

# **CHUVAS DE VERÃO EM BRINDAVAN 1990**

Cultura e Espiritualidade Indiana

Discursos de  
BHAGAVAN SRI SATHYA SAI  
BABA

Proferidos durante o Curso de Verão de  
MAIO-JUNHO 1990

<b>APRESENTAÇÃO</b>	<b>3</b>
<b>1. A GLÓRIA DA CULTURA DE BHARAT (ÍNDIA)</b>	<b>5</b>
<b>2. SANTIFIQUEM O CORPO</b>	<b>9</b>
<b>3. O TEMPLO MÓVEL</b>	<b>14</b>
<b>4. O DOMÍNIO SOBRE OS SENTIDOS</b>	<b>20</b>
<b>5. A ESTRADA PARA A DIVINDADE</b>	<b>27</b>
<b>6. SEGUREM AS RÉDEAS</b>	<b>33</b>
<b>7. AS PERAMBULAÇÕES DA MENTE</b>	<b>37</b>
<b>8. INTELECTO: O CONDUTOR DA CARRUAGEM</b>	
<b>9. EGOÍSMO E APEGO</b>	
<b>10. AS TRÊS GUNAS</b>	
<b>11. CONHECE A TI MESMO</b>	
<b>12. AUTOCONHECIMENTO</b>	
<b>13. O QUE É LIBERDADE</b>	
<b>14. PRÁTICA E PREGAÇÃO</b>	
<b>15. A ASCENSÃO DO HOMEM</b>	
<b>16. SABEDORIA VÉDICA</b>	

# APRESENTAÇÃO

Durante a década de 1970 Sathya Sai Baba iniciou uma série de Cursos de Verão em Cultura e Espiritualidade Indiana em Brindavan, seu *ashram* em Whitefield, próximo a Bangalore. Tais Cursos eram abertos a estudantes de toda a Índia, assim como a observadores e convidados de todo o mundo. Esta série contém todos os Discursos de Swami nestes Cursos. Damos a seguir, alguns exemplos dos tópicos abordados em alguns deles.

Tais Cursos ocorreram nos anos de 1972, 1973, 1974, 1976, 1977, 1978 e 1979. Após 11 anos Ele ministrou o Curso de Verão de 1990 e ainda nos anos de 1993, 1995, 1996, 2000 e 2002.

Para o benefício da posteridade, os Divinos Discursos estão compilados e publicados sob o título genérico: Cursos de Verão em Brindavan. Somente o volume do Curso de 1976 tem um título diferente - Rosas de Verão nas Montanhas Azuis - porque ocorreu em Ooty, onde havia uma Escola Sai, depois transferida para Prashanthi. Este é o único volume publicado no Brasil, pela Fundação Sri Sathya Sai do Brasil, edição esgotada.

Esta série que agora disponibilizamos no site da Organização Sai do Brasil, tem o volume de 1990 como marco inicial.

Estes Cursos eram organizados pessoalmente por Baba para o benefício dos estudantes. Eles ocorriam tipicamente na última metade do mês de maio e, com a única exceção de um, sempre ocorriam na localidade de Brindavan. O propósito principal dos Cursos era dar aos estudantes uma forte dose de espiritualidade, que é alcançada, em parte, através de palestras ministradas por devotos *seniors*, homens estimados e de reputação ilibada na vida pública, etc. O ponto alto dos Cursos eram os Discursos diários de Swami, realizados tipicamente às tardes.

Para cada Curso de Verão Swami escolhe um tema particular; por exemplo, em 1993, este tema foi a Mente. Em 1976 os Discursos enfocaram principalmente os aspectos humanos do Avatar Krishna. Naquela época a força dos estudantes Sai era relativamente menor e os Cursos eram abertos em certas ocasiões, a estudantes selecionados de toda a Índia e até a estudantes estrangeiros. Mas quando o Instituto Sri Sathya Sai de Altos Estudos foi estabelecido, a participação nos Cursos de Verão passou a se restringir principalmente aos estudantes do Instituto e a alguns convidados selecionados.

Como em outras atividades semelhantes, Swami assume o comando. Por toda a duração do Curso, a alimentação é grátis para todos - estudantes, professores, convidados, equipe de apoio, etc. A seguir, Baba se certifica que doces e a fruta da estação - manga - sejam regularmente distribuídos a todos. Programas culturais e de entretenimento noturno não são esquecidos e num ano houve até uma peça teatral encenada por jovens de Nova York. Sem dúvida, os Cursos de Verão são sempre uma experiência memorável para todos os envolvidos, de uma maneira ou de outra. Especialmente para os calouros do Instituto, eles são uma abertura para o Infinito Amor de Swami. A camaradagem, apoio e co-operação que eles recebem dos veteranos são um contraste marcante com os costumes crus, cruéis, incivilizados e vulgares da "iniciação" praticados em outros locais.

Tais Cursos eram sempre concluídos com uma almoço de despedida planejado e supervisionado por Bagana Baba, que chega quando todos estão já sentados e começa a fazer um giro de inspeção e, a seguir faz uma ronda entre os presentes como um gracioso anfitrião, parando aqui e acolá para trocar algumas palavras e, ocasionalmente, pegar alguma carta! Finalmente Ele vai até a mesa a parte e Se assenta e, de lá, lança um Olhar a toda congregação. Após isto, um lindo sorriso e um gentil e muito pouco perceptível aceno, é o sinal para o início da oração Brahmaarpanam, retirada do Bhagavad Gita e especialmente selecionada por Baba para iniciar as refeições. Após, todos os olhos estão em Swami. Quando Ele ingere seu primeiro bocado, os demais começam a comer. Swami dificilmente come apropriadamente. Geralmente Ele somente prova uma pequenina quantidade, para a alegria dos estudantes, levanta-Se e circula no local por um breve período, recebe o Arathi e deixa o refeitório. Esta é a rotina habitual.

Após 11 anos de ausência, os Cursos de Verão foram reassumidos em 1990, em Brindavan . É este Curso que, com alegria, apresentamos em primeira mão em português a você leitor, em nosso site. Instruções específicas de Sathya Sai sobre a vida diária e crescimento espiritual foram o tema desta

sessão de verão extremamente prática. Começando com cultura (termo sânscrito), que significa "o processo de refinamento", Swami revela as ferramentas precisas necessárias para nos purificar e manifestarmos nossa divindade inerente. As colunas básicas dos Vedas são Sua marca e Ele as coloca em uma progressão: santificar o corpo; controle dos sentidos; conquista da fala; segurar os arreios da mente e limpar suas impurezas; cultivo da inteligência (buddhi), "o estado pacífico do intelecto" (SSB); lidar com o ego e o apego; compreender as três qualidades humanas (gunas); conhecer a si mesmo e alcançar a liberdade verdadeira.

Caro leitor, este é um livro marcante dos ensinamentos de Baba que pode ser o seu livro de cabeceira para o crescimento espiritual.

**Coordenação de Publicações - 2011**  
**Conselho Central do Brasil**

# 1 - A GLÓRIA DA CULTURA DE BHARAT (ÍNDIA)

*O Cosmo inteiro emergiu da Verdade  
e mergulhará novamente na Verdade.  
Que lugar está além do alcance da Verdade?  
Contemplem, irmãos, Aquilo que é a Pura Existência!*

Manifestações do Amor Divino, queridos estudantes, professores e patronos da educação!

Para todo ser humano nascido na Terra, a Verdade é o Deus visível. O Universo inteiro, composto de objetos móveis e imóveis, emergiu da Verdade. *Sathyam Jñanam Anantam Brahma*. A Verdade é, de fato, Brahman (o Absoluto). A Verdade é infinita. Conforme o *Vedanta*, Verdade e o Eterno Brahman são sinônimos. Portanto, a Verdade é a única coisa que deve ser reverenciada por todas as pessoas. Os *bharatiyas* (indianos) são comprometidos com a Verdade e a Retidão. A justiça é a sua âncora. Todo homem é herdeiro da Verdade e da Retidão. Os jovens, rapazes e moças, que desejam promover a paz e a harmonia devem esforçar-se na busca e aquisição da Verdade. Os indianos desejam o bem-estar do mundo. Nossos jovens devem, por essa razão, dedicar-se ao bem-estar universal. Esse é o nosso credo, a nossa religião, por assim dizer. Pelo fato de termos esquecido essa Verdade sagrada, esquecido nossa cultura e a santidade que ela representa, estamos incapacitados para conquistar a unidade na comunidade e a integridade no país.

A Verdade e a Retidão jamais se submeterão. Todos os tipos de poder (físico, intelectual, monetário, militar ou político) têm de curvar-se diante da Verdade e da Retidão; elas não se renderão a nada. A Verdade e a Retidão sempre triunfarão.

O principal requisito para a vida do homem é ser humano. Seja qual for nosso grau de instrução ou posição de autoridade, não devemos ignorar os valores humanos. A cultura indiana não tem paralelo em suas maravilhas. Os estudantes de hoje em dia, esquecidos da grandiosidade e glória de sua herança cultural, estão enfeitiçados pela assim chamada modernidade e perderam a consciência de sua própria divindade inata. O redemoinho da ciência e tecnologia em rápido progresso, junto com a industrialização, está produzindo mudanças indesejáveis em nossa sociedade, por meio do extermínio dos valores morais ou éticos, tão essenciais para o bem-estar humano. Sem dúvida, a ciência e a tecnologia têm contribuído substancialmente para o progresso material, mas, ao mesmo tempo, têm arruinado completamente os valores espirituais, tais como o altruísmo, a divindade e a dignidade inerentes ao homem. De certa maneira, elas desvalorizaram a humanidade a tal ponto que a geração atual dos jovens, homens e mulheres se vê incapaz de reconhecer sua natureza divina. Eles estão considerando o egocentrismo como a própria meta da vida. As qualidades demoníacas como a ostentação, o egoísmo, a fala excessiva e vazia estão executando sua dança maligna na sociedade. Este mesmo país, que tem sido o mestre espiritual de toda a humanidade, vem tornando-se um brinquedo na mão de forças malignas como a injustiça, a indisciplina, a licenciosidade e a rebeldia contra a Verdade. Convertidos em escravos da modernidade, os indivíduos estão descartando acintosamente a Verdade e a Retidão, ignorando a venerável cultura e as tradições de Bharat, com a falsa noção de que o progresso individual no campo material é o *summum bonum* da vida. O que os estudantes precisam proteger atualmente não é a nação. Eles só precisam defender a Verdade e a Retidão. Essas duas, por sua vez, protegerão a nação. Por haverem abandonado a Verdade e a Retidão, as pessoas educadas da atualidade estão causando danos à nação, em nome de um aparente anseio por protegê-la.

As pessoas não se tornam sábias em função simplesmente da educação. Elas consideram a educação como um meio de ganhar a vida em lugar de considerá-la como a própria arte de viver. A meta suprema da vida deve manter-se sempre à vista.

Uma pequena porção de terra fértil é mais valiosa do que uma grande extensão de terras estéreis; do mesmo modo, o caráter é muito mais valioso e essencial do que a erudição. Atualmente, todos se empenham em adquirir riqueza, poder e notoriedade, que são como nuvens passageiras, mas ninguém se importa em adquirir virtudes, que conduzem à Verdade Eterna. Vocês devem tentar converter-se em exemplos de virtudes, em vez de ricos e poderosos. É uma pena que mesmo os mais velhos, que se autodenominam promotores do bem-estar da sociedade, estejam abandonando sua cultura ancestral, seduzidos pela modernidade. Será que o bezerro ficará quieto comendo ração enquanto sua mãe vaca pasta nos campos? Impossível! Não admira que a geração jovem esteja seguindo o mau exemplo dos mais velhos, dos líderes, pais e professores que não oferecem bons exemplos para que os jovens os

imitem. Qual é a razão para os nossos antepassados terem conquistado notoriedade como bastiões da moralidade na sociedade? A razão é o fato de eles terem praticado, de maneira exemplar, as virtudes na vida diária. Buscaram meticulosamente as "quatro metas"<sup>1</sup> e compartilharam com os demais os benefícios e alegrias obtidos. Porém os jovens da atualidade tateiam na escuridão, deixando-se seduzir por toda sorte de atividades, sem qualquer discernimento.

*Dharma* – Retidão, *Artha* – Riqueza, *Kama* – Desejo e *Moksha* – Libertação são as "quatro metas" da vida humana. As pessoas dispensaram o *Dharma*, que tem a função dos pés, e a *Libertação*, que se compara à cabeça, procurando somente a riqueza e o desejo. O resultado é a desordem e a insegurança na sociedade e na nação em geral. A principal causa da perda da paz e da segurança é a negligência com a Verdade e a Retidão, que são indispensáveis para o homem.

Estudantes!

Não abandonem nossa antiga cultura, que é o próprio alento vital dos indianos. A Índia, no passado, ofertou as pedras preciosas da sua grande cultura para o mundo todo. A nação sofreu um sério retrocesso devido à doença, em franca ascensão, de imitar outros países. A imitação é humana, a criação é Divina. A educação correta para os estudantes é a manifestação de sua divindade inata.

Cerca de cinquenta anos atrás, os jovens de nosso país, imbuídos de patriotismo e amor por nossa cultura, tinham o costume de seguir os passos de seus ancestrais. Os líderes nacionais, professores e intelectuais daquela época estabeleceram ideais exemplares. Havia harmonia em seus pensamentos, palavras e atos. Essa é a razão pela qual os mais jovens seguiam seus exemplos. Costumavam decorar as paredes de seus quartos com imagens de encarnações divinas e de líderes nacionais, os quais adoravam e procuravam imitar.

É um caso para lamentar-se, o fato de que, hoje em dia, os professores e líderes ideais sejam notados pela ausência disso! Dizem algo e agem de forma diversa daquilo que falam, obtendo, como resultado, a desconfiança dos jovens. Hoje as imagens de seus artistas de cinema favoritos adornam as paredes dos quartos dos estudantes. Qual é o motivo para essa degeneração de suas mentes? A única razão é a falta de líderes ideais, que acreditem, pratiquem e propaguem a cultura de Bharat. Contudo, a cultura de Bharat deve ser vista por aquele que possui a visão treinada do discernimento, como permeando não apenas as vestimentas e o modo de falar, trabalhar ou divertir-se, mas também cada atividade executada, desde o amanhecer até o pôr do sol.

Atualmente, em nosso país, existem muitas pessoas que não compreendem o que é cultura. Não pode haver vida humana sem cultura. É um modo de vida. Ignorar esse modo de viver, seguindo caminhos equivocados, é a razão de o homem perder a paz e a segurança. Todo mundo quer conforto, mas ninguém tenta entender o que realmente significa conforto. Comer quatro vezes por dia, dormir, ver televisão e filmes, três ou quatro de cada vez, desligados do mundo lá fora, são atividades consideradas como capazes de proporcionar conforto e felicidade. Entre todas as criaturas vivas, nascer como um ser humano é considerado pelas Escrituras como um raro privilégio. Porém, se o homem se contenta em simplesmente comer, beber, acasalar e dormir como os pássaros e animais, sem tentar compreender o que é cultura, sua vida é um completo desperdício.

A palavra sânscrita para cultura – *samskriti* –, deriva do termo *samskritam*, que se refere ao processo de refinamento ao qual cada objeto é submetido antes de tornar-se próprio para uso humano. Por exemplo, considerem quantas transformações são impostas ao arroz antes de tornar-se próprio para consumo: bater os grãos para separá-los dos ramos, retirar a palha, triturar ou moer para separar o grão da casca, peneirar para separar o arroz de impurezas, como pequenas pedras e sementes estranhas, lavar e cozinhar para, finalmente, ser consumido. Esse *samskriti* ou refinamento também eleva o valor das coisas. Nesse exemplo, o valor do arroz com casca é, digamos, cem rúpias por saca. Depois de descascado e limpo, o valor de uma saca pode chegar a seiscentas rúpias, ou seja, o refinamento multiplicou o valor por seis.

Consideremos um segundo exemplo: se um relógio de pulso feito em aço inoxidável for prensado e jogado no fogo, a massa de aço inox resultante não valerá nem 25 centavos de rúpia. Porém, a mesma quantidade de aço transformada em relógio por um processo industrial terá o seu valor elevado a mil rúpias. Para dar outra ilustração: o algodão colhido em uma plantação precisará ser secado, separado

---

<sup>1</sup> Elas são denominadas "*Purusharthas*", termo que pode ser traduzido como "riquezas do indivíduo". Mais adiante, no próprio texto, Swami explica quais são elas.

do cálice da planta e, depois, colocado em uma descaroçadora para separar as sementes dos fiapos; estes, por sua vez, serão fiados em uma roca e o fio resultante será transformado em tecido, num tear. Então, o algodão transformado em tecido tem seu valor e utilidade multiplicados.

O mesmo ocorre com o homem, que não deve permanecer no mesmo estado em que nasceu. Deve manifestar sua divindade inata. Os estudantes devem, portanto, tentar adquirir, além do conhecimento acadêmico, qualidades como humildade e discernimento, que os ajudarão a converter-se em personalidades humanas totalmente desenvolvidas. Do mesmo modo que uma semente cumpre seu propósito ao se transformar em uma árvore frutífera, o homem deve encontrar a realização em uma vida plena de propósito, que o conduza à perfeição por meio do “refinamento transformador”<sup>2</sup>, e que produza os frutos da paz, segurança e amor.

O amor é uma qualidade divina do homem, que não deve ser dirigida somente a outros seres humanos, mas também aos pássaros, animais e demais criaturas viventes. A verdadeira cultura está nessa expansão do amor, que deixa de lado a estreiteza e desenvolve a mente ampla, resultando em verdadeira felicidade para o indivíduo e também para a sociedade. Dessa maneira, a natureza humana será sublimada em divindade.

Os Vedas, que constituem os repositórios da Cultura de Bharat, declaram que o indivíduo não deve cultivar ódio ou má vontade contra qualquer ser vivo. Portanto, junto com seus estudos normais, os estudantes devem conscientizar-se da Cultura de Bharat e colocá-la em prática.

Todos vocês estão a par da situação atual do mundo, na qual o homem revela imprudência em cada pensamento, sacrifica a verdade em cada palavra e renuncia à retidão em cada ação. O amor está em declínio por toda parte; ideias progressistas estão sendo deixadas de lado. A espiritualidade está sendo ridicularizada. O ódio baseado em raça e religião faz-se crescer cada vez mais. A estreiteza mental e o egoísmo correm soltos, semeando o caos. Se as revoluções estão em alta hoje em dia, qual seria a razão? A resposta é que as pessoas abandonaram o medo do pecado, o amor a Deus e a moralidade na sociedade. O mundo não obtém nenhum benefício de pessoas que têm forma humana mas são desprovidas de discernimento e disciplina, que são as características do verdadeiro ser humano.

*Estudantes!*

Lado a lado com a sua educação comum, vocês devem desenvolver fé na nação à qual pertencem e desejar o bem-estar do mundo no qual vivem. Desde os tempos antigos, a tradição hindu tem sido a de orar pela felicidade de todos. A Índia vem contribuindo para a estabilidade, paz e segurança de todas as nações por meio da sua singular vocação espiritual.

Os Vedas, que formam a base da Cultura de Bharat, ensinam: *fale a verdade; pratique a retidão*. É uma pena que as pessoas não falem a verdade atualmente. Elas falam sobre retidão mas não a praticam. Se nós protegemos o *Dharma*, praticando-o, o *Dharma*, por sua vez, nos protegerá.

*Dharma* não significa a simples observância de certas tradições e formalidades. É a harmonia entre pensamentos, palavras e atos, que resulta na purificação dessas habilidades. Hoje, o *Dharma* declinou porque falta essa harmonia e pureza nos “três instrumentos de ação”<sup>3</sup>. As “Upanishads”<sup>4</sup> exortam o homem a não abandonar a Verdade e a Retidão em nenhuma circunstância, mesmo com o risco de sua vida. O rei Harischandra<sup>5</sup> é o exemplo supremo disso.

Só a Verdade triunfa. Quem quer alcançar a vitória deve seguir o *Dharma*. Dhritarashtra<sup>6</sup> perguntou a Sanjaya: “Em sua opinião, quem vencerá a guerra de Kurukshetra, os Pândavas ou os Kauravas?” Sanjaya, que era mestre dos seus sentidos, respondeu: “Ó Rei! Onde estiver o Senhor Todo-Poderoso, ao lado do virtuoso Arjuna, devotado à Verdade e à Retidão, lá certamente estará a vitória”.

---

2 *Samskarana* - o texto em inglês a traduziu como “transformação”. Preferimos a expressão “refinamento transformador” porque remete à expressão “sanskriti” empregada anteriormente por Swami.

3 *Trikaranas*: pensamento, palavra e ação.

4 Seção dos Vedas que trata da Sabedoria Suprema (cf. Upanishad Vahini)

5 Rei indiano da Antiguidade, conhecido por sua adesão incondicional à Verdade, mesmo diante da perda de tudo que possuía.

6 Pai dos príncipes Kauravas, que representavam o Mal na batalha de Kurukshetra, narrada no épico Mahabharata.

Não existe *Dharma* superior à Verdade. O *Dharma* depende da Verdade. O “Bhagavata”<sup>7</sup> declara que não há maior pecado do que voltar atrás na palavra empenhada. Portanto, a Verdade é suprema. A Verdade e a Retidão<sup>8</sup> são interdependentes e inseparáveis.

*Meninos e meninas!*

*Filhos de Bharat!*

O caminho da Verdade é o mais importante que existe. Devemos acreditar firmemente que a Verdade é o Princípio Divino e prestar-lhe nossas reverências de forma correta. As pessoas estudam e aprendem sobre várias coisas, mas, mesmo com toda a sua educação, não conhecem sua própria Realidade. Quanto mais livros as pessoas estudam, mais afeitas à disputas elas se tornam. Não importa o quanto um indivíduo malvado seja educado, sua natureza maligna não mudará. De que serve a pessoa se extenuar para adquirir essa educação inútil? Só pode ser chamada de verdadeira educação aquela que leva o homem à imortalidade. Essa é, de fato, a educação na Verdade e na Retidão. Essas duas qualidades são inseparáveis das pessoas virtuosas. Esse é o motivo pelo qual a Verdade, que é eterna, é também chamada de *Atma* – o cerne de todos os seres. Enquanto todos os outros seres e objetos estão sujeitos a mudanças como nuvens que passam, o *Atma* é a única coisa que permanece imutável.

Isso não significa que devem desistir da educação mundana. Junto com ela, devem tentar obter o conhecimento daquilo que é real e eterno. Quantos já conseguiram adquirir educação superior ou fama? Porém, quão transitórias e passageiras são essas coisas! O próprio corpo é impermanente. Por outro lado, mesmo depois do corpo perecer, as impressões mentais que acumulamos permanecerão conosco. Lembremo-nos de que não devemos viver para comer, mas para realizar um ideal. Os ideais são sempre supremos e eternos. Se uma pessoa se torna ideal, ela pode influenciar, para melhor, a vida de muitas outras. É melhor viver como um cisne por um ano do que viver como um corvo por cem anos. Vivendo, mesmo que só por dez anos, como estudantes ideais, já é o suficiente. Para viver uma vida ideal, é necessário ter amor pela nação e amor pelo Espírito – o *Atma* – bem como respeitar e amar os próprios pais.

*Estudantes!*

Procurem reconhecer o quanto sua terra natal é sagrada, pura, exemplar, amorosa e sublime. Muitos jovens indianos estão partindo para o estrangeiro, desprezando a sua pátria como algo sem valor. Na verdade, nenhum outro país no mundo possui todas as coisas valiosas que a Índia possui. Tendo nascido nesta terra do *karma*, do *yoga* e do sacrifício, os estudantes deveriam compreender e cultivar sua herança cultural. A presente ignorância a respeito desta cultura sagrada é resultado da ausência de professores e pais que possam apresentar os elementos desta cultura aos jovens. Durante os quinze dias deste Curso de Verão, vocês, estudantes, deverão aprender como harmonizar nossa cultura e tradição ancestrais com as necessidades do mundo moderno; devem também aprender a viver uma vida governada pela Verdade e pela Retidão. Posição social e poder não são coisas importantes. Elas são triviais, como nuvens passageiras. O indivíduo não deve orgulhar-se de sua riqueza, de seus descendentes ou de seu vigor físico. Tudo isso pode desaparecer de um momento para outro. A adolescência é um período muito precioso na vida de cada um e deve ser corretamente empregada. Uma vez perdido, esse precioso período não poderá ser revivido mais tarde, não importa o quanto se empenhem para consegui-lo. Tentem desenvolver fé na sagrada cultura de Bharat, que transcende as limitações de tempo, espaço e circunstâncias. Durante esses quinze dias, esforcem-se para compreender plenamente a glória e a singular grandeza da nossa cultura.

Em seu discurso de boas vindas, o vice-reitor Sri Saraf orou para que Eu explicasse a vocês as funções e a importância do corpo, dos sentidos, da mente, do intelecto e do *Atma*. É essencial que os estudantes conheçam esses assuntos. De que serve saber tudo sobre o mundo exterior e não conhecer a própria realidade? É importante que vocês compreendam a natureza de *Brahman* e do *Atma*. Esse é o caminho régio para o cumprimento do propósito da vida humana. Os estudantes, meninos e meninas, devem santificar essa preciosa etapa de suas vidas absorvendo ideias e ideais sagrados, e então esforcem-se para disseminá-los por todo esse nosso vasto país. Não se esqueçam de que, em todos esses assuntos, a devoção é o requisito mais importante. Sem a Graça Divina, nada podemos alcançar. Todo aquele que pensa que pode alcançar as coisas por si mesmo, nada mais faz do que expor a sua própria arrogância egoísta. Portanto, esforcem-se para desenvolver fé no *Atma* e, assim, poderão alcançar qualquer coisa.

---

7 Um dos “Puranas” – textos antigos sobre a vida dos Avatares, santos e deidades .

8 Dharma. Apesar de ser traduzida por *retidão*, essa palavra não possui equivalente em nossa língua.



## 2- SANTIFIQUEM O CORPO

*Vocês não são o corpo, um aglomerado de carne, sangue e ossos!  
Também não são os desejos ocultos e nem a mente perceptível;  
Vocês também não são a ilusão apaixonante que impede a sua liberação;  
Mas, se apenas reconhecessem seu poder inato, veriam que são o Espírito Eterno.*

(poema em télugo)

*Estudantes! Manifestações do Amor Divino!*

O corpo, os sentidos, a mente e o intelecto são somente vestimentas usadas pelo homem. Só poderemos fazer uso apropriado desses acessórios quando compreendermos sua natureza e importância. Vocês usam calças, camisetas, camisas e casacos. Somente quando vocês sabem como vesti-los corretamente é que podem beneficiar-se com o seu uso. De outro modo, vocês poderão usá-las de forma bizarra, como, por exemplo, vestir a camiseta por cima da camisa ou as calças pelo avesso. Então, de modo geral, vocês cuidam para estarem bem-vestidos e exibirem uma aparência decente e atraente. Do mesmo modo, o corpo é nossa vestimenta. Só quando aprendemos como utilizá-lo de forma correta, poderemos fazer bom uso dele e obter o melhor que ele pode oferecer.

*Dahyati iti deha* – “aquilo que é passível de ser queimado é chamado de corpo”. Esse é outro significado da palavra *deha* – corpo. É um consenso geral o fato de que o corpo é queimado após a morte. Porém, mesmo enquanto está vivo, o corpo experimenta uma queima causada pelas preocupações. O corpo é inerte. Ele é um armazém de imundícies, sujeito a toda sorte de doenças. É um saco de ossos e carne, incapaz de ajudá-los a cruzar o oceano dos nascimentos e mortes. Assim sendo, ó mente, em lugar de confiar nesse corpo tão frágil, é melhor prender-se aos Pés de Lótus do Senhor. Essa era a oração dos sábios. O corpo, constituído dos cinco elementos, é impermanente, mas vocês, que vestiram esses corpos, são, de fato, o Deus supremo, que é eterno e imutável. Portanto, está em suas mãos usar seu discernimento de forma adequada para empregar o corpo sabiamente, obtendo alegria com ele.

*Sarira* é outro nome para o corpo. *Siryathe iti sariraha* – “aquilo que é passível de sofrer decadência é chamado de corpo”. No instante do nascimento, o corpo é um amontoado de carne e sangue. À medida que se desenvolve, adquire beleza e entra no estágio da adolescência e idade adulta, época em que se torna repleto de orgulho de seu vigor e beleza. Com o passar do tempo, ele é derrotado pelos ataques da velhice, que resultam na perda da vitalidade e suscetibilidade a doenças. Então, o corpo é sujeito a muitas mudanças.

Há ainda outro nome para o corpo, que é *mandir* (santuário ou templo), porque ele abriga a alma individual, *jiva*, a qual, na verdade, nada mais é do que o eterno Deus Supremo. Sendo a morada sagrada de Deus, o corpo não deve ser mal utilizado, mas sim empregado para o cultivo de bons pensamentos, para falar boas palavras e realizar boas ações. Então, para facilitar esse uso correto do corpo, ele deve estar em boas condições.

Qualquer instrumento deve ser mantido em boas condições se quisermos que tenha um desempenho satisfatório. Por exemplo, vocês só podem escrever confortavelmente com uma caneta-tinteiro se ela estiver cheia de tinta e se a ponta estiver em boas condições. Do mesmo modo, uma faca só pode ser usada para cortar caso seja adequadamente afiada e tenha um cabo apropriado. O corpo, que é um instrumento destinado à realização de atos virtuosos, da mesma maneira precisa ser mantido em condições adequadas para seu propósito. Vocês podem usar uma faca para cortar legumes e frutas por exemplo, mas não para cortar um pedaço de ferro. O corpo também deve ser usado com discernimento a fim de alcançar o propósito para o qual foi concebido. Antes de fazer qualquer coisa, devem perguntar a si mesmos: “Eu sou o Absoluto habitando neste corpo como o *Atma* individual. Nessas condições, me é apropriado, ou não, praticar essa ação?” Só assim estarão utilizando o corpo corretamente. Só porque possuem esses corpos, não significa que devem usá-los conformes a seus caprichos e preferências, esquecendo-se de que ele é o templo de Deus, e, portanto, deve ser usado para propósitos sagrados.

O corpo também é denominado *kshetra*. Aquele que conhece esse *kshetra* chama-se *kshetrajna* – o conhecedor do *kshetra*. Vocês são os conhecedores do *kshetra*, e o corpo é o *kshetra* que é conhecido por vocês. Portanto, vocês são testemunhas deste corpo. *Kshetra* significa um local sagrado, associado com o Divino e repleto de vibrações santas, como, por exemplo, *Varanasi*, *Tirupati*, *Badri*<sup>9</sup>, etc. Esses

*kshetras* servem para a prática da adoração, cumprimento de votos religiosos, prática da caridade e outras atividades sagradas. Similarmente, no *kshetra* do corpo, somente bons pensamentos e boas ações devem prevalecer. Esse é o significado profundo para o nome *kshetra* ser associado ao corpo.

Outro significado para a palavra *kshetra* é “campo”. Nesse campo que é o corpo, os frutos que colhemos dependem das sementes que plantamos. Ao semearmos bons pensamentos, colheremos bons frutos. Maus pensamentos só podem trazer maus resultados. O corpo é, assim, um campo onde são semeadas as sementes dos méritos e dos pecados. Entretanto, devemos recordar que o corpo, como campo, tem certas vantagens, quando comparado com um campo agrícola. No cultivo das plantações é necessário esperar pela estação certa e pelas condições ideais, a fim de semear uma variedade agrícola qualquer. A qualidade do solo também deve ser levada em consideração. A semeadura não pode ser feita de forma indiscriminada. Entretanto, no caso do campo de nosso corpo, não há tais restrições. Ele pode ser cultivado sob quaisquer condições, a todo instante, noite e dia. Quando lançam sementes em um campo preparado, poderão obter uma colheita boa ou má. Poderão ter frustradas as suas expectativas. Mas, no caso do corpo humano, é certo que vocês colherão os frutos dos bons e maus pensamentos e ações, que lançaram como sementes. É garantido que terão um retorno de cem por cento. Como semearem, assim colherão. Esta é uma lei imutável. Por isso devem assegurar-se de semear apenas sementes de bons pensamentos e bons atos. Não devem usar mal o corpo. Devem discernir entre o que é passageiro e o que é permanente e utilizar seu corpo para alcançarem o bem supremo.

Aqueles que desejam utilizar adequadamente o corpo e garantir que entretenham bons pensamentos, executem bons atos e colham bons resultados, devem seguir meticulosamente duas coisas: regrar sua dieta e regrar seus outros hábitos de vida. Vocês não devem consumir todo e qualquer tipo de comida, apenas para satisfazer a fome ou o paladar. Devem comer somente alimento *sátvico*. Nossos pensamentos são determinados pelo tipo de alimento que consumimos. Por exemplo, como é a lenha, assim será o fogo e também a fumaça; se usarem sândalo, obterão fumaça perfumada; se usarem um combustível malcheiroso, terão fumaça malcheirosa. Assim, o tipo de fumaça depende do tipo de fogo. E novamente: como é a fumaça, assim será a nuvem; como é a nuvem, assim será a água; como é a água, assim será a chuva; como é a chuva, assim será a colheita; como é a colheita, assim será o alimento; como é o alimento, assim será a cabeça, os pensamentos. Portanto, nossos pensamentos são o resultado do tipo de alimento que ingerimos.

O corpo é purificado pela água, enquanto que a mente é purificada pela Verdade. Só quando ingerimos o alimento que conduz à verdade, é que podemos trilhar o caminho da verdade. Já que o corpo é um templo sagrado, vocês devem estritamente evitar ingerir qualquer substância intoxicante. Alimentos que promovam as qualidades *rajásicas* - que inflamam as paixões - devem ser descartados.

Que significa um alimento *sátvico*? A noção mais comum é que frutas e leite constituem a alimentação *sátvica*. Mas isto não é tudo. O que é consumido pela boca não é o único alimento que entra no corpo. Os outros órgãos dos sentidos, como os olhos, os ouvidos, o nariz e as mãos também consomem objetos do mundo exterior. Por isso, não só porque uma pessoa ingere frutas e leite através de um de seus cinco órgãos dos sentidos, que pode afirmar ter consumido alimento *sátvico*, a menos que sua alimentação ingerida por todos os cinco sentidos seja também de natureza *sátvica*.

Pelos olhos, vocês devem ver somente o que é puro. Observar todas as coisas indiscriminadamente é um prenúncio de desastre. O poder da visão deveria ser usado somente para propósitos sagrados. Infelizmente, a visão dos jovens de hoje está cada vez mais pervertida pela luxúria. O resultado é que eles enfrentarão o mesmo fim que *Kichaka*<sup>10</sup>, do *Mahabharatha*, que foi destruído por *Bhima*. Os estudantes devem ter cuidado especial a esse respeito. Só quando usam seus olhos de forma pura e sagrada é que estão recebendo impressões *sátvicas* através deles.

Os ouvidos também precisam de alimento puro. Isso significa que devemos escutar somente palavras sagradas e narrativas relativas ao Divino. Que escutemos sempre coisas boas e agradáveis sobre os outros. Desta maneira, devemos defender nossos ouvidos da poluição provocada por escutar coisas ruins. Só assim podemos garantir que estamos consumindo alimento *sátvico* pelos ouvidos.

---

para os hindus.

10 Príncipe e irmão da rainha Sudeshna, em cujo palácio os irmãos Pândavas, junto com sua esposa Draupadi, foram servir, disfarçados como parte das penitências impostas durante seu exílio. Kichaka sentiu-se atraído pela beleza de Draupadi e passou a assediá-la incansavelmente. Os cinco maridos, os irmãos Pândavas, estavam impedidos de ajudar por não poderem revelar seu disfarce. Arjuna, por exemplo, atuava disfarçado de mulher, como professora de dança. Somente Bhima, o mais forte, disfarçado de cozinheiro, foi capaz de defendê-la, matando o perseguidor.

Somente aromas doces e perfumados devem ser absorvidos pelo nariz. Inalar odores ruins resulta em doenças. Se vocês inalam ar imundo, estão ingerindo organismos causadores de doenças. Vocês devem respirar ar puro, em espaços abertos.

As mãos também devem ser usadas para consumir alimento puro. Em outras palavras, devem realizar somente boas ações com suas mãos, dignas de dar ao corpo o nome de templo.

Quando se livrarem dos cinco males associados com a poluição da fala, visão, audição, pensamento e ação, serão capazes de reconhecer sua própria Divindade e tornarem-se *Paramatma* – a Alma Suprema. Se os sentidos forem alimentados com comida poluída, não serão capazes de se purificarem meramente consumindo leite e frutas. Vocês devem consumir a pura alimentação *sátvica* através de todos os cinco órgãos dos sentidos.

Normalmente, um templo tem muitos portões. Essas entradas são destinadas a deixar passar somente os devotos que buscam a adoração da Deidade instalada no templo, mas não para dar entrada a qualquer um. Assim também sucede com esse templo, o corpo, em que há cinco portões. Para que servem essas passagens? Se construímos uma casa e colocamos portas nela, elas se destinam a deixar passar nossos parentes e amigos e a barrar a entrada de animais vadios como cães, porcos, jumentos, etc. Se tais animais indesejáveis tentarem entrar, fechamos as portas a eles. Do mesmo modo, as portas dos cinco sentidos, neste corpo sagrado, devem ser mantidas abertas somente para os visitantes divinos. Só então o corpo merecerá o nome de *kshetra* ou *mandir*. Por outro lado, se permitimos a entrada de objetos e ideias impuras, ele deixa de ser um templo sagrado. Por essa razão, deve-se perceber que a alimentação *sátvica* é essencial para se fazer uso apropriado do corpo.

Em seguida, vem *vihara* – a associação com lugares, pessoas, objetos, etc. Vocês devem refletir seriamente sobre que tipo de lugar devem visitar, em que tipo de ambiente devem viver e com que tipo de pessoas devem associar-se. “Diga-me com quem andas que te direi quem és”, diz o ditado. Vocês devem afastar-se de todo tipo de má companhia, pois seus pensamentos são influenciados pela companhia que têm a seu lado. Os jovens da atualidade têm facilidade para cultivar más companhias. Facilmente cedem a maus comportamentos. Isso resulta na depreciação e desvalorização do corpo humano, que as Escrituras declararam ser a mais preciosa e rara possessão entre todos os seres da criação. Reconhecendo esse fato, os sábios da Antiguidade escolheram viver em solidão, a fim de se engajarem em pensamentos e ações sagradas, como o cântico devocional, a meditação e a penitência. Mas, mesmo isso pode ser considerado, de certa maneira, como um sinal de fraqueza. Por exemplo, se vocês desejam vencer a raiva, acaso terão sucesso retirando-se para uma floresta e praticando austeridades por muitos e muitos anos? Como sua raiva nasce em meio às pessoas, deve ser conquistada no mesmo ambiente e não na floresta desabitada. Vocês podem permanecer tranquilos enquanto estão na floresta, mas quando retornam à multidão, voltam a ser a mesma pessoa irada de antes. Se desejam controlar seus sentidos, é ilusão imaginar que terão sucesso recorrendo a penitências religiosas. Isso pode ser facilmente conquistado se compreenderem os funcionamentos sutis do corpo, e não de qualquer outra maneira.

Suponham que comprem um carro novo. É necessário saber dirigi-lo corretamente. Não é porque o adquiriram com o seu próprio dinheiro e o registraram apropriadamente que poderão sentar-se em frente ao volante e conduzi-lo à vontade, pois isso seria perigoso para o seu carro, para vocês e também para as pessoas em geral. Embora o carro possa pertencer-lhes, vocês precisam saber usá-lo corretamente. Observem que todos os problemas e atribulações do homem se devem ao fato de que ele não sabe como empregar seu corpo adequadamente. Por isso, ele se torna uma presa fácil para a tristeza e a doença. Uma coisa deve ser sempre lembrada: ninguém pode ir contra a Vontade Divina; ninguém pode alterar a Lei do Senhor, que é imutável.

O corpo é inerte. Muitos podem perguntar-se como se pode dizer isto sobre o corpo quando ele é capaz de crescimento. A resposta a essa dúvida é que, quando você limpa sua casa diariamente e começa a acumular o lixo em um local, ele crescerá até virar um grande monte. Da mesma maneira, quando você prossegue, acumulando em seu corpo vários tipos de comida muitas vezes por dia, seu corpo, embora inerte, cresce como um monte de lixo. Deve-se reconhecer, no entanto, que o corpo é capaz de funcionar, comendo, falando, caminhando, crescendo, etc. por causa da consciência – *chaitanya* – dentro dele. Nesse contexto, o corpo pode ser comparado a um carro. Os olhos são como os faróis, a língua é como a buzina e os ouvidos como os alto-falantes. É por causa da bateria que está dentro do carro que esses dispositivos citados podem funcionar. Do mesmo modo, os vários órgãos do corpo inerte só são capazes de funcionar por causa do poder do *Atma* dentro dele. Citando outra analogia, os pedaços de limalha de ferro são capazes de realizar vários movimentos quando atraídos pelo poder de

um ímã. De maneira similar, a operação de todos os órgãos do corpo, inertes por si mesmos, é possível pela presença do *Atma* internamente. É uma pena que percam tanto tempo, esforço e dinheiro para embelezar o corpo transitório e inerte, esquecendo-se do nosso *Atma*, verdadeiro *Ser*, que é permanente e consciente.

O homem é inclinado a desenvolver três tipos de enganos com relação ao seu corpo. Um deles é pensar sobre si mesmo como sendo algo que não é seu *Ser* real. Outro engano é considerar as pessoas ou objetos, que não lhe pertencem, como propriedade sua. O terceiro é acreditar que aquilo que é evanescente seja eterno. O homem considera o corpo como seu ser real. Se assim fosse, por que diríamos: “Este é o meu corpo”? Essa declaração implica claramente que o indivíduo é diferente do corpo, porque o proprietário é diferente daquilo que possui. Por exemplo, quando alguém diz: “Este é o meu lenço”, ele está separado do lenço. Então, como pode alguém afirmar que é o corpo? Essa é a primeira confusão básica.

Em segundo lugar, nos assuntos mundanos, o homem é enganado pela crença de que ele possui vários tipos de propriedades, como casas, terras, veículos, etc. Você constrói uma casa e diz que ela é sua. Quando a vende, ela não é mais sua. Do mesmo modo, você compra um carro e diz que é seu. Quando o carro é vendido, deixa de pertencer-lhe. Assim, as coisas são suas enquanto você as possui e as utiliza. Por esquecer-se de que todas essas possessões são temporárias, como nuvens passageiras, você desenvolve um apego indevido a elas. Em realidade, nada lhe pertence. Como pode alguma coisa que pertence ao corpo ser sua? Todas essas noções erradas são causadas pelo véu de *Maya* – a Ilusão, e pelo resultante sentimento de posse, acompanhado das aberrações da mente. Antes do casamento, ninguém pode dizer quem é o marido e quem é a esposa. Antes do nascimento, ninguém pode afirmar quem é a mãe e quem é o filho. Só depois do casamento, pode dizer-se: “Esta é minha esposa”. Só depois do nascimento, pode declarar-se: “Este é o meu filho”. No entanto, essas relações são passageiras, baseadas na identificação errada do indivíduo com o seu corpo. Ninguém traz consigo sequer um pedacinho de tecido no instante do nascimento e ninguém tem endereço certo depois da morte. Se todos pertencessem a vocês, por acaso não deixariam seu endereço no instante da partida final? Nada lhes pertence. Ao se esquecerem de sua própria realidade e confundirem o irreal com o real, neste mundo ilusório, vocês estão criando problemas para si mesmos. Vocês são, tão-somente, vocês mesmos. Vocês não pertencem a ninguém, e ninguém lhes pertence. Há uma só coisa que existe de fato. Apesar da declaração inequívoca das Escrituras de que a Realidade é Uma, apesar de os sábios a denominarem de várias formas, continuamos a acreditar, erradamente, que a diversidade é real.

Vamos considerar o caso de um chefe de família. Sua esposa se refere a ele como “meu querido marido”. Seu filho o chama “querido pai”. Sua mãe o chama de “filho querido” enquanto que sua nora se refere a ele como “meu querido sogro”. Desse modo, a mesma pessoa é chamada de formas diferentes conforme os vários relacionamentos físicos. Como declaram as Escrituras: “O Uno tornou-se muitos”. Então, existe a unidade por trás da diversidade.

Somente Um existe. Esse Um é o Herói – Deus. Todo o resto, ou seja, o mundo inteiro, é zero<sup>11</sup>. Quando colocam um zero ao lado desse um, ele se torna dez; com mais um zero, se torna cem; com um terceiro zero, torna-se mil e assim por diante. De onde todos esses zeros conquistaram seu valor? Não foi senão do Herói. Se removerem o Herói, não haverá valor algum, qualquer que seja o número de zeros. Então, somente Deus é o Herói. A ilusão do corpo, mente, intelecto, etc. são apenas zeros. Assim, é importante que nos fixemos no Herói – Deus. Isso não significa que você deva abandonar o mundo ou seus deveres mundanos.

Vocês devem cumprir suas obrigações juntamente com seus parentes e amigos, mas, ao atender aos seus deveres, jamais devem desviar-se do caminho espiritual. Sua vida mundana deve ser harmonizada com a vida espiritual. Enquanto viverem no mundo, terão de ajustar-se às leis e regulamentos que governam os assuntos do mundo. Porém, seja o que for que estejam fazendo, não percam de vista a meta espiritual suprema da vida. Vocês devem reconhecer o fato de que nada lhes pertence: mãe, pai, irmãos, parentes, riqueza, casa, etc. Todas essas coisas efêmeras estão relacionadas com o corpo mutável, o qual é a base para todas as aberrações mentais.

O corpo passa por inúmeras mudanças causadas pela alimentação e outros hábitos. Quaisquer que sejam as modificações no corpo, a individualidade permanece imutável. As mudanças de nome e forma, tais como infância, juventude, idade adulta e velhice pertencem ao corpo e, portanto, são ilusórias. Vocês não devem, então, considerar o corpo como real e permanente, de maneira alguma. Apesar disso,

---

11 Trocadilho, contrapondo as palavras *hero* (herói) e *zero*, cuja pronúncia em inglês é parecida.

é seu dever garantir que o corpo não esteja sujeito a doenças e seja mantido como um instrumento afinado. Enquanto navegarem pelo rio da vida, devem cuidar para que o barco, que é o seu corpo, não apresente buracos ou vazamentos, evitando assim que a água o afunde. O barco pode estar na água, mas não deve haver água dentro do barco. Permaneçam no mundo e atendam a suas obrigações, mas não permitam que a ansiedade penetre em suas mentes, tornando o corpo suscetível a todo tipo de doenças. Considerem o corpo tão-somente como um instrumento.

Para manter esse instrumento em boas condições, devem regular sua alimentação e outros hábitos. Considerem, também, o corpo como sua vestimenta e cuidem de lavá-lo regularmente, mantendo-o limpo, do mesmo modo que as roupas sujas são limpas pela lavadeira. Tudo que ela faz é remover a sujeira da roupa, permitindo que o tecido recupere sua brancura original. Do mesmo modo, a pureza é natural ao corpo humano, mas ele se torna sujo devido ao uso inadequado e, portanto, vocês devem limpá-lo com a ajuda de Deus, como a lavadeira, recorrendo a práticas tais como oração, repetição do nome de Deus, meditação e amor por Deus. Só o tintureiro pode lavar roupas, não o barbeiro. Do mesmo modo, somente Deus e ninguém mais pode limpar seu coração das impurezas. Jamais se esqueçam de que esse corpo é só uma vestimenta. É a ignorância que os faz ver o corpo como sendo seu verdadeiro *Ser*. Só quando se livrarem dessa ignorância é que poderão brilhar como o Sol refulgente da Sabedoria.

Estudantes! Além do corpo, é necessário que reconheçam o papel e a importância das outras entidades relativas a ele, como os órgãos dos sentidos, a mente e o intelecto, mantendo-os em boa forma. Se esquecerem um pouco de cravo-da-índia dentro do bolso de sua camisa, ao mandarem para o tintureiro, verão que a camisa voltará manchada. Do mesmo modo, a mente fica manchada com más impressões quando permitem a entrada de maus pensamentos. Somente quando compreenderem a natureza de cada um desses componentes de sua personalidade: o corpo, os sentidos, a mente e o intelecto, é que serão capazes de levar uma vida humana integral e repleta de propósito. De outro modo, vocês se tornarão vítimas de toda sorte de dificuldades e problemas. Vocês não precisam desperdiçar seu tempo em práticas espirituais rotineiras como a recitação e meditação. Reconhecer a Verdade é a real disciplina espiritual. Quando o alimento estiver cozido, não haverá mais nenhuma necessidade de lenha. Similarmente, quando a Verdade tiver sido reconhecida, não haverá mais necessidade de *sadhana*.

Durante essas duas semanas, se forem capazes de apreender a natureza e o significado do corpo, dos sentidos, da mente e do intelecto, bem como do *Atma*, que é Deus, a Suprema Testemunha que preside todo o resto, estarão em posição de dominar o mistério do Cosmos, que é constituído dos cinco elementos básicos, os *Pancha Bhutas*<sup>12</sup>. Por fim, como Deus é a base de tudo, os estudantes devem desenvolver fé em Deus.

---

12 Os cinco elementos básicos são, do mais sutil para o mais denso: espaço, ar, fogo, água e terra. (cf. Sathya Sai Speaks, vol 6, discurso 28)

### 3- O TEMPLO MÓVEL

*O corpo é um cofre-forte sem valor.  
Assim como preciosas joias estão guardadas em um cofre,  
o Divino habita dentro do corpo.  
Essa afirmação de Sai é o caminho da Verdade.  
Aquilo que chamam de Deus não está em algum lugar distante,  
Ele está em seu próprio corpo;  
aquilo que chamam de pecado não está em algum país distante,  
mas nas próprias ações que praticam.*

#### *Manifestações do Atma Divino!*

Embora o corpo humano seja desprovido de valor próprio e seja impermanente, deve ser cuidadosamente mantido porque abriga o *Atma* Divino. Esse é o principal dever do homem. Sem um corpo forte e saudável, ele se tornará uma vítima fácil de numerosas enfermidades. O corpo é, de fato, a base da vida humana. Esta é a razão pela qual os antigos romanos, que estavam a par dessa verdade e foram os pioneiros da moderna civilização ocidental, costumavam tomar várias precauções para o desenvolvimento e o cuidado do corpo.

O corpo é um mundo em si mesmo. Ele não é simplesmente sua forma externa. É a reunião de muitos órgãos e membros. Cada órgão possui sua beleza própria, que deve ser desenvolvida. Um corpo fraco e doente é incapaz de realizar qualquer ato com determinação. As ideias puras, nobres e sublimes só podem emanar de um corpo forte e saudável. Todas as religiões concordam nesse ponto. Embora o corpo não seja permanente, deve-se ter um cuidado especial com sua manutenção, uma vez que ele oferece residência para o *Atma* eterno. O Espírito Divino ilumina o corpo, embora ele seja composto de carne, sangue, fezes, urina e outras substâncias malcheirosas e impuras. O *Atma* não cresce juntamente com o corpo, nem sofre decadência junto com o mesmo corpo. O princípio do *Atma* não está sujeito a crescimento ou decadência. É sempre puro, precioso e imutável.

Mesmo que um grande e brilhante diamante seja encontrado em um monte de lixo, não perderá seu brilho ou valor. Se uma boa variedade de abóbora for cultivada em uma cerca de arame farpado, isso não causará mudança alguma em seu sabor ou facilidade de cozimento. Mesmo que um ovo de pavão seja chocado por uma galinha comum, o jovem pavão que nascer não perderá sua bela plumagem. Assim também sucede com o esplendor e a refulgência do Princípio do *Atma*, que é isento de ego, imaculado e eterno. Ele não será diminuído de modo algum, ainda que esteja associado com o corpo humano, que é cheio de impurezas.

Por que razão os seguidores de diferentes fés concordam com a necessidade de manter a saúde e a felicidade do corpo? A razão é que todos eles consideram o corpo como um templo no qual reside o Senhor. Por isso, é um dever primário do homem não negligenciar esse templo sagrado chamado corpo, mas ter todo cuidado com sua manutenção correta, para utilizá-lo no cumprimento de seus deveres e obrigações na vida. As pessoas que não reconhecem essa verdade sujeitam o corpo a vários sofrimentos em nome da adoração, votos religiosos, jejuns e penitências. Desse modo, estão desviando-se da meta do reconhecimento do eterno Princípio do *Atma*. Golpeando a pilha de terra na entrada da toca de uma cobra, poderia você matar a cobra que vive lá dentro? Submetendo o corpo a torturas, poderão reconhecer o *Atma*? Desistindo de boa comida e água, acaso alcançarão a liberação? A autorrealização só é possível pelo conhecimento de sua real natureza.

Por isso, o primeiro passo na busca pelo autoconhecimento é a compreensão da natureza humana. Não importa o número de vidas que alguém tenha vivido, o corpo assumido nesta vida é novo. Isso mostra que a Divindade é inerente ao homem. A descoberta no homem dessa Divindade ou *Ser Real* requer uma investigação apropriada, que conduza à percepção do Real. Quando alguém percebe o seu *Ser Real* após uma prolongada contemplação sobre o *Ser*, torna-se um Observador<sup>13</sup>. A meta final da *devoção* é tornar-se esse *observador* e experimentar o mundo por meio desse ponto de vista ou base espirituais. Sem essa conquista, o homem permanece sendo um ser humano somente na forma, sem qualquer realização de seu verdadeiro *Ser*. O termo sânscrito “*manava*”, usado para designar o homem, significa “que não é novo”, porque sua realidade é o *Atma*, que é antigo e eterno. Outro significado para

---

13 *Drashta* – espectador, observador, testemunha.

esse termo é: "ma" – ignorância; "na" – sem; "va" – conduzindo-se. Em outras palavras, somente merece o nome "manava", ou seja, "homem", aquele que se conduz sem ignorância. Por acaso todas as aves verdes podem falar, como o papagaio? Podemos dizer que todos os insetos encontrados sobre as flores são abelhas? Pode um jumento tornar-se um tigre meramente sendo coberto com a pele de um tigre? Não é porque um porco engordou até ficar parecido com um elefante, que diremos que é um elefante. Pensando assim, poderiam todos aqueles que possuem a forma humana ser considerados homens de fato? Só tem o direito de ser chamado de homem aquele que harmonizou seus pensamentos, palavras e atos.

O corpo é como uma bolha d'água, que emerge da água, permanece nela durante certo tempo e se funde novamente com a água. Do mesmo modo, a bolha chamada "homem" emergiu da água denominada "Deus" e mergulhará de volta n'Ele. Somente quando reconhecermos essa origem divina do ser humano, cuidaremos da preservação e utilização do corpo de maneira adequada.<sup>14</sup> Embora o corpo seja um mero instrumento, sua utilização deve ser regulada por padrões e limites definidos. Cada objeto no mundo é governado por certas regras. É necessário dizer que não se pode alcançar qualquer sucesso ou progresso sem observar disciplinas. O corpo também é assim, governado por certos regulamentos. Devemos desenvolver pureza em nossos pensamentos, sentimentos, visão e ações. Se, por outro lado, alguém utiliza seus sentidos e seus membros de maneira impura, sua natureza humana degenera para a demoníaca.

Nossa vida pode ser comparada a um empreendimento comercial. A temperatura normal do corpo é 36,5<sup>o</sup> C. Se passa de 37<sup>o</sup> C, isso é um sintoma de doença. Nossa pressão sanguínea é 120/80. Se aumenta ou diminui, isso é considerado doença. Nosso globo ocular só pode ver luz dentro de uma certa escala, e qualquer desvio dessa escala resultará em danos à retina. Do mesmo modo são os nossos ouvidos, que podem ouvir sons dentro de uma determinada faixa; além desses limites, os tímpanos são danificados. Então, podemos referir-nos a nosso corpo como uma "companhia limitada". Precisamos observar esses limites enquanto utilizamos o corpo. Seja na comida que ingerimos, na água que bebemos, nas palavras que falamos e ouvimos e, de fato, em todos os nossos hábitos, devemos observar a moderação como princípio fundamental. Exceder os limites significa atrair perigo.

Comer ou falar demais resultam em distúrbio mental, ao passo que a ingestão de alimentos e a conversa moderadas conduzem à satisfação na vida. Por essa razão, o corpo deve ser sempre usado de maneira a conferir felicidade à vida do indivíduo.

O conhecimento do homem pode ser classificado em cinco categorias. O tipo de conhecimento mais encontrado hoje em dia é o *conhecimento literário*. Estamos desperdiçando toda a nossa vida adquirindo esse tipo de conhecimento, que é apenas superficial. Por conta disso, o *conhecimento geral* e o *bom-senso* se tornaram claramente ausentes. Esses dois, ou seja, o *conhecimento geral* e o *bom-senso*, não podem ser adquiridos nos livros, mas somente nas várias experiências da vida diária, especialmente naquelas vividas no serviço à sociedade.

O quarto tipo é o *conhecimento discriminativo*. Esse tipo de conhecimento está sendo usado atualmente de forma pervertida para fins egoístas. Não é esse o uso correto do discernimento. O que se necessita é o tipo de discriminação que objetiva não o benefício individual, mas o bem coletivo da sociedade. Os jovens devem especialmente evitar fazer mal uso de seu discernimento, não utilizando-o para interesses pessoais. Devem desenvolver aquilo que se pode chamar de "discernimento fundamental", que pode ser aplicado igualmente a todas as pessoas, independente do país ao qual pertençam.

Diferentemente da aritmética comum,  $3 - 1 = 1$ , na aritmética espiritual. Vocês podem dizer que essa equação está errada, mas eu garanto que está certa. Por quê? Porque ela não se baseia no cálculo mundano egoísta, mas sim no cálculo não egoísta do *Atma*, que tem como meta o bem-estar universal.

Entre as três entidades Deus, *Maya* e o Universo, Deus é o objeto, *Maya* é o espelho e o Universo é o reflexo de Deus. Se o espelho for removido, não haverá *Maya* nem Universo, só Deus permanecerá. Assim,  $3 - 1 = 1$ . As pessoas não estão em posição de compreender essas coisas, porque lhes falta o quinto tipo de conhecimento, o *conhecimento prático*. Esse *conhecimento* é extremamente importante para o homem, porém está lamentavelmente escasso hoje em dia, pois cada indivíduo pensa que é suficiente cuidar apenas de si mesmo. No entanto, ele deveria reconhecer que é uma parte da sociedade e estar igualmente preocupado com o bem-estar dela como um todo. Não há diferença alguma entre o Sol e seus raios ou entre o mar e suas ondas. Do mesmo modo, não há qualquer diferença entre Deus e

---

14 Em sânscrito, Baba usou as palavras "Nara" = homem e "Narayana" = Deus.

o Amor, pois Deus é a fonte do Amor. Relação semelhante existe entre o corpo e o *Atma*, que são interdependentes e intimamente associados.

Embora o corpo seja temporário, deve ser conservado adequadamente até que o *Atma* seja reconhecido. Por não perceber essa verdade, as pessoas negligenciam o corpo e o expõem ao ataque de muitas doenças. Até para alcançar as quatro metas da vida humana (*Dharma*, *Artha*, *Kama* e *Moksha*),<sup>15</sup>a saúde física é essencial.

O homem moderno está sujeito a mais doenças causadas pela preocupação mental do que pelo consumo de comida ruim. Qual é o formato da preocupação? Ela é somente um medo criado pela mente. Deve haver um limite para a especulação, ansiedade e preocupações. De outro modo, elas conduzirão a problemas e desarranjos mentais. Uma pesquisa com estudantes universitários revelou que 80 a 90 por cento dos estudantes de várias universidades sofriam de um ou outro tipo de desordem mental. Os estudantes devem cuidar para que, nesse estágio precioso de suas vidas, não se tornem presas de doenças físicas e mentais. Devem manter suas mentes afastadas de pensamentos e preocupações desnecessárias, evitando também excessiva leitura, diversão, canto, sono, etc. Sujeitar-se excessivamente a qualquer uma dessas atividades trará um efeito adverso ao corpo.

Mais uma coisa: vocês já ouviram falar algumas vezes sobre o programa de *Limite aos Desejos*, que tem quatro importantes componentes. O primeiro é: “Não desperdicem alimento”. Por quê? Porque a comida é Deus. Ela é indispensável à vida humana porque o corpo não pode sobreviver sem alimento. O segundo é: “Não desperdicem dinheiro”. O uso incorreto do dinheiro é um mal. Os jovens de hoje estão desperdiçando dinheiro de muitas maneiras. Isso os levará a maus hábitos, à perda da paz mental e à ruína de suas próprias vidas. Nosso país enfrenta hoje graves problemas econômicos e, por essa razão, o gasto indiscriminado de dinheiro para propósitos egoístas deve ser estritamente evitado para a vantagem da sociedade como um todo. O espírito de cooperação deve ser promovido. A unidade e integridade nacionais devem ser defendidas.

Deve-se manter um equilíbrio entre os interesses individuais e os interesses da nação. Tudo na vida depende da sustentação do equilíbrio apropriado, seja para caminhar, sentar, andar de bicicleta ou dirigir um carro. Atualmente, esse equilíbrio foi perdido por causa do conhecimento excessivo e de seu mau uso. Se o conhecimento fosse empregado da maneira correta, seria transformado em habilidade. Entretanto, em vez de estarem desenvolvendo habilidades, os jovens em particular estão decapitando o conhecimento. Vocês desperdiçam conhecimento e energia ao ver, escutar, falar, pensar, etc. de maneira incorreta e excessiva. Por isso, o terceiro elemento do *Limite aos Desejos* diz: “Não desperdicem energia”. Uma pequena ilustração a esse respeito: vocês sintonizaram o rádio em uma estação qualquer. Esteja o volume alto ou baixo, estejam vocês escutando ou não, um certo número de unidades de energia elétrica está sendo consumido. O seu corpo é comparável ao rádio. Vocês estão constantemente engajados em pensar, bem como em falar, alto ou em voz baixa, com outros ou consigo mesmos, enquanto estão acordados e mesmo enquanto dormem. Por conta dessa conversa contínua, muita energia é desperdiçada, causando alergias em suas vidas. Cada ação envolve o uso de energia. Se a energia do corpo for usada corretamente, o equilíbrio será mantido e o corpo estará em boas condições.

A quarta máxima do *Limite aos Desejos* é: “Não desperdice tempo”. Estudantes! Vocês só podem desfrutar o estado apropriado de equilíbrio na vida quando o corpo está forte, saudável e feliz. O homem desperdiça sua vida lamentando-se sobre o passado e preocupando-se com o futuro. Qual é a principal causa das tristezas e enfermidades do homem? É não estar contente com aquilo que possui e ansiar por aquilo que não tem; assim o homem perde a paz em sua mente. Não há necessidade de pensar-se sobre o que já passou ou sobre o que está reservado no futuro. De que serve pensar no passado, que é irrevogável, ou preocupar-se com o futuro, que é incerto? É pura perda de tempo. Passado é passado, futuro é futuro. Nada podem fazer a respeito de ambos. O que é mais importante é o presente, que não é um presente qualquer: ele é Onipresente. Os resultados do passado e do futuro estão, ambos, no presente. Vocês estão colhendo no presente aquilo que semearam no passado. E, aquilo que estão semeando no presente, colherão no futuro. Por isso, tanto o passado quanto o futuro estão inteiramente contidos no presente. Então, façam o melhor uso possível do presente. Desistam de toda sorte de preocupações e vivam as vidas ideais que os conduzirão à imortalidade e ao cumprimento do propósito da vida humana.

---

15 Dharma do homem = realização de todo esforço para realizar o Divino; Artha = conquista da riqueza da sabedoria relacionada a Deus; Kama = Desejo por Deus; Moksha = Fundir-se com o Divino. (cf. Sathya Sai Speaks, vol. 18, discurso 1 / Sathya Sai Speaks, vol. 32, discurso 3)



Estudantes, não subestimem o valor do corpo. Tudo neste mundo é impermanente; por conta disso, negligenciamos todas as coisas? Portanto, embora o corpo seja temporário, devem tomar muito cuidado com ele enquanto existir, porque se trata de um templo móvel de Deus. Desenvolvam *autoconfiança*<sup>16</sup>, em lugar de confiança no mundo. A *autoconfiança* pode ser comparada às fundações do edifício da vida; a *autossatisfação* equivale às paredes, o *autossacrifício*, ao telhado, e a *autorrealização* é a felicidade de habitar na mansão do corpo humano. Por isso, com *autoconfiança*, vocês poderão realizar qualquer coisa e obter a felicidade. Vocês serão capazes de enfrentar e superar quaisquer dificuldades na vida.

O que significa a palavra “Ser”? O Ser é de dois tipos. Um é definido pela palavra “I” (“eu” em inglês) e o outro, pela palavra “eye”<sup>17</sup> (olho, em inglês), que tem três letras e que corresponde ao corpo. O termo “I”, com uma única letra, refere-se ao *Atma*, que está presente em todos. Algumas pessoas podem não possuir o “eye” (o olho), ou, mesmo possuindo, ele pode estar coberto por catarata ou sofrer de outros tipos de defeitos ou doenças. Mas, o “I” (o eu) existe igualmente em todos os indivíduos, seja hedonista, doente, iluminado, renunciante ou mendigo.

Mesmo que existam diversas pessoas com diferentes nomes, quando chamadas, cada uma responde dizendo “eu”. Embora seus nomes e formas possam ser diferentes, o “eu” em cada uma delas é um só e o mesmo. Esta é a razão pela qual os *Vedas* declararam: “A Verdade (ou a Existência) é uma só; porém os sábios a denominam por vários nomes”.<sup>18</sup> Vocês devem, portanto, tentar experimentar a unidade que se esconde na diversidade do Universo. É por se ver a diversidade e ignorar a unidade que existe tanta intranquilidade e falta de paz no mundo. Por exemplo, as nações são muitas, mas a Terra é uma só; as estrelas são muitas, mas o céu é um só; os seres são muitos, mas o ar que respiram é um só. Assim, se o homem se lembrar desta unidade na diversidade, não haverá lugar para diferenças, brigas ou guerras no mundo.

Estudantes! Vocês estão agora no período mais precioso de suas vidas. Jamais devem dar espaço a quaisquer diferenças e discriminações em seus pensamentos, palavras e atos. Tais ideias doentias surgem de um corpo doentio. Cada um de vocês pode julgar por si mesmo se é forte e saudável ou fraco e doente com base na natureza das ideias que surgem em vocês. Por esta razão se diz: “Assim como pensam, assim serão”. Do mesmo modo que tomam cuidado com o cofre por causa das valiosas joias em seu interior, deveriam cuidar de seu corpo, devido ao precioso *Atma* presente nele. Vocês deveriam comer para viver e não viver para comer. Se tiverem *autoconfiança*, a comida necessária virá até vocês, por assim dizer. Não necessitam procurar comida. Por essa razão é que se diz, no *Bhagavata*<sup>19</sup>, que aquele que busca o *Atma* é um *devoto*, enquanto que aquele que procura comida é um *pecador*. É uma pena que, após haver conquistado o valioso nascimento humano, as pessoas estejam correndo atrás de comida, em vez de buscarem o *Atma*. O *Vedanta*<sup>20</sup> vem insistindo que o homem descubra quem ele realmente é. Em vez de usar o espelho de seu intelecto para observar a si mesmo, vocês estão colocando o espelho diante dos outros a fim de observá-los. Esta é a razão pela qual são incapazes de ver a si mesmos.

Desenvolvam *autoconfiança*, que os levará à bem-aventurança. Não cultivem preocupações e ansiedades. Adquiram força física e mental suficientes para enfrentarem, com bravura, as dificuldades, perdas e tristezas que possam confrontá-los na vida. Isso será mais fácil se praticarem as quatro máximas<sup>21</sup> ensinadas em nosso sistema educacional: “Sigam o Mestre (a sua consciência)”, “Enfrentem o Mal”, “Lutem até o Fim” e “Terminem o Jogo”. Qual é o significado interno das três primeiras letras do alfabeto, A, B, C, em inglês? Elas significam: “Always Be Careful” (Sejam Sempre Cuidadosos). A mesma máxima está contida na *Upanishad*<sup>22</sup> que ordena ao homem: “Levante-se, desperte e não pare até a Meta ser alcançada”.

Não importa quanto tempo vivam, quais conhecimentos científicos possam adquirir, quais posições possam ocupar, em um momento ou outro terão de saber a Verdade sobre si mesmos. Comecem a conhecer-se a partir de agora. Vocês devem estar alertas o tempo todo, porque jamais poderão saber

---

16 Do inglês “Self-confidence”, também traduzido como “Confiança no Ser”

17 O trocadilho faz sentido em inglês, pois “I” e “eye” possuem a mesma pronúncia.

18 *Ekam Sat vipra bahudha vadanti.* (Rig Veda)

19 Escritura que descreve episódios relacionados aos vários Adventos do Senhor na Terra e seus devotos. (cf. *Bhagavata Vahini*)

20 Filosofia de vida que trata da busca pelo Absoluto.

21 Em inglês, são os quatro “F”: Follow the Master, Face the Devil, Fight to the End and Finish the Game.

22 Textos filosóficos existentes no final dos *Vedas*, que constituem uma das bases da Filosofia *Vedanta*, mencionada anteriormente.

quando a Graça do Senhor, Seu Amor e Bênçãos serão derramados sobre vocês, em que momento, lugar ou circunstância. Diferentemente do caso dos assuntos mundanos, vocês não podem compreender o que está acontecendo na esfera espiritual ou quais são os planos divinos. Por isso, continuem cumprindo com seus deveres e obrigações, de maneira correta, com entusiasmo e alegria, pois isso, por si só, lhes dará felicidade. Não se preocupem com o futuro. Não se lamentem sobre o passado. Eles não são mais do que nuvens passageiras. Neste mundo, nada é permanente, sejam pessoas, objetos ou que for. O próprio nome em sânscrito para “Universo” – *Jagat* – significa “aquilo que vem e vai”. Ao tomar conhecimento dessa verdade, porque deveriam se preocupar? Então, não cedam lugar a qualquer tipo de preocupação. Só assim o homem estará apto a tornar-se divino.

Somente o homem é dotado da capacidade de descobrir sua Divindade. Nesse contexto, os hábitos alimentares desempenham um importante papel. Dos 84.000.000 de espécies de seres vivos da Terra, 83.999.999 de espécies de criaturas vivem daquilo que Deus lhes provê por meio da natureza e, por essa razão, em geral, não sofrem com doenças. O homem é a única exceção a esse respeito. Ao tornar-se escravo do seu paladar, ele só se satisfaz com alimentos cozidos e picantes de vários tipos, sem perceber o tanto que esses alimentos estão encurtando a sua longevidade.

Além disso, é importante perceber que aqueles que vivem de alimentação vegetariana são menos suscetíveis a doenças, enquanto que os não-vegetarianos são sujeitos a mais enfermidades. Por quê? Porque a comida animal é incompatível com as necessidades do corpo humano. Os médicos falam a respeito das proteínas existentes no alimento não vegetariano, mas o fato é que há proteínas de melhor qualidade em alimentos como legumes, grãos, leite, coalhada, etc. O alimento não vegetariano, além de afetar o corpo humano, traz também efeitos nocivos para sua mente.

Alimento, Cabeça, Deus – os três estão inter-relacionados. Ao consumir alimentos animais, são despertadas as tendências animais. Assim como é o seu alimento, serão os seus pensamentos. O homem de hoje está comportando-se de maneira pior que a dos animais selvagens. Ele se tornou cruel, impiedoso e com seu coração endurecido. Não há simpatia ou compreensão, mesmo entre iguais. A principal razão para essa condição está no tipo de alimento que é consumido. Estudantes, tenham cuidado com a comida que vão ingerir. Cuidem para que ela lhes propicie saúde e felicidade. Nossos ancestrais costumavam alimentar-se duas vezes por dia e os sábios da Antiguidade comiam só uma vez por dia. Eles diziam que o homem que come uma vez por dia é um yogue; aquele que come duas vezes por dia é um hedonista e o que come três vezes por dia é doente! Hoje em dia, as pessoas comem o tempo todo, isto sem falar nas bebidas e guloseimas entre as refeições. Como poderão escapar da indigestão e de outras doenças? O homem necessita de comida que lhe supra energia equivalente a cerca de uma caloria por minuto. Os jovens deveriam satisfazer-se com 2000 calorias de alimento por dia. Para uma vida saudável, o homem precisa somente de 1500 calorias diárias. Mas, hoje em dia, a ingestão de alimentos chega a 5000 calorias. Como resultado, as pessoas sofrem de indigestão e insônia. A falta de sono dá origem a várias doenças. Não se preocupem com seu sono. Se forem para a cama sem qualquer preocupação, terão um sono profundo automaticamente.

Observem moderação na ingestão de seu alimento, bem como em seus outros hábitos, a fim de manter seus corpos em boa forma e desempenhar adequadamente suas obrigações. Entretanto, não desenvolvam um apego indevido ao corpo. Os dois sentimentos, “eu” e “meu”, são os únicos responsáveis por todos os problemas e males que prevalecem na sociedade. Vocês devem tentar minimizar, se não forem capazes de eliminar totalmente, os sentimentos de ser os “autores” e “desfrutadores”. Só assim serão capazes de viver vidas ideais.

Nós também sofreremos enfermidades devido a razões psicológicas. Se examinarem seu pulso, pressão sanguínea, temperatura, etc., com medo ou sentimento de que estão mal, obterão leituras anormais. Se estiverem apreensivos de que não conseguirão dormir bem, assim será. Portanto, procurem sempre ter um comportamento positivo e a autoconfiança de que sua saúde está boa. Nossos antepassados desejavam viver muito para viverem uma vida divina e, por essa razão, tentaram preservar a saúde de seus corpos e mentes. Hoje em dia, o homem é considerado velho ao atingir a idade de sessenta ou setenta anos. Mas, no passado, as pessoas eram consideradas jovens, mesmo na idade de 80, 90 ou 100. Estudantes, vocês podem ter lido no *Mahabharatha* que, no momento da batalha de Kurukshetra, Krishna e Arjuna estavam, respectivamente, com 86 e 84 anos de idade. Porém eles estavam em uma condição jovial e participaram da guerra com vigor, vitalidade e coragem. Quem era o comandante em chefe do exército Kaurava? Era Bhishma, com 116 anos de idade. Se fosse hoje, um homem de 116 anos estaria confinado ao seu leito, com seu corpo trêmulo e necessitando da ajuda alheia até para levantar da cama. Mas Bhishma lutou bravamente por nove dias. Como acham que isso ocorreu? Foi por causa de sua energia mental, comida nutritiva e, acima de tudo, autoconfiança (confiança no *Atma*, o Ser

*Real*). Atualmente, essa força espiritual praticamente inexistente nas pessoas. A autoconfiança está constantemente aumentando e diminuindo. A mente delas é instável e sujeita a saltos e tropeços a todo instante. Se os seus desejos são satisfeitos, elas instalam dez imagens de Deus, em vez de uma, em seus altares domésticos. Caso seus desejos não sejam atendidos, removem até mesmo aquela única imagem à qual, previamente, costumavam oferecer adoração. Esta é uma indicação da instabilidade de suas mentes. Esta não é a atitude correta.

Vocês podem adorar Deus por meio de uma imagem, mas não uma imagem como sendo Deus. Se a sua mente oscila a todo momento, como pode haver firmeza e estabilidade na vida? Cada indivíduo deve esforçar-se e desenvolver a coragem para enfrentar as vicissitudes da vida, suas alegrias e tristezas, perdas e ganhos, tudo com equanimidade.

Atualmente, há muitos que se declaram crentes em Deus. Mas, pelo fato de esses autodenominados crentes não se conduzirem adequadamente, muitos se estão tornando ateus. Eles falam de devoção, mas recorrem ao hedonismo. Isso não é genuína devoção. Um devoto deve estar pronto a aceitar tudo alegremente como uma dádiva do Senhor. Seria possível adquirir açúcar meramente pedindo à cana? Ou teriam de esmagá-la para extrair o seu suco? Seria possível, até mesmo ao melhor diamante, brilhar em todo seu esplendor sem antes submeter-se a cortes e polimentos? Do mesmo modo, só quando o homem passa por desafios e tribulações, por dificuldades, perdas e tristezas é que seu real valor aparece. A devoção é o néctar obtido como resultado da destilação das essências das muitas *Upanishads* e Escrituras. A verdadeira devoção é aquela que é sustentada por meio de uma fé firme e constante, imutável sob quaisquer circunstâncias. Só então o indivíduo merecerá colher os frutos da devoção real.

#### *Manifestações do Amor Divino!*

Mesmo que possuam consciência do corpo, suas vidas deveriam ser guiadas pela consciência do *Atma*. O corpo, os sentidos, a mente, o intelecto e o *Atma* devem ser considerados como seus cinco alentos vitais. No momento em que compreenderem os mistérios e sutilezas de cada um deles, não precisarão de qualquer outra disciplina espiritual. A Verdade é tudo. Sem reconhecer isso, de que serve aborrecerem-se com todos os tipos de práticas espirituais? Estou-lhes explicando, durante este curso de verão, a respeito das verdades sutis relacionadas aos cinco componentes vitais de sua personalidade, atendendo ao pedido do seu vice-reitor.

Vocês falam sobre meditação. O que praticam na meditação? Vocês simplesmente se sentam em uma posição confortável, com os olhos fechados. Porém, sua mente está vagando pela barbearia, lavanderia ou pelo mercado. Em vez de se engajarem nesses exercícios fúteis, seria melhor que prestassem serviço altruísta à sociedade. Sem compreenderem o que realmente significa meditação, suas tentativas de meditar resultarão somente em sono profundo. Antes de qualquer coisa, tentem compreender a natureza da mente. Só depois serão capazes de controlá-la. Certa vez, uma senhora idosa veio a mim e reclamou que sua mente estava causando-lhe problemas sem fim, por sua incansável instabilidade. Então, perguntei: “Onde está essa mente? Diga-me e eu vou destruí-la!” Ela respondeu: “Swami, eu não sei onde ela está”. Então, eu disse: “Se você não sabe onde a mente está, como pode dizer que ela a está perturbando? É a mente que a está perturbando ou é você mesma que se está perturbando?” Dessa forma, sem possuir a mínima compreensão sobre a mente, culpá-la não faz nenhum sentido, e sentar-se em meditação é simplesmente ficar à toa. Vocês, então, devem possuir uma compreensão completa da natureza da mente e dos sentidos. Tudo no mundo tem alguns segredos úteis a revelar. Deus não cria coisa alguma sem um propósito. Todas as coisas são repletas de propósitos, significados, são valiosas e cheias de bem-aventurança. Mas nós não estamos fazendo esforço algum para compreender seus mistérios. Por isso, eu espero e os abençoo para que, durante esses quinze dias, compreendam inteiramente a natureza e o papel do corpo, dos sentidos, da mente, do intelecto e do *Atma*, a fim de que possam florescer como estudantes ideais, dotados de pureza e equanimidade.

## 4- O DOMÍNIO SOBRE OS SENTIDOS

*Pode-se adquirir imensa erudição e ser coroado o maior dos eruditos,  
Pode-se ser um herói colossal e vencer as batalhas mais grandiosas,  
Pode-se nascer como o rei dos reis e reinar sobre os mais vastos impérios,  
Pode-se oferecer ouro e gado abundantemente em atos de caridade,  
Pode-se ter a perícia de contar as incontáveis estrelas que adornam o céu,  
Pode-se ser capaz de nomear as inumeráveis espécies de seres que habitam a Terra,  
Pode-se ser versado na Ashtanga Yoga  
Pode-se, com sucesso, alcançar a Lua*

*Porém, ninguém é capaz de dominar seu corpo e seus sentidos,  
nem conquistar sua mente e mantê-la em um estado  
de introspecção constante e inabalável equanimidade.*

É verdade que o corpo exerce alguma influência sobre os sentidos. Porém os sentidos têm uma influência muito maior sobre o corpo. Não pode haver corpo sem os sentidos, nem sentidos sem o corpo. Os dois são inseparáveis e interdependentes. No caso da corrente elétrica, negativo sem positivo ou positivo sem negativo não servem a propósito algum. Da mesma forma, um corpo sem os sentidos, ou os sentidos sem um corpo não podem funcionar. Por isso, é obrigação de todos cuidar apropriadamente do corpo.

O papel dos sentidos é notável. As maravilhas que são realizadas pelo Divino desafiam qualquer descrição. Mas o papel desempenhado pelos sentidos é ainda mais maravilhoso e misterioso. Estranhos, imprevisíveis e realmente indescritíveis, são os caminhos e o funcionamento dos órgãos dos sentidos. Os sentidos são mais sutis do que o corpo. Embora as faculdades da fala, tato, visão, audição e paladar coexistam com os fluidos sutis<sup>23</sup> no corpo, os sentidos exercem um extraordinário controle sobre os demais. Alegria e tristeza, calor e frio, etc. só são experimentados quando os órgãos dos sentidos entram em contato com os objetos externos. Sem os objetos sensórios, os sentidos não conseguem funcionar sequer por um momento. Todas as atividades dos sentidos são orientadas para os objetos do meio ambiente. Não nos é possível compreender ou descrever as inúmeras facetas dos órgãos dos sentidos e suas atividades.

Os sentidos são também denominados *matra*, que em sânscrito significa “instrumentos de medição”. Como é que essa medição é realizada pelos órgãos dos sentidos? Tomem como exemplo uma fruta. Qual dos sentidos é capaz de determinar se ela é doce ou amarga? Qual é o órgão que mede ou determina o gosto de um objeto? É a língua. Ela é que define o sabor de um item comestível, decide se é bom ou ruim e torna esse fato conhecido a todos os interessados.

Qual é o órgão capaz de declarar se uma pintura é atraente ou repulsiva? Somente o olho é a régua para esse propósito. De forma semelhante, o poder para determinar se um objeto é perfumado ou fétido é exercido pelo nariz. Há ainda os ouvidos, que discriminam entre uma melodiosa nota musical e um ruído dissonante. Por essas razões, os órgãos dos sentidos são denominados *matra*, em função de serem capacitados a medir e determinar qualidades ou características especiais dos diferentes objetos sensórios.

Na *Kathopanishad*<sup>24</sup>, os sentidos são descritos como cavalos atrelados à carruagem do corpo. Qual o significado de se dizer que os sentidos são cavalos? *Ashwa* (cavalo) significa “aquilo que está sempre irrequieto”. É fato notório que um cavalo, esteja parado ou correndo, ou até dormindo, movimentam o tempo todo alguma parte de seu corpo, seja a cauda, uma perna, as costas, o nariz ou as mandíbulas. Por esta sua natureza irrequieta, o cavalo é denominado *ashwam*. Esse é também o caso da Figueira de Bengala (*Ficus Religiosa*), cujas folhas estão em constante movimento, mesmo que não haja qualquer brisa. Por essa razão é chamada de árvore *ashwattha*.

Nos tempos antigos, os governantes indianos costumavam realizar um sacrifício ritual chamado “*ashwa medha yaga*”. *Ashwa* significa volúvel, instável; *medha* significa *buddhi* (intelecto). Então, *ashwa medha* significa “mente volúvel”. Assim, o cavalo usado no sacrifício simboliza a mente instável. Todo aquele

---

23 Baba se refere aos três humores do corpo segundo a Medicina Ayurvédica. Seus nomes em sânscrito são, respectivamente: *vata*, *pitta* e *kapha*.

24 Uma das mais famosas Upanishads.

que for capaz de capturar e controlar esse cavalo é considerado um “homem de inteligência heróica”,<sup>25</sup> digno de combater.

Aqui temos os significados exteriores e internos do termo *ashwa medha*. Só quando ambos são considerados em conjunto percebemos a verdade completa. Hoje em dia, é dever de cada um controlar seus sentidos, cujo comportamento é semelhante ao dos cavalos. Só então pode atribuir-se a esse indivíduo o título de herói, em seu sentido verdadeiro. Não importa quantos *yagas*, *yajñas* e outros rituais alguém possa realizar, ou quais Escrituras possa haver dominado; se não houver controle sobre seus sentidos, todas essas realizações são desprovidas de qualquer valor.

Existe mais um significado para o termo *matra*, aplicado aos sentidos. Ele indica que o limite daquilo que pode ser experimentado por cada órgão sensorial foi estabelecido pelo Divino Senhor. Por exemplo, o olho só pode ver, mas não pode ouvir. A boca só é capaz de falar, mas não vê. Então, cada órgão foi dotado por Deus com um único talento específico. Só estarão agindo conforme a vontade de Deus aqueles que usam esses órgãos de acordo com as suas funções, prescritas pelo Divino. Os que violam os limites prescritos estão transgredindo a Vontade Divina e tornando-se passíveis de punição.

Cada indivíduo, portanto, deve usar seus órgãos sensoriais com a devida consideração pelas funções e limites prescritos para cada um deles. Por exemplo, o nariz recebeu a atribuição específica de inalar e exalar o ar para a preservação da saúde do indivíduo e para distinguir os cheiros agradáveis dos desagradáveis, absorvendo somente os aromas que são bons e fragrantos. Ao ignorar esse papel específico atribuído ao nariz, o homem moderno, infelizmente, utiliza esse órgão para cheirar rapé e inalar odores malcheirosos. Agindo assim ele está violando as restrições prescritas para o uso do nariz, cometendo assim uma dupla ofensa: violar um mandamento divino, e danificar sua saúde. Não é de admirar que o homem atual tem-se tornado presa de inúmeras enfermidades.

Da mesma maneira, a língua foi concedida ao homem para que consuma bons alimentos que promovam sua saúde; foi concedida para que ele fale com gentileza e doçura, de modo a proporcionar alegria aos outros e comunicar seus pensamentos e sentimentos íntimos. A língua, que nos foi concedida para tais propósitos edificantes, está sendo grosseiramente empregada na atualidade. É usada para consumir drogas e narcóticos, comer carne, fumar, falar mal dos outros, caluniar, fazer fofocas e pronunciar palavras duras e ofensivas aos demais. Com esse uso perverso da língua, os mandamentos divinos são violados, desprezando-se os limites estabelecidos. Como consequência, o homem passa a experimentar numerosas tribulações.

Só por meio do uso adequado dos sentidos concedidos por Deus para os propósitos para os quais foram criados, pode o homem ascender às alturas divinas. Não é pelo fato de possuir órgãos sensoriais que podem usá-los da forma que desejam. Eles são como cavalos atrelados a uma carruagem. Vocês devem saber como dirigir-los corretamente para que a carruagem possa rodar com suavidade e segurança ao longo do caminho correto, até a meta final da vida. Os cavalos devem estar à frente da carruagem. Hoje em dia, ao contrário, os cavalos estão posicionados atrás da carruagem, o que leva a perigosas consequências. Se, com base no argumento de que os sentidos precisam ser respeitados e receberem um lugar de honra, vocês põem os cavalos (os sentidos) dentro da carruagem, como ela será capaz de se movimentar? Os sentidos estão sendo estimulados, e nenhum esforço está sendo feito para controlá-los internamente. Isso é como se estivéssemos dando muita comida aos cavalos, engordando-os em demasia, sem lhes dar o trabalho adequado. Com certeza isso conduzirá a resultados prejudiciais. Hoje em dia, estamos mimando os sentidos, mas não lhes damos serviço algum. Por essa razão, eles estão soltos, sem destino, renunciando desastre para o seu próprio mestre. Os sentidos devem ser postos em uso de forma correta, conforme determinado por Deus; de outro modo, o homem terá que sofrer com a falta de paz.

Essa situação pode ser comparada àquela de um homem que possui muitas esposas. O rei Uttanapada possuía duas esposas e, devido às diferenças entre elas, seu filho Dhruva precisou retirar-se para a floresta a fim de realizar penitências. O rei Dasharatha possuía três esposas. Para satisfazer os desejos de sua esposa mais jovem, ele teve de permitir que Rama, seu filho mais querido, fosse exilado na floresta, e assim perdeu sua própria vida pela dor dessa separação. Se essa é a situação daqueles que possuem duas ou três esposas, imaginem a condição do indivíduo que tem de lidar com dez esposas! Esse VIP<sup>26</sup>, que se chama “mente”, precisa lidar com os cinco órgãos sensoriais e com os cinco órgãos

---

25 *Dhimantha*

26 Very Important Person – pessoa muito importante.

de ação<sup>27</sup>. Cada um desses órgãos insiste em desfrutar dos objetos externos de sua própria escolha. Por exemplo, o nariz é atraído pelo cheiro de um doce e deseja possuí-lo. O ouvido deseja que a rádio seja sintonizada para desfrutar de canções melodiosas. Os olhos anseiam por aquele novo filme. Então, quando todos eles são atraídos por seus próprios desejos particulares, como pode o seu mestre – a mente – satisfazê-los todos ao mesmo tempo? Incapaz desse feito, a mente fica frustrada. Como pode essa mente, casada com dez esposas, desfrutar de paz? Somente quando os sentidos forem apropriadamente mantidos sob controle, o homem poderá ser feliz e compartilhar essa felicidade com os que estão a sua volta.

Há um método para apaziguar e harmonizar as demandas dos sentidos. Esse método consiste em tratar as coisas boas e as más com equanimidade. Tukaram é um ilustre exemplo a esse respeito. Ele foi um grande devoto e muito gentil por natureza. Sua esposa possuía um temperamento violento. Apesar disso, por sua calma e tolerância, Tukaram conseguia conviver bem com ela. Somente quando a pessoa tem o hábito de pagar na mesma moeda, palavra por palavra, olho por olho, dente por dente, é que ela terá de enfrentar discórdias e problemas. Tukaram, por outro lado, era a própria encarnação da tolerância. Ele cultivava uma pequena propriedade rural de meio acre para manter sua família. A pedido de seus vizinhos, certa vez, plantou cana-de-açúcar naquela pequena extensão de terra. Quando a cana já estava madura, muitas pessoas que passavam perto da plantação, aproveitando-se indevidamente da boa natureza de Tukaram, extraíam uma ou duas canas para mascar. Finalmente, Tukaram colheu aquilo que havia sobrado, colocou tudo em sua carreta e tomou o caminho de casa. Na estrada, as crianças da vila o cercaram, e cada uma pediu um pedaço de cana; Tukaram, em sua natural generosidade, permitiu que elas se servissem. Finalmente, quando chegou a casa, havia apenas uma cana na carroça. Vendo isso, sua esposa se enfureceu e o ofendeu duramente, declarando-o incapaz de chefiar uma família. Ela pegou da carroça aquele único pedaço de cana e, num acesso de fúria, quebrou-o na cabeça de Tukaram. A cana partiu-se em três; duas partes caíram no chão, e a terceira ficou na mão da mulher. Tukaram, calmamente, observou: “Eu estava pensando, a caminho de casa, como distribuiria essa única cana restante aos três membros da família. Fico feliz de você ter resolvido o problema para mim. Você pode comer o pedaço que está em sua mão e dar os outros dois que caíram para os nossos dois filhos”. Essa tolerância e equanimidade raramente podem ser encontradas, exceto em algumas poucas almas elevadas. Essas qualidades só podem ser adquiridas por meio da devoção e da fé. Vocês não precisam sentir-se deprimidos, com medo de ser incapazes de controlar seus sentidos. Desenvolvendo firme devoção e entrega completa a Deus, os sentidos, definitivamente, serão mantidos sob controle.

Kabir é outro exemplo de santo, porém em uma situação diversa. Diferentemente da esposa de Tukaram, a esposa de Kabir era muito devotada e fiel, totalmente dedicada a servir seu marido, obedecendo-lhe sem reservas. Certo dia, Kabir estava manuseando seu tear, cantando, como sempre, o nome de Rama. Subitamente, chamou a esposa, dizendo que um fio se havia arrebatado e pediu-lhe que trouxesse uma lamparina. Era meio-dia, e, quando sua mulher lhe trouxe a lamparina, Kabir pediu que a levasse de volta pois, na verdade, não era necessária já que o dia estava claro. Qualquer outra esposa, nessa situação, teria discutido, dizendo: “Você está cego e incapaz de ver à luz do dia? Por que desperdiça o meu tempo e esforço fazendo-me, desnecessariamente, trazer e levar de volta uma lamparina? Pensa que não tenho mais nada a fazer?” E assim por diante. Mas a esposa de Kabir era de uma qualidade diferente. Ela, silenciosamente, levou a lamparina de volta, sem murmurar ou dizer uma só palavra de ressentimento. Com uma mulher tão dedicada e obediente assim, Kabir foi capaz de desenvolver sua devoção sem problemas e expressava sua gratidão a Deus por lhe haver dado, em Sua Graça, uma companheira de vida tão boa assim.

Eis aqui dois exemplos de homens santos que, apesar de suas situações familiares contrastantes, seguiram seu caminho espiritual igualmente bem. Portanto, não é o ambiente que importa no controle dos sentidos e emoções. É a pureza dos próprios impulsos, a sinceridade de propósitos e a determinação em trilhar o caminho divino que contam. Não o ambiente, o qual tem pouca ou nenhuma consequência nesse contexto.

Vocês devem ter ouvido falar de Einstein, que foi um grande cientista e um homem de sabedoria – uma rara combinação. Sua esposa era muito débil. Ela não só carecia de escolaridade, mas também era muito rude em seu comportamento. Einstein, por sua vez, estava sempre envolvido em experimentos, investigações e, também, em contemplações. Ele ficava tão absorto em seu trabalho que nunca se apresentava na hora certa para as refeições, apesar dos constantes chamados de sua esposa. Ela

---

27 Os quais são a boca (na função de falar); as mãos, os pés, os órgãos excretores e os órgãos reprodutores.

ficava desgostosa e irritada com o comportamento do marido e frequentemente perdia a calma. Certo dia, ela estava com muita fome; colocou, então, os pratos na mesa de jantar e, repetidamente, chamou o marido para ir comer. Porém, Einstein não prestou atenção, porque estava absorto em seus pensamentos, ignorando o mundo exterior. Sua esposa ficou irada com isso e correu na direção dele com uma jarra de água, esvaziando-a na cabeça de seu marido, junto com uma chuva de impropérios. Embora encharcado, Einstein não ficou chateado. Ele sorriu para a mulher e comentou calmamente: “Todo dia costumavam ser só raios e trovões, mas hoje tivemos também uma chuvarada sobre minha cabeça!” Imaginem a tolerância, serenidade e bom humor de Einstein diante dessa situação tão provocativa! Outro, em seu lugar, teria golpeado a cabeça da esposa com a própria jarra vazia, após arrancá-la de suas mãos. Mas Einstein jamais pensou em uma retaliação como essa e nem mesmo em discutir o assunto, tal era o seu controle sobre os sentidos!

Os sábios da Antiguidade consideravam o controle dos sentidos como uma forma de penitência. Para discipliná-los, é necessário compreender como eles funcionam.

Eis aqui uma breve história que ilustra como um padre cristão aprendeu uma lição sobre controle dos sentidos de um carreteiro em cuja carroça ele viajava. O padre notou que o carreteiro estava batendo muito no cavalo à medida que se aproximavam do cruzamento com uma ferrovia. O padre, que era um crente convicto na mensagem do Cristo sobre amor e compaixão, apiedou-se do animal e perguntou ao condutor por que batia no animal sem necessidade, uma vez que ele puxava a carroça sem problemas. O carreteiro explicou que, na passagem de nível que tinham pela frente, havia umas pedrinhas pintadas de branco que assustavam o cavalo. Ele, então, batia no animal para que este ficasse com mais medo do chicote do que das pedras e passasse pelo cruzamento com a linha do trem sem risco de empacar com medo das pedras. Então, o padre aprendeu a lição de que, quando a atenção de qualquer órgão sensorial for distraída por algo, ela deve ser desviada para outra coisa que o atraia, por meio de um incentivo ou desestímulo ainda mais forte. Só assim desistirá de suas loucas divagações e trilhará o caminho correto.

Suponham que um animal tenha desenvolvido o mau hábito de invadir os campos alheios e pastar as colheitas. Como afastá-lo desse mau hábito? Se você o alimentar em seu estábulo com forragem verde que seja ainda mais apetitosa que as colheitas, ele se acostumará a comer no estábulo e desistirá do hábito de pastar nos campos alheios. Assim também é com os sentidos, que devem ser afastados de seus maus hábitos e treinados adequadamente para adquirir hábitos bons.

Os sentidos têm sido comparados a animais, que, em sânscrito, denominamos *pashu*. Essa palavra se aplica ao ser cuja visão é atraída para o exterior. Aquele que possui visão interior é denominado *Pashupati*, que significa “Senhor dos Animais” e é um dos nomes de Shiva. O homem deveria aspirar e esforçar-se para se tornar um “*Pashupati*”, mestre dos sentidos, e não um *pashu*, um escravo dos sentidos. É uma lástima que os homens de hoje se tenham tornado escravos de seus sentidos. Há inúmeros modos de domarmos os sentidos e conduzi-los ao caminho correto. Nesse contexto, é importante evitarmos o hábito de condescender com suas demandas.

Se investigarem cuidadosamente de onde nascem os prazeres sensoriais, descobrirão que sua única origem é o sofrimento. Por essa razão, todo prazer sensorial carrega em si o ferrão do sofrimento. O prazer obtido pelos sentidos é momentâneo e termina sempre em angústia. Os desejos nascem num momento e desaparecem no instante seguinte. Imaginem que vocês sintam desejo de comer um doce hoje. Imediatamente após comerem alguns doces, vocês sentirão saciedade e desenvolverão aversão pelo doce. Desejo num momento e aversão no momento seguinte! Prazer e dor em rápida sucessão! Contemplando, deste modo, a momentânea e enganosa natureza dos, assim chamados “prazeres sensoriais”, podemos desenvolver discernimento e desapego, mantendo os sentidos sob controle. Outro ponto importante que devem observar é que, se os sentidos forem mantidos ocupados da maneira correta, não terão problemas com eles. De outro modo, vocês serão seus escravos.

Embora eu possa não estar fisicamente presente, sei o que se está passando em um lugar qualquer, em um determinado instante, bem como os sentimentos íntimos das pessoas envolvidas. Por exemplo, nesta tarde, a Doutora Hemalata, diretora do Colégio Feminino de Anantapur, entreteve todos vocês com uma iluminada palestra sobre Prahlada<sup>28</sup>, entremeadas de canções e poemas melódiosos em télugo. Um dos aspectos mais importantes que ela mencionou foi como Hiranyakashipu, que odiava e ofendia o

---

28 Menino cuja devoção a Deus o salvou de inúmeros atentados perpetrados por seu próprio pai, o Rei Hiranyakashipu, que não queria que o filho adorasse outro poder maior que o seu. A história pode ser encontrada na escritura denominada *Bhagavata Purana* e é uma das preferidas de Swami para ilustrar a devoção e entrega a Deus.

Senhor Vishnu, foi morto por Ele e recebeu sua remissão dessa maneira. O mesmo caso ocorreu com o Senhor Krishna, que sofria constantes ofensas por parte de pessoas como Shishupala e Dantavakra. Certa vez, no grande salão de audiências de Dharmaraja, repleto de distintos e eminentes convidados, surgiu a questão de quem deveria ser agraciado com o título de convidado de honra. Embora houvesse várias pessoas dignas dessa honraria, como Bhishma, Drona, etc., os Pândavas resolveram dar essa honra única a Sri Krishna, pois Ele era tudo para eles, tendo-se mantido a seu lado nos bons e maus momentos e vindo em seu socorro em inúmeras crises. Dharmaraja lavou os pés de Krishna e ofertou-Lhe o primeiro prato de comida como sinal de respeito e honra. As pessoas más não conseguem compreender o significado íntimo e as motivações dos demais. Guiados simplesmente por formalidades externas e considerações egoístas, criticam e ofendem os outros por pura malícia e inveja. Isto foi exatamente o que o mesquinho Shishupala fez naquela ocasião. Ele não pôde tolerar ver Krishna sendo homenageado diante daquela enorme assembleia de personagens eminentes. Na frente dos grandes mestres, sábios e homens de honra e distinção ali presentes, o perverso Shishupala começou a lançar violentas infâmias contra Sri Krishna, mencionando, por exemplo que Ele era um ladrão, que havia roubado manteiga das casas de seus vizinhos; que roubava os saris das inocentes gopis, ultrajando sua modéstia, brincando com elas e, portanto, era uma afronta àquela augusta assembleia que a maior honra fosse concedida a Krishna. Quando essa torrente de ofensas de Shishupala passou dos limites, Krishna, de repente, arremessou contra Shishupala o mesmo prato no qual Dharmaraja havia feito sua oferenda instantes antes. Alguns dizem que Krishna atirou o Disco Divino<sup>29</sup> em Shishupala, mas não foi assim. Arremessando aquele simples prato, Krishna cortou a cabeça de Shishupala. Dharmaraja ficou extremamente feliz de que o infame Shishupala houvesse sido executado por Krishna, mas, naquele mesmo instante, sua felicidade virou espanto e confusão, como se sua mente tivesse sido arrebatada por um forte ciclone, pois ele testemunhou o sangue que escorria do pescoço de Shishupala tocar os sagrados pés de Krishna, e mais surpreso ainda ficou quando a chama vital que emergiu do corpo inerte de Shishupala mergulhou em Sri Krishna.

Atônito com aquele estranho fenômeno, Dharmaraja questionou Nárada. Como um traidor e feroz inimigo de Krishna como aquele recebia um fim assim tão glorioso, fundindo seu espírito com Sri Krishna, uma consumação que até os devotos que haviam se rendido ao Divino raramente poderiam esperar? A isso, Nárada respondeu: “Ofensa ou louvor, desacato ou veneração pertencem somente ao corpo e não ao *Atma*, que está além de todos os pares de opostos. O *Paramatma*, Supremo e Único, reside em todos os seres. Sendo assim, quem é que pratica a ofensa e quem é o ofendido? Quem é o amigo e quem é o inimigo? Todos são iguais. O sangue que está saturado com a constante recordação de Deus se torna uma oferenda dedicada a Deus. Seja por ódio ou amor, luxúria ou inveja, ego ou rendição, qualquer que seja o sentimento, é suficiente que o Nome do Senhor seja recordado constantemente”.

Shishupala relembra o nome de Krishna muito mais do que muitos devotos. Esses só se lembram de Deus quando veem os templos e suas torres ou imagens e ídolos ali instalados. Mas Shishupala, em seu intenso ódio por Krishna, o mantinha em sua mente onde quer que estivesse e em todos os momentos, acordado ou dormindo. Foi por causa dessa incessante lembrança de Sri Krishna que a alma de Shishupala pôde fundir-se n'Ele.

As pessoas mundanas observam somente os aspectos superficiais e externos das coisas e ações, mas o Senhor não vê as coisas dessa maneira. Ele está livre de ódio ou inveja, preferências ou aversões. Quando esses sentimentos são atribuídos ao Senhor, não são mais do que reflexos dos próprios sentimentos de vocês. Deus é como um espelho bem polido. O que vocês veem ali é somente um reflexo de suas próprias ações e atitudes: careta por careta, sorriso por sorriso, saudação por saudação e assim por diante. Para Deus não existe ação ou reação. Ele não pune nem recompensa ninguém. Vocês são punidos ou recompensados por suas próprias ações. Portanto, ninguém está autorizado a questionar as ações de Deus, acusando-o de favoritismo para com alguns e indiferença para com outros. Quem tem a autoridade de dizer a Deus como Ele deve conduzir-se? A divindade presente em todos pode encontrar expressão em vários tipos de comportamento, mas as ações do Divino são sempre cheias de amor e inteiramente livres de egoísmo; por essa razão, são totalmente puras. Essa é razão pela qual Deus tem tantos adjetivos, tais como: “isento de atributos, imaculado, antigo, a morada de todos, eterno, puro, iluminado, livre”, etc.

O olhar de Deus não vê pureza nem impureza, que existem só na visão de vocês. Como pensam, assim se tornam. Vocês observam o mundo através de óculos coloridos e atribuem, incorretamente, essas cores ao mundo. É a sua visão defeituosa que os faz verem defeitos que não existem na criação.

---

29 Nas representações de Vishnu, em Suas mãos está o *Sudarshana Chakra*, a arma divina.



Os defeitos que vocês atribuem aos sentidos são, de fato, defeitos em seus próprios processos mentais e sentimentos. Se os sentidos forem corretamente usados, oferecerão a vocês as impressões corretas. Por exemplo, Tukaram tinha bons sentimentos e, por isso, deu uma interpretação favorável mesmo ao comportamento rude e negativo de sua esposa; seus sentidos não foram obstáculos para o seu progresso espiritual e equanimidade, apesar das circunstâncias adversas em sua família.

Do mesmo modo, Kabir estava sempre envolvido com a lembrança de Deus e, por isso, o comportamento de sua esposa era harmonioso e propício ao seu avanço espiritual. Einstein também possuía a qualidade da equanimidade e por isso, não ficava irritado com o comportamento tempestuoso da esposa. De todos esses exemplos, fica evidente que aquilo que vocês necessitam fazer é harmonizar seus próprios pensamentos e sentimentos por meio de uma disciplina espiritual apropriada, em lugar de culpar o meio em que vivem ou as outras pessoas por seus fracassos.

Apesar de tudo, algumas pessoas teimosas, acostumadas a argumentações sem sentido, culpam Deus por atribuir uma orientação exterior aos sentidos humanos. Eles argumentam que Deus lhes deu olhos com portas que se abrem para o mundo externo; ouvidos que podem escutar sons exteriores e narizes que só conseguem inalar o ar que vem de fora. Querem provar, desse modo, que a culpa é do Criador e não deles. Tentam justificar seu comportamento baseado nos órgãos dos sentidos dizendo que “errar é humano”. Um raciocínio torto como esse é uma caricatura da verdade e digno de condenação enérgica, especialmente quando os jovens acreditam nele. Se os animais se comportam incorretamente, isso é bastante compreensível, porque eles não são dotados da faculdade do discernimento, que lhes permite controlar e dirigir seus sentidos. Mas se o homem, que é abençoado por Deus com o poder do discernimento, segue um caminho errado, cedendo aos seus sentidos, isso é imperdoável. Como é paradoxal e ridículo nascer como ser humano e comportar-se como animal. Comportem-se, então, de forma digna de um ser humano.

Alguns estudantes, que se consideram muito espertos, tentam argumentar assim: “Vejam os pássaros, o gado e as feras. Eles têm liberdade total para comer o que quiserem, acasalar quando quiserem e perambular por onde quiserem. Por que deveria ser negada ao homem essa liberdade permitida a esses animais inferiores?” De fato, esse é um argumento bastante enganador! Perguntemos então a esses sabichões: “Que tipo de liberdade desfruta um animal?” A resposta, sem dúvida, será: “Liberdade animal!” Os animais desfrutam de liberdade animal. Não há nada de errado nisso. Porém, sendo homens, não é errado e impróprio para vocês desejarem a liberdade dos animais? Vocês atribuem significados incorretos e dão inúmeras interpretações enganosas à palavra “liberdade”. Deveriam esforçar-se para conseguir libertar-se dos sentidos e não para darem liberdade aos sentidos. A verdadeira liberdade reside no controle sobre os sentidos e o ser inferior, em uma tentativa de alcançar o Ser real, mais elevado, experimentando a bem-aventurança do *Atma*.

É importante ter caráter, junto com o conhecimento. Só então poderão ter um equilíbrio perfeito na vida. É uma pena que a educação moderna se importe somente com o desenvolvimento da inteligência e sagacidade, ignorando totalmente o caráter e os valores humanos. De que adianta adquirir qualquer quantidade de conhecimentos disponíveis no mundo se não se possui caráter? Esta é a razão para a perda de equilíbrio do homem moderno em geral e, especialmente, dos homens educados. Se vocês perdem o equilíbrio andando de bicicleta, estão correndo o risco de sofrer um acidente. O mesmo ocorre com a perda do equilíbrio entre o conhecimento e o caráter na jornada de suas vidas: vocês se estão expondo a sérios acidentes. Por essa razão, precisam controlar seus sentidos e, ao mesmo tempo, desenvolver virtudes na vida. É essencial que os estudantes mantenham um equilíbrio entre esses dois aspectos.

*Estudantes!*

Não será suficiente vocês simplesmente exercerem controle sobre seus sentidos. Vocês também precisarão harmonizá-los. De acordo com Patanjali, a yoga é o controle das divagações da mente. Entretanto, esse controle da mente é algo muito difícil, senão impossível de alcançar-se. O método mais fácil e apropriado, ao contrário, é alcançar harmonia ou equilíbrio mental. Concentrem-se naquilo que é bom e, então, estarão afastando-se automaticamente do que é ruim. A fraqueza de suas mentes é a responsável pelos seus problemas. Havia um estrangeiro chamado Carlyle. Ele era muito inteligente, mas, devido à falta de controle sobre seus sentidos, tornou-se muito fraco. Ele sofria de insônia. Certo dia, chamou seu vizinho e reclamou que não conseguia dormir à noite por causa do galo que cantava na casa do outro. O vizinho respondeu que o galo cantava só duas ou três vezes durante a noite, e que, apesar de ele ter o galo em sua casa, era capaz de dormir bem. Carlyle argumentou que ele também sabia que o galo cantava só duas ou três vezes, mas que não conseguia pegar no sono porque ficava

pensando no galo e esperando o seu próximo canto, a qualquer momento, durante a noite.

A lição dessa história é que a insônia de Carlyle não era devida ao cantar do galo, como ele alegava, mas aos seus receios imaginários. Assim ocorre também com muitas pessoas hoje em dia, que não estão sofrendo por causa de seus sentidos, mas por conta de uma imaginação errada. O homem deve, portanto, abandonar essas imagens mentais e medos sem razão, que lhe são prejudiciais.

Nos próximos dias, vamos considerar mais alguns aspectos dos sentidos, do domínio sobre eles e de sua harmonização.

## 5- A ESTRADA PARA A DIVINDADE

*O coração sem valor dos homens desprovidos de pureza  
é a morada dos vícios da raiva e da inveja.  
As covas escuras não estão repletas de morcegos?  
Jamais se esqueçam dessas sábias palavras.*

*Só pode ser considerado homem aquele que procura pelo Absoluto  
Aquele que abençoou seus ouvidos com o poder de ouvir  
e dotou seus olhos da luz da visão.*

### *Personificações do Amor Divino!*

O controle sobre os sentidos deve ser o propósito principal dos estudantes, não a busca de prazeres passageiros proporcionados pelos objetos sensoriais, que, por sua vez, oferecem apenas alegrias momentâneas, seguidas de misérias sem fim. As percepções sensoriais, isto é, audição, tato, visão, paladar e olfato são mais poderosas do que os órgãos dos sentidos. O principal órgão sensorial é a língua. Se ela for conquistada, teremos virtualmente dominado todos os sentidos. A língua tem duas importantes funções: comer e falar. Quem for capaz de controlar essas duas faculdades da língua conseguirá fundir-se com o *Ser Divino*.

Quando a língua para de falar, a mente começa a conversar. Para controlar a tagarelice da mente, o intelecto deve ser despertado. Então, o indivíduo deverá, gentilmente, persuadir o intelecto a voltar-se gradualmente para o *Atma*.

A verdadeira disciplina espiritual – *sadhana* –, consiste na técnica de fundir a fala na mente, a mente no intelecto e, finalmente, o intelecto no *Atma*. É lamentável que o homem se esqueça dessa estrada régia e sagrada disponível para ele e escolha entregar-se à satisfação de prazeres sensoriais, os quais, no fim, afogam-no em profundo sofrimento. Ninguém procura descobrir qual é a principal fonte de vitalização para os sentidos sem vida; não se busca também compreender quem, de fato, desfruta de todos os prazeres derivados dos sentidos. Os estudantes deveriam reconhecer que há uma íntima relação entre o mundo externo e o mundo interno dentro de cada um. Seria o corpo, os sentidos ou o *Atma* que experimentam os prazeres de uma comida deliciosa, de uma bela vista ou de um perfume fragrante? Não é o corpo e, muito menos, são os órgãos dos sentidos. O verdadeiro experimentador, em todos esses casos, é o *Atma*, origem de tudo que existe, e que estimula, sustenta, preside e governa todas as coisas do Universo. O *Atma* é a base para o mundo manifestado, bem como a fonte original de motivação para o mundo interior. Só quando reconhecemos o papel fundamental do *Atma* como a raiz de tudo que há, é que os órgãos sensoriais, enganosos e transitórios, deixam de ter domínio sobre nós.

De todos os órgãos dos sentidos, a língua tem importância e influência fundamentais. O domínio sobre esse único órgão sensorial permitirá ao indivíduo controlar facilmente todos os demais. A *Kathopanishad* compara os sentidos a cavalos. Um cavalo pode correr muito rapidamente, mas, colocando-se um freio em sua boca e segurando-o com força, o movimento do animal pode ser facilmente controlado. Como é que um pequeno freio é capaz de controlar um animal tão grande, forte e rápido assim? A razão é que a boca é a parte mais importante e vulnerável do cavalo, do ponto de vista de exercer-se controle sobre ele. Logo que sua boca recebe o freio, todo o animal está sob controle. Assim também ocorre com o ser humano. A boca é o mais importante entre os cinco órgãos dos sentidos.

Com o auxílio de um pequeno leme, podemos salvar de um feroz ciclone um grande barco. Com uma pequena fagulha, podemos acender uma imensa fogueira. O poder da fala é como uma fagulha. Exercendo controle sobre a língua, pode-se, virtualmente, controlar o mundo. O poder da fala pode ser usado para um propósito nobre e sublime, ou mal utilizado, de maneira mesquinha e perversa. Pode ser usado para abençoar as pessoas ou para caluniá-las. *Jayadeva* canta assim, referindo-se à língua em palavras que combinam elogios e conselhos: “Ó minha querida língua, você é doce! Tem a capacidade de discriminar o gosto bom do ruim. Então, estou oferecendo-lhe a verdade mais benevolente que há: não busque o prazer das conversas sem sentido; em lugar disso, mantenha-se ocupada cantando os doces e gloriosos Nomes do Senhor: Govinda! Damodara! Madhava, etc”.

Há um dito muito familiar: “Um escorregão do pé pode não causar muito dano, mas um escorregão da língua irá atirá-lo ao inferno”. O uso incontrolado da sua língua pode ferir os corações dos outros e nenhum médico da Terra poderá curar a ferida causada por uma palavra rude.

Quando os sentidos entram em contato com os objetos sensoriais, podem desencadear imenso prazer ao mesmo tempo em que podem produzir dores sem fim. Por exemplo, alguém lá fora está falando mal de vocês; enquanto as palavras estão além do alcance dos seus ouvidos, vocês não são afetados em absoluto por elas. Porém, assim que as palavras ofensivas atingem seus ouvidos, vocês ficam irados e nervosos além dos limites. Por que razão ficam tão irritados desse jeito? Enquanto as ondas sonoras não entraram em contato com os seus ouvidos, vocês estavam tranquilos. Foi o subsequente contato entre os dois que provocou a forte reação. Considerem a situação contrária: alguém lá fora está elogiando vocês, falando de suas admiráveis qualidades. Enquanto não escutarem aquelas palavras de louvor, não sentirão alegria alguma e não terão um sentimento de afeição por aquele que fala de vocês. Mas, assim que as palavras de elogio chegam aos seus ouvidos, vocês se enchem de alegria e desenvolvem grande afeição pela pessoa que falou. Qual é a razão para a raiva no primeiro exemplo e para o amor no segundo? Foi tão somente o contato entre os sentidos e os objetos sensórios. Então, fica claro que os sentidos só podem ter paz quando não entram em contato com os objetos sensórios. Alternativamente, o indivíduo deve ser capaz de manter um sentimento de equanimidade, sem se permitir sentir alegria ou irritação em qualquer caso de contato entre seus sentidos e os objetos externos, seja esse contato agradável ou desagradável.

Deve-se reconhecer, entretanto, que não é fácil e nem sempre possível evitar o contato entre os sentidos e os objetos que os estimulam. Ao contrário, é possível com algum esforço desenvolver uma atitude de equilíbrio, ainda que ocorram tais contatos, que são na maioria das vezes inevitáveis. Para desenvolver essa atitude, vocês devem recorrer ao caminho da autoinvestigação e desenvolver esta firme convicção: “eu não sou o corpo nem os órgãos dos sentidos; eu sou o *Atma*, sempre em felicidade suprema”. Só quando estiverem inabalavelmente estabelecidos nessa convicção é que os órgãos dos sentidos deixarão de causar-lhes problemas. Só trilhando o caminho da autoinvestigação, acompanhado pela contemplação constante sobre a ideia de que vocês não são outra coisa senão o *Atma*, conseguirão transcender as limitações humanas e experimentar seu *Ser Divino* sob todas as circunstâncias.

Vocês já devem ter ouvido falar do grande filósofo chamado Philip Sydney<sup>30</sup>. Em sua infância, viveu longe de seus pais, para frequentar uma escola em outra cidade. Seu pai escreveu-lhe uma carta contendo os seguintes conselhos: “Meu querido filho, todos os dias ofereça a Deus uma prece de coração! Esforce-se para manter sua mente sempre voltada para Deus. Comporte-se com respeito e humildade diante dos seus professores e de seus colegas. Não se permita desenvolver raiva, desapontamento ou descontentamento. Não fique triste quando outros o criticarem ou ofenderem, nem fique orgulhoso quando o elogiarem. Jamais critique alguém”. O pai concluiu a carta com esta importante advertência: “Sempre que tiver que fazer uma promessa, faça-a a Deus somente e a ninguém mais. A fala é dom de Deus. Por isso, você não tem o direito de comprometer sua palavra com ninguém mais. A palavra empenhada deve ser oferecida somente a Deus. Se seguir essa regra, você crescerá em sabedoria, e sua glória brilhará. Exercite sempre o controle sobre a sua língua e jamais se permita perder esse controle. Assim você se tornará um exemplo ideal de estudante para a sociedade”. Philip Sydney seguiu à risca os conselhos de seu pai e alcançou grande eminência como filósofo.

Os estudantes devem saber que conversar em demasia é danoso para as suas mentes. Vocês não devem se envolver em quaisquer assuntos que não sejam os seus estudos. Devem se lembrar de que são buscadores do conhecimento e não buscadores de coisas insignificantes. Somente depois de terminarem seus estudos é que vocês podem se envolver em outras atividades e, mesmo então, portando-se segundo as regras da moderação, jamais excedendo os limites ao conversar ou ao executar quaisquer tarefas relativas à sua vida diária.

A língua é propensa a quatro tipos de falhas:

- 1) mentir;
- 2) intrigar;
- 3) criticar ou caluniar;
- 4) falar demais.

São essas quatro tendências que roubam do homem a sua paz mental. O indivíduo deve falar somente a verdade. Raramente, em alguns casos, pode ser perigoso dizer a verdade. Em tais circunstâncias, vocês devem ser discretos o suficiente para evitar falar tanto a verdade como a mentira. Só assim poderão ser

---

30 Poeta, escritor e filósofo inglês que viveu entre 1554 e 1586.

bem-sucedidos na sociedade.

Os sentidos são extremamente poderosos. Eles são a origem de todas as alegrias e tristezas da humanidade. Vocês deveriam, portanto, tentar compreender integralmente a natureza e o papel dos sentidos e utilizá-los em seu proveito da maneira mais vantajosa. Um famoso poeta cantou assim sobre a capacidade de os sentidos criarem desastres: “Se a cabeça abriga pensamentos malignos, se a língua gosta de caluniar, se os olhos estão acostumados a observar as faltas alheias, se os ouvidos estão alerta para escutar o que não devem sobre os outros, se a mente e o coração estão inclinados a enganar os outros; então, à simples visão dessas monstruosidades, a justiça e a conduta honesta não poderão sobreviver”.

A fortaleza do homem deveria ser sua adesão ao caminho da verdade, retidão e justiça. Mas a tragédia é que ele se torna uma vítima indefesa de seus cinco sentidos, que o desencaminham e o condenam a problemas sem fim. Temos exemplos clássicos de animais ou insetos que são capturados e chegam a perder a vida por causa de suas fraquezas em relação a um único sentido. O cervo é vítima da audição; o elefante, do tato; a mariposa sucumbe à visão; o peixe, ao paladar e a abelha, ao sentido do olfato. Então, podem-se imaginar facilmente os apuros do homem, que é a infeliz vítima de todos os cinco sentidos. Nesse contexto, os estudantes devem seguir o luminoso exemplo do jovem devoto Prahlada. Apesar de todas as tentações engendradas por seu pai, de todos os truques engenhosos de seus professores atendendo às insistências do pai, apesar de todas as intimidações, torturas e até mesmo das cruéis tentativas de matá-lo, Prahlada jamais sucumbiu às armadilhas sensuais da vida mundana, mas manteve-se com tenacidade no caminho espiritual, com o Nome do Senhor sempre presente em seus lábios. Ele também costumava conduzir seus colegas de escola ao caminho espiritual, inspirando-os com suas melodiosas canções devocionais e histórias. Temos aqui uma interessante história que ele aprendeu com o sábio Narada e contou a seus jovens amigos:

Havia um rei com muitas esposas. Não tinha paz por causa delas, e então, certo dia, quis descobrir se havia um homem, em todo o seu reino, que fosse livre de preocupações causadas por esposas rabugentas. Assim, após dar ao fato uma grande publicidade, armou duas grandes tendas e designou uma para aqueles que fossem controlados pelas mulheres e a segunda para os que tivessem controle sobre as esposas. Ao anoitecer, verificou-se que a primeira tenda estava totalmente lotada, enquanto que não havia um homem sequer na segunda tenda. Finalmente, um homem chegou de repente e sentou-se sob a segunda tenda. O rei ficou feliz por haver pelo menos um homem que tinha controle sobre sua esposa. Ele foi ao seu encontro na tenda e pediu, gentilmente, que lhe dissesse se, de fato, havia controlado sua esposa. O homem disse ser incapaz de mentir e que a verdade é que ele era totalmente submisso à mulher. O rei, então, lhe disse que era impróprio a ele estar sentado ali, ordenando que fosse para a outra tenda. Aquele marido submisso respondeu em agonia: “Sua Majestade, tenho ordens expressas de minha esposa para só me sentar nesta tenda, custe o que custar! Não ousa desobedecer-lhe e entrar na outra tenda, não importa a punição que o senhor possa me dar, mesmo que me mate”.

A lição dessa história é que a mente, considerada o marido dos sentidos, suas esposas, está em um lamentável apuro, como um escravo absoluto delas. Realmente, a sequência de domínio, baseada em uma escala crescente de sutileza deve ser a seguinte: o corpo, os órgãos dos sentidos, a mente, o intelecto e o *Atma*, cada qual controlando o anterior. Isso significa que o *Atma*, como o mais sutil de todos, deve manter o domínio sobre o resto.

Uma vez que os órgãos dos sentidos são muito potentes, a primeira tarefa do homem é mantê-los sob controle para levar uma vida ideal. Devido ao fato de os jovens da atualidade terem perdido o controle sobre seus sentidos, todas as suas ações e comportamentos são distorcidos. Não sabem como se sentar adequadamente em sala de aula, como caminhar, como ler, como dormir e como se comportar com seus pais, professores, os mais velhos e amigos. Revelam sua falta de concentração até mesmo quando falam com alguém, porque seus olhos vagueiam por toda parte. Fazem gestos desnecessários e todos os seus membros fazem movimentos estranhos, como se estivessem dançando enquanto conversam. Ao andarem pelas ruas, os estudantes devem olhar para seus pés para evitar distrações e prevenir acidentes. Enquanto dormem, deveriam manter seus corpos esticados e não se enroscarem como espirais. Pela prática constante do modo correto de fazer as coisas, eles desenvolverão bons hábitos, adquirindo domínio sobre todos os seus sentidos.

Os estudantes devem evitar a curiosidade excessiva com respeito a assuntos que não lhes dizem

respeito diretamente. Se se permitirem conversar demais com toda e qualquer pessoa, ou se passarem a interferir nos assuntos alheios, começarão a ser impopulares e indesejáveis. Todos tentarão evitar tais pessoas e, desse modo, elas perderão o respeito dos demais. É um péssimo hábito para estudantes perambular e conversar pelos mercados. Se, afinal, a conversa é necessária, deveriam mantê-la em seus alojamentos, mas jamais no mercado. A observância da disciplina em todos esses assuntos é de importância fundamental para os estudantes.

Hoje em dia, os jovens não sabem como sentar-se corretamente enquanto leem, escrevem, etc. Eles se sentam com as costas curvadas e caídas, como velhos de oitenta anos. Isso causa várias enfermidades e leva ao envelhecimento prematuro. Enquanto caminham ou estão sentados, vocês devem estar eretos como um poste, mantendo a coluna reta. Há uma razão fisiológica para isto: um nervo muito importante, chamado *sushumna nadi* passa por dentro da coluna vertebral, desde sua base, no *muladhara chakra* até o topo da cabeça, no *sahasrara chakra*. Se esse nervo se encurva, sérios resultados surgirão. A importância do *sushumna nadi* só é conhecida pelos praticantes da *Kundalini Yoga*.

Quando a situação requer, não devemos hesitar em descalçar-nos e levar nossos sapatos nas mãos. Por exemplo, quando precisamos cruzar um riacho a pé, ou se estiver chovendo muito, é conveniente descalçarmos os sapatos. Embora o valor dos sapatos não seja muito grande, devemos dar-lhes o devido respeito, porque eles protegem nossos pés quando necessário.

Eis aqui uma história sobre como e por que Sri Krishna carregou os sapatos de uma mulher. No nono dia da guerra de Kurukshetra, Bhishma, o comandante do exército Kaurava, prometeu seriamente que iria matar todos os irmãos Pandavas na batalha do dia seguinte. Draupadi, a esposa dos Pandavas, soube disso. Em sua grande ansiedade e preocupação, correu para Sri Krishna, caiu a Seus Pés e orou para que Ele salvasse as vidas de seus cinco maridos. Eram dez horas da noite quando Sri Krishna concebeu uma estratégia. Pediu a Draupadi que corresse até a tenda de Bhishma e se prostrasse diante dele, cuidando para que suas tornozelas fizessem bastante barulho no momento dessa reverência. Depois, pediu que ela deixasse seus sapatos com Ele e fosse ver Bhishma descalça, pois, se fosse calçada, Bhishma poderia ser alertado pelo som de seus passos e poderia reconhecê-la, frustrando Sua estratégia de conseguir para ela as bênçãos do general inimigo.

Seguindo o conselho de Krishna, Draupadi, cobrindo a cabeça com seu véu, correu suavemente, descalça, à tenda de Bhishma. Naquele momento, o general caminhava ansioso, de um lado para o outro, dentro da tenda. Estava incomodado por um sentimento de remorso por haver jurado, no campo de batalha, matar todos os Pandavas no dia seguinte. Naquela noite, não conseguia dormir nem comer porque sua consciência lhe dizia que os Pandavas eram a própria encarnação da Verdade e Retidão e que, portanto, era um grande pecado de sua parte matá-los impiedosamente sem qualquer justificativa. Envolvido nesses pensamentos, perambulava em sua tenda quando Draupadi entrou e suavemente prostrou-se diante dele, fazendo soar suas tornozelas, como sugeriu Krishna. O som indicava que aquela mulher era uma “sumangali”, ou seja, uma mulher casada cujo esposo ainda estava vivo. Bhishma, de acordo com a tradição e costume hindus, abençoou-a, dizendo: “Vida longa a você e ao seu marido”, sem saber a identidade da mulher que se prostrava diante dele. Draupadi tinha certeza de que as bênçãos de Bhishma nunca eram em vão. Então, assim que ouviu a bênção do general, ela, com muita alegria, levantou-se e, removendo seu véu, agradeceu profusamente a Bhishma, dizendo-lhe que fora exatamente para obter aquela bênção que havia ido até sua tenda naquela hora imprópria. Bhishma ficou muito surpreso ao descobrir que era Draupadi a quem havia abençoado daquela maneira, que contrariava a jura feita por ele. Então, perguntou a ela: “Quem criou esse estratagema para você? Quem mostrou o caminho para a minha tenda? Há alguém acompanhando você?”

Enquanto fazia essas perguntas, Krishna fez sua entrada dramática diante de Bhishma e Draupadi. Não precisou muito para que Bhishma percebesse que Sri Krishna, o Mestre da Estratégia de todo o Universo estava por trás do plano e da peça encenada em sua tenda. Fora de si de tanto contentamento, Bhishma exclamou: “Ó Senhor Krishna, é evidente agora que tudo isto é o Seu Plano Divino e Seu Jogo impecavelmente perfeito!” Bhishma sentia-se aliviado de seu remorso e até mesmo sentia-se feliz com o acontecido, porque servira ao duplo propósito de salvar as vidas dos Pandavas e salvar a ele mesmo da infâmia de ter de executar os virtuosos irmãos.

Agora que Bhishma estava livre de sua tensão e ansiedade, recuperando sua normalidade, sentiu muita fome; antes, em seu estado de ansiedade mental, não sentira fome e não comera coisa alguma após um dia inteiro de ferozes batalhas. Então, notou um pacote que Krishna estava carregando debaixo do braço. Pensando que poderia ser um pacote de comida, algo que pudesse saciar sua fome, ansiosamente perguntou a Krishna sobre o conteúdo do embrulho. O brincalhão Krishna deixou cair o

pacote, que se rasgou ao cair no chão e, para espanto de Bhishma, tanto quanto de Draupadi, o que eles viram? Um par de calçados! Com um sorriso maroto, Krishna apontou para eles, dizendo: “São as sandálias de Draupadi”. Bhishma e Draupadi não conseguiram conter-se, porque nenhum dos dois jamais suspeitaria ou esperaria que Krishna estivesse carregando as sandálias dela. Ambos choravam profusamente de êxtase pelo que o Senhor fizera. Chocado pela emoção, Bhishma exclamou: “Ó Senhor Krishna, quem pode compreender as Suas Divinas Brincadeiras? Não há limite para as dificuldades que o Senhor enfrenta para proteger os devotos que se entregaram aos Seus Pés de Lótus. Para salvar Seus devotos, o Senhor não hesita em fazer até aquelas coisas que os outros considerariam desonrosas, degradantes ou aviltantes. Que Deus Misericordioso é o Senhor!”

A lição que devem aprender dessa história é que não devem considerar coisa alguma como mesquinha ou indigna, contanto que sirva ao propósito de auxiliar o necessitado, sem desviar-se do caminho da retidão. Nossas Escrituras antigas, como os *Vedas*, *Shastras*, *Puranas* e *Itihasas* contêm muitos exemplos luminosos de pessoas que levaram vidas nobres e ideais. Porém, os estudantes da atualidade são tão ignorantes sobre nossas escrituras que não sabem o que são os *Shastras*, o *Ramayana* ou a recitação das Escrituras. Assim, estão desperdiçando a rica herança de sua gloriosa cultura e tradição. Os estudantes do Sistema Educativo Sai devem, portanto, tornar-se os pioneiros no aprendizado do ensino secular e sagrado, em uma combinação harmoniosa e sensata; em outras palavras, devem adquirir tanto o conhecimento científico quanto o espiritual.

Vocês ouvem as pessoas falarem sobre *cultura* e *espiritualidade* como se fossem coisas distintas. Em meu ponto de vista, *cultura* é, tão somente, a essência derivada da *espiritualidade*. Do mesmo modo que o açúcar está presente igualmente em todas as variedades de doces, que na aparência são diferentes entre si, a espiritualidade está presente igualmente nas culturas, aparentemente diferentes, de todas as terras e nações. Em resumo, vocês deveriam reconhecer que a cultura é uma parte da espiritualidade, que a tudo abrange. Deveriam cultivar e desenvolver essa visão unitária, que abrange tudo. Os vários órgãos e membros do corpo não são diferentes do corpo. O Universo não é separado de Deus. Vocês, então, precisam reconhecer que aquilo que chamam de “secular” e “sagrado” ou de “mundano” e “espiritual” não são duas coisas distintas e sem relação entre si, mas duas facetas de uma única e indivisível Realidade ou Verdade. Este fato pode ser facilmente percebido por vocês se considerarem o exemplo da semente de feijão, que é constituída de duas pequenas folhas embrionárias, denominadas cotilédones, cobertas pela mesma casca. Quando a semente é plantada e germina, pode-se ver que o broto consiste de duas grossas folhas com um folíolo entre elas. O broto cresce, obtendo nutrientes dos dois cotilédones. Do mesmo modo, o broto denominado “ser humano” requer para o seu crescimento e total desenvolvimento, tanto o aspecto secular quanto o sagrado. Esses dois aspectos não existem nem podem desenvolver-se separadamente, isolados um do outro. Estão intimamente e inseparavelmente relacionados. O resultado da soma desses aspectos é chamado de *cultura*. As pessoas que carecem da visão unitária que surge da amplidão mental veem as aparentes e até imaginárias diferenças entre as culturas das diferentes nações. A verdadeira sabedoria está em discernir e descobrir a unidade fundamental que está por trás das diferenças superficiais das culturas do mundo. A mesma coisa se aplica ao conceito das religiões. Dizer que hinduísmo, budismo, cristianismo, islamismo, etc. são religiões diferentes revela não apenas a estreiteza mental, mas a falta de compreensão do significado de “religião”. O termo *religião* significa *realização*. Uma vez que a *realização* é apenas uma em qualquer que seja a religião professada pelas diferentes pessoas, segue-se, logicamente, que todas as religiões são basicamente uma só; ou, para sermos mais exatos: há só uma religião.

Nesse contexto há uma breve história: Quando Krishna visitou Dhritarashtra como embaixador dos Pandavas, Dhritarashtra perguntou: “Ó Krishna, os Pandavas e Kauravas são filhos de dois irmãos. Sendo Divino, por que você toma partido dos Pandavas? Por que não ama os Kauravas também? Krishna respondeu: “Ó Rei, eu fico triste de ver que você não é só fisicamente, mas também espiritualmente cego. Você deveria saber que eu não posso fazer nada além de apoiar e ajudar aqueles que se refugiam em Mim e que se rendem a Mim sem reservas. O sábio celestial Narada, certa vez perguntou a Narayana sobre Seu endereço correto, já que Ele tinha muitas “filiais”. Narayana respondeu que seu “Escritório Central” ou endereço permanente, onde Ele sempre está, é o coração do devoto que sempre se lembra d’Ele com supremo amor e devoção. Ademais, deixe-me contar sobre a natureza do relacionamento entre os Pandavas e Eu. Dharmaraja é a Minha cabeça, Arjuna, Meus ombros, Bhima, Meu estômago, Nakula e Sahadeva, Minhas pernas. Eu sou o coração. Então, nós somos, todos, partes inseparáveis do mesmo corpo.

A conotação da resposta de Krishna a Dhritarashtra é que o corpo, os sentidos, a mente, o intelecto e o *Atma*, juntos, constituem a personalidade humana integral, ilustrando a verdade da declaração védica

“Ekam Sat”, ou seja, “A Existência é Uma Só”. Do mesmo modo que o corpo tem várias partes, o Senhor Único também tem inúmeros Nomes.

Estudantes! Até o presente momento, neste Curso de Verão, vocês têm ouvido falar do corpo, dos sentidos e do relacionamento entre eles. A partir de amanhã, vamos considerar a inter-relação entre a mente e os sentidos, entre os sentidos e o intelecto, bem como o Princípio do *Atma*, que funciona como a corrente subterrânea que integra e dá vida a todo o sistema humano.



## 6- SEGUREM AS RÉDEAS

*A mente, sozinha, é a causa para a elevação e a queda do homem na vida.  
A mente, por si só, é responsável pela escravidão ou liberação do homem.  
Essa mente, sozinha, faz o homem esquecer-se de sua realidade, lançando-o no inferno!*

(poema em télugo)

*Queridos Estudantes!*

O homem é uma combinação de corpo, mente e *Atma*. Esses três, juntos, constituem os degraus da ascensão do homem ao estágio mais elevado. O corpo é o instrumento para as ações. A mente está relacionada com a cognição. A Realidade imutável e permanente é o *Atma*, que é o aspecto divino do homem. Assim, fazer, conhecer e ser constituem a manifestação trina da personalidade humana. Embora o corpo, a mente e o *Atma* tenham nomes e características diferentes, sua harmonização e unificação ajudam o homem a elevar-se do nível humano ao divino. De forma contrária, a separação entre eles degrada o homem ao nível animal.

O termo “*antahkarana*” – “instrumento interno” – é usado no contexto mundano do dia a dia, bem como no jargão espiritual. Qual é a sua forma, sua natureza, seu papel, importância e destino? Quando fazemos essas perguntas, descobrimos que a própria mente assume a forma sutil do *antahkarana*, assumindo quatro aspectos: *manas* – mente, *buddhi* – intelecto, *chitta* – memória, e *ahamkara* – ego. Os últimos três são os aspectos sutis da mente. O nome particular é dado com base nas funções desempenhadas, do mesmo modo que um mesmo brâmane é chamado de *pujari* – sacerdote – quando realiza o ritual de adoração no templo; cozinheiro, quando trabalha na cozinha; professor, quando ensina aos estudantes; e “*brâmane panchanga*”, quando interpreta o calendário *Panchanga*<sup>31</sup>.

Do mesmo modo, quando a mente está engajada no agitado processo de pensar, é chamada de *manas*; quando está ocupada no processo da inquirição e discriminação entre o certo e o errado, chama-se *buddhi*; quando funciona como repositório de memórias, é conhecida como *chitta*, e quando se identifica com o corpo físico, assumindo a autoria das várias atividades, recebe o nome de *ahamkara*, ou seja, ego. Então, pode-se ver que a mente, embora basicamente uma só, apresenta essas várias formas por conta dos diferentes papéis que assume. De fato, a mente, sozinha, é a causa de todas as coisas. “*Manomulam idam Jagat*”, dizem as Escrituras, significando que todo o Cosmos nada mais é do que uma projeção da mente.

O homem deriva seu nome do fato de possuir mente<sup>32</sup>. *Como pensa, assim ele se torna*. Homem significa mente e mente significa homem. A mente não é mais do que um aglomerado de pensamentos. Os pensamentos dão origem a ações, e o que desfrutamos ou sofremos neste mundo são as consequências dessas ações. Segue-se, então, que somente quando os pensamentos do homem são bons, sua vida será boa. Os pensamentos são extremamente poderosos. Eles sobrevivem à morte do homem. Portanto, é essencial manter os maus pensamentos afastados de nossas mentes. São eles que separam os homens entre si e os fazem esquecer-se de sua divindade comum. Quando os homens reconhecerem que o *Atma* em cada corpo é um só e o mesmo, não haverá mais lugar para diferenças. O homem deve tentar expandir gradualmente seus relacionamentos do nível individual para a família, a comunidade, a nação e, finalmente, para o mundo inteiro. A paz do indivíduo, bem como a do mundo, dependem da mente. Daí vem a necessidade de disciplinar a mente de forma apropriada. Como um peixe nadando contra a correnteza para salvar-se dos perigos, o homem deve combater os maus pensamentos dentro de si, protegendo-se dos perigos.

O homem moderno está criando toda sorte de problemas para si mesmo por causa dos seus pensamentos errados. Ninguém, além dele, deve ser responsabilizado por seus prazeres ou dores, ganhos ou perdas. A mente é a raiz da Árvore de Samsara (o ciclo de nascimentos e mortes) e do Universo manifestado, como um todo. Para destruir essa árvore, o machado deve golpear a própria raiz. Em outras palavras, a mente deve ser destruída, desviando-se os pensamentos para a indagação a respeito do *Atma* – o *Ser Real*; o *Eu* verdadeiro.

Com base nas diferentes naturezas da mente, diferentes cores são atribuídas a ela: por exemplo, a

---

31 Calendário astrológico que regula todos os aspectos da vida hindu. É com ele, por exemplo, que os brâmanes definem qual é a data e o momento mais propício para a realização de casamentos e outros empreendimentos da vida comum dos hindus. Só eles estão habilitados a interpretar esse almanaque.

32 Em sânscrito, mente se diz *manas*; homem se diz *manava*

mente cheia de raiva tem a cor vermelha; uma mente egoísta é marrom como grãos de trigo, ou tem uma coloração alaranjada. A mente dedicada a Deus é de um branco imaculado.

Hoje em dia, o mundo está marcado pelo medo. Seja em casa, ou em meio às ruas, viajando de trem, ônibus ou avião, as pessoas vivem assombradas pelo medo. A causa mais profunda para esse medo, que está por toda parte, é a ausência de pensamentos puros e sagrados nas mentes dos homens. O mundo inteiro parece um labirinto repleto de medo a cada esquina. A tragédia de Abhimanyu, filho de Arjuna e herói da guerra de Kurukshetra, foi que ele sabia como entrar no labirinto militar chamado Padmavyuha, mas não sabia como sair dele. Do mesmo modo, vocês sabem como entrar no labirinto dos prazeres mundanos, mas não sabem como sair dele. Só saberão o caminho para sair quando submeterem seus pensamentos à avaliação de *buddhi* – o intelecto.

Na *Kathopanishad*, o corpo é comparado a uma carruagem; os sentidos, aos cavalos; a mente, às rédeas; e o intelecto, ao condutor. Isso significa que a mente está entre os sentidos e o intelecto. Se a mente seguir os comandos do intelecto, estará segura. Caso contrário, se seguir os caprichos e fantasias dos sentidos, ela se tornará escrava deles e vítima de sofrimentos e tristezas sem fim. Dar rédea solta aos sentidos constitui o *caminho exterior* – *Pravritti Marga*; controlar os sentidos constitui o *caminho interno* – *Nivritti Marga*. Muitos estão satisfeitos em prosseguir no caminho externo. Poucos se interessam em explorar o interno.

Muitas pessoas da atualidade empregam seus pensamentos e esforços para causar danos aos outros. Elas não percebem o fato de que o mal que causam aos outros recairá multiplicado sobre elas mesmas. Um exemplo notável disto são os malvados Kauravas, liderados por Duryodhana e Dushasana, que submeteram os virtuosos Pandavas a inumeráveis dificuldades. Qual foi o resultado final disso? Embora os Pandavas tenham sofrido temporariamente, no final das contas, os Kauravas foram inteiramente destruídos para sempre.<sup>33</sup>

#### *Estudantes!*

Lembrem-se sempre deste episódio e jamais pensem em magoar os outros. Não os critiquem nem os acusem. Se enganarem seus amigos, eles, em resposta, trairão vocês. Se desobedecerem a seus pais, seus filhos lhes darão o troco na mesma moeda. Se ferirem os outros, eles darão o troco, ferindo vocês. Este tipo de reação, ressonância e reflexo é inerente à mente humana. Portanto, vocês devem seguir escrupulosamente a máxima: “Ajudar sempre! Ferir, jamais!” Há pessoas pecaminosas que criticam não somente as outras pessoas, mas até mesmo Deus. Essa parece ser sua própria natureza, mesmo que Deus jamais prejudique quem quer que seja, em momento algum.

Nesse contexto, a categoria mais inferior é a daquelas pessoas que sentem um prazer sádico em ferir outras, sem qualquer provocação. Elas podem ser comparadas às mariposas, cuja natureza é danificar todas as roupas indiscriminadamente, seja um valioso sari, que custa mil rúpias, ou um pano de cozinha manchado e sem valor. Essa tendência altamente condenável da parte de algumas pessoas em ferir outras vem de seus maus pensamentos. Tentamos afastar os maus odores de nossos aposentos usando substâncias como purificadores de ar, varetas de incenso e outros desodorantes. Do mesmo modo, devemos combater nossos maus pensamentos com bons pensamentos. Esses últimos por fim nos conduzirão ao cumprimento do propósito de nossas vidas, ao passo que os maus pensamentos nos degradarão ao nível dos animais selvagens. Sem dúvida, a substituição de pensamentos maus por bons requer um esforço sincero e determinado, porque, como Arjuna reclamou a Krishna, a mente é instável, turbulenta, forte e obstinada.

Todos clamam pela paz, mas ela não está em lugar algum lá fora; está somente aí, bem dentro de nós. No entanto, se desejam desfrutar dessa paz, terão que recorrer à prática – e que tipo de prática? Primeiro que tudo, abandonem os pensamentos egoístas. Então, engajem-se persistentemente na indagação constante sobre aquilo que realmente são. Se vocês simplesmente repetirem três vezes: “Eu sou um homem, eu sou um homem, eu sou um homem”, serão só metade de um homem. Para realizar sua humanidade completamente, terão que repetir também: “Eu não sou um animal, eu não sou um animal, eu não sou um animal”. Pois as pessoas de hoje em dia chamam a si mesmas de homens, mas comportam-se como animais. À luz desse fato, o animal é melhor que o homem, porque o animal pensa em si mesmo como um animal e age de acordo, enquanto que o homem declara ser humano, mas se comporta como um bicho! Vocês têm o nome de “homem” porque são dotados de mente. Entretanto,

---

33 Referência ao épico Mahabharatha – em que os Pandavas, príncipes virtuosos, são perseguidos por seus malvados primos, os Kauravas. Os irmãos Pandavas são protegidos pelo Senhor Krishna, terminam vencendo o mal e recuperando seu reino, usurpado por seus primos.

para merecerem esse título, devem moldar suas mentes de maneira apropriada, digna de um homem e não de uma besta.

A mente é uma possessão sem preço. É o maior dom de Deus ao homem. As Escrituras declararam que a mente por si só é responsável pela escravidão ou liberação do homem. Então, como podem tachar a mente de ruim quando ela é capaz de conduzi-los à suprema meta da liberação? Uma faca pode ser usada para cortar frutas e legumes. Mas, em um acesso de raiva e frustração, se fizerem uso dela para cortar sua própria garganta ou a de outros, será culpa da faca? Do mesmo modo, não podem culpar a mente se vocês a utilizam mal. Se a mente contribui para sua elevação ou sua ruína, isto depende do modo como a utilizam.

Às vezes a mente é comparada a um gato. O gato segura seus filhotes gentilmente com a boca e os carrega para toda parte, garantindo sua segurança e nutrição. Em total contraste, o gato usa a mesma boca para impiedosamente atacar ratos e despedaçá-los. A mente é um caso semelhante. Ela serve como benfeitora suprema daqueles que se dedicam à contemplação de Deus, aos bons pensamentos, boas palavras e boas ações. Ao contrário, a mesma mente provoca desastre para aqueles que escolhem o caminho contrário à retidão ou da perversidade declarada.

O modo como a mente funciona também pode ser comparado à atitude de um ator solo em uma peça, pois a mesma e única mente assume diferentes formas e desempenha diversos papéis, dependendo das necessidades nas várias situações.

No princípio de tudo, Deus era um só. Surgiu n'Ele o pensamento: "Eu sou Um; que Eu me torne Muitos" e, desse modo, o Uno tornou-se os muitos. No entanto, apesar dos muitos, a unidade ainda persiste intocada pela diversidade. Assim, tanto pela unidade na diversidade como pela diversidade na unidade, os pensamentos<sup>34</sup> são os únicos responsáveis. Aquilo de que se necessita é regular os pensamentos da maneira correta. Tão logo surja um pensamento, não devemos nos lançar à ação, mas sim sujeitar o pensamento à avaliação do intelecto, para termos uma decisão correta antes de implementar aquele pensamento. Mas, atualmente, muitas pessoas têm a tendência de se apressar em colocar seus pensamentos em ação sem qualquer reflexão dessa natureza. Esta é a razão para o adágio: "A pressa causa desperdício; o desperdício traz preocupação; então, não se apresse."<sup>35</sup> Concluindo, só a ação executada depois de deliberada reflexão resulta em paz.

As pessoas falam de paz mundial. No entanto, como podem garantir a paz no mundo? Aqui está a fórmula:

*"Se houver retidão no coração, haverá beleza no caráter;  
se houver beleza no caráter, haverá harmonia no lar;  
se houver harmonia no lar, haverá ordem na nação;  
se houver ordem na nação, haverá paz no mundo".*

Portanto, pode-se ver que o primeiro elo na corrente que leva à paz mundial é a retidão, o *Dharma*, que é um sinônimo para ação correta. Mas o pré-requisito para a ação correta é o pensamento correto. Em outras palavras, a paz deve começar com o indivíduo e, gradualmente, espalhar-se cada vez mais, seguindo a linha: do lar ou da família para a cidade; daí para a nação, etc, até que, finalmente, envolva o mundo inteiro.

Vocês cantam "paz, paz, paz"<sup>36</sup> três vezes após a meditação, os bhajans, etc. Porém, a mera recitação não garante que alcancem a paz. A repetição tríplice significa que o homem precisa de três tipos de paz:

*Adhi bhautika* – a paz que não é perturbada por outros seres;

*Adhi átmica* – a paz que não é perturbada pelo próprio corpo e mente;

*Adhi daivika* – a paz que não é perturbada pelas forças além do controle humano.

Entre as três, a *Adhi daivika* necessita da Graça Divina, que só pode ser conquistada pela absoluta rendição a Deus. Esse conceito de "rendição a Deus" é frequentemente mal entendido. Rendição não significa o abandono de todas as atividades, pensando de forma insensata que "Deus fará o que for necessário por mim, porque eu entreguei tudo a Ele". Isso seria pura preguiça. É o mesmo que sentar-se

---

34 *Samkalpa* : concepção, ideia ou noção formada na mente

35 Trocadilho em inglês: "Haste makes waste; waste makes worry, so, don't be in a hurry".

36 É a invocação "Santhi, Santhi, Santhi", precedida do "Om", que se costuma entoar no encerramento de qualquer atividade pelos devotos.

diante de um prato de comida e esperar que sua fome seja saciada sem comer. Por outro lado, o significado correto de renúncia é empregar suas faculdades e energia, concedidas por Deus, para executar seu trabalho legítimo, dedicando todas as suas atividades a Deus, sem a sensação falsa de ser o autor da ação e sem a preocupação indevida pelos resultados de suas ações.

*Estudantes!*

Se vocês desejam ter bons pensamentos, devem recorrer ao caminho espiritual. O ponto de partida para o caminho espiritual está nas companhias sagradas – *satsang*.

Os pensamentos são contagiosos. Por isso se diz: “Diz-me com quem andas, e eu te direi quem és”. Vocês devem, portanto, afastar-se escrupulosamente das más companhias. Sri Shankara<sup>37</sup> exaltou o valor das companhias sagradas por meio de palavras luminosas como as seguintes: “A companhia dos sábios conduz ao desapego; o desapego leva à destruição da ilusão; a destruição da ilusão conduz ao estado de estabilização na sabedoria; e da estabilização na sabedoria vem a liberação da alma” Portanto, o ponto essencial que precisam recordar é que só as boas companhias provocarão bons pensamentos em vocês.

*Estudantes!*

Cultivem e desenvolvam somente pensamentos sagrados e, dessa maneira, santifiquem suas vidas. Tornem-se homens ideais, para que os outros possam também beneficiar-se ao seguirem seus exemplos. As más companhias, maus pensamentos e os modos de vida sensuais podem dar-lhes prazeres momentâneos, mas, em seguida, os afogarão em misérias indizíveis e ruína total. Lembrem-se de que vocês não podem colher senão aquilo que plantaram. Quando nascem do ventre de suas mães, seus pescoços não estão enfeitados com guirlandas de flores ou colares de ouro, pérolas ou diamantes; entretanto, estejam certos de que seu pescoço carrega uma invisível e pesada guirlanda concedida por Brahma, o Criador: a guirlanda dos frutos das boas e más ações praticadas por vocês em vidas anteriores.

Deixem-me concluir com uma palavra sobre gratidão. Por falta de gratidão, o homem está-se degradando a um nível mais baixo até do que o dos animais. Vocês dizem “obrigado” a alguém que pega e devolve o seu lenço, que acidentalmente deixaram cair no chão. Mas é estranho e surpreendente que vocês jamais pensem em agradecer a Deus por todas as coisas preciosas que Ele graciosamente concedeu a vocês! Ele os colocou nesse vasto e maravilhoso Universo, providenciando ar puro para respirarem, águas cristalinas para beberem, a Mãe Terra para viverem nela e assim por diante. Resumindo, se não fosse pelos cinco grandes elementos criados por Ele, vocês não poderiam viver um momento sequer. Portanto, há pecado maior do que se esquecer de agradecer a um Deus assim, todo-misericordioso?

Vocês compram um lote de terreno com seu próprio dinheiro e constroem ali uma casa, também com seu dinheiro. Porém, o governo cobra impostos de vocês para custear o fornecimento de água e eletricidade e, é claro, cobra taxas adicionais para cada um desses serviços. Entretanto, deixem-me dizer-lhes: que taxas estão pagando a Deus por fornecer-lhes serviços como o Sol, que ilumina o mundo inteiro; o vento, que refresca todos os seres viventes; a chuva torrencial, que não só refrigera a Terra, mas também sustenta a vida, e assim por diante? Não dar atenção a essas coisas indica não apenas ingratidão da parte do homem, mas também que a inércia – a *guna tamas* – está poluindo sua mente.

---

37 Filósofo contemporâneo da era medieval no Ocidente (700 ou 800 DC); interpretou as Escrituras Hindus criando uma filosofia e método de investigação denominados *Vedanta*.

## 7- AS PERAMBULAÇÕES DA MENTE

*Onde quer que se esteja, a mente é o que importa;  
nem o lar nem a floresta poderão conceder a liberação.  
É indiferente estar num templo ou na floresta  
enquanto a mente não estiver adequada.*

Queridos Estudantes!

“O Universo é como o reflexo de uma cidade em um espelho” declarou Dakshinamurthi<sup>38</sup>. A principal coisa que o homem precisa alcançar é a purificação e a aniquilação final do “Instrumento Interno”<sup>39</sup>, e não as “Quatro Metas da Vida”<sup>40</sup>, ou seja: Retidão, Riqueza, Satisfação dos Desejos e Liberação. O mundo inteiro, juntamente com suas alegrias e tristezas, vícios e virtudes, verdade e falsidade, justiça e injustiça, etc, está todo contido na mente.

A mente é como um espelho limpo. Não tem poder próprio para experimentar diretamente os objetos, exceto quando conectada aos órgãos dos sentidos. Por exemplo, só pode ver pelos olhos e escutar pelos ouvidos, mas é incapaz de ver ou ouvir por si mesma, de forma independente. Por causa disso, as transgressões cometidas pelos sentidos são refletidas no espelho da mente. Nenhuma culpa cabe à mente em si. É a associação com os caprichosos sentidos que polui a mente. Conforme as Escrituras, a mente está sujeita a três tipos de poluição: *mala*, *vikshepa* e *avarana*.

O que é *mala*? O homem comete muitas transgressões, consciente ou inconscientemente e, não somente nesta vida, mas também nas vidas anteriores. A impressão dessas ações é transportada pela memória – *chitta* – vida após vida, como a poeira que se acumula sobre a superfície de um espelho, dia após dia. Assim, o espelho da mente humana é coberto por essa sujeira, que é tecnicamente denominada “*mala*”. Por conta disso, o homem perde a capacidade de ver claramente o reflexo de sua real identidade no seu espelho mental. Daí, é necessário limpar o espelho das impurezas que o cobrem. Essa limpeza é feita por meio da regularização dos hábitos alimentares e outros hábitos de vida, inclusive a recreação. Os jovens estudantes, de modo particular, deveriam estritamente evitar a ingestão de comidas impuras. A pureza deve ser assegurada no que diz respeito aos recipientes usados para o preparo do alimento, aos gêneros alimentícios em si e, em terceiro lugar, ao próprio processo de cozinhar. A esse respeito, um ponto importante que é frequentemente desprezado é o fato de que muitas das doenças que fazem as pessoas sofrer atualmente se devem ao consumo de alimentos obtidos por meios desonestos, bem como poluídas pelas más vibrações de cozinheiros de caráter questionável. É extremamente difícil, senão de todo impossível, especialmente no contexto moderno, garantir pureza em todos esses aspectos, o tempo todo. Para superar essas dificuldades práticas, a saída sugerida pelas Escrituras é oferecer o alimento a Deus antes de ingeri-lo, considerando-o, sinceramente, como uma dádiva divina.

A questão “onde está Deus?” é respondida pelo Verso 14 do Capítulo 15 da *Gita*: “Aham Vaishvanaro Bhutva...”, que declara que o Senhor vive em cada indivíduo como *Vaishvanara*, o fogo digestivo que consome os diferentes tipos de alimento ingeridos. Se vocês comerem sem antes oferecer o alimento a Deus, serão afetados por todas as impurezas e defeitos presentes nele. Ao contrário, se oferecem a comida ao Senhor antes de comer, como sugerido no Verso 24 do Capítulo 4 da *Gita*: “Brahma Arpanam...”, o alimento se torna *prashada* – dádiva de Deus – e, conseqüentemente, todas as impurezas da comida serão, assim, eliminadas.

Isso auxilia o processo de limpeza gradual da mente da impureza ou sujeira denominada *mala*. Deve-se considerar, entretanto, que a completa remoção de *mala* não pode ser realizada em um dia ou um mês. Isso requer prática persistente e prolongada. Para converter ouro bruto em metal puro, é necessário derretê-lo repetidamente e retirar as impurezas. Do mesmo modo, a impureza mental do homem denominada *mala* só pode ser eliminada pela prática constante, por determinado período de tempo.

A segunda distorção da mente, denominada *vikshepa*, é devida à constante ondulação da mente, que se assemelha aos movimentos de um objeto refletido em um espelho que está constantemente vibrando ou balançando. Para controlar essa instabilidade, devem-se realizar várias práticas espirituais, como meditação, oração e os nove tipos de devoção mencionados nas Escrituras, que são:

- *Shravanam* – escutar as histórias do Senhor, de seus Jogos e Milagres Divinos;
- *Kirtanam* – cantar Suas Glórias;

---

38 Santo do sul da Índia

39 *Antahkarana* – o nome dado à mente com todas as suas funções

40 *Purusharthas* – ver nota 1

- *Smaranam* – recordar-se do Senhor;
- *Pada Sevanam* – servir aos Pés de Lótus;
- *Archanam* – adoração;
- *Vandanam* – louvor;
- *Dasyam* – cultivar uma relação de servidor, com Deus como Mestre;
- *Sakhyam* – cultivar companheirismo com o Senhor;
- *Atma Nivedanam* – oferecer-se ao Senhor, numa autoentrega.

Se os jovens estudantes de hoje, que serão os líderes da Índia amanhã, não puderem controlar a instabilidade de suas mentes e livrá-la das impurezas acumuladas, a futura administração e a política do país não poderão ser outra coisa, senão impuras e corruptas, o que é deplorável. Os estudantes devem perceber que a educação é para viverem a vida e não para ganhar o seu sustento. Eles deveriam empenhar-se até o limite de suas forças para conquistar estabilidade mental, que é um pré-requisito da concentração. Para isso, vocês devem *submeter o corpo, corrigir os sentidos e extinguir a mente*<sup>41</sup>. Esse é o processo para alcançar a imortalidade. Se desejam ser senhores em vez de escravos, devem manter seu corpo, sentidos e mente sob seu controle.

Por que razão o país está, atualmente, dilacerado pela discórdia, indisciplina, violência e caos? A causa está em as pessoas, tanto jovens quanto idosas, estarem preocupadas com as coisas materiais, exteriores, ignorando totalmente o espírito interior. Todo o sistema educacional está crivado de egoísmo. As pessoas educadas desejam acumular riqueza rapidamente e por quaisquer meios, lícitos ou ilícitos, por bem ou por mal. E essa mesma motivação impele muitos estudantes a viajar para o estrangeiro em busca de dinheiro para seus objetivos egoístas, sem qualquer consideração por seus pais ou por sua terra natal. Esses intelectuais egocêntricos, que sofrem da febre de ir ao exterior, deveriam recordar a declaração das Escrituras que diz que “a mãe e a pátria são superiores até mesmo ao paraíso”. Deveriam desistir de sua obsessão por ganhar dinheiro e reconhecer que a verdadeira riqueza consiste em uma vida virtuosa, amando e servindo sua terra natal. Seu dever primordial é demonstrar gratidão a seus pais, a quem devem tudo, inclusive seu alimento, sangue e mente. Devem cuidar deles, especialmente em sua velhice. Se cumprirem corretamente seus deveres, vivendo segundo essas diretrizes, que ampliam e purificam seus corações e mentes, estas últimas estarão automaticamente livres da distorção chamada *vikshepa*, permitindo que conquistem estabilidade e concentração mental, sem a necessidade de quaisquer outras disciplinas espirituais.

Agora, chegamos à terceira distorção da mente: *avarana*. Pode ser comparada a um tecido grosso cobrindo o espelho da mente humana, que impede por completo qualquer reflexo da imagem do *Ser*. Então, enquanto *mala* impede a visão da imagem correta e clara do *Ser* e *vikshepa* provoca uma visão trêmula do *Ser*, *avarana* esconde completamente a Realidade e faz com que o indivíduo cometa o erro de se identificar com o corpo.

Estudantes!

Reconheçam que aquilo que vocês experimentam como sendo o mundo real, nada mais é do que “reação”, “ressonância” e “reflexo” do seu *Ser Real*. Surge então a questão: “Que é exatamente esse pano grosso que cobre o espelho da mente?” Ele é tecido com os seis inimigos internos do homem: desejo, raiva, cobiça, apego, orgulho e inveja, ou ciúme. Dos seis, o orgulho pode ser considerado o pior. Ele pode aparecer de oito maneiras diferentes: orgulho do dinheiro, do saber, da raça, das posses, da beleza, da juventude, da posição social (autoridade), e orgulho das “austeridades” praticadas (*tapas*) – o orgulho espiritual. Ponderem sobre dois fatos e serão capazes de superar esse inimigo chamado orgulho.

Primeiro: se observarem à sua volta em vez de se comportarem como sapos dentro de um poço, descobrirão que, para cada um desses oito itens capazes de lhes despertar orgulho, sempre haverá muitas pessoas superiores a vocês. Segundo: todos esses itens – dinheiro, autoridade, juventude, etc. são totalmente passageiros. Por isso, livrem-se do orgulho e dos outros cinco inimigos incluídos na lista acima, se desejam remover o *avarana* que cobre seus espelhos mentais. O melhor meio para remover esse pano grosso é desenvolver amor por todos. O Amor é Deus. Vivam em Amor.

O amor é o único vínculo que pode unir a todos e permitir-nos o reconhecimento da Realidade única que está por trás de toda essa aparente diversidade. Uma ilustração simples tornará claro este ponto.

---

41 Frase de efeito em inglês: “bend the body, mend de senses and end the mind”.

Suponham uma lâmpada. Cubram-na com um vaso que tenha vários furos. Embora a luz seja uma só, você a enxerga através de todos os buracos, dando a impressão de que existem várias luzes. Agora, cubram o vaso com um pano grosso. Não verão luz alguma. Removam o pano e verão novamente as várias luzes. Agora, quebrem ou removam o vaso e verão a lâmpada única e real.

Assim se passa com o *Atma* que está dentro de vocês, coberto pelo corpo, o qual possui nove buracos por meio dos quais se percebem a multiplicidade e a diversidade do mundo. Esse corpo de nove orifícios foi coberto por vocês com o grosso pano tecido com os fios e fibras do “eu” (sentimento de ego) e do “meu” (sentimento de posse). Quando removerem o pano feito de “eu” e “meu” e se livrarem da identificação equivocada com o corpo, o *avarana* desaparecerá da mente, permitindo que vejam a *luz do seu Ser Real – o Atma Jyothi* –, a única luz que dispersa a escuridão da multiplicidade ilusória.

A mente, o intelecto, a memória e o ego constituem, juntos, o Instrumento Interno – o *antahkarana* –, que é sem forma. Porém os instrumentos externos – os órgãos dos sentidos – que são os meios pelos quais o *antahkarana* percebe o mundo material, têm forma. O Instrumento Interno está sujeito a quatro tipos de defeitos: *ilusão, dano ou perigo, fraqueza dos instrumentos e ciúme*. Esses quatro defeitos resultam no mau funcionamento do *antahkarana*.

Ilusão refere-se ao estado mental em que uma pessoa, por exemplo, confunde uma corda com uma cobra e vice-versa. Em outras palavras, o indivíduo considera real aquilo que é irreal, e considera como ilusão aquilo que é real. O temporário é confundido com o permanente, e o permanente é considerado transitório.

Essas ilusões invariavelmente conduzem a acidentes ou situações perigosas, que constituem o segundo tipo de defeito mencionado. Se você segurar uma cobra pensando que é uma corda, certamente estará em perigo. O homem, atualmente, considera o corpo como algo real, sem saber que ele é tão ilusório quanto uma bolha d’água, pronto a explodir a qualquer momento, em qualquer lugar.

Estudantes!

Considerem cuidadosamente este ponto: se são os órgãos dos sentidos que permitem ao homem ver, ouvir, falar e assim por diante, como é que, mesmo que todos eles estejam intactos em um cadáver, este seja incapaz de ver, ouvir, falar, etc.? É porque o poder que anima os órgãos não está presente. O corpo pode ser comparado a uma lanterna elétrica. Os olhos são como lâmpadas. O intelecto é o interruptor. Se, com todas essas partes, você não consegue obter luz, qual seria a razão? Obviamente, estão faltando as pilhas. As células do sangue no nosso corpo são como as pilhas de uma lanterna. Elas transportam a Energia Divina. As células sanguíneas podem estar presentes, mas, se o poder divino as tiver abandonado, elas não mais poderão fazer os sentidos funcionarem. Então, fica claro que, na presença do poder divino, o corpo pode realizar maravilhas; na sua ausência, o corpo não só se torna inerte, mas também se decompõe e apodrece.

Certa vez, um estudioso de *Vedanta* veio a Mim e perguntou: “Swami! Shankaracharya disse que só Brahman é real e que o mundo é ilusório. Porém, estamos percebendo diretamente o mundo como algo substancial e derivamos várias experiências dele. Como podemos negar a sua existência?” Eu respondi: “Meu querido! Deixe ao próprio mundo a questão de sua realidade ou irrealidade; primeiramente, descubra se você é real ou irreal”. Como aquele estudioso, os estudantes de hoje em dia querem aprender tudo sobre tudo, menos sobre sua própria realidade. Vocês parecem estar mais preocupados com o “novo” que vem de fora do que com o estorvo interior. Primeiro livrem-se desse estorvo que é a sua ignorância; reconheçam sua verdadeira natureza. Reformem-se em primeiro lugar, antes de pensar em reformar os outros. De outra maneira, sua *ilusão* os colocará em *perigo*.

O terceiro defeito do instrumento interior, chamado de *debilidade dos instrumentos*, afeta tanto o próprio instrumento interno quanto os órgãos dos sentidos – os instrumentos exteriores. Uma pequena história ilustra a fraqueza do instrumento interno. Havia um rico fazendeiro em um vilarejo. Ele era o líder incontestável daquela comunidade. Havia outro fazendeiro, de classe média, no mesmo vilarejo. Certo dia, o gado pertencente aos dois fazendeiros estava pastando junto, quando, de repente, aconteceu uma luta feroz entre dois touros, um deles pertencente ao fazendeiro rico e o outro, ao fazendeiro de classe média. Durante a luta, o touro do homem rico morreu em consequência de ferimentos em alguns órgãos vitais. Agora, o fazendeiro de classe média, que assistia a tudo, ficou muito preocupado. Correu para a vila a fim de informar ao fazendeiro rico sobre o acidente fatal com seu touro. Entretanto, devido ao seu extremo nervosismo e confusão mental, ele, tremendo de medo, inverteu a história, dizendo ao homem rico que o touro dele havia matado o outro, que lhe pertencia, e não o contrário. O fazendeiro rico recebeu a notícia com muita calma e consolou o pequeno fazendeiro dizendo que, quando seres humanos dotados de inteligência se matam a torto e a direito, não era de se admirar que o seu touro houvesse matado o touro do outro, uma vez que se tratava de animais irracionais. Nesse momento, o

fazendeiro pobre percebeu o engano que havia cometido no seu relato e disse ao rico: “Respeitável senhor, eu cometi um engano, sem querer, dando uma versão incorreta do incidente. Sinto muito informar que foi o meu touro que matou o seu”. Ao ouvir aquilo, o homem rico não coube em si de tanta raiva. Repreendeu o pequeno fazendeiro e lhe cobrou quinhentas rúpias pelo prejuízo.

Essa história revela a “debilidade do instrumento interno” do fazendeiro rico que, obviamente exibiu um comportamento inconsistente, baseado no seu sentimento de *posse* e *egoísmo* em relação ao *outro*.

Agora, vamos considerar alguns exemplos de “debilidade dos instrumentos” relativos aos instrumentos externos – os órgãos dos sentidos. Quando uma pessoa está com febre por causa de malária, mesmo os doces mais gostosos terão gosto amargo. Isto se deve à língua estar alterada pela doença e não por alguma defeito no doce. Do mesmo modo, um olho com icterícia verá tudo amarelo, não importando se a cor real é branca, vermelha, preta, etc. Deve-se observar que as doenças dos instrumentos externos têm efeito adverso nos instrumentos internos por causa da relação entre eles. Em todos os casos, o efeito geral da “debilidade dos instrumentos” é debilitar a natureza humana.

A quarta deficiência do instrumento interno é o ciúme ou inveja. É uma das piores qualidades do homem, quando ele não consegue tolerar a prosperidade ou felicidade alheia. Não há cura para essa doença. Sinta-se feliz quando outros estiverem felizes. Não dê espaço à inveja. Desenvolva sentimentos fraternos para com seus companheiros de estudos. Alegre-se com as conquistas curriculares e extracurriculares deles, sem qualquer sentimento de inveja. A razão para o surgimento da inveja é o egoísmo, que está espalhado hoje em dia entre os estudantes e nas pessoas em geral. Por exemplo, os jovens saudáveis correm e ocupam os primeiros assentos dos ônibus, chegando até a empurrar os idosos, as mulheres e crianças que estão de pé no corredor. Por que não cedem a vez para essas pessoas? Mesmo que não consigam entrar no ônibus, são capazes de caminhar dois ou três quilômetros, com o duplo benefício de economizar o dinheiro da passagem e oferecer ao corpo o necessário exercício.

Estudantes!

Tudo que precisam fazer para alcançar a pureza de pensamento, palavra e ato é seguir essas cinco máximas:

*Não pensem no mal; pensem no que é bom.  
Não vejam o mal; vejam o que é bom.  
Não deem ouvidos ao mal; escutem o que é bom.  
Não falem o mal: falem sobre o que é bom.  
Não façam o mal: façam o que é bom.*

Quando seguirem esses cinco preceitos como se fosse o seu próprio alento vital, serão capazes de superar os quatro defeitos do instrumento interno e conquistar pureza na mente e nos outros três componentes do seu Instrumento Interior. Desse modo, experimentarão uma bem-aventurança indescritível.

Estudantes!

Vocês sabem que a água é armazenada em cisternas durante a estação chuvosa para ser usada depois, durante o verão, na irrigação das plantações. Do mesmo modo, a partir deste momento, devem cultivar o controle do corpo, dos sentidos e do Instrumento Interno, porque agora possuem o vigor e a vitalidade da juventude. Conquistem agora a Graça de Deus em abundância, pois este é o momento oportuno. Ela lhes será útil no futuro que, assim, será brilhante, seguro e próspero. Lembrem-se também de que Deus jamais se esquece ou abandona os seus devotos; são os devotos que se esquecem e se afastam de Deus.

Estudantes!

O corpo, a mente e os sentidos são como torneiras, e o intelecto é como uma caixa d’água. A água que sai das torneiras é igual àquela que está na caixa d’água. Então, nos dias que virão, discutiremos a respeito dessa importante faculdade que é o intelecto.



## 8- INTELECTO: O CONDUTOR DA CARRUAGEM

*Pureza mental é o caminho para o progresso  
Pureza mental é um grande poder;  
Uma mente pura é como uma preciosa pérola no mar;  
Jamais se esqueçam dessas sábias palavras*

*Não vejam o mal, não falem o mal;  
Não escutem o mal – em nenhum lugar ou circunstância.  
Recordem sempre a imagem dos três macaquinhos.  
Eu lhes digo a Verdade!*

Vocês ouviram anteriormente que, de acordo com as “Upanishads”, o corpo humano é uma carruagem, os órgãos dos sentidos são os cavalos, e a mente corresponde às rédeas. No entanto, não importa o quanto a carruagem seja bela, quão dignos de confiança sejam os cavalos, quão firmes e seguras sejam as rédeas, tudo isso será inútil se não houver um cocheiro. Da mesma forma, por mais eficientes que sejam o corpo, os sentidos e a mente, de nada servem sem o seu condutor, que é o intelecto, também denominado *buddhi*.

Na jornada da vida, o intelecto é de suprema importância. Ele é chamado de *nischaya-atmika buddhi*<sup>42</sup>, e isso significa que o intelecto tem a capacidade de tomar decisões. No dia a dia da vida, costumam surgir muitas dificuldades, problemas e perturbações. Para superar tudo isso, o *buddhi* é o nosso porto seguro. Sem sua intervenção, nenhum problema poderia ser solucionado. *Samshayatma vinashyati*, diz a “Gita”, que significa que um homem cheio de dúvidas perecerá. Uma vez que o *buddhi* destrói as dúvidas, a “Gita” afirma: “O intelecto pode perceber aquilo que está além do alcance dos sentidos”.

A “Bhagavad Gita” estabeleceu duas margens para canalizar sua mensagem. Na falta desses limites, o rio da vida estará sujeito a muitos problemas, dificuldades e perigos. As duas margens são simbolizadas por dois mantras. Um deles é: *shradhavan labhate jñanam* – “o homem que tem fé alcança a suprema sabedoria”. O outro é: *samshayatma vinashyati* – “o homem cheio de dúvidas perecerá”. Quando o rio da vida flui limitado pelas margens desses dois mantras, seu fluir é abençoado com paz e felicidade e, no final, alcança o oceano da Divina Graça, que é seu destino.

Voz Interior – *antarvani* – é outro nome para o intelecto. O homem é guiado por essa voz interna na condução de sua vida. Sempre que surgem problemas, aguarda as diretrizes da voz interior. Se não obtém respostas satisfatórias de sua voz interior, o homem não alcança satisfação em sua vida. Em outras palavras, sua satisfação com o mundo exterior depende de sua satisfação com seu mundo interno, representado pela voz interior. Às vezes vocês escutam as pessoas dizerem: “Minha consciência não está satisfeita” ou “minha consciência não aprova tal coisa”. Aqui, “consciência” se refere à voz interna. Então, quando vocês são aconselhados a “seguir o Mestre”, o mestre em questão é sua consciência. Só quando seguem os ditames de sua consciência, podem alcançar o destino certo.

Costuma-se também atribuir o nome *vijñana* ao intelecto. Isso não é correto, porque *vijñana* significa o assim chamado conhecimento científico ou mundano, que ajuda o homem a descobrir fatos relativos ao mundo objetivo ou material. *Buddhi*, por sua vez, relaciona-se ao reino sutil do mundo interior. Por isso, o seu papel deve ser corretamente compreendido.

Veja por outra, o *buddhi* apresenta a tendência de ser coberto pelo sentimento de ego – *ahamkara*. Nesse contexto, é preciso recordar que os sentidos são mais sutis que o corpo, a mente é mais sutil que os sentidos e o *buddhi* é ainda mais sutil que a mente. O *Atma*, certamente, é o mais sutil de todos. À luz deste fato, quando dizemos que o *ahamkara* é capaz de envolver *buddhi*, isso significa que o *ahamkara* é mais sutil que o *buddhi*. Então, o sentimento de ego, sendo extremamente sutil, permeia tudo e todas as nossas ações. Esta é a razão pela qual o homem é incapaz de transcender *ahamkara* e experimentar o Ser – o *Atma*.

Certa vez, um rei convocou uma assembleia de grandes estudiosos para comparecer a sua corte. Ele colocou a seguinte questão à apreciação deles: “Todos vocês são distintos eruditos, versados nas

Escrituras. Podem dizer-me quantos entre vocês são capazes de alcançar a liberação?” Apesar de todo o conhecimento acadêmico deles, nenhum dos sábios teve a coragem de levantar-se e dar uma resposta afirmativa. Toda a assembleia estava atordoada e silenciosa. Naquele instante, um homem comum, do público presente, levantou-se e disse corajosamente, em Télugo: “*nenu pothe povachunu*”, que tem dois significados. O primeiro: “é possível que eu chegue à liberação”; e o segundo: “se o *eu* se for, é possível chegar à liberação”. O segundo significado não ocorreu a nenhum dos eruditos, e esses, considerando apenas o primeiro, sentiram-se ultrajados pela audácia daquela pessoa sem educação, que aparentava total ignorância das Escrituras e não ser praticante de nenhuma disciplina espiritual. Quando os eruditos começaram a murmurar entre si, o rei perguntou àquele cidadão comum: “Em que bases você faz a sua afirmação? Parece-me que ela é uma afronta a todos os sábios aqui presentes”. O homem polidamente respondeu: “Excelência! Por favor, perdoe-me. O significado da minha declaração é: “Se o *eu* desaparecer, a liberação poderá ser atingida. Tenho certeza de que ninguém teria objeção a essa minha declaração”.

A moral dessa história é que *ahamkara*, que encobre o *buddhi* e leva o indivíduo à enganosa identificação do corpo com o *Ser*, deve ser removido para que se possa reconhecer o *Atma*.

O *buddhi* está muito próximo do *Atma* e, por sua boa posição, recebe 90% da energia e iluminação do *Atma*. A mente deriva seu poder do *buddhi*, os sentidos fazem o mesmo com a mente, e o corpo, por sua vez, deriva sua energia dos sentidos. Nesse processo de fluxo do poder do *Atma* para o corpo em estágios, ocorre uma diminuição gradual, qualitativa e quantitativa de energia. Eis uma ilustração simples de decréscimo quantitativo. Suponham um quarto escuro que não possa receber luz solar direta. Se desejam iluminar esse quarto, podem fazê-lo segurando um espelho de modo a dirigir os raios solares para o interior do aposento. Entretanto, comparados com os raios diretos do sol, aqueles refletidos no espelho serão muito menos poderosos, e a luz refletida dentro do quarto será muito mais fraca.

A respeito da diminuição de qualidade, vamos considerar o exemplo do rio. Na nascente, a água é cristalina e pura. Mas, à medida que os vários riachos e tributários juntam-se ao curso do rio e à medida que vai seguindo seu caminho, ele vai tornando-se cada vez mais poluído em consequência de sua utilização pelas pessoas. De modo similar, a pureza do *Atma* torna-se gradualmente contaminada à medida que atravessa o *buddhi*, a mente, os sentidos e, finalmente, chega ao corpo. Entretanto, é possível, por meio de esforços, minimizar essa deterioração quantitativa e qualitativa, santificando e purificando o *buddhi* e facilitando a sua influência direta sobre o corpo.

Na *Taittiriya Upanishad*, que é uma das dez “Upanishads” mais importantes, o *buddhi* é descrito como um pássaro. Sua cabeça é a *fé*, a asa direita é *ritam* – a harmonia interior –, e a esquerda é *satyam* – a verdade. O corpo é o “Grande Princípio”<sup>43</sup>, e a cauda é *yoga*. O intelecto, em sua forma completa, tem cinco elementos constituintes e é extremamente poderoso.

Certo dia, o rei Vikramaditya<sup>44</sup> reuniu uma assembleia de grandes eruditos e perguntou a opinião deles sobre o que seria mais importante: a *fé*, a inteligência ou o discernimento<sup>45</sup>. Os eruditos deram diferentes respostas, mas, afinal, chegaram ao consenso de que o talento era o mais importante. Desapontado com essa conclusão, o rei disse: “Ó reverenda assembleia! Sem *fé* e firmeza, a inteligência é inútil<sup>46</sup>”.

Em outras palavras, seria fútil da parte do homem depender somente de seus talentos e de sua esperteza para viver uma vida digna. Ele deve desenvolver *fé* e entusiasmo, juntamente com perseverança e firme determinação. Só assim será capaz de realizar grandes coisas na vida. A *fé* é de importância fundamental. Sem ela, nada se pode realizar. Se tiverem uma pequena fagulha, podem avivá-la e criar com ela uma grande labareda, desde que tenham *fé*. Se lhes falta convicção, deixarão apagar até um grande incêndio. É também por meio da *fé* que podem converter uma semente minúscula em uma grande árvore. É fora de dúvida que o homem de hoje em dia tem *fé*, mas apenas na aquisição do fruto e não no trabalho necessário para a sua obtenção. Ele não tem espírito de trabalho. Os avanços na ciência e tecnologia tornaram-no um amante do conforto e da facilidade, sem interesse pelo trabalho duro.

Não há nada de errado na ciência em si; é seu uso impróprio que conduz o homem à perdição. O que se precisa hoje em dia é prestar atenção ao amor e ao desenvolvimento espiritual, juntamente com o progresso científico. A diferença entre a ciência e a espiritualidade pode ser resumida de forma vívida pelas duas equações simples que se seguem:

---

43 A expressão usada foi *Mahat Tatwa*. Mais adiante Baba explica esse conceito.

44 Rei indiano que viveu entre 102 AC e 15 DC, na região de Ujjain, Índia Central.

45 Os termos originalmente foram *shraddha*, *medha* e *buddhi*.

46 O rei faz uso de um trocadilho: *astha*, em sânscrito significa tanto assembleia como *fé*.

17. *Espiritualidade = espírito do amor*

18. *Ciência = fracionamento do amor*<sup>47</sup>

Uma vez que os objetos que proporcionam prazer são transitórios e que o corpo que desfruta do prazer também é temporário, é ilógico ter a expectativa de que as conveniências e confortos oferecidos pela ciência proporcionem felicidade permanente! Se desejam felicidade permanente, devem purificar seu *antahkarana*<sup>48</sup> e desenvolver amor universal, seguindo o caminho espiritual.

Hoje em dia, testemunhamos mudanças rápidas e radicais em praticamente todos os campos da vida: político, econômico, social, científico, etc. Entretanto, não há transformação mental, ética e espiritual. Isso acontece porque não há esforços no sentido de compreender a natureza e o papel da mente humana. O alimento consumido pelo homem é a fonte da qual a sua mente obtém sua origem, sustento e desenvolvimento. Após a digestão, a parte mais densa do alimento é eliminada pela excreção; a parte sutil se torna carne e sangue, enquanto a parte ainda mais sutil assume a forma da mente. Assim, a natureza da mente depende da qualidade e quantidade de alimento consumido. Enquanto que o corpo denso, ou “envoltório do alimento” – *annamaya kosha* –, é derivado principalmente dos alimentos sólidos, a parte mais sutil da água que bebemos contribui para a formação do “envoltório vital” – *pranamaya kosha*. A parte mais densa da água é eliminada como urina. O envoltório do alimento e o envoltório vital são as bases para os outros três envoltórios: o “envoltório mental” – *manomaya kosha* –, o “envoltório intelectual” – *vijñanamaya kosha* –, e o “envoltório da bem-aventurança” – *anandamaya kosha*. Isto demonstra a importância primordial da comida e bebida na formação e desenvolvimento da personalidade humana.

Falamos anteriormente sobre a necessidade urgente de livrar o *buddhi* do sentimento de ego – *ahamkara* –, que o obscurece frequentemente. Devem compreender a diferença entre *ahamkara* – o ego, e *Atma* – o Ser. O *Atma* é o pai do *ahamkara*, avô da mente ou dos pensamentos e bisavô da voz ou poder da fala – *vaak*.

Dessa maneira, o *Atma*, o ego, a mente e a voz são, todos, membros da mesma família. O ego é algo que vem e vai, enquanto que com respeito ao *Atma* não há idas e vindas. Normalmente, a palavra em sânscrito *ahamkara* é traduzida como “ego”. Ambas as palavras significam, em linguagem comum, autoestima ou orgulho derivados da ilusão a respeito da própria riqueza, erudição, etc. Esse é um emprego incorreto para essas palavras. Seu sentido correto é a enganosa identificação do indivíduo com o seu corpo. Nem todos sentem orgulho de sua riqueza ou conhecimento, mas todos são vítimas de *ahamkara*, no sentido de se considerarem como sendo o corpo. É o *ahamkara* que encobre o *buddhi* e o faz perder-se no caminho incorreto. Portanto, para o *buddhi* desenvolver fé (*shraddha*), devemos primeiro nos livrar de *ahamkara*.

Como mencionei antes, *ritam* é a asa direita do pássaro *buddhi*. Na terminologia do Vedanta, *ritam* e *satyam* têm sido considerados como sinônimos. Entretanto, há uma diferença entre os dois termos. *Satyam* significa colocar suas palavras em ação e relatar fielmente aquilo que você fez. *Ritam*, por sua vez, tem uma conotação mais ampla, significando pureza, harmonia e unidade de pensamento, palavra e ação. Podemos dizer também que *satyam* está mais relacionado com o mundo exterior, enquanto que *ritam* relaciona-se mais com o mundo interno da mente e suas modificações. Diz-se que *satyam* transcende o tempo (passado, presente e futuro), enquanto que *ritam* transcende o tempo e o espaço.

*Yoga* é a cauda do pássaro *buddhi*. Esta cauda é necessária para manter o equilíbrio entre as duas asas de *satyam* e *ritam*, do mesmo modo que a cauda de um avião serve ao propósito de equilibrar as duas asas da aeronave. *Yoga* aqui não deve ser confundida com as posturas – *asanas* – e exercícios físicos diversos. *Yoga* aqui significa o controle da mente e dos sentidos.

Temos então o “Grande Princípio”, que é o corpo do pássaro *buddhi*. Esse princípio significa a realização da máxima “Tu és Aquilo”<sup>49</sup>, a grande declaração contida nas “Upanishads”. Em outras palavras, é a experiência do próprio Eu real como Ser – *Consciência* – *Bem-aventurança*.

Por essa razão, *buddhi* não deve ser confundido com a possessão de talentos mundanos, inteligência, esperteza, etc. desprovidas de autoconhecimento. Dessa maneira, o *buddhi*, constituído pela fé, harmonia interior, verdade, “Grande Princípio” e *yoga* pode ser considerado como a ressonância, o reflexo e a reação do *Atma*. Por sua vez, o Talento ou poder do conhecimento mundano corresponde ao divino poder da ilusão – *maya*.

---

47 Trocadilho em inglês: spirituality = *spirit* of love; science = *split* of love.

48 Ver nota 40.

49 *Tat Twam Asi* - grande aforismo das “Upanishads”. (cf. Sathya Sai Speaks, vol. 24, discurso 9)

Quando Rama retornou a Ayodhya, após o término de seu exílio de 14 anos nas florestas, Kaikeyi, que sentia remorso pelo terrível mal que havia feito a Rama, aproximou-se quando Ele estava sozinho e implorou: “Querido Rama! Mesmo conhecendo sua natureza divina, causei a você muitos sofrimentos desnecessários, cega pelos sentimentos estreitos de egoísmo e possessividade. Por favor, dê-me algum ensinamento espiritual para que eu possa ser absolvida do hediondo pecado que cometi contra uma pessoa tão nobre quanto você”. Em resposta ao pedido, Rama não deu nenhum ensinamento direto, mas deu-lhe algumas orientações indiretas. Isso é característico de todos os Avatares, desde a mais remota antiguidade. Raramente eles dão algum conselho direto. Tudo que desejam comunicar transmitem normalmente por meio de sugestões indiretas e só raramente pelo método direto de instrução. A razão para isso é que existe divindade intrínseca em cada ser humano, que pode ser manifestada espontaneamente se as condições favoráveis forem dadas, do mesmo modo que uma semente em boas condições pode germinar e tornar-se uma árvore devido à sua natureza intrínseca, bastando para isso que haja condições favoráveis para a manifestação de sua potencialidade.

O homem deve ter a chance de corrigir a si mesmo por seus próprios esforços, sendo-lhe simplesmente oferecidas sugestões apropriadas, em lugar de neutralizar sua liberdade e dignidade por meio de diretrizes impostas a partir do exterior. Em resumo, a melhor atitude de auxílio às pessoas, seja em assuntos mundanos, seja no campo espiritual é “ajudá-los a ajudarem a si mesmos”. “Autoajuda é a melhor ajuda”.

Seguindo essa estratégia, Sri Rama, naquela situação, disse a Kaikeyi: “Mãe! Por favor, banhe-se no sagrado Rio Sarayu e volte para obter Meu ensinamento. Entretanto, enquanto estiver tomando banho no rio, por favor observe o que acontece nas margens”. Kaikeyi seguiu com sua comitiva para o rio e retornou a Rama depois do banho. Ele perguntou: “Mãe! Diga-me agora o que observou nas margens do Sarayu”. Kaikeyi respondeu que vira algumas ovelhas e cabras pastando no gramado verde das margens, balindo “mé, mé”, como costumam fazer o tempo todo. Então, Rama lhe disse que “mé, mé” era o ensinamento para ela. Ele decifrou-o dizendo que o som das cabras e ovelhas significava: “Quem sou eu? Quem sou eu?”. Ele disse mais: quando até mesmo as ovelhas estão preocupadas com a questão “quem sou eu?”, um ser humano que não procura a resposta a essa pergunta é inferior a uma ovelha.<sup>50</sup>

Todos devem, antes de qualquer outra coisa, procurar a resposta à questão “quem sou eu?”. Sem saberem quem são, de que serve tentar saber tudo sobre os outros? Ao nascerem, vocês choraram dizendo “koham? – quem sou eu?” Não devem morrer com a mesma pergunta nos lábios. Quando morrerem, deverão ser capazes de declarar, felizes: “Soham – Eu sou Ele”. Somente desse modo poderão justificar seu nascimento humano e sentir a satisfação de haver cumprido o propósito da vida humana.

Há só um caminho para se verem livres de *ahamkara*: viverem uma vida divina. Sempre que sentirem a presença do ego, sentem-se calmamente em um canto e observem o que a sua respiração lhes está dizendo. Ela declara: “So... Ham...”

So enquanto inala, e *Ham* enquanto exala. As duas sílabas juntas constituem a palavra *Soham*, que significa “Eu sou *Brahman* – o Absoluto”. Se vocês meditarem nisso constantemente, seu sentimento de ego, caracterizado pela ideia “eu sou o corpo”, deixará de atormentá-los. Este mantra *Soham* repete-se automaticamente em cada um de vocês, 21 600 vezes por dia. Assim, “Eu sou *Brahman*” é a mensagem de sua voz interior, o tempo todo. Por ignorarem isso, todos se identificam com o nome temporário e artificial atribuído ao corpo. Se pensam em si mesmos como Ramaiah, Krishnaiah ou Senaiah<sup>51</sup>, não importa por quanto tempo se engajem em práticas espirituais, não alcançarão progresso. Continuarão a ser aquilo que têm sido, em conformidade com o nome dado ao seu corpo. *Soham* é o nome com o qual nasceram. Somente esse é o seu natural e permanente nome. É, de fato, a sua Realidade, Verdade. Reconheçam-na e experimentem o *Ser – Consciência – Bem-aventurança*.

Krishna é conhecido como *Partha Sarathi*, ou seja, o Condutor da Carruagem de *Partha*<sup>52</sup>. Porém *Partha* não significa somente Arjuna, mas se aplica a todos os filhos de *Prithvi* – a Terra. Então, façam de Krishna o seu cocheiro. Como *buddhi* é um reflexo do *Atma* Divino, utilizem-no como o seu cocheiro na sua jornada para a realização do *Atma*. Lembrem-se também de que, para terem sucesso em todos os empreendimentos, o Amor Universal é essencial. O Senhor é a personificação do Amor, o Sol da Verdade. Por esse motivo, busquem, por intermédio do Amor, conhecer seu verdadeiro *Ser* com a ajuda de *buddhi* e purifiquem suas mentes. Isso é o que Eu espero de vocês.

---

50 Em sânscrito, “*me*” é um pronome relacionado a “eu”

51 Nomes indianos comuns

52 Um nome dado a Arjuna, primo de Krishna

## 9- EGOÍSMO E APEGO

Eu não sou mérito nem pecado,  
Nem felicidade nem tristeza  
Não sou mantra nem água sagrada  
Nem Veda nem yajña<sup>53</sup>  
Não sou o alimento nem aquele que se alimenta  
Eu sou Verdade, Bondade, Beleza – Satyam, Shivam, Sundaram  
A personificação do Ser, Consciência e Bem-aventurança – Sat, Chit, Ananda

O mantra acima aplica-se a todas as pessoas. O homem é um buscador da felicidade e um aspirante à bem-aventurança. Batalha sem cessar, dia e noite, para alcançar felicidade e bem-aventurança. Em todas as esferas de sua vida, almeja duas coisas: a conquista da felicidade e a eliminação do sofrimento. Qual é o significado íntimo dessa busca perene do ser humano pela felicidade?

A própria natureza do homem é bem-aventurança. Ele, de fato, é a encarnação da felicidade. Por isso lhe é permitido buscar seu direito de nascença, a felicidade. Se o açúcar perdesse sua doçura, deixaria de ser açúcar. Se a rosa perdesse sua fragrância, não seria mais uma rosa. Do mesmo modo, se um homem perde sua condição natural de felicidade e bem-aventurança, ele está sendo privado de sua condição humana. Por exemplo, se alguém vê na rua uma pessoa com o rosto sofrido, ele pergunta a causa daquele sofrimento. Essa pergunta é feita por todos aqueles que estão passando ali, porque não é natural ao ser humano estar triste. Na mesma rua, se alguém passeia de bom humor, ninguém notará nada de especial nele, nem perguntará por que ele não está infeliz, pois um homem feliz não causa surpresa, uma vez que este é o seu estado natural.

O homem é dotado de corpo, sentidos, mente e intelecto, com o propósito de experimentar seu estado natural de bem-aventurança. Infelizmente, por causa dessas faculdades ou dádivas de Deus estarem poluídas e serem mal utilizadas, o homem se afoga em miséria. O corpo é corrompido pela sujeira do apego e da aversão<sup>54</sup>. Os sentidos estão envoltos no pano sujo dos desejos e prazeres dos sentidos. A mente está poluída por todas essas impurezas. Como resultado, o homem é incapaz de reconhecer sua verdadeira natureza. Está trabalhando sob a noção equivocada de que os prazeres do mundo são confiáveis e naturais a ele. Na verdade, todos eles são altamente transitórios e efêmeros como as nuvens que passam no céu.

Ao reconhecerem que a fraqueza moral do homem vem crescendo por causa dos defeitos na sua alimentação, nossos ancestrais projetaram meios simples, mas sagrados, de purificar o alimento antes da sua ingestão. Eles costumavam respingar um pouco d'água sobre a comida cantando o mantra: “*annam Brahma, raso Vishnu, bhoktá Maheshwara*”, que significa que o alimento sólido é Brahma, a água de beber e a essência líquida do alimento é Vishnu, e aquele que desfruta da refeição é Maheshwara<sup>55</sup>. Na execução desse rito de purificação, aquele que vai alimentar-se ora à Trindade para que o proteja com *satyam* e *ritam*<sup>56</sup>. A invocação às deidades destina-se a dotar aquele que ora com a *tríplice pureza*: de pensamento, palavra e ação. Por meio desse rito, a comida tornava-se santificada *prasada*<sup>57</sup>. Os chamados intelectuais de hoje em dia, inchados com o orgulho de seus talentos e habilidades, ignoram a eficácia e a potência de *satyam* e *ritam*.

Shankaracharya, durante sua vitoriosa peregrinação filosófica por todas as partes da Índia, precisou enfrentar um erudito denominado Mandana Mishra, em debate intelectual sobre o tema “Medha Shakti” (o poder da inteligência). Ambos concordaram que Ubhaya Bharathi fosse a juíza, que decidiria quem haveria de ser o vencedor do debate. Ela não era simplesmente uma erudita de renome, mas também possuía qualidades divinas, como um coração puro e o intelecto repleto de *verdade, harmonia interior, fé e firmeza*<sup>58</sup>. Ubhaya Bharathi era nada menos que a esposa de Mandana Mishra. Essa escolha foi única em muitos aspectos. Era digno de nota o fato de que Shankaracharya concordasse em ter a esposa de

---

53 Ritual de adoração

54 *Raga* e *dvesha* – os pares de opostos: desejo e repúdio

55 Brahma, Vishnu e Maheshwara (Shiva) são as três Manifestações de Deus representando a criação, sustentação e dissolução do Universo

56 Esses termos são explicados no discurso anterior.

57 Alimento consagrado, livre de qualquer impureza.

58 Baba usou os termos *satyam, ritam, shraddha* e *sthiratwa*; respectivamente.

seu oponente como árbitra. Esse era o maior testemunho da sua fé na imparcialidade total de Ubhaya Bharathi, porque seu intelecto (*buddhi*), dotado do poder da discriminação e objetividade, era superior à mera faculdade da inteligência (*medha*).

Os estudantes devem compreender que *buddhi* é mais poderoso que *medha*. *Buddhi* não é mero intelectualismo, como normalmente se pensa. É um estado pacífico do intelecto dotado de *fé* e *firmeza*. Esse *buddhi* é o intelecto enriquecido pela *verdade*, *harmonia* e *pureza interior*, bem como por *yoga* e o "Grande Princípio". Esse *buddhi* não tem só o poder de deliberar e discernir, mas também o profundo poder da visão interior, da inquirição e do julgamento imparcial. Pelo fato de Ubhaya Bharathi ter esse tipo de intelecto, ela afinal declarou que Shankaracharya havia vencido o debate. Shankara ficou muito feliz com o veredicto imparcial de Ubhaya Bharathi. Ela então declarou que, em cumprimento ao acordo feito entre os dois competidores antes do início do debate, Mandana Mishra, como derrotado, deveria assumir *sanyasa* – a condição de monge renunciante – e tornar-se um discípulo de Shankara. No mesmo instante, como devotada esposa de Mandana Mishra, decidiu tornar-se também uma monja renunciante, em conformidade com os ideais de comportamento feminino, segundo os quais a esposa deve seguir o marido na miséria ou na fortuna. Embora não estivesse obrigada a adotar uma vida monástica, ela assim fez para dar um exemplo ao mundo. Após tornar-se *sanyasi*, Ubhaya Bharathi estabeleceu um *ashram* com o propósito de demonstrar aos intelectuais arrogantes, que confiavam apenas na perspicácia intelectual – *medha* –, que isso era inferior ao *buddhi*, que consiste na síntese das várias qualidades divinas mencionadas acima. Certo dia, quando se dirigia ao rio para um banho com suas discípulas, ela viu um asceta que era famoso por sua renúncia a tudo na vida, dormindo pela estrada, descansando sua cabeça sobre uma cabaça de água vazia, que usava como travesseiro, de modo a assegurar-se de que ninguém pudesse roubá-la. Para dar uma lição ao renunciante, Ubhaya Bharathi disse a suas discípulas, de modo que ele pudesse ouvir: “Observem aquele monge que aparentemente renunciou a todos os apegos. Não é estranho que ele não tenha abandonado seu apego a essa cabaça sem valor?” Ao ouvir esse comentário, o asceta irritou-se e pensou: “Afinal, ela é uma mulher! Que direito tem de ensinar-me como devo comportar-me?” Pouco depois, quando ele viu Ubhaya Bharathi retornar de seu banho no rio, arremessou a cabaça aos pés dela como prova de seu senso de renúncia. Ubhaya Bharathi reagiu rapidamente a esse ato, comentando com suas discípulas: “Que pena! Ele não está somente repleto de apego, mas também tem egoísmo!” Imediatamente, o monge correu na direção dela, caiu a seus pés, sem se importar com o fato de ela ser mulher, e implorou perdão pelos seus defeitos.

Nesse episódio, fica claro que as raízes da escravidão humana são o sentimento de "meu" e o sentimento de "eu".

Tanto o apego quanto o egoísmo são resultado do consumo de alimento inadequado. Esse alimento de natureza ruim ou obtido por meios desonestos mergulha o homem na ignorância de muitas maneiras e impede o surgimento de pensamentos puros nele. Ele se esquece do que deve falar, com quem, quando, onde e como. O episódio a seguir, do “Mahabharatha”, ilustra esse ponto.

Bhishma era um grande *jñani* – um homem de sabedoria – e também um grande renunciante – um *maha tyagui*. Sri Rama, o herói do “Ramayana”, é famoso por ter obedecido às ordens de seu pai por 14 anos apenas, mas Bhishma seguiu os mandamentos de seu pai por toda a sua vida. Ele recebeu o nome “Bhishma” por causa de sua grande determinação e estrita observância de seus votos, que não têm paralelo na história humana.<sup>59</sup> Esse grande herói havia sido gravemente ferido pelas flechas de Arjuna e, como consequência, caiu no campo de batalha no nono dia da guerra de Kurukshetra.

Fiel à sua determinação séria, mesmo naquele período crítico que foi o atribulado fim da sua vida, ele jazia deitado sobre um leito de flechas. Quando os irmãos Pandavas, junto com sua esposa Draupadi, aproximaram-se do seu avô Bhishma para prestar-lhes suas homenagens, ele começou a dissertar para eles sobre todos os aspectos do Dharma, deitado em sua cama de flechas. Após escutá-lo por algum tempo, Draupadi explodiu em gargalhadas. Todos os Pandavas ficaram muito contrariados com a inesperada leviandade de sua esposa, que consideraram uma afronta ao venerável Bhishma, e a encararam com irritação. Compreendendo a agonia deles, Bhishma acalmou-os com suas doces e suaves palavras, dizendo-lhes que Draupadi, mulher exemplar em todos os aspectos, deveria ter uma boa razão para rir daquele jeito. Então pediu a ela que explicasse a razão do seu comportamento e, desse modo, removesse o constrangimento de seus maridos. Ela respondeu: “Venerado ancião! As lições sobre Dharma, que o senhor deveria ter ensinado aos perversos Kauravas, está, agora,

---

59 Bhishma, em sânscrito, significa *espantoso*, *assombroso*

transmitindo aos meus nobres e virtuosos maridos. Isso me pareceu, ao mesmo tempo, irônico e fútil. Por essa razão, não consegui conter o riso, embora soubesse que isso não seria gentil”.

Bhishma, então, explicou que ele havia servido os Kauravas e vivido à custa da generosidade deles; e explicou: “Como resultado de eu haver me alimentado com a comida recebida dessas pessoas indignas e cruéis, meu sangue poluiu-se, e todos os pensamentos puros que havia em mim foram reprimidos. Agora que as flechas de Arjuna drenaram todo o sangue impuro, o Dharma que estava soterrado lá no fundo está vindo à tona, induzindo-me a comunicá-lo aos seus maridos”.

Nesse episódio, os estudantes devem perceber o papel crucial desempenhado pelo alimento na determinação dos pensamentos, palavras e ações do indivíduo.

Nesse contexto, é interessante mencionar que Draupadi era uma “Maha Pativrata” – a mais excepcional entre as mulheres – que adorava seus maridos como verdadeiros representantes de Deus, servindo-os nesse espírito. Há ainda um significado esotérico para o seu nome: “Draupadi” não se refere apenas à esposa de cinco maridos, no caso, os Pandavas. Cada ser humano tem dentro de si cinco maridos, na forma dos cinco alentos vitais: *prana*, *apana*, *vyana*, *udana* e *samana*. Quando se diz que Draupadi vivia harmoniosamente com todos os seus cinco maridos, o significado alegórico disso é que ela conseguia a manutenção do harmonioso equilíbrio entre seus cinco alentos vitais, um pré-requisito para uma vida equilibrada. No caso da maioria das pessoas, um ou mais desses cinco alentos se torna excitado além do limite ideal, resultando em perda de equilíbrio e harmonia entre os cinco, o que leva a uma perda geral de equilíbrio na vida. Todos deveriam tentar seguir o exemplo de Draupadi, no tocante a levar uma vida cheia de contentamento e harmonia e também no que diz respeito a ficarem satisfeitos com alimento simples e puro.

Vocês devem reconhecer que o alimento é o principal responsável por seus sentimentos de apego e aversão – *raga* e *dvesha* – bem como pelos sentimentos de “eu” e “meu” – ego e possessividade. Regular seus hábitos alimentares é extremamente importante para o funcionamento saudável de sua mente e intelecto. Os caminhos da mente são, de fato, enigmáticos. O veredicto das Escrituras é que, quando um homem segue os sentidos, ele se torna um animal. Quando é guiado pela mente, torna-se um homem. Aquele que age de acordo com *buddhi*, o intelecto, torna-se grande entre os homens, enquanto que aquele que é guiado pelo *Atma* se torna o Absoluto – Brahman. Se vocês não conseguem seguir o intelecto, devem ao menos seguir a mente para manterem, no mínimo, o seu nível humano.

Porém, muitos de vocês receiam que a própria mente tenha tendências malévolas e, assim sendo, perguntam-se como confiar nela. A verdade é que a mente, em si, é pura. Ela se torna impura pelo fato de obedecer implicitamente aos sentidos. Em vez de consumir indiscriminadamente tudo que os sentidos lhe trazem, se a mente apresentasse todas essas impressões à discriminação do intelecto e agisse de acordo com as decisões deste último, ela permaneceria imaculada, mantendo a sua pureza original.

Estudantes!

Até agora, neste Curso de Verão, consideramos o corpo, os sentidos, a mente e o intelecto, os quais são inanimados e que, juntos, constituem o “campo” – *kshetra* – que também é inconsciente por si só, mas que é animado pelo Conhecedor do Campo – o *Kshetrajñā*. Este “campo” e, de resto, toda a Criação são governados pelos três “Atributos” (as *gunas*): *satwa*, *rajas* e *tamas*. Amanhã, discutiremos essas três *gunas* em detalhes, que são especialmente maravilhosas.

## 10- AS TRÊS GUNAS

*Estudantes! Encarnações do Amor Divino!*

O Divino brilha nos raios do Sol. É Deus que revela aos olhos do homem a vastidão e a glória do mundo. A brancura e a suavidade da Lua, que conferem paz aos homens, têm sua origem no Divino. O Universo, baseado na tríplice natureza do tempo e sustentado pela Trindade – *Brahma, Vishnu e Maheshwara* –, é permeado pelo Divino na forma das três características da Natureza – as *três gunas: satwa, rajas e tamas*<sup>60</sup>. Em suma, tudo no Cosmos é, de fato, *Brahman*, o Absoluto – *Sarvam Khalvidam Brahma*.

A Natureza oferece um cenário maravilhoso. Ninguém é capaz de compreendê-la em sua totalidade. Seja benção ou aflição, alegria ou tristeza, ganho ou perda, tudo vem da Natureza – *Prakriti*. Ela governa o destino de todas as criaturas. Essa Natureza é formada pelas três *gunas*. A Trindade Divina representa essas três *gunas*, que respondem pelo processo de Criação, Manutenção e Dissolução. Todas as incontáveis experiências vividas no mundo surgem das três *gunas*.

O homem não deve desejar uma vida longa, mas uma vida divina. No Cosmos, que é permeado pelo Divino, o homem deve buscar, antes de qualquer outra coisa, divinizar ou santificar sua vida, transcendendo as três *gunas*.

O segredo da Criação só é de conhecimento do Criador. Os demais não devem ter a esperança de descobri-lo. Os cientistas dedicam-se à exploração dos segredos da Criação, mas ninguém é capaz de desvelar as profundezas do mistério da Natureza. Nas pesquisas científicas, as descobertas de hoje são suplantadas pelas descobertas de amanhã, as quais, por sua vez, tornam-se obsoletas depois de amanhã. A mudança contínua está na própria natureza da Criação, que não é permanente nem imutável. O Criador é a única Realidade eterna e imutável. O caminho espiritual tem por objetivo investigar a natureza do Criador e, no fim, unificar o indivíduo com Ele.

Todo o Cosmos, formado por objetos vivos e inanimados, é permeado pelas três *gunas*. O homem deve dedicar-se à compreensão do princípio que transcende essas três características ou atributos. Deus é a personificação do *Atma*. Palavras como *Satyam, Jñanam, Anantam, Brahma, Atma, Bhagavan* e Deus são sinônimos.

Para começar, os cinco elementos sutis – o *espaço*, o *ar*, o *fogo*, a *água* e a *terra* – emergiram do *Atma*. Cada um desses cinco elementos sutis é constituído das três *gunas*. Sob a influência desses três atributos, cada um dos cinco elementos em sua forma sutil evoluiu para formar os cinco elementos densos correspondentes, e o Cosmos inteiro se formou em um processo de fusão por permutação e combinação.

O Cosmos é permeado pelas três *gunas* – *satwa, rajas* e *tamas*. Primeiro, deve-se entender claramente a natureza da criação relacionada à *guna satwa*. O Instrumento Interno do homem, o *antahkarana*, representa a qualidade *sátvica* dos cinco elementos.

O *espaço* – *akasha* – é o primeiro dos cinco elementos. Dele emergiu o que se conhece como *Shuddha Satwa* – o Puro Satwa –, que dá origem à forma humana.

Esse aspecto *sátvico* do *espaço* também dá origem ao órgão da audição, o ouvido. O segundo elemento é o *ar* – *vayu*. A pele é o produto do componente *sátvico* do *ar*. O olho é o órgão que representa o princípio *sátvico* do *fogo*. O aspecto *sátvico* individualizado do quarto elemento, a *água*, é a língua. O nariz corresponde ao aspecto *sátvico* particularizado do quinto elemento: a *terra*.

Desta maneira, os componentes *sátvicos* dos cinco elementos correspondem às cinco faculdades: audição, tato, visão, paladar, e olfato. Como cada uma dessas faculdades emergiu de um único elemento em particular, as cinco são distintas em cada pessoa e executam funções diferentes, que não se misturam.

O *espaço* é representado pelo som e pelo correspondente órgão sensorial, o ouvido. Este somente pode escutar, e não executa nenhuma outra função. Da mesma maneira, a pele só pode ter a experiência sensorial do tato, que é associado com o *ar*. O olho, que é o órgão associado com o *fogo*, somente pode ver, e nada mais. A língua, que representa o elemento *água*, só pode sentir gosto, e o nariz, que representa o elemento *terra*, só pode sentir o cheiro, mas não o gosto. Desta maneira, cada órgão dos sentidos reflete em seu funcionamento a faculdade particular do elemento a partir do qual se desenvolveu.

Enquanto que cada um dos órgãos sensórios é funcionalmente limitado ao seu papel específico, o

---

60 Cf. nota 35.



*antahkarana* combina as funções de todos eles, porque é o produto cumulativo de todos os cinco elementos. Somente ele tem a capacidade de experimentar todas as sensações dos cinco órgãos da percepção.

Esses órgãos de percepção funcionam externa ou internamente? A resposta certa é que eles desempenham um duplo papel – tanto interno quanto externo. Se somente o órgão físico, o ouvido, estiver presente, mas a faculdade da audição estiver ausente, o ouvido não poderá escutar. Se a faculdade da audição estiver presente, mas não existir ouvido para captar os sons do mundo exterior, a faculdade em si será inútil. É a operação combinada dos órgãos de percepção externos com os correspondentes centros internos, no cérebro, que promove o funcionamento da personalidade humana. Por exemplo, se você deseja que sua voz alcance uma vasta audiência, deve ter um microfone virado para você e um alto-falante voltado para fora. Alto-falante sem microfone, e vice-versa, não funcionarão para o propósito em questão.

Do mesmo modo que a operação combinada dos cinco elementos em seu aspecto *sátvico* é encontrada no *antahkarana*, o funcionamento coletivo dos cinco em seu aspecto *rajásico* se expressa como a *Força Vital* – o *Prana*. Na expressão individual da qualidade *rajásica* pelos cinco elementos, o *espaço* manifesta-se como a voz; o *ar* encontra expressão *rajásica* nas mãos; o *fogo* se expressa, individualizando sua *guna rajas*, nos pés; o quarto e o quinto elemento, a *água* e a *terra*, encontram expressão *rajásica* nos dois órgãos excretores do corpo.

Nesse contexto, observem alguns fatos significativos no funcionamento desses elementos. No seu aspecto *sátvico*, o *espaço* se expressa como os ouvidos, enquanto que esse mesmo *espaço*, em seu aspecto *rajásico*, aparece como a faculdade da fala. Pode-se inferir a partir daí que o *espaço* tem dois filhos: o ouvido, representando *satwa*, e a fala, representando *rajas*. O primeiro filho recebe os sons vindos do exterior, e o segundo, a voz, transmite sua reação interior para o meio externo na forma das palavras.

Da mesma forma, a pele é o primeiro filho do *ar*, em seu aspecto *sátvico*. O segundo filho do *ar*, em seu aspecto *rajásico*, é a mão. Por exemplo, a pele reconhece uma formiga que caminha pelo corpo, e imediatamente a mão tenta removê-la.

Pode-se ver nesses exemplos que a qualidade *sátvica* se relaciona com a recepção de impressões originadas do meio exterior, enquanto que a qualidade *rajásica* se relaciona com a externalização dessas impressões, por reação. Em outras palavras, os “Órgãos da percepção”, originários da *guna satwa*, recebem estímulos do exterior, e os “Órgãos de ação”, derivados de *rajas*, respondem a esses estímulos.

No nosso mundo moderno, o que vem acontecendo é exatamente o oposto. O que é *rajásico* vem sendo absorvido e o que é *sátvico* vem sendo rejeitado. No esquema natural da Criação, aquilo que deve ser recebido é o que é *sátvico*, e o que deve ser rejeitado é tudo que é *rajásico*.

A principal qualidade da Natureza – *Prakriti* – é *satwa*. *Prakriti* também é chamada de *Stri*, uma palavra formada de três sílabas (ou letras): *Sa*, *Ta* e *Ra*. Esse termo indica que, em primeiro lugar, deve-se absorver aquilo que é *sátvico*. Depois, a sílaba ou letra “*Ta*” implica a necessidade de desenvolverem-se algumas qualidades *tamásicas* como submissão, humildade e modéstia. “*Ra*”, representando a *guna rajas*, implica haver ocasiões na vida em que são necessárias resoluções firmes e ações severas. A qualidade *rajásica* vem em último lugar, indicando que as ações *rajásicas* só devem ser realizadas como último recurso, quando forem inevitáveis.

No processo cósmico, é a qualidade *sátvica* – a sílaba *Sa* – que vem em primeiro lugar. Portanto, o dever de cada um é desenvolver essa qualidade em cada aspecto: pensamentos, atitudes, palavras e atos.

O próximo aspecto a ser compreendido é que, sob a influência da *guna tamas*, os cinco elementos sutis evoluem para os cinco elementos densos pelo processo denominado *Panchikritam* – a fusão resultante da permutação e combinação. Esse processo, bastante complexo, pode ser ilustrado pelo seguinte exemplo para facilitar sua compreensão. Suponha que os cinco elementos se reúnam como cinco indivíduos, cada um com uma moeda de uma rúpia. Cada um deles converte sua moeda em uma moeda de meia rúpia e quatro moedas de *dois annas*. Uma moeda de *dois annas* equivale a um oitavo de rúpia. Assim, o *espaço* mantém meia rúpia consigo e distribui uma moeda de *dois annas* para cada um dos outros quatro elementos. O segundo elemento, o *ar*, faz o mesmo, mantendo meia rúpia consigo. *Fogo*, *água* e *terra* também seguem o mesmo procedimento. Como resultado dessa redistribuição, cada um continua com o equivalente a uma rúpia, mas sua composição é afetada pela troca de parte de suas respectivas naturezas. Originalmente, cada elemento era completo em si mesmo. O processo de mistura resultou na presença de todos os cinco elementos em cada “rúpia”. Isto significa que, no final, cada

elemento é composto de metade de sua natureza original e a outra metade é composta de um oitavo de cada um dos outros quatro elementos. Por exemplo, a composição da *terra* será  $1/2$  *terra* +  $1/8$  *espaço* +  $1/8$  *ar* +  $1/8$  *fogo* +  $1/8$  *água*. A composição dos outros quatro elementos será similar. Com respeito ao ser humano, o processo de *Panchikritam* faz do homem uma mistura dos cinco elementos, criando a diversidade a partir da unidade.

Tudo isto é descrito no jargão espiritual como os *Dezesseis Aspectos – Shodasha Kalas*. Eles são os cinco órgãos de percepção, os cinco órgãos de ação, os cinco elementos e a mente. Todo homem possui esses dezesseis elementos constituintes, embora os dezesseis *Kalas* sejam atribuídos exclusivamente ao Divino. O que está implícito aqui é que o homem deve reconhecer a sua divindade.

Hoje em dia, o desejo do homem pelos prazeres mundanos excede todos os limites e, o que é pior, ele demanda uma rápida satisfação de todos os seus incontáveis desejos recorrendo a atalhos para esse fim. Ele deveria, no entanto, perceber que esses atalhos são sempre perigosos e repletos de espinhos, pedras, e outros obstáculos. A estrada asfaltada é sempre preferível, embora pareça ser mais longa. Não é fácil compreender os caminhos do Divino. Ele, desejando o bem-estar de todos no Universo, utiliza uma infinidade de métodos. Isso pode ser ilustrado pela história de um devoto que desejava riquezas e realizou uma dura penitência para obter bênçãos de *Lakshmi* – a Deusa da Riqueza. O homem está preparado para qualquer sacrifício em nome da obtenção de riqueza material, mas não admitirá sofrer nenhuma dificuldade para realizar o Divino. *Lakshmi* apareceu diante do devoto e perguntou o que ele queria. Ele respondeu que queria a própria *Lakshmi* (a riqueza). Ela concordou e disse que usaria todos os seus adornos e, caminhando logo atrás dele, o seguiria até sua casa, onde lhe daria todos seus ornamentos. Porém impôs uma condição: “Você deve caminhar à minha frente e jamais olhar para trás. Se assim fizer, eu paro de segui-lo no mesmo instante”. Cheio de alegria, o devoto tomou o caminho de volta para casa. As joias da Deusa faziam todo tipo de ruído à medida que ela caminhava atrás dele. Incapaz de conter sua curiosidade em ver quais eram as joias que ela usava, ele se voltou para olhar; não conseguiu reprimir seu desejo até chegar a casa. No momento em que fez isso, *Lakshmi* parou onde estava e não o acompanhou mais.

Isso é o que acontece com quem não consegue controlar os seus desejos. Mesmo tendo alcançado a Graça Divina, o devoto não pôde beneficiar-se dela. O significado disso é que, mesmo que sejam abençoados em abundância com a Graça de Deus, vocês devem adquirir a capacidade de beneficiar-se dela. Para ter essa capacidade, devem obedecer implicitamente às ordens do Divino. Se o devoto da história tivesse respeitado as condições de *Lakshmi*, ele se teria beneficiado da bênção da Deusa. Por falhar na obediência às condições dela, ele perdeu aquilo que lhe havia sido oferecido.

A situação do mundo é bastante semelhante a isso.

O mundo é permeado pelo poder das três *gunas*. Mesmo a nossa visão do mundo é influenciada por essas três características. Observem seus olhos. A orla exterior é vermelha, representando a *guna rajas*. Depois, vocês têm a área branca, representando *satwa*. No centro, está a córnea circular, de cor negra, representando a *guna tamas*. Assim, até a nossa visão é marcada pelas três cores – vermelha, branca e preta –, que representam as três *gunas*.

Quando perguntam “Onde está Deus?”, a resposta é dada pela própria natureza. A rotação da Terra em torno de seu próprio eixo, à velocidade de 1600 quilômetros por hora, dá origem ao fenômeno do dia e da noite. A rotação do planeta em torno do sol, à velocidade de 106 000 quilômetros por hora, dá origem às várias estações, que permitem as chuvas e o cultivo das colheitas. Dessa maneira, os movimentos da Terra, determinados por Deus, permitem que os seres vivos obtenham seu alimento. Essa é uma prova visível da existência de Deus. As Escrituras declaram que o tolo, mesmo quando vê os atos de Deus, diz que não consegue vê-Lo. Ele não percebe que a Natureza é a vestimenta de Deus.

Que lição se pode aprender da observação da Natureza? Ela está sempre ativa no cumprimento de seus deveres. É por causa dessa incessante atividade da Natureza no desempenho de suas funções que o mundo é capaz de receber tantos benefícios. O segredo, o mistério da Criação está em a pessoa cumprir seu dever adequado com dedicação e sinceridade. Na busca da miragem da felicidade dos sentidos, os homens caminham na direção errada. Isso pode ser observado no estilo de vida das pessoas que trabalham ou dirigem negócios. Após encerrarem aquilo que consideram como um dia de trabalho duro, vão para os clubes onde se escravizam às bebidas e terminam por arruinar a si mesmas, porque:

*Primeiro o homem bebe o vinho.  
Depois o vinho bebe o vinho.  
Por último, o vinho bebe o homem.*

A verdadeira felicidade só pode ser obtida por meio do serviço às pessoas. Dedicuem-se a auxiliar os pobres e desvalidos. Vocês ganharão força e paz desse serviço. Sua consciência ficará satisfeita. É uma

lástima que nem os ricos nem os administradores estejam inclinados a prestar esse tipo de serviço. É essencial que os estudantes tenham ideais para seguir e desejem servir à sociedade de forma altruística. Vocês devem reconhecer que são parte da sociedade e que o seu bem-estar é vinculado ao bem da sociedade como um todo. Devem utilizar seus conhecimentos e habilidades para benefício da sociedade, reconhecendo o fato de que “conhecimento sem ação é inútil, e ação sem conhecimento é tolice”.

Qualquer que seja a disciplina espiritual que pratiquem ou não, sua preocupação fundamental deve ser desenvolver o amor de Deus. Quando desenvolverem esse puro amor, poderão conquistar qualquer coisa.

Nesse contexto, é relevante o conselho que Hanuman deu a Vibhishana quando este último se queixou por não ter conquistado uma visão de Rama, embora estivesse cantando Seu Nome por muito tempo. Hanuman disse a Vibhishana que não era suficiente cantar o Nome, o indivíduo também deveria engajar-se no serviço constante ao Senhor. Hanuman declarou que, enquanto meditava no nome de Rama, também se dedicava ao serviço constante a Ele. Essa era a razão pela qual havia conquistado a Graça de Rama, tornando-se alguém próximo e querido a Ele.

Em outra ocasião, Vibhishana lamentou-se a Hanuman, dizendo: “Querido amigo, eu vivo em meio aos cruéis demônios do mesmo modo que a língua macia está cercada pelos dentes afiados. Por essa razão, não consigo concentrar-me tranquilamente em Rama”. Hanuman respondeu imediatamente: “Querido Vibhishana, não se preocupe com isso. Na velhice os dentes caem, mas a língua permanece intacta. Do mesmo modo, os demônios serão destruídos no momento certo e você permanecerá seguro. Então, fique feliz”.

Essa é a razão pela qual Vibhishana costumava louvar Hanuman como "o virtuoso", "o extremamente poderoso" e "o sempre calmo e pacífico". Lembrem-se de que, como Hanuman, vocês também só podem obter força e paz por meio do amor e do serviço, juntamente com o controle dos sentidos. O jovem estudante Prahlada disse a seu pai, Hiranyakashipu: “Você conquistou todos os mundos num piscar de olhos, mas é incapaz de controlar seus sentidos. Como pode chamar a si mesmo de regente quando o senhor mesmo é governado pelos seus sentidos?” Então, estudantes, vocês devem esforçar-se para controlar seus sentidos e desenvolver amor por Deus, medo do pecado e moralidade na sociedade.

## 11- CONHECE A TI MESMO

Ó Arjuna, vencedor da escuridão da ignorância!  
Eu sou o *Atma* que reside em todos os seres.  
Eu também sou o início, o meio e o fim de todos os seres

(Gita, Cap.10, Verso 20)

Encarnações do Amor Divino!

No verso da “Gita” citado acima, Krishna diz a Arjuna: “Eu sou o *Atma* – o *Ser*, que reside em todos os seres; Eu também sou o início, o meio e o fim de todos os seres”. Isso significa que todo o Cosmos, composto de objetos móveis e imóveis, nada mais é do que o *Atma*. Nada existe que não seja o *Atma*, o *Ser*. O que o homem de hoje em dia precisa fazer é contemplar o *Ser* constantemente a fim de reconhecê-Lo, de estar firmemente estabelecido n’Ele e experimentar a Sua Bem-aventurança.

O *Atma* também é conhecido como *Consciência*. Essa *Consciência* é a responsável pelo sentimento do “eu” em todos os seres, chamado de *aham* (em sânscrito). Quando esse *aham* se identifica com o corpo, torna-se *ahamkara*, o falso eu,, o eu irreal.

O que está sempre escondendo o *Atma* é a mente. As nuvens formadas em virtude do calor do Sol escondem o próprio Sol. Da mesma maneira, a mente, que é um subproduto do *Atma*, oculta o próprio *Atma*. Enquanto a mente estiver ali, o homem não poderá ter a esperança de compreender qualquer coisa sobre o *Ser* – muito menos reconhecer e experimentar a *Bem-aventurança do Ser*. Esse estado no qual o indivíduo se encontra estabelecido no *Ser* a todo instante e sob todas as circunstâncias se denomina “autorrealização”.<sup>61</sup>

O primeiro som que emanou do *Ser* foi “Eu”. A Criação inteira só teve início após a emanção desse som do *Eu*. Se não há *Eu*, não há criação. Os termos *Eu*, *Brahman*, *Atma* e *Ser* são sinônimos. O *Eu* sem a mente é o *Atma* (o *Ser*) em sua pureza primordial. O *Eu* associado com a mente é o falso ser<sup>62</sup>. Há somente um *Atma*, e este é o *Eu*.

O paradoxo, entretanto, é que para experimentar sua própria Realidade – aquilo que ele já é – o homem está adotando várias disciplinas e práticas espirituais. Todas essas disciplinas para encontrar-se o *Ser* são atividades que o homem adota somente durante o estado de ignorância. Vocês não encontrarão um Sábio, um homem realizado, praticando *sadhana*, porque para ele não há distinção entre o meio e o fim. Se um homem realiza práticas espirituais, ele as faz para sua exclusiva satisfação mental. Tais práticas, empreendidas para satisfação mental, somente servem ao propósito de fortalecer a mente em lugar de destruí-la, como recomendam os ensinamentos do Vedanta. Se, de qualquer forma, vocês desejam praticar *sadhana*, a única abordagem correta é a que afasta a falsa noção do “não ser”<sup>63</sup>.

Se, em vez de praticarem dessa forma, que é a correta, vocês continuam a adorar três milhões de Deuses e Deusas, descartando a verdade ensinada por todas as Escrituras do mundo – a de que só há um Deus –, ou ainda, se vocês adotam todo tipo daquilo que chamam de *sadhanas* para alcançar a autorrealização e a liberação, o que isso indicará a não ser suas aberrações mentais, alucinações e ilusões?

É importante reconhecer que, enquanto a mente estiver ali, os desejos não o abandonarão. Enquanto você tiver desejos, a falsa noção de eu” e “meu” não o deixará. Enquanto o sentimento de “eu” e “meu” estiver presente, sua enganosa identificação com o corpo – *ahamkara* – não desaparecerá. Enquanto o *ahamkara* não o deixar, a ignorância também permanecerá em você. Resumindo, isso significa que não há outro meio, a não ser a aniquilação da mente, para alcançar o *Conhecimento do Ser*, a *Visão do Ser* ou a *Bem-aventurança do Ser*, seja qual for o nome que você escolha para se referir a isso.

Mente, intelecto, memória e sentimento de ego – qual é o substrato do qual todos eles se originaram, pelo qual são sustentados, e no qual deverão mergulhar de volta? Esse substrato é Brahman, ou seja, o *Atma* (o *Ser*). Então, em lugar de reconhecer a fonte da sua origem e sua própria identidade, de que serve tentar alcançá-la por quaisquer outros meios? Isso parece tão ridículo quanto um ladrão vestir uma farda de policial para tentar capturar o fora da lei, que é ele mesmo!

---

61 *Sakshatkara*

62 *Mithyatma*, o “Atma de mentira”.

63 *Anatmabhava*, o sentimento de não ser o *Atma*

Qual é a necessidade de qualquer outro *sadhana* para reconhecer você mesmo? Há uma história que ilustra esse ponto. Certa vez, um grupo de dez tolos estava para cruzar um rio. Após enfrentarem a correnteza, um deles pensou em verificar se todos os dez haviam chegado à margem em segurança. Contou todos os outros, esquecendo-se de si mesmo, e começou a chorar, dizendo aos demais que um membro do grupo se havia perdido no rio. Os outros tolos, por sua vez, cometeram o mesmo engano ao repetir a contagem. Como resultado, todos começaram a lamentar-se e a chorar. Nesse instante, um transeunte que notou o miserável estado daqueles homens aproximou-se e perguntou a razão para sua triste lamentação. Quando lhe disseram que um dos membros daquele grupo de dez pessoas havia sido carregado pela correnteza ao atravessarem o rio, o homem compreendeu a ignorância deles e pediu-lhes que formassem uma fila. Então, contou-os, um a um, em voz alta, convencendo o grupo de que todos os dez estavam sãos e salvos e de que sua conclusão errada sobre a perda de um dos homens devera-se ao fato de cada um deles haver-se esquecido de si mesmo durante a contagem.

Aquele que se esquece de si mesmo é incapaz de reconhecer a verdade completa. Quando você mesmo é o *Atma*, como pode reconhecê-Lo orando a um outro ser ou realizando algum *sadhana*? Devido ao fato de que o “Um se tornou muitos”, vocês desenvolveram um gosto pela diversidade, esquecendo-se da unidade. Todas essas coisas que veem à sua volta são reflexos de si mesmos, como num espelho. Afastando-se do objeto real, vocês estão correndo atrás das imagens refletidas. Sua própria ilusão está amarrando suas mãos e pés. Aquele que está preso à ilusão não consegue alcançar Deus – Brahman. Todos os seus *sadhanas* são fúteis se desejam experimentar o *Ser*. Todos esses *sadhanas* só servirão para acalmar a mente. A mente aquietada pode agitar-se de novo. O que importa é livrar-se da mente, compreendendo qual é a verdadeira natureza dela.

Os tipos de *sadhana* corretos para a busca do *Atma* são aqueles que objetivam a destruição da mente. Devido à sua identificação com o corpo, o homem está sendo sacudido pelo seu ego, em todas as direções, sem descanso. “Eu estou fazendo isto; eu estou desfrutando daquilo; eu conquistei tal coisa”. Falando assim para si mesmo, o homem está cada vez mais fortalecendo o seu sentimento de ser o autor.

Estudantes! Lembrem-se de que o sucesso e o fracasso não dependem de seus esforços ou de seu *sadhana* e outras atividades semelhantes. Vocês estão simplesmente inflando o seu ego – o seu *ahamkara* – iludindo-se de terem sido capazes de conquistar coisas por seus próprios esforços. Olhem à sua volta e observem as muitas situações em que os melhores esforços não foram coroados com o sucesso, enquanto que a vitória chegou despercebida em muitos casos, com pouco ou nenhum esforço. Em lugar de ficarem frustrados devido às falhas ao dependerem de seus próprios esforços, vocês poderão ter a certeza de alcançar o sucesso dedicando todas as suas atividades ao Divino, considerando-as como o trabalho de Deus, e assumindo-as com fé inabalável em Deus. Vocês devem ter a firme convicção de que nada acontece por causa do esforço humano. A prova dessa afirmação não precisa ser procurada em algum lugar distante. Ela pode ser encontrada dentro mesmo do seu próprio corpo. Por exemplo, que esforço estão fazendo para que seu coração bata sem parar ou para que seus pulmões respirem continuamente? A digestão do alimento por acaso acontece por vontade sua? Seriam vocês capazes de viver porque querem e morrer porque assim desejam? Por acaso o nascimento de vocês ocorreu no momento e local que escolheram? Se ponderarem profundamente nessa linha de raciocínio, descobrirão que os seus sentimentos de “eu” e “meu” estão sendo cultivados de forma incorreta pelo seu falso senso de autoria e de serem os desfrutadores das ações.

Atualmente estamos preocupados com várias atividades somente pela busca de nossa satisfação mental. Porém a mente desconhece qualquer satisfação, não importa o que façamos, pelo tempo que for. A mente é somente ilusão. A mente é somente desejo. A mente é somente ignorância. A mente é somente *prakriti* - a natureza em mutação. Mergulhados profundamente nessa ilusão, como podemos esperar alcançar o Absoluto sem nos livrarmos dela? Vendo sua própria sombra, vocês estão tremendo de medo! Vocês sentem medo daquilo que vocês próprios sentem e imaginam! No entanto, a “Realidade é Uma Só”<sup>64</sup>, e ela se chama *Atma*. Os versados nas escrituras descrevem Deus como a personificação da *Existência*, *Consciência* e *Bem-aventurança*<sup>65</sup>, mas isso não é correto. Deus é a própria *Existência*; Ele é a própria *Consciência*; Ele é a própria *Bem-aventurança*. Esses três não são diferentes ou separados de Deus.

“Existe uma força poderosa, desconhecida por mim, diferente e distante de mim”. Pensando assim as

---

64 Ekam Sat – O Ser é Um

65 Sat-Chit-Ananda

pessoas recorrem à meditação. “Há um poder divino secreto e sagrado, distintamente separado de mim, que eu preciso adquirir”. Imaginando dessa forma, outros observam variados votos, realizam ritos e austeridades diversas. Tudo isso é pura ignorância. Enquanto pensarem que há algo diferente de vocês, viverão submersos na ignorância. Nada existe no Universo que não seja você ou que lhes seja superior. Pensar de forma diversa ou tentar provar o contrário nada mais é do que a sua ilusão mental, similar a um sonho. No seu sonho, você enxerga várias imagens, experimenta várias coisas, mas por quanto tempo isso é real? Só enquanto dura o sonho. Quando ele acaba, tudo se torna irreal. Assim também ocorre com suas dificuldades, perdas, preocupações, sofrimentos e tudo o mais, que são reais somente enquanto sua mente está sob ilusão. Tão logo a ilusão desaparece, tudo isso se torna irreal, transformando-se em castelos de mitos criados por sua mente. Confiando no falso “eu”, vocês estão rejeitando o “Eu” real. Vocês estão alimentando seu sentimento de ego – *ahamkara* – pensando continuamente que são o corpo.

Se pelo menos pudéssemos compreender uma pequena e sutil verdade, poderíamos expandir os horizontes de nossos pensamentos e sentimentos à amplitude que fosse. Nada existe no Universo além do *Ser*. Todas as coisas que veem como existentes no mundo dos fenômenos, são apenas reflexos do *Ser Único*. No caso dos assuntos mundanos, o sujeito, o objeto e o predicado estão presentes, todos os três. Mas, nos assuntos espirituais, relativos ao *Atma*, há somente o sujeito, sem objeto ou predicado separados dele. De fato, esses três aspectos se fundem no *Princípio do Atma*, que permeia tudo como *Consciência*. Não há lugar onde não exista consciência. Essa mesma Consciência foi, por assim dizer, dividida nos três aspectos, *Ser*, *Consciência* e *Bem-aventurança*, para a satisfação e a compreensão dos leigos. Os *vedantinos* têm descrito esses três aspectos como sendo reflexos mútuos uns dos outros. Eles empregaram os termos *asti*, *bhati* e *priyam*, para *Ser*, *Consciência* e *Bem-aventurança*, respectivamente. Porém todos os três termos referem-se à única e a mesma entidade. Por exemplo, temos aqui um copo. Ele existe, por isso é *Sat*. Quando o vemos, ele cria em nós uma percepção de que é um copo, portanto, é *Chit*. Nós usamos o copo e por isso ele é *Ananda*. Mas o copo não se tornou três; ele é um só, no qual os três aspectos estão unidos. Isso ilustra a unidade na diversidade relativa ao *Ser*. O *Ser* é sem forma, mas aparece em diferentes formas. Vamos considerar o exemplo do ar. Ele não tem forma, mas não podemos negar a sua existência apenas por não ter uma forma própria. De fato, ele assume a forma do recipiente que for usado para contê-lo: um balão, uma bola de futebol ou uma almofada de ar. Embora o *Ser* não tenha forma, ele possui a qualidade da *Consciência* (*Chaitanya*).

É difícil entender a natureza do princípio da *Consciência*. Há três aspectos nela, dependendo de sua associação com aspectos específicos da personalidade humana. Quando essa *Consciência* está associada com os sentidos, usamos o termo “consciente”. Quando está associada com a mente, nós a chamamos “consciência”, e quando está associada com o *Ser*, chamamos de pura “Consciência”<sup>66</sup>.

É por conveniência que usamos esses três termos em nossa linguagem comum, do mesmo modo que chamamos um médico de cardiologista, outro de clínico geral e assim por diante. Todos eles, porém, são médicos. Do mesmo modo, todos os homens são personificações do mesmo e único *Ser*, embora possam estar envolvidos em diferentes ocupações, como agricultura, comércio, serviço público, trabalho braçal, etc. Enquanto vocês possuem o corpo, os sentidos, a mente e tudo o mais, é muito difícil experimentar a unidade do *Ser*. Mas, só porque é difícil, não justifica que desistam ou afrouxem seus esforços para experimentá-la, porque ela vale muito mais do que todos os seus esforços.

Até agora compreendemos o corpo humano como uma carruagem, os sentidos como cavalos, a mente como as rédeas e o intelecto como o condutor. Porém devemos reconhecer que todos eles só existem para servirem ao mestre – o *Atma*. Nosso estado desperto representa a *guna rajas* – o estado de atividade–; o sono profundo simboliza a *guna tamas* – o estado de inércia –, e a transição entre os estados de sono e vigília representa a *guna satwa* – o estado de equilíbrio –, que é da natureza do *Ser*. Vocês precisam compreender o que é autoconhecimento para apreciarem a natureza do *Ser*. Vamos discutir o assunto do Conhecimento do *Ser* – *Atma Jñana* – amanhã.

---

66 Os termos usados em inglês são: “conscious” para “consciente”, “conscience” para consciência (no caso mental) e “consciousness” para a “Consciência”. Na falta de um termo mais preciso em português, usamos a palavra “Consciência”, em letra maiúscula, ou “Pura Consciência”.

## 12- AUTOCONHECIMENTO

*Queridos Estudantes! Deus é mais imaculado que o céu.*

*O Sol, a Lua e as estrelas são Seus olhos.*

*Ele permeia tudo, assim como o ar.*

Só quando reconhecermos completamente a natureza das vestimentas do homem (o corpo, os sentidos, a mente e o intelecto), seremos capazes de compreender o puro, sagrado e infinito *Atma*, o Princípio Divino

*Conheça-Me como Kshetrajñā – O Conhecedor dos Campos – em todos os campos.*

*O único conhecimento verdadeiro é conhecer o Campo e o Conhecedor do Campo.*

(“Gita”, Cap.13, Verso 2)

O mundo inteiro é uma combinação de *kshetras* e *Kshetrajñā* – campos e *Conhecedor dos campos*. O *kshetra*, que é o corpo humano, nada mais é do que um reflexo da Natureza. Todos os aspectos sensíveis e insensíveis do Universo estão no corpo humano. O Universo inteiro é um reflexo do ser interno do homem. Não é suficiente saber somente sobre o corpo, os sentidos, a mente e o intelecto. Há um *Kshetrajñā*, distinto de tudo isso, que anima todos os *kshetras*. Se compreenderem o *Kshetrajñā*, não haverá necessidade de saber a respeito dos *kshetras*. Mas, até lá, vocês deverão dar a devida atenção ao *kshetra*. Para compreenderem o *Kshetrajñā*, vocês precisam de um tipo especial de conhecimento. O conhecimento livresco, o conhecimento superficial, o conhecimento geral, o conhecimento discriminativo, o conhecimento prático e baseado em experiências – todos esses pertencem à matéria inerte e às coisas mundanas, possuindo uma tendência subjetiva. Todos esses tipos de conhecimentos não ajudarão a compreender o *Ser*. Para cortar um diamante vocês necessitam de outro diamante. Para remover um espinho de seu pé, precisam de outro espinho. Para experimentar o *Ser*, tudo que necessitam é o *Conhecimento do Ser* (autoconhecimento)– o *Atma Jñāna*. Hoje em dia, aquilo que consideramos como conhecimento neste mundo físico nada mais é do que ignorância. Só o *Conhecimento do Ser* é o verdadeiro conhecimento. De fato, o *Ser* e a *Sabedoria* (*Atma* e *Jñāna*) são uma coisa só, chame como quiser. A verdadeira lucidez é *Sabedoria*. O conhecer, o conhecedor e aquilo que é conhecido – predicado, sujeito e objeto, respectivamente –, é uma tríade que não se aplica ao *Conhecimento do Ser*, o *Atma Jñāna*.

Essas classificações tríplices pertencem ao nível da mente, enquanto que o *Conhecimento do Ser* revela a si mesmo depois da aniquilação da mente. O silêncio calmo e imutável que se segue à destruição da mente é, em si, o verdadeiro conhecimento. Esse conhecimento real é a nossa própria natureza, e não alguma novidade a ser conquistada. Entretanto, esse conhecimento está oculto pela mente e as suas aberrações assim como a brasa é coberta pela cinza gerada por ela própria, assim como a água é escondida pelo musgo criado por ela mesma, ou ainda, como o olho é coberto pela catarata que nasce do próprio olho. Removam a catarata e terão de volta a visão. Removam a mente e o conhecimento do *Ser* revelar-se-á automaticamente.

Esse conhecimento não pode ser obtido de livros nem pode ser transmitido por mestres espirituais ou *gurus*. Também não pode ser conferido pelo *Ser Supremo* como uma dádiva. Na verdade, vocês mesmos são o *Ser Supremo*, denominado *Paramatma*, *Atma* ou *Jñāna*. Sentando-se em solidão, ao contemplar sobre como essa *Sabedoria* está presente em tudo, vocês ouvirão de dentro de si mesmos uma voz espontânea, eterna e imutável. Todas as coisas nesse mundo manifesto estão sujeitas a constantes mudanças devido ao processo de união e separação dos átomos, que não tem fim. Entretanto, essa divina voz interna não é somente eterna e a mesma em todos os seres; ela também permanece inalterada, nada pode mudá-la. Qualquer modificação causada pela mudança na idade da pessoa, ou por alterações nos estados de consciência – vigília, sonho e sono profundo – afetam somente o corpo denso, o corpo sutil e o causal, mas não afetam, de maneira alguma, a voz à qual me referi. O que, então, é essa voz? É a divina voz interior que emana do *Atma* na forma de *Eu, Eu, Eu* (*Aham*). Este *Aham* é a origem do mantra *Soham* que se repete continuamente, sem esforço consciente, em cada um de nós durante o processo respiratório. Também é este *Aham* que surge como *ahamkara* quando se identifica com o corpo. *Ahamkara* é humano; *Aham* é divino. Esse *Aham* só pode ser reconhecido pela purificação do coração do indivíduo, nunca pelo estudo das escrituras, tornando-se um erudito.

Vocês veem o Universo dos fenômenos somente enquanto não cruzaram o limiar da mente. Quando

ultrapassarem a mente, experimentarão somente o *Ser*. Ao chegar ao mar, o rio perde sua individualidade, seu nome e sua forma, tornando-se um com o mar. Do mesmo modo, o conhecedor do *Absoluto* se torna o próprio *Absoluto*.

Quando temos um pote com água dentro, é possível ver a imagem do Sol refletida nele; mas mesmo quando o pote e a água estão ausentes, o Sol está sempre presente. Assim também ocorre quando o recipiente e a água refletora – o corpo e a mente – não estão presentes: o *Ser* estará sempre presente, embora não se possa vê-lo ou ao seu reflexo.

Um aspecto importante a ser notado é que a imagem do *Atma* que se obtém por meio do corpo e da mente não é fiel ao *Atma* original. Será da mesma forma como vemos o reflexo de seu rosto na água, no qual seu olho direito aparece como olho esquerdo e vice-versa. Será como em uma viagem de trem, em que sua vista os ilude dando a impressão de que as árvores e as montanhas estão em movimento.

Esses dois exemplos servem para ilustrar o ponto de que todas as distinções que vocês enxergam no mundo dos fenômenos são apenas resultado das distorções de suas mentes. Vocês precisam ir além da mente para reconhecerem a verdade eterna.

As pessoas acreditam que cada ser humano possui livre arbítrio. Esta é uma crença inteiramente errada. Elas imaginam que, graças à vontade, determinação, disciplina espiritual e esforço do homem, ele pode alcançar o sucesso. Essa ideia se deve às aberrações do ego de cada um e a reflexos de seu falso sentimento de autoria das ações. Vejam o caso de Karna<sup>67</sup>, guerreiro da batalha de Kurukshetra, no “Mahabharatha”. Possuía todos os recursos necessários à vitória: armas poderosas, grande força física e intelectual, uma coragem indomável e tudo mais. Mas, mesmo com todos os seus dotes e meios, ele sofreu esmagadora derrota e morte humilhante no campo de batalha. Por qual razão? Por lhe haver faltado uma só coisa: a *Graça*, o auxílio e o apoio do Divino. Assim também, para se ter sucesso na busca do conhecimento do *Ser*, é tolice confiar nos recursos próprios e nas próprias habilidades físicas, mentais e intelectuais. O que é necessário é reconhecer e cultivar o espírito de unidade com tudo que existe.

É um fato indiscutível que há, hoje em dia, uma abundância de facilidades, conveniências e engenhocas modernas como aviões, automóveis, cinemas, televisores, computadores, rádios e vídeos. Entretanto, o questionamento básico e pertinente nesse contexto é: “Quem se beneficia de todas essas comodidades?” Sem dúvida, a resposta a esta questão será: “Eu”. Se existe o “eu” para começar, todo o resto se seguirá. Na ausência desse “eu”, não haverá produtor nem consumidor e, conseqüentemente, não haverá necessidade de produzir. Assim, podemos constatar que tudo se concentra no “eu”. Em outras palavras, “os homens são mais valiosos que todas as riquezas do mundo”. No entanto, é importante reconhecer que o homem é divino em essência e que essa divindade não pode ser experimentada a não ser por meio de *Atma Jñana* – o *conhecimento do Ser*.

A *Devoção* – *Bhakti* – é o melhor meio de experimentar esse *conhecimento do Ser* e desfrutar da *Bem-aventurança do Ser* – *Atma ananda*. E o que é *Devoção*? *Devoção* é a constante contemplação do *Ser*. *Devoção* e *Sabedoria* – *Bhakti* e *Jñana* – não são duas coisas diferentes. *Devoção* é *Sabedoria*, e *Sabedoria* é *Devoção*. Elas estão intimamente relacionadas e dependem uma da outra. O elo singular que une *Bhakti* e *Jñana* é o Amor Divino – *Prema*. Com esse laço sagrado, que é *Prema*, vocês podem amarrar o próprio Senhor.

A “*Bhagavad Gita*” nos aconselha, dizendo: “Elevem-se por seus próprios esforços”. Mas, contrariando esse conselho, muitas pessoas vivem suas vidas com a noção equivocada de que, se tiverem filhos, estes os ajudarão a alcançar o paraíso após a morte, executando os rituais fúnebres apropriados<sup>68</sup>. É tolice pensar que aqueles que têm filhos alcançarão os mundos superiores, enquanto que os que não têm estarão destinados aos mundos inferiores. Além do mais, *Shraddha* não significa convidar um sacerdote brâmane, lavar seus pés, alimentá-lo de forma suntuosa e obter suas bênçãos. O real significado da palavra *Shraddha* é oferecer o alimento sagrado e a fé aos Pés de Lótus do Senhor.

E o que é esse alimento? Não é o bolinho de arroz que normalmente se oferta, mas sim o corpo humano. Assim, a verdadeira oferenda de alimento sagrado é oferecer seu corpo, todas as suas faculdades e habilidades físicas e mentais a serviço do Senhor, que se manifesta na forma do Universo.

---

67 Meio irmão dos Pandavas (heróis do Mahabharata), que lutou ao lado dos perversos Kauravas.

68 Baba se refere ao ritual chamado *Shraddha*, que deve ser executado pelos filhos da pessoa morta. Esta é uma das razões pelas quais alguns hindus desejam ter filhos.



Na terminologia do Vedanta, o corpo humano é chamado de *“tunga-bhadra”*. *Tunga* significa muito elevado, vasto, grandioso, etc. e *bhadra* significa bom, sagrado, auspicioso, refulgente, etc. Dar essa denominação ao corpo humano implica dizer que ele está destinado a executar nobres atividades que tragam bem-estar à sociedade. Portanto, para ser digno desse nome, vocês devem dedicar seus corpos e mentes ao amoroso serviço a todos os seres. Nesse contexto, devem recordar o luminoso exemplo do grande santo e músico *Thyagaraja*<sup>69</sup>, que provou ser digno de seu nome, que significa “Rei da Renúncia”. Quando o governante de Tanjavur enviou-lhe de presente várias joias e provisões para o sustento de sua família, ele recusou a oferenda e cantou, improvisando assim, uma canção dirigida à sua mente:

*“Ó querida mente! O que é que proporciona felicidade real? A riqueza ou os Pés de Lótus do Senhor?  
Por favor, diga-me a verdade!”*

Em seguida, cantou uma oração ao Senhor:

*“Ó meu amado Senhor Rama! Acaso deseja tentar-me com essas riquezas  
e torná-las uma desculpa para que me abandone?  
Estou segurando com firmeza Seus Pés de Lótus com ambas as mãos...  
Como poderiam essas mãos abandonar Seus Pés sagrados,  
que são meu permanente e precioso tesouro,  
para receber essas transitórias bijuterias de tentadora riqueza?”*

Então, como Thyagaraja, que provou ser digno de seu nome, vocês também devem provar ser dignos do nome *“tunga-bhadra”*, que as Escrituras atribuíram ao corpo humano.

Estudantes!

Este *Curso de Verão* é uma oportunidade de ouro para vocês. Tantas pessoas veneráveis e eminentes com rica experiência de vida estão ofertando-lhes informações muito valiosas. Vocês devem, por sua vez, utilizar toda essa informação para a sua transformação, o que só é possível se colocarem em prática pelo menos umas poucas coisas das muitas que têm ouvido aqui.

---

69 1767-1847 DC - Thyagaraja está entre os mais populares compositores de música do sul da Índia. Ele compôs 700 versos e musicou-os em 500 melodias (ragas) diferentes. Espiritualmente, foi um ser que não se importava com nada além da Graça de Deus.

## 13- O QUE É LIBERDADE

*Como é brilhante e trêmula a gota d'água na pétala de lótus!  
Assim é a vida humana neste mundo transitório.  
A vida é cheia de lutas, doenças e decepções.  
Que lástima! A tristeza e o sofrimento reinam supremos neste sórdido mundo.  
Portanto, ó mente tola, refugie-se no Nome do Senhor:  
Govinda, Govinda, Govinda!*

Queridos Estudantes!

As pessoas, em geral, não conseguem entender o que é *espiritualidade* e o que é *liberdade individual*. Espiritualidade não significa viver na solidão, bem distante da sociedade. Ao contrário, a verdadeira espiritualidade consiste em semear as sementes do amor nos corações de todas as pessoas e facilitar o florescimento da paz e do amor divino na humanidade inteira. Se investigarem a fundo sobre a natureza do princípio divino, verão que espiritualidade e liberdade individual não são duas coisas separadas.

Se o indivíduo tem a permissão de expressar seus sentimentos e pensamentos de uma plataforma pública sem qualquer censura ou impedimento, diz-se que ele desfruta de liberdade individual. Porém, a verdade é que ninguém possui liberdade absoluta neste Universo. A palavra liberdade tem sido usada na política com frequência e sem restrições. O que é liberdade? Livrar-se do domínio estrangeiro e estabelecer a soberania dos nativos da nação foi considerado como liberdade antes de a Índia conquistar sua independência política. Mas isso não foi nem libertação individual, nem libertação fundamental; foi apenas uma substituição do domínio estrangeiro por um domínio local, com pouca ou nenhuma alteração no aspecto da liberdade como tal. Após a partida dos estrangeiros, pensamos que os nativos haviam conquistado sua liberdade, mas liberdade em que aspecto? De que serve simplesmente repetir “liberdade, liberdade”? Somente quando tivermos alcançado a *união* poderemos declarar ter atingido a liberdade. Falar de liberdade sem conquistar a união demonstra somente a liberdade das palavras, não a liberdade dos indivíduos. A verdadeira liberdade brota do nível do Coração.

O que quero dizer com “Coração”? Não é o coração físico, feito de carne e sangue. O *Coração Real* é aquele que não tem ligação alguma com qualquer lugar, tempo, indivíduo ou país em particular. É o *Princípio Divino*, presente igualmente em todas as pessoas, em todos os momentos, em todos os lugares e em todos os países. Esse Coração não tem forma. Aquilo que consideramos como coração, dentro do corpo humano, aparece e desaparece em meio à existência. Porém, o que denominamos Coração em termos espirituais não conhece princípio nem fim. Ele é eterno e imutável. Por isso, a verdadeira liberdade consiste em reconhecer e realizar esse Coração – o *Princípio Divino* –, o qual, quando conhecido, torna o indivíduo conhecedor de tudo.

O macrocosmo é tal qual o microcosmo<sup>70</sup>. Microcosmo refere-se ao indivíduo, e o macrocosmo, à soma total da Criação. Aquele que conhece o *Ser* conhece tudo. Hoje, o homem tenta conhecer tudo sobre o mundo. Sente-se orgulhoso por achar que sabe tudo, mas esquece-se de que não conhece a si mesmo. Uma das “Upanishads” menciona um sábio chamado Uddalaka, que enviou seu filho Svetaketu para estudar com outro mestre. Svetaketu levou doze anos para dominar todos os ramos do conhecimento. Cheio de orgulho, voltou a seu pai e contou-lhe sobre sua profunda erudição. Então, o pai perguntou: “Ó meu filho, acaso você aprendeu aquilo que, ao ser conhecido, o tornaria conhecedor de tudo?” O filho ficou perplexo com essa questão, que abalou seu orgulho acadêmico. De todos os tipos de orgulho, aquele relativo ao conhecimento é o pior. Ao apresentar essa questão intrigante ao filho, o sábio Uddalaka o fez reconhecer a superioridade do autoconhecimento – *Atma Jñana* –, comparado com o conhecimento secular – *Loka Jñana*.

Se vocês perguntam a alguém: “Quem é você?”, e essa pessoa responde: “Eu não sei quem sou”, o que pensariam dela? Que é uma pessoa louca. Do mesmo modo, se buscam saber a respeito de tudo sem saber quem vocês são, seriam vocês diferentes de um louco? Portanto, primeiro que tudo, vocês devem buscar saber quem são. Vocês podem dizer: “Eu sou Ramaiah”, mas “Ramaiah” é o nome dado ao seu corpo. Quem, entretanto, é esse “Eu” que está na sua resposta, e que está separado de “Ramaiah”? Vocês devem compreender a natureza desse “Eu”, que nada mais é do que o “Coração”. Esse “Eu” é o *Atma*, o *Ser*. Ele é Brahman, a *Realidade Suprema*. Este *Coração* permeia tudo, é Onipresente.

Considerem esta ilustração: um pintor está produzindo um belo quadro de uma dançarina. A imagem mostra o corpo da moça com seus membros em movimento envolvidos no processo da dança. Em outro quadro, vemos altas montanhas e vales profundos. Porém, em ambas as pinturas, se você tocar a tela com os dedos, não encontrará, de fato, nenhuma elevação, depressão ou movimento. Assim também se passa com o mundo dos fenômenos: vocês se deparam com inúmeras diferenças como altos e baixos, bem e mal, pecados e virtudes, verdade e falsidade, dor e prazer, etc. Entretanto, no nível do *Coração*, não encontrarão nenhuma dessas dualidades ou pares de opostos.

Vamos considerar outro exemplo. Temos aqui um copo de prata. Ele possui um nome e uma forma. Se removerem ou ignorarem o nome e a forma, que resta? Somente a prata. Ele foi prata antes de tornar-se um copo. Mesmo possuindo a forma de um copo, ele é somente prata. Se o copo for destruído e transformado numa massa disforme, ele continuará a ser simplesmente prata. Portanto, o copo nada mais é do que prata, no princípio, no meio e no fim. O nome e a forma de copo estavam ali somente no meio, mas não existiam nem no começo nem no fim. Aquilo que não existe no início e nem no fim, mas somente no meio, é considerado realmente inexistente, mesmo no meio. Sua aparente existência é apenas um mito, uma ilusão. Por essa razão, esse mundo material é chamado de *Universo Ilusório – Mithya Jagat*.

A *Existência é Una – Ekam Sat*. Quando não há uma segunda coisa ou pessoa, como pode surgir a questão da liberdade ou escravidão? Assim, esses conceitos de liberdade e escravidão são apenas invenções de nossas próprias mentes. Só prestamos atenção e damos valor à Lua quando o Sol não está presente. Por que isso ocorre? A Lua não tem brilho próprio; sua luz é o reflexo dos raios do Sol. Do mesmo modo, quando não vemos o sol do *Ser*, damos valor ao brilho da lua que é a mente. Os “Vedas” revelaram que a mente é um reflexo da Lua. Assim, nós alimentamos a mente, devotando cada vez mais tempo e atenção a ela, enquanto não nos engajamos na *investigação do Ser – Atma Vichara*.

Vocês só enxergam todas essas diferenças entre espiritual e secular, sagrado e mundano, liberdade e escravidão, homem e mulher, criação e Realidade Absoluta porque possuem mente. Todas as dualidades são criações da mente.

Quero esclarecer alguns pontos relativos ao debate que aconteceu aqui sobre liberdade e escravidão<sup>71</sup>. Imaginem que um homem esteja sofrendo de pobreza absoluta. Ele está com muita fome e, nem mendigando, consegue alguma comida. Então, ele sente que tem a liberdade de recorrer ao roubo para matar sua fome. Embora possa pensar assim devido ao seu egoísmo, sua consciência não aprova o roubo. Então, como se pode chamar isso de liberdade, quando sua consciência o desaprova? No máximo, pode-se chamar isso de liberdade com amarras. Quando é que alguém está realmente livre? Somente quando a mente é destruída.

Quando se usam as expressões *swabhava* e *swechcha*<sup>72</sup>, é necessário compreender seu verdadeiro significado. *Swa* significa o *Ser*, o *Atma*. Portanto, *swabhava* significa a *Natureza do Atma*. Do mesmo modo, *swechcha* (*swa + ichcha*) significa a *Vontade do Atma*. De forma literal, essa expressão deve ser entendida como a *vontade* que está de acordo com o *Atma*, uma vez que o *Atma*, por si só, não possui vontade. À luz desses significados, é incorreto utilizar os termos *swabhava* e *swechcha* em conexão com assuntos ligados às atividades do corpo, dos sentidos, da mente e do intelecto. Deve-se reconhecer que a vida do homem é regulada pelas leis da Natureza de um lado e pelas leis e regras feitas pelo homem, de outro lado. Sendo assim, não há sentido em cada um pensar que possui liberdade para agir como quiser. Só Deus pode ser considerado livre. Mesmo essa é uma verdade relativa, porque, em termos absolutos, a *Existência é Una*, e, portanto, a palavra “liberdade” não tem lugar nesse contexto.

As pessoas falam de rendição levianamente. Algumas reclamam: “Eu me entreguei completamente a Swami, mas não há fim para os meus problemas, dificuldades, sofrimentos e tristezas”. No Meu ponto de vista, não há aqui rendição alguma. A verdadeira entrega jamais leva em conta a presença ou ausência de tristeza, sofrimento, miséria e coisas desse tipo.

Há outros que dizem: “Quando me sento em meditação, entro em *samadhi* por algum tempo”. Que é *samadhi*? Nos livros escritos pelas pessoas do mundo, com visão mundana, podem-se encontrar várias descrições de *samadhi*. Enquanto medita, a pessoa pode perder a consciência do corpo, mas isso não

---

71 Baba refere-se às outras palestras do Curso de Verão.

72 Nesse caso, podem ser traduzidas, respectivamente, como “tendências naturais da pessoa” e “livre-arbítrio, vontade própria”

pode ser chamado corretamente de *samadhi*. Isso pode ser um sintoma de fraqueza, um ataque, histeria ou emoção, mas, jamais, um sinal de *samadhi*. Só merece o nome de *samadhi* a fusão da mente no *Atma*. Nesse estado, o indivíduo não experimenta dualidade.

A palavra *samadhi* é formada de *sama* + *dhi*, que, essencialmente, significa *equanimidade mental*. Em tal condição, não haverá nem vestígios de diferenças tais como prazer e dor, ganho e perda, virtude e pecado ou criação e Criador. Isso sim é evidência de *equanimidade mental*. Essa é a verdadeira *swabhava* – a *Natureza do Ser*. Contrariamente a isso, se um homem aspira obter algo em sua vida e, para alcançá-lo, trilha vários caminhos, podemos considerar tudo isso como uma indicação de aberração mental.

Enquanto a mente estiver ali, ninguém pode declarar haver experimentado a liberdade. Na linguagem mundana, pode-se dizer: “Eu tenho dinheiro. Eu o estou doando para fulano. Essa é a minha liberdade, etc”. Mas, para dizer a verdade, isso não é liberdade nem livre-arbítrio. A mente é a mistura dos *três atributos*: *satwa*, *rajas* e *tamas*<sup>73</sup>. Um ou mais desses três atributos podem tornar-se dominantes, em um dado momento, numa pessoa qualquer. No exemplo, a mente do homem que está doando dinheiro está sendo motivada pela *guna satwa* a ofertar alguma coisa em caridade a um necessitado. Portanto, se o homem age sob influência das *gunas*, como pode ele dizer que tem livre-arbítrio? Concluindo, ter liberdade é algo impossível para qualquer um que seja parte da Criação.

O juiz Khastagir disse a vocês, agora há pouco, que uma pessoa é livre para exercitar-se girando uma espada como quiser em sua própria casa, mas não tem essa mesma liberdade em uma rua pública, porque estará indo contra regras e regulamentos governamentais e arriscando-se a ser detida pela polícia. Entretanto, literalmente, quando o homem se exercita nos aposentos de sua casa, o que está em jogo não é a liberdade, mas a satisfação de um desejo. Sempre que o homem realiza algo para seu benefício pessoal, isso somente significa que ele desejou essa coisa. Só pode ser chamado de Liberdade real aquilo que emana do Coração, sem ter relação com local, tempo, pessoa ou coisa. Pessoas muito talentosas, ocupando seus diferentes ofícios, não adquiriram suas habilidades de algum lugar exterior. Todos esses talentos são manifestações de suas próprias potencialidades inatas. É pura ignorância pensar que alguma pessoa possa ser desenvolvida por alguma outra. Tudo está dentro de vocês. Tudo que fazem por meio de esforço é manifestar ou expressar externamente aquilo que já está em seu interior. Então, também no campo da espiritualidade, tudo que precisam fazer em termos de disciplina espiritual é remover a obstrução, isto é, a ignorância que impede a manifestação da divindade que já está presente em vocês. Krishna ensinou essa mesma verdade a Arjuna, dizendo assim:

“Arjuna, você não conhecia a arte de atirar com o arco quando nasceu. Você tem a impressão de que Drona o instruiu e que por isso adquiriu essas habilidades marciais de algum lugar fora de você. Mas não é correto pensar que Drona foi seu instrutor e você aprendeu essas técnicas como algo novo. Tudo que ele fez foi facilitar a manifestação daquilo que já estava dentro de você.” Lembre-se de que qualquer professor, ou mesmo um grande homem, dotado de poderes extraordinários, não pode revelar aquilo que não esteja dentro de você. Sorte ou azar, felicidade ou miséria – tudo isso está somente em você. Suponha que você esteja cavando um poço. Ao chegar à profundidade de, digamos, 30 metros, você encontra uma boa fonte que fornece água em abundância. Por acaso você criou aquela fonte ou a trouxe de algum lugar qualquer? Não! A água já estava lá o tempo todo. Ela se tornou acessível porque a terra que a escondia foi removida. Do mesmo modo, a divindade está sempre presente em você, mas está esquecida.

Por qual razão você se esqueceu dela? Por causa de sua falsa identificação com o corpo. Enquanto houver mente, o homem não conseguirá escapar dos vários pensamentos. Eles são indicação da liberdade da mente, mas não da liberdade do homem. Sampath disse-lhes que um estudante tem a liberdade de questionar o professor e de obter respostas, mas isso não deve ser classificado como liberdade, mas sim como *dever*. O dever do estudante é seguir os regulamentos do sistema educacional, que inclui fazer perguntas e obter respostas. Vocês devem compreender a diferença entre liberdade e dever. O dever pode ser compreendido segundo três categorias: *relacionamento*, *compulsão* e *obrigação*<sup>74</sup>. As diferenças entre as três ficarão claras se considerarmos alguns exemplos.

Você deseja reunir os colegas para um chá em um domingo ao entardecer. Os convites foram, então, feitos com antecedência, porém, às quatro da tarde de domingo, você desenvolve uma febre alta. Sendo

---

73 Em toda a Criação existe uma mescla dessas três qualidades básicas. *Satwa* indica pureza, equilíbrio, sacralidade; *rajas* indica paixão, atividade, agitação; *tamas* indica preguiça, inércia, embotamento.

74 Em sânscrito, Baba usou os termos *Sambandham*, *Nirbandham* e *Kartavyam*, respectivamente.

assim, avisa a todos os convidados que a reunião está adiada.

Nessa situação, vocês, se desejarem, podem ou não realizar o encontro, mas isso não é liberdade: é “relacionamento”, ou seja, algo voluntário e opcional.

A seguir, vejamos a “compulsão”. Você está trabalhando e, subitamente, é atacado por uma febre alta. Mas, naquele mesmo dia, o chefe virá inspecionar seu escritório, e, assim sendo, você não poderá ausentar-se. Por isso, corre para o médico, toma uma injeção e algumas pílulas e vai trabalhar compulsoriamente, apesar de estar sofrendo com a febre. Este é um caso de “compulsão”.

Em terceiro lugar, a “obrigação”. Devido a uma razão qualquer, surge uma briga entre você e sua esposa. Em um ataque de raiva, você bate em sua mulher. Ela sai correndo para o quarto e se deita na cama, chorando de agonia. Ela não foi para a cozinha preparar o jantar. Você está, então, sentado no escritório, extremamente irritado por duas razões: primeiro pela razão que o levou a brigar com sua mulher; segundo, porque ela não fez o jantar, e você está com muita fome. Assim, devido à combinação de raiva e fome, você está muito perturbado. Nesse exato instante, um bom colega seu vem visitá-lo. Você o saúda sorrindo e oferece-lhe um assento. A seguir, vai para o quarto e diz a sua esposa em voz baixa, mas com um tom de irritação: “Meu colega está aqui. Prepare um café”. Você mostra uma fisionomia zangada para sua mulher e uma cara feliz para o seu colega. Você não quer que seu colega saiba de sua briga com a esposa, nem quer que sua mulher veja que você está feliz na companhia do colega. Por essa razão, você se sente obrigado a ajustar seu comportamento, adequando-o às diferentes pessoas e situações, em conformidade com as diferentes normas de etiqueta. Isso se chama “obrigação”.

Hoje em dia, as pessoas em geral já deixaram de lado todos os três: *relacionamento*, *compulsão* e *obrigação*. Por essa razão, há um declínio geral da retidão na sociedade moderna. Deve-se notar que o homem não tem liberdade ao agir segundo o relacionamento, a compulsão ou a obrigação, como foi descrito acima. A liberdade só existe no nível do *Atma*, do *Ser*.

Engaje-se em qualquer atividade, mas sempre mantenha em vista a sua verdadeira natureza: o *Atma*. Se assim fizer, você certamente desfrutará da real liberdade. Não há dois tipos de liberdade: a individual e a espiritual. Espiritualidade é liberdade. Liberdade é espiritualidade. Não é possível que as duas existam separadamente. Existe somente uma entidade, que assumiu diferentes nomes e formas, do mesmo modo que o mesmo leite assume nomes e formas diferentes, como coalhada, iogurte, manteiga, creme, etc. Do mesmo modo, *salokyam*, *samipyam*, *sarupyam* e *sayujyam* são nomes diferentes para a experiência espiritual. Entretanto, as quatro são etapas sucessivas no processo da *Realização de Deus*. *Salokyam* significa pensar sempre em Deus e viver no mundo espiritual, o mundo divino, em oposição ao mundo material. *Samipyam* indica aproximar-se de Swami, de Deus. *Sarupyam* significa tornar-se semelhante a Swami, e *sayujyam* é o estágio final, de tornar-se o próprio Swami, isto é, a fusão completa sem traço de dualidade.

Se alguém neste mundo diz que possui liberdade, ela só pode se chamada de “liberdade da loucura”, ou também, de “liberdade do ego” ou “liberdade do apego”. É tolice de sua parte pensar que são livres para ofender ou bater em suas esposas e filhos. Se desejam aumentar sua liberdade suprimindo a liberdade dos outros, isto será puro egoísmo e nada mais. A verdadeira liberdade está em não interferir na liberdade dos outros. Vocês não encontram essa liberdade neste mundo. O que encontram nesse mundo é uma hierarquia de controles, com aqueles que estão acima controlando os que estão em níveis inferiores. Isso resulta em perda de liberdade para todos, exceto, talvez, para a pessoa no posto mais elevado da hierarquia. Mas, para falar a verdade, mesmo essa pessoa que ocupa o posto mais alto na pirâmide hierárquica não pode dizer que é livre, porque a questão da liberdade não existe quando há somente um, sem um segundo. Aquilo que chamamos de “liberdade individual” e “direitos fundamentais” podem servir ao propósito de nos permitir levar adiante nossos assuntos mundanos, mas, em termos absolutos, não há verdadeira liberdade envolvida nesses assuntos.

Do exposto acima, chegamos à conclusão de que, de qualquer ponto de vista que consideremos, não há e não pode haver liberdade para o homem. De fato, ele não sabe o que significa a verdadeira liberdade. Aquele que é livre não nasce neste mundo. Aquele que entra neste mundo com um corpo não pode ser livre. Jayamma lhes deu o exemplo de um animal amarrado a uma estaca com uma corda de três metros de comprimento, ilustrando assim que o animal tem uma liberdade limitada dentro dos três metros de raio. Porém como se pode falar em liberdade quando o animal está com seu pescoço amarrado a uma corda presa em uma estaca, que o impede de afastar-se mais de três metros? Tudo que está preso a limitações, quaisquer que sejam, não pode nem deve ser considerado como tendo liberdade. Isso só

mostra que temos o hábito de usar as palavras sem saber seu significado correto.

Se vocês compreenderem o verdadeiro significado do “Coração”, reconhecerão que ele está além de todas as limitações. O mesmo Coração que existe em vocês está dentro de todos os outros, inclusive daqueles que vocês odeiam ou que os odeiam. Vocês podem duvidar, pensando que, se todos têm o mesmo Coração, por que seus pensamentos, atitudes e atos seriam diferentes.

Estudantes!

Lembrem-se de que todas essas diferenças são criadas pela mente e nada têm a ver com o Coração; não o coração físico, mas o espiritual, que é Onipresente. Ele não tem forma, mas é a base de todas as formas, assim como o açúcar é a base comum de todos os doces, que, moldados em diferentes formas, cativam o gosto de diferentes crianças.

Todas as diferenças que vocês encontram no mundo nada mais são do que reflexos de suas mentes. Se vocês amam, odeiam ou ridicularizam alguém, tudo isso é somente reflexo de vocês mesmos. Quando deixam de lado essas *reações, reflexos e ressonâncias* de suas mentes, que surgem diante de vocês no mundo material, e tomam posse do Coração, denominado *Realidade*, desaparecem todas essas diferenças de pensamentos, sentimentos, atitudes, etc. Deus não tem pensamentos ou sentimentos de qualquer tipo, mas, aparentemente, reage aos pensamentos, sentimentos, atitudes a ações tais como a adoração, a prece, etc. oferecidos pelos devotos. Não tem preferências nem aversões, nem fica zangado com alguns e contente com outros. Não tem mudanças de humor, de tempos em tempos, com respeito à mesma pessoa ou diferentes indivíduos, como muitos de vocês imaginam. É claro que, como resultado de assumir um corpo, os Avatares também parecem ter tais reações, reflexos e ressonâncias, mas isso ocorre somente para estabelecer exemplos para os outros e ajudá-los a reformar a si mesmos, a fim de que consigam o necessário progresso em sua jornada espiritual. Deus não diferencia ou discrimina pessoas com base na sua posição social alta ou baixa, juventude ou idade avançada, sexo masculino ou feminino, país de origem, etc. Todas essas são diferenças pertencentes ao mundo material, que nada têm a ver com a Divindade. É a mais pura estreiteza mental pensar que Rama nasceu numa família da Aristocracia Guerreira<sup>75</sup>; que Krishna nasceu entre os Yadavas, uma família de criadores de gado; ou que Sai Baba pertence à família Raju, da casta Kshatriya e assim por diante.

Deus jamais terá essas diferenças. Se compreenderem corretamente a natureza do Princípio Divino do *Atma*, não haverá lugar para essas diferenças e discriminações triviais e mesquinhas.

Como seres viventes deste vasto Universo, vocês devem desenvolver pensamentos e sentimentos amplos, a fim de compreender a natureza infinita do *Atma*. A espiritualidade não deve ser encarada de um ponto de vista estreito. Realizar atos de adoração, cantar cânticos devocionais, meditar e coisas desse tipo são considerados por muitos como sinais de espiritualidade. No entanto, todas essas coisas não são mais que desvios mentais, que servem somente para dar satisfação mental aos praticantes. Vocês louvam a Deus dizendo: “Senhor, Tu és minha Mãe, meu Pai, meu Amigo”, e assim por diante; mas para que todo esse palavreado? Por que não dizem simplesmente “Você sou Eu e Eu sou Você”, e pronto?

Nesse contexto, não é correto dizer “Eu e Você somos um”, porque vocês e Eu somos “Nós” e, nunca, “Um”. Seria melhor dizer: “Nós e nós somos Um”, porque Eu estou em vocês e vocês, em Mim. Assim, quando o “nós” se junta, torna-se Um. Porém, mesmo na declaração “nós e nós somos Um” existe dualidade, porque “nós” compreende o corpo físico e o princípio Divino do *Atma*.

Se vocês compreenderem a natureza desses dois aspectos de sua personalidade, não pensarão em relacionamentos como os de mãe, pai, amigo, etc. entre vocês e Deus. Ambos são um só, embora pareçam ser dois. Temos um exemplo concreto para isso: os microfones diante de Mim parecem ser dois, mas funcionam como um só no processo de amplificar Minha voz, tornando-a audível para todos vocês. Do mesmo modo, vocês devem visualizar e reconhecer a unidade entre o corpo e o Coração Espiritual, o *Atma*. Esta é a única disciplina espiritual que deveriam praticar.

Estudantes!

Espiritualidade significa fusão com Deus. Vocês não são diferentes d’Ele. Vocês são Deus e Ele é vocês. Quando se estabelecerem firmemente nessa crença, não precisarão realizar qualquer outra prática espiritual. É claro que muita gente repete como papagaio: “Eu e você somos um só”, mas não vivem de acordo com essa declaração. Uma breve história ilustra esse ponto. Um guru ensinou o mantra

---

75 A casta dos Kshatriyas, os príncipes guerreiros da antiga Índia.

“Shivoham” para um de seus discípulos e disse-lhe que o significado é “Eu Sou Shiva”. Enquanto o discípulo repetia “Shivoham”, “Shivoham”, um colega chegou e perguntou o significado do mantra. Quando lhe foi dito o que significava, perguntou novamente: “Se você é Shiva, qual é o seu relacionamento com Parvati?” A reação imediata do discípulo foi: “Senhor, perdoe minha ofensa! A Deusa Parvati é muito superior a mim e merece meu culto e minha adoração”.

O que se deve observar aqui é que, se o discípulo tivesse fé e convicção reais no mantra “Shivoham”, que implica o fato de haver um só Deus aparentando haver assumido todos os nomes e formas dos vários deuses e deusas, bem como de todos os seres do Universo, ele teria apresentado a resposta correta ao seu colega, que teria sido esta: “Eu também sou Parvati”. Em vez disso, veio essa resposta equivocada pela crença na tradicional relação entre marido e mulher, ou seja, de que Parvati é a consorte de Shiva.

Portanto, esse tipo de complicação irá surgir se vocês pensarem em Deus baseando-se nessas relações físicas e mundanas como mãe, pai, etc. Em lugar disto, deveriam ter uma fé inabalável na Unidade da Divindade e afirmar: “Eu sou Você”, “Você é Eu”, “Nós não somos dois, mas Um só”. Essa é a verdadeira liberdade inerente em vocês.

Nesse contexto, deveriam compreender o correto significado dos termos “Swadharma” e “Paradharma”, usados na “Gita”. *Swadharma* significa *Dharma do Atma*, e não os deveres atribuídos às diferentes castas, como a dos brâmanes ou dos kshatriyas e assim por diante. Do mesmo modo, *paradharma* significa *Dharma do corpo*. É nesse sentido que devem interpretar a declaração da “Gita”: “Paradharma bhayavahah<sup>76</sup>”, que, na verdade, significa que, se vocês seguirem o *dharma* do corpo físico, o medo será sua recompensa na vida. Ao contrário, se seguirem o *Dharma do Atma*, vocês não saberão o que é temor.

Se compreenderem desse modo o significado dos versos e palavras da “Gita” e conduzirem suas vidas por eles, vocês não temerão calúnia, ridículo, tristeza nem sofrimento.

Estudantes!

Vocês podem ou não acreditar em Mim quando digo que não sei o que é tristeza, preocupação ou sofrimento! Alguns podem elogiar-Me, ou mesmo adorar-Me, enquanto outros Me criticam ou caluniam. Fazem isso por sua própria vontade e para seu prazer em qualquer dos dois casos. Eu não me incomodo nem um pouco. Minha atitude para com os que me ofendem é esta: se fazem isso em voz alta, eu digo: “Foi-se com o vento”. Se a ofensa é silenciosa, em pensamento, eu digo que isso só magoa a eles mesmos, pois nada disso me atinge. Em qualquer caso, por que Eu deveria ficar preocupado? Portanto, se vocês estão estabelecidos na *Realidade*, jamais serão afetados pelo louvor ou pela crítica, pela alegria ou pela tristeza. Algumas pessoas vêm a Mim para reclamar sobre as perdas sofridas em suas famílias ou sobre algum tipo de dor ou sofrimento, etc. A eles Eu respondo dizendo: “Muito feliz!”<sup>77</sup> Vocês devem notar que esse tipo de felicidade permanece o mesmo sob todas as circunstâncias, porque se baseia no *Princípio do Atma*, em que “*tudo é o Atma*”. Apesar disso, às vezes, eu finjo estar zangado com os estudantes devido a seu mau comportamento. No entanto, essa é só uma manifestação exterior de raiva, não vem de dentro. Eu posso deixar de falar com algumas pessoas por meses a fio: esse é o medicamento que os curará da doença de seus maus hábitos, corrigindo-os. Que direito tem qualquer pessoa de questionar Swami por não estar falando com ela?

Um breve exemplo disso. Quatro pacientes vão a um médico. Todos eles chegam com a mesma queixa de dor de estômago. O médico examina cada um deles. Um é mandado para casa com a recomendação de fazer compressas de água quente; o segundo paciente recebe determinada mistura de sulfato de magnésio com bicarbonato de sódio, e o médico diz-lhe que terá sua dor, causada por gases, curada. Para a terceira pessoa ele fornece alguns comprimidos. Já o quarto paciente precisará passar por uma cirurgia imediata, porque sua dor de estômago é causada por uma apendicite. De forma semelhante, Eu dou tratamentos diferentes às várias pessoas, com base em suas necessidades e para seu próprio benefício. Definitivamente evito olhar para algumas pessoas, deixo de falar com outras, afasto-me ou passo longe de algumas outras embora elas tentem atrair a Minha atenção. Todas essas são receitas Minhas para suas doenças respectivas. Por que aplico esse tipo de tratamento? Eu tenho princípios. Minha palavra é muito preciosa. Mesmo que vocês não deem valor ao que eu digo, dou muita importância e valor a elas. Se alguém não valoriza Minhas palavras, não gosto de desperdiçá-las

---

76 Verso 35, Capítulo 3

77 A expressão que Swami usou foi “*Chala Santosham*”

conversando com essa pessoa. Portanto, para resguardar o valor daquilo que digo, paro de falar com determinadas pessoas. Em lugar de reclamar que Swami não fala com vocês, por que não responsabilizam a si mesmos por não agirem segundo as instruções de Swami? Essa não é uma “rua de mão única”. É uma questão de “dar e receber”. Se as ordens de Swami são obedecidas incondicionalmente, Sua Graça se derramará sobre vocês automaticamente. Não necessitarão de preces especiais por Sua Graça.

Primeiro que tudo, valorizem suas próprias palavras. Lembrem-se deste sábio provérbio: “A verdade é a vida de uma palavra; um batalhão de bravos soldados é a vida de uma fortaleza; o recato é a vida de uma mulher, e a assinatura é vida de um cheque”.

Ninguém pode compreender a natureza da Divindade. Deus jamais fica exaltado ou deprimido. Mesmo que o mundo inteiro me culpasse e insultasse, Eu não ficaria deprimido; mesmo que o mundo inteiro me elogiasse eu não me sentiria exaltado. Isso acontece porque Eu estou estabelecido na *Verdade*. Não haverá espaço para qualquer preocupação ou ansiedade se vocês estiverem firmemente estabelecidos no *Coração*, no *Atma*, na *Verdade*, que significam a mesma coisa.

Tentem compreender a Divindade de Swami, que é o suporte imutável de tudo aquilo que sofre mudança , e desse modo, santifiquem e justifiquem sua estada aqui neste curso de verão.



## 14- PRÁTICA E PREGAÇÃO

Queridos Estudantes!

O mundo em que vivemos não é permanente. A juventude vem e se vai em meio à vida. Não é um sinal de boa educação vangloriar-se de sua juventude impetuosa e turbulenta. Quanto à riqueza, ela é momentânea como um relâmpago. Esposa e filhos juntam-se a você e se separam de você em meio à correnteza do rio da vida. Antes do casamento, quem era a esposa e quem era o marido? Do mesmo modo, antes do nascimento, quem era a mãe e quem era o filho? Esposa, filho e outros relacionamentos são como os viajantes que se encontram em uma hospedaria à beira da estrada e logo partem durante a noite. Tudo isso é transitório. O que, então, é permanente? Somente duas coisas: o *dharma* e o *renome*. Como dizem as Escrituras: *Tudo aquilo que se pode ver é perecível*. Todo o Universo manifestado será varrido pelo rio do tempo. O olho que vê e o mundo que é visto têm, ambos, uma vida curta.

Um homem que não desenvolve o *olho da sabedoria*, e se contenta com seus dois olhos físicos, não é melhor do que um pássaro ou um animal. A vida humana é valiosa, cheia de propósito, digna de ser vivida e desfrutada. Para o cumprimento do propósito dessa vida humana sagrada e preciosa, é indispensável a aquisição do *Conhecimento do Ser*. As Escrituras proclamam, por um lado, que nascer como um ser humano, em meio a todos os seres do reino animal, é um raro privilégio. Por outro lado, também declaram que um homem desprovido de sabedoria é comparável a uma besta.

Os olhos físicos do homem só podem ver o denso mundo exterior, não a divindade interna, que é profundamente sutil.

Para falar a verdade, os olhos físicos não conseguem sequer enxergar todas as coisas materiais. Por exemplo, não podem ver a si mesmos sem o auxílio de um espelho; também não conseguem ver algumas partes do próprio corpo ao qual pertencem, como a cabeça e as costas. Então, sendo os olhos físicos incapazes de ver plenamente até mesmo o corpo denso ao qual pertencem, como seriam capazes de enxergar a mente sutil? E se são incapazes de ver até mesmo a mente, como poderiam ver o *Atma*, que é o que há de mais sutil? Portanto, os olhos físicos somente são úteis ao homem na execução de suas atividades mundanas neste mundo dos fenômenos.

O olho da sabedoria é essencial a cada ser humano. *Olho da Sabedoria, Olho Divino, Olho do Ser, Olho do Absoluto* são sinônimos que descrevem a mesma coisa. Só quando tiverem a fé inabalável de que tudo é Deus, poderão ver o Universo inteiro como Deus. É por essa razão que as Escrituras recomendam: *Encham seus olhos de sabedoria e verão a Criação preenchida pelo Absoluto Supremo*. A cor da Criação depende da cor dos óculos através dos quais o olho a observa.

Todas as coisas visíveis estão sujeitas à mudança. No entanto, a base de todos esses fenômenos em constante mutação é o *Princípio Divino Imutável – Brahman* –, que pode ser comparado à estrada imóvel que sustenta sobre si a movimentação rápida dos carros e ônibus. Só quando reconhecerem o *Princípio Divino* imutável que sustenta o Universo em constante transformação é que poderão compreender, com facilidade, todo o segredo deste Universo. Sua mente é a responsável pela sua incapacidade de compreender a real natureza deste mundo. A característica da mente é *orientar-se para fora*. O homem desperdiça sua vida, dia e noite, para alcançar objetivos exteriores, como casas, terras, veículos, riquezas e outras, assim chamadas, “propriedades”, as quais, de fato, não são “próprias”. Será que o homem nasceu para conquistar essas coisas triviais? Não! Reconhecer Deus é sua mais importante tarefa na vida. O homem deve reconhecer Deus, senti-Lo, vê-Lo e conversar com Ele. Isto é realização. Isto é religião. De nada serve a pessoa conhecer tudo o mais e não conhecer Deus.

Há alguns minutos, Anil Kumar<sup>78</sup> falou-lhes a respeito de botânica. As flores e frutos que desejamos colher das árvores e que são visíveis em sua copa dependem das raízes ocultas sob o solo para seu crescimento e desenvolvimento. Então, de modo a termos uma boa colheita de flores e frutos, precisamos aplicar água e adubo, não às flores e frutos que estão à vista, mas às invisíveis raízes, pois somente elas podem nutrir a planta. Assim também ocorre com o *Princípio Divino*, que serve de raiz à árvore que é este mundo. Diz a “Gita” que Deus é a semente de todos os seres. Que significa essa declaração? Quando a semente é plantada no solo, germina e, no tempo certo, transforma-se em uma árvore enorme cheia de galhos. De cada um dos galhos, brotam inúmeras flores, que se convertem em incontáveis frutos. Cada um desses frutos terá dentro de si uma semente idêntica àquela que deu origem

---

78 Professor Anil Kumar é muito conhecido por fazer tradução simultânea de discursos de Sri Sathya Sai Baba para o inglês. É um membro docente do Departamento de Biociências das Universidades Sathya Sai em Prasanthi Nilayam, Índia.

à árvore. Portanto, a partir de uma semente, será possível obter centenas de sementes do mesmo tipo.

Voltando à "Gita", Deus é a semente que deu origem à árvore que constitui este vasto mundo. Cada país é um galho da árvore. Em cada um deles, há vários frutos, que são os diferentes seres vivos, os quais carregam dentro de si a semente da Divindade, o que quer dizer que Deus está presente em cada ser, na forma do Espírito, o *Atma*. Os estudantes modernos não fazem qualquer esforço para reconhecer essa verdade sutil, que se esconde por trás do Universo material. Gastam todo o seu tempo especializando-se em assuntos como Física, Química, Zoologia, Botânica, Matemática, Comércio, etc., a fim de que possam ganhar seu sustento, sem dar qualquer importância à meta da vida, que é muito mais importante do que "ganhar a vida".

Conforme diz um dos mais importantes mantras dos "Vedas", a imortalidade só pode ser obtida por meio da *renúncia*, e não pelas boas ações, descendentes, riqueza, etc. Porém que significa exatamente a palavra renúncia? Renúncia não é abandonar esposa e filhos, casa e outras propriedades.

Que, na verdade, mantém vocês atados? É a ilusão da identificação com o corpo. Vocês devem abandonar a falsa ideia de que são o corpo físico e absorverem a verdade de que são o *Atma*. Só assim alcançarão a Liberação. O desapego à consciência corporal os libertará do jugo da escravidão, e o apego a Deus lhes concederá a bênção da Liberação e da fusão com Deus.

Como alguém pode se livrar da consciência corporal? Não se faz isso deixando de comer e beber, reduzindo o corpo a um esqueleto e procurando a morte, mas sim por meio do fortalecimento da fé de que *"Eu não sou o corpo. O corpo, os sentidos, a mente e o intelecto são apenas instrumentos ao meu dispor"*. Vocês devem abandonar sua consciência corporal do mesmo modo que despem uma roupa suja.

No debate ocorrido dois dias atrás, discutiu-se a respeito da liberdade que o indivíduo tem de alimentar-se quando tem fome e de beber água quando tem sede. Mas como podem chamar isso de liberdade? Vocês são forçados a comer para acalmar sua fome, e a beber para matar sua sede. Aqui, estão simplesmente seguindo uma lei da Natureza. Não existe a questão da liberdade nesse fato. Somente a bem-aventurança tem a ver com liberdade. Como podem ter essa bem-aventurança? Podem consegui-la do corpo ou da mente? De maneira alguma. A felicidade que conseguem sentir por intermédio do corpo e da mente é algo momentâneo. Vocês não nasceram somente para desfrutar dessas alegrias triviais e transitórias. Vocês vestiram esses corpos humanos a fim de desfrutar da felicidade imperecível.

Todas as coisas acontecem de acordo com a Vontade Divina. Vocês não são capazes de alcançar coisa alguma por seus esforços pessoais. Na nossa última conversa, mencionei como, em diversas circunstâncias, o homem, apesar de todos os seus esforços, foi incapaz de alcançar seus objetivos, e por outro lado, como o sucesso veio à porta daqueles que não o buscaram com afinco. É seu sentimento de ego que promove a noção equivocada de que são os autores e os desfrutadores das coisas. Vocês são a própria personificação da bem-aventurança. Ela é a sua verdadeira natureza. É uma tragédia que não a reconheçam nem desfrutem dela.

A felicidade é ocultada pelos gostos e aversões. O sentimento de egoísmo e possessividade, a hesitação e a dúvida, o prazer e o desprazer, o apego e a aversão são, todos, como panos grossos envolvendo a bem-aventurança que há em vocês. Quando conseguirem se livrar dos apegos e aversões, descobrirão sua verdadeira natureza. Como é estranho e sem nexos que, apesar de serem a própria personificação da felicidade, estejam procurando por ela fora de vocês! Embora tudo esteja dentro de vocês, insistem em perseguir desejos fortuitos e tolos prazeres sensuais no mundo material. Qual é a causa dessa corrida desenfreada? É a ignorância do fato de que vocês mesmos são a fonte de toda felicidade.

Estudantes! Todos vocês já viram como um enorme elefante, com sua força gigantesca, se submete ao controle do domador franzino que manipula o bastão. Por que isso acontece? Porque o elefante ignora sua própria força. O mesmo acontece com a abelha carpinteira, que é capaz de cavar buracos nos troncos das árvores mais duras, mas que pousa sobre uma tenra flor de lótus, fica presa e morre por não conhecer sua própria força.

Com o homem acontece o mesmo: ele não tenta perceber sua divindade, santidade e felicidade inatas. O problema não é só sua falha em tentar; o que é ainda pior é a sua recusa em acreditar nisso, mesmo depois de ouvir falar a respeito.

Estudantes! Se fizerem o esforço necessário, com certeza experimentarão a verdade de sua própria divindade e bem-aventurança. O cervo-almiscarado, ignorante da fragrância de almíscar que emana de seu próprio umbigo, corre sem parar pela floresta à procura da fonte daquele perfume. Por fim, depois de

muito esforço, deita-se à sombra de uma árvore para descansar, e, ao fazê-lo, aproxima o focinho do umbigo e reconhece a fragrância que emana dali.

Deve dizer a si mesmo: “Como fui tolo! Por não saber que eu mesmo sou a fonte desse perfume, procurei em vão por toda a floresta, expondo-me a inúmeros perigos desnecessários!” Assim é a natureza da ignorância. Esse é exatamente o mesmo problema do ser humano. Sua verdadeira forma é a *Felicidade Eterna*, a *Bem-aventurança Infinita*, a *Bem-aventurança da Unidade*, mas é iludido pelos prazeres sensórios e momentâneos do mundo, que o impedem de procurar, compreender e sentir essa bem-aventurança suprema e divina.

A felicidade do *Atma* é diferente daquela obtida das coisas materiais porque jamais é acompanhada da infelicidade. Se vocês encherem um pote de mingau doce e fizerem vários furos nele, tudo que sairá pelos furos será o doce mingau e somente ele. É isso que ocorre com a *Bem-aventurança do Atma*, que se manifesta de diversas maneiras. Essa é a razão pela qual os santos chamaram o *Atma* de *Ananda*, que significa Bem-aventurança, e descreveram-no de várias formas, como *Felicidade eterna e absoluta*, a *Bem-aventurança da Sabedoria*, a *Felicidade que transcende todos os pares de opostos*, a *pura Bem-aventurança*, a *Felicidade inabalável além do alcance da mente*, a *Bem-aventurança que transcende os três estados da matéria* e assim por diante. Se esse tesouro inestimável está bem aí, dentro de vocês, ao seu alcance, por que deveriam cometer a tolice de correr atrás desse mundo fenomênico, que lhes causa dificuldades e tribulações, sofrimentos e infelicidade?

As tesourarias e bancos que contêm grandes somas em dinheiro são dotados das necessárias medidas de segurança, tais como grossos portões de ferro, caixas-fortes de aço com fechaduras de segurança e vigilância dia e noite provida por guardas fortemente armados. Isso também ocorre com o tesouro inestimável da Bem-aventurança, que é constantemente vigiado pela venenosa serpente denominada “ego”. Mas qual é a origem desse ego? Seria a riqueza, força, posição social, poder ou erudição? Não, nada disso. A raiz geradora do ego é a identificação equivocada que o indivíduo tem com o seu corpo. Quanto às outras coisas, como riqueza, posição, poder, etc. já deve ter ficado bem claro para todos que se trata de coisas passageiras – seja pela evidência de toda a história passada, pelos acontecimentos atuais do mundo, bem como pelos ensinamentos da “Gita” e de outras Escrituras. Esses “bens” sequer os acompanham até o túmulo, que dirá perdurarem no além-túmulo. Aquilo que os acompanha, mesmo depois da morte, é o bem ou o mal que praticaram durante o seu tempo de vida.

Estudantes! Não se esqueçam de que “colherão aquilo que semearem”. Esta é a inviolável Lei da Ação, na qual os indianos acreditam firmemente. Antes de partirem para a ação, perguntem a si mesmos: “Sendo eu a personificação do *Atma*, está correto engajar-me nesta ação mesquinha e deplorável?” Se praticarem esta autorrestrição e autodisciplina, serão capazes de se manter afastados do mal e de se aproximar cada vez mais do *Atma*. Usem seus talentos para o bem-estar do mundo, em lugar de buscarem dinheiro fácil por meio de trapaça e corrupção, na busca de seus interesses pessoais.

Patriotismo – o amor pela terra em que nasceram – é extremamente importante. Certa vez, quando Subhash Chandra Bose<sup>79</sup> era aluno da Universidade de Calcutá, um professor inglês começou a falar de forma ofensiva sobre a Índia e os indianos. O jovem Bose ficou irritado com aquilo, mas controlou, por bastante tempo, seu impulso de reagir. Entretanto, quando o professor excedeu os limites da decência e do decoro, ele não foi mais capaz de conter-se, saltou sobre o inglês e atacou-o com seu sapato. Em poucos minutos, a notícia espalhou-se como fogo na palha por todo o campus universitário. As autoridades formaram um conselho de emergência e decidiram pela suspensão de Subhash por um período de cinco anos. Desse modo, ele sacrificou sua educação para manter a honra de sua terra natal. Por causa disso, seu pai o enviou para Londres, para continuar seus estudos superiores. Ali, ele também manifestou seu patriotismo. Bose destacou-se em seus estudos e assim teve boas oportunidades de permanecer em Londres, caso tivesse interesse no aprimoramento profissional. Mas, motivado por seu fervor patriótico, Subhash retornou à Índia após ter passado com elevadas notas em um concurso público para uma posição privilegiada, porém preferiu seguir a política em lugar de ocupar um cargo no governo. Os estudantes deveriam seguir seu exemplo e sacrificar seus interesses pessoais pelo bem-estar dos demais, alcançando assim, a meta suprema da vida.

Lembrem-se de que a “Bhagavad Gita”, a “Bíblia”, o “Alcorão”, o “Granth Saheb”<sup>80</sup> e as outras Escrituras Sagradas não são destinadas à mera recitação. Seu propósito é serem postas em prática. Não é um sinal de devoção memorizar todos os setecentos versos da Gita ou fazer comentários eruditos sobre

---

79 1837- 1945 – Político indiano famoso por sua participação nas lutas pela independência da Índia ao lado de Gandhi.

80 Livro sagrado do siquismo.

eles. Isso é somente prova de ostentação.

O mundo atual precisa de homens na conduta, não de homens na aparência. Por sua agudeza mental, vocês podem aspirar a títulos honoríficos como Mestre ou Doutor, mas não podem esperar conquistar o título de "Filhos da Imortalidade", o qual os "Vedas" proclamam ser o direito de nascença do homem. Não pode haver outro título igual ou superior a esse, que todos vocês deveriam almejar. Vocês devem desenvolver amor por seu país, por Deus e pelo Dharma. Não há *Dharma* superior à *Verdade*, nem *Verdade* superior ao *Dharma*. Os dois – Verdade e Retidão – são inseparáveis e interdependentes. Tentem praticá-los, pelo menos até certo ponto, para benefício da sociedade como um todo. Só assim compreenderão o que é felicidade. A Bem-aventurança é a meta que desejam atingir ao empreenderem qualquer atividade, seja mundana ou espiritual. A Bem-aventurança é a meta de todas as religiões. Os caminhos podem ser muitos, mas a meta é uma só, assim como as joias podem ser variadas, mas o ouro é um só; as vacas são muitas, mas leite é uma coisa só. Por essa razão, jamais devem criticar qualquer religião. Junto com sua educação, procurem desenvolver a equanimidade e o amor universal, e assim possam experimentar a unidade na diversidade.

## 15- A ASCENSÃO DO HOMEM

*É a grandeza a, glória e a majestade de Deus  
que se veem nos picos nevados das grandes montanhas  
É o Seu sublime silêncio e Sua suprema paz  
que se veem nas florestas remotas e desertos sem fim  
É a Sua gloriosa refulgência, o Seu belíssimo esplendor  
que se observam no Sol, na Lua e nas incontáveis galáxias do céu  
É Seu Amor e criatividade que se veem refletidos nos habitantes  
dos vilarejos, cidades e metrópoles que adornam a Terra  
Tudo de belo que há no Universo é um lembrete e um tributo  
à "Fonte de Toda Beleza", o Divino Senhor!*

Mallamma<sup>81</sup>, do Estado de Karnataka, deu-nos uma simples, porém encantadora descrição da beleza onipresente de Deus nas seguintes palavras: "A flor de lótus é o ornamento do lago; as casas são os ornamentos de uma vila; as ondas são os ornamentos do oceano; a Lua é o ornamento do céu".

Qualquer coisa bela que vejam no mundo nada mais é do que um reflexo da fonte única de toda beleza – O Divino Senhor. Por esta razão as "Upanishads" descrevem Deus como *Sathyam, Shivam, Sundaram* – Verdade, Bondade e Beleza. O ornamento para o gênero humano é o "Princípio Humano<sup>82</sup>". Esse princípio é indispensável à sociedade humana. O desenvolvimento de qualidades humanas é essencial a todos, seja um famoso intelectual, um eminente cientista ou um grande administrador. O desenvolvimento da sociedade, do estado e da nação é proporcional ao desenvolvimento do Princípio Humano. Se as qualidades humanas forem perdidas, a honra da sociedade e da nação também será perdida.

A honra da humanidade depende de sua moralidade e integridade. É essencial que os estudantes de hoje em dia desenvolvam qualidades humanas. Os valores humanos só conseguem prosperar e crescer em um ambiente espiritual. Só quando as sementes são lançadas ao solo e regadas regularmente é que são capazes de brotar e transformar-se em grandes árvores que dão bons frutos. Em vez disso, se as sementes forem deixadas em uma lata e, então, receberem água, simplesmente morrerão e apodrecerão. O mesmo ocorre com a moralidade e a integridade, que só podem desenvolver-se no coração humano. A moralidade é o resultado do caráter e da conduta. A moralidade eleva o homem a um patamar superior. Deste os tempos mais antigos, a Índia tem compartilhado sua riqueza espiritual com as outras nações do mundo, disseminando-lhes a mensagem da moralidade e integridade. Esses dois valores são realmente os templos de Deus reais e eternos. Sem moralidade, a raça humana enfrentará a destruição e a ruína. Hoje em dia, a necessidade maior deste país e do mundo é a moralidade. É extremamente necessário observar moralidade em todos os lugares e situações. Marshall Pope ensinou que a moralidade não pode ser violada mesmo em tempos de guerra ou qualquer crise, inclusive nas que envolvem risco de vida. William Gladstone, primeiro-ministro da Rainha Vitória deu o melhor de si para proteger a moralidade em todos os momentos, e, assim, o povo o respeitava mais até do que à própria rainha.

A moralidade é alcançada por meio do controle dos sentidos. Só pode controlar os demais, o indivíduo que é capaz de controlar a si mesmo. Como pode alguém que não tem autodisciplina impor disciplina aos outros? Só quando existe harmonia entre as próprias palavras e atos, pode um homem atingir grandes coisas em sua vida.

*Se um homem pratica aquilo que prega,  
Ele não é um homem qualquer, mas uma Grande Alma  
Se um homem diz uma coisa e faz outra,  
Ele é um animal, não um ser humano.*

Na sociedade moderna, não há concórdia entre as palavras e os atos. Se houver harmonia entre as palavras e a ação de um homem, teremos *sathyam*. Se houver harmonia entre pensamento, palavra e ação, teremos *ritam*<sup>83</sup>.

Os estudantes da atualidade não sabem o que é controle dos sentidos, chamado *samyama* = autocontrole. Somente o homem é capaz de *samyama*. Mas o homem perde o direito a sua divindade ao

---

81 Uma das participantes do Curso de Verão

82 "Manavatwam".

83 *Sathyam* = verdade; *ritam* = pureza, harmonia e unidade interior.

dar rédea solta aos seus sentidos. O controle dos órgãos dos sentidos é denominado *damam* em sânscrito. Aquele que alcança *damam* é denominado *danta*. Aquilo de que se necessita hoje em dia são pessoas que sejam *dantas*, e não pessoas versadas em filosofia *Vedanta*. Hoje em dia, o *Vedanta* está limitado à oratória e à ostentação; sua prática está em declínio. Não é de admirar que haja uma falta de Bem-aventurança.

Cada estudante deveria tornar-se um *danta*. Mesmo antes de adquirir conhecimento, o estudante moderno já está saturado de egoísmo, orgulho e ostentação, agindo de forma destrutiva na sociedade. Eles nem sequer têm consciência de disciplina e obediência. Não sabem como falar e comportar-se em frente aos mais velhos.

É claro que os estudantes não são os únicos culpados dessa situação. Os pais e os professores não estão dando um bom exemplo nem os encorajam a agir corretamente nesses aspectos. Por essa razão, a condição dos estudantes deteriora-se dia após dia. Eles devem tentar comportar-se adequadamente, controlar seus sentidos e, a partir disso, trazer paz à sociedade. Os jovens de hoje adoram conversas inúteis. Isso se tornou seu hábito. Têm aversão a palavras boas e gentis. A espiritualidade é algo ridículo para eles. Essa atmosfera ruim e deplorável está aumentando entre os estudantes, a tal ponto que sequer são capazes de compreender o propósito da educação. Eles deveriam, em primeiro lugar, apagar de suas mentes a noção equivocada de que educação tem o propósito de lhes garantir um emprego e ganhar dinheiro. Não devem esquecer-se do fato de que a educação tem o objetivo de ajudá-los a alcançar a meta da vida. É claro que necessitam trabalhar para "ganhar a vida", mas devem aderir escrupulosamente à moralidade e à integridade no desempenho de seus deveres, sem se entregar a práticas imorais, como corrupção, trapaça, etc. Conhecimento e dinheiro não são ruins em si mesmos. A bondade ou maldade dependem de como são utilizados.

Estudantes!

O ar que inalamos deve ser exalado; de outro modo, os pulmões seriam danificados. O mesmo ocorre com o conhecimento que adquirem e o dinheiro que ganham. Ambos devem ser usados para o bem da sociedade. Do contrário, serão tão úteis como a poeira debaixo de seus pés.

Vocês devem pagar o débito que têm com a sociedade, que contribuiu para a sua educação e ganhos. Esse é o verdadeiro Serviço. Esse tipo de espírito de sacrifício está ausente entre os estudantes da atualidade. Ganhar e acumular – esse tráfego de mão única parece ser o ideal de vida deles! Muitos de vocês sabem nadar. Devem ter percebido que, sem empurrar a água para trás, não poderão nadar para a frente. Isto mostra que, sem sacrifício, não podem obter progresso na vida. Porém não devem sacrificar somente o seu dinheiro, mas também suas más qualidades. Abandonar as qualidades ruins é a verdadeira renúncia. Renunciar à esposa e filhos ou à riqueza e às propriedades não é um grande sacrifício: é mais fácil do que desistir de sua propensão para o mal. Entretanto, somente essa desistência os levará ao completo florescimento da personalidade humana.

Estudantes!

Viver como um verdadeiro ser humano é a grande tarefa do homem. É uma ofensa à condição humana que um homem viva como um animal. A humanidade do indivíduo está sendo esmagada e extinta pela quadrilha dos seis inimigos internos: desejo, raiva, ganância, apego, orgulho e inveja.

A Lua só pode derramar toda a sua luz brilhante e refrescante sobre a Terra após haver passado pelas dezesseis fases. O homem, por sua vez, só pode derramar sua luz sobre a sociedade ao livrar-se das suas dezesseis más qualidades: os seis inimigos internos, os oito tipos de orgulho e as qualidades de *rajas* e *tamas*. Ele tem, ainda, que despojar-se dos sentimentos de ser o autor e de ser o desfrutador. Com a fé de que Tudo é Deus, se o indivíduo se engaja em boas ações e as dedica ao Divino, receberá a Graça de Deus e o auxílio necessário. Potana, o grande devoto e poeta, que escreveu o "Bhagavatam" em télugo, dedicou seu trabalho ao Senhor Rama desde o início, dizendo que Rama era o verdadeiro escritor, e que ele – Potana – era um mero instrumento nas mãos de Rama. Há um grande significado espiritual na dedicatória de Potana, que é uma reafirmação da famosa máxima *Tu És Aquilo – Tat Twam Asi*. Nesse caso, *Tat* (Aquilo) é representado pelo Divino Senhor Rama; *Twam* (Tu) é o poeta e devoto Potana; e *Asi* (És) é o livro Bhagavatam. Em outras palavras: Deus, o Devoto e a Escritura – *Bhagavan*, *Bhakta* e *Bhagavata* – são três em um. Além do mais, as cinco letras da palavra *Bha – ga – va – ta – m* (*mu*) têm seu próprio significado espiritual. Essas cinco letras podem ser consideradas como os cinco elementos, os cinco sentidos, os cinco corpos (envoltórios) e os cinco alentos vitais. A letra *bha* significa *bhakti*, devoção; *ga* representa *jñana*, sabedoria; *va* é *vairagya*, renúncia; *ta* representa *tatwam*, a realização; e *mu* representa *mukthi*, liberação. Então, essas cinco letras representam os passos que

levam o homem, progressivamente, à liberação da escravidão.

Estudantes!

Vocês, os celibatários (*brahmacharis*), são as fundações da mansão da vida. O período de vida como chefe de família pode ser comparado às paredes, e o de recluso (*vanaprasta*) é o teto. Se as fundações não estiverem seguras, toda a mansão ruirá. Portanto, vocês devem desenvolver boas qualidades, sem as quais não haverá paz para vocês nem para a sociedade. Infelizmente, o homem atual só pensa em si mesmo e em sua família, ignorando a sociedade. Sem ela, onde estariam você e sua família? Esse tipo de egoísmo e estreiteza também prevalece entre aqueles que se autodenominam devotos. Eles pensam em si mesmos e em seu trabalho em primeiro lugar, deixando Deus e a Sua Missão para depois, quando muito. É por causa desse tipo de centralização em si mesmo que o homem é incapaz de desfrutar de paz ou felicidade. A fórmula dos Kauravas para a vida era “primeiro eu, depois o mundo, e Deus por último”. Por causa disso, eles perderam tudo, inclusive suas vidas. Ao contrário, a fórmula dos Pandavas era “primeiro Deus, depois o mundo, e eu por último”. Por essa razão, foram vitoriosos. Há inúmeras situações em nossa história que ilustram a necessidade urgente de matar o ego.

Estudantes!

É natural que vocês, nessa idade jovem, se sintam orgulhosos, apressados ou impetuosos. Porém a verdadeira educação deve resultar em humildade. Santifiquem suas vidas, seus corpos, sua juventude, seu tempo e suas ações. Estudem bastante e passem de ano com distinção. Usem seus conhecimentos para beneficiar a sociedade. Reconheçam que o orgulho e a espiritualidade são lados opostos de uma gangorra. Se o orgulho cresce, a espiritualidade declina, e vice-versa. A única razão para o homem esquecer-se de si mesmo é o egoísmo – o *ahamkara*. A maior e verdadeira escravidão é esquecer-se de sua própria realidade. Reconhecer a própria realidade é a verdadeira Realização – *sakshatkara*. Se não houver mudança em sua atitude, todas as suas práticas espirituais, como a *repetição do nome de Deus*, *meditação*, *yoga*, *karma* ou o *serviço*, não terão utilidade alguma. A mudança de caráter é mais importante do que mudar de roupa.

Há três coisas que não devem esquecer: Verdade, Retidão e Conduta - *Sathya*, *Dharma* e *Nyaya*. Nossos ancestrais foram fiéis seguidores desses três princípios em suas vidas diárias, porém esses valores estão sendo negligenciados hoje em dia na própria Índia, sem mencionar as outras nações. Como futuros guardiões da cultura e tradição indiana, vocês devem restaurar esses valores por meio da prática daquilo que aprenderam durante os últimos quinze dias. Cultivem amor por seu país, por sua cultura e sua religião. Entretanto, por razão alguma devem odiar ou criticar outros países, culturas, religiões ou pessoas. Abandonem a estreiteza mental, cultivem a amplidão mental. Rezem sempre pelo bem-estar do mundo inteiro conforme diz o cântico védico: *Loka Samastha Sukhino Bhavantu* – *Que o mundo todo seja feliz*.

Desenvolvam amor por Deus. Não desistam de sua devoção a Deus mesmo que outros o ridicularizem por isso. Não percam a fé n'Ele quando estiverem em dificuldade. Considerem tudo – dor e prazer, perda e ganho, tristeza e alegria – como sendo Dádiva Divina. Não se esqueçam de cantar Seu Nome em todas as circunstâncias. O Nome de Deus é o único barco confiável para transportá-los pelo rio da vida.

## 16- SABEDORIA VÉDICA

*Não há doença pior do que a ganância  
Não há maior inimigo do que a raiva  
Não há sofrimento maior do que a pobreza  
Não há felicidade comparável à sabedoria.*

*A crença em Deus está em declínio  
O Dharma desapareceu  
O ateísmo cresce a cada dia  
Não há mais respeito pelo Mestre  
A devoção a Deus e o respeito pela nossa antiga cultura  
e tradição foram abandonados  
Não há quem patrocine a verdadeira educação  
Só aquela educação que produz empregos está na moda  
Que pena! Esses são os sinais da modernidade!*

*“Eu estou na Luz;  
A Luz está em mim;  
Eu sou a Luz”*

*O sábio que reconheceu isso certamente se tornará um com o Absoluto.*

Queridos Estudantes!

A literatura védica é a mais antiga do mundo; é um tesouro de sabedoria que contribui para o desenvolvimento integral do ser humano. O “Veda” é o primeiro livro surgido na história do homem, é o berço da cultura humana e a base para todos os tipos de poderes. Todos os ramos do conhecimento têm sua origem no Veda. Todos os *dharma*s e virtudes surgiram do Veda. Ele é infinito, incomensurável, indefinível e repleto de bem-aventurança. A palavra Veda deriva da raiz sânscrita *Vid*, que significa conhecimento ou Sabedoria – *jñana*.

O conhecimento do Senhor – *Ishwara Jñana* – é “Veda”;

O conhecimento do *Atma* – *Atma Jñana* – é “Veda”;

O conhecimento do Absoluto Supremo – *Brahma Jñana* – é “Veda”;

O conhecimento do Não Dualismo – *Advaita Jñana* – é “Veda”.

“Veda” é *Vijñana* – o conhecimento por excelência.

Todos esses termos são sinônimos para o Conhecimento do *Ser* – *Atma Jñana*.

A Divindade do *Veda*, que permeia tudo, é constituída de oito aspectos de esplendor:

*Shabda Brahma Mayi* – Corporificação do Som Absoluto

*Charachara Mayi* – Corporificação de tudo que é móvel e imóvel

*Jyotir Mayi* – Corporificação da refulgência

*Vaang Mayi* – Corporificação da fala

*Nityananda Mayi* – Corporificação da Bem-aventurança interminável

*Paratpara Mayi* – Corporificação do Supremo, que transcende o mundo

*Maya Mayi* – Corporificação do mundo ilusório

*Sri Mayi* – Corporificação da glória<sup>84</sup>

Tudo isso é, de fato, a Consciência Integrada Constante, que não pertence a um indivíduo, lugar ou época; é universal. Sabendo que a compreensão dessa sagrada literatura védica não seria possível às pessoas comuns, o sábio Vyasa a compilou em quatro volumes.

O “Veda” consiste de três *Kandas*, ou Cantos, denominados:

*Karma Kanda* – cantos relacionados com rituais e outras atividades;

---

84 Todos esses termos foram proferidos em sânscrito e possuem vastos significados; sua tradução aconteceu posteriormente



*Upāsana Kanda* – cantos de devoção e

*Jñana Kanda* – cantos de sabedoria.

Essas três divisões representam os passos progressivos da evolução espiritual do homem. Ele inicia com ações, reconhecendo que o corpo humano é destinado a alcançar o Dharma – a retidão – por meio do *karma*. Quando prossegue na prática das boas ações, chega o momento em que se torna capacitado a compreender *upāsana* – as práticas devocionais. Após ter adorado a Deus por um determinado período de tempo, com amor e espírito de dedicação, atinge o estágio final de *jñana*. Em seu conjunto, *karma*, *upāsana* e *jñana* podem ser considerados como três estágios de um processo, comparáveis à flor, ao fruto verde e ao fruto maduro, respectivamente. Uma vez que as pessoas comuns não conseguem compreender e praticar os ensinamentos do “Veda”, uma literatura subsidiária foi então criada posteriormente na forma dos “Puranas” – tratados mitológicos –, e dos “Itihasas” – narrativas épicas – a fim de que mesmo as pessoas mais comuns pudessem praticar *karma*, *upāsana* e *jñana*.

A conclusão do “Veda” é a “Upanishad”, que, por essa razão, é chamado Vedanta (“Fim do Veda”). As “Upanishads” denominaram os três caminhos – *karma*, *upāsana* e *jñana* – como *yogas*. A essência da Karma Yoga é dedicar todas as ações a Deus, ou executar todas as atividades como oferendas ao Senhor, para Seu Deleite. *Upāsana* Yoga consiste em amar a Deus de todo o coração, com harmonia e pureza de pensamento, palavra e ação, denominada *Trikaranasudhi* – Tríplice Pureza. Não é *upāsana* verdadeira quando alguém tem amor por Deus em função da satisfação de seus desejos mundanos. Deve ser amor motivado unicamente pelo próprio amor. Os seguidores da *Jñana* Yoga, por sua vez, consideram todo o universo como a manifestação de Deus: a crença de que a Divindade reside em todos os seres na forma do *Atma* é denominada *Jñana*.

Os estudantes devem estar perguntando-se como pode haver unidade quando há tantas formas e nomes diferentes, variados tipos de comportamento, diferentes doutrinas, etc. Essa dúvida pode ser esclarecida se consideramos o exemplo do oceano. No mar sem fim podem existir inúmeras ondas, cada uma diferente da outra em forma, dimensões, etc., e pode parecer que não há conexão entre uma onda e a outra. Porém um pouco de dedução revelará o fato de que todas são manifestações de uma única massa de água e, também, que cada onda não é diferente do oceano. Do mesmo modo, todos os nomes e formas do Universo são ondas ou manifestações do mesmo e único oceano da *Existência-Consciência-Bem-aventurança*, (*Sat-Chit-Ananda*). Portanto, a essência de todos os seres manifestos é a mesma *Sat-Chit-Ananda*, apesar das diferenças superficiais e aparentes nos seus nomes, formas ou comportamentos.

A “Bhagavad Gita”, que surgiu mais tarde, é a essência das “Upanishads”. Aborda os caminhos do *karma*, *upāsana* e *jñana* em três partes, cada uma composta de seis capítulos, num total de dezoito capítulos componentes da “Gita”. A primeira parte aborda o caminho do *karma*, a segunda apresenta o caminho de *upāsana*, e a terceira, o caminho de *jñana*. Resumindo, o Veda deu origem às “Upanishads”, que por sua vez, originaram a “Bhagavad Gita”, que serve como um guia prático para a conduta humana. A “Bhagavad Gita” não é propriedade ou monopólio dos indianos. É a palavra de Deus e, portanto, é uma Escritura universal. Há um só Deus para todos, embora possam existir diferentes religiões e diversos nomes e formas para Ele. Não importa o nome e a forma que o indivíduo possa adorar, essa adoração alcançará um mesmo e único Deus. Existe somente um Sol. Não há sóis separados, como um Sol americano, um Sol inglês, chinês, paquistanês, indiano, e assim por diante. Cada país pode ver o Sol em um instante diferente, mas seria tolice pensar que há diferentes sóis para os vários países, só porque eles não podem ver o Sol ao mesmo tempo.

Os “Vedas” têm significados muito vastos e profundos. Os *gurus*, ou professores, dos tempos antigos costumavam adotar medidas severas e exigirem estrita disciplina quando ensinavam os “Vedas” aos seus alunos. Por essa razão os “Vedas” sobreviveram até os dias atuais, resistindo com sucesso à furiosa investida do tempo. Para falar a verdade, os “Vedas” não são livros no sentido comum do termo. Ninguém pode assumir para si sua autoria. São denominados *shrutis* – conhecimento adquirido pelo som. Desde a mais remota antiguidade, os “Vedas” têm sido transmitidos por uma sucessão de *gurus* e discípulos por esse processo. Os *gurus* costumavam recitar os mantras com entonações específicas, prescritas para aquele propósito e escrupulosamente seguidas pelos discípulos. Os *gurus* daqueles tempos eram altruístas, puros de coração e transbordantes de amor por seus alunos, porém eram inflexíveis em matéria de disciplina entre eles. Os estudantes, por sua vez, geralmente observavam rigidamente a disciplina estabelecida. Se um deles desobedecesse ao mestre, seria sumariamente impedido de assistir às aulas. Os *gurus* jamais toleravam qualquer estudante que incorresse em uma ou mais das cinco transgressões: negligência, desobediência, egoísmo, ciúme e falta de etiqueta social.

Vaishampáyana foi o primeiro entre os discípulos que aprendeu os “Vedas” do sábio Vyasa. Vaishampáyana santificou sua vida por ter obedecido completamente a seu guru e aprendido completa e detalhadamente suas lições. Após haver completado seus estudos, Vaishampáyana estabeleceu uma escola – uma *Gurukula* – para ensinar os “Vedas” a seus discípulos. A *Gurukula* não significava uma instituição separada com um conjunto próprio de regras e regulamentos, como o são as atuais escolas e colégios. A própria casa do guru constituía a *Gurukula*. Qualquer alimento que o guru consumisse era oferecido aos discípulos como *prasada* – alimento santificado. Os alunos deveriam viver dia e noite com o guru. Um discípulo chamado *Yajñavalkya* juntou-se à *Gurukula* de Vaishampáyana. Possuía um intelecto aguçado e conseguia aprender rapidamente suas lições. O guru ficou muito satisfeito com ele, e as pessoas que conheciam *Yajñavalkya* passaram a elogiá-lo. Como resultado, ele desenvolveu egoísmo, e em seguida, indiferença e falta de decoro. Vaishampáyana observou esses lapsos da parte de seu aluno e, certo dia, convocou-o para dizer-lhe com firmeza: “*Yajñavalkya!* Você não merece mais continuar na *Gurukula*. Deve deixar este lugar imediatamente. E, antes de partir, deve devolver tudo que aprendeu de mim”. Obedecendo, *Yajñavalkya*, que reconheceu suas falhas, vomitou tudo que havia aprendido de seu guru. Seu vômito foi comido por pássaros *Tittiri* (*perdiz*), que depois passaram a cantar uma “*Upanishad*”, mais tarde denominada *Taittiriya Upanishad*.

Há duas tradições (*sampradayas*) no Veda: *Brahma Sampradaya* e *Aditya Sampradaya*. Aquela que foi expelida por *Yajñavalkya* veio a ser conhecida como *Brahma Sampradaya*, também chamada de *Krishna Yajurveda*. Após haver partido da *Gurukula* de Vaishampáyana, *Yajñavalkya* arrependeu-se sinceramente de sua delinquência e buscou redenção abstendo-se de comer e de beber, praticando adoração ao Sol, passando por severas austeridades nesse processo. Satisfeito com seu esforço, o Deus Sol apareceu diante dele na forma de *Vaji*<sup>85</sup> e disse-lhe: “Minha criança, o que passou, passou. Você deve resguardar-se de tais lapsos no futuro. Trair o Guru ou a Deus é muito perigoso. Tenha cuidado de agora em diante. Agora vou ensinar novamente os “Vedas” a você”. Assim dizendo, o Deus Sol transmitiu-lhe os “Vedas”. A razão para o Sol haver aparecido na forma *Vaji* é que os antepassados de *Yajñavalkya* costumavam distribuir comida gratuitamente, razão pela qual a sua família ficou conhecida como *Vájasam*<sup>86</sup>. O “Veda” ensinado nesse momento foi também denominado por vários nomes: *Shukla Yajurveda*, *Vájasa Skandha* e *Aditya Kanda*. Assim, o *Yajurveda* foi dividido em dois. Por essa razão, embora os “Vedas” fossem originalmente quatro, subsequentemente tornaram-se cinco: *Rig Veda*, *Krishna Yajurveda*, *Shukla Yajurveda*, *Sama Veda* e *Atharvana Veda*.

Reconhecendo que o Sol aparecera diante dele na forma de *Vaji* e ensinara os “Vedas” por causa da distribuição gratuita de comida feita por seus ancestrais, *Yajñavalkya* atribuiu importância primordial a essa prática em seu ensinamentos, os quais, entre outros, incluem o seguinte:

“Não há oferenda maior do que a de comida, e nenhum Deus superior aos pais. Não há verdade maior do que a recitação do Nome do Senhor e a prática de penitências. Não há Dharma mais elevado do que a compaixão nem vantagem maior do que estar na companhia do bom. Não existe inimigo mais perigoso do que a raiva e doença mais séria do que a dívida. Não há morte mais horrível do que a má fama nem riqueza mais valiosa do que a boa reputação. Não há ornamento mais belo do que recordar-se de Deus por meio do cântico dos Seus Nomes”.

Ademais, *Yajñavalkya* enfatizava, em seus ensinamentos aos seus discípulos, a extrema importância do serviço aos pais e ao Guru, além da distribuição de alimentos.

Estudantes!

Nós começamos essas aulas no dia santificado do *Ekadashi* – o décimo primeiro dia da quinzena lunar – e também estamos concluindo o curso neste dia de *Ekadashi*. Por essa razão, devem considerar todas essas aulas como *Ekadashi Vratam* – observância dos votos de *Ekadashi*. Durante essa quinzena, tiveram a oportunidade valiosa de escutar palestras proferidas pelos mais distintos oradores, dotados de rica experiência de vida. Aquilo que ensinaram com carinhosa dedicação e entusiasmo, vocês escutaram com cuidado, interesse e fé. Porém mais importante do que escutar é colocar em prática pelo menos uma das coisas que aprenderam, estabelecendo, desse modo, um exemplo para que outros o sigam.

Devem lembrar-se sempre dos cinco alentos vitais relacionados com os “Vedas”, que mencionei anteriormente. Devem também evitar estas cinco coisas:

5) Indiferença para com aquilo que o Guru, os pais e os mais velhos lhes ensinam;

---

85 Aspecto da divindade que denota energia e vitalidade, também simbolizado na forma de um cavalo

86 Referência à doação de alimento, energia

- 6) Desobediência ao que eles disseram;
- 7) *Ahamkara* (ego);
- 8) Ciúme ou inveja daqueles que estão em situação melhor;
- 9) Violação do decoro ou etiqueta social.

Estudantes!

O que lhes foi ensinado nos últimos quinze dias é a essência sagrada do Vedanta. Aquilo que lhes foi ofertado é o néctar obtido da destilação das sagradas escrituras: “Shastras”, “Puranas” e “Itihasas”. Vocês são os futuros líderes, defensores e patronos da Mãe Índia. Devem viver vidas exemplares, trilhando o caminho de *Sathya* e *Dharma* – Verdade e Retidão. Sob nenhuma circunstância devem desviar-se desse caminho ideal. Que a sua educação secular caminhe lado a lado com a educação espiritual.

Os “Vedas” ensinaram dois tipos de *Dharma*: *Vihita Dharma* e *Nishiddha Dharma* – aquilo que é prescrito e o que é proibido; em outras palavras, o sim e o não que regulam a vida de cada um. É uma pena que, atualmente, se estejam desistindo das coisas prescritas e praticando aquelas que são proibidas. Isso é de uma ignorância total. As coisas proibidas devem ser rejeitadas, ainda que tenham passado por enormes dificuldades para obtê-las. Por exemplo, vocês compram uma enorme manga no mercado, por cinco rúpias. Só porque gastaram dinheiro com ela é razão para comerem sua casca e seu caroço? Não! Vocês comem só a polpa, jogando fora a casca e o caroço. Este mundo é como uma fruta, do qual devem aceitar o que é bom e rejeitar o que é ruim para vocês.

Estudantes!

Vocês são muito afortunados. Apesar de haver muitos milhões de pessoas no mundo, é uma boa sorte enorme de sua parte que, sendo apenas umas poucas centenas em número, tenham sido capazes de beneficiar-se com esta oportunidade de ouro. Entretanto, o propósito deste Curso de Verão só será alcançado se pelo menos alguns entre vocês se mantiverem como exemplos para os demais. Vocês podem arranjar empregos, abrir empresas, trabalhar na agricultura e ocupar diversas posições na vida, mas é de extrema importância que não percam a *confiança no Ser* (autoconfiança) ao cumprirem com seus deveres. A perda da autoconfiança é a principal causa dos problemas atuais, como desonestidade, injustiça, perdas, falhas, tristezas e dores. As pessoas não acreditam em si mesmas, que dirá acreditarem nos outros. Primeiro que tudo, desenvolvam *autoconfiança*, a qual, por sua vez, lhes trará *autossatisfação*. Sem isso, não conseguirão ter contentamento. Assim que conquistarem a *autossatisfação*, estarão prontos para o *autosacrifício*. É desnecessário dizer que, onde houver *autosacrifício*, aí estará, naturalmente, a *autorrealização*.

Cada estudante deve praticar boas ações – *sat karmas* – que o levarão à pureza mental – *chitta suddhi*. Onde houver pureza, nascerá a Sabedoria. Tudo isso existe exclusivamente dentro de vocês. Não precisam procurar em qualquer lugar externo. A esse respeito, devemos considerar o exemplo daquele relógio de parede ali. Ele tem três ponteiros para indicar segundos, minutos e horas, respectivamente. Há sessenta pontos e doze horas desenhados ao longo da circunferência do relógio. Quando o ponteiro dos segundos percorre todos os sessenta pontos, o ponteiro dos minutos avança somente um ponto. Quando o ponteiro dos minutos percorrer os sessenta pontos, o ponteiro das horas avançará para a próxima hora, ou seja, um doze avos da circunferência. O ponteiro dos segundos pode ser comparado às nossas ações. Se um grande número de boas ações for praticado, a pureza mental, representada pelo ponteiro dos minutos, aumentará um ponto. Essa pureza mental é o estado de *upāsana*, no qual o indivíduo se dedica a amar e adorar a Deus de diversas maneiras, durante certo período de tempo e que o conduz à autoconfiança - Confiança no *Atma* -, representada pelo ponteiro das horas. Os movimentos perceptíveis do ponteiro dos segundos e dos minutos promovem o movimento imperceptivelmente lento do ponteiro das horas. Se não houvesse a movimentação do ponteiro lento, os ponteiros dos segundos e dos minutos não teriam utilidade. Do mesmo modo, a menos que suas boas ações, sua adoração e amor por Deus conduzam à Confiança no *Atma*, terão sido inúteis.

Sempre que tiverem tempo, pratiquem pelo menos um dos nove modos de Devoção (como Repetição do Nome, Cânticos Devocionais, etc.) e será suficiente. Já expliquei isso a vocês em meus discursos anteriores. Deus não leva em consideração o quanto são ricos ou estudados; preocupa-se somente com a sinceridade e pureza de suas mentes e de seus corações e, também, em quão profundo e genuíno é o seu amor. Valmiki era um caçador. Nanda era um intocável. Kuchela era um miserável. Dhruva e Prahlada eram meninos de cinco anos de idade. Sabari era uma mulher tribal, analfabeta e

selvagem. Entretanto, todos eles conquistaram a Graça de Deus em abundância por causa de sua profunda devoção, amor e entrega. Sigam o exemplo de Sabari, que pensava sempre em Sri Rama e na Sua Felicidade, dedicando todos os seus pensamentos, palavras e atos somente a Ele, a tal ponto que cada ato foi transformado e sublimado na mais elevada penitência. Pelo seu exemplo, vocês podem aprender a lição de que meditação não significa sentar-se, ocioso, em uma determinada postura corporal, como se tivesse posando para uma fotografia. Como no caso dela, toda a sua vida deve se tornar uma meditação contínua, onde quer que estejam e o que quer que façam. Tudo que comerem e beberem deve ser oferecido a Deus como oferenda sagrada – *naivedya*. Dessa maneira, oferecendo tudo ao Senhor, vocês evitarão, naturalmente, o envolvimento em más ações e caminhos malignos durante a vida. Por essa razão.

Estudantes!

Estou encerrando meu longo discurso com a esperança e as bênçãos para que vocês pratiquem com suas próprias mãos aquilo que ouviram aqui, santificando suas vidas e contribuindo com sua parcela para tornar o futuro do mundo brilhante e próspero.