desejo de liberação e a benéfica associação com o Santo.” Assim disse o grande sábio iluminado, Sankara. Por que seria assim? Por que a vida humana deve ser considerada tão grandiosa? Pode-se questionar. De acordo com a concepção védica da criação, este corpo humano é o maior corpo no universo. O homem é maior que todos os animais; mais ainda, que todos os *Devas* (anjos). Nenhuma outra manifestação de vida é maior que o homem. Só o homem está em posição adequada para atingir a perfeição. Até os *Devas* têm que descer e atingir a perfeição através de corpos humanos. O significado é que, na criação inferior, no plano animal, tudo é cheio de torpor, e o pensamento não pode ir além dos limites do corpo. Os animais não podem pensar em coisas elevadas. Da mesma forma, os *Devas*, que supostamente vivem nos céus, não podem atingir a liberdade diretamente. O excesso de prazer corporal também nos prende ao plano físico e obstrui o crescimento, e pensamentos elevados não podem surgir. Na sociedade humana, encontramos a mesma coisa. Aqueles que têm riqueza em excesso, ou aqueles que são afligidos pela pobreza extrema, não são aptos para a realização espiritual: ambos são grandes impedimentos para o desenvolvimento da alma. É a classe média que atinge a sabedoria, porque só aqui encontramos as forças da mente e do corpo adequadamente ajustadas e equilibradas. Essa é a razão pela qual o nascimento humano é tão estimado – pois o plano humano fica entre o animal e o angélico.

Em seguida, é preciso ter o sincero desejo ou sede de liberação. Quantos entre nós realmente desejam a liberdade – embora sejamos todos seres humanos? Poucos são os que desejam fortemente buscar o real e percebem que todas as coisas externas são irrealis, falsas. Aqueles que se esforçam sinceramente para encontrar o caminho da liberdade e conseguem obter a orientação útil de um verdadeiro mestre, uma alma iluminada, são verdadeiramente abençoados e cumpriram o propósito da existência humana. Esse é o objetivo da vida humana, embora a maioria tenha se esquecido disso e tenha adotado outras coisas como seus ideais. Mas chega um momento na vida de cada um em que ele não pode deixar de se voltar para a verdade. Ele é verdadeiramente um homem genuíno quem luta pela liberação, pelo autodomínio, conquistando sua natureza inferior. Este corpo humano é um privilégio, e aqueles que, tendo obtido esse grande privilégio, não o usam corretamente, perdem sua oportunidade.

O que torna o homem maior que os animais? O que torna um homem maior que outro? É através da inteligência que vem o poder de compreensão. É através do despertar da faculdade de discernimento que alguém se eleva em pensamentos e sabedoria. No plano físico, há muito pouco despertar dessa faculdade de discernimento. No plano intelectual, ela é muito mais pronunciada, mas não é

totalmente revelada até que o homem alcance o reino do Espiritual. Esse discernimento [ou discriminação] é chamado, em sânscrito, de *Viveka* e é de extrema importância em cada passo da vida espiritual. *Viveka* significa discriminar entre o real e o irreal, entre o verdadeiro e o falso. Este mundo é uma grande mistura. Há coisas boas e ruins; coisas belas e feias; coisas benéficas e prejudiciais; e estamos colocados no meio desse turbilhão para encontrar nosso caminho para fora dele, rumo a um estado onde não há dualidade, mas apenas uma existência de Bem-aventurança Absoluta. Por isso, precisamos desse “*Viveka*” para nos ajudar e nos guiar no caminho certo.

Sem o correto discernimento, não podemos fazer qualquer progresso no caminho espiritual. As coisas do mundo, belas e fascinantes para os sentidos—parecendo reais—muitas vezes nos desviam quando nos falta o correto discernimento. Duro é o caminho de *Samsara* (vida terrena). Até os seres humanos mais perspicazes são às vezes enganados pelo encanto de *Maya*. A ignorância é a causa de toda nossa miséria e sofrimento, e a ignorância existe por causa da não-discriminação [ausência de discernimento]. Quando tomamos o irreal pelo real e nos apegamos a ele, ficamos desapontados e sofremos.

Vemos tudo constantemente mudando ao nosso redor. O bebê se torna o jovem, o jovem se torna o homem, que, por sua vez, lentamente se aproxima da velhice. Os fortes são enfraquecidos pela doença, e a morte vem para todos. Ainda assim, todos se apegam a esta vida, vendo-a como permanente. O que mais pode ser a causa dessa ilusão, senão a ignorância e o esquecimento do verdadeiro Ser? Identificamos o Ser imortal com este pequeno corpo que está destinado a cair. “Ignorância é tomar o não-eterno, o impuro e o não-Ser pelo Eterno, puro e bem-aventurado *Ātman* (Ser).”

Nossa concepção atual do Ser não vai além do corpo. Mas o corpo não pode ser o Ser. O corpo nunca pode se tornar imutável ou eterno. Tudo que tem um começo necessariamente tem um fim. Não pode ser diferente. O corpo vem e vai, sendo uma combinação de matéria, mas o Espírito permanece sempre—imutável e eterno.

Certa vez, Indra, o chefe dos deuses, e Virochana, o chefe dos demônios, foram aprender sobre o Ser com um grande sábio. Ambos estudaram com ele por muito tempo. Então, um dia, seu mestre declarou: “Tu és Isso. Tu mesmo és o Ser que procuras.” Ambos ficaram inicialmente satisfeitos e acharam que tinham realizado tudo. Retornaram aos seus lares e transmitiram a mensagem ao povo. O demônio, tendo naturalmente uma natureza obscura e ignorante, não conseguiu entender o verdadeiro significado das palavras do sábio, mas as tomou literalmente e pensou que seu corpo era o Ser. Então ele declarou ao seu povo: “Tornem o corpo saudável e forte com boa alimentação e exercício. Sejam felizes. Ninguém é maior que nós mesmos. Nós somos Brahman.” Assim, ele permaneceu contente e não investigou mais.

Mas o deus tinha uma natureza muito mais refinada e imediatamente começou a pensar: “O significado das palavras de nosso mestre não pode ser que o Ser seja este corpo. Como este corpo pode ser o Ser se é tão efêmero, mutável e dependente da matéria? O Ser não muda de forma alguma.” Então ele voltou ao sábio e perguntou:

“Mestre, o senhor quis dizer que este corpo é o Ser? Vejo que o corpo muda constantemente e morre, enquanto o Ser é imutável e imortal.” O sábio respondeu calmamente: “Tu és o Ser. Descobre por ti mesmo.”

Então Indra pensou que talvez as forças vitais fossem o Ser. Mas logo percebeu que elas ficavam fracas se não fossem devidamente nutridas. Então ele voltou ao sábio para saber se ele se referia às forças vitais. Mas o sábio respondeu da mesma forma. Então Indra pensou que devia ser a mente, mas logo descobriu que a mente não podia ser o Ser, pois às vezes está feliz e outras vezes infeliz.

Assim, através de busca constante, paciência e correto discernimento, e com a ajuda do sábio, o deus atingiu o autoconhecimento – o Ser que não é nem corpo nem mente, mas está além de ambos, “aquele que a espada não pode cortar, que o fogo não pode queimar, que a água não pode dissolver e que o ar não pode secar. Sem nascimento, sem morte, Uno, onisciente e onipresente.” O deus, através do correto discernimento, alcançou o objetivo, enquanto o pobre demônio ignorante o perdeu devido ao seu apego ao corpo e aos prazeres corporais.

Não precisamos ir longe para entender o significado dessa história. Vocês me perdoarão se eu disser que, na sociedade humana, encontramos muitos demônios cujos pensamentos não vão além dos limites do corpo e estão perfeitamente satisfeitos com os prazeres dos sentidos. Mas também há alguns deuses, que conseguem diferenciar, através do discernimento, o real do irreal e libertar a alma do cativo de *Maya*. Todos podemos nos tornar como deuses se apenas usarmos esse poder corretamente e manifestarmos a Divindade dentro de nós. Da mesma forma, podemos nos degradar ao plano animal se não o usarmos adequadamente. Nossa progressão ou retrocesso depende inteiramente de nós mesmos, de cada pensamento e ação. O Senhor nos deu o poder da discriminação ou discernimento, e se o usarmos, podemos nos elevar – mas se o negligenciarmos e nos deixarmos levar por impulsos momentâneos, então obstruímos nosso crescimento e permanecemos quase tão ignorantes quanto os animais. “As tendências de comer, dormir, temer e desfrutar dos sentidos são comuns a humanos e animais. Os primeiros superam os brutos em conhecimento e entendimento. Mas aqueles que carecem de conhecimento podem ser classificados com os animais.”

Alguns podem achar que isso é dito de forma exagerada, mas não é. Pelo contrário, há muita verdade nisso se analisado corretamente.

Há três planos de existência neste universo. O primeiro é o físico ou material, cuja manifestação é evidente na vida animal. Os pensamentos neste plano de existência não vão além do corpo e dos sentidos, e a mente naturalmente permanece nesse círculo. O segundo é o plano do intelecto, onde os seres humanos supostamente estão. A manifestação do intelecto é especialmente vista em nossos grandes cientistas e mecânicos que, através de muitas pesquisas e invenções, ajudaram a humanidade. A tendência do intelecto é superar todas as limitações físicas e dar ao homem mais poder sobre si mesmo e sobre a natureza em geral. Isso é, sem dúvida, mais elevado que o plano físico, mas ainda mais alto é um plano conhecido como o plano espiritual.

Este está completamente além do corpo e da mente. Nenhuma quantidade de força física ou perspicácia intelectual pode nos levar a esse plano. Este é o estado em que experimentamos poderes sobrenaturais, que nem os sentidos nem o intelecto podem nos trazer.

Esses três planos de existência são a manifestação de *Sattva*, *Rajas* e *Tamas*, como são chamados em sânscrito. Esses três são os principais elementos a partir dos quais todas as formas vivas são fabricadas. Nossos corpos são, em maior ou menor grau, a combinação desses três. *Tamas* é o mais baixo, representado pelos animais. A natureza de *Tamas* é escuridão e torpor, e quando esses predominam no homem, ele se torna estúpido e inativo. Sua mente é cheia de propensões malignas, e ele não consegue distinguir entre o certo e o errado. Essa classe de homens está muito pouco acima dos animais, porque não possuem o poder de julgamento adequado, e todo o seu pensamento e ação estão centralizados em seus corpos. Muitas vezes prejudicam os outros para satisfazer seus desejos egoístas. Mas o intelecto nos ajuda a nos elevar acima desse plano material e denso. Através do intelecto, nos tornamos ativos e ambiciosos pela felicidade. Essa é a natureza de *Rajas*. Por meio de *Rajas*, nos tornamos imensamente ativos e, assim, superamos toda a inércia. Dessa forma, através do poder do raciocínio, progredimos muito. Mas logo descobrimos que o intelecto humano recua após atingir certo ponto. Aqui, o homem luta para penetrar a parede que está entre ele e o Desconhecido. No entanto, através da luta sincera da alma, um canal se abre, dando-lhe o poder de ver as coisas internas. Esse é o estado de *Sattva*, onde o homem não está satisfeito apenas em cumprir os desejos físicos nem contente em permanecer nos limites do intelecto, mas permanece firme, mantendo o equilíbrio de ambos. Nesse estado, ele pode discriminar corretamente. *Sattva* dá o equilíbrio e nos permite pensar e agir corretamente.

De acordo com a manifestação dessas três qualidades — *Sattva*, *Rajas* e *Tamas* — vemos as diferenças nos seres humanos. O homem que possui a qualidade da bondade, só nele vemos verdadeira coragem, retidão, pureza, veracidade, perdão e a ausência de toda raiva e paixão. Só ele se torna pacífico e feliz através do autocontrole. Não há outro modo de encontrar paz. O homem que segue o caminho de *Rajas* (ou a qualidade da paixão) nunca encontra paz ou descanso, pois não há limite para os desejos humanos. Quanto mais os satisfazemos, mais fortes eles se tornam. É como adicionar lenha ao fogo — apenas tornamos a chama mais forte.

Como alguém pode esperar encontrar paz e felicidade quando está dominado por *Tamas* ou a escuridão da ignorância? Através de nossa experiência, chegamos à conclusão de que devemos aprender a controlar nossa natureza inferior e manifestar a bondade, por meio da qual podemos esperar atingir a perfeição. Assim, o discernimento se torna nosso verdadeiro amigo no caminho espiritual, mostrando-nos o caminho certo e nos salvando de erros.

Agora, a questão é: como cultivar essa qualidade de *Sattva*? “Pela prática e pelo desapego, ela é alcançada.” Claro, há algumas sugestões sobre alimentação. Ao se

alimentar de comida pura, pode-se mudar seu corpo e ganhar elementos *Sattva*. É verdade que podemos ser ajudados por comida e bebida adequadas.

Há três causas que tornam a comida impura. A natureza da comida em si, como cebola, alho, etc.; quando está poluída por qualquer substância estranha, como cabelo, sujeira, etc.; e, em terceiro lugar, quando é tocada por uma pessoa impura.

Evitando esses três, podemos, sem dúvida, ganhar força e bondade, mas uma coisa devemos sempre lembrar: todas as observâncias externas são apenas secundárias. A verdadeira pureza é interna e só pode ser obtida através da prática constante de desapego e castidade. Quando nos falta discernimento, há grande perigo de cairmos no fanatismo – o mais mortal de todos os inimigos do progresso. No entanto, se mantivermos o objetivo constantemente diante de nossos olhos e em nossos corações, podemos superar com segurança todos os obstáculos em nosso caminho.

Todas as observâncias externas sobre limpeza, alimentação, etc., são apenas auxílios para nosso desenvolvimento espiritual e não devem ser confundidas com o objetivo em si. Portanto, devemos estar sempre vigilantes e nos proteger de atribuir importância indevida a ações meramente externas. Tudo neste mundo tem seu uso legítimo e também pode ser facilmente abusado. Por isso, precisamos discriminar em cada passo, a fim de usar nossas energias na direção certa. O seguinte ilustrará isso: “Certa vez, havia um *yogi*, um homem santo, que praticava diariamente em certos horários. Durante esse tempo, ele era muito perturbado por um gato, então, para ter uma meditação ininterrupta, ele confinava o animal na sala ao lado. Isso continuou por muito tempo, até que ele finalmente faleceu, deixando para trás um discípulo. Agora, o discípulo tentou sinceramente imitar seu mestre em tudo. Com esse objetivo, ele passou muito tempo tentando pegar um gato, pensando que esse animal tinha sido uma parte essencial da meditação de seu mestre!”

Muitas vezes cometemos um erro semelhante e, confundindo o não-essencial com o essencial, desperdiçamos nossas forças em vão. A maioria de nossas discórdias religiosas é o resultado direto dessas ideias não assimiladas. Grandes almas fazem coisas com um certo propósito em mente, e seus seguidores, não entendendo o espírito correto de suas ações, as interpretam mal, muitas vezes para seu próprio prejuízo. Rituais e cerimônias não devem ser nosso principal objeto de adoração, mas apenas auxílios para o objetivo. Se nos esquecermos e os tornarmos nossa primeira e principal consideração, então somos facilmente desviados, e nosso crescimento é retardado. Portanto, busquemos sinceramente e vigiemos cuidadosamente; sempre trabalhando com firmeza, perseverança, fé e discernimento, e, pela graça do Senhor, alcançaremos a salvação.

III

EDIFICAÇÃO DO CARÁTER

Tudo neste mundo é transitório, é passageiro. Da mais elevada manifestação da vida humana ao mais baixo verme, todos estão destinados a perecer. Nenhum homem jamais nasceu que pudesse impedir seu corpo de mudar constantemente. Corpo é o nome de uma série de mudanças. O que resta, então, senão o caráter? O tempo devora tudo, exceto o caráter; esta é a única coisa que ele não pode tocar.

Se olharmos para trás e estudarmos a história da humanidade, descobriremos que, por mais árdua que tenha sido a luta para viver aqui para sempre, no fim todos foram conquistados pela morte. Imperadores e reis se esforçaram para construir algo permanente, algo indestrutível, mas em vão. Vejam o poderoso Império Romano, vejam a maravilhosa civilização grega — onde estão eles? Um desmoronou em pó, o outro jaz em ruínas. E o que sobreviveu a eles? A mensagem de Jesus Cristo, o filho de um carpinteiro, e a do mendigo Buddha. Eles ainda governam o universo. Misteriosos são os caminhos do Senhor. Aqueles que desejaram viver morreram; aqueles que estavam dispostos a morrer continuaram a viver. Cristo, que livremente entregou Sua vida, vive eternamente. Buddha, que renunciou a um reino inteiro, governa metade do mundo.

Por que esses grandes Mestres renunciaram? Porque descobriram que tudo o que é uma combinação de matéria está destinado a perecer; e eles buscaram algo mais permanente. Quando Cristo foi tentado pelo demônio, Ele rejeitou o mundo porque sabia bem de sua vacuidade e que ele nunca poderia trazer felicidade real. Assim, Buddha resistiu às tentações de Mara, porque havia percebido que este mundo só poderia trazer tristeza no fim. Ambas essas grandes Almas valorizavam o caráter acima de tudo e dedicaram toda a sua atenção a isso. Eles renunciaram, ou abandonaram, tudo o mais, sabendo que tudo era transitório, que apenas o caráter viveria.

Uma coisa óbvia em todos os caracteres espirituais é que eles tendem especialmente à renúncia, pois sem ela o crescimento espiritual é impossível. Essa ideia de renúncia é frequentemente mal compreendida, e a maioria dos seres humanos até se horroriza com a simples menção dela. No entanto, sabemos que ela forma o próprio fundamento da vida espiritual, e vemos como todos os grandes homens tiraram sua inspiração e força dessa fonte. Mostre-me um grande caráter espiritual que não sacrificou todo egoísmo e passou pela suprema renúncia. “Não podeis servir a Deus e a Mamon.” Há muito significado nessa simples frase do Senhor. Não é tão fácil como imaginamos; não podemos compreender o verdadeiro significado dessa frase enquanto nossos corações forem fracos e impuros. O que nos torna fracos e impuros? A dependência da matéria e o esquecimento do espírito glorioso dentro de

nós; quanto mais amamos o mundo, com todas as suas vaidades, e dependemos dele, mais fracos nos tornamos em força interna.

Deus é a fonte de toda a nossa força e inspiração, mas quando O esquecemos, pelo encanto da matéria, nos tornamos espiritualmente cegos. Um cega, enquanto o outro dá visão — portanto, ambos não podem coexistir. Não podeis ter amor sincero por Deus em vosso coração e ao mesmo tempo afeição pelos prazeres mundanos. É impossível; é desarmonioso — como trevas e luz. Um deve existir de cada vez. Assim, os sábios declararam corajosamente o pensamento da renúncia: Renúnciai! Renúnciai ao mundo e amai a Deus, a Meta Suprema, de quem viemos à existência, em quem vivemos, nos movemos e temos nosso ser. Não O esqueçais, não negligencieis servi-Lo. Amai-O e servi-O e deixai tudo o mais ir-se. Este é o lema de todas as religiões e mestres religiosos. Esse amor por Deus é o objeto e o objetivo da renúncia.

Não há necessidade de violência ou dureza de coração na renúncia. É um crescimento natural do coração. Quando amamos a Deus com todo o nosso coração e alma, então não há espaço para mais nada, e a renúncia se torna fácil.

Uma coisa digna de menção nessa conexão é que a renúncia não significa necessariamente fugir de sua própria casa, amigos e parentes, ou ser cruel com eles. Pode-se adquirir amor por Deus em casa, praticando o desapego e a abnegação. A pergunta pode ser feita: O que ganhamos com a renúncia? Nossa melhor recompensa, nosso maior bem é amar Deus acima de todas as coisas externas e obter o conhecimento do Supremo. Assim, vemos que a renúncia é um dos fatores mais importantes na edificação do caráter.

O que é caráter? Todo ato ou pensamento deixa uma impressão na mente. Todas essas impressões, juntas, formam o caráter. Quando um grande número de impressões semelhantes é deixado na mente, elas se unem e se tornam um hábito. É verdadeiramente dito que “o hábito é uma segunda natureza.” De fato, Swami Vivekananda frequentemente observava que era toda a natureza que tínhamos. O que somos hoje é o resultado de nosso passado. Isso nos dá grande consolo e esperança, porque se o que fazemos é apenas hábito, então podemos criá-lo ou desfazê-lo por meio de nossos pensamentos e ações.

Há dois planos neste universo onde nossas mentes habitam. O *Sat* — o real, o permanentemente existente — e o *Asat* — o irreal, o passageiro, o não-existente.

O padrão de bem e mal de alguém procede desses. Qualquer coisa que seja uma combinação de matéria é *Asat*, é passageira e mutável; quando nos apegamos ignorantemente a coisas transitórias para gratificar nossos impulsos momentâneos, nos tornamos *Asat*, e são esses caracteres instáveis que chamamos de maus ou malignos.

No entanto, assim como qualquer pessoa que é má se tornou assim por hábito, por manter sua mente no plano do mal, ela pode superar essa tendência aprendendo a manter sua mente no plano do bem, cultivando um bom hábito de pensamento. A princípio, será difícil para ela, e ela terá que lutar muito, mas se persistir em buscar apenas o bem em todos os lugares, então, no final, certamente conquistará. Isso é, sem

dúvida, uma tarefa muito difícil e, por mais que tentemos, estamos fadados a entrar em contato com o mal às vezes; especialmente isso é verdade para aqueles de nós que vivem no mundo, pois não podemos evitar completamente associar com várias classes de pessoas.

O que devemos fazer então? Como superaremos essa dificuldade? O conselho de Patanjali é útil: “Amizade, misericórdia, alegria e indiferença, sendo pensadas em relação a sujeitos felizes, infelizes, bons e maus, respectivamente, pacificam a mente.” Este é o verdadeiro segredo. É evidente que não podemos evitar inteiramente o mal, mas podemos neutralizá-lo e remediá-lo mantendo esses quatro tipos de ideias em relação a todas as coisas que surgem diante de nós. Devemos manter o sentimento de amizade por todos e ser misericordiosos com aqueles que estão em sofrimento.

Quando outros estão felizes, devemos nos sentir felizes também, e para os perversos e mal-intencionados devemos ser indiferentes. Se o sujeito é bom, devemos ser amigáveis em relação a ele, porque a verdadeira amizade só é possível e desejável com pessoas boas e sinceras. Não se pode dar um abraço amigável em um tigre ou a uma cobra; a coisa mais sábia é evitá-los.

Então, se o sujeito do pensamento é miserável, devemos ser misericordiosos em relação a ele. Quando vemos alguém sofrer, devemos tentar remover sua miséria com um sentimento de amor e simpatia.

Isso devemos fazer com abnegação e desapego em relação aos frutos de nossas ações. Se aquele a quem você ajuda é grato ou não, não importa. Sempre que você tiver a oportunidade de ajudar alguém, deve ter em mente que é para o seu próprio bem, para sua própria salvação. É um privilégio servir a Deus na forma dos miseráveis e, assim, construir nossos caracteres e manifestar a Divindade.

Em seguida, vem a alegria: devemos nos alegrar quando outros estão felizes. Quando alguém se torna próspero, vitorioso e bem-sucedido, devemos nos alegrar em vê-lo feliz.

Em vez de nutrir o sentimento de ciúme ou ódio, devemos nos regozijar na alegria dos outros. Não há paz ou felicidade no coração que não pode suportar a boa fortuna alheia.

O último e mais difícil preceito é ser indiferente aos assuntos maus. Isso é difícil, porque é necessário imenso autocontrole para equilibrar a mente e discernir corretamente. Os sentimentos de amor e ódio são naturais, mas a indiferença é muito difícil de praticar. Podemos amar o bem, mas não podemos amar o mal, por mais que falemos em amar a todos. Naturalmente, surge o oposto, o ódio, em nossos corações. Por exemplo, se um homem nos faz mal, imediatamente nos perturbamos e reagimos querendo prejudicá-lo. Mas com isso não ganhamos nada; apenas perdemos nossa força e energia. Toda vez que nos irritamos ou tentamos neutralizar o mal com ódio, nos enfraquecemos e obstruímos nosso crescimento espiritual. Assim, apenas aquele que possui o poder de discriminação e autocontrole pode superar essa dificuldade, não estabelecendo nem amizade nem animosidade com o objeto mau.

Enquanto mantemos nossas mentes no plano físico, nos tornamos fracos no plano espiritual. Para recuperar nossa força espiritual, devemos retirar nossas mentes do plano da matéria. Uma grande ajuda para isso é a companhia dos santos. Mesmo um momento de associação com grandes homens nos ajudará a atravessar o oceano da mundanidade. Quem são os grandes homens? Aqueles que são abnegados, que amam a todos e permanecem imperturbáveis sob elogios ou críticas, que vivem neste mundo não para ganhar algo para si mesmos, mas para servir e ajudar a humanidade por amor. Quando entramos em contato com essas almas elevadas, uma impressão profunda é feita em nossas mentes, e isso gradualmente mudará todo o caráter. O mesmo homem que era mau pode agora se tornar um santo. Mas, embora a companhia de homens santos possa fazer muito para nos purificar e mudar nossas naturezas, o caráter é, afinal, o que formamos por nossos próprios hábitos de pensamento e por nossas próprias ações. Somos os únicos responsáveis por nossos caracteres. Se agora somos maus, podemos mudar e nos tornar bons. Tudo depende de nós mesmos. No entanto, enquanto permanecermos no plano dual – no plano do bem e do mal – há perigo de recaída. Devemos, portanto, ir além de ambos e alcançar um estado onde nossos caracteres se tornem perfeitos. Então, nem o bem nem o mal poderão mais ter efeito sobre eles; eles permanecem intocados por qualquer um. Esta é a única coisa considerada permanente neste mundo transitório. Mas até que tenhamos alcançado esse estado, não estamos livres do perigo. Assim, um homem que vive em solitude e tenta formar seu caráter pode parecer perfeito, desde que não entre em associação com o mal, mas ele não pode ser julgado até ser visto no meio do mal. Esse é o teste. Um caráter perfeito é aquele que pode passar pelo bem e pelo mal imperturbável. Como foi belamente expresso por Emerson: “É fácil no mundo viver segundo a opinião do mundo; é fácil na solitude viver segundo a nossa própria; mas o grande homem é aquele que, no meio da multidão, mantém com perfeita doçura a independência da solitude.” Esta é a definição exata de um homem perfeito, que é o mesmo em todas as circunstâncias.

Precisamos tanto do bem quanto do mal para formar o caráter perfeito, e os golpes duros, que chamamos de mal, muitas vezes nos ajudam mais do que o bem. Se olharmos para as vidas dos grandes homens, eles parecem ter ganhado mais com os golpes – com a adversidade. O bem também é necessário, mas devemos especialmente tentar ser firmes quando entramos em contato com o mal. Esses grandes homens, primeiro superaram o mal praticando o bem e depois subiram ainda mais alto, onde não podiam ser tocados nem pelo bem nem pelo mal – onde nenhum deles os impactava.

Tal caráter foi Suka, que era filho de um grande sábio e nasceu perfeito. Em tenra idade, o pai o enviou à corte do Rei Janaka para aprender. Para testá-lo, o rei deu certas instruções antecipadamente a seus cortesãos, e quando o menino chegou ao portão do palácio, foi permitido que ele sentasse ali três dias e três noites sem ser notado sequer pelos guardas do palácio. Então, altos funcionários vieram e o receberam com honras reais. Ainda assim, seu rosto não mudou; ele permaneceu

imperturbável. Quando finalmente foi levado diante do rei, o rei lhe deu um copo de leite, cheio até a borda, e disse-lhe para carregá-lo sete vezes ao redor do salão sem derramar uma gota. No meio de música e dança, o menino caminhou sete vezes ao redor do salão com o mesmo rosto calmo, sem derramar uma gota do leite. Então o rei lhe disse: “Você não tem mais nada a aprender. Você conheceu a Verdade – volte para casa, para seu pai.”

A única verdadeira ajuda que você pode dar à humanidade é quando, pelo seu próprio caráter, você ensina os outros. Então você faz o bem com cada palavra, cada movimento. Quando, por exemplo, você permanece firme sob todas as condições de bem e mal, aqueles ao seu redor aprendem o valor da firmeza e começam a tentar praticá-la eles mesmos. Assim, pelo exemplo de seu caráter, toda a sua vida se torna uma lição para os outros. Isso me lembra um ditado muito bonito e apropriado que temos em uma de nossas Escrituras da Vedanta:

Sob uma árvore *banyan* [figueira de bengala], estavam sentados um jovem mestre espiritual iluminado e um velho discípulo de cabelos grisalhos. A mente do discípulo estava cheia de dúvidas, de ignorância, e ele questionava – mas o mestre sempre mantinha silêncio, e as dúvidas do discípulo gradualmente se dissipavam. Tal é a força do caráter. Ele fala mais alto que a linguagem. Seu poder é maravilhosamente eficaz – mais do que qualquer outra coisa neste universo.

A pureza tem sido o fundamento de todos os caracteres verdadeiramente grandes. Se você constrói uma casa sobre a areia, ela certamente desmoronará; assim, se construirmos nossos caracteres sobre qualquer coisa que não seja a pureza, eles não permanecerão. A impureza é uma mistura; a pureza é uma sem uma segunda [coisa]. Pensamentos mistos é ver muitos; pensamento puro é quando você vê apenas Um. Quando você pensa no lado mau de alguém, você mesmo absorve esse mal; assim como quando você medita em um santo, você ganha santidade. Aquilo em que você pensa, você se torna. Quando percebemos o quanto perdemos ao habitar no plano do mal, nos tornamos vigilantes e mantemos a mente apenas no plano do bem, vendo em tudo o Deus Onipresente. Se desejamos nos salvar, teremos que lutar muito, teremos que recuperar, pouco a pouco, o que perdemos ao habitar no mal do mundo. Mas pode-se dizer que todos têm sentimentos mistos – às vezes bons, às vezes maus. Como podemos sair desse estado? Usando o poder de discriminação, do discernimento, treinando constantemente a mente para distinguir o certo do errado e buscar apenas o bem. Esta é a vida prática. A edificação do caráter é a única verdadeira prática de *Yoga*, e é a única maneira pela qual podemos realmente ajudar a humanidade. Cristo ajudou o mundo com Seu caráter. Não é que Ele transformou esta terra em um céu. Isso não é possível. Havia tanto mal no mundo depois que Ele veio quanto antes, mas, por Seu exemplo, Ele está ajudando cada alma individual a superar suas limitações e a se esforçar para a perfeição.

Nem Cristo, nem Buddha, nem qualquer outro profeta afirmaram ser exceções. Pelo contrário, eles pregaram que todos podem se tornar como eles. Todos nós podemos nos tornar caracteres perfeitos. Mas apenas quando construímos nossos

caracteres sobre os alicerces firmes da pureza, abnegação e desapego é que eles serão inabaláveis e se tornarão uma bênção para toda a humanidade.

PODER DE CONCENTRAÇÃO

“Quando a mente subjugada repousa apenas no Ser, sem desejar os objetos do desejo, esse homem é chamado de *yogi* (santo).

Assim como a chama de uma lâmpada colocada em um lugar sem vento não oscila, o coração do *yogi* de mente subjugada permanece firme na meditação e não vacila.”

– *Bhagavad-Gita* 6:18, 19.

IV

PODER DE CONCENTRAÇÃO

A sabedoria é o objetivo da existência humana. Até mesmo homens de inteligência mais baixa desejam conhecer o segredo das coisas, porque apenas o conhecimento pode trazer paz e felicidade às nossas almas. A ignorância é a principal fonte de toda miséria, e ninguém realmente gosta de estar nesse estado. Por que, então, encontramos tantas pessoas ignorantes e irresponsáveis ao nosso redor, se todos estão ávidos por sabedoria? Porque, embora o desejo por sabedoria seja o instinto natural em todo coração humano, poucos possuem o poder de adquiri-la. Um homem inativo, estúpido e cheio de ignorância tem todo o desejo de ser onisciente, apenas ele não quer trabalhar para obter conhecimento. Há outros que são capazes de trabalhar e são imensamente ativos, mas não conhecem o segredo do trabalho e apenas esgotam suas energias em direções erradas. A porta do conhecimento está pronta para se abrir para cada um de nós, se apenas soubermos bater nela corretamente.

Há apenas um caminho para o conhecimento e a sabedoria, e esse é através do poder de concentração. Sem esse poder, ninguém pode realizar nada neste mundo. Os estudantes que conseguem concentrar suas mentes completamente em seus livros são os melhores estudantes. Com o menor esforço, eles realizam o máximo. O cientista, em seu laboratório, concentra todas as energias de sua mente em uma direção e, assim, descobre os segredos da Natureza. Da mesma forma, o astrônomo fixa sua mente, através de seu telescópio, no sol, na lua, nos planetas etc., e eles lhe revelam seus segredos. Um bom músico é aquele que consegue concentrar sua mente em sua música. O mesmo acontece com artistas e todos os demais. Este é o único caminho para o conhecimento. Quanto mais conseguimos concentrar nossas mentes no objeto de nosso estudo, mais rapidamente o conhecimento desse assunto nos é revelado. Agora, vamos ver como adquirir esse poder de concentração, já que toda a

nossa sabedoria é baseada nele, especialmente a sabedoria espiritual. Todas as diferentes práticas de *yoga* são inteiramente baseadas na concentração.

Patanjali, em seus *Aforismos de Yoga*, define *yoga* como “restringir a ‘substância mental’ de assumir várias formas”. Isso só é possível através do poder da concentração. Qual é o estado atual de nossas mentes? Se analisarmos adequadamente, descobriremos que elas assumem inúmeras formas. Às vezes, a mente de alguém está feliz, outras vezes infeliz; às vezes irritada, outras vezes calma, etc. Ela está sempre inquieta. Estamos todos sentados aqui agora. Se formos um pouco descuidados e deixarmos a mente correr, ela talvez viaje milhares de milhas em um minuto e comece a sonhar com várias impressões do passado, o que a tornará feliz ou infeliz, conforme o caso. Essa é precisamente a condição de nossas mentes.

Entre aqueles que leram o celebrado livro de Swami Vivekananda sobre *Raja Yoga*, alguns talvez se lembrem de como a mente é comparada a um macaco enlouquecido. “Havia um macaco, inquieto por natureza, como todos os macacos são. Como se isso não bastasse, alguém o fez beber vinho livremente, de modo que ele ficou ainda mais inquieto. Então, um escorpião o picou. Quando um homem é picado por um escorpião, ele pula por um dia inteiro; assim, o pobre macaco viu sua condição piorar ainda mais. Para completar sua miséria, um demônio entrou nele. Que linguagem pode descrever a inquietação incontrolável desse macaco? A mente humana é como esse macaco, incessantemente ativa por sua própria natureza; então, ela fica embriagada com o vinho do desejo, aumentando sua turbulência. Depois que o desejo toma posse, vem a picada do escorpião da inveja dos outros cujos desejos são satisfeitos; e, por último, o demônio do orgulho toma posse da mente, fazendo-a pensar que é a coisa mais importante.” Essa é a condição geral da mente. Quão difícil é controlar tal mente! Ninguém pode fazer isso por nós. Podemos obter muitas sugestões úteis de nossos mestres, mas só podemos alcançar o autodomínio através de nossos próprios esforços. Deve ser nosso próprio trabalho.

Arjuna, o discípulo, depois de ouvir o ensinamento maravilhoso do *Gita* de seu mestre, Krishna, disse: “Essa *yoga* da equanimidade ensinada por ti, não vejo sua continuidade estável, por causa da inquietação da minha mente.” A isso, o Bendito Senhor respondeu: “Sem dúvida, ó tu de braço Poderoso, a mente é inquieta e difícil de conter, mas através da prática constante e do desapego, ela é subjugada.” Não há outro caminho. Nós mesmos devemos realizar o trabalho de subjugar a mente com nossa perseverança e prática infalível. Os *yogis*, ou homens espirituais, através de seu estudo cuidadoso, descobriram todas as várias tendências intrincadas da mente e do corpo e também como alguém pode subjugar-las através de diferentes práticas de concentração, alcançando assim o autodomínio absoluto.

Nossa mente se manifesta em várias formas: *Kshipta*, *Mudha*, *Vikshipta* e *Ekagra*. *Kshipta* significa dispersa. Frequentemente encontramos nossa mente nesse estágio quando nossos pensamentos são variados, e a mente salta de uma coisa para outra. Esse é um estado de atividade, e a mente corre atrás dos prazeres dos sentidos. Mas nenhuma paz ou felicidade real pode ser encontrada enquanto ela está nesse estado

disperso. A natureza do segundo é a estupidez, a inatividade, e a pessoa se torna indiscriminada e prejudica os outros. Em seguida, vem *Vikshipta*, ou o estado enfraquecido da mente. Nesse estado, lutamos para centralizar a mente, mas muitas vezes sem sucesso. Quando não encontramos satisfação, nem no estado disperso nem no estado estúpido da mente, então começamos a lutar por uma forma mais elevada. Se alguém persevera, alcança o estado de *Ekagra*, a mente concentrada ou unidirecionada. Apenas quando a mente chega a esse estado é que atingimos a supraconsciência e nos tornamos livres para sempre. Os três primeiros estados não são adequados para trazer realização espiritual. Mas, no último estágio, através do poder da concentração, podemos reunir todas as nossas energias mentais e físicas e direcioná-las para a mais alta realização.

Quando a mente não está concentrada, ela é fraca e não podemos realizar nada com ela. Nossa mente em um dos três primeiros estados é como fibras finas, que estão dispersas e separadas umas das outras; ela não pode suportar qualquer pressão, pois se quebra facilmente. Mas, através do poder da concentração, quando podemos reuni-la em uma massa única, então somos capazes de resistir a todas as distrações, assim como as fibras torcidas podem resistir à força de um elefante.

O valor da concentração é inquestionável. Ela ajuda todos em todos os estágios da vida. Mas o maior homem é aquele que pode concentrar sua mente na Realidade Suprema, pois "nos tornamos exatamente aquilo que pensamos". Pensamentos intensos moldam nossa natureza externa e interna. Isso podemos ver frequentemente no caso de marido e mulher devotados; eles se tornam semelhantes um ao outro em seus modos; sim, até mesmo em sua aparência. Esse fato é mostrado de forma muito óbvia na vida de São Francisco de Assis, que, ao concentrar constantemente sua mente em Jesus Cristo, tornou-se semelhante a Cristo. Diz-se até que sua figura externa se transformou e mostrou as marcas dos estigmas. Tal é o poder da concentração que ele pode mudar toda a natureza de um homem. Ao concentrarmos nossas mentes em um ser puro e sagrado, nos tornamos sagrados. Da mesma forma, quando voltamos nossos pensamentos para objetos materiais, nos tornamos materialistas e podemos realizar muito nesse plano.

É relativamente fácil concentrar nossas mentes em objetos externos, mas é muito difícil voltar nossos pensamentos para as coisas internas. Poucos têm a paciência ou a coragem de fazê-lo. Devemos tomar algum objeto tangível no qual nos concentrar e, então, continuar praticando até subjugarmos todos os outros pensamentos, exceto aquele. Por exemplo, tome o pensamento de altruísmo ou pureza. Preencha todo o seu ser com esse único pensamento, pense apenas nisso, sonhe apenas com isso e sinta apenas isso; então, você acabará se tornando puro e altruísta. No início, seus pensamentos se levantarão em oposição. Mas, cada vez que você tentar subjugá-los, se encontrará mais forte e, gradualmente, através da prática constante, você os conquistará completamente. A prática real de *yoga* ocorre quando tentamos reunir nossos pensamentos de todas as fontes, torná-los um e conectá-los com nosso Ser Interior. *Yoga* significa essa união com o Ser Supremo, que destrói toda

a ignorância. Não podemos sentir essa união ou ter a visão do Ser até que nossa mente esteja totalmente subjugada e, como a superfície de um lago, esteja perfeitamente calma e tranquila. Enquanto houver ondulações, na forma de inúmeros desejos, não podemos ver o fundo, onde o *Ātman* habita. Portanto, nosso dever é praticar com paciência e perseverança até conseguirmos tornar nossa mente focada e subjugarmos todos os pensamentos mistos e errantes.

Isso não é o trabalho de um dia, mas pode levar anos; sim, vidas. O progresso, no entanto, depende inteiramente de nossa sinceridade. Há graus de sinceridade, e nosso sucesso varia de acordo, como é mostrado por diferentes temperamentos. Alguns são extremamente lentos em sua natureza e não têm qualquer poder de determinação ou perseverança; enquanto outros são maravilhosamente energéticos e prontos para renunciar até mesmo suas vidas em suas tentativas. Sri Ramakrishna conta uma parábola sobre dois camponeses que estavam trabalhando em seus campos para trazer água. A esposa de um veio e pediu que seu marido deixasse o trabalho para o dia seguinte. Como estava tarde, o homem, após alguma hesitação, deixou seu trabalho. A esposa do outro veio, insistiu e o repreendeu, mas o homem estava determinado a terminar seu trabalho. Finalmente, após um dia inteiro de labuta, ele conseguiu trazer a água para seu campo e pôde descansar em paz, sabendo que sua tarefa havia sido concluída. Há muitos entre nós que carecem de firmeza e discernimento e simplesmente desperdiçam suas energias pulando de uma coisa para outra sem qualquer sucesso. Não importa qual caminho sigamos, devemos aprender a ser firmes e fiéis; sem isso, nenhum conhecimento é obtido. Nunca perdemos esse poder depois de adquiri-lo, e podemos utilizar essa força de todas as maneiras. Quando conseguimos concentrar nossas mentes, então a meditação vem naturalmente. “Não há sabedoria para o inconstante, nem meditação para o insensato, e para o não meditativo não há paz; para o que não tem paz, como pode haver felicidade?”

O que é meditação? Meditação é uma lembrança constante do objeto em que meditamos. Em outras palavras, é ilustrada como “um fluxo ininterrupto de óleo derramado de um vaso para outro”. Quando alcançamos esse tipo de lembrança em relação ao Ser Supremo, então todos os laços do coração se quebram, e ele se torna iluminado pela presença do Ser. Através da meditação, sentimos a proximidade da Divindade. Não há outro caminho para alcançá-Lo. Nenhum poder externo pode nos dar a visão de Deus. Porque Ele é o mais próximo de todos os amigos, o mais próximo de qualquer coisa que possamos perceber. “Ele é maior que o maior, menor que o menor e habita no centro de cada coração.” Enquanto tentamos vê-Lo fora de nós, nunca O encontramos; todas as nossas lutas são em vão. Mas quando, pela experiência, descobrimos que é impossível vê-Lo fora de nós, então voltamos nossos pensamentos para dentro e nos tornamos meditativos.

Há duas forças – centrífuga e centrípeta. A tendência de uma é nos levar para todos os objetos externos, e a tendência da outra é nos puxar para dentro. Quando, através do poder da concentração, podemos subjugar todos os vários pensamentos e

desejos perturbadores, então teremos a visão do Ser Supremo sentado no altar de nossos corações. Então, e só então, toda a tortuosidade será endireitada, e todas as dúvidas sobre o Ser desaparecerão para sempre. Seremos supremamente felizes, sabendo que nós e o Pai somos um.

V

AUTORREALIZAÇÃO

Realização é a palavra-chave de todas as religiões. Se existe um Deus, ou um Ser Supremo, devemos vê-Lo, devemos realizá-Lo. Caso contrário, essas teorias sobre a existência de Deus e da alma têm muito pouco valor; se não pudermos colocá-las em uma base prática e realizar a verdade delas, elas permanecem para nós como meras palavras. Essa realização é a única coisa que pode nos trazer satisfação. Nenhuma quantidade de teoria pode satisfazer nossas mentes a menos que possamos ver a realidade das coisas por nós mesmos. Os vários métodos de juntar palavras, os vários métodos de falar em linguagem bonita e a habilidade de expor as Escrituras de forma inteligente são apenas para o deleite dos eruditos, mas nunca levam à realização espiritual, nem podem trazer liberdade. De que adianta estudar as escrituras se não ganhamos sabedoria espiritual com isso? Estudar significa obter as direções que levam a meta final, e quando esquecemos isso, não ganhamos qualquer proveito, mesmo que passemos toda a nossa vida lendo todas as escrituras do mundo. Temos um ditado muito sábio: “Assim como um burro carrega cargas de sândalo nas costas, sentindo apenas o peso do fardo sem obter o benefício do seu perfume doce, o mesmo acontece com aqueles que estudam inúmeras escrituras sem conhecer a essência – a verdade – delas; seu trabalho é como o do burro carregando a carga de madeira.” O que quero dizer é que nosso objetivo deve ser a realização, e não permanecer satisfeitos com uma rede de palavras.

Há uma grande diferença entre um filósofo, um homem de erudição livresca, e um Vidente da Verdade, um homem de realização. O filósofo pode ter estudado todos os Vedas e outras escrituras e pode ser capaz de citar longas passagens delas; mas o Vidente da Verdade sabe, porque ele viu. O primeiro apenas repete o que aprendeu; o segundo diz: “Sim, eu *sei!*” Assim, suas palavras são ousadas. A experiência é a maneira real e única de adquirir força. A força real vem através da realização; quando um homem viu Deus, ele pode declarar com convicção que existe um Deus. Quando vimos uma coisa, não importa o quanto as pessoas possam negar a existência dela, ainda podemos nos levantar corajosamente e declarar: “Eu sei que existe.”

Ouvimos e estudamos sobre a natureza imortal de nossa alma, mas ainda assim temos medo da morte. Por quê? Porque não temos concepção de nossa natureza real, não temos realização do Ser, o homem real. Na verdade, não temos ideia do que a Alma significa; nosso conhecimento se limita a este corpo material, e se tentarmos

formar qualquer ideia de nós mesmos, só o fazemos através deste corpo limitado, que está sujeito a mudanças constantes. Assim, por mais que estudemos e por mais que falemos sobre a natureza imortal do nosso Ser; mais ainda, por mais que repitamos *Soham* (Eu sou Ele) e outras palavras sagradas, tudo isso tem muito pouco peso e força sem a realização do significado último dessas coisas. Na Índia, papagaios são treinados para repetir nomes sagrados, e enquanto não são perturbados, eles os repetem; mas assim que um gato os persegue, eles dão seu grito natural, esquecendo todos os nomes que lhes foram ensinados. Da mesma forma, as pessoas repetem as palavras das escrituras sem compreender seu significado, e é por isso que, quando o problema vem, elas ficam tão miseráveis, tão fracas, com tanto medo da morte.

Mas quando realizamos o Ser, quando O percebemos, como percebemos a existência daqueles ao nosso redor, então não podemos mais duvidar. Então, o medo da morte ou da doença não mais existirá. A natureza não tem influência sobre o Ser Supremo do homem, que na realidade é um e o mesmo com Deus, então a Autorrealização e a visão de Deus não são duas coisas diferentes. O homem é a expressão de Deus, e Deus é a realidade do homem. O homem real e Deus são inseparáveis. Há apenas uma realidade neste universo, a quem o devoto adora como um deus pessoal, e um *Jnani*, ou sábio, como seu próprio Ser. A diferença está apenas nos nomes e nos métodos de alcançar o objetivo, mas quando o objetivo é alcançado, ambos chegam à mesma compreensão: que há apenas Um por quem tudo é permeado. “Este *Ātman* não é para ser realizado pelo intelecto, nem por palavras, nem por ouvir de muitas fontes; mas por aquele por quem este *Ātman* é amado, por ele somente o *Ātman* é realizado.” O necessário para nós é sentir um amor intenso em nossos corações por este *Ātman*, ou Deus; caso contrário, Ele não é alcançável. Não há outra maneira pela qual o homem possa chegar a Deus, exceto através do amor – o amor sempre une. Esse amor por Deus vem àqueles seres abençoados que são puros de coração, de quem todos os apegos por coisas irreais, todos os desejos egoístas desapareceram. Essa pureza de coração e amor por Deus são a soma e a substância de todos os ensinamentos religiosos.

Podemos passar toda a nossa vida lutando em busca da verdade, em templos, igrejas e livros; mas sem entender o significado desses ensinamentos fundamentais, todos esses esforços serão em vão. A religião é prática, e aqueles que observam o lado prático dela realizam a verdade. Você pode não saber ler um único livro, mas se conheceu a verdade que está por trás deles, você está muito melhor do que o chamado filósofo que pode falar em linguagem bonita, mas que não tem realização alguma. É perigoso ouvir a verdade de alguém que não realizou, pois ele só trará confusão à mente; mas aquele que realizou ensinará sem proferir muitas palavras. Como Swami Vivekananda diz em uma de suas palestras: “Aquele que tem algo a dar, dá na linguagem mais simples, mas aquele que não tem nada para dar às vezes escreve dois volumes para explicar uma palavra.” Assim, você vê que não ganhamos nada quando entramos em contato com tais pessoas; elas só confundem nossos cérebros.

Aquele que atingiu a iluminação não precisa usar muitas palavras. Sua vida em si é uma resposta a todas as perguntas – pois o sol da sabedoria sempre brilha em seu coração. Isso torna alguém ousado; diante dessa força, todas as outras forças são insignificantes. Quando Alexandre, o Grande, estava na Índia, ele encontrou um sábio cuja sabedoria o impressionou profundamente, a ponto de ele desejar levá-lo de volta à Grécia, mas o sábio se recusou a ir. O rei lhe ofereceu riqueza e honra; ainda assim, ele recusou. Então, finalmente ficando irritado, o rei disse: “Se você não vier, eu o matarei!” Nisso, o sábio sorriu e respondeu: “Rei, você nunca disse nada mais tolo. Você não pode me matar – a mim, a quem a espada não pode perfurar, a quem o fogo não pode queimar, a quem a água não pode derreter e o ar não pode secar. Eu sou a alma eterna, indestrutível!” Tal força vem quando atingimos a Autorrealização; então nunca dependemos de nada ou de ninguém, e nos tornamos absolutamente destemidos. Não importa o quanto lutemos para encontrar descanso, aprendemos que, a menos que tenhamos paz dentro de nós mesmos, não podemos obtê-la em outro lugar.

Mas é muito difícil para aqueles que se identificam com o corpo e têm muito apego aos prazeres dos sentidos realizarem o Ser, que está além de todas as limitações. Você se lembra da história de como dois buscadores da Verdade foram a um santo para aprender sobre o Ser. O santo deu o mesmo ensinamento a ambos: “*Tat tvam asi* [Tu és Aquilo] – o Senhor não existe separado de você; encontre-O dentro de si mesmo.” Um, devido à sua densidade e apego ao corpo, entendeu as palavras do santo como significando que seu corpo material era o Ser; mas o outro era mais refinado em natureza e, por meio de sua sinceridade e busca sincera, chegou a realizar o Ser, que está além do corpo, da mente, dos sentidos e de todas as limitações humanas. O necessário para nós é sempre ter o discernimento correto e o desapego; muito apego e afeição pelo corpo criam amarras e obstruem nosso crescimento espiritual. Ao mesmo tempo, aqueles que negligenciam cuidar adequadamente de seus corpos retardam seu crescimento espiritual e podem até torná-lo impossível, como é visto em alguns casos individuais, onde o corpo é arruinado pela prática de muito ascetismo. Este corpo deve ser considerado um instrumento por meio do qual devemos trabalhar nossa salvação. Por essa razão, devemos cuidar bem do nosso corpo para mantê-lo saudável e forte, sem pensar que ele é tudo. O corpo humano é comparado a uma *Vina* (instrumento de cordas) que produz música bonita se adequadamente afinado. Para afinar corretamente, precisamos usar moderação; se colocarmos muita pressão nas cordas, elas se rompem; e se não usarmos pressão alguma, nenhuma música é produzida. Aqui, se usarmos discriminação, podemos nos salvar de ser materialistas radicais ou ascetas extremos. Nosso objetivo não é o corpo nem o prazer corporal, mas obter esse conhecimento do Ser que nos trará liberdade absoluta.

Tentamos obter prazer neste mundo, mas nada pode dar-nos isso, a menos que o encontremos dentro de nós mesmos. Aquilo que é consciência neste mundo é o Ser, e somente n’Ele encontramos toda nossa felicidade e bem-aventurança. Quem se

importa com o corpo material? Todos amamos o Ser, não importa se o conhecemos ou não. Todos amamos essa consciência que é o Ser do homem. Enquanto essa consciência habita no corpo, nos importamos com esse corpo, mas no momento em que o espírito o deixa, não nos importamos mais com a casca vazia. Podemos não reconhecer esse fato, devido à nossa fraqueza nascida de viver no plano material. Seguimos o processo regular da vida física e também treinamos nossos filhos a fazer o mesmo; os jovens são ensinados a estudar um pouco, depois a ganhar dinheiro, depois a se casar, ter prazer e toda prosperidade material. Essa é a rotina regular da vida, e aqueles que não desejam segui-la são vistos como loucos. Assim, todos são treinados desde a infância, mas eles são ajudados por esse método de educação? Não! Isso os torna fracos e dependentes, porque os prende ao plano material. A verdadeira moralidade só virá quando dependermos do nosso verdadeiro Ser. Você deseja tornar seus filhos morais, mas para fazer isso, você deve apresentar a eles o ideal correto que lhes dará força real. Não lhes dê o pensamento enfraquecedor de que devem depender de coisas materiais para sua felicidade, mas diga-lhes, desde a infância, que eles são Espírito, e não o corpo físico; que eles são o Ser Imortal, que está acima de todas as condições externas. Só assim você os tornará fortes. Nenhuma pessoa fraca pode realizar o Ser Supremo. Atualmente, nos consideramos fracos, e nos tornamos assim, mas vamos parar de pensar nisso, e toda fraqueza desaparecerá. Não lembre a ninguém de sua fraqueza. Faça até um criminoso sentir o melhor que há nele. Se você deseja ajudar alguém, não olhe para o lado fraco dele, mas chame tudo o que ele tem de bom; só assim você o ajudará a realizar sua natureza melhor. Por mais difícil que seja, todos devemos buscar a realização, pois só nela encontraremos a verdadeira paz.

Há três caminhos diferentes que podemos tomar para atingir esse fim, mas todos levam ao mesmo objetivo: a Realização Suprema. Aquele que apenas trabalha para o Ser obtém essa realização. Outro que tem fé no Senhor – o mesmo Senhor a quem o trabalhador adora em outra forma – também O realiza; enquanto o *Jnani*, que viaja pelo caminho de “*neti, neti*” (isto não, isto não), também O alcança. Como quando você entra em um quarto escuro para pegar algum objeto, você passa de um objeto para outro, dizendo “Não é isto”, até encontrar o que deseja; então você para sua busca; assim também o *Jnani* deixa de lado um objeto mundano após outro até encontrar aquilo que estava buscando e assim atinge o objetivo. Assim, a primeira classe – os trabalhadores – pela total abnegação, dando todo seu trabalho livremente e sem pensar em ganho pessoal, fazem de cada ação um ato de adoração, são purificados no coração e atingem a realização. A segunda classe – os *Bhaktas*, ou devotos – adoram o Senhor com devoção intensa e sincera e, através disso, alcançam a união com o Objeto Divino de sua adoração e atingem a realização. A última classe mencionada – os *Jnanis* – tomam o caminho mais difícil para alcançar o objetivo. Apenas o autocontrole rígido e a constante autonegação podem levá-los pelo caminho. Apenas os fortes, mental e fisicamente, podem viajar por essa estrada, mas aquele que é determinado e persevera até o fim, chega à realização do Ser. Ele O vê

habitando em todas as coisas vivas e, assim vendo o Ser em todos os lugares e conhecendo sua unidade com Ele, ele não pode odiar ou ferir nenhum ser.

Essa realização é o objetivo de toda a humanidade. Todos estamos lutando para alcançá-la, mesmo que não saibamos. Alguns já aprenderam quão transitórias são as coisas do mundo e estão procurando algo mais permanente, mais real; outros ainda se apegam aos objetos dos sentidos, mas mais cedo ou mais tarde todos devem chegar a esse único objetivo. “Porque essa percepção do Ser sozinha corta todos os nós de nossos corações, destrói todas as dúvidas e remove todo o efeito de aprisionamento do *karma*.”

Depois de ter a visão do Supremo, nos tornamos verdadeiramente abençoados; não dependemos mais do mundo exterior, mas habitamos dentro de nós mesmos e nos tornamos auto satisfeitos. O único objetivo de todos os ensinamentos religiosos do mundo é trazer-nos essa realização; embora o caminho possa ser difícil e árduo, devemos marchar com fé real e perseverança e nunca desistir por medo ou desânimo. Não se esqueça do chamado das almas despertas que descobriram o caminho da bem-aventurança imortal, mas “Levante-se! Desperte e não pare até que o objetivo seja alcançado!”

VI

SELEÇÕES DOS UPANISHADS E OUTRAS ESCRITURAS

DISCERNIMENTO

“O bom é uma coisa, o prazeroso é outra; esses dois, tendo objetivos diferentes, acorrentam o homem. Está bem com aquele que se apega ao bom; quem escolhe o prazeroso, perde seu fim.”

“O bom e o prazeroso se aproximam do homem: o sábio os examina e os distingue. Sim, o sábio prefere o bom ao prazeroso, mas o tolo escolhe o prazeroso por ganância e avareza.”

“Tu, ó Nachiketas, após ponderar todos os prazeres que são ou parecem deliciosos, os rejeitaste todos. Não entraste no caminho que leva à riqueza, no qual muitos homens afundam.”

“Muito distantes e levando a pontos diferentes estão estes dois – a ignorância e o que é conhecido como sabedoria. Acredito que Nachiketas seja um que deseja conhecimento, pois nem mesmo muitos prazeres te afastaram.”

“Aquele [o Ser] de quem muitos nem sequer conseguem ouvir, a quem muitos, mesmo quando ouvem d’Ele, não compreendem; maravilhoso é o homem, quando encontrado, que é capaz de ensiná-Lo [o Ser]; maravilhoso é aquele que O compreende, quando ensinado por um mestre capaz [homem de realização].

Katha-Upanishad.

DEUS E O HOMEM

“Dois pássaros, amigos inseparáveis, agarram-se à mesma árvore. Um deles come o fruto doce, o outro observa sem comer.”

“Na mesma árvore, o homem senta-se aflito, imerso, confuso por sua própria impotência. Mas quando ele vê o outro Senhor [Isa] satisfeito e conhece Sua glória, então sua aflição passa.”

“Quando o Vidente vê o brilhante Criador e Senhor [do mundo] como a Pessoa que tem Sua fonte em Brahman, então ele é sábio e, sacudindo o bem e o mal, alcança a mais alta unidade, livre das paixões.”

“Pois Ele é o Sopro que brilha em todos os seres, e aquele que entende isso torna-se verdadeiramente sábio, não apenas um falador. Ele se deleita no Ser, regozija-se no Ser e, tendo realizado suas obras [veracidade, penitência, meditação, etc.], repousa firmemente estabelecido em Brahman, o melhor entre os que conhecem a Verdade.”

Mundaka-Upanishad.

REALIZAÇÃO

“Nem esse Ser é alcançado por aquele que é destituído de força, ou sem sinceridade, ou sem a meditação correta. Mas se um homem sábio se esforça por Ele por esses meios [pela força, sinceridade e meditação correta], então seu Ser entra no lar de Brahman.”

“Quando O alcançam [o Ser], os sábios tornam-se satisfeitos através do conhecimento; estão conscientes de seu Ser, suas paixões se foram, e estão tranquilos. Os sábios, tendo alcançado Aquele que é onipresente em toda parte, devotados ao Ser, entram n’Ele completamente.”

“Tendo bem compreendido o objeto do conhecimento do Vedanta, tendo purificado sua natureza pelo *Yoga* da renúncia, todos os ascetas, desfrutando da mais alta imortalidade, tornam-se livres no momento do grande fim [morte] nos mundos de Brahma.”

Mundaka-Upanishad.

“Os primeiros resultados do *Yoga* são chamados leveza, saúde, firmeza, boa compleição, pronúncia fácil, odor suave e excreções leves.”

“Como um disco de metal [espelho] manchado pela poeira brilha novamente após ser limpo, assim a pessoa encarnada fica satisfeita e livre da dor após ver a verdadeira natureza do Ser.”

“E quando, por meio da verdadeira natureza de seu Ser, ele vê, como por uma lâmpada, a verdadeira natureza de Brahman, então, tendo conhecido Deus Não-Nascido, Eterno, que está além de todas as naturezas, ele é libertado de todos os grilhões.”

“Conheçamos o Supremo, o grande Senhor dos senhores, a mais alta Divindade das divindades, o Mestre dos mestres, o mais elevado, como Deus, o Senhor do Mundo, o Adorável.”

Svetasvatara-Upanishad.

O “DHAMMAPADA” OU CAMINHO DA VIRTUDE

“Tudo o que somos é o resultado do que pensamos: está fundamentado em nossos pensamentos, é composto de nossos pensamentos. Se um homem fala ou age com um pensamento mau, a dor o segue, como a roda segue o pé do boi que puxa a carroça.”

“Tudo o que somos é o resultado do que pensamos: está fundamentado em nossos pensamentos, é composto de nossos pensamentos. Se um homem fala ou age com um pensamento puro, a felicidade o segue como uma sombra que nunca o abandona.”

“O virtuoso se deleita neste mundo e se deleita no próximo; ele se deleita em ambos. Ele se deleita e se regozija quando vê a pureza de seu próprio trabalho.”

“A sinceridade é o caminho da imortalidade, a imprudência é o caminho da morte. Aqueles que tem sinceridade não morrem; aqueles que são imprudentes são como se já estivessem mortos.”

“Tendo entendido isso claramente, aqueles que avançaram em sinceridade se deleitam na sinceridade e se regozijam no conhecimento dos eleitos.”

“Se uma pessoa sincera despertou a si mesma, se não é esquecida, se suas ações são puras, se age com consideração, se se controla e vive de acordo com a lei – então sua glória aumentará.”

“Despertando-se, pela sinceridade, pelo autocontrole e domínio, o homem sábio pode fazer para si uma ilha que nenhuma inundação pode submergir.”

“Essas pessoas sábias, meditativas, firmes, sempre dotadas de grandes poderes, atingem o Nirvana, a mais alta felicidade.”

“Se você vê um homem que lhe mostra o que deve ser evitado, que administra repreensões e é inteligente, siga esse homem sábio como aquele que revela tesouros ocultos; será melhor, não pior, para quem o seguir.”

“Não tenha malfeitores como amigos, não tenha pessoas vis como amigos: tenha pessoas virtuosas como amigos, tenha como amigos os melhores dos homens.”

“Poucos são os homens que chegam à outra margem; as outras pessoas aqui correm para cima e para baixo na margem. Mas aqueles que, quando a lei lhes foi bem ensinada, seguem a lei, atravessarão o domínio da morte, por mais difícil que seja cruzá-lo.”

“Não há sofrimento para aquele que terminou sua jornada e abandonou a dor, que se libertou de todos os lados e lançou fora todos os grilhões.”

“Os próprios deuses invejam aquele cujos sentidos, como cavalos bem domados pelo condutor, foram subjugados, que está livre do orgulho e dos desejos; seu pensamento é tranquilo; tranquilos são sua palavra e ação, quando ele obteve a liberdade pelo verdadeiro conhecimento, quando assim se tornou um homem tranquilo.”

“Se um homem se preza, que ele vigie a si mesmo cuidadosamente; pelo menos em uma das três vigílias, um homem sábio deve estar atento.”

“Que cada homem se dirija primeiro ao que é correto, então que ele ensine os outros; assim, um homem sábio não sofrerá.”

“Se um homem faz a si mesmo como ensina os outros a ser, então, estando ele mesmo bem subjugado, pode subjugar os outros; pois o próprio ser é difícil de subjugar.”

“Aquele que se entrega à vaidade e não à meditação, esquecendo o verdadeiro objetivo da vida e agarrando-se ao prazer, um dia invejará aquele que se esforçou na meditação.”

“Que o homem abandone a raiva, que renuncie ao orgulho, que supere todos os grilhões! Nenhum sofrimento aflige o homem que não está apegado ao nome e à forma e que nada chama de seu.”

“Aquele que controla a raiva crescente como um carro em movimento, eu o chamo de verdadeiro condutor; outras pessoas apenas seguram as rédeas.”

“Um homem não é sábio porque fala muito; aquele que é paciente, livre do ódio e do medo, é chamado de sábio.”

“Um homem não é um defensor da lei porque fala muito; mesmo que um homem tenha aprendido pouco, mas veja a lei corporalmente, ele é um defensor da lei, um homem que nunca negligencia a lei.”

“Um homem não é um ancião porque sua cabeça está grisalha; sua idade pode estar madura, mas ele é chamado de ‘Velho-em-vão’.”

“Aquele em que há verdade, virtude, compaixão, autocontrole, moderação, aquele que está livre da impureza e é sábio, é chamado de ancião.”

“‘Estes filhos pertencem a mim, e esta riqueza pertence a mim’, com tais pensamentos um tolo é atormentado. Ele mesmo não pertence a si mesmo; quanto menos os filhos e a riqueza?”

“O tolo que conhece sua tolice é sábio pelo menos nisso; mas o tolo que pensa que é sábio, ele é verdadeiramente chamado de tolo.”

TRADUÇÃO DO SÂNSCRITO

POR SWAMI VIVEKANANDA

SHIVO HUM

Eu não sou o corpo nem as mudanças do corpo;
Nem sou os sentidos ou o objeto dos sentidos.
Eu sou Existência Absoluta, Conhecimento Absoluto, Bem-Aventuraça
Absoluta;
Eu sou Ele, eu sou Ele.
(*Shivo Hum, Shivo Hum.*)

Eu não sou pecado nem virtude; nem templo, nem adoração;
Nem peregrinação, nem livros.
Eu sou Existência Absoluta, Conhecimento Absoluto, Bem-Aventuraça
Absoluta;
Eu sou Ele, eu sou Ele.
(*Shivo Hum, Shivo Hum.*)

Eu não tenho morte, nem medo da morte;
Nem jamais nasci, nem tive pais.
Eu sou Existência Absoluta, Conhecimento Absoluto, Bem-Aventuraça
Absoluta;
Eu sou Ele, eu sou Ele.
(*Shivo Hum, Shivo Hum.*)

Eu não sou miséria, nem jamais tive miséria;
Eu não sou inimigo, nem tive inimigos.
Eu sou Existência Absoluta, Conhecimento Absoluto, Bem-Aventuraça
Absoluta;
Eu sou Ele, eu sou Ele.
(*Shivo Hum, Shivo Hum.*)

Eu sou sem forma, sem limite, além do espaço, além do tempo;
Eu estou em tudo; eu sou a base do universo; em toda parte estou.
Eu sou Existência Absoluta, Conhecimento Absoluto, Bem-Aventuraça
Absoluta;
Eu sou Ele, eu sou Ele.
(*Shivo Hum, Shivo Hum.*)

MOHA-MUDGARA
(Martelo que destrói a Ilusão)

“Quem é tua esposa? Quem é teu filho?
Quão curioso é este mundo!
Quem és tu mesmo – e de onde vens?
Pensa na verdade dessas coisas, ó Irmão.
Adora o Senhor. Adora o Senhor.
Adora o Senhor, tolo que és!”

“Até mesmo de um filho vem o temor para o rico, é um provérbio comum.
Não te orgulhes de ter riquezas, juventude ou servos.
O tempo os rouba todos em um momento; cheio de ilusão é tudo isso –
Renunciando a isso, entra no caminho de Brahman e entra rapidamente.
Adora o Senhor. Adora o Senhor.
Adora o Senhor, tolo que és!”

“Renunciando ao desejo, à raiva, à ganância e a todo apego,
Pensa, Irmão, quem és tu mesmo na realidade;
Aquele que é destituído de autoconhecimento,
Sofre agonia na cela sem luz.
Adora o Senhor. Adora o Senhor.
Adora o Senhor, tolo que és!”

“No inimigo e no amigo, no filho, nos parentes,
Não te esforces por criar conflito ou paz.
Mas mantém um coração equilibrado para com todos,
Se desejas alcançar o estágio da onipresença em um momento.
Adora o Senhor. Adora o Senhor.
Adora o Senhor, tolo que és!”

“Instável como a gota d’água na folha de lótus,
Assim é esta vida extremamente impermanente.
A companhia dos sábios – mesmo por um momento – neste mundo
Serve como um barco para cruzar o mar deste *samsara*.
Adora o Senhor. Adora o Senhor.
Adora o Senhor, tolo que és!”

“Dia e noite, tarde e manhã,
Outono e primavera vindo novamente e novamente,
O tempo brincando – a vida passando,

Ainda assim a esperança do sopro de vida não se extingue.
Adora o Senhor. Adora o Senhor.
Adora o Senhor, tolo que és!”

“O corpo enrugá-se, a cabeça fica grisalha,
A boca fica sem dentes, o cajado treme na mão;
Ainda assim o jarro da esperança permanece intacto.
Adora o Senhor. Adora o Senhor.
Adora o Senhor, tolo que és!”

“Uma criança ocupada em brincar,
Um jovem ocupado em fazer amor,
Um velho mergulhado em ansiedade —
Nenhum está ocupado na contemplação do Supremo Brahman.
Adora o Senhor. Adora o Senhor.
Adora o Senhor, tolo que és!”

“Enquanto houver nascimento, haverá morte —
Assim, o ventre da Mãe (renascimento) permanece.
Este é o objetivo óbvio deste mundo.
Como, neste mundo, ó homem, pode haver tua felicidade?
Adora o Senhor. Adora o Senhor.
Adora o Senhor, tolo que és!”

Avante! Avante! E não vacile até que o Ideal seja realizado. Nenhum descanso, amigo, até que essa *morada de paz* seja encontrada. O coração pode afundar em desespero quando até a luta mais árdua não traz bons resultados. No entanto, esse é o ponto onde mais precisamos mostrar nossa força, porque esse é o teste da vida. Da superfície ao fundo, as verdades religiosas ensinam apenas uma coisa: força, autoconfiança. Rezemos todos ao Supremo sinceramente e com fervor para que Ele nos abra o portão da luz, força e sabedoria. Que Ele conceda a todos os seguidores de todas as religiões — não, a todos os seres vivos — Sua paz e bem-aventurança. Paz! Paz! Paz!

