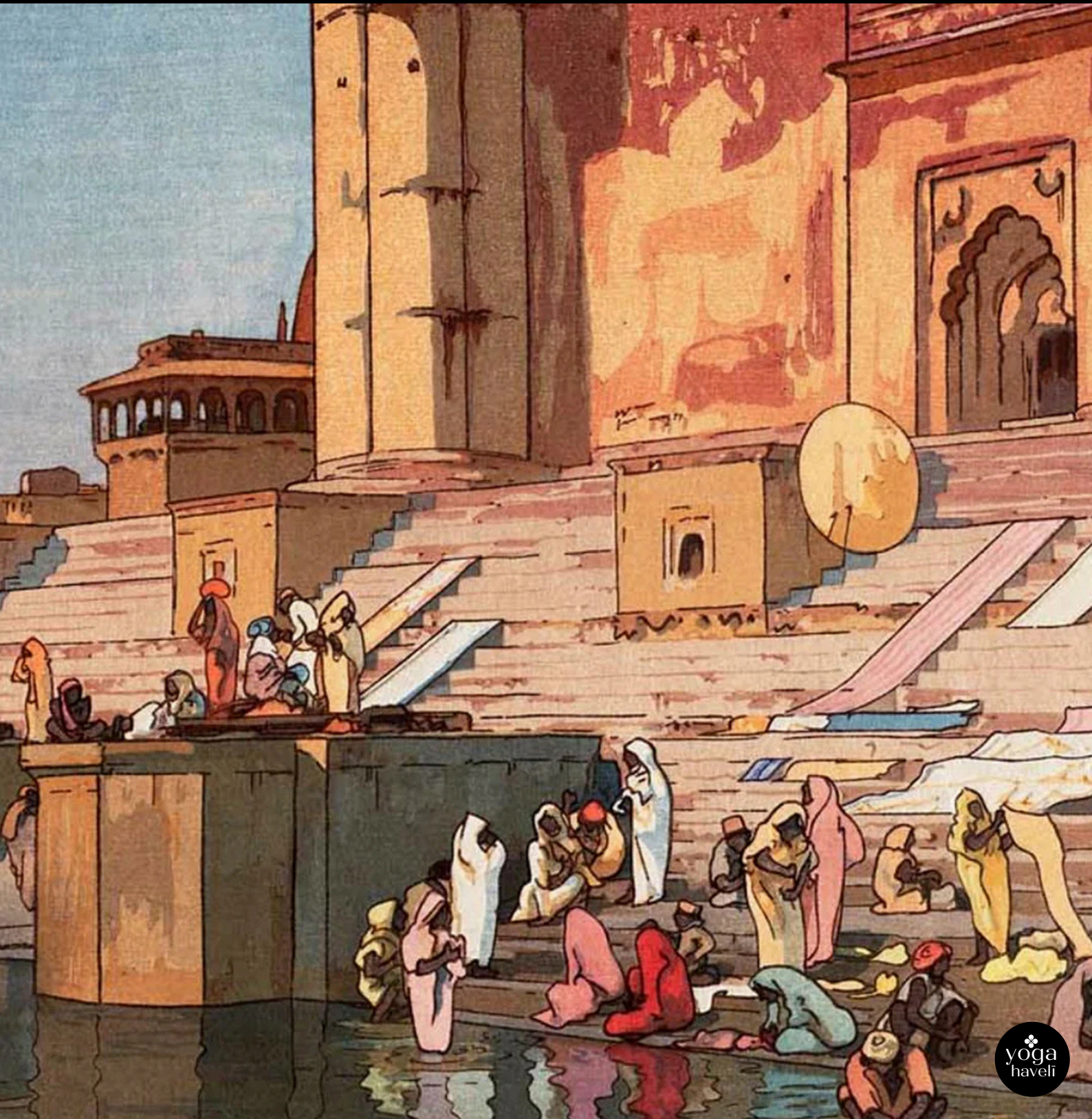


Daśaślokī

Ādi Śaṅkarācārya

Comentário de Swāmi Tattvavidānanda



दशश्लोकी

Daśaślokī

As Dez Estrofes da Liberdade

de Ādi Śaṅkarācārya

Comentários de

Swāmi Tattvavidānanda

Tradução e apresentação por

Pedro Kupfer

✿ Copyleft: Swāmi Tattvavidānanda e Pedro Kupfer

1ª edição: Julho de 2026

yoga@yoga.pro.br

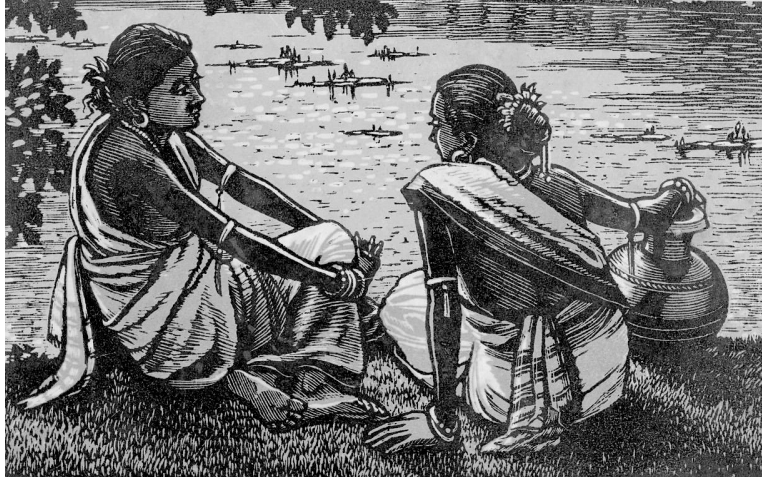
www.yoga.pro.br



A xilogravura que ilustra a capa deste trabalho, chamada *O Ghat de Varanasi* (Benaresu no gatto), data de 1931 é da autoria do artista japonês Hiroshi Yoshida.

As ilustrações que acompanham o texto foram feitas por Haren Das, artista da Bengala e pioneiro no reconhecimento da xilogravura como bela arte na Índia. Todas as imagens estão no domínio público.

Este texto destina-se à distribuição no contexto do curso intensivo sobre a *Daśaślokī*, ministrado por Pedro Kupfer. Permitem-se citações desde que mencionem a fonte. Obrigado. *Harīḥ Om*.



❧ श्री: ❧

Índice

As Dez Estrofes da Liberdade	7
Daśaślokī.....	11
Primeiro Śloka	11
Segundo Śloka	14
Terceiro Śloka.....	19
Quarto Śloka	22
Quinto Śloka	26
Sexto Śloka	28
Sétimo Śloka.....	30
Oitavo Śloka	33
Nono Śloka	35
Décimo Śloka	37
Recitação dos Ślokas	40
Tradução das Estrofes.....	42
Sobre o Sânscrito.....	44
Continuando os Estudos	48



॥ दशश्लोकी ॥

श्रीः

॥ Daśaślokī ॥

As Dez Estrofes da Liberdade

Daśaślokī (दशश्लोकी) é um poema sânscrito de autoria de Śrī Ādi Śaṅkarācārya. Composta por dez estrofes, a obra expõe de forma muito concisa os princípios centrais do Advaita Vedānta, especialmente a identidade entre Brahman, a Realidade Absoluta, e Ātman, o ser individual, além de revelar a natureza da identidade humana.

Etimologia

O termo *Daśaślokī* deriva de duas palavras sânscritas: *daśa* (दश), que significa “dez”, e *śloka* (श्लोक), que quer dizer “verso” ou “estrofe”. A combinação desses elementos produz o composto *daśaśloka*, literalmente “dez versos”. A esse composto acrescenta-se ainda o sufixo possessivo *-in* (इन्), formando assim *daśaślokin*, expressão que significa “aquele que possui dez versos” ou “constituído por dez versos”. Na forma masculina nominativa singular, utilizada para concordar com um substantivo implícito como *grantha* (“obra” ou “tratado”), surge a palavra *Daśaślokī*, cujo sentido literal é “obra que consiste de dez versos”.

Portanto, podemos traduzir o nome como “A das Dez Estrofes [da Liberdade]”, pois é para a liberdade, *mokṣa*, objetivo do Yoga, que estas palavras apontam.

O poema é conhecido ainda por outros três nomes:

- 1) *Nirvāṇadaśakam* — “As Dez [Estrofes] do Nirvāṇa”,
- 2) *Cidānandastavarāja* — “O Rei dos Poemas [que Revela] a Plenitude do Ser” e
- 3) *Cidānandadaśaślokī* — “As Dez Estrofes da Plenitude da Consciência”.

A História da *Daśaślokī*

A origem da *Daśaślokī* é uma história muito bonita e interessante. Aos oito anos de idade, o menino Śaṅkara, que seria posteriormente conhecido como Ādi Śaṅkarācārya, encontrou-se em perigo iminente de morte entre as mandíbulas de um crocodilo no rio Pūrṇaḥ, perto da sua aldeia natal, chamada Kalady, no atual estado de Kerala, sul da Índia.

Vendo o fim da sua vida como algo iminente, Śaṅkarācārya toma *saṁnyāsa* (voto de renúncia à vida mundana) de maneira informal, apenas pronunciando os mantras prescritos para dar esse passo. Porém, quando o crocodilo imediatamente o liberta das suas garras, o menino se depara com a necessidade de procurar um professor competente que possa oficializar formalmente o seu *saṁnyāsa* e iniciá-lo no conhecimento das Upaniṣads, como corresponde.

Assim, ele viaja em peregrinação para o centro da Índia, onde encontra seu guru, Śrī Govinda Bhagavātpādācārya, que se encontrava em meditação profunda em uma caverna às margens do sagrado rio Narmadā.

O jovem Śaṅkara aguarda pacientemente. Quando o mestre retorna da meditação, pergunta quem ele é. A resposta a esta simples pergunta é uma exposição sobre a natureza de Ātma, o Ser, nos belíssimos versos da *Daśaślokī*.

Govinda Bhagavātpāda, percebendo que Śaṅkara era um *jīvanmukti*, um *yogin* liberto, o acolhe como discípulo e dá a ele a iniciação e as boas-vindas na ordem dos *saṁnyāsins*, *yogins* renunciantes. Que o conhecimento exposto por aquela criança de oito anos nos conduza da ignorância à Verdade, ajudando-nos a compreender a nossa própria natureza ilimitada, que é Ātma.

Os Temas da *Daśaślokī*

Ao longo do poema, Śaṅkara ensina (naturalmente, sempre em concordância com o conhecimento ancestral das Upaniṣads), que a natureza essencial do ser humano é idêntica a Brahman, a realidade absoluta e ilimitada. O verdadeiro Eu não pode nem deve ser confundido com o corpo, a mente, as emoções, experiências ou qualquer aspecto transitório da existência, já que estas experiências e conteúdos pertencem à esfera do “não-eu” (*anātman*).

A calma presença que é o Ser Ilimitado, é apontado por palavras chamadas *lakṣaṇas*, tais como uno, auspicioso, eterno, livre de atributos e estando além de qualquer processo de transformação.

A obra utiliza frequentemente o método da *via negativa*, chamado em sânscrito *netineti* (“nem isto, nem aquilo”), no qual são descartadas sucessivamente todas as identificações errôneas, condicionamentos sociais e crenças, para revelar dessa forma a Consciência Plena, Śuddha Caitanya, como a Única Realidade.

***Bhujāṅgaprayātam*, a Métrica da Serpente**

A *Daśaślokī* foi composta na métrica poética conhecido como *bhujāṅgaprayātam* (भुजङ्गप्रयातम्). O nome desse metro evoca o movimento sinuoso e deslizante de uma serpente *nāga* (*bhujāṅga*), característica que lhe outorga um ritmo particularmente fluido e melodioso. Trata-se de um *chandas*, uma métrica da prosódia sânscrita, pertencente à categoria dos *varnavṛttas* (igualmente conhecida como *akṣarachanda*), onde a rima é definida por um número e uma sequência específica de sílabas breves (*laghu*) e prolongadas (*guru*) em cada verso.

No caso deste *chandas*, a quarta parte de cada verso segue um padrão fixo formado por quatro grupos métricos denominados *yagana*, compostos por uma sílaba breve seguida de duas longas: *laghu+guru+guru*. Consequentemente, cada linha consta de doze sílabas.

Ādi Śaṅkarācārya usou esse mesmo esquema rítmico em diversas outras composições devocionais, dentre elas o *Nirvāṇa Ṣaṭkaṁ*, o *Subrahmaṇya Bhujāṅgam*, o *Śiva Bhujāṅgaprayāta Stotram* e o *Viṣṇu Bhujāṅgaprayāta Stotram*. Essa recorrência sugere uma clara preferência do autor por uma métrica capaz de transmitir ao mesmo tempo fluidez, ritmo, musicalidade e profundidade contemplativa. Essas características tornam a *Daśaślokī* inerentemente, uma obra para ser cantada, o que irá facilitar tanto a memorização da instrução quanto a meditação sobre o conteúdo.

No poema, o ritmo suave do *bhujāṅgaprayātam* complementa o carácter revelador das palavras. À medida que Śaṅkara revela a natureza do Ser através de sucessivas negações e esclarecimentos, os versos se sucedem de maneira fluída e harmoniosa, conduzindo o leitor de uma reflexão à seguinte, até culminar na afirmação da identidade total entre Ātman e Brahman, o indivíduo e o Ilimitado.

Breve síntese da *Daśaślokī*

A *Daśaślokī* sintetiza magistralmente a essência do Vedānta. Nela, Śaṅkara nos ensina que o mundo que se apresenta ante os nossos olhos como sólido e consistente é, em verdade, aparente, *māyā*. Igualmente mostra a identidade essencial entre o Ātma e Brahman, o Ser individual e o Ilimitado.

O *yogin*-poeta não apresenta aqui um sistema de crenças, nem uma filosofia, nem uma especulação metafísica. As suas palavras são expressão de uma profunda compreensão da condição humana. Todos precisamos dessa compreensão, sem a qual estamos irremediavelmente condenados ao sofrimento. Todos buscamos paz, felicidade e amor. Noutras palavras, algo que remova a insegurança, a dor e as aflições.

Śaṅkara expõe na *Daśaślokī* a solução para o sofrimento humano, conforme o ensinamento fulcral da *Chāndogyopaniṣad* (VII:1:3): *tarati śokaṁ ātmavit*; “o conhecedor de si mesmo deixa para trás o sofrimento”. A essência do poema é esta: você é Ātma, o Ser pleno, intrinsecamente livre das limitações inerentes ao corpo, à mente, às emoções e aos desejos.

Swāmi Gambhirānanda diz, em relação ao presente *stotra*: “Este texto trata da natureza de Ātma da maneira mais clara e usando a linguagem mais simples. Não há uma única palavra supérflua, e o professor apresenta o seu melhor: a flecha do conhecimento aponta para a ignorância e atinge o alvo diretamente, destruindo o inimigo [*avidyā*]”.

Sobre esta tradução comentada

Tivemos a oportunidade de estudar em profundidade a *Daśaślokī* em Março de 2024, durante um retiro de Vedānta conduzido por Swāmi Tattvavidānanda no Swāmi Dayānanda Āśram, na cidade sagrada de Rishikesh, no norte da Índia.

Apresentamos aqui a tradução completa do poema, tecendo alguns breves comentários, bem com uma breve glossa para cada um dos *ślokas*. Ao longo dos textos que acompanham os *ślokas*, colocamos alguns comentários de Swāmi Tattvavidānanda, sempre entre aspas, das nossas anotações pessoais que fizemos no retiro conduzido por ele. Esperamos que os amigos do Yoga e do autoconhecimento desfrutem da leitura e as reflexões que ela certamente irá suscitar em qualquer buscador da liberdade.

हरिः ॐ

São Pedro da Cadeira, Julho de 2026.

Pedro Kupfer.

श्रीः

ॐ



॥ दशश्लोकी ॥

Daśaślokī



Primeiro Śloka

अथ दशश्लोकी ॥

atha daśaślokī ॥

Aqui começa a Daśaślokī.

न भूमिर्न तोयं न तेजो न वायुः न खं नेन्द्रियं वा न तेषां समूहः ।

अनेकान्तिकत्वात् सुषुप्त्येकसिद्धः तदेकोऽवशिष्टः शिवः केवलोऽहम् ॥ १ ॥

na bhūmirna toyam na tejo na vāyuh
na kham nendriyam vā na teṣām samūhaḥ |
anekāntikatvāt suṣuptyekasiddhaḥ
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham ॥ 1 ॥

Não sou terra, nem água, nem fogo, nem ar, nem espaço.

Não sou nenhuma faculdade nem a combinação delas,

Pois a natureza [desses elementos] é impermanente.

Sou aquele que permanece na experiência do sono.

Esse, o que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. ॥ 1 ॥

na = não; *bhūmiḥ* = terra; *na* = não; *toyam* = água; *na* = não; *tejaḥ* = fogo; *na* = não; *vāyuh* = ar; *na* = não; *kham* = espaço; *na* = não; *indriyam* = órgãos dos sentidos e das ações; *vā na teṣām* = nenhum desses; *samūhaḥ* = um conjunto; *anaikāntikātva* = aquilo cuja natureza é instável, incerta, impermanente ou variável (*i.e.*, o corpomente, os elementos, sentidos e faculdades); *suṣupti* = no sono; *ekasiddhaḥ* = aquele que está estabelecido, que permanece; *tadekaḥ* = aquele Uno (*i.e.*, o Ser); *avaśiṣṭaḥ* = o que permanece, o que resta; *śiva* = auspicioso, propício, harmonioso, real; *kevalaḥ* = apenas, somente, só; *aham* = eu (sou).



Ādi Śaṅkarācārya começa o poema fazendo uma série de negações, naquilo que é chamado no estudo da filosofia e da teologia de *via negativa*. A *via negativa* é o recurso da negação daquilo que não é. Ele é muito útil pois, negando o que não é, encontramos o que é. O primeiro verso diz na *bhūmirna toyam na tejo na vāyuh na kham nendriyam vā na teṣāṁ samūhaḥ*: “Não sou terra, nem água, nem fogo, nem ar, nem espaço. Não sou nenhuma faculdade nem a combinação delas”.

Na *bhumirna toyam*: não sou terra nem água. Não sou os cinco, a matéria que compõe o organismo. Derme são as células vivas, na camada profunda da pele. Epiderme é a camada de células mortas que compõem a parte superficial da pele. Qual é você: a derme ou a epiderme? Nenhuma. Para algumas pessoas, o eu é o corpo. Para outras, o eu é o intelecto. Para outras, o *prāṇa* é o eu. Algumas pessoas vivem tão identificadas com as emoções, que acreditam ser emoções e nada mais.

Diz Swāmi Tattvavidānanda, no seu comentário deste primeiro verso: “Você não é o corpo. Da cabeça aos pés, o corpo é, essencialmente matéria: sólida, terra, *pr̥thivī*, na forma dos tecidos, ossos e músculos. O corpo é também água, fluido, *apaḥ*: sangue, linfa, fluidos, líquido sinovial. Igualmente, o organismo é fogo: *agni*, digestão, calor, temperatura. O corpo também é ar, respiração, *prāṇa*, *vāyu*.

“Você não é nenhum desses elementos, nem a combinação deles. Nem o espaço que, diferentemente dos outros quatro elementos, não tem partes nem pode ser dividido: há espaço dentro do corpo; há espaço fora. O espaço é uma continuidade do tamanho do universo. Os mesmos quatro elementos dos quais o corpo é feito são os mesmos quatro elementos contidos no universo. A matéria prima é a mesma.

“Seu corpomente é um conglomerado de quatro elementos contidos no espaço, dentro do universo, que é igualmente um conglomerado de quatro elementos contidos, por sua vez, igualmente dentro do espaço. Concluindo, você não é nenhum desses cinco elementos, nem nada que possa ser experienciado através deles. Coloque tudo isso de lado. O que fica, o que permanece? *Avaśiṣṭha*, aquilo que resta, é Eu”.

O segundo verso diz *anekāntikatvāt suṣṭyēkasiddhaḥ tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham*: “A natureza (do corpomente) é impermanente. Sou aquele que permanece na experiência do sono. Esse, o que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou”. *Anekāntikatvāt* quer dizer “aquilo cuja natureza é instável” e refere-se, evidentemente, ao corpomente, que é o que muda.

Eis o comentário de Swāmi Tattvavidānanda em relação ao tema do corpo: “deixe ele onde está. Permita que o corpomente seja o que é. Sem atribuir um valor absoluto, considerando que ele é sempre relativo. Cultive a atenção consciente em relação ao corpo, *samādhana*. Sem dar a ele uma importância que não tem. Sem distrair-se. O corpomente não é uma prioridade no processo do autoconhecimento. Seja compassivo e atento em relação as coisas do corpo, mas lembre que você não é o corpo. Mantenha o foco naquilo que não muda, Ātma.

“*Anaikantikativat* aponta para aquilo cuja natureza é instável, variável, que está sujeita a mudança constante. Essa expressão se aplica ao corpo, à mente, às emoções e sensações, pois a natureza desses sistemas é a mudança incessante. É necessário praticar a desidentificação para situar-se para mais além do *anaikantikativat*, daquilo que muda constantemente. A ignorância é como um filme projetado numa tela. Ela é e não é ao mesmo tempo. Quando você é ciente dela, ela não é. Quando você se identifica com ela, ela existe, ela é. *Anaikatitativat* é o corpomente, que muda constantemente. Fique sempre ciente disso e cultive a ausência de identificação.

“*Suṣuptyekasiddhah*: o mesmo eu permanece da maneira invariável em todos os estados de consciência, em todos os estados de experiência: vigília, sono e sonho. O “eu sou” permanece. *Ātma* “reflete-se” no corpomente de diferentes maneiras. O senso de “eu sou” é invariável.

“Todos somos oceano. Nascemos do oceano. Somos sustentados pelo oceano. Cada onda parece ser diferente das demais e existir separada do mar. As pessoas focam na diferença entre as formas e tamanhos das diferentes ondas e esquecem que tudo é oceano. Todos temos a mesma origem. Todos sempre voltamos ao mesmo lugar. Essa é a visão não-dual, essa é a visão do Advaita. Ela exclui crenças e dogmas.

“*Ekasiddhah* é a presença plena, firmemente estabelecida em si mesma, que é Una. Em *suṣupti*, durante o sono profundo, não há nenhum tipo de movimento dessa natureza. No entanto, a presença invariável do Ser, permanece. Śaṅkara menciona especificamente *suṣupti*, o sono profundo, pois sem ele o mapa dos estados de experiência não está completo. No sono, o Ser permanece. No sono profundo, você não é pai nem mãe, nem proprietário ou inquilino, nem mais nada. *Ātmajyotiḥ* brilha, de maneira invariável. Essa luz é aquela presença que permanece depois que todas as falsas identificações são deixadas de lado.

❧ श्री: ❧





Segundo Śloka

न वर्णा न वर्णाश्रमाचारधर्मा न मे धारणाध्यानयोगादयोऽपि ।

अनात्माश्रयाहंममाध्यासहानात् तदेकोऽवशिष्टः शिवः केवलोऽहम् ॥ २ ॥

na varṇā na varṇāśramācārādharmā
na me dhāraṇādhyānayogādayo'pi |
anātmāśrayāhammamādhyāsahānāt
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 2 ||

Não sou a posição social nem os estágios da vida.

Não sou as regras, concentração, meditação e demais.

Pois abandonei a confusão com o não-Ser, o “eu” e o “meu”.

Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 2 ||

na = não; *varṇa* = casta, etnia ou grupo social; *na* = não; *varṇāśrama* = estágios ou momentos da vida (estudante, trabalhador, aposentado e renunciante); *ācāra* = costume, prática, rotina diária, conduta, comportamento; *dharmāḥ* = observâncias, prescrições de conduta, deveres; *na me* = não para mim; *dhāraṇā* = concentração; *dhyāna* = meditação; *yoga* = Yoga; *ādayaḥ* = e o resto (das práticas do Aṣṭāṅgayoga de Patañjali e outras); *api* = mesmo; *anātmā* = não-Ser, aquilo que não é Ātma; *āśraya* = aquilo que depende de algo, que está conectado a algo; *aham* = eu (refere-se ao ego, neste caso); *mama* = meu, minha; *adhyāsa* = superimposição, falsa identificação, atribuição errônea; *hānāt* = abandonar, deixar de lado, cessar; *tadekaḥ* = aquele Uno (*i.e.*, o Ser); *avaśiṣṭaḥ* = o que permanece, o que resta; *śiva* = auspicioso, propício, harmonioso, real; *kevalaḥ* = apenas, somente, só; *aham* = eu (sou).



Comentário de Swāmi Tattvavidānanda: “*Varṇa* é a classe social, a posição que a pessoa ocupa na sociedade de acordo com a sua ocupação e vocação. Os quatro estratos sociais são: *brāhmaṇa*, *kṣatriya*, *vaiśya* e *śūdra*: sacerdotes, guerreiros, comerciantes e artesãos. Esses quatro estratos existem em qualquer sociedade. Em algumas, de maneira rígida e hereditária. Noutras, de forma dinâmica e fluida. Mas elas existem de fato em toda sociedade. Já castas e sub-castas, na sociedade indiana, há aos milhares. Concretamente, 3250, e contando. Essas castas (*kūla*) e sub-castas (*jāti*) não são únicas do hinduísmo: na Índia, há castas e sub-castas também dentro do sikhismo, do cristianismo e do islamismo.

“A distinção de castas de maneira hereditária começa no tempo do *Mahabhārata*. Swāmi Rāmatīrtha lutou toda a vida em favor da abolição do sistema de castas. Ele dizia que os problemas da sociedade indiana derivam dessa estrutura social rígida. Śaṅkarācārya, muito antes de Swāmi Rāmatīrtha, já deixava de lado esse tipo de falsa identificação, como fica claro no seu poema *Manīṣa Pañcakam*. Quando você se desvincula desse tipo de condicionamento ou identificação, tira um enorme peso das suas costas. Quando a pessoa se identifica com a casta, ela não está preparada para o Vedānta. Śaṅkarācārya não era um tradicionalista, nesse sentido.

“Você não quer encontrar o “Eu Superior”. Isso não existe, assim como tampouco existe um “eu inferior”. É necessário livrar-se desse tipo de ideia ou crença. Você não é o corpo é um ótimo ponto de partida. Começamos por aí: deixar de lado a identificação com o corpo, com os medos, desejos e ideias malucas, como no exemplo das castas.

“Isso também inclui evitar ceder às pressões sociais, muitas delas misóginas. Por exemplo, imagine que você pertence a uma dessas famílias tradicionais e ortodoxas do sul da Índia. Você aprende a ser machista e misógino, casa e maltrata a sua esposa. Daí você fala sobre o Ser, faz mantras, ensina sobre Ātma. Qual é o valor desse ensinamento se você não se libertou dos condicionamentos machistas?

“Quando a pessoa faz o ritual para tornar-se *saṁnyāsin*, um renunciante, ela encena a sua própria cremação: levanta-se uma pira funerária na qual a pessoa deita. Acende-se o fogo, e a pessoa desce da pira, enquanto medita e olha para o fogo que arde. Ela está literalmente morta desde o ponto de vista social. A persona que ela era ficou reduzida a cinzas, não existe mais.

“Você não precisa tornar-se renunciante para deixar de lado a identificação com essa persona, com essa personalidade. A compreensão negativa, apresentada pela vida negativa, é a compreensão mais elevada. É por isso que o *adeśa*, a instrução, é baseada nessa palavra que tanto se repete neste *śloka*: *na, na, na*: não, não, não.

“Imagine o casamento de Śiva: num determinado momento, o noivo precisa dar o seu nome e os nomes e *gotras* (linhagens familiares) dos seus ancestrais. Que nome ela vai dar para o pai dele? Śiva tem pai? Deixe de lado essas futilidades de *gotra*, casta, classe ou posição social. Elas não servem para nada, e em nada ajudam você no processo da liberdade. Historicamente, essas instituições apenas trouxeram decadência para a nossa sociedade. É necessário deixá-las de lado. Lamentavelmente, muitas pessoas tornam-se vítimas desse sistema.

“Você não é hindu, nem cristão, nem muçulmano. Você é Ātma. O verdadeiro hinduísmo é aquele que não diferencia entre o alto e o baixo, entre o rico e o pobre, entre o *brāhmaṇa* e o *śūdra*. O hindu real é aquele que conhece Ātma, que vê Ātma em tudo e em todos. Todas as divisões de *varṇa*, *gotra* e *jāti*, devem ser deixadas de lado.

“*Vasudaiva kutumbhakam*: o universo inteiro é uma grande família. Deixemos de lado as divisões, sejam sociais, sejam nacionais, sejam fronteiras linguísticas ou políticas. Lembre que somos estudantes de Vedānta. Não somos sociólogos nem políticos. Devemos ser cientes da

forma em que a consciência, a mente e o corpo se manifestam. Quando alguém diz “eu sou um *brāhmaṇa*”, e a pessoa torna-se renunciante, na mente dela ainda é um *brāhmaṇa*, que se tornou *saṁnyāsin*. O preconceito de casta acompanha a pessoa para a vida de renúncia. Portanto, ela não renuncia aos pontos de vista que sempre alimentou em relação à sua posição social. Isso não é lá muito conducente.

“Um ego isolado, vivendo num corpo separado do todo: é assim que as pessoas, via de regra, enxergam a elas mesmas. Essa é a receita para o desastre existencial. Você consegue olhar para si mesmo e perceber como é que surge e se cristaliza a ideia de “eu”? Veja por favor com cuidado se por acaso esse tipo de crença ainda está instalada sob a sua pele. Especialmente para um *vedāntin*, livrar-se dessas crenças e preconceitos sociais é absolutamente essencial.

“O pensamento deve ser são, deve ser articulado e saudável. Não estamos propondo para você deixar de pensar. Pense, racionalmente. Pense, livremente. Pense, objetivamente. Reconheça a realidade da vida: você consegue de fato aplicar a visão não-dual? Por exemplo, quando você vai a um templo, consegue lembrar que não há diferença entre o deus no altar e as pessoas à sua volta, dentro e fora do templo?

“Você consegue reconhecer que a prostração diante da deidade é a prostração diante de Ātma, na forma de todos os *namarūpas*, de todos os nomes e formas? Ou você cai na crença da devoção dual, na qual há aquela divisão sujeito-objeto? Você consegue enxergar algum tipo de antagonismo na sua mente? Você consegue identificar alguma incongruência entre o ensinamento não-dual do Vedānta que aqui apresentamos e as coisas que você faz no seu dia-a-dia? Reconheça isso, observe isso, e seja cuidadoso para aplicar a visão não-dual no cotidiano. Do contrário, ela não valerá de nada. Apenas observe se você de fato consegue aplicar essa visão.

“*Tadeko’vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo’ham*: Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. Se você já passou pela fase do estudo, *brahmacarya*, e pela fase de criar os filhos, *gṛhastha*, deixe eles em paz, deixe a casa para eles, e simplifique a sua vida. Depois, se for o caso, seja um *saṁnyāsin* em espírito, tente aplicar a visão da não-identificação: *idam aganaye idam na mama*: isto é para Agni, é para Ātma, não é para mim (i.e., para o ego). Se você acumulou dinheiro, ou *pūṇya*, ou mérito, quando você vai parar de acumular mais e mais?

“Quanto *pūṇya* você precisa? Quanto *pūṇya* você quer antes de sossegar e viver o não-dual? Quanto dinheiro você precisa? Quanto dinheiro você quer antes de sossegar e viver o não-dual? Quanto poder você precisa? Quanto poder você quer antes de sossegar e viver o não-dual? Quanta saúde você precisa? Quanta saúde você quer antes de sossegar e viver o não-dual? Rituais de purificação, *pūjās*, *homas*, *yajñas*, banhos em rios sagrados, quantos rituais você precisa fazer antes de sossegar e viver o não-dual? Pois, cabe lembrar, nada disso vai tirar você do *saṁsāra*, da vida condicionada. Está portanto, talvez, na hora de pensar apenas em aplicar o ensinamento e deixar essas preocupações de lado.

“O apego as ações torna-se uma prisão da qual é difícil sair. As soluções propostas pela antiga sociedade indiana (e vale para a atual ainda), não são muito eficientes: apego às regras

religiosas, *dharmā*, apego à concentração, *dhāraṇā*, apego à meditação do Yoga, *dhyānayoga*. Algumas formas de conhecimento são informação, outras são pretensamente conhecimento “revelado”, ou recebido por algum autor místico do além.

“Há quatro maneiras de obter conhecimento sobre a natureza: 1) percepção direta (*pratyakṣa*), 2) constatação de ausência (*anupalabdhi*), 3) testemunho (*āgama*) e 4) inferência (*arthāpatti*). Já sobre o Ser, há apenas um meio de conhecimento, e esse meio de conhecimento é o próprio *śāstra*, Brahnavidyā. Aquilo que você aponta, isto ou aquilo, qualquer coisa que você indique, não é o Ser. Você não é nada concebível, perceptível ou imaginável. Sem esse Ser não há nada. Nada que possa ser concebido, descrito ou imaginado.

“O corpo é uma ideia na mente, olhando de perto e com cuidado. Você não rejeita o corpo. Você nega a realidade separada do corpo e reconhece essa aparente realidade como uma projeção da mente. O corpo está aí quando você está ciente dele. Quando você faz outra coisa, fica totalmente separado dele. A ideia do corpo desaparece. O corpo é uma ideia na mente. Não fique obcecado com ele; não se preocupe tanto com ele. Isso é *mokṣa*. Isso é liberdade.

“É necessário compreender o espírito real da *via negativa*, da negação. Você não precisa ficar numa postura negativa em relação ao corpo, no sentido de considerá-lo uma fonte de sofrimento. Śāṅkarācārya diz no poema: para mim, não há *dharmā*, regras religiosas, nem *dhāraṇā*, nem *dhyāna* nem *samādhi*. *Dhāraṇā*, *dhyāna* e *samādhi* são estados ou categorias da experiência da mente. Formas progressivas de foco que vão desde a concentração, *dhāraṇā*, até a absorção mais profunda, *samādhi*.

“Qual é a razão pela qual Śāṅkara rejeita a meditação do Yoga? Muito se fala sobre meditação. Vedāntins se sentem obrigados a fazer a sua contribuição. O mesmo acontece quando alguém fala sobre *karma*, *dharma*, *bhakti* e outros temas correlatos da espiritualidade. O Vedānta deveria estar tão claro no coração da pessoa que ela não ficasse balançada quando vê algum ritual sendo feito. No entanto, não é isso o que acontece na maior parte dos casos. As pessoas adoram um ritual, adoram uma prática que, no fundo, propõe exatamente o contrário daquilo que o Vedānta mostra: barganha com os deuses através dos rituais e mantras, como o *sandhya vandanam*, as *pūjās* e *homas*, que apenas alimentam e fortalecem ainda mais a separação sujeito-objeto, etc.

“Concentração e meditação *yogikas*, resumindo, é forçar a mente a fazer algo que ela não quer fazer. É por isso que as práticas propostas por Patañjali são sempre forçadas: você pode fazer o mesmo esforço durante uma década, e no fim sempre encontrará a mesma resistência, a mesma dificuldade a cada vez que senta para meditar. O valor e a eficiência de práticas desse tipo é sempre questionável, para dizer o mínimo. A mente sempre irá fugir, sempre irá resistir. Essa é uma batalha que já começa perdida, e que reveste um problema oculto: ela não é apenas inócua, mas desperta conflitos. E lidar com esse tipo de conflito deixa a pessoa exaurida, esgotada, vazia. Tentar concentrar-se num som, num mantra, não funciona. Você tenta focar-se, tenta esforçar-se, mas é como subir uma montanha de vidro: cedo ou tarde, você escorrega e cai.

“Dê o benefício da dúvida ao ensinamento. Aceite provisionalmente que isto possa ser relevante. Durante um meditação repetindo 108 vezes o mantra *Om namaḥ Śivāya*, talvez a gente consiga concentrar-se em oito ou nove. O resto do tempo estamos dispersos, distraídos, pensando noutra coisa. Isso é o que a meditação é, via de regra. E é justamente esse tipo de experiência frustrante que Śāṅkarācārya rejeita. Hábito é outro nome para ignorância. Esse tipo de hábito deve ser deixado de lado, segundo o menino Śāṅkara. Seja ciente da mente.

“Esteja atento. Calmamente atento aos conteúdos dela. Atentividade é algo totalmente diferente de concentração ou *samādhi*. Permaneça atento, calmamente atento. Atentividade não é concentração. Lembre disso. meditadores, de modo geral, podem ser pessoas muito frustradas, reprimidas e complicadas. Isso acontece porque eles projetam uma imagem que nada tem a ver com a realidade que vivem na prática meditativa. Deixe de imaginar coisas. A cobrinha não vai subir. Não viaje. Não se engane.

“Meditação é começar pela mente, aprender a observá-la, mas não se restringir apenas a ela. Meditar é permitir que a mente se esvazie, não através da concentração forçada mas da atentividade plena. Dessa maneira, você não dispersa a sua energia, não se esgota nem perde o foco. Você quer que a sua mente fique cheia o dia inteiro de processos abstratos ou acharia uma melhor ideia permitir que ela flua de maneira livre, sem tanta obsessão e tanto controle? Não é uma boa ideia, nessa perspectiva, ficar muito preocupado com o processo do pensar. Meditar é justamente isso: levar-se da hiperatividade mental, da ansiedade e das aflições e cultivar uma mente livre, harmoniosa, *sattvika*. A concentração não produz esse resultado. Pelo contrário. E não funciona para deixar a mente mais calma.

“A prece tem o seu valor, mas não é uma panaceia, não cura nem resolve todos os problemas. Especialmente quando é feita de maneira mecânica, distraída ou automática. A prece pode tornar-se facilmente *vikṣepa*, uma distração. Você pode entrar em estados de auto-hipnose, ou trance místico, ou terminar com uma mente congestionada de tanto pensar ou repetir um mantra. Nada mais longe da mente clara que se pretende alcançar no Vedānta. Isso nada tem a ver com a meditação que o Vedānta propõe, que Śāṅkara menciona na Daśaślokī. Permita que a paz da mente seja alcançada pela compreensão, não pelo esforço ou pela concentração. Pelo menos, essa é a opção que Śāṅkarācārya faz: “nada disso é para mim”.





Terceiro Śloka

न माता पिता वा न देवा न लोका न वेदा न यज्ञा न तीर्थ ब्रुवन्ति ।

सुषुप्तौ निरस्तातिशून्यात्मकत्वात् तदेकोऽवशिष्टः शिवः केवलोऽहम् ॥ ३ ॥

na mātā pitā vā na devā na lokā
na vedā na yajñā na tīrthaṁ bruvanti |
suṣuptau nirastātiśūnyātmakatvāt
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 3 ||

Dizem [os sábios] que na experiência do sono profundo
Não há mãe nem pai, nem deuses nem mundos manifestados,
Nem escrituras nem rituais, nem caminhos a ser percorridos.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 3 ||

na = não; *mātā* = mãe; *pita* = pai; *vā* = nem; *na* = não; *devā* = forças elementais da natureza, deuses dos elementos; *na* = não; *lokā* = mundos, planetas, dimensões da criação; *na* = não; *vedā* = os Vedas, o *śāstra*, literatura revelada, livros sagrados; *na* = não; *yajñā* = rituais propiciatórios; *na* = não; *tīrthaṁ* = lugares sagrados, caminhos de peregrinação, ainda ou observâncias que devem ser seguidas; *bruvanti* = eles dizem [os ṛṣis (yogis-sábios), ou ainda, o Śruti, a escritura sagrada como meio de conhecimento sobre Ātma]; *suṣuptau* = durante o sono profundo; *nirasta* = rejeitado, removido, abandonado; *atiśūnya* = total ausência, não-existência; *ātmaka* = aquilo que é da natureza de ou tem o caráter de algo; *tvāt* = de, daquilo; *tadekaḥ* = aquele (Ser); *avaśiṣṭaḥ* = o que permanece, o que resta; *śiva* = auspicioso, propício, harmonioso, real; *kevalaḥ* = apenas, somente, só; *aham* = eu (sou).



Comentário de Swāmi Tattvavidānanda: “*Samnyāsa* é renunciar a todos os tipos de apego, e depois renunciar também à função que renuncia de tudo: o ego. As transações de um *saṁnyāsin* limitam-se à quantidade de *bhikṣa*, de alimento que ele põe na cuia de pedir comida, *kamaṇḍalu*. Nada mais. Quando você está totalmente livre de apegos, a ideia de um deus que deve ser adorado desaparece. Quem precisa de deuses para adorar são pessoas cujas mentes são manipuladas, ou que estão dominadas por inseguranças ou medos.

“Aqui, Śaṅkarācārya utiliza o exemplo do sono profundo. Na vigília, ficamos sob domínio de *mithyājñāna*, o conhecimento equivocado, ou o pensamento fragmentário. Já no sono, com a

mente desligada, não há mais *mithyājñāna*. A ignorância se manifesta de maneiras diferentes. *Mithyājñāna* é outro nome para *adhyāsa*, a superimposição. Swāmi Rāmātīrtha disse que a verdade não está no idealismo nem no realismo, mas em transcender todas as dualidades, das quais esses dois pontos de vista fazem parte, por poderosos que sejam os argumentos dos filósofos que defendem esses pontos de vista.

“Você não pode basear a visão psicológica da condição humana apenas nas experiências que a pessoa tem no estado de vigília. No entanto, foi exatamente isso o que a psicologia ocidental fez, ignorando o estado de suspensão mental do sono, e dando muita pouca importância ao estado onírico. Quando você inclui nessa terceira condição, *suṣuptaḥ*, o sono profundo, o mapa fica finalmente completo. O eu real é *avaśiṣṭaḥ*, o que permanece. Swāmi Rāmātīrtha disse igualmente que a existência humana, a vida, é comparável a um rio. Um rio tem, assim como a vida, três estágios: a nascente, as corredeiras e o espaço entre as planícies e a foz no oceano ou lago onde ele termina. Esse último estágio é o que corresponde à vigília. A etapa das corredeiras, da água branca, dos rápidos quando desce a montanha é comparado ao sonho, ao estado onírico. O rio na sua nascente corresponde ao estado de sono profundo.

“O sol brilha nas planícies, assim como Ātma torna-se evidente em todas as cognições, como o reflexo dos raios solares na superfície das águas calmas. Já nas águas brancas, nas corredeiras, o reflexo do sol fica mais fragmentado. Finalmente, no glaciário, quando a água corre sob a neve, não é possível ver distintamente o reflexo dos raios solares (*i.e.*, Ātma), não há movimento aparente. No estado de vigília prevalece *mithyā*, a realidade projetada pela mente, *prātibhāsika*. *Sankīrṇa* quer dizer misturado: no estado onírico, há elementos do real e elementos que são apenas projeção, *satya* e *mithyā*. O que é o real? Aquilo que não é irreal. Em *suṣuptiḥ*, no sono profundo, apenas *satya* permanece. Aquilo que permanece em *suṣuptiḥ*, no sono profundo, quando a mente está inativa, é *avaśiṣṭaḥ*, é Ātma. É por isso que é necessário transcender, ir para mais além do estado de vigília, para perceber que Ātma nunca deixou de estar aqui, em todos e cada um dos estados de experiência.

“Você não é infeliz quando dorme profundamente. Você não precisa nem deve projetar a responsabilidade pelas suas aflições nos planetas, nem nos seus vizinhos, nem nos políticos, nem em mais ninguém. Quem é o vilão, então? O ego. No sono profundo não há vilão, não há ego, não há problema, pois não há identificação com ele. *Mithyājñāna*, o pensamento falacioso, cessa. O pensamento fragmentário cessa no sono. É por isso que todo o mundo gosta de dormir profundamente. No sono há autoaceitação total. Você permanece firmemente ciente de si mesmo no sono. Você não é nada que seja perceptível através dos sentidos, ou concebível pela mente.

“Você transcende tudo isso: “não sou isto nem aquilo. Nada é meu”. Esse sentimento deve estar bem forte em você para você evitar as identificações com tudo aquilo que Śāṅkara lista na presente estrofe: “[Para mim,] não há mãe nem pai, nem deuses nem mundos manifestados, nem escrituras nem rituais, nem caminhos a ser percorridos.” Quando você está na calma atenciosa não há ego, pois o ego não é nada mais do que um pensamento. O ego é uma espécie de fantasmagoria. É como um espantalho: cumpre uma função, mas é oco. Não tem

substância nem realidade separada de Ātma. E é esse Ātma que você é. Você não é nem sujeito nem objeto, desde o ponto de vista absoluto, *paramāṛthika*.

“Você não quer acumular conhecimento por acumular conhecimento. Você quer ser quem você é. Na vigília, você pode ser pai ou filho, mas no sono profundo você não é nenhum desses papéis. A religião teocêntrica (escrituras, rituais e peregrinações, como diz o *śloka*) torna a pessoa amedrontada, supersticiosa e manipulável. Uma pessoa que apresente uma mente com essas características não será nem boa mãe nem bom pai. Honremos os nossos pais da melhor maneira, sem projetar esse tipo de julgamento sobre eles. Mas demos a nós mesmos o direito de não nos deixar manipular pelas religiões e demais instituições sociais e familiares. Elevemo-nos por cima desse tipo de identificação, independentemente do tamanho ou a natureza dos nossos problemas pessoais.

“Ao mesmo tempo, aceitemos a nossa família como ela é, com reverência, mas também com objetividade. Uma pessoa que se torne *saiṁnyāsin* não pode nunca ter a menor dúvida sobre como as coisas vão acontecer, sobre se ela vai conseguir sobreviver materialmente. É necessário muita confiança, *śraddhā*: coisas naturais acontecem de maneira natural. Confie. No sono, você esquece da vigília e do sonho. Durante a vigília, você esquece dos conteúdos do sonho e da ausência de conteúdos do sono. No sono, você deixa de lado todas as outras experiências. Esses são os três estados mentais, *avasthas*. Você é a luz que ao mesmo tempo ilumina os três estados, e ao mesmo tempo os transcende. Estes são apenas estados transitórios pelos quais navega o ser. Portanto, não precisamos, nem devemos, atribuir valores absolutos a essas coisas, pois elas são, intrinsecamente, relativas. Lembre que a vigília é subjetiva.

“*Nirasta* aponta para algo que é rejeitado, removido ou abandonado; *atiśūnya* indica uma ausência, não-existência. Com essas palavras, Śaṅkara refere-se ao vazio relativo a esses papéis, de mãe, pai, de devoto e todos os demais que representamos na família, na sociedade e na vida. Quando deixamos de lado essas identificações, *Ātma svārūpaḥ*, a nossa natureza real, é revelada. O Śiva a quem o *śloka* aponta não é o deus Śiva das Purāṇas. Não é o deus que está nos altares. Não é o deus para quem as preces pedem coisas ou com o qual ficam barganhando futilidades. Esse termo, Śiva, é um *lakṣaṇa*, um apontador que revela a Consciência. No sono, você toca o infinito que é Śiva: “Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou”, diz o menino Śaṅkara no final da estrofe. Esse Śiva é *prema*, é amor, é *prīyaḥ*, amável. Ele é aquele que se revela no sono profundo, onde a mente não entra, na total ausência das vozes da mente *suṣuptau nirasta atiśūnya*.”





Quarto Śloka

न साङ्ख्यं न शैवं न तत्पाञ्चरात्रं न जैनं न मीमांसकादेर्मतं वा ।

विशिष्टानुभूत्या विशुद्धात्मकत्वात् तदेकोऽवशिष्टः शिवः केवलोऽहम् ॥ ४ ॥

na sāṅkhyam na śaivam na tatpāñcarātram
na jainam na mīmāṃsakādermatam vā |
viśiṣṭānubhūtyā viśuddhātmakatvāt
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 4 ||

Nem Sāṅkhya nem Śaiva, nem Pañcaratra nem Jaina,

Nem Mīmāṃsāka nem outras doutrinas. Pela percepção

direta do Ser, além das distinções, minha natureza é plena.

Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 4 ||

na = não; *sāṅkhyam* = escola de filosofia Sāṅkhya; *na* = não; *śaivam* = escola de filosofia Śaiva; *na* = não; *tatpāñcarātram* = seguidor do Pañcarātra, uma das formas originais do Vaiṣṇavismo; *na* = não; *jaina* = religião jainista; *na* = não; *mīmāṃsaka* = seguidor da escola de filosofia Mīmāṃsa; *ādeḥ* = qualquer outra; *matam* = doutrina; *vā* = nem, tampouco; *viśiṣṭa* = distinção, peculiaridade; *anubhūtyā* = através da percepção direta (*anubhūti*); *viśuddha* = puro, purificado, livre de imperfeições; *ātmakatvāt* = a natureza do Ser; *tadekaḥ* = aquele (Ser); *avaśiṣṭaḥ* = o que permanece, o que resta; *śiva* = auspicioso, propício, harmonioso, real; *kevalaḥ* = apenas, somente, só; *aham* = eu (sou).



Comentário de Swāmi Tattvavidānanda: “É necessário abandonar as falsas ideias e identificações. Se você não quiser, não há problema. Pelo menos seja gentil com a pessoa que transmite esta mensagem. É preciso libertar-se das falsidades, das formas inadequadas e incorretas de interpretar o mundo desde a perspectiva do próprio ego. Autoconhecimento é liberdade. Liberdade é autoconhecimento. Liberdade das falsidades, liberdade do ego. Por exemplo, quando a pessoa diz “sou o *kartaḥ* (agente das ações)” isso é falso. Quando diz “sou o *bhoktaḥ* (desfrutador dos resultados das ações)”, isso é igualmente falso. Você é aquilo que é. Você já é a verdade. Você não precisa nem pode nem deve conhecer a verdade como um objeto pois, nesse caso a verdade tornar-se-ia um objeto, uma coisa inerte, e não o âmago da própria existência.

“O apego ao Sāṅkhya é algo do qual vale a pena livrar-se. Os seguidores do Sāṅkhya não são religiosos, mas filósofos. As categorias (*tattvas*) da realidade são elencadas e classificadas por eles. Ficam contando tudo o tempo todo. Lembram um pouco os químicos e físicos da atualidade, que ficam contando partículas, elementos e combinações em forma de moléculas. Eles eram bons na arte de descrever a natureza, de acordo com os parâmetros proto-científicos vigentes naquela época. Hoje em dia os seguidores do Sāṅkhya não existem mais. O Sāṅkhya, como sistema, ficou obsoleto e ultrapassado. Eles descreviam o *pradhāna*, a causa da existência, ou a matéria primordial, ou a parte mais importante de qualquer coisa, como estando presente no seus efeitos.

Sattva (harmonia) = *sukha* (felicidade), inteligência

Rajas (agitação) = *duḥkha* (sofrimento), energia

Tamas (inércia) = *moha* (confusão), matéria

“Se você não tiver perspectiva histórica, você não vai entender as coisas como precisam ser entendidas vou dar um exemplo: *avatāra* não existe como palavra antes do século décimo desta era. Isso significa que não há nenhuma lenda que mencione os *avatāras* de Viṣṇu ou de qualquer outro deus hindu, budista ou jainista. Isso mostra alguma coisa. Essa necessidade de perspectiva histórica é fundamental para compreender o desenvolvimento das escolas de filosofia da Índia antiga, ou o berço e desenvolvimento de cada uma delas, bem como a maneira em que umas influenciaram as outras, quando foi o caso. Sem essa perspectiva você está perdido nos dogmas ou ficará sempre condenado à limitação na sua visão, conformando-se com o que os outros dizem, que nem sempre será correto.

“Nós respeitamos pensadores como Kapila, ainda que não concordemos com muitas coisas que eles concluem. Eles estabeleceram as bases para o pensamento científico que se desenvolveu muito tempo depois na Índia. A doutrina do Sāṅkhya contradiz frontalmente a visão do *advaita*. Os defensores dessa doutrina dizem, por exemplo, que existem infinitos seres, *Puruṣas*, que se sobrepõem e interpenetram uns aos outros constantemente. Eles negam a existência Isso equivale a dizer que há muitos ouros: um para cada tipo de ornamento. Esses erros e incongruências foram sendo corrigidos ao longo do tempo e essa é a causa pela qual hoje o Sāṅkhya é letra morta.

“O *kartritvam* (a crença de que somos os agentes das ações) acontece por conta dos *karmendriyas* (órgãos das ações). O *bhokta* (desfrutador dos resultados das ações) existe por causa dos *jñānendriyas* (órgãos sensoriais). Algumas das ideias do Sāṅkhya são muito nobres, mas não têm lugar na realidade. É importante compreender a realidade antes de seguir cegamente essas ideias, por poéticas que nos pareçam, pelo simples motivo de que elas não correspondem à realidade. Como pensadores, como filósofos, os seguidores de Sāṅkhya tiveram seu valor no passado. Um valor que, como eles, ficou no passado.

“O mesmo acontece com muitos dos seguidores do Vedānta na atualidade.: eles tornaram o *Brahmavidyā*, o autoconhecimento, numa religião. Não ensinam os *mahāvākyas*, os mantras

fulcrais que revelam o não-dual, e vivem apenas focados em fazer rituais tântricos e repetir mantras de maneira mecânica. Na sequência, Śaṅkara continua mencionando o Śaiva, o culto religioso dos seguidores de Śiva. Um seguidor de Śiva, cujo culto está baseado nas histórias das Purāṇas, tem fé cega na veracidade “histórica” desses mitos. Quando essa pessoa ouve você dizendo *Śivo’ham, Śivo’ham*, vai convidar para você tomar veneno para ver se você é mesmo tão poderoso como o deus Śiva Nīlakaṇṭha, que bebeu o veneno *hālāhala* na ocasião da bateção do mar de leite (*samudramantham*). Para eles, o Śiva das Purāṇas e o Śiva que Śaṅkarācārya menciona não podem coexistir.

“A religião é para aqueles que querem dormir. A espiritualidade é para quem tem sede de liberdade, para quem deseja acordar. Quando a mente cala, *Bhavaḡān* fala. As religiões são cheias de regras. A espiritualidade convida você para a reflexão e a experiência pessoal direta. A religião ameaça com o pecado e o sofrimento eterno. A espiritualidade não faz falsas promessas e nos convida para meditar. Dizia Vivekānanda que “não é ruim nascer numa igreja; ruim é morrer numa”, pois isso significaria que você nunca conseguiu sair desse lugar.

“*Pañcaratra* é a forma original do culto *vaiṣṇava*, de seguidores de alguma das múltiplas formas de Viṣṇu. *Śaivas* são, via de regra, pobres ou de casta baixa. *Vaiṣṇavas* são, geralmente, ricos e/ou de casta alta. Os *vaiṣṇavas* irão dizer até que Śiva não se “veste bem”, que é o deus dos descastados, que medita nos campos crematórios e que não merece ser adorado. As formas de adoração do *Pañcaratra* são bastante elaboradas, mas igual a qualquer outra teogonia. Deus é filho de Vasudeva. O irmão de Vasudeva é Saṁkarṣaṇa, “O do Arado”, conhecido posteriormente como Balarāma. No culto *Pañcaratra* descreve-se uma família e uma sociedade patriarcal, feita de personagens mitológicos. A partir dessa forma original, o vaiṣṇavismo adquiriu outras derivações ao longo do tempo. Por exemplo, Rāddhā não é uma mulher ou uma deusa. Ela é a devoção personificada.

“O *Śaiva*, por seu lado, também tem suas peculiaridades, como por exemplo colher cinzas dos campos crematórios para fazer oferendas ao Śivaliṅgaṁ. Em nome da religião e do ritualismo, faz-se qualquer coisa. Literalmente. Hoje em dia, as cinzas dos crematórios foram substituídas por cinzas de jornal queimado. Você quer fazer parte disso?

“Na sequência, Śaṅkara menciona o Jainismo, igualmente negando essa religião, fundada pelo profeta Mahāvīra, que é mais antiga que o budismo. Depois, o menino fala sobre o *Karma Mīmāṁsāka*, outra filosofia que não está lá conectada com o autoconhecimento. Olhando para o panteão das religiões indianas, é fácil perceber a antropomorfização dos deuses: até mesmo aqueles com forma animal. Já os seguidores do Mīmāṁsāka fazem *karmas* rituais, mas não admitem a existência de Deus.

“Muitos sacerdotes são destros na arte de fazer elaboradas *pūjās* e *homas*, mas não sabem dizer quem é Deus. Apenas ficam focados nos rituais religiosos. E passam a vida inteira dessa maneira. Conselho pessoal: não siga nenhum líder religioso. A imensa maioria dos gurus religiosos da atualidade fomentam a divisão, o fundamentalismo, o pensamento sectário e fragmentário. Para chegar à conclusão do Vedānta você precisa, então, aplicar a tesoura da

negação em relação àquilo que não é, *anātma*. É necessário, para chegar à conclusão sobre a identidade real, abandonar todas as ideias e crenças. Você não pode imaginar o sabor da água pura. É preciso experimentá-la.

“O que é a religião verdadeira, então? Swāmi Rāmatīrtha diz (paráfrase): “Religião é esse estado da mente avançado no qual a felicidade, a equanimidade e a alegria de viver se manifestam. Ser gentil com os demais, até mesmo com os adversários, é uma qualidade divina. A espiritualidade é espontânea e natural. Isso é a religião verdadeira. Ela deve ser capaz de nos revelar a realidade e invariável presença de Ātma, que subjaz em tudo e em todos. Isso é religião real. Pondere sobre o sublime ensinamento das Upaniṣads e da *Bhagavadgītā*.”

“Bṛghu foi ao encontro de Varuṇa, conta a Upaniṣad. Ele pergunta: “o que é Brahman?” Para responder corretamente a questão, é necessário fazer uma autoanálise, olhar para dentro, pois se olharmos para fora não acharemos Brahman em lugar algum. Você aspira a conhecer Deus, através do pensamento e da inquirição. Onde deve ser feita essa inquirição? Olhando para dentro, para mais além do corpo, da mente, das faculdades e órgãos de ação. Deus não pode ser achado num lugar chamado Vaikuṇṭha ou qualquer outro na terra ou no céu. É necessário ponderar sobre este ensinamento. Ninguém vai oferecer Īśvara numa bandeja para você. Você não vai achar Īśvara em algum templo, igreja, ou congregação. “Cultive a companhia de santos que possam motivar e inspirar você”, continua Swāmi Rāmatīrtha: “Você precisa evitar o pensamento fragmentário, elevar-se para mais além das dualidades. Compreenda que Īśvara não está nas emoções. Sentimentalismo e emocionalidade não é devoção. É apenas sensacionalismo sem Īśvara. Īśvara é paz e tranquilidade”.

“Você não pode conhecer Īśvara com as mesmas ferramentas que usa para conhecer a estrutura da natureza. Aquilo que o intelecto apreende não é Īśvara. Aquilo que é perceptível através dos sentidos, não é Īśvara. Assim, Varuṇa responde para Bṛghu que é necessário olhar para dentro e tornar-se o próprio objeto de conhecimento, vivendo na divindade. Como diz o Gāyatrī mantra, aquilo que está no Sol, está aqui na gente. Sou o Sol refulgente. Sou a fonte da luz. “Essa realidade, a verdade, é Īśvara. Essa realidade é igualmente chamada Ātma”, conclui Swāmi Rāmatīrtha. A terceira linha deste *śloka* diz: *viśiṣṭānubhūtyā viśuddhātmakatvāt*: “Pela percepção direta do Ser (*viśiṣṭānubhūtyā*), além das distinções, minha natureza é purificada (*viśuddhātmakatvāt*)”.

“*Manasaḥ anubhāvaḥ* é distrair a mente, ser diletante ou fazer as coisas por prazer intelectual ou emocional. *Brahmānubhūtiḥ* é a “experiência direta de Brahman”, se podemos usar essa expressão. As palavras são apontadores. É necessário ir para mais além das expressões verbais. Amor, paz, criatividade, beleza: essas experiências de Brahman já estão com você. Experimente-as na vigília e, ao mesmo tempo, permaneça ciente de si mesmo no sono. Fique em paz e perceba a beleza da realidade, mais além da mente e do corpo. Isso é *viśiṣṭānubhūti*.”





Quinto Śloka

न चोर्ध्वं न चाधो न चान्तर्न बाह्यं न मध्यं न तिर्यङ् न पूर्वाऽपरा दिक् ।
वियद्व्यापकत्वादखण्डैकरूपः तदेकोऽवशिष्टः शिवः केवलोऽहम् ॥ ५ ॥

na cordhvaṁ na cādho na cāntarna bāhyaṁ
na madhyaṁ na tiryāṁ na pūrvā'parā dik |
viyadvyāpakatvādakhaṇḍaikaikarūpaḥ
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 5 ||

O Ser não está nem acima nem abaixo. Nem dentro nem fora.
Nem no meio nem através. Não está nem perto nem longe,
Pois está presente em tudo, como o espaço, indivisível e invariável.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 5 ||

na = não; *ca* = nem, tampouco (noutros contextos, também, igualmente); *ūrdhvaṁ* = acima, elevado; *ca* = nem, tampouco; *adho* = abaixo; *na* = não; *ca* = nem, tampouco; *antara* = dentro, interior; *na* = não; *bāhyaṁ* = fora, exterior; *na* = não; *madhyaṁ* = o meio, o que está no meio; *na* = não; *tiryak* = de través, na diagonal; *na* = não; *pūrvā* = leste, antes, próximo, perto; *parā* = oeste, depois, remoto, distante; *dik* = direção, ponto cardinal; *viyat* = ar, céu, atmosfera; *vyāpakatvād* = aquilo que está invariavelmente presente, que se expande, que tudo penetra, como o espaço; *akhaṇḍa* = indivisível, ininterrompido, sem partes, ilimitado; *eka* = uno, um, único; *rūpaḥ* = forma, natureza, singularidade; *tadekaḥ* = aquele (Ser); *avaśiṣṭaḥ* = o que permanece, o que resta; *śiva* = auspicioso, propício, harmonioso, real; *kevalaḥ* = apenas, somente, só; *aham* = eu (sou).



As estrofes quinta a décima da *Daśaślokī* representam a fase conclusiva da argumentação de Śaṅkara. Após descartar a identificação com o corpo, os sentidos, a mente, o ego, as emoções e os estados psicológicos como sendo o Eu, o poeta conduz o leitor à percepção de que a natureza humana é a própria consciência absoluta, Ātma. O método empregado é característico do Advaita: negar tudo o que não é, negar tudo aquilo que é transitório e condicionado, para revelar e reconhecer aquilo que permanece e esteve sempre presente: Ātma, que é idêntico a Brahman, o Ilimitado. Estas cinco estrofes finais não pretendem apresentar uma teoria

metafísica, mas orientar o buscador para a percepção direta do não-dual, na qual desaparece a distinção entre o indivíduo e a Realidade Ilimitada, Ātma e Brahman.

Comentário de Swāmi Tattvavidānanda: “A negação é a essência do Vedānta, é a essência do conhecimento. Vivemos através da negação daquilo que não é. É assim que opera o *Nirvāṇa Śaṭkam*, é assim que funciona a *Daśaślokī*. Amor verdadeiro é diferente de paixão. O mesmo vale para o autoconhecimento. Não é um jogo mental. Não é um malabarismo intelectual. Se você quer autoconhecimento, precisa ser honesto consigo mesmo. Não busque alguém para seguir, algum sistema para seguir, alguma doutrina. Isso é fácil mas não funciona.

“A imensa maioria das pessoas não está preparada para a liberdade. Pessoas inseguras buscam formas distorcidas de Vedānta que lhes ajude a sentir-se melhor. Elas preferem seguir sem questionar. Isso traz segurança emocional, mas não é autoconhecimento real. Não é Vedānta real. Para ter o Vedānta real, a negação precisa ser feita. Para a correta compreensão, você não precisa fazer nada: apenas observar conscientemente aquilo que é. Quando você vê um amanhecer, o enxergar acontece. Sem questionamentos, de maneira direta e imediata. Essa mesma apreciação deve ser dirigida ao Ser. Quando o foco não está no fazedor, a testemunha percebe o fluxo das águas do rio. É necessário desvincular-se do papel do fazedor.

“A liberdade deriva da revolta contra condicionamentos e crenças. De uma vontade tenaz de separar-se das identificações com os papéis. *Na kham nendriyam*: não sou a mente nem os sentidos. Faça essa prática: este *samūhaḥ*, “este conglomerado de elementos e faculdades, eu não sou”. Não sou o corpomente: é necessário elevar-se para mais além dele. Faça isso. Se alguém perguntar “mas como?”, lembre que há um método. E, no método, é necessário deixar de lado a pergunta “mas como?”. Apenas faça. Você pode fazer isso, acredite em si mesmo.

“Todas as suas queixas irão desaparecer quando você conseguir elevar-se para mais além do corpomente. Você pode perguntar “por que desfazer a identificação com o corpomente?”, e essa é uma questão legítima. “como desfazer a identificação com o corpomente?” não é uma pergunta legítima. Na sua infância você tinha o senso de “eu sou”. Agora você também tem. Comece no lugar onde você está agora. Você sempre tem o senso de *aham*, “eu sou”. Você lembra desse senso de “eu sou” quando era criança? Você cresceu desde aquele momento, muitas atitudes mudaram ao longo do caminho. Você não é mais um menino, mas esse “eu sou” permanece.

“Antes do casamento o senso de “eu sou” estava aí. Depois do casamento, “eu sou” permanece. O “eu sou” é sempre o mesmo, na saúde ou na doença, na juventude ou na maturidade. Ātma é sempre o mesmo. A pessoa na média idade é “eu sou”. A pessoa na terceira idade é igualmente “eu sou”. Você nunca deixa de ser Ātma. Você não pode adiar o fato de ser Ātma. Você não precisa adiar o reconhecimento de ser Ātma para o momento em que se torna um *samnyāsīn*, se é que isso vai acontecer algum dia. O “eu sou” sempre permanece. Reconheça isso agora. As coisas mudam, o “eu sou” não muda. O “eu sou” permanece.”





Sexto Śloka

न शुक्लं न कृष्णं न रक्तं न पीतं न कुब्जं न पीनं न ह्रस्वं न दीर्घम् ।

अरूपं तथा ज्योतिराकारकत्वात् तदेकोऽवशिष्टः शिवः केवलोऽहम् ॥ ६ ॥

na śuklaṁ na kṛṣṇaṁ na raktaṁ na pītaṁ
na kubjaṁ na pīnaṁ na hrasvaṁ na dīrgham |
arūpaṁ tathā jyotirākāra-katvāt
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 6 ||

Não é nem branco nem negro, nem vermelho nem amarelo.

Nem recolhido nem expandido, nem curto nem longo.

Não estando limitado pelas formas, [o Ser] é como a luz.

Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 6 ||

na = não; *śuklaṁ* = branco, claro; *na* = não; *kṛṣṇaṁ* = escuro, negro; *na* = não; *raktaṁ* = vermelho, tingido; *na* = não; *pītaṁ* = amarelo; *na* = não; *kubjaṁ* = retorcido, curvado, recolhido; *na* = não; *pīnaṁ* = expandido, volumoso, gordo, corpulento; *na* = não; *hrasvaṁ* = baixo, curto; *na* = não; *dīrgham* = longo, extenso, estendido; *arūpaṁ* = que não tem forma, que não está limitado a uma forma determinada; *tathā* = desta maneira; *jyotiḥ* = luz, esplendor; *ākāra-katvāt* = aparência ou forma de; *tadekaḥ* = aquele (Ser); *avaśiṣṭaḥ* = o que permanece, o que resta; *śiva* = auspicioso, propício, harmonioso, real; *kevalaḥ* = apenas, somente, só; *aham* = eu (sou).



Quando Śaṅkarācārya afirma que o Ser não é “nem branco nem negro, nem vermelho nem amarelo, nem recolhido nem expandido, nem curto nem longo”, está a dizer que Ātma não tem atributos, adjetivos nem características. Portanto, é um erro pensar que o Ilimitado possa aparecer diante dos nossos olhos sob alguma forma limitada, ou que possa refletir alguma cor específica, ou que apresente algum outro sinal identificador.

Deixando de lado todos os conteúdos relativos ao corpo, fazendo deliberadamente a negação de tudo aquilo que não somos, a luz de Ātma irá brilhar. Assim, nos desvinculamos de todas as peculiaridades, de todos os *viśeṣas*, de todos os conteúdos do corpo, do lugar onde vivemos, dos papéis que representamos e assim, espontaneamente, Ātma brilha por si mesmo.

Comentário de Swāmi Tattvavidānanda: “*Mokṣa* não se consegue através de esforço. Não é o resultado de uma ação ou uma série de ações. Ou você consegue *mokṣa* sem esforço algum, ou não consegue. É por isso que Śāṅkarācārya diz na *karma na mokṣaḥ*. Compreensão pede ser capaz de apreciar, não de esforçar-se. É preciso abandonar a ideia errada que você precisa fazer coisas para obter *mokṣa*. A própria pergunta “como se consegue *mokṣa*?” é paradoxal, para não dizer equivocada. Estudar um texto, e depois mais um, e depois outro e outro não vai dar liberdade para ninguém. *Mokṣa* não é o resultado desse tipo de esforço.

“Você não descansa estudando como é que as pessoas dormem. Você descansa quando deixa tudo de lado e vai dormir. O mesmo vale para a liberdade. Pessoalmente estou frontalmente contra esse tipo de abordagem que apresenta o autoconhecimento como se fosse um processo ou sistema filosófico. O *sāstra* e o mestre apenas revelam o que você é agora. Não é nada que possa ficar para depois. Assim, você se liberta agora mesmo. Você não confunde mais a corda com uma serpente. Você não acredita mais em soluções mágicas. Nenhuma magia vai acontecer. Você apenas se liberta. Isso é *mokṣa*: compreender a si mesmo de maneira correta.”

Para chegar na clara visão, é necessário construir previamente uma conduta correta, através do *sādhana catuṣṭayaṁ* são as quatro qualificações para *mokṣa*, a liberdade (conforme o ensinamento do *Tattvabodha*):

- 1) *Vivekaḥ*, discernimento,
- 2) *Vairāgyaṁ*, desapego,
- 3) *Śamādiṣaṭkasampattiḥ*, o grupo das seis virtudes:
 - A) *Śama*, comando sobre a mente, autocontrole;
 - B) *Damaḥ*, abstração sensorial, controle sobre os sentidos;
 - C) *Uparatiḥ*, quietude, relaxamento, ater-se ao essencial;
 - D) *Titikṣa*, paciência, temperança, tolerância;
 - E) *Śraddhā*, confiança no professor e no ensinamento;
 - F) *Samādhanaṁ*, atenção, foco, concentração;
- 4) *Mumukṣutvaṁ*, foco, desejo e motivação para a libertação.

Essas quatro qualificações dão à pessoa *adhikāritvaṁ*, a competência necessária para completar o processo. É necessário preparar-se para focar realmente na própria natureza essencial do praticante que, havendo passado por esse processo preparatório, finalmente pode absorver-se na meditação, afirmando *Śivo’ham, Śivo’ham. Tadeko’vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo’ham*: “Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou”. Quando chegamos nesse silêncio, reconhece esse auspicioso que é Śiva. E permanecemos na clara visão: *Śivo’ham, Śivo’ham*.





Sétimo Śloka

न शास्ता न शास्त्रं न शिष्यो न शिक्षा न च त्वं न चाहं न चायं प्रपञ्चः ।
स्वरूपावबोधो विकल्पासहिष्णुः तदेकोऽवशिष्टः शिवः केवलोऽहम् ॥ ७ ॥

na śāstā na śāstraṁ na śiṣyo na śikṣā
na ca tvam na cāhaṁ na cāyaṁ prapañcaḥ |
svarūpāvabodho vikalpāsahiṣṇuḥ
tadeko`vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo`ham || 7 ||

Não há mestre nem escritura, nem estudante nem instrução,
Nem você nem eu, nem este mundo. O conhecimento real
da própria natureza não admite distinções desse tipo.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 7 ||

na = não; *śāstā* = mestre, guru, professor; *na* = não; *śāstraṁ* = escritura sagrada; *na* = não; *śiṣyaḥ* = estudante, discípulo; *na* = não; *śikṣā* = ensinamento, tema de aprendizado, instrução; *na* = não; *ca* = tampouco, nem (noutros contextos, também, igualmente); *tvam* = você, tu; *na* = não; *ca* = tampouco, nem; *aham* = eu; *na* = não; *na* = não; *ca* = tampouco, nem; *ayaṁ* = isto, este; *prapañcaḥ* = a expansão do universo, o mundo, a criação; *svarūpa* = sua própria natureza, sua própria forma essencial; *avabodhaḥ* = vigília, percepção, conhecimento, capacidade de estar presente; *vikalpa* = diferença, diferenciação, distinção; *asahiṣṇuḥ* = que não admite, que não suporta; *tadekaḥ* = aquele (Ser); *avaśiṣṭaḥ* = o que permanece, o que resta; *śiva* = auspicioso, propício, harmonioso, real; *kevalaḥ* = apenas, somente, só; *aham* = eu (sou).



Aqui, Śaṅkarācārya descarta todas as formas de identificação com algumas das instituições mais caras da cultura e da espiritualidade indianas: a figura do guru, as escrituras sagradas e o próprio ensinamento. Isso, na boca de outrem, poderia soar blasfemo, dado o natural apego que os devotos nutrem em relação aos mestres e aos *śāstras* (textos sagrados). Mas o poeta não ele parece antecipar um ensinamento que aprenderia com o seu próprio guru, a quem está dirigindo estas palavras. Esse ensinamento do mestre Govinda é assim:

na nirodho na cotpattirna baddho na ca sādhaḥ |
na ca mumukṣurna vai mukta | ityeṣā paramārthatā ||

Não há fim nem origem. Nem apegados nem praticantes.
Nem aspirantes nem libertos. Essa é a verdade suprema.

O segundo verso diz: “Não há você nem eu, nem este mundo. O conhecimento da própria natureza real não admite distinções desse tipo”. Essa afirmação pode não parecer muito lógica desde o ponto de vista da dualidade mas, desde a visão não-dual faz todo o sentido: não há separação. Não há eu e você. Não à este mundo e outro mundo. Só há Consciência, autoevidente, autoexistente, não-dual.

Comentário de Swāmi Tattvavidānanda: “Como é que você se torna amoroso e compassivo? Negando, evitando todas as formas de conduta que sejam contrárias à compaixão e à amorosidade. Da mesma maneira funciona a via negativa que Śaṅkara aplica aqui na *Daśasloki*. A religião, no entanto, pode tornar-se uma âncora que impeça a pessoa de perceber e aplicar essa visão. *Namarūpaḥ*: um nome se conecta a uma forma que necessariamente está vinculada a um papel, a uma fragmentação. Para conhecer o Uno, é necessário transcender todos os nomes e formas. Qualquer processo de pensamento que conduza à fragmentação deve ser evitado. Você precisa compreender duas coisas: você é uno, e você é simples.

“Quando você cessa qualquer tipo de esforço em direção ao pensamento fragmentário, Ātma é percebido como é: ilimitado, acessível, claro e simples. A primeira coisa que o fruto do Vedānta supostamente deveria fazer é reavaliar os paradigmas e valores. Se, depois de alguns anos de estudo de Vedānta, as imperfeições do caráter permanecem, há alguma coisa errada na maneira em que você olha para o autoconhecimento. Um autoexame sincero é fundamental, para que você não engane a si mesmo e aos demais. Infelizmente é bastante frequente ver esse tipo de distorção: estudantes de Vedānta usam o autoconhecimento para seu próprio benefício e esquecem da transformação interior que esta visão libertadora propõe.

“Ātma é pura existência. Para mais além de “eu” e “meu”. O *adhyāsa*, toda e qualquer forma de superimposição, está baseado na ignorância, em anātma, o não-Ser. Esse *adhyāsa* deve ser abandonado, deve ser deixado de lado. No *yajña*, ritual do fogo, repete-se a fórmula sânscrita *idam na mama*: isto não é meu. *Idam aganaye idam na mama*: isto é para o fogo (i.e., Ātma), não para mim (para o ego). Muitos renunciantes, em verdade, não abandonam nenhum *namarūpaḥ*, nome e forma na hora de tomar *sannyas*. Nem a casta, nem o credo, nem a posição social, nem as crenças. Esse tipo de atitude hipócrita não ajuda, nem à sociedade, nem à própria pessoa, cuja vida torna-se uma farsa. É necessário abandonar o *kartarītvam* e o *bhoktātvaṁ*, as ideias de ser o fazedor ou o receptor dos frutos das ações.

“O ser é o ponto fixo. O espaço “em volta” do ser são as memórias, a idade, os papéis, as mágoas, o orgulho, a cultura, os gostos e aversões e demais elementos que constroem a auto-identidade e tornam-se, com o tempo, uma prisão da qual a pessoa já não consegue mais sair. Na infância, essa prisão não existe: a criança não tem esse tipo de couraça. Esse círculo construído com a progressiva identificação da pessoa com o *kartarītvam* e o *bhoktātvaṁ* (as ideias de ser o fazedor ou o receptor dos frutos das ações) é o que é chamado “eu e meu” e é, necessariamente, limitado.

“O presídio que ficava perto do lugar onde eu moro mudou para outro local. Fui dar uma meditação no lugar novo e perguntei aos presos como estavam as coisas por lá. Disseram que viviam muito melhor, que havia mais espaço para caminhar, melhores e mais confortáveis celas. Estavam bem contentes. A questão fundamental é que só muda o tamanho da prisão. A pessoa continua encarcerada. Segue sendo prisioneira. O mesmo vale para nós: somos prisioneiros do *saṃsāra*, dos condicionamentos. O mesmo vale para as instituições religiosas: nenhuma delas liberta ninguém.

“Depois da prática de meditação que dei para os presos, eles continuaram presos. Um dos presidiários aproximou-se mim no final para agradecer e contou-me que estava preso por assassinato. Mas disse que não tinha sido ele o executor da vítima: “um mal apossou-se de mim, não fui eu”. Esse prisioneiros não têm a vantagem de uma visão mais ampla do mundo. Não socializam, não aprendem. Vivem confinados entre aqueles muros. Consequentemente, a visão que eles têm da vida é bastante estreita. Nós podemos perceber as limitações nas vidas deles. No entanto, o mesmo aplica-se às nossas próprias vidas.

“Somos prisioneiros, em outro tipo de presídio: o presídio das religiões, o presídio das crenças, o presídio das pressões sociais, das comparações, dos *sampradayas*. A pessoa sempre tende a identificar-se com alguma instituição, algum grupo, alguma fé, algum clube, alguma cultura, música, etc. Aquele casulo em torno do eu é a prisão. “Você estuda a planta da prisão para poder escapar dela”, disse Alexandre Dumas num romance. Isso faz sentido. Se você está preso no *saṃsāra*, precisa conhecer o lugar onde está para poder escapar dele.

“Torne-se um estudioso da prisão da qual você precisa escapar. Seja honesto em relação a isso, se é mesmo que você quer libertar-se. É possível viver neste mundo, como estudantes de Vedānta, sem fugir do mundo, sem escapar dele e sem ceder às questões de corrupção que fazem parte dele? Os religiosos não conseguem responder a esta questão. Nós podemos responder afirmativamente. Sim, é possível. No *Manusmṛiti*, a primeira versão do primeiro código civil da Índia antiga, contempla-se a possibilidade de um condenado trocar a condenação pela renúncia, *śaṃnyāsa*. Ele torna-se renunciante, muda de atitude e encontra a redenção quando deixa de lado os apegos aos papéis, às ideias de eu e meu.

“Ação, resultado. É assim como fazemos todas as ações, sempre à espera de um resultado. Isso é chamado movimento unitário. Ação, resultado. Eu. Ação, resultado. Eu. Ação, resultado. Eu. Assim a pessoa se conecta com o *karma*. A solução para sair dessa prisão é deixar de lado a ânsia pelos frutos das ações. Isso é o Karmayoga. O Karmayoga nos ajuda a apagar esse condicionamento. Observe maneira em que o ego se movimenta. Você pode continuar a fazer o seu trabalho, mas de maneira mais satisfeita, pode continuar a relacionar-se com a sua família, mas de maneira mais amorosa e livre.





Oitavo Śloka

न जाग्रन् न मे स्वप्नको वा सुषुप्तिः न विश्वो न वा तैजसः प्राज्ञको वा ।
अविद्यात्मकत्वात् त्रयाणां तुरीयः तदेकोऽवशिष्टः शिवः केवलोऽहम् ॥ ८ ॥

na jāgran na me svapnako vā suṣuptiḥ
na viśvo na vā taijasaḥ prājñako vā |
avidyātmakatvāt trayāṇāṃ turīyaḥ
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 8 ||

Para mim, não há vigília, sonho ou sono. Nem *viśva*, *taijasa* e *prājña*.
Esses três estados de experiência são apenas o fruto da ignorância.
Sou Turīya, o “quarto”, o Ser presente em todas as experiências.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 8 ||

na = não; *jāgran* = vigília, estar desperto, acordado; *na* = não; *me* = para mim; *svapnakaḥ* = sonho, estado onírico; *vā* = ou, nem; *suṣuptiḥ* = sono profundo; *na* = não; *viśva* = o Ser, identificado circunstancialmente como aquele que está desperto; *na* = não; *vā* = ou, nem; *taijasa* = Ātma quando representa seu papel de sonhador; *prājña* = o Ser, identificado como aquele que dorme profundamente; *vā* = ou, nem; *avidyā* = ignorância, nescência existencial; *ātmakatvāt* = a natureza do Ser; *trayāṇāṃ* = os três estados de experiência: vigília, sonho e sono; *turīyaḥ* = o “quarto”, aquele que está presente em todas as experiências e ao mesmo tempo as transcende, *i.e.*, Ātma, o Ser; *tadekaḥ* = aquele (Ser); *avaśiṣṭaḥ* = o que permanece, o que resta; *śiva* = auspicioso, propício, harmonioso, real; *kevalaḥ* = apenas, somente, só; *aham* = eu (sou).



Śaṅkara rejeita neste oitavo śloka a identificação natureza do Eu com os estados de experiência: vigília, sonho e sono profundo. Esses estados mudam continuamente e são objetos de experiência que podem produzir apego ou aversão, prazer ou dor e todas as demais dualidades. Ātma, o verdadeiro Eu, é o princípio imutável que testemunha todas essas experiências, ao mesmo tempo em que é intocado por elas.

O poeta ainda menciona *turīyaḥ*, o “quarto”. O termo *turīyaḥ* é um apontador para Ātma. Ele aparece por primeira vez não décimo segundo mantra da *Māṇḍūkyaopaniṣad*:

amātraścaturtho'vyavahāryaḥ prapañcopaśamaḥ śivo' dvaita
evamoṅkāra ātmaiva samviśatyātmanā"tmānam ya evaṁ veda || 12 ||

O quarto é aquele que é livre de elementos, de quem não
é possível falar, em quem o mundo se resolve, que é
benigno, não-dual. Assim, a sílaba *Om* é o próprio Ser.
Aquele que conhece Ātma, repousa, assim, em Ātma. || 12 ||

Assim, o “quarto elemento”, a quarta “manifestação” do Ser, não é um estado de experiência separado, mas a Presença graças à qual os estados de experiência acontecem. Noutras palavras, a vida de um ser humano flui entre três experiências fundamentais: vigília, sono e sonho. Não existe um quarto estado de consciência que deve ser buscado em algum lugar misterioso.

O “quarto elemento” não é algum êxtase místico, mas a própria presença serena do Ser que é, e que permeia e está presente em todas as experiências pelas quais a individualidade transita ao longo da vida. Essa constatação nos alivia da fantasia, assaz frequente no mundo do Yoga, de ter que buscar algo que desconhecido ou elusivo, algo que não esteja aqui e agora, no pleno presente em que vivemos eternamente.

Comentário de Swāmi Tattvavidānanda: “Ātma não tem características, nem atributos nem qualidades. Descartando assim todas as formas de apego ou condicionamento, permitimos que a luz da consciência, Ātmajyotiḥ, brilhe por si mesma. Ātma é o que permanece, *avaśiṣṭhaḥ*, uma vez que você descartou todas essas falsas identificações. Na vigília, sofremos sem parar, ficamos aflitos incessantemente. No sono profundo, no entanto, você tem a experiência daquele senso de continuidade e bem-estar incessante, *ānanda*. É por isso que as pessoas amam dormir.

“Na vigília você permanece ciente de tudo o que acontece com a mente. No sono, ela fica obliterada e você pode perceber a presença de Ātma, que sempre esteve aí, antes, durante e depois de cada pensamento, de cada emoção, de cada experiência. Dizer “eu sou um pai, eu sou uma mãe”, etc., é uma forma de reforçar a identificação com os papéis que representamos. Isso é, desde o ponto de vista absoluto, uma declaração de ignorância existencial.”





Nono Śloka

अपि व्यापकत्वात् हितत्वप्रयोगात् स्वतः सिद्धभावादनन्याश्रयत्वात् ।

जगत् तुच्छमेतत् समस्तं तदन्यत् तदेकोऽवशिष्टः शिवः केवलोऽहम् ॥ ९ ॥

api vyāpakatvāt hitattvaprayogāt
svataḥ siddhabhāvādananyāśrayatvāt |
jagat tucchametāt samastam tadanyat
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 9 ||

O Ser é Ilimitado. É o objetivo mais desejável. É autoexistente,

A Realidade autoexistente que não precisa ser demonstrada.

O Ser é independente: este universo é relativo e depende dele.

Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 9 ||

api = também, igualmente; *vyāpakatvāt* = aquilo que permeia, que está presente, que abrange ou está amplamente difundido (composto formado pelos elementos *vyāpakatva* (o que tudo abrange) + o sufixo ablativo *tāt*, que significa “em razão de”, ou “causado por”); *hi* = para, desde, porque; *tattva* = realidade, verdade; *prayogāt* = aplicação, ponto de vista, meio; *svataḥ* = de si mesmo; *siddha* = realização, aperfeiçoamento, aquisição; *bhāvāt* = aquilo que é ou existe por si mesmo, autoexistente; *ananya* = único, idêntico, nenhum outro, não diferente de; *āśrayatvāt* = dependência, algo que depende de, ou deve recorrer a outra coisa, ou está conectado com algo; *jagat* = o mundo, a criação, o universo; *tuccham* = insignificante, trivial, que não tem importância; *etat* = isto, isso; *samastam* = combinado, total, unido, pleno; *tadanyat* = aquele outro; *tadekaḥ* = aquele (Ser); *avaśiṣṭaḥ* = o que permanece, o que resta; *śiva* = auspicioso, propício, harmonioso, real; *kevalaḥ* = apenas, somente, só; *aham* = eu (sou).



Esta penúltima estrofe aponta para a constatação de que Ātma é autoevidente e autoexistente. Portanto, podemos prescindir de qualquer meios de conhecimento para conhecer a nós mesmos. Śāṅkara revela o Eu como pura consciência, autoefulgente e independente.

A consciência não necessita de algum outro meio ou ferramenta para ser conhecida; ela é aquilo pelo qual todas as coisas são conhecidas. Ātma não é algo que possa ser definido positivamente por atributos ou características. Ele está mais além das distinções entre sujeito e objeto, conhecedor e conhecido, observador e observação.

Desta maneira evitamos o sofrimento advindo da identificação. Mas, quando estamos imersos na dor, como podemos livrar-nos dela? Explica Swāmi Tattvavidānanda: “Suponhamos que você esteja aflito e deseja superar a dor. Você está aflito mas não encontra a razão para sentir-se mal. Pense da seguinte maneira: se você perde a sua mãe, por exemplo, ao invés de lamuriar-se pela morte dela, e pelo fato dela ter deixado você sozinho, pense que ela viveu bastante tempo e conseguiu criar e encaminhar você. Essa abordagem construtiva irá amenizar a dor.

“*Avaśiṣṭaḥ* é uma palavra muito significativa. Significa literalmente o que resta. Porém, neste contexto, *avaśiṣṭaḥ* não é o resíduo, não é o pó do café que você joga fora. É o que permanece quando as dúvidas são dissipadas, quando a identificação com os nomes e formas são transcendidos. Os religiosos e filósofos dualistas não admitem a existência desse *avaśiṣṭaḥ*,

“*Avaśiṣṭaḥ* deriva de *viśeṣa*, aquilo que possui alguma peculiaridade. *Avaśiṣṭaḥ* é a presença que permanece depois de todas as ações terem sido feitas, é o silêncio que fica depois de todas as palavras serem ditas, é a verdade, é o ser, Ātma. Você não vai encontrar esse *avaśiṣṭaḥ* nos śāstras, pois ele é o que você é. Estabeleça-se naquilo que permanece, *avaśiṣṭaḥ*. *Tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham*: aquele que não encontra Īśvara em si mesmo, em seu coração, nunca encontrará Īśvara em nenhum outro lugar. O templo de Ātma é o templo do universo. Esse é o templo de Śiva. *Aham* é o templo de Ātma. Portanto, você é esse Ātma.”





Décimo Śloka

न चैकं तदन्यद् द्वितीयं कुतः स्यात् न वा केवलत्वं न चाकेवलत्वम् ।

न शून्यं न चाशून्यमद्वैतकत्वात् कथं सर्ववेदान्तसिद्धं ब्रवीमि ॥ १० ॥

na caikam tadanyad dvitīyaṁ kutaḥ syāt
na vā kevalatvaṁ na cākevalatvam |
na śūnyaṁ na cāśūnyamadvaitakatvāt
katham sarvavedāntasiddham bravāmi || 10 ||

O Ser não é sequer um: como pode haver outro?

Para ele, não há isolamento nem dependência.

Não é nada nem algo, nem não está sujeito à dualidade.

Como posso descrever Aquele que é o cerne do Vedānta? || 10 ||

na = não; *ca* = nem; *ekaṁ* = uno, um, único; *tad* = esse, aquele; *anyad* = outro, diferente de; *dvitīyaṁ* = segundo, diferente; *kutaḥ* = por que?, como?, donde?; *syāt* = poderia ser, poderia haver; *na* = não; *vā* = ou; *kevalatvaṁ* = autoexistente, que existe por si mesmo, isolado, independente; *na* = não; *ca* = também, tampouco; *akevalatvaṁ* = o oposto de *kevalatvaṁ*, que não existe separado de outra coisa, dotado de multiplicidade; *na* = não; *śūnyaṁ* = vazio, que não é alguma coisa limitada; *na* = não; *ca* = nem; *aśūnyaṁ* = não vazio, alguma coisa limitada; *advaitakatvāt* = aquilo cuja natureza é não-dual; *katham* = como?; *sarva* = tudo, conjunto total de alguma coisa; *vedānta* = síntese do conhecimento das Upaniṣads, meio de conhecimento sobre o Ser, autoconhecimento; *siddham* = perfeição, cúspide, cerne, fulcro, invariável, inalterável; *bravāmi* = poderia eu falar, dizer.



A estrofe final culmina na identidade Ātman = Brahman. Depois de negar todas as falsas identificações, resta apenas a realidade suprema, una e indivisível. A conclusão do poeta é a afirmação da natureza não-dual da existência: o Eu individual é o Absoluto.

Śaṅkarācārya ainda formula uma pergunta (evidentemente retórica) para concluir: “Como poderia eu descrever com palavras Aquele que é o coração de todo o Vedānta?” Essa pergunta

nos leva para o paradoxo final: Ātma não é um objeto, não é uma coisa que possa ser descrita ou sobre a qual possamos falar.

Ātma não é um substantivo que possamos qualificar com adjetivos. Não é um objeto que possamos observar e estudar através de um telescópio ou de um microscópio. Não é o produto de alguma sequência de eventos ou o final de um processo, ou a somatória de variadas experiências. Ātma é o sujeito que tudo observa. A compreensão, o reconhecimento dessa nossa própria natureza é a chegada no objetivo: *mokṣa*. Chegando nesse ponto, apenas restamos calar. E ser. Nada mais.

Comentário de Swāmi Tattvavidānanda: “Quando todas as superimposições sobre Ātma são resolvidas, a luz autoefulgente do Ser brilha por si mesma, assim como, quando todas as impurezas são eliminadas, a água torna-se limpa e apta para beber. Aquilo que você é enquanto ser humano, é o que você já é. Se você sonha que é um tigre, isso não torna você um tigre. Quando o sonho termina, você se liberta da ideia de ser um tigre e “retorna”, por assim dizer, àquilo que sempre foi. O mesmo vale para o estado natural de ser Ātma, quando você dissipa as dúvidas e se estabelece na sua própria natureza. Quando você sabe o que você não é, você se livra da confusão.

“Pense na palavra compreensão, ao invés de focar na palavra conhecimento. Compreensão de quê? A compreensão do mundo não torna ninguém feliz nem realizado. A compreensão da natureza não traz liberdade. Uma pessoa que tenta compreender um rio olhando para um filme sobre esse rio não consegue compreender nada. Aquilo é uma aparência, é *mithyā*, o relativo. O espelho é o *śāstra*. É disso que precisamos. Nada mais. Quando você olha o espelho, você olha para moldura, ou para o suporte dele? Não. Você olha para a imagem de si mesmo que o espelho mostra. Para compreender o seu rosto você não precisa olhar para a moldura do espelho. Nem para a superfície dele. Você olha para o seu rosto. Para isso, você precisa, por assim dizer, “transcender” a moldura, a superfície espelhada e os demais detalhes.

“As palavras do *śāstra* revelam o conhecimento de si, o conhecimento do Ser. É necessário tomar algumas precauções em relação aos riscos de equivocar-se quando olhamos para o *śāstra*. Ele é o espelho que nos mostra quem somos. Deixemos de lado então a forma do espelho, a moldura, o cabo, a luz e os demais detalhes. Foquemos no rosto que se reflete nele. Nada mais. O importante é olhar para o Ser. Deixemos de lado tudo o mais. Deixemos de lado os pormenores irrelevantes. Assim, ao contemplar, precisamos nos elevar para mais além das expressões verbais, as formas e detalhes, para perceber a direção para a qual as palavras apontam, e aquilo que elas revelam. *Daśaślokī* é o espelho. Não é um sistema de crenças ou uma filosofia, mas o espelho que revela o Ser. Um espelho feito de *lakṣaṇas*, de palavras que revelam o Ser.”



इति श्रीमद् शंकराचार्यविरचितं दशश्लोकी अथवा
निर्वाणदशकस्तोत्रं समाप्तं ॥

iti śrīmad śaṅkarācāryaviracitaṁ daśaślokī athavā
nirvāṇadaśakastotraṁ samāptaṁ ॥

Aqui completa-se a *Daśaślokī*, composta por Śrīmad Śaṅkarācārya,
chamado igualmente “As Dez Estrofes do Nirvāṇa”.

श्रीः

ॐ





॥ दशश्लोकी ॥

Daśaślokī



Recitação dos Ślokas

na bhūmirna toyam na tejo na vāyuh
na kham nendriyam vā na teṣām samūhaḥ |
anekāntikatvāt suṣuptyekasiddhaḥ
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 1 ||

na varṇā na varṇāśramācāradharmā
na me dhāraṇā dhyāna yogādayo'pi |
anātmāśrayāham mamādhyāsahānāt
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 2 ||

na mātā pitā vā na devā na lokā
na vedā na yajñā na tīrthaḥ bruvanti |
suṣuptau nirastātisūnyātmakatvāt
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 3 ||

na sāṅkhyam na śaivism na tatpāñcarātram
na jainam na mīmāṃsakādermataḥ vā |
viśiṣṭānubhūtyā viśuddhātmakatvāt
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 4 ||

na cordhvaḥ na cādho na cāntarna bāhyam
na madhyam na tiryam na pūrvā'parā dik |
viyadvyāpakatvādakhaṇḍaikaikarūpaḥ
tadeko'vaśiṣṭaḥ śivaḥ kevalo'ham || 5 ||

na śuklaṁ na kṛṣṇaṁ na raktaṁ na pītaṁ
na kubjaṁ na pīnaṁ na hrasvaṁ na dīrghaṁ |
arūpaṁ tathā jyotirākāśaṁ
tadeko'vaśiṣṭhaḥ śivaḥ kevalo'ham || 6 ||

na śāstā na śāstraṁ na śiṣyo na śikṣā
na ca tvaṁ na cāhaṁ na cāyaṁ prapañcaḥ |
svarūpāvaśiṣṭhaḥ śivaḥ kevalo'ham || 7 ||

na jāgrā na me svapnaḥ vā suṣuptiḥ
na viśvaḥ na vā taijasaḥ prajānaḥ vā |
avidyātmakāśaṁ trayāṇāṁ turīyaḥ
tadeko'vaśiṣṭhaḥ śivaḥ kevalo'ham || 8 ||

api vyāpakatvāt hitattvaprayogāt
svataḥ siddha bhāvādananyāśrayatvāt |
jagat tucchametad samastam tadanyat
tadeko'vaśiṣṭhaḥ śivaḥ kevalo'ham || 9 ||

na caikaṁ tadanyad dvitīyaṁ kutaḥ syāt
na vā kevalatvaṁ na cākevalatvam |
na śūnyaṁ na cāśūnyam advaitakatvāt
katham sarvavedānta siddham bravāmi || 10 ||

ॐ श्रीः ॐ

ॐ



Tradução das Estrofes

Não sou terra, nem água, nem fogo, nem ar, nem espaço.
Não sou nenhuma faculdade nem a combinação delas,
Pois a natureza [desses elementos] é impermanente.
Sou aquele que permanece na experiência do sono.
Esse, o que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 1 ||

Não sou a posição social nem os estágios da vida.
Não sou as regras, concentração, meditação e demais.
Pois abandonei a confusão com o não-Ser, o “eu” e o “meu”.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 2 ||

Nem Sāṅkhya nem Śaiva, nem Pañcaratra nem Jaina,
Nem Mīmāṃsāka nem outras doutrinas. Pela percepção
direta do Ser, além das distinções, minha natureza é plena.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 4 ||

Nem Sāṅkhya nem Śaiva, nem Pañcaratra nem Jaina,
Nem Mīmāṃsāka nem outras doutrinas. Pela percepção
direta do Ser, além das distinções, minha natureza é plena.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 4 ||

O Ser não está nem acima nem abaixo. Nem dentro nem fora.
Nem no meio nem através. Não está nem perto nem longe,
Pois está presente em tudo, como o espaço, indivisível e invariável.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 5 ||

Não é nem branco nem negro, nem vermelho nem amarelo.
Nem recolhido nem expandido, nem curto nem longo.
Não estando limitado pelas formas, [o Ser] é como a luz.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 6 ||

Não há mestre nem escritura, nem estudante nem instrução,
Nem você nem eu, nem este mundo. O conhecimento real
da própria natureza não admite distinções desse tipo.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 7 ||

Para mim, não há vigília, sonho ou sono. Nem *viśva*, *taijasa* e *prājña*.
Esses três estados de experiência são apenas o fruto da ignorância.
Sou Turīya, o “quarto”, o Ser presente em todas as experiências.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 8 ||

O Ser é Ilimitado. É o objetivo mais desejável. É autoexistente,
A Realidade autoexistente que não precisa ser demonstrada.
O Ser é independente: este universo é relativo e depende dele.
Esse, Aquele que Permanece, o Auspicioso, o Único, eu sou. || 9 ||

O Ser não é sequer um: como pode haver outro?
Para ele, não há isolamento nem dependência.
Não é nada nem algo, nem não está sujeito à dualidade.
Como posso descrever Aquele que é o cerne do Vedānta? || 10 ||

श्रीः





Sobre o Sânscrito

Os primeiros falantes de sânscrito foram os *āryas* ou arianos, fundadores da civilização védica. Os mais antigos textos da Humanidade, chamados Vedas, datam da Idade Védica, entre o sétimo e o quarto milênio a.C. Foram transmitidos com surpreendente exatidão ao longo dos milênios por tradição oral, e transcritos durante a segunda metade do II milênio a.C.

William James, pioneiro da filologia que descobriu a origem comum das línguas indo-européias, disse em 1786: “A língua sânscrita, seja qual for a sua antiguidade, possui uma estrutura maravilhosa; mais perfeita que o grego, mais rica que o latim e mais elegantemente refinada que ambos, ela mantém ao mesmo tempo com ambas línguas, tanto no que se refere à raiz dos verbos quanto às formas gramaticais, uma afinidade mais forte que a que pudéssemos esperar quicá por mero acidente. Tão forte que nenhum filólogo poderia analisar as três línguas sem chegar à convicção de que procedem de uma mesma fonte, que talvez já não exista.”

Ao longo da existência, essa língua evoluiu e depurou-se: *saṁskṛta* significa precisamente “refinado”, por oposição às línguas *prakṛtas*, “naturais” ou vernáculas. Assimilou todavia influências de linguagens dravídicas e austro-asiáticas como o *munda* (da mesma família que as línguas Mon-Khmer, da Ásia Oriental), do qual herdou, entre muitas outras, as palavras *liṅgaṁ*, *pūjā* e *mayūra*.

Trata-se de uma língua sagrada que sempre foi usada para transmitir a Visão do Ilimitado nas diversas tradições da Índia. Isto cria uma série de dificuldades em relação à interpretação do sentido de muitas expressões que não possuem uma tradução direta nem precisa em línguas ocidentais.

Com o surgimento da escrita *nāgarī*, o sânscrito passou a ser usado para redigir tratados sobre ritual, filosofia, gramática, astronomia, legislação, etc. O sânscrito clássico, vigente na Idade de Ouro, diferencia-se do mais antigo, usado no Período Védico. Pāṇini, o grande gramático do século VI a.C., deu as bases para essa transformação da língua na sua obra *Aṣṭādhyāyī* (“Oito Capítulos”), que define as 3959 regras da morfologia sânscrita.



Pequeno Guia Fonético

O sânscrito consta de quatorze vogais e trinta e três consoantes, o que o torna um tanto hermético: as nuances de pronúncia chegam a ser imperceptíveis aos ouvidos desabitoados. Igualmente, muitos dos seus sons são irreproduzíveis em outros idiomas.

Não possui acentuação marcada ou forte, mas apenas uma sucessão de sílabas curtas e longas, com inflexões tônicas e musicais. O traço horizontal (macron) sobre a vogal implica alongamento. A pronúncia figurada é dada abaixo, segundo a ordem do alfabeto sânscrito (ou melhor, silabário).

Os termos sânscritos que aparecem nestes textos foram transcritos da sua forma original, conforme a transliteração adotada pela Convenção de Genebra de 1949, atualizada na Convenção de Harvard-Kyoto, a fim de conseguir-se a pronúncia figurada mais aproximada possível dos sons originais do sânscrito.

Akṣaramālā ou *Varṇamālā*: o Alfabeto

Akṣarāṇi: as Letras

I : *Ghoṣaḥ*: Vogais e Ditongos

अ	a	aberta, curta, como em <i>tatu</i> (<i>pūrṇa</i>);
आ	ā	aberta, longa, como em <i>arte</i> (<i>prāṇa</i>);
इ	i	curta, como em <i>ideia</i> (<i>Śiva</i>);
ई	ī	longa, como em <i>ali</i> (<i>nāḍī</i>);
उ	u	como em <i>união</i> (<i>udāṇa</i>);
ऊ	ū	longa, como em <i>açude</i> (<i>kūmbhaka</i>);
ऋ	ṛ	pronuncia-se como em <i>marinho</i> (<i>ṛṣi</i>).
ॠ	ṝ	pronuncia-se como em <i>marítimo</i> (<i>ṛkāra</i>);
ऌ	ḷ	como em inglês, <i>revelry</i> (<i>ḷtaka</i>);
ॡ	ḹ	como em inglês, <i>revelry</i> , mas prolongado (<i>ḷkāra</i>);
ए	e	fechado, como em <i>dedo</i> (<i>asteya</i>);
ऐ	ai	ditongo, como em <i>vai</i> (<i>kaivalya</i>);
ओ	o	fechado, como em <i>iodo</i> (<i>Yoga</i>);
औ	au	ditongo, como em <i>pauta</i> (<i>nauli</i>);

II : *Vyañjanaḥ*, Consoantes

1) *Kaṇṭhyaḥ*, Guturais ou Velares

क	ka	como em <i>Karina</i> (<i>karma</i>);
ख	kha	aspirada, como em inglês, <i>broke-heart</i> (<i>Sāṅkhya</i>);
ग	ga	gutural, como em <i>guirlanda</i> (<i>Gītā</i>);
घ	gha	aspirada, como em inglês, <i>big-house</i> (<i>Gheraṇḍa</i>);
ङ	ṇa	nasalizando a vogal precedente (<i>aṅga</i>);

2) *Tālāvyah*, Palatais

च	ca	pronuncia-se como em <i>tchê</i> (<i>cakra</i>);
छ	cha	também como em <i>tchê</i> , porém aspirado (<i>mūrcchā</i>);
ज	ja	palatal, pronuncia-se como em <i>Djalma</i> (<i>japa</i>);
झ	jha	palatal, como em inglês, <i>hedgehog</i> (<i>jhali</i>);
ञ	ña	antes ou depois de consoantes palatais, como em <i>senha</i> (<i>jñāna</i>);

3) *Mūrdhanyaḥ*, Cerebrais ou Retroflexas

ट	ṭa	com a língua no palato, como em inglês, <i>true</i> (<i>Aṣṭāṅga</i>);
ठ	ṭha	dental aspirada, como em inglês, <i>lighthouse</i> (<i>Haṭha</i>);
ड	ḍa	com a língua no palato, como em inglês, <i>drum</i> (<i>daṇḍa</i>);
ढ	ḍha	com a língua no palato, como em inglês, <i>redhaired</i> (<i>ḍhanura</i>);
ण	ṇa	como em inglês, <i>done</i> (<i>prāṇa</i>);

4) *Dantyaḥ*, Dentais

त	ta	com a língua na raiz dos dentes, como em terra (<i>Tantra</i>);
थ	tha	com a língua na raiz dos dentes, como em inglês, <i>foot-hook</i> (<i>sthiraṁ</i>);
द	da	dental, como em <i>dilúvio</i> (<i>dasanāmi</i>);
ध	dha	dental, como em inglês, <i>bloodhorse</i> (<i>dhāraṇā</i>);
न	na	dental, como em <i>nota</i> (<i>ānanda</i>);

5) *Oṣṭhyaḥ*, Labiais

प	pa	labial, como em posto (<i>pūrvaka</i>);
फ	pha	labial aspirada, como em inglês, <i>top-half</i> (<i>phāla</i>);
ब	ba	labial, como em <i>bomba</i> (<i>bandha</i>);
भ	bha	aspirada, como no inglês, <i>nib-head</i> (<i>bhūta</i>);
म	ma	em início de palavra ou após vogal tem som bilabial, como em <i>mãe</i> (<i>mantra</i>); entre consoantes, é nasalizada, como em <i>também</i> (<i>saṁskāra</i>);

6) *Antasthaḥ*, Semi-Vogais

य	ya	é semivogal: pronuncia-se como o i em <i>viola</i> (Yoga);
र	ra	sempre como se estivesse no meio da palavra, como em <i>vidro</i> (<i>rāja</i>);
ल	la	como em <i>iluminar</i> (<i>kuṇḍaliṇī</i>);
व	va	em início de palavra ou após uma vogal, pronuncia-se como em <i>volta</i> (<i>vāsaṇā</i>); após uma consoante, pronuncia-se igual ao w de <i>narrow</i> , em inglês (<i>tattva</i>);

7) *Ūṣman*, Sibilantes

श	śa	tem o som de <i>sh</i> , como em <i>Sheila</i> (Śiva);
ष	ṣa	tem o som de <i>sh</i> , como em <i>bush</i> (Kṛṣṇa);
स	sa	tem o som de <i>ss</i> , como em <i>passo</i> (<i>āsana</i>);
ह	ha	sempre aspirado, como em <i>happy</i> (<i>anāhata</i>).

z, q, f são letras que não existem em sânscrito. Têm origem persa e foram assimiladas nas línguas vernáculas durante a presença muçulmana na Índia, a partir do século VII d.C. Um exemplo: *faqir*.



Bibliografia

Continuando os Estudos

Esta é uma sugestão de leituras para continuar o *svādhyāya* através do Yoga, do Tantra e do Vedānta. Porém, cabe lembrar que nem o Yoga, nem o Tantra, nem o Vedānta, podem ser compreendidos apenas lendo livros. O texto escrito tem como único propósito relembrar aquilo que foi estudado e praticado na sala de aula, em presença de um professor. O papel do *ācārya* é fundamental nesse contexto, uma vez que a palavra é usada de uma maneira muito cuidadosa e o ensinamento sobre o Ser só pode ser transmitido de boca a ouvido.

Em caso do estudante não ter a visão clara, esse uso peculiar da palavra irá escapar da sua compreensão e a possibilidade de se equivocar, entender apenas uma parte do ensinamento ou pior ainda, entender tudo ao contrário, é imensa. Se estiver interessado em aprofundar a visão do Vedānta ou a prática do Yoga, busque um professor que possa lhe ensinar e esclarecer as suas dúvidas pessoalmente.

A presença física do professor é chamada *cetana* em sânscrito e, embora em livros, vídeos ou cursos à distância, o *cetana* não esteja presente, a relembração daquilo que já aprendemos, e a motivação que sentimos ao ouvir novamente o ensinamento sim, podem nos ajudar a manter alta a inspiração, bem com a renovar e fortalecer a nossa conexão com o *paramparā* que revela a visão libertadora.

A nossa recomendação é que você, de tempos em tempos, saia da sua zona de conforto e faça uma viagem para estar em presença de um professor. É assim que tem sido há milênios, e é assim que nós fazemos, indo para a Índia todo ano para continuar o nosso processo de aprendizado com aqueles que nos inspiram.

Junto com os livros, há ainda outros materiais que podem ser usados para complementar o estudo, como gravações de áudio ou vídeo, e textos disponíveis na internet. No fim desta lista, aparecem alguns websites, em português, inglês e espanhol, onde o leitor poderá encontrar mais recursos, textos, livros, aulas, mantras e gravações para download, e muita inspiração.





Yoga

- Anônimo** (1997, traduzido para o inglês por Ram Kumar Rai): *Śiva Svārodhaya*, Prachya Prakaṣan, Varanasi.
- Bernard, Theos** (1976): *Haṭha Yoga*, Dédalo, Buenos Aires.
- Dasgupta, Surendranath** (1973): *Yoga as Philosophy and Religion*, Motilal Banarsidass, New Delhi.
- Dasgupta, Surendranath** (1973): *The Study of Patañjali*, University of Calcutta, Calcutta.
- Digambarji, Swāmi** (1972): *Yogakośa*, Kaivalyadhama Samiti, Lonavla.
- Eliade, Mircea** (1991): *El Yoga. Inmortalidad y Libertad*, FCE, México.
- Eliade, Mircea** (1982): *Patañjali et le Yoga*, Seuil, Paris.
- Feuertstein, Georg** (1989): *The Yoga-Sūtra of Patañjali: A New Translation and Commentary*, Inner Traditions, Vermont.
- Gheraṇḍa, Yogin** (1972): *Gheraṇḍa Saṁhitā*, Oriental Reprint, New Delhi.
- Gopikrishna** (1975): *The Awakening of Kuṇḍaliṇī*, Dutton, New York.
- Hermógenes, José** (1971): *Auto-perfeição com Haṭha Yoga*, Record, Rio de Janeiro.
- Hermógenes, José** (2000): *Iniciação ao Yoga*, Nova Era, Rio de Janeiro.
- Hermógenes, José** (1973): *Yoga para nervosos*, Record, São Paulo.
- Hermógenes, José** (2000): *Saúde plena: Yogaterapia*, Nova Era, São Paulo.
- Kupfer, Pedro** (2000): *Visões do Yoga*. Dharma, Florianópolis.
- Iyengar, B. K. S.** (1986): *Light on Yoga*, Unwin, London.
- Iyengar, B. K. S.** (1992): *Light on Prāṇāyāma*. Aquarian, London.
- Iyengar, B. K. S.** (1996): *Light on the Yogasūtras of Patañjali*. Thorsons, London.
- Michaël, Tara** (1976): *O Yoga*, Zahar, São Paulo.
- Mookerjee, Ajit** (1982): *Kuṇḍaliṇī, the Arousal of the Inner Energy*, Thames & Hudson, London.
- Renou, Louis** (1991): *El Hinduismo*, Paidós, Barcelona.
- Sivānanada, Swāmi** (1982): *Tantra Yoga, Nāḍayoga y Kriyā Yoga*, Kier, Buenos Aires.
- Sivānanada, Swāmi** (1990): *A Ciência do Prāṇāyāma*, Pensamento, São Paulo.

- Sivānanda, Swāmi** (1998): *Yogāsanas*, Divine Life Society, Rishikesh.
- Sivānanda, Swāmi** (1994): *Japa Yoga*, Divine Life Society, Rishikesh.
- Sjoman, N. S.** (1996): *The Yoga Tradition of the Mysore Palace*, Abhinav Publications, New Delhi.
- Vivekānanda, Swāmi** (2020): *Patañjali's Yoga Sūtras*. Om Books, New Delhi.
- Yogendra, Svātmārāma** (1991): *Hatha Yoga Pradipika*, Éditions Satyānanadashram, Paris.
- Yogendra, Svātmārāma** (1999): *Hatha Yoga Pradipika*, M. Banarsidass, New Delhi.
- Yogendra, Svātmārāma** (1972): *The Haṭhayogapradīpikā of Svātmārāma*, Adyar Library, Madras.



Tantra

- Anônimo** (1984, tradução de Sir John Woodroffe): *Kūlarnava Tantra*, Ganesh, Madras.
- Anônimo** (1993, traduzido por Sir John Woodroffe): *The Great Liberation (Mahānirvāṇa Tantra)*, Ganesh, Madras.
- Bhattacharya Mahodaya, S. C. V.** (1997): *Principles of Tantra* (traduzido para o inglês por Sir John Woodroffe), Ganesh, Madras.
- Dasgupta, Surendranath** (1971): *Obscure Religious Cults*, Motilal Banarsidass, New Delhi.
- Feuerstein, Georg** (1998): *Tantra, the Path to Ecstasy*, Shamballa, Boston.
- Frawley, David** (1997): *Tantric Yoga and the Wisdom Goddesses*, Motilal Banarsidass, New Delhi.
- Johari, Harish** (1997): *Tools for Tantra*, Inner Traditions, Rochester, Vermont.
- Mookerjee, Ajit** (1993): *Kālī, the Feminine Force*, Thames & Hudson, London.
- Mookerjee, Ajit** (1994): *The Art of Tantra*, Rupa, Bombay.
- Mookerjee, Ajit and Khanna, Madhu** (1977): *The Tantric Way*, Thames & Hudson, London.
- Rawson, Philip** (1990): *Tantra, the Indian Cult of Ecstasy*, Thames & Hudson, London.
- Woodroffe, Sir John**: *El Poder Serpentino*, Kier, Buenos Aires.
- Woodroffe, Sir John** (1997): *The Serpent Power*, Ganesh, Madras.
- Woodroffe, Sir John** (1994): *Śaktī and Śākta*, Ganesh, Madras.
- Woodroffe, Sir John** (1997): *Introduction to Tantra Śāstra*, Ganesh, Madras.



Vedānta

- Arieira, Gloria** (2007): *Tattvabodha, o Conhecimento da Verdade* (tradução comentada). Vidyā Mandir, Rio de Janeiro.
- Arieira, Gloria** (2011): *Bhagavadgītā*. Vidyā Mandir, Rio de Janeiro.
- Chinmayānanada, Swāmi** (2006): *Ātmabodha* (tradução comentada). Central Chinmaya Mission Trust, Mumbai.
- Chinmayānanada, Swāmi** (2000): *Śrī Rāmagītā* (tradução comentada). Central Chinmaya Mission Trust, Mumbai.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2008): *Bhagavadgītā* (tradução comentada). Arsha Vidyā Centre, Chennai.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2003): *Bhagavadgītā Home Study Course*. 4 Volumes (tradução comentada). Śruti Seva Trust, Anaikatti.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2007): *Exploring Vedānta*. Arsha Vidyā Centre, Chennai.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2007): *Freedom*. Arsha Vidyā Centre, Chennai.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2008): *Freedom from Helplessness*. Arsha Vidyā Centre, Chennai.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2004): *Introduction to Vedānta*. Vision Books, New Delhi.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2008): *Liberdade*. Vidyā Mandir, Rio de Janeiro.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2007): *Living Inteligently*. Arsha Vidyā Centre, Chennai.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2007): *Living versus Getting on*. Arsha Vidyā Centre, Chennai.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2008): *Muṇḍakopaniṣad*. 2 Volumes (tradução comentada). Arsha Vidyā Centre, Chennai.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (1998): *O Valor dos Valores*. Vidyā Mandir, Rio de Janeiro.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2008): *Surrender and Freedom*. Arsha Vidyā Centre, Chennai.
- Dayānanada Saraswati, Swāmi** (2007): *The Fundamental Problem*. Arsha Vidyā Centre, Chennai.

Dayānanda Saraswati, Swāmi (2008): *The Problem is You. The Solution is You.* Arsha Vidyā Centre, Chennai.

Dayānanda Saraswati, Swāmi (1993): *The Sādhana and the Sādhyā.* Śrī Gaṅgadharewśar Trust, Rishikesh.

Dayānanda Saraswati, Swāmi (2004): *The Teaching of the Bhagavadgītā.* Vision Books, New Delhi.

Dayānanda Saraswati, Swāmi (2007): *Vedānta 24x7.* Arsha Vidyā Centre, Chennai.

Dayānanda Saraswati, Swāmi (1997): *Vivekacūḍāmaṇi: Talks on 108 Selected Verses.* Śrī Gaṅgadharewśar Trust, Rishikesh.

Gambhīrānanda, Swāmi (1997): *Chāndogya Upaniṣad, with the Commentary of Śaṅkārācārya* (tradução comentada). Advaita Ashrama, Calcutta.

Gambhīrānanda, Swāmi (2000): *Kaṭha Upaniṣad, with the Commentary of Śaṅkārācārya* (tradução comentada). Advaita Ashrama, Calcutta.

Gambhīrānanda, Swāmi (1998): *Kena Upaniṣad, with the Commentary of Śaṅkārācārya* (tradução comentada). Advaita Ashrama, Calcutta.

Gambhīrānanda, Swāmi (2000): *Māṇḍūkya Upaniṣad, with the Commentary of Śaṅkārācārya* (tradução comentada). Advaita Ashrama, Calcutta.

Gambhīrānanda, Swāmi (1998): *Praśna Upaniṣad, with the Commentary of Śaṅkārācārya* (tradução comentada). Advaita Ashrama, Calcutta.

Menon, Vidyaratna P. N. (1997): *Ātma Bodha of Śrī Śaṅkārācārya.* The Educational Supplies Depot, Palakkad.

Nikhilānanda, Swāmi (1947): *Ātmabodhaḥ* (tradução comentada). Sri RamaKṛṣṇa Math, Madras.

Śuddhabodhānanda Saraswati, Swāmi (1996): *Vedāntic Ways to Samādhi.* Śrī Visweswar Trust, Mumbai.

Venugopal, D. (2008): *Pujya Swāmi Dayānanda Saraswati: His Uniqueness in the Vedānta Sampradāya.* Śrī Sai Printers, Chennai.

Vyāsa, Kṛṣṇadvaipayāna (2000): *Mahabhārata,* Munshiram Manoharlal, New Delhi.





Websites de Estudo

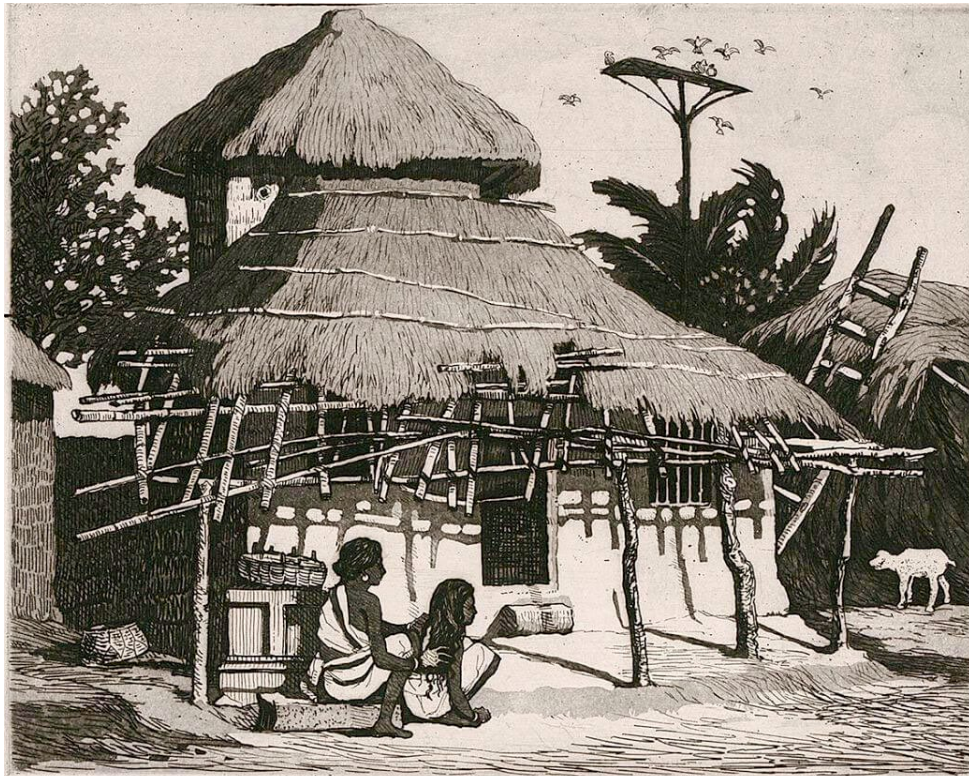
Arsha Avinash, de N. Avinashilingam

Arshavidyā Gurukulam, de Swāmi Dayānanda

Arshavidyā Pītham, de Swāmi Dayānanda

Vedānta Vidyārthi Saṅgha, de Swāmi Paramarthānanada

Yoga.pro.br, de Pedro Kupfer





॥ धन्यवाद् ॥

Dhanyavād!

Obrigado por
acompanhar-nos.

Tudo de bom!

॥ हरिः ॐ ॥

