

EXPERIMENTE A DOÇURA DO NOME DE RAMA

Data: 07/04/06 – Ocasão: Rama Navami – Local: Prasanthi Nilayam

Esta terra natal de Bharat [Índia] deu à luz muitas almas nobres que alcançaram grande reputação e fama em todos os continentes do mundo. Muitos sábios e videntes de Bharat santificaram suas vidas propagando o princípio de Rama (Rama Tattva) desde os tempos antigos. O Ramayana pertence à Treta Yuga¹. Embora milhares de anos tenham se passado, o Ramayana ainda é lido com reverência em cada aldeia e em cada lugarejo.

Aja de acordo com as suas palavras

Ainda hoje as pessoas, jovens e idosas, repetem o sagrado nome de Rama com grande devoção. Elas podem se esquecer de qualquer outro nome, mas não o Nome de Rama (Rama Nama). Quer seja um milionário ou um indigente, todos tomam refúgio no Divino Nome de Rama em momentos de dificuldade. Na Índia, é difícil encontrar alguém que não repita ou contemple o Nome de Rama. No passado, muitos sábios fizeram penitências e se comprometeram com vários tipos de votos para divulgar a glória do Nome de Rama no mundo. Porém, Rama nunca desejou ou disse a qualquer pessoa que repetisse ou contemplasse o Seu nome. Na realidade, ele declarou que todos somos manifestações da divindade.

O primeiro ensinamento de Rama foi que a pessoa deve seguir *sathya*. Tomando *sathya* como sua base, ela deve manter e promover o *dharma*. O *dharma* (retidão) não é limitado a nenhum lugar ou país em particular, ele está presente em tudo. Ele existe como resultado de *sathya* (verdade). Na realidade, *dharma* não pode existir sem *sathya*. O que é o *dharma*? *Dharayati iti Dharma* (Aquilo que sustenta é *dharma*). Algumas pessoas, incorretamente, limitam o *dharma* à mera alimentação dos pobres ou a obras de caridade. O *dharma* deveria fluir do próprio coração da pessoa. Depois, deveria ser posto em prática. Aja de acordo com suas palavras. Este é o primeiro dever de homem. Deveria haver perfeita harmonia entre as palavras e as ações de uma pessoa. Por outro lado, se a pessoa diz uma coisa e age de forma contrária, isso denota *adharmam* (imoralidade). Além disso, a pessoa deve analisar cuidadosamente e pesar os prós e os contras antes de dizer alguma coisa. *Manasyekam Vachasyekam Karmanyekam Mahatmanam* (Aqueles cujos pensamentos, palavras e ações estão em perfeita harmonia são nobres). Você diz que é um ser humano. Mas você somente terá o direito de ser chamado de ser humano quando seus pensamentos, palavras e ações estiverem em harmonia. Rama alcançou unidade de pensamento, palavra e ação. Em contraste, os pensamentos, palavras e ações de Ravana eram discrepantes entre si. *Manasyanyath Vachasyanyath Karmanyanyath Duratmanam* (àqueles a quem falta harmonia de pensamentos, palavras e ações são maus).

Cultive e desenvolva suas Qualidades Inatas

Havia um conflito natural entre *sathya* (verdade) e *asathya* (mentira), *dharma* (integridade) e *adharmam* (imoralidade). Rama seguia *sathya* escrupulosamente, considerando que Ravana recorreria a *asathya*. Não há maior *dharma* do que a adesão a *sathya*. Conseqüentemente, devemos mantermos fiéis à verdade, até mesmo em assuntos triviais. Não devemos recorrer nunca à mentira para escaparmos de uma situação difícil.

*A criação emerge da Verdade e imerge na Verdade,
Há algum lugar no cosmo onde a Verdade não exista?
Pense nesta pura e clara verdade.*

(Poema em télugo)

Na realidade, a verdade é a base de toda a criação. Se por qualquer razão essa fundação for perturbada, o mundo inteiro entrará em colapso. Qual é a razão para as provações e tribulações do homem de hoje? É porque o homem se esqueceu da verdade. Ele está enfrentando a humilhação e a infâmia porque está se satisfazendo com a injustiça e a falsidade. Por esse motivo, de forma alguma a pessoa deve recorrer à mentira. Ela deve dizer apenas a verdade. *Sathya* é uma palavra pequena, mas que significa *Sat* (eternidade imutável). Sempre que tentamos mudar essa verdade imutável, sofremos mutações e deformações

¹ No Hinduísmo, a *Treta Yuga* é a segunda das quatro Yugas, ou eras. Antes dela veio a Sathya Yuga da moralidade perfeita e, depois dela, a Dvapara Yuga. Na Tetra Yuga, o touro do *dharma*, que simboliza a moralidade, se apoiava em três pernas; na Sathya Yuga, em quatro pernas, em duas na Dvapara Yuga e, atualmente, na Kali Yuga, a idade imoral de Kali, ele se apóia em apenas uma perna. \

Queridos Estudantes!

Vocês todos são jovens. Se vocês seguirem corretamente a verdade desde a juventude, seguramente se tornarão um ideal para o país inteiro. O que é a verdade? A palavra de Deus é a verdade. Conseqüentemente, quando você fala e age com o sentimento de *Sarva Karma Bhagavad Prityartham* (Todas as ações para agradar a Deus), todas as coisas se tornarão a verdade. Todo pensamento e sentindo emanado do homem é um reflexo de sua verdade interior. Infelizmente, ela é convertida em falsidade pelo uso indevido da linguagem. A língua é um dos cinco órgãos dos sentidos. Esses sentidos são a causa de nossas mutações. Eles são responsáveis pela transgressão ou merecimento que ganhamos.

Os cinco elementos (*Panchabhutas*) permeiam o universo inteiro, da terra para o céu. Não há um outro sexto elemento além desses cinco elementos no universo. Os mesmos cinco elementos são encontrados em cada ser humano, de forma sutil. A pessoa deve compreender essa verdade e se conduzir adequadamente. *Sathya* (Verdade), *Dharma* (Retidão), *Shanti* (Paz) *Prema* (Amor) e *Ahimsa* (Não-Violência) que estão presentes em seu interior devem ser alimentados e desenvolvidos. *Sathya* é o caminho. *Dharma* a segue. *Prema* é a experiência. Só então é que *ahimsa* se manifesta. *Himsa* (violência) não se limita apenas a prejudicar ou ferir os outros, agir em desacordo com as suas próprias palavras também é *himsa*. Não pode haver maior *ahimsa* do que o uso de nossa linguagem de uma maneira sagrada.

Shanti (Paz) não será encontrada em nenhum outro lugar. Em grande parte, ela está dentro de nós. Existem muitas qualidades diferentes dentro de nós. Devemos fazer um bom uso dessas qualidades. Você pode perguntar, "Por que Deus não muda nossa natureza?" Não, Deus não interfere; Ele é uma testemunha de tudo. Não cabe a Deus lhe dizer o que é bom e o que é ruim. Seus próprios pensamentos e sentimentos lhe dizem o que é bom e o que é ruim. Se você come um pepino, você arrotará pepino. Da mesma forma, o que estiver dentro de você será refletido no exterior. O que quer que você veja de ruim nos outros, nada mais é que do que o reflexo de seus próprios pensamentos. Algumas pessoas estão constantemente imersas em pensamentos mundanos. Tais pessoas nunca podem estar satisfeitas. Só atingem o estado de bem-aventurança aqueles cuja mente está estável, sem qualquer pensamento. Algumas pessoas se consideram muito inteligentes e continuam investigando profundamente dentro do conhecimento livresco que elas acumularam. Esse tipo de pedantismo é como alergia. Uma vez que essa alergia começa a se alastrar, a energia delas é solapada. Infelizmente, nos dias de hoje, estamos desenvolvendo alergias, não energia. Não fique ponderando se algo é bom ou não para você. Tudo é bom. O que quer que lhe aconteça, considere que é bom para você. Quando você desenvolver tal atitude, tudo se tornará bom para você.

Manifestações do Amor Divino!

Amem a todos. Não odeiem ninguém. Não interpretem mal os outros. Algumas pessoas cultivam um mal-entendido até mesmo em relação a Deus! É o pior dos pecados. Por isso, não abriguem tais concepções errôneas. Se, por alguma razão, tais pensamentos vierem à sua mente, considere-os como seus inimigos e afugente-os. Sejam sempre amáveis e alegres! É somente o amor que os protege e sustenta. Vocês mesmos são a encarnação do amor. Onde há amor, o ódio não pode entrar.

Manifestações do Amor Divino!

O corpo humano é um mundo em miniatura. Ele é constituído por *Panchabhutas* (cinco elementos), *Panchendriyas* (cinco sentidos) e *Pancha Pranas* (cinco respirações vitais) os quais, por sua vez, nasceram na Verdade, são sustentados pela Verdade e, finalmente, se fundem na Verdade. Conseqüentemente, a pessoa deveria seguir a verdade seriamente. Como as pessoas distorcem a verdade, elas perdem a sua pureza. A razão principal para a impureza do coração de uma pessoa é a sua tendência em distorcer a verdade. Por isso, se a pessoa desejar manter a pureza e a santidade de seu coração, deverá falar a verdade. Se vocês esposam a verdade, tudo o que vocês disserem estará correto. Algumas pessoas reclamam: "Swami! Embora estejamos trilhando o caminho da verdade, a mentira ainda nos perturba. Qual seria a causa dessa nossa condição?" A pergunta pode ser respondida com um simples exemplo. Ao mesmo tempo em que fluem as águas puras, claras e cristalinas do rio Ganges, alguns riachos e regatos formados pela água da chuva se unem à sua correnteza, poluindo o rio. Porém, a pessoa deve tomar cuidado para não permitir que qualquer impureza se una à pura e límpida verdade de seu coração. É por causa da fraqueza de nossos sentidos que várias impurezas entram em nosso coração e o poluem. Essas impurezas são os *arishadvargas* (seis inimigos internos do homem), a saber, *kama* (desejo), *krodha* (raiva), *lobha* (ganância), *moha* (apego), *mada* (orgulho) e *matsarya* (ciúme). A pureza de néctar pode ser destruída até mesmo por um átomo de impureza.

*Certa vez um diretor de música compôs uma canção:
Eu estou consciente de que você é como a lua no céu distante;
Eu não sei por quê
Minha mente ainda tenta agarrá-lo.*

(Canção em télugo)

Na realidade, onde está a lua? Não no céu distante. Nossa mente é a lua. Nós não podemos controlar a nossa mente devido a esses seis inimigos internos que entram em nosso caminho. Não é verdade que até mesmo a luz brilhante da lua, em uma noite de lua cheia, não é visível se as nuvens estiverem em seu caminho? No momento em que as nuvens se afastam, a lua passa a ser visível. Da mesma forma, você deve fazer *namasmarana*² constantemente para afastar as nuvens desses seis inimigos internos.

Siga os ideais estabelecidos por Rama

Hoje, nós estamos celebrando o Sri Ramanavami³. Neste dia sagrado, deveríamos tomar a decisão de seguir os ensinamentos de Rama. *Sathya* e *dharma* são os dois principais ensinamentos de Rama. Não se considere como um mero ser humano. Desenvolva uma fé absoluta de que você não é outro senão Rama! As pessoas dizem freqüentemente: “Só meu *Atmarama* conhece isto!” Assim, nosso *Atma* é a manifestação do Senhor Rama! O *Atma* não tem nenhuma forma específica. O mesmo *Atma* que permeia todo o universo tomou forma e encarnou como Rama. Da mesma forma, o *dharma* tomou a forma de Lakshmana que constantemente seguia Rama. Lakshmana considerava Rama como sua respiração vital. Rama era tudo para ele.

*Eu Lhe entreguei minha riqueza, minha família e até mesmo minha alma.
Agora, por favor, venha me libertar. Eu só busco refúgio em Você.*

(Verso em sânscrito)

Uma vez, durante o exílio de Rama, Sita e Lakshmana, Lakshmana se aventurou em uma parte específica da floresta. Logo ele foi assediado por maus pensamentos. Assim que ele voltou, ele disse a Rama “Oh! Rama! Por que estamos sofrendo todos esses contratempos? Por que a inocente mãe Sita deve ser submetida a todas essas provações? Venha! Vamos voltar para Ayodhya, neste exato momento.” Sita ficou surpresa com a súbita mudança na atitude de Lakshmana. Já que Rama conhecia todas as coisas, Ele chamou Lakshmana de lado e, sorridente, fez com que se sentasse perto Dele. Imediatamente, Lakshmana percebeu a sua falta. Com grande angústia, ele perguntou para Rama: “Querido irmão! Como estes maus pensamentos entraram em minha mente? Tal coisa nunca me aconteceu antes”. Em seguida, Rama explicou “Querido irmão! Isso não é culpa sua. Este é o território de um demônio. Por isso, todos os pensamentos maus entraram em sua mente”. Diga-me quem é sua companhia e eu lhe direi o que você é. Assim como é sua companhia, assim serão seus pensamentos. Assim, mantenha-se longe das más companhias. Busque a companhia de almas boas e nobres. Dessa forma, você terá bons pensamentos. Assim como são seus pensamentos, assim será o resultado. *Yad Bhavam Tad Bhavati* (Como são os sentimentos, assim é o resultado).

Quando Kausalya derramava lágrimas depois que Rama partira para a floresta, Sumitra tentou confortá-la, dizendo: “Querida irmã! Por que você chora? É porque Rama está indo para a floresta? Não, não. Você está enganada, por que Rama moraria na floresta, enquanto nós desfrutamos dos confortos reais em Ayodhya? Na realidade, onde quer que Rama viva é Ayodhya e o resto nada mais é do que uma floresta. Nós devemos conduzir nossa vida com equanimidade, permanecendo imperturbáveis na alegria e na tristeza. A alegria e a tristeza vêm uma depois da outra. Não devemos ser afetados por elas! Não devemos ficar eufóricos com a alegria nem deprimidos pela tristeza. Pode haver neste mundo um ser humano sem felicidade e tristeza? Na realidade, Rama é onisciente e onipotente. Nenhum animal ou demônio da floresta jamais poderá Lhe causar qualquer dano”.

Kausalya também estava preocupada com Sita, pois ela estava acompanhando Rama na floresta. Rama tentou dissuadi-la de ir para a floresta, dizendo: “Sita! A floresta está cheia de arbustos espinhosos e animais selvagens. Você será submetida a muitas dificuldades na floresta.” Sita, então, argumentou com Rama: “Oh! Rama! Você é o protetor do mundo inteiro. Você não pode proteger Sua própria esposa dos animais selvagens? Você é onipresente, onipotente e onisciente. Eu estou segura de que nenhum desses animais selvagens pode me causar qualquer dano enquanto Você estiver comigo. Eu não tenho tal receio”. Rama se sentiu muito feliz em ouvir essas palavras.

² *Namasmarana* é um exercício espiritual que consiste na invocação do nome de Deus, em qualquer idioma ou tradição religiosa. Quando é recitado ou lembrado a cada respiração, fornece oxigênio divino para fortalecer e santificar nossas vidas. Sai Baba revelou o significado de *namasmarana* como um instrumento para santificação pessoal e integração social – cantar os Nomes de Deus em grupo é incentivado por Ele, pois as vibrações reduzem as poluições mentais e as do meio ambiente.

³ Sri Ramanavami, festival dedicado à memória do Senhor Rama, ocorre no 9º dia (navami) do mês de março. Este festival comemora o nascimento de Rama, que é lembrado por seu reinado de prosperidade e integridade, conhecido como Ramrajya.

Quando Sita foi seqüestrada por Ravana, Rama e Lakshmana ficaram muito preocupados com ela. Furioso com o ato vil de Ravana, Lakshmana aproximou-se de Rama, seu irmão mais velho, e disse: “Querido irmão! Dê-me Sua permissão. Eu reduzirei a cinzas todos esses malditos demônios”. Rama recomendou paciência e disse: “Lakshmana! Nós não precisamos fazer nada disso. Os demônios destruirão a si mesmos com sua própria maldade. Na realidade, eles se tornarão vítimas de seu próprio mau caráter”. Posteriormente, Rama e o seu exército de Vanaras⁴ mataram Ravana. Rama então deu a seguinte explicação para Lakshmana: “Lakshmana! As pessoas se comportam de uma determinada forma e colhem os resultados de suas ações, dependendo de seu destino (*prarabdha*) e de suas qualidades. Não precisamos nos preocupar muito com isso. Enquanto a pessoa estiver apegada aos objetos mundanos e pensar em termos de meu e seu, ela será afligida pela tristeza. Conseqüentemente, ela deve tratar os objetos mundanos da seguinte maneira: eles não me pertencem; todos são manifestações da divindade”. Todos os atos deveriam ser realizados para agradecer a Deus. Se desenvolvemos ego com pensamentos de “eu” e “meu”, certamente pereceremos. Você diz “isto é meu” e “aquilo é meu”. Na realidade, o que pertence a você de fato - o corpo, a mente, o intelecto ou os sentidos? Você diz “este é o meu corpo”, “esta é a minha mente”, “este é o meu intelecto”, etc. Mas, nada disso lhe pertence verdadeiramente. O corpo que você considera como pertencendo a você o deixará a qualquer momento, até mesmo sem o seu conhecimento. Da mesma forma, a mente vaga quase como um macaco. É possível conter esse macaco furioso? Não diga “eu sou isso ou aquilo”. Diga, “eu sou eu”. Esta é a sua correta descrição. A resposta correta para a pergunta “Quem é você?” é “eu sou eu”. Rama não criticou ou prejudicou qualquer pessoa. Então, quem poderia odiá-Lo? As boas ações de Rama trouxeram bons resultados para Ele. Assim, quando fazemos o bem para os outros, não há nenhuma possibilidade de passarmos por tristezas e dificuldades. Se ainda passamos por dificuldades, a culpa está em nós. Deus não é responsável por nossas tristezas e dificuldades; é a desobediência de nossos sentidos a responsável por elas. Por isso, deveríamos controlar os nossos sentidos. Se pudermos controlar nossos sentidos, tudo o mais estará sob nosso controle. Essa é a essência dos ensinamentos de Rama. O Ramayana não é somente a história de Rama. Na realidade, é a história de cada ser humano.

A doçura de Rama Nama nunca diminui

Culpamos a Deus por nossos problemas e dificuldades. Entretanto, Deus ama a todos igualmente. Ele não odeia ninguém. Ele é sempre alegre e sorridente. Um semblante sorridente é a qualidade natural de um ser divino. Onde há um sorriso, não pode haver ódio de forma alguma! As pessoas com tais atributos divinos não são perturbadas sob nenhuma circunstância. Por isso, seja sempre alegre e sorridente. Nunca faça cara de quem chupou um limão. Alguns estudantes estão muito preocupados com os exames, desejando que sejam adiados ou postergados. Porém, tão logo você faz os exames e é aprovado, você é rapidamente promovido para uma classe mais elevada. Em vez de se preocupar com os exames, você deveria se apressar em ser promovido. Não há qualquer preocupação nessa pressa.

*Venham! Oh devotos! Venham!
Comam o doce do Nome de Rama
Por ignorância, não compre e coma outros doces,
Eles deteriorarão a sua saúde.
Através da mistura da essência dos Vedas
Com o leite de declarações Védicas,
Adicionando o açúcar das virtudes (subuddhi)
E o ghee da verdade (nibaddhi)
Removendo a sujeira da falsidade (abaddhamu)
Nossos antigos rishis⁵ prepararam
Este mais delicioso doce do Nome de Rama.*

(Canção em télugo)

Sua saúde será deteriorada se comer todos os tipos de doces vendidos na feira. Esses doces podem ser saborosos, mas são prejudiciais para você. Por outro lado, o doce do Nome de Rama foi preparado por nossos grandes *rishis*. Produzem um maravilhoso efeito em sua mente. Nunca fica envelhecido ou deteriorado. Quanto mais você comer desse doce, mais alegria você terá. É mais doce do que o açúcar e mais saboroso do que a coalhada.

⁴ De acordo com o Ramayana, os *vanaras*, macacos, viviam no sul da Índia onde Rama os encontrou em sua procura por Sita. Os *vanaras* ajudaram Rama em sua procura e lutaram a seu lado na batalha contra Ravana, o raptor de Sita.

⁵ *Rishis* - sábios

O Divino Nome de Rama é cheio de doçura e permanece doce para sempre. Houve muitas encarnações de Deus na Terra. Mas o Divino Nome de Rama permaneceu eterno. Desde os tempos antigos, o *Rama Nama* permaneceu como o *Taraka Mantra* (*mantra* que liberta) para todos e cada um. Das crianças aos anciãos, todos podem ter a bem-aventurança de repetir o Nome de Rama. A idade não é um obstáculo para experimentar a doçura desse nome. Há uma imensa doçura nele. Não devemos nunca deixar, nem mesmo por um segundo, este doce, suave e bem-aventurado *Rama Nama*. Infelizmente, nos dias de hoje, as pessoas estão negligenciando a repetição de *Rama Nama*. É uma desventura para elas.

Leve uma vida ideal e exemplar

Quando Maharana⁶ pediu para Mirabai⁷ deixar o templo de Krishna no palácio, ela ficou muito nervosa, pensando: “Como possa deixar meu querido Deus Krishna e ir embora?” Mas a sua fé inabalável em Krishna gerou nela uma firme convicção, “o próprio Krishna virá até mim”. Ela rezou ao Senhor Krishna: “Oh Senhor! Eu consegui a pérola preciosa do Nome Divino depois de um grande esforço. Por favor, me abençoe para que eu não perca esta pérola inestimável.” Repetindo incessantemente o nome de Krishna, ela chegou a Dwaraka⁸. Porém, ela encontrou as portas do templo fechadas. Incapaz de agüentar por mais tempo a agonia da separação de seu querido Senhor Krishna, ela bateu a sua cabeça contra as portas do templo. E veja! As portas do templo se abriram e o Senhor Krishna apareceu diante dela. Depois de receber o *darshan* do seu querido Senhor, Mirabai se fundiu Nele. Nós precisamos ampliar o nosso coração. Não estou me referindo ao coração físico. Se o coração físico for aumentado, demandará uma intervenção médica. Ampliar o coração da pessoa implica na virtude da extrema bondade e tolerância. Algumas pessoas vêm aqui e se sentam estirando as suas pernas e ocupando muito espaço. Ao invés disso, se as pessoas se sentarem mais próximas, alguns devotos a mais poderão ser acomodados. Nós podemos ajudar uns aos outros através do cuidado e do compartilhamento.

Queridos Estudantes!

As férias de verão começaram. De amanhã em diante, vocês irão para suas casas, passar as férias com seus pais. Passem seu tempo alegremente na companhia de seus pais. Apreciem o tempo alegre que passaram aqui, aprendendo muitos ensinamentos sagrados, deixem seus pais felizes também. Se vocês estiverem felizes, eles também estarão. Nunca façam seus pais infelizes por causa de sua conduta. Nossos pais ocupam um importante lugar em nossa vida. Em primeiro lugar, é nosso dever fazê-los felizes. Não é suficiente você cuidar de seu próprio conforto e bem-estar. Primeiramente, cuide da felicidade dos seus pais.

A vida não está limitada a *khana* (comida), *pina* (bebida), *sona* (sono) e *marna* (morte). Não nascemos para comer e vagar por aí, desfrutando de amenidades. Nós nascemos para servir nossos pais e fazê-los felizes. Se vocês fizerem seus pais felizes agora, no futuro seus próprios filhos os farão felizes. Levem uma vida ideal e exemplar. Somente assim sua vida será santificada e a educação obtida nas instituições educacionais Sri Sathya Sai será significativa. Eu desejo que todos vocês conquistem renome e prestígio como estudantes desta grande instituição.

Tradução e revisão da Coordenação de Publicações/Conselho Central do Brasil

Fonte: www.sathyasai.org

⁶ Maharana é uma variação do título real indiano de Maharaja, significando também “Grande Rei” em hindi

⁷ Mirabai (1498-1547) poetisa mística indiana durante o império Mughal da história indiana. Compôs entre 200 a 1300 *bhajans* em adoração ao Senhor Krishna.

⁸ Cidade situada no extremo leste indiano, considerada uma das sete cidades mais antigas do país. Na mitologia hindu, o Senhor Krishna morava nesta lendária cidade.