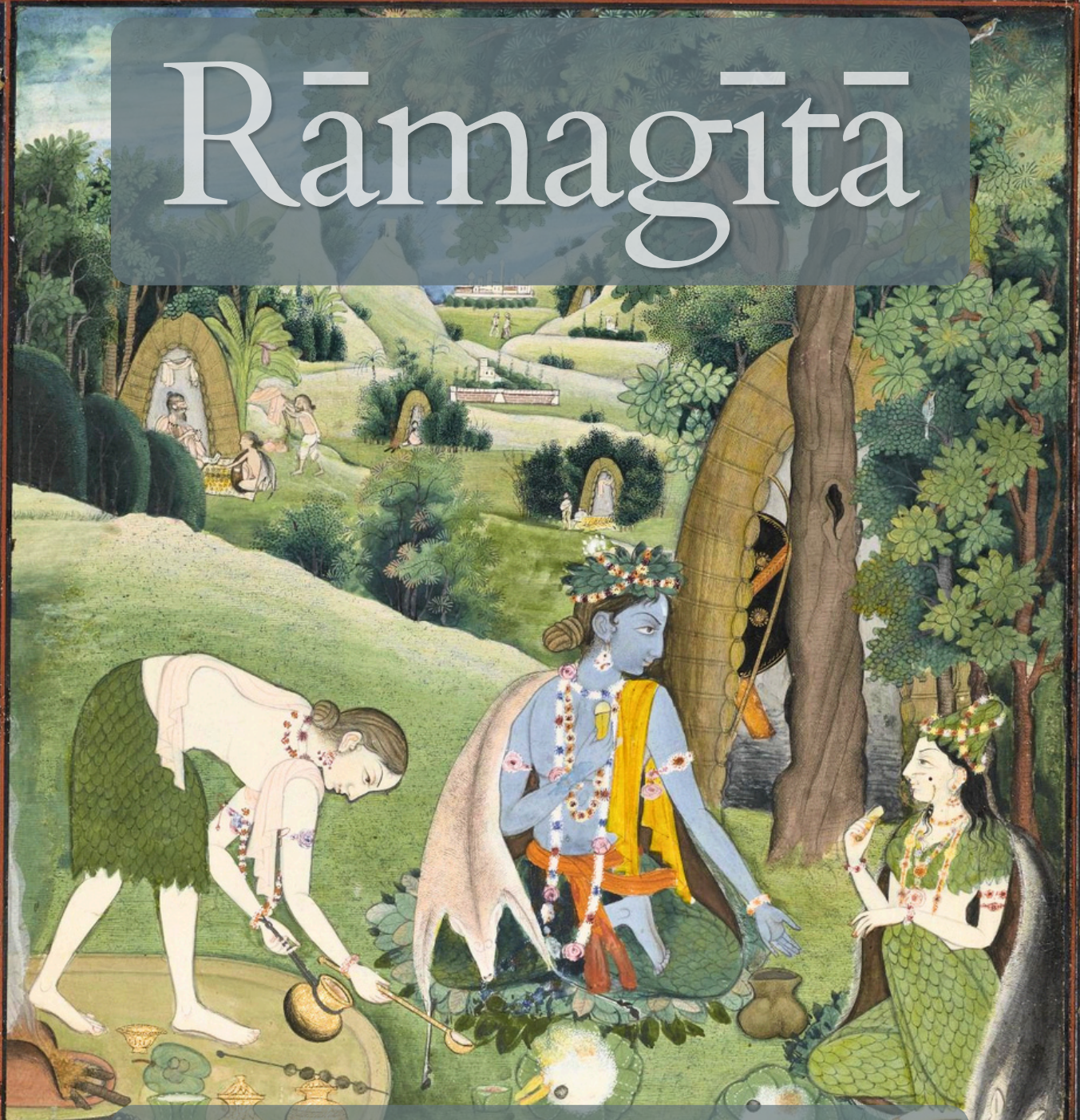
Rāmagītā



A Canção de Rāma

comentada por Swāmi Paramārthānanda

yoga
.pro.br

© Copyright 2019, Swāmi Paramārthānanda

1ª Edição: Março de 2019

Yogabindu
yoga@yoga.pro.br
www.yoga.pro.br

O compilador/editor dedica este trabalho a Mitra, a personificação divina da amizade, e tudo o que ele representa. E aos amigos, é claro.

Permitem-se citações de trechos em outros livros e órgãos de imprensa, desde que mencionem a fonte. Fica proibida a reprodução ou venda deste material impresso. Obrigado por respeitar o *dharma*. *Oṁ tat sat*.

॥ श्री रामगीता ॥

Śrī Rāmagītā

Tradução comentada, baseada nos
ensinamentos de Swāmi Paramārthānanda,
compilados por Pedro Kupfer

Para a nossa querida galera, com afeto e amizade.

Muito obrigado por nos acompanhar nesta jornada.

Felicidades, Paz e Luz para todos. *Namaste Jī!*

Ângela e Pedro.

Introdução

O presente texto faz parte das Purāṇas, obras sobre o *dharma* atribuídas ao grande compilador Vedavyāsa, de linguagem acessível e fácil compreensão. Não obstante o acessível da linguagem, ele pede a explicação de um professor qualificado, já que transmite a essência do Vedānta, *śrutisāra saṅgraha*. Esse professor, cuja sabedoria ilumina as palavras deste trabalho, é Swāmi Paramārthānanda Sarasvatī, graças a quem tivemos o privilégio de aprendê-lo por meios de esclarecedores comentários num retiro que aconteceu durante o mês de março de 2019 no Arṣa Vidyā Pīṭham, mosteiro da cidade sagrada de Rishikesh, ao norte da Índia.

Gītā significa canção. A *Rāmagītā*, assim, é a "Canção de Rāma". Rāma é um *avatāra*, a sétima das dez encarnações do deus Viṣṇu, que se manifesta na terra quando o *dharma*, a Lei Universal, está em perigo. O propósito das manifestações desse deus é educar a Humanidade e lembrar daquilo que foi esquecido para restaurar a harmonia e a justiça, na sociedade e no mundo.

Este texto é um diálogo entre Rāma e seu irmão Lakṣmaṇa, que aparece no quinto capítulo do *Uttarakhanda*, parte integrante do *Adhyātma Rāmāyāṇa* que, por sua vez compõe o *Brahmanda Purāṇa*. Essa conversação entre os dois irmãos é narrada pelo deus Śiva para sua esposa Pārvatī, que manifestara o desejo de conhecer a glória de Rāma. Lakṣmaṇa, irmão mais novo de Rāma, pergunta sobre como é possível atravessar o oceano da ignorância. A instrução de Rāma ao seu jovem irmão é esta *Rāmagītā*. O texto diz, no *śloka* 49: "Śrī Rāma, dinamizando o oceano das Upaniṣads, extraiu este conhecimento e o condensou na *Rāmagītā*. Ele deu este conhecimento com muita satisfação para Lakṣmaṇajī. Nós mesmos podemos assimilar esse conhecimento, e aprender a nos conhecer como o Ilimitado".

Este ensinamento, cuja essência é que o ser individual é idêntico ao Ser ilimitado (Brahman = *ātma*), deve ser compreendido e aceito se quisermos uma vida tranquila, apesar as dificuldades inerentes a qualquer existência humana. Essa não-dualidade existe e é um fato, apesar da distinção sujeito-objeto. A distinção sujeito-objeto não contradiz a não-dualidade.

Este é o conhecimento do Veda. Está ao longo dos quatro Vedas e, especialmente, no fim deles, condensado nas Upaniṣads. Essa visão, contudo, não está apenas nos Vedas mas igualmente em todos as Purāṇas. Existem 18 "Grandes Purāṇas" (*Mahapurāṇas*) nos quais esta visão está também presente. As

Purāṇas são antigos registros de mitos, histórias, dinastias reais e cosmologia. O ensinamento do Vedānta está presente nestes textos, que são cheios de histórias, mitos e ensinamentos.

Na literatura hindu, sempre que houver ensinamento sobre autoconhecimento, ele será transmitido na forma de um diálogo, com é este caso. Nunca encontraremos, na vasta literatura sagrada da Índia, um texto em que se ensine algo sobre espiritualidade de forma narrativa. A sabedoria e o conhecimento que nos libertam da ignorância sempre aparecem em forma de diálogos, entre irmãos, como é o caso desta *Rāmagītā*, ou entre professor e estudante, marido e mulher ou pai e filho, como em algumas Upaniṣads.

O processo de gestação do presente trabalho foi o seguinte: ao longo das semanas do retiro, este compilador foi tomando notas das traduções, comentários e esclarecimentos de Śrī Swāmi Paramārthānanda, e estudando paralelamente uma tradução para o inglês feita por Śrī Swami Chinmayānanda, um dos professores de Swāmi Dayānandajī, o mestre de Swāmi Paramārthānanda.

O paciente leitor, sabendo que este texto é uma transcrição feita a partir de discursos, saberá perdoar o estilo coloquial e alguma eventual repetição, característicos da linguagem oral. Espero que a minha transcrição do ensinamento tenha conseguido captar a profunda compaixão que Swāmijī nutre por seus estudantes, bem como o humor, a ironia e a atitude pé no chão que lhe são tão característicos.

Para realizar esta tarefa a contento, tive que tomar algumas interessantes decisões ao longo da confecção desta tradução comentada. Dado o extremo cuidado que devemos ter com o uso da palavra no Vedānta, precisei apelar para o uso dos colchetes, para fazer a reconstituição do texto onde se fizesse necessário. Igualmente, usei palavras em itálico para chamar a atenção do leitor para algum uso específico e talvez não muito habitual de algumas expressões. Espero que este trabalho possa motivar o amigo leitor em direção à liberdade. *Hariḥ Oṁ!*

Pedro Kupfer.

Rishikesh, Março de 2019.

Contextualização da *Rāmagītā*

O *Rāmāyāṇa* é um dos grandes épicos da literatura oriental. Indianos, indonésios, tailandeses e vietnamitas se emocionam e inspiram desde sempre com as aventuras narradas nos mais de 24.000 versos dos sete livros deste belo texto, que conta a história de Rāma. Rāma é uma encarnação do deus da paz, Viṣṇu, que desce periodicamente à terra para salvaguardar o *dharma*. O texto é uma espécie de rocambole que mistura, na mesma obra, a temática da Bíblia, *Romeo e Julieta*, e *Star Wars*.

O nome *Rāmāyāṇa* quer dizer "A Jornada de Rāma". Este épico, baseado em fatos históricos, foi narrado pelo sábio Valmiki e transcrito ao alfabeto *devanāgarī* entre os séculos IV e III a.C. Narra o ordálio de Rāma para resgatar sua esposa Sītā das mãos do demônio Rāvaṇa. Sītā e Rāma são o paradigma perfeito dos amantes que superam todas as dificuldades para que o amor e o bem triunfem. Eis a história deles, de maneira bem resumida.

Para se ter uma ideia do que este texto significa no subcontinente indiano e no sudeste asiático, basta lembrar que as enormes muralhas internas do palácio real de Bangkok, na Tailândia são pintadas de lado a lado com belos afrescos que contam minuciosamente todos os diferentes episódios da saga. Vale lembrar também que existem inúmeros filmes que contam esta história, bem como parques temáticos centrados nela, e que há inúmeras encenações, com danças e dramatizações do épico em todos esses países. O épico explora os grandes sentimentos e dramas da existência humana e sua relação com o *dharma*, o sistema dos valores universais.

O *Rāmāyāṇa* numa casca de noz, segundo a narrativa da *Śiva Purāṇa*

"Em seu tempo, Śiva encarnou sob a forma de um macaco chamado Hanumān, célebre por sua força e suas proezas. Desde muito jovem, Hanumān, o mais poderoso dos macacos, tinha uma audácia extrema. Numa manhã, confundiu o Sol com uma fruta, e quis devorá-lo, mas renunciou a pedido dos deuses... Foi para perto de Sugrīva, o irmão de Bali, rei dos macacos, que este tinha exilado na floresta.

"Foi ali que ele se aliou com Rāma, que também vivia no exílio com seu irmão *Lakṣmaṇa* e que se lamentava porque o demônio Rāvaṇa havia raptado Sītā, sua esposa. Rāma matou o poderoso rei dos macacos, Bali, que era mau. A pedido de Rāma, Hanumān, robusto e poderoso, partiu à procura de Sītā com um exército de macacos. Quando soube que ela se encontrava na cidade de Laṅkā (no Ceilão), atravessou com um pulo o mar, o que ninguém fizera antes, e lá chegou.

"Depois de muitas proezas, deu a Sītā o [anel], sinal de reconhecimento que Rāma lhe havia fornecido... e a consolou [anunciando a chegada do seu amado]. No caminho, destruiu os jardins de Rāvaṇa e matou vários demônios (*rākṣasas*). Matou até o filho de Rāvaṇa...

“Esse macaco heróico espalhou o desastre por onde passou, mas foi afinal capturado. Rāvaṇa mandou que envolvessem seu rabo com tecidos embebidos em óleo e ateou fogo nele. Hanumān aproveitou para incendiar a cidade toda. Depois disso pulou no mar, apagando assim o fogo de sua cauda, e alcançou a outra margem. Sem nenhum sinal de cansaço ou de sofrimento, entregou a Rāma a jóia que Sītā usava na testa. Com a ajuda do exército dos macacos, transportou pedaços de montanhas e construiu uma ponte sobre o mar.

“Rāma instalou um *liṅgaṁ* de Śiva e o venerou para conseguir a vitória. Depois, atravessou o mar e sitiou Laṅkā com o exército dos macacos. O herói Hanumān comandou o exército de Rāma, matando muitos *rákṣasas* (seres demoníacos). Curou Lakṣmaṇa, ferido por uma azagaia envenenada com esperma de touro.

“Destruiu Rāvaṇa, sua família e seus servos, depois, acompanhou novamente Rāma e Lakṣmaṇa a seu eremitério... Obrigou todos os *rākṣasas* a submeter-se a Rāma e realizou inúmeros feitos. Estabeleceu o culto de Rāma no mundo. Era a encarnação de Śiva, a quem recorriam todos seus fiéis. Tinha salvo a vida de Lakṣmaṇa e humilhado os demônios. Ele é chamado de mensageiro de Rāma no mundo. Protege àqueles que o veneram.” *Śiva Purāṇa*, *Ṣaṭarudra Saṁhitā*, XX.

A História

Nossa história começa com o nascimento dos quatro filhos do rei Dasharatha, da casa de Raghu, a dinastia solar do norte da Índia. Ele é o soberano de Kośala, cuja capital é a cidade de Ayodhya. Dasharatha tem três esposas: Kauśalya, Kaikeyī e Sumitrā. Da primeira nasce Rāma, Bhārata da segunda, e os gêmeos Lakṣmaṇa e Śatrughna de Sumitra, a mais jovem. Rāma, o primogênito, é designado seu sucessor. Aos 16 anos de idade, e acompanhado por seu irmão Lakṣmaṇa, ele derrota os demônios a pedido do *yogin* Viśvāmitra, que instrui ambos na vida espiritual, bem como no manejo de certas armas mágicas que lhes serão de imensa utilidade no futuro.

Mais ou menos na mesma época em que nascem estes garotos, o rei-*yogin* Jānaka, governante de Mithīla, encontra uma linda menina enterrada na gleba, na ocasião do ritual anual de plantio. Filha da Mãe-Terra, ela é adotada pelo rei e chamada de Sītā, palava sânscrita que significa menina bonita, mas também significa sulco. Quando Sītā chega à idade de casar, o pai promove um *svāyambāra*, um torneio no qual ela irá escolher seu noivo dentre os pretendentes que comparecerem e completarem certas provas que demonstrem sua força, inteligência e destreza. Rāma e Lakṣmaṇa comparecem acompanhados pelo sábio Viśvamitra e Rāma vence o torneio, quebrando o arco que Shiva havia presenteado ao rei Janaka, que os outros pretendentes nem sequer haviam conseguido levantar. Rāma casa com Sītā e todos voltam para a cidade de Ayodhya.

Após 12 anos de feliz casamento, o rei Daśaraṭha, que nessa época já está sentindo o peso dos anos e as batalhas travadas no passado, começa a perceber sinais de mal-agouro no céu e resolve acelerar o processo da transferência do poder para o primogênito, anunciando à assembléia de Kośala que irá abdicar do trono em favor do príncipe Rāma. Porém, na véspera da coroação, a rainha Kaikeyi, cujos ciúmes são alimentados por Manthara, uma aia do palácio que odeia em silêncio Rāma, exige do rei que Bhārata, seu próprio filho, seja coroado e que Rāma seja exilado na floresta por 14 anos.

O rei, com o coração partido, cede aos desejos de Kaikeyī, a quem devia a vida e havia dado a palavra de que faria qualquer coisa para lhe retribuir o gesto. Rāma aceita a decisão do pai e, acompanhado por

Sītā e Lakṣmaṇa, parte para a floresta Chitrakut. Pouco depois da partida dos três, o rei falece de pena. O principe Bhārata, por sua vez, se recusa a aceitar o trono e permanece administrando o reino na qualidade de regente, aguardando pelo retorno do seu querido irmão. Ao invés de ocupar o trono, coloca nele as sandálias de Rāma e governa em seu nome. Rāma, fiel à palavra empenhada ao pai, decide cumprir o prazo de exílio, mesmo ao ser chamado por Bhārata. Um detalhe curioso: o país que nós conhecemos como Índia, chama-se Bhārata em sânscrito, por causa desta personagem da nossa história.

Rāma, Sītā e Lakṣmaṇa constróem uma pequena cabana na floresta e levam uma vida tranquila e simples, alimentando-se daquilo que a natureza lhes fornece. Em suas andanças pelo mato, uma demônia chamada Surpaṇakā, irmã de Rāvaṇa, soberano da ilha de Śrī Laṅkā, tenta seduzir sem sucesso os irmãos e frustrada tenta, também sem sucesso, matar Sītā. Lakṣmaṇa corta com suas flechas o nariz e as orelhas da demônia. Sua família, humilhada, tenta matar ambos os irmãos, mas é dizimada por eles.

Surpaṇakā, sedenta de vingança, procura Rāvaṇa, que decide destruir Rāma e sequestrar a princesa, cuja beleza exerce sobre ele imensa atração. Para essa tarefa, é ajudado pelo demônio Māricā, que assume a forma de um antílope dourado e se mostra para a princesa. Sītā, fascinada pelo animal, pede a Rāma que o capture. Rāma corre atrás do antílope enquanto Lakṣmaṇa permanece cuidando da sua cunhada. Um tempo depois, Sītā ouve gritos de Rāma pedindo sua ajuda e pede a Lakṣmaṇa que socorra seu irmão. Lakṣmaṇa, preocupado, traça um círculo mágico de proteção em torno da cabana e diz para Sītā não sair dele. Rāvaṇa aparece disfarçado de monje mendicante e pede alimento à princesa. Ela, imprudentemente, convida o demônio o entrar no circulo mágico e é imediatamente raptada por ele, que a arrasta pelos ares. Em sua fuga, Rāvaṇa derrota e fere mortalmente o rei dos abutres, Jatāyū, irmão de Gāruḍa, o deus-águia, que serve como montaria para Viṣṇu.

Enquanto isso, os dois irmãos capturam o antílope e percebem, tarde demais, a artimanha em que caíram. Ao voltarem para a cabana, encontram o agonizante Jatāyū, de quem ouvem sobre o rapto da princesa. Quando os irmãos, desesperados de dor, procuram pistas dela, encontram uma monja chamada Shabari que os direciona para os poderosos macacos Sugrīva e Hanumān. Enquanto isso, ao chegar à ilha de Laṅkā, Sītā é mantida prisioneira no Aśokavāṇa, um jardim interior nos fundos do palácio de Rāvaṇa. O demônio tenta seduzir a princesa, de quem recebe sucessivas negativas.

Na cidade dos macacos, Kiṣkiṇḍha, Rāma e Lakṣmaṇa travam contato com o rei Sugrīva, que fora destronado por Vali. Em troca de ajuda para encontrar e resgatar Sītā, Rāma derrota Vali em batalha e ganha a amizade de Hanumān, um macaco extremamente poderoso e inteligente. Uma vez recuperado o trono, Sugrīva envia emissários em todas as direções em busca da princesa. Hanumān, levando o anel de Rāma, vai para o sul, onde ouve do abutre Sampati que Sītā permanece cativa na ilha de Laṅkā.

De posse dessa informação, Hanumān assume uma forma gigantesca e, de um único salto, atravessa o mar. Uma vez na ilha, assume a forma de um pequeno mico e procura por sinais da princesa em todos os lugares. Encontrando-a na floresta escondida atrás do palácio, dirige-se a ela desde uma arvore, falando em sânscrito. Ao ouvi-lo, a princesa pensa ser mais um truque de Rāvaṇa para seduzi-la, mas pecebe que o esse mico conhece detalhes da vida de Rāma que o demônio jamais poderia conhecer. Quando Hanumān lhe mostra o anel de casamento e lhe dá a notícia de que brevemente será resgatada, ela redobra as suas esperanças.

Hanumān, então, assume a sua forma gigante e semeia a destruição e o caos no palácio e na cidade, incendiando tudo à sua volta e anunciando a Rāvaṇa sua iminente queda. Porém, o demônio, cego, não

lhe dá ouvidos. O poderoso macaco retorna com as boas novas para o continente, onde um exército de ursos e macacos se prepara para invadir a ilha.

A eles se une Vibhishana, o irmão do próprio Rāvaṇa, que percebe a tremenda equivocação que este cometeu ao sequestrar a princesa. Ao chegar o exercito à beira do mar meridional, é construída uma ponte até a ilha, com a ajuda de golfinhos e tartarugas.

Rāma e Lakṣmaṇa, à frente do exército, invadem Laṅkā e uma terrível batalha é travada entre eles e os demônios, que conclui com a derrota e morte de Rāvaṇa e o resgate da princesa Sītā. Findo o período do exílio, os príncipes retornam felizes, junto com Lakṣmaṇa e Hanumān para a cidade de Ayodhya, onde a coroação de Rāma finalmente acontece.

Significado oculto do épico

A mitologia tem, dentro do hinduísmo, a mesma função que está reservada ao estudo da história na cultura ocidental. É através das epopéias destes deuses, heróis, *yogins* e sábios que o povo indiano encontra inspiração para viver e superar as dificuldades e desafios que a vida possa lhes colocar. Esta história do *Rāmāyāṇa* é uma lição muito profunda de Yoga, cheia de magia e espiritualidade. Rāma aparece como uma personagem histórica da dinastia solar Kośālā, que é mencionada nas Purāṇas. Ele foi um rei muito justo e querido. Conhecido pela coragem, compaixão e sabedoria, encarna o paradigma da fidelidade. Seu nome significa aquele que traz graça, luz e paz.

Uma análise profunda deste épico nos revela sua visão *yogika*. As diferentes personagens simbolizam qualidades ou defeitos que facilitan ou obstaculizam o caminho para a liberdade e a plenitude. Rāma é o ser individual, Jivātma, que está desesperadamente buscando o Ser Ilimitado, Paramātma, representado por Sītā, a princesa cativa. A princesa foi sequestrada pelo demônio Rāvaṇa, que representa a ignorância, o egoísmo e o apego. As dez cabeças do demônio simbolizam os cinco órgãos de ação e os cinco sentidos que controlam a existência o homem escravo de seus próprios condicionamentos.

Sītā é levada para o "mundo inferior" (Láṅkā) e mantida presa na floresta *aśokavāṇa*, que representa a experiência do mundo sensorial. Lá, ela reza pela chegada do príncipe Rāma e mantém sua mente, sua força interior e sua razão concentradas no amado. Não obstante, Rāma não consegue resgatar a princesa sem a ajuda de Hanumān, o deus-macaco, que é a própria encarnação da força vital, o *prāṇa*. Depois que este indica onde está a princesa Rāma pode organizar e conduz seu exército para a guerra contra as forças de Rāvaṇa.

No final do épico, o príncipe guerreiro consegue, após intensa batalha, vencer o demônio e resgatar a sua amada, voltando para o reino de Ayodhya. Assim, estabelece-se o reconhecimento da identidade do indivíduo com o Ser Absoluto, Paramātma, que é em última análise, a meta do Yoga, através da "derrota" do ego, ou seja, de cultivar a não-identificação com seus conteúdos, desejos, aversões e vontades.

Um corpo sutil forte e saudável é importante para se ter sucesso no caminho do Yoga. Porém, cabe lembrar que a força do *yogin* não deriva de nenhum tipo de poder pessoal, mas da entrega a Ishvara, do *pranidhāṇa*. Na mitologia hindu, essa forma de *prāṇa* superior é simbolizada pelo deus-mono, Hanumān, filho de Vāyu, o deus do vento. Hanumān dedica sua existência Ishvara, personificado em Sītā e Rāma.

Ele é tão poderoso que domina os *siddhis laghimā* e *mahimā*, as capacidades de tornar-se infinitamente pequeno ou infinitamente grande, é capaz de derrotar os mais poderosos inimigos e realiza proezas milagrosas. Com toda a sua vitalidade, Hanumān é a encarnação da boa vontade, da curiosidade, da devoção e da força física, que subordina todos seus poderes e sentidos a uma aspiração mais elevada: o conhecimento do Ser Real.

Na batalha, Rāma cortou sucessivamente as cabeças do demônio, mas por cada uma que cortava, mais uma aparecia. Se quisermos derrotar os nossos "demônios interiores", precisaremos mirar no coração deles. As cabeças representam os desejos. Elas surgem umas das outras. Não se mata um demônio desse jeito. É preciso ir ao coração. Similarmente, não podemos acabar com os desejos tentando realizá-los ou reprimí-los. Precisamos mudar a maneira em que nos relacionamos com eles. Rāma arremessou *brahmāstra*, a arma de Brahmā, e acertou diretamente o coração do demônio. Rāvaṇa morreu em *mokṣa*, liberto.

A raiz da *ditadura* do ego, se cabe falarmos em ditadura neste contexto, é a ignorância, *avidyā*. Quando a ignorância desaparece, o ego passa a ocupar o lugar que a ele corresponde. Isso acontece através de um processo de maturidade e crescimento interior que nos conduz a *mokṣa*, a libertação. Então, a essência mais íntima do ser (*adhyātma*), se revela e, como esclarece Patañjali (*Yogasūtra*, I: 3), "repousa em sua própria natureza (*svārūpaḥ*)".

Quem consegue entrar em contato primeiramente com Sītā é Hanumān, que simboliza a força vital. Somente depois, o príncipe Rāma pôde resgatar sua amada. Isso explica porquê, nas práticas de Yoga, é preciso fazer primeiramente as técnicas mais densas, como as purificações, *asana* e *prāṇayama* e, somente depois, passar para as mais sutis, como a meditação e os mantras.

O nome *Rāmāyāṇa* significa "Os Feitos de Rāma". Este épico, baseado em fatos históricos, foi narrado pelo sábio *Vālmiki* e transcrito ao alfabeto *devanāgarī* entre os séculos IV e III a.C. Narra as aventuras de Rāma, a sétima encarnação de Viṣṇu, para resgatar sua esposa Sītā das mãos do demônio Rāvaṇa, seu raptor. Sītā e Rāma são o paradigma perfeito dos amantes que superam todas as dificuldades para que o amor e o bem triunfem. Eis a história deles, conforme a versão resumida que encontramos na *Śiva Purāṇa*. Ao longo dos comentários, Swāmijī irá dar outros detalhes menos conhecidos do épico, que não aparecem nesta narrativa abreviada, mas que estão vinculados com os diferentes temas da *Rāmagītā*.

Sobre o nome de Rāma.

Há certas palavras em todas as línguas, que não se referem a algum atributo, substantivo ou ação. Os verbos indicam ações que acontecem no tempo. Há pronomes e substantivos que apontam para objetos, situações, pessoas, lugares. Depois, temos adjetivos que qualificam esses substantivos e pronomes. As línguas são assim. Há preposições, conexões sintáticas entre as palavras, como quando dizemos "eu vou para Delhi", por exemplo.

Têm certos termos que chamam a nossa atenção, como as palavras real, verdadeiro, falso, não-existente: para onde elas apontam? A palavra verdadeiro, por exemplo, pode ser usada como um adjetivo para qualificar um substantivo. Se eu dizer açúcar verdadeiro, não estarei me referindo aos seus substitutos químicos, como o aspartame. Mas, o aspartame é real também.

A palavra verdadeiro está aqui para negar aquilo que é falso, e que me pode levar para uma conclusão errada em relação a uma percepção ou objeto. Numa jarra transparente cheia de água, coloco um lápis.

Olhando para ele, tenho uma percepção real, posso concluir que o lápis se dobrou quando coloquei ele na água, e que se endireitou quando o tirei dela. Contudo, a conclusão de que o lápis se dobrou é falsa.

Quando preciso perceber se uma conclusão é verdadeira ou falsa, as minhas referências são sempre o real e o não-real: se algo é real, e o vejo como real, concluo que é real. Se algo é falso, mas o percebo como real, concluo que é falso depois de uma análise mais detalhada. Se algo é real, mas o vejo como falso, concluo que é real, como no caso do lápis na jarra.

Se há uma consciência ilimitada, nada pode estar excluído ou fora dela. Ela abrange tudo. Nada pode então ficar fora da consciência ilimitada. Tudo o que está aqui e conhecimento. Nada está excluído da consciência ilimitada. Nenhum humano está excluído da consciência ilimitada, mesmo quando o nosso conhecimento individual seja muito limitado, ele deriva da consciência ilimitada.

Esta consciência ilimitada, com seu conhecimento ilimitado, é aquilo que chamamos Īśvara. Se você quiser, em português, o Senhor. *Sarvapalakaḥ*, o Senhor de Tudo. Quando você sonha, no sonho, você é Īśvara. Você pensa, e seu pensamento cria o mundo do sonho. Você só tem que pensar no mundo, e o mundo é criado. Você cria pessoas, criaturas, e até um corpo para você mesmo, apenas pensando. Tudo isso é conhecimento.

Você criou então, no sonho, um corpo para si mesmo. Um corpo especial, que é uma criação dentro da criação, que inclui outros corpos. Esse corpo especial que você, como Īśvara, cria para você dentro do seu sonho, é chamado *avatāra*. Esse corpo especial do Īśvara que sonha é dotado de algo muito especial, pois é o corpo daquele que emite a criação através do seu pensamento.

Īśvara, regularmente, manifesta-se no mundo encarnado num corpo especial, assim como o corpo do sonhador dentro do sonho, em certos momentos, em certos lugares, para o restabelecimento do *dharma*, a ordem divina, quando esta corre perigo. A palavra *avatāra*, aliás, significa “aquele que desce”. Então, Īśvara como preservador da criação, Viṣṇu, vem ao mundo neste *mahākalpa*, nesta era cósmica que estamos vivendo, na forma dos dez *avatāras*, para restaurar o *dharma*. Cada uma dessas dez formas tem uma forma característica, e está vinculada com a missão específica que ele deve realizar.

Tudo o que está aqui é uma manifestação da consciência, que se manifesta na forma do *dharma*, na forma da ordem universal. Todos os humanos sabemos disso, embora a noção dentro de cada cultura possa variar bastante. No hinduísmo, aquele que mantém o *dharma* é chamado Rāma.

॥ श्री रामगीता ॥

Śrī Rāmagītā

श्री गणेशाय नमः॥

श्रीमहदेव उवाच॥

ततो जगन्मङ्गलमङ्गलात्मना विधाय रामायणकीर्तिमुत्तमाम् ।

चचार पूर्वाचरितं रघूत्तमो राजर्षिवर्यैरभिसेवितं यथा ॥ १ ॥

śrī gaṇeśāya namaḥ ‖
śrīmahadeva uvāca ‖
tato jaganmaṅgalamaṅgalātmanā vidhāya rāmāyāṇakīrtimuttamām |
cacāra pūrvācaritaṁ raghūttamo rājarṣivaryairabhisevitaṁ yathā ‖ 1 ‖

Saudações a Gaṇeśa. Disse [Śiva] Mahadeva: "Então, o grande herói do *Rāmāyāṇa*, o melhor entre os Rāghus, a glória do Universo, por sempre abençoando o mundo e as criaturas, organizou sua vida através de um programa de intenso *tapas*, como os santos ancestrais da sua própria dinastia real". 1.

Sejam muito bem-vindos. Gostaria de dar uma perspectiva ampla sobre o conteudo da Rāmagītā. Ela consiste de 62 versos que fazem parte do *Adhyātma Rāmāyāṇa*. Esta obra oferece uma perspectiva vedantica sobre a história do *Rāmāyāṇa*. Ela, por sua vez, faz parte das Purāṇas. A *Rāmagītā*, portanto, é uma pequena porção das Purāṇas. Consiste num *samvāda*, um diálogo entre Rāma e Lakṣmaṇa, seu irmão.

Abrange cinco temas. Esses temas são abordados dentro de um contexto dramático dentro do Rāmāyāṇa, no qual Rāma pede para Lakṣmaṇa levar Sītā para a floresta. Esse pedido deixa Lakṣmaṇa bastante mexido, e é por essa razão que ele faz as perguntas que Dão lugar ao diálogo. Muita gente não gosta de Rāma por conta desse episódio. Mas o que interessa aqui é o ensinamento, que não é usado para justificar as ações de Rāma.

Os primeiros seis versos são a introdução. Do sétimo verso em diante, a próxima seção é dedicada à ilustração do buscador de mokṣa, a liberdade. Essa ilustração é obtida através de uma vida de Karmayoga, de prática e purificação centrada no autoconhecimento. assim, o Karmayoga não é um fim em si mesmo mas um meio para o Jñānayoga, o Yoga do conhecimento, que tem como objetivo a conquista do autoconhecimento. O autoconhecimento elimina a ignorância sobre si mesmo e as consequentes e indesejáveis derivações dela.

A ignorância de si mesmo é um problema intelectual, expressada na forma de uma série de emoções como o medo, medo de perder os nossos entes queridos, insegurança, insatisfação. Esse é um problema intelecutal pois está baseado na incompreensão de si mesmo. O conjunto desse desequilíbrio emocional é chamado *saṁsāra*.

Resolvendo o problema, os seus efeitos desaparecem. Isso é chamado Jñānayoga. O Karmayoga, assim, é uma ponte para o Jñānayoga. Ambos devem ser abordados através da confianca e da devoção, uma atitude que é chamada Bhaktiyoga.

A meditação, sozinha, não consegue nos dar essa visão clara. Ela é uma ferramenta para a purificação da mente, mas é limitada em termos de ser um meio de conhecimento que nos permita libertar-nos da ignorância existencial.

Do verso 24 a 51 começa o tópico central da *Rāmagītā*: o que é a autoinquirição? Esse é o tema. O estudo sistemático do *śāstra* sob o guia de um professor competente é Jñānayoga. Meditação não é Jñānayoga, mas é a preparação da mente para o Jñānayoga. A mente, preparada pela meditação, deve focar-se na compreensão de si mesmo. Esse processo é chamado *śravaṇam*, *mananan* e *nididhyāsana*, ouvir o ensinamento, questionar o ensinamento, e contemplar o ensinamento. Esse estudo irá remover a ignorância e substituí-la pela convicção de que você é a causa do Universo, Brahman.

Do verso 52 em diante fala-se do benefício emocional que se deriva do autoconhecimento. Esses versos abordam os problemas emocionais e psicossomáticos. Os problemas intelectuais se expressam na mente que, por sua vez, afetam as emoções. Todos os problemas, diz Kṛṣṇa para Arjuna na *Bhagavadgītā*, derivam da incompreensão. "Embora você fale como um sábio, a pessoa realmente sábia não tem lágrimas, nem para os vivos, nem para os mortos".

A sabedoria é requerida para aceitarmos o fluxo natural da vida. Um *paṇḍitaḥ* é um sábio, uma pessoa que não sofre, pois aceita o fluxo da vida como ele é. O Veda não tem como proposito nos converter em pedras. O sábio é compassivo, amigável, amoroso, mas não se deixa escavizar pelas emoções. Esse é o benefício do autoconhecimento.

Desde o verso 58 até o fim, são dadas as recomendações que concluem a *Rāmagītā*. Feita esta apresentação, entramos agora no texto. Toda a *Rāmagītā* é apresentada no contexto de um diálogo entre Śiva e Parvatī, no qual Śiva apresenta a história de Rāma e Lakṣmaṇa para a sua esposa. A essência desse contexto fala sobre o momento do *Rāmāyāṇa* no qual, findos os 14 anos de exílio, e finda a guerra, Rāma e Sītā se estabelecem em Ayodhya e organizam a vida através de um programa de práticas que lhes permitam viver através do autoconhecimento.

Assim, reinando em Ayodhya, de acordo com o dharma marga, o caminho da justiça, Rāma se alinha com os seus ancestrais que sempre governaram dessa maneira.

> सौमित्रिणा पृष्ट उदारबुद्धिना रामः कथाः प्राह पुरातनीः शुभाः ।
>
> राज्ञः प्रमत्तस्य नृगस्य शापतो द्विजस्य तिर्यक्त्वमथाह राघवः ॥ २ ॥
>
> saumitriṇā pṛṣṭa udārabuddhinā rāmaḥ kathāḥ prāha purātanīḥ śubhāḥ |
> rājñaḥ pramattasya nṛgasya śāpato dvijasya tiryaktvamathāha rāghavaḥ ‖ 2 ‖
>
> A pedido de Lakṣmaṇa, o de coração grande, Rāma lhe contou muitas inspiradoras e antigas histórias, como a do desafortunado rei Nṛga que, amaldiçoado por um brâmane, tornou-se um lagarto. 2.

Lembre o contexto: Rāma pede para Lakṣmaṇa levar Sītā para o Āśram da floresta. Embora Lakṣmaṇa goste muito de Rāma, ele questiona a decisao do irmão. Lakṣmaṇa olha para Rāma como o seu próprio

pai, e naturalmente considera Sītā como sendo a sua mãe. portanto, o pedido o desconcerta e o deixa triste. Com esse espírito, aproxima-se do irmão para pedir esclarecimentos.

O amor de Lakṣmaṇa pelo irmão é tão grande que faz imensos sacrifícios por ele e deixa de lado a sua própria vida para acompanhar Sītā e Rāma na floresta e no exílio. Deus, Īśvara não pode nunca ser injusto. A nossa vida presente não é um evento isolado. Nós vivemos antes noutros corpos, outras vidas, dentro de um fluxo contínuo no qual esta encarnação presente é um pequeno momento num movimento imenso.

Quando você ganha a loteria, não fica questionando "porque eu?", mas quando surge algum desafio, alguma dificuldade maior, a pergunta aparece e nós começamos a nos lamuriar e a achar que Īśvara é injusto conosco. Rāma menciona a história do rei Nṛga, que era muito generoso. Ele dava muitos presentes para os brâmanes.

Numa ocasião decidiu doar milhares de vacas para os sacerdotes, mas quando o gado estava sendo conduzido para os estábulos dos brâmanes, uma vaca voltou para o palácio. depois, essa vaca foi doada novamente para outra pessoa. Inintencionalmente, um roubo aconteceu, pois dar para outra pessoa algo que não era do rei, equivalia a roubar a vaca daquele que a teria recebido. Aquele brâmane amaldiçoou o rei a nascer na próxima encarnação como um lagarto.

Numa celebração, palestrantes são designados para fazer discursos na hora da homenagem a uns professores. Na hora das honrarias, um desses voluntários segura o presente para o professor, querendo-o para si, para fazer uma selfie e essas coisas.

Às vezes, o estilo das Purāṇas pode ser bastante exagerado, e isso acontece por exemplo na forma em que este brāhmaṇa que amaldiçoa o rei Nṛga é apresentado. porém, o que interessa para nós aqui é que o karma é inescapável.

> कदाचिदेकान्त उपस्थितं प्रभुं रामं रमालालितपादपङ्कजम् ।
>
> सौमित्रिरासादितशुद्धभावनः प्रणम्य भक्त्या विनयान्वितोऽब्रवीत् ॥ ३ ॥
>
> kadācidekānta upasthitaṁ prabhuṁ rāmaṁ ramālālitapādapaṅkajam |
> saumitrirāsāditaśuddhabhāvanaḥ praṇamya bhaktyā vinayānvito'bravīt || 3 ||
>
> Ao perceber Śrī Rāmacandra, que não é ninguém menos que Śrī Viṣṇu, cujos pés são constantemente adorados e servidos por Lakṣmī, sentado sozinho em presença dele, [Lakṣmaṇa], o filho de Sumitrī, cujo coração estava extremamente purificado, após prostrar-se ao Senhor em profunda devoção, humildemente perguntou: 3.

Lakṣmaṇa, com a mente purificada, expressa seu desejo de libertação. As perguntas sobre a própria natureza, a natureza do mundo e a maneira de viver nele são temas que naturalmente surgem dessa purificação, dessa maturidade que Lakṣmaṇa demonstra. Quando ela não está presente, a pessoa fica apenas centrada nas suas finalidades egoísticas.

Lakṣmaṇa, ao deixar a sua vida de lado por 14 anos e partir para o exílio com Sītā e Rāma, demonstra a nobreza do seu caráter. Desejo de liberdade é o primeiro ponto. O segundo é reconhecimento de que sozinha, a pessoa não consegue resolver seus condicionamentos sem ajuda. Isso pede humildade,

sinceridade, reverência por aquele que pode ensinar-nos. Assim, o *namaskāram* é parte da nossa cultura pois os anciãos, os avós e pais, são considerados como Īśvara.

A mesma atitude é dirigida aos professores. *Śraddhā* e *bhakti*, a confiança e a devoção, são essenciais neste processo. Quando o aluno não está pronto, o processo do autoconhecimento não deve começar. Quando a pessoa chega com essa atitude de humilidade, como diz o verso, "pós prostrar-se ao Senhor em profunda devoção", isso indica que ela está preparada para receber aquilo que pede. Desenvolvendo Lakṣmaṇa o desejo de libertação, sabendo qual é a atitude adequada, com *śraddhā*, *bhakti* e *vināya*, confiança, fé e humildade, ele diz, dirigindo-se a Rāma:

> त्वं शुद्धबोधोऽसि हि सर्वदेहिनामात्मास्यधीशोऽसि निराकृतिः स्वयम् ।
>
> प्रतीयसे ज्ञानदृशां महामते पादाब्जभृङ्गाहितसङ्गसङ्गिनाम् ॥ ४ ॥
>
> tvaṁ śuddhabodho'si hi sarvadehināmātmāsyadhīśo'si nirākṛtiḥ svayam |
> pratīyase jñānadṛśāṁ mahāmate pādābjabhṛṅgāhitasaṅgasaṅginām ‖ 4 ‖
>
> Ó sábio! És, de fato, puro conhecimento, o Ser de todos os seres, o Senhor de tudo. Mas, em tua real Natureza, não tens forma. És visto por aqueles que são dotados do olho da sabedoria e estão associados na companhia de teus devotos que adoram teus pés de lótus, como as abelhas. 4.

Temos dois modos verbais: *asi* significa "você é"; *asti* significa "ele é". Lakṣmaṇa diz para seu irmão: "você é *sarvadehinamātma*": você é a Realidade de todos os seres. Até mesmo, Senhor, quando parece que você é apenas um ser humano finito, na verdade você não é nem mais, nem menos, que a mais pura Consciência. Uma vez que definimos Deus como Consciência, a existência de Deus nunca pode ser negada. Você pode definir Deus de muitas formas, mas se usar essa, questionar a sua existência está fora de questão.

A Consciência é algo que está em todos e cada um dos seres viventes. Essa Consciência é Īśvara, é Deus. Podemos sim questionar a natureza da Consciência, mas nunca a existência dela. Consciência é o que é. Assim, Lakṣmaṇa diz ao irmão: "És, de fato, puro conhecimento, o Ser de todos os seres, o Senhor de tudo".

A Consciência não é uma parte, uma função ou uma faculdade do indivíduo, mas aquilo uq é a causa da existência dele. Sua natureza não começa nem termina no corpomente. Pensar assim seria como atribuir à luz da lua existência separada da presença da luz do sol. A lua não tem luz própria. Similarmente, a Consciência é a causa, e o corpomente a consequência.

Você é pura Consciência. Através do poder de māyā, o mundo dos nomes e formas passa a ter existência. Tudo o que é criação, é manifestação da Consciência Una. O Veda menciona as múltiplas formas de Īśvara, que são úteis para efeitos de pūjā, de rituais que nos permitam uma conexão e uma compreensao de quem nós realmente somos.

Só há Consciência, só há Īśvara. Īśvara é *caitanyam*. Manifestado como as miríades de nomes e formas do universo. O terceiro olho não é físico, o terceiro olho é o olho da Consciência. Não há com abrir o terceiro olho, por muita massagem que você faça no intercílio. Isso pode doer, mas nunca irá abrir a compreensão de quem você é. O símbolo que é o terceiro olho é a visão clara, a compreensão da real natureza.

Lakṣmaṇa diz, dessa maneira: “És visto por aqueles que são dotados do olho da sabedoria e estão associados na companhia de teus devotos que adoram teus pés de lótus, como as abelhas”. Essas palavras são muito poéticas, bonitas, e apontam para o autoconhecimento.

अहं प्रपन्नोऽस्मि पदाम्बुजं प्रभो भवापवर्गं तव योगिभावितम् ।
यथाञ्जसाज्ञानमपारवारिधिं सुखं तरिष्यामि तथानुशाधि माम् ॥ ५ ॥

ahaṁ prapanno'smi padāmbujaṁ prabho bhavāpavargaṁ tava yogibhāvitam |
yathāñjasājñānamapāravāridhiṁ sukhaṁ tariṣyāmi tathānuśādhi mām || 5 ||

Uma [Lakṣmaṇa disse:] Ó Senhor! Entrego-me a teus pés de lótus, que os *yogins* contemplam, e que podem libertá-los das correntes do tempo. Por favor, ensine-me o mais rápido método pelo qual posso atravessar confortavelmente a vastidão do oceano da ignorância. 5.

“Por favor”, diz Lakṣmaṇa, “mostre-me o *ānuśādhi*, o ensinamento sobre o Ser”. Lakṣmaṇa se entrega aos pés de Rāma. Os pés do mestre representam śāstra, representam a visão clara. Os pés são o instrumento que nos leva para o nosso destino. No processo do autoconhecimento, o que nos leva para o nosso destino, que é a felicidade, é o śāstra, as escrituras. *Paravidyā* e *aparavidyā* são os dois pés. Respectivamente, Jñānayoga, ou Vedānta, por um lado, e os textos de apoio, por outro lado. A preparação prévia da mente e a assimilação do ensinamento.

Todas as expressões emocionais da ignorância, medo, tristeza, insegurança, desejo de ser diferente do que se é, são, como mencionamos hoje mais cedo, o saṁsāra. O *saṁsāra* deve ser destruído através da visao clara. Desta maneira, pratica-se o padapuja, a adoração dos pés do mestre, que seria em termos práticos mais conveniente que fazer pūjā para a cabeça, por exemplo. Meditar sobre os pés de Īśvara é um upāsana, uma prática bem conveniente, considerando que os pés, com vimos, são o símbolo que aponta para o śāstra, para o autoconhecimento.

No fim deste verso, Lakṣmaṇa pede: “Por favor, ensine-me o mais rápido método pelo qual posso atravessar confortavelmente a vastidão do oceano da ignorância”. Atravessar o oceano do saṁsāra é uma tarefa que pede confiança, dedicação, coragem, e disposição pa livrar-se da ignorância sobre si mesmo. Há pessoas que ao longo de vidas e mais vidas, se apegam ao ego, aos mesmos velhos padrões que se repetem *ad infinitum*.

Assim, o estudante está pronto, o professor disposto a ensinar, e desta maneira a transmissão do conhecimento irá ter lugar. Rāma ja conhece a disposição do irmão e, neste contexto, não precisa nem testar o seu irmão para saber que ele está pronto para receber a visão libertadora.

श्रुत्वाथ सौमित्रवचोऽखिलं तदा प्राह प्रपन्नार्तिहरः प्रसन्नधीः ।
विज्ञानमज्ञानतमःप्रशान्तये श्रुतिप्रपन्नं क्षितिपालभूषणः ॥ ६ ॥

śrutvātha saumitravaco'khilaṁ tadā prāha prapannārtiharaḥ prasannadhīḥ |
vijñānamajñānatamaḥpraśāntaye śrutiprapannaṁ kśitipālabhūṣaṇaḥ || 6 ||

Então, havendo escutado todo o que Saumitri (Lakṣmaṇa) disse, Śrī Rāma, a serena jóia dos reis, que destrói todo o sofrimento daqueles que nele confiam, entregou a ele o Conhecimento que dispersa as trevas da ignorância. 6.

O termo composto *prapannārtiharaḥ* aponta para aquele que destrói todo o sofrimento. A Consciência, numa palavra.

Vijñānamajñānatamaḥpraśāntaye: para remover a escuridão interna, que é à ignorância, é preciso permitir que a luz do conhecimento resplandeça. O conhecimento existia desde antes do nascimento de Rāma, que teve lugar na Tretayuga. O ensinamento védico, acredita-se dentro desta tradição, existe desde o início da criação.

Para saciar a fome, há sempre alimento disponível. Se não houvesse alimento, não haveria nascimento nem vida. Similarmente, se pensarmos no desejo pela felicidade como fome espiritual, ele deve ter um alimento que a sacie. assim, para saciar a fome espiritual, deve existir um alimento que esteja ali presente desde antes da existência da fome.

श्रीरामचन्द्र उवाच ॥

आदौ स्ववर्णाश्रमवर्णिताः क्रियाः कृत्वा समासादितशुद्धमानसः ।

समाप्य तत्पूर्वमुपात्तसाधनः समाश्रयेत्सद्गुरुमात्मलब्धये ॥ ७ ॥

śrīrāmacandra uvāca ‖
ādau svavarṇāśramavarṇitāḥ kriyāḥ kṛtvā samāsāditaśuddhamānasaḥ ‖
samāpya tatpūrvamupāttasādhanaḥ samāśrayetsadgurumātmalabdhaye ‖ 7 ‖

Śrī Rāmacandra disse: Em primeiro lugar, depois de termos feito as ações mandatórias à nossa posição social e etapa de vida (*puruṣartha*) e, portanto, termos obtido uma mente purificada, devemos abandonar todo apego ao fruto dos nossos *karmas* passados. Dotados das qualificações necessárias, devemos nos dedicar totalmente ao mestre, para alcançar o conhecimento do Ser. 7.

A essência e o próprio método do ensinamento está resumido nesta estrofe. Aqui, Rāma ensina para Lakṣmaṇa o que deve ser feito para se obter o conhecimento. Esta estrofe é uma bela síntese do *Tattvabodha*, um texto introdutório brilhante e completo, apesar da brevidade.

Rāma diz: “dotados das qualificações necessárias, devemos nos dedicar totalmente ao mestre, para alcançar o conhecimento do Ser”. Ele implicitamente menciona aqui as quatro qualificações do *Tattvabodha*, *Sādhanacatuṣṭayaṁ*. *Sādhanacatuṣṭayaṁ* são as quatro qualificações para *mokṣa*, a liberdade:

1) *Vivekaḥ*, discernimento,

2) *Vairāgyaṁ*, desapego,

3) *Śamādiṣaṭkasampattiḥ*, o grupo das seis virtudes:

A) *Śama*, comando sobre a mente,

B) *Damaḥ*, controle sobre os sentidos,

C) *Uparatiḥ*, quietude, relaxamento,

D) *Titikṣa*, paciência, tolerância,

E) *Śraddhā*, confiança no professor e no ensinamento,

F) *Samādhanaṁ*, concentração,

4) *Mumukṣutvaṁ*, foco, desejo e motivação para a libertação.

Essas quatro qualificações dão à pessoa *adhikāritvaṁ*, a competência necessária para completar o processo.

Para quem tem fome de autoconhecimento, todos os demais objetivos na vida parecem insignificantes. Digamos que alguém esteja com muita sede, mas muita sede mesmo. Se a pessoa estiver mesmo com muita fome, ela dá qualquer coisa em troca de um copo de água. A compreensão da diferença entre o que é invariável e o que não é, *nitya anitya viveka*, é importante para reavaliar as nossas prioridades.

Mokṣa é o objetivo que reduz
à insignificância
todos os demais objetivos.

Você não pode enganar o tempo. Você não pode enganar a criação com cremes antirrugas. Para conhecer a si mesmo como aquele que não envelhece, que é sempre invariavelmente calmo, a ferramenta adequada é o autoconhecimento.

Śobhanadhyāsa é a palavra sânscrita para o amor romântico, no qual há sempre muita fantasia, muita superimposição. É preciso levar em consideração a objetividade e deixar de lado essas fantasias em relação a quem realmente somos. O que estou mesmo disposto a sacrificar por *mokṣa*? Dez rúpias?

Nos tempos antigos, as pessoas se desfaziam de tudo o que tinham para ter *mokṣa*. Mas não se preocupe, pois não vou pedir para você fazer isso. Assim, quem tem as quatro qualificações mencionadas no *Tattvabodha*, estão preparados para *mokṣa*, como certamente é o caso de Lakṣmaṇa.

No início do verso, Rāma menciona a contribuição que cada pessoa dá à sociedade, no sistema de castas: educação, proteção, comércio ou trabalho manual. Esse sistema social das castas, com toda a mobilidade que o caracterizava no início, pretendia ser um espelho da harmonia que os antigos percebiam na criação, desde o macrocosmos ao microcosmos.

Que todos possamos ver essa unidade, essa harmonia, para agir a partir dela, sempre em prolo de bem comum: “devemos abandonar todo apego ao fruto dos nossos *karmas* passados”. Isso é Brahmayajña, fazer da vida inteira um ritual no qual celebramos a unidade da vida, a presença da Consciência em tudo e em todos. Ao longo dos milênios, cada família preservou a cultura védica, que está baseada nessa visão.

A família é a base da sociedade, não o indivíduo mas a família. Aquilo que fazemos para preservar a família é chamado *pitryajña*. O Karmayoga é o total do *pañcamahayajña*, de todos os sacrifícios, rituais e esforços que a pessoa faz nesse sentido, cada um com a sua contribuição para a família, para a sociedade, para o bem comum, para o mundo.

Todas as experiências vêm de acordo com a lei infalível do karma. O que nós recebemos é o que merecemos. Sem lamúrias, sem lamentações. Ação adequada, mais atitude adequada, é o Karmayoga. O *karmayogin* percebe a unidade inerente a tudo e a todos e faz as suas ações a partir dessa percepção. Isso será abordado nos próximos dois *ślokas*.

Neste verso, Śrī Rāma condensa o Karmayoga e fala sobre as ocupações e os deveres de cada estrato social. Karmayoga deveria, como vimos ontem, baseado sobre as cinco áreas da criacao, *pañcamahayajña*. O crescimento interior está em dependência da contribuição que cada um de nós faz em prol do bem comum.

Faz-se menção igualmente às quatro fases da vida: *brahmacarya*, *gṛhasta*, *vānaprastha* e *saṁnyāsa*, a fase do estudo, a da formação da família, a da aposentadoria e a da renúncia. Em cada uma dessas fases, a contribuição que cada indivíduo faz ao dharma, ao todo, ao bem comum, é diferente. Primeiro, aprendemos a usar o mapa através dos estudos na fase do *brahmacarya*.

Depois, navegamos pela vida das ações, criando os nossos filhos, produzindo, contribuindo com o todo, com o bem comum. Na terceira fase, gradualmente, a pessoa vai da ação voltada para o exterior, para o Upāsanayoga, onde o processo começa a tornar-se mais e mais interno. A vida completa-se na fase do *saṁnyāsa*, onde a renúncia ao mundo tem lugar, e a pessoa se foca totalmente no processo de *mokṣa*.

A vida focada em *mokṣa* pode acontecer de duas maneiras: através do Karmayoga ou através do *saṁnyāsa*. Na segunda fase da vida, *gṛhasta*, a pessoa já pode começar a focar-se em *mokṣa* reduzindo as ações que ela dedica às práticas rituais para poder dedicar-se ao conhecimento do Vedānta.

> क्रिया श्रीरोद्भवहेतुरादृता प्रियाप्रियौ तौ भवतः सुरागिणः ।
>
> धर्मेतरौ तत्र पुनः शरीरकम् पुनः क्रिया चक्रवदीर्यते भवः ॥ ८ ॥
>
> kriyā śrīrodbhavaheturādṛtā priyāpriyau tau bhavataḥ surāgiṇaḥ |
> dharmetarau tatra punaḥ śarīrakam punaḥ kriyā cakravadīryate bhavaḥ ‖ 8 ‖
>
> A ação é considerada a causa do corpo físico manifestado. Aquele que for demasiado apegado ao corpo realiza ações desejáveis e não desejáveis que, por sua vez, produzem *dharma* e *adharma* [o que, por sua vez, produz alegria e tristeza]. Essa [sucessão de acontecimentos] dá lugar a um novo corpo que, por sua vez, realiza novas ações. Assim, como a roda do moinho, incessantemente sucedem-se os nascimentos e mortes, o *saṁsāra*. 8.

O Vedānta é a seção final dos quatro Vedas: *Ṛg*, *Sama*, *Yajur* e *Athārva*. Estes são os textos mais antigos da Humanidade. *Karma*, *upāsana* e *jñānam* são os grandes temas desses livros sagrados: ação, reflexão e conhecimento.

Nos próximos versos Rāma aborda o *antaḥkaraṇaśuddhi*, a purificação psíquica. Recolher-se dos *karmas* rituais é importante, pois a pessoa precisa compreender que não será através deles que ela vai conseguir *mokṣa*. Os *karmas* rituais não apenas não libertam, mas igualmente podem enredar a pessoa ainda mais no saṁsāra.

Os *karmas* irão sempre gerar *pūṇya* e *pāpa*, mérito e demérito. Śrī Rāma diz: "Aquele que for demasiado apegado ao corpo realiza ações desejáveis e não desejáveis que, por sua vez, produzem *dharma* e *adharma* [o que, por sua vez, produz alegria e tristeza]". *Priya* e *apriya*, as experiências de prazer e ausencia dele, produzem, por sua vez, emoções de alegria e sofrimento.

Quando eu percebo algo que me dá prazer, corro atrás disso. Quando percebo que há algo que produz sofrimento, tendo a afastar-me disso. E assim a vida vai, dando voltas, incessantemente, como se a

pessoa estivesse dentro de um carrossel do qual não consegue mais sair. *Rāgas* e *dveśas*, desejos e aversões, condicionam a vida da pessoa.

Depois de ouvir a *Rāmagītā*, se você voltar para casa e ficar descontente com a ação de Rāma de enviar Sītā para a floresta, o desgosto que você possa ter sentido por Rāma, estende-se para a *Rāmagītā*, e isso por sua vez se estende para o Vedānta, para Rishikesh, para a Índia. Assim, por causa de um sentimento de aversão em relação a um detalhe baseado numa interpolação apócrifa no *Rāmāyāṇa*, o *dveśa* que a pessoa sente impede que ela tenha acesso ao autoconhecimento.

E é assim que nós vamos pela vida. O ciclo dos *rāgas* e *dveśas* é incessante, mas ele pode ter um fim: o autoconhecimento. Se esse ciclo não for quebrado, ele irá continuar *ad infinitum*.

> अज्ञानमेवास्य हि मूलकारणं तद्धानमेवात्र विधौ विधीयते ।
>
> विद्यैव तन्नाशविधौ पटीयसी न कर्म तज्जं सविरोधमीरितम् ॥ ९ ॥
>
> ajñānamevāsya hi mūlakāraṇaṁ taddhānamevātra vidhau vidhīyate |
> vidyāiva tannāśavidhau paṭīyasī na karma tajjaṁ savirodhamīritam ‖ 9 ‖
>
> A raiz do *saṁsāra* é a ignorância. Naturalmente, sua destruição é o único remédio indicado nas escrituras e no ensinamento. Apenas o conhecimento é eficiente para destruir essa ignorância. Os *karmas* não, já que são produto da ignorância e, portanto, não opostas a ela. 9.

O conhecimento opõe-se à ignorância. A falsa ideia de que o Ser seja o *kartā*, o agente das ações, é a razão do sofrimento. A ignorância não se opõe ao *karma*. O *karma* não resolve o problema fundamental. É por isso que é importante reduzir os *karmas* para poder focar-nos em *mokṣa*.

No Vedānta, quando falamos sobre ignorância, referimo-nos à ignorância existencial, a uma vida que é vivida como se a pessoa não estivesse de fato acordada. Digo isso pois as projeções mentais são, de fato, como o mundo que criamos no estado onírico. Quando o sonhador está dentro do sonho, desde o ponto de vista dele, o sonho não é um sonho, mas a própria realidade. O sonho, para aquele que sonha, é a única realidade.

As projeções que têm lugar nesse estado de sopor mental nos fazem esquecer da Realidade que somos, da Presença que somos. É preciso acordar desse sonho, sair desse sopor. Essa é a mensagem do Vedānta. *Ajñānamevāsya*: é preciso sair da ignorância. A raiz do *saṁsāra* é a ignorância: é preciso cortar essa raiz.

A única solução é remover *avidyā*, a ignorância, já que ela não cessa por si mesma. Não precisamos fazer nada em relação às coisas que estão condicionadas pelo espaço-tempo. Porém, a ignorância não irá, nunca, desaparecer por si mesma. Ela irá, ciclo após ciclo, permanecer.

Qual é a prova disso? Nós somos a prova! Estamos aqui, depois de bilhões de anos de evolução, como os mesmos tolos de sempre. É preciso acordar. É preciso sair do sonho. Rāma diz: "Apenas o conhecimento é eficiente para destruir essa ignorância". Nenhuma dose de meditação ou *karmas* rituais será capaz de nos dar autoconhecimento.

Podemos dizer isso pois o próprio *karma* nasce da ignorância. As ações nascem da ignorância. Eu não posso afirmar ser o agente das ações. *Karta*, o agente das ações, é a identificação com a ideia de que eu

são o fazedor, o que por sua vez, me separa da realidade do fato de que eu sou Consciência, Presença apenas.

Os karmas, desta maneira, têm origem na ignorância, que nasce da identificação com o papel do karta, do agente das ações. A mensagem de Śrī Rāma é: "apenas o conhecimento é eficiente para destruir essa ignorância. Os *karmas* não, já que são produto da ignorância e, portanto, não opostas a ela".

> नाज्ञानहानिर्न च रागसंक्षयो भवेत्ततः कर्म सदोषमुद्भवेत् ।
>
> ततः पुनः संसृतिरप्यवारिता तस्माद्बुधो ज्ञानविचारवान्भवेत् ॥ १० ॥
>
> nājñānahānirna ca rāgasaṁkśayo bhavettataḥ karma sadoṣamudbhavet |
> tataḥ punaḥ saṁsṛtirapyavāritā tasmādbudho jñānavicāravānbhavet || 10 ||
>
> As ações rituais não podem pôr fim à ignorância nem reduzir o apego aos frutos das ações. Por outro lado, desses novos *karmas*, surgem indesejáveis resultados (apegos), em razão dos quais o *saṁsāra* se torna inevitável. 10.

O *Siddhānta* é a conclusão, o ensinamento final, a síntese dos Śāstras. Antes de chegar nele, é preciso rebater algumas objeções que opositores da visão possam fazer, à guisa de teste. Nenhuma quantidade de ações religiosas, por grande que seja, irá remover a autoignorância. Sem religião ou sem Karmayoga, o que neste contexto vem a significar a mesma coisa, a espiritualidade não tem lugar. Sem espiritualidade, por sua vez, a religião ou o Karmayoga são inúteis em termos de libertação.

Nenhuma dose de rituais, ou ações do tipo que for, poderá produzir conhecimento. Dentro do hinduísmo, as discussões estéreis que vemos entre por exemplo *saivas* e *vaisnavas* mostram o risco de uma religião vazia de espiritualidade. É preciso transcender com cuidado esses rāgas e dveśas, esses apegos e aversões de natureza religiosa. É preciso sair da cilada dos *karmas*, rituais ou de qualquer outro tipo. É preciso abandonar a crença de que através das ações ou experiências iremos conseguir liberdade ou felicidade.

Cada geração que entra no *vānaprastha*, na fase da aposentadoria, deve ser apoiada pela próxima geração. *Tasmādbudhaḥ*: *budha*, neste contexto, refere-se à pessoa disposta e inclinada à autoinquirição.

> ननु क्रिया वेदमुखेन चोदिता तथैव विद्या पुरुषार्थसाधनम् ।
>
> कर्तव्यता प्राणभृतः प्रचोदिता विद्यासहायत्वमुपैति सा पुनः ॥ ११ ॥
>
> nanu kriyā vedamukhena coditā tathaiva vidyā puruṣārthasādhanam |
> kartāvyatā prāṇabhṛtaḥ pracoditā vidyāsahāyatvamupaiti sā punaḥ || 11 ||
>
> Assim como os Vedas declaram que o conhecimento é o meio para alcançar-se o mais elevado objetivo, com a mesma ênfase, eles prescrevem igualmente os *karmas* rituais. Além disso, os *karmas* prescritos são compulsórios para os *jīvas*. Portanto, estes *karmas* podem ser complementares ao caminho do conhecimento. 11.

Há passagens do *Ṛgveda* que propõem a realização de certas ações rituais, como preces, mantras, *pūjās*, meditações, etc. Aqui, o texto entra num debate baseado sobre dois modos de interpretação essas

passagens do *Ṛgveda*. Há séculos que eruditos entram nessa discussão. Tarka, Vyakāraṇam e Mīmāṁsā são as formas de interpretar essas passagens. Como os comentaristas diferem nas interpretações, há espaço para aparentes contradições.

Até mesmo se considerarmos que ninguém hoje em dia dedica-se ao estudo desses mantras do *Ṛgveda*, o tema da controvérsia é importante para qualquer buscador da verdade. O fato é que o *Ṛgveda* recomenda ações rituais. Mas, serão mesmo os rituais a saída para o *saṁsāra*? Esse é o objeto da controvérsia.

Há pessoas que dizem que os *karmas* são essenciais para o autoconhecimento, e outras que afirmam o contrário. As primeiras são chamadas *samūcchaya vādins*, ou "congeniadores", integradores do conhecimento com as ações rituais. As segundas somos nós. Os *samūcchaya vādins* acreditam que ações devem ser feitas para alcançar a libertação, mokṣa. Vale a pena entrarmos na observação cuidadosa desse debate, pois ele é importante para nós.

Diz Śrī Rāma: "assim como os Vedas declaram que o conhecimento é o meio para alcançar-se o mais elevado objetivo, com a mesma ênfase, eles prescrevem igualmente os *karmas* rituais". O Veda menciona tanto o autoconhecimento como os *karmas* rituais. E recomenda tanto uns quanto os outros. *Jñānakarma samucchayaḥ* é a integração, então, das ações rituais com o conhecimento do Ser.

Ambos, ações e conhecimento, são complementares. Mas os *karmas* não podem subsituir o conhecimento. Rāma diz, no fim da estrofe: "estes *karmas* podem ser complementares ao caminho do conhecimento".

> कर्माकृतौ दोषमपि श्रुतिर्जगौ तस्मात्सदा कार्यमिदं मुमुक्शुणा ।
> ननु स्वतन्त्रा ध्रुवकार्यकारिणी विद्य न किञ्चिन्मनसाप्यपेक्शते ॥ १२ ॥
>
> karmākṛtau doṣamapi śrutirjagau tasmātsadā kāryamidaṁ mumukśuṇā |
> nanu svatantrā dhruvakāryakāriṇī vidyā na kiñcinmanasāpyapekśate ‖ 12 ‖
>
> [Śrī Rāma explica: Dizem os *samūcchaya vādins* que] "os Śāstras advertem ainda sobre o fato de que, considerando o caráter mandatório de certas ações rituais, sua omissão irá trazer frutos indesejáveis. Portanto, o buscador de *mokṣa* deve realizar esses *karmas* rituais que foram prescritos para ele. Em caso de você insistir no argumento de que o caminho do conhecimento é independente e eficiente para alcançar o objetivo por si só, e pode prescindir totalmente dos *karmas* rituais, então, [saiba que isso]..." 12.

Samūcchaya vādin é uma expressão sânscrita que aponta para alguém que expõe (*vādin*) a importância da combinação (*samūcchaya*) do conhecimento com a ritualística védica. Os Vedāntins, por nosso lado, como dissemos antes, propomos a redução e relativização desses rituais para podermos nos dedicar ao autoconhecimento. Cabe lembrar que os deveres rituais, na sociedade antiga, ocupavam uma imensa parte do cotidiano das pessoas.

A crença subjacente é que se a pessoa se omitir dessas ações obrigatórias, ela incorrerá em *pāpa*, em demérito que, por sua vez, irá produzir resultados pressumidamente indesejáveis. Śrī Rāma entra no debate sobre os dois ponto de vista, o do *karma* e o do *jñāna*, o das pessoas que afirmam que a liberdade

deriva das ações, e os que demonstram que ela nasce unicamente do autoconhecimento. Para viver a vida, ambos recursos são necessários: *karma* e *jñāna*, ou as ações e o conhecimento.

Karma e *jñāna* devem ser seguidos, um após o outro. Nós aceitamos a utilidade das ações, mas dentro das limitações inerentes a elas. Esses dois processos, para nós, devem ser sequenciais. *Samasamucchaya vadin* é a pessoa que considera que ambos os processos devem ser seguidos simultaneamente. Na crença do *samucchaya vadin*, ele obtém *mokṣa* depois da vida, depois da morte. Ele não renuncia ao *karma* depois de obter o *jñāna*.

Renunciar ao *karma*, para essa crença, faz a pessoa incorrer em pāpam, omissão das injunções védicas, o que irá fazer a pessoa incorrer em *karmas* indesejáveis. *Jñāna* pode dar a libertação independentemente da realização de rituais. Esse é o fato. *Mokṣa* não depende de nenhuma ação. O autoconhecimento não requer nenhum outro recurso além dele próprio. É o meio de conhecimento apropriado para a libertação e prescinde de tudo o mais.

न सत्यकार्योऽपि हि यद्वदध्वरः प्रकाङ्क्शतेऽन्यानपि कारकादिकान् ।
तथैव विद्या विधितः प्रकाशितैर्विशिष्यते कर्मभिरेव मुक्तये ॥ १३ ॥

na satyakāryo'pi hi yadvadadhvaraḥ prakāṅkśate'nyānapi kārakādikān |
tathaiva vidyā vidhitaḥ prakāśitairviśiṣyate karmabhireva muktaye ‖ 13 ‖

> "...não é bem assim. Da mesma forma que os rituais védicos, embora meritórios em seus resultados, dependem de muitos acessórios externos, como a presença do sacerdote oficiante, [as oferendas, as circunstâncias] e outros fatores, da mesma maneira, o caminho do conhecimento torna-se capaz de outorgar libertação apenas com a ajuda desses *karmas* rituais, prescritos nas afirmações védicas," **[afirmam os *samūcchaya vādins*]**. 13.

É bem verdade que o *adhvaraḥ*, o ritual védico, produz resultados reais, *satyakaraḥ*. *Kāraka* significa fazer. Nos Vedas são mencionados alguns rituais muito complexos que, segundo a crença, podem conduzir a pessoa ao paraíso depois da morte. "O ritualista irá ao céu, e o céu será eterno para ele", diz a crença. Porém, isso é impossível, pois toda criação, por assim dizer, vem com uma data de validade.

Tudo o que não estava aqui desde o início terá, forçosamente, um fim. Não obstante, essa é a crença dos ritualistas, dos *karmatas*. Quando o Veda fala sobre a eternidade, está apontando para algo maior do que uma vida humana, não para o infinito. Os rituais védicos só se concluem através de outros rituais auxiliares, de apoio, que são chamados *aṅgakarmani*.

Se os *karmatas* dizem que os rituais irão dar *mokṣa* eternamente, da mesma maneira, eles afirmam que a combinação desses rituais com autoconhecimento irá igualmente, dar *mokṣa* no fim, desde que combinado com outros rituais auxiliares, *tathaiva vidyā vidhitaḥ prakāśitairviśiṣyate*. Essa é a crença que Śrī Rāma expõe neste verso.

केचिद्वदन्तीति वितर्कवादिनस्तदप्यसदृष्टविरोधकारणात् ।
देहाभिमानादभिवर्धते क्रिया विद्या गताहङ्कृतितः प्रसिध्यति ॥ १४ ॥

kecidvadantīti vitarkavādinastadapyasadṛṣṭavirodhakāraṇāt |
dehābhimānādabhivardhate kriyā vidyā gatāhaṅkṛtitaḥ prasidhdyati || 14 ||

[Śrī Rāma continua:] Assim argumentam algumas pessoas de lógica errática. Porém, no fundo, isso é falso, considerando uma contradição óbvia: as ações feitas [aumentam] a identificação com o corpo, enquanto que o conhecimento se realiza mediante a eliminação [da identificação] com o ego e, consequentemente, com o corpo. 14.

O *samucchaya vada* era imensamente popular no tempo de Śrī Śaṅkarācārya. Essa é a razão pela qual o tema aparece aqui. A crença é que o conhecimento "intelectual", valha a redundância, não é suficiente para libertar a pessoa. Essa mesma crença está presente hoje em dia nas religiões novas. A libertação é aqui e agora. Não precisa ser vista como algo que virá depois de algum esforço.

Digamos que há uma pessoa aqui em Rishikesh que diz: "eu quero ir para Rishikesh, como faço?" Imagine que essa pessoa vá para um guru com essa pergunta. O que o mestre responde? Manda ele para o psiquiatra? Você já é libre. Você não precisa libertar-se, pois a libertação é a sua própria natureza.

O *jñānin* não é um buscador, e *mokṣa* não é algo que não esteja aqui presente, o tempo todo. É por isso que o *samucchaya vada* é inútil. Vejamos então o próximo verso. A partir dele, é dada a resposta ao *samucchaya vada.* O *jñānin* não é nem *kartaḥ* nem *bhokta*, não vinculado com os *karmas*, nem desfrutador dos resultados deles.

O *jñānin* é *akartṛtritvam*, alguém que tem claro que as ações não conduzem ao fim que é mokṣa. Ele não precisa realizar os karmas. Você não esgota seus *karmas* realizando-os. Você sim vai ficar esgotado se tentar fazer isso, já que eles nunca cessam de se reproduzir. O conhecimento é obtido pela relativização da individualidade, deixando de lado o próprio ego. Jñāna e karma não devem ser misturados.

विशुद्धविज्ञानविरोचनाञ्चिता विद्यात्मवृत्तिश्चरमेति भण्यते ।
उदेति कर्माखिलकारकादिभिर्निहन्ति विद्याखिलकारकादिकम् ॥ १५ ॥

viśuddhavijñānavirocanāñcitā vidyātmavṛttiścarameti bhaṇyate |
udeti karmākhilakārakādibhirnihanti vidyākhilakārakādikam || 15 ||

A focalização no Ser, conseguida através da contemplação com o coração purificado, é chamada Conhecimento (*vidyā*). Os *karmas* surgem das suas variadas causas, enquanto que o Conhecimento aniquila completamente esses instrumentos dos *karmas*. 15.

Jñāna e *karma* não podem combinar-se, pois o primeiro promove a visao não-dual, e o segundo reforça a dualidade. Todo *karma* requer a presença de certos acessórios externos. O jñāna, o conhecimento, reduz tudo à não-dualidade. Pela análise cuidadosa das afirmações védicas, *vidyātmavṛtti*, diz Śrī Rāma, obtém-se a libertação: "A focalização no Ser, conseguida através da contemplação com o coração purificado, é chamada Conhecimento". Continuando da estrofe anterior, aqui Rāma fala sobre a meditação como um dos *karmas* a serem feitos, um dos *aṅgas* secundários, mas integrado ao conhecimento, para tornar *mokṣa* possível.

Aham Brahmaʾsmi, eu sou Ilimitado, é o *mahāvākya* que permite a compreensão da real natureza, daquilo que somos. É o ensinamento que nos permite despertar do sonho das crenças e limitações da existência condicionada. Quando acordo no meu dia-a-dia, o sonho desparece ao entrar no estado de consciência que é a vigília. Porém, quando estou preso nas minhas crenças, esse despertar não acontece por si só. Ele só acontece através do autoconhecimento.

Digamos que você entre num sonho no qual um cão persegue você. Você foge e foge e corre e de repente acorda. O cão como perseguidor, e você como perseguido, são um sonho. Quando você acorda, perseguidor e perseguido desaparecem. Com o *saṁsāra* é igual: você volta sempre para o mesmo sonho. Um *jñānin* é alguém que consegue perceber o sonho como um sonho, ainda que, desde o ponto de vista dos demais, esse sonho continue sendo considerado como real.

Aham Brahmaʾsmi, eu sou Ilimitado, é o *vṛtti* que permite acordar do mundo relativo. Isso é Jñānayoga. Esse conhecimento promove a unidade. Os *karmas* promovem a dualidade, a separação. O promotor e o negador da dualidade são incompatíveis.

> तस्मात्यजेत्कार्यमशेषतः सुधीर्विद्याविरोधान्न समुच्चयो भवेत् ॥
>
> आत्मानुसन्धानपरायणः सदा निवृत्तसर्वेन्द्रियवृत्तिगोचरः ॥ १६ ॥
>
> tasmāttyajetkāryamaśeṣataḥ sudhīrvidyāvirodhānna samuccayo bhavet ‖
> ātmānusandhānaparāyaṇaḥ sadā nivṛttasarvendriyavṛttigocaraḥ ‖ 16 ‖
>
> Portanto, que aqueles de coração puro aprendam a abandonar [a ânsia pelo fruto de] todos os *karmas*. Sendo as ações contrárias ao Conhecimento, sua combinação com ele não é possível. Apaziguando a atividade dos sentidos e da mente, [o *yogin*] deve se engajar na contemplação do Ser. 16.

"Que possamos abandonar", segue o texto, "os *karmas*, que não nos conduzem a *mokṣa*". Se eu não sou o fazedor, quem é o fazedor? Aquele que não é Eu. Se há um dever para o *jñānin*, para aquele que compreendeu o Vedānta, esse dever está em não promover a separação. Expor-se ao ensinamento é um caminho sem volta. Depois da percepção do Real, não há volta atrás.

Na medida em que o *antaḥkaraṇaśuddhi*, a purificação psíquica avança, o ensinamento torna-se mais e mais eficiente. Assim, a pessoa compreende que ela está em Rishikesh, e que não precisa ir para um lugar chamado Rishikesh, pois esse lugar é o lugar onde ela já está.

Continue o *śravaṇam*, continue a expor-se ao ensinamento. *Mokṣa* não é um evento na linha do tempo. A pessoa reconhece que ela sempre foi livre. Não precisa ir para nenhum lugar, nem tornar-se nada que não seja dantes. Deixe de lado as expectativas e as fantasias que possam dizer para você que mokṣa é alguma experiência diferente ou especial.

Nididhyāsana, a prática contemplativa, não produz *mokṣa*, mas permite que a compreensão de si mesmo fique bem afiançada. *Ātmānusandhana*, aqui, quer dizer *nididhyāsana*, ou meditação vedântica. *Brahmasatyam jaganmithyā*: o Ilimitado é real. O mundo é relativo. E "esse" Brahman não é algo que esteja longe daqui, é o próprio Ser que você é. Isso é o chamado meditação no meditador, ou meditação no Ser: *cidānandarupaḥ śivo'ham śivo'ham*: "na forma de plenitude e Consciência, sou Ser".

E a vida continua: sou um trabalhador e continuo representando esse papel. Não é que não precise mais cumprir as minhas responsabilidades pelo fato de reconhecer que não estou limitado aos papéis que represento. Śaṅkarācārya diz, no comentário do IV capítulo da *Bhagavadgītā*: digamos que uma pessoa faz *pūjā*, ou outro ritual védico como por exemplo o *yajña*. **O *karma* do *jñānin* não é um *karma***, pois é feito com a clareza de que o jñānin não é o *karta*, a pessoa não é o agente das ações.

Karmābhasaḥ: é como se a pessoa, diz Śaṅkarācārya, fosse como uma semente torrada, que não germina. Isso, no sentido de que as suas ações não produzem mais resultados. O *karma* do *jñānin* é queimado no fogo do conhecimento. Essas ações não produzem nem *pūṇya* nem *pāpa*, nem mérito nem demérito.

Depois da aula de ontem fiquei com medo de que mais pessoas abandonassem este retiro, pois disse que o despertar espiritual é como acordar de um sonho. Assim como quando você desperta de um sonho, você nega a realidade aparente dele, da mesma maneira quando você tem esse despertar espiritual, nega a realidade aparente do que a sua vida foi até hoje.

Porém, fique tranquilo: você não precisa abandonar a sua família, os seus amados. E tampouco precisa abandonar este retiro. O Vedānta vai mostrar o mundo como ele é, *i.e.*, relativo, somente quando você estiver preparado. O Vedānta vai dar esse despertar quando a mente estiver pronta para aceitar isso. O *sādhana catuṣṭayaṁ*, as quatro qualificações para mokṣa, devem ser completadas antes, como já vimos.

Swāmi Cidānanda foi criticado por entregar o Vedānta em aulas em inglês a estrangeiros. Ele respondeu que o Vedānta iria continuar sendo um segredo, pois a imensa maioria das pessoas não iria compreender o que o Vedānta propõe.

A renúncia aos *karmas* e a dedicação à vida contemplativa, *nididhyāsana*, são as tarefas fundamentalis para conseguirmos a preparação da mente, *antaḥkaraṇaśuddhi*. Até chegar ao ponto que as ações não sejam ações (*i.e.*, não produzam frutos), e deixar de fazer ações tampouco produza resultados.

> यावच्छारीरादिषु माययात्मधीस्तावद्विधेयो विधिवादकर्मणाम् ।
> नेतीति वाक्यैरखिलं निषिध्य तत् ज्ञात्वा परात्मानमथ त्यजेत्क्रियाः ॥ १७ ॥
>
> yāvacchārīrādiṣu māyayātmadhīstāvadvidheyo vidhivādakarmaṇām |
> netīti vākyairakhilaṁ niṣidhya tat jñātvā parātmānamatha tyajetkriyāḥ || 17 ||
>
> Enquanto a pessoa se identificar com seu corpo, resultado do jogo de *māyā*, ela deverá realizar os *karmas* sagrados prescritos nos Vedas. Depois disso, com a ajuda das afirmações e negações do Śruti [*tat tvam'asi*, *neti neti*], a pessoa deve aprender a transcender a identificação com o próprio corpo, reconhecendo a si mesma como o Ser e, então, abandonar [o apego aos frutos] dessas ações. 17.

No *śloka* anterior, Rāma afirmou "que aqueles de coração puro aprendam a abandonar [a ânsia pelo fruto de] todos os *karmas*". Aqui, Śrī Rāma apresenta a essência do ensinamento na forma das injunções védicas, chamadas *mahāvākyas*. Enquanto a pessoa estiver identificada com o *kartritvam*, com o fato de ser o *karta*, o agente das ações, diz Rāma, "ela deverá realizar os *karmas* sagrados prescritos nos Vedas".

Você não é o *karta*, você não é a sua posição social, nem a sua vocação, nem os diferentes papéis que representa na sua família, cultura ou sociedade. Enquanto essa identificação estiver presente, a ideia de ser o *karta* estará igualmente presente. Para continuar adiante, a partir desse ponto, é preciso "Depois disso, com a ajuda das afirmações e negações do Śruti [*tat tvam'asi*, *neti neti*], a pessoa deve aprender a transcender a identificação com o próprio corpo, reconhecendo a si mesma como o Ser".

Um *jñānin* é alguém que deixou de lado todas as formas de identificação com *anātma*, aquilo que não é o Ser, que transcendeu todas as formas da individualidade, do ego, de todas as coisas que estão limitadas pelo tempo-espaço. O *jñāni* pensa: "não estou apegado, não sou o *karta*. Renunciei a todos os frutos das ações". *Aham naiva kiñcit karomi*: não sou o agente das ações".

यदा परात्मात्मविभेदभेदकं विज्ञानमात्मन्यवभाति भास्वरम् ।

तदैव माया प्रविलीयतेऽञ्जसा सकारका कारणमात्मसंसृतेः ॥ १८ ॥

yadā parātmātmavibhedabhedakaṁ vijñānamātmanyavabhāti bhāsvaram |
tadaiva māyā pravilīyate'ñjasā sakārakā kāraṇamātmasaṁsṛteḥ || 18 ||

Quando o Conhecimento do Ser, brilhante e direto, que destrói as diferenças entre *jīva* e Paramātma, surge no coração do indivíduo, somente então *māyā*, a causa do *saṁsāra* da pessoa, desaparece instantaneamente, junto com seus efeitos, os erros conceituais. 18.

Nesta estrofe, Śrī Rāma diz: "quando (*yadā*) o Conhecimento remove as ideias equivocadas sobre separação entre Īśvara e *ātma*, é compreendida a identidade entre eles". Isso equivale a eliminar a causa do saṁsāra, de todos os condicionamentos. A mortalidade, a crença de que eu morro, é deixada de lado junto com todas as crenças e equívocos derivados da ignorância existencial.

Onde à a crença da mortalidade, há insegurança, medo, condicionamentos. Como crianças, nos agarramos à nossa mãe: a insegurança, o desamparo, nascem conosco e, se não fizermos nada para os livrar dela, irá nos acompanhar pela vida toda. A insegurança nunca nos abandona e, para fazer as coisas mais complicadas, só piora com o tempo.

O *jñānin* transcende essa insegurança. Diz Śrī Rāma: "o Conhecimento remove as ideias equivocadas sobre separação entre Īśvara e *ātma*, é compreendida a identidade entre eles". Quando esse conhecimento resplandece na mente do *jñānin*, nesse momento, *māyā*, a causa da dualidade, desaparece por si mesma. Todas as formas da dualidade, da mesma maneira, desaparecem junto com ela.

Isso equivale ao fim do *saṁsāra*, ao fim da vida condicionada. O *jñānin* é sempre livre, firme na visão do não-dual. Não há *karma* que possa ser feito para *mokṣa*. *Mokṣa*, lembremos, não é o resultado de nenhuma ação.

श्रुतिप्रमाणाभिविनाशिता च सा कथं भविष्यत्यपि कार्यकारिणी ।

विज्ञानमात्रादमलाद्वितीयतस्तस्मादविद्या न पुनर्भविष्यति ॥ १९ ॥

śrutipramāṇābhivināśitā ca sā kathaṁ bhaviṣyatyapi kāryakāriṇī |
vijñānamātrādamalādvitīyatastasmādavidyā na punarbhaviṣyati || 19 ||

> Uma vez que *māyā* [a ignorância] é totalmente destruída através do processo exposto no Śruti [os meios de conhecimento válidos], como pode ela (*māyā*) permanecer capaz de gerar novas equivocações? Sendo o Ser absoluto Conhecimento, puro e não-dual, a ignorância, consequentemente, não mais surge. 19.

Śrī Rāma fala aqui sobre *māyā* como sinônimo de *avidyā*, o aparente como sendo idêntico à ignorância. Embora pareçam diferentes, não há diferença entre eles: o aparente é a ignorância, a ignorância é o aparente. Neste *śloka*, Rāma diz que uma vez que *māyā* é dissipada pela visão clara, ela não volta a enganar a pessoa.

A pessoa não se deixa enganar mais pelas aparências. Uma vez que a ignorância é destruída, ela não volta mais. A ignorância não tem um início, mas pode ter um fim: "*māyā* [a ignorância] é totalmente destruída através do processo exposto no Śruti". Assim, não há mais confusão. A ignorância não desaparece por si só. Não há uma cirurgia que possa ser feita para nos livrar dela. Ela some por conta do conhecimento, da visão clara.

Esse é o ponto que Swāmi Dayānanda sempre enfatizou: o conhecimento somente brilha quando temos os olhos abertos. Não é o resultado de uma ação ou de um conjunto de ações, mas do empenho em permanecer firme na visão da não-dualidade. Fazer um mantra é uma ação. Recitar o Viṣṇu *sahāsranama*, os 1000 nomes de Śrī Viṣṇu, irá produzir *pūṇya*, mérito, mas não *jñāna*, não conhecimento.

Os órgãos dos sentidos tampouco são capazes de nos dar autoconhecimento. Eles servem para nos dar informação sobre o ambiente em que vivemos, mas não conseguem revelar para nós o Ātma que somos. Nem o banho no sagrado Ganges é capaz de nos dar autoconhecimento, assim como tampouco nenhuma ação de caridade ou serviço à sociedade pode nos dar autoconhecimento.

O espelho que é o *śāstra*, é o meio de conhecimento adequado, que nos permite reconhecer o Ser pleno que somos. *Bhivināśitā* significa totalmente destruído. Os erros, assim, são totalmente destruídos pela visão clara de si mesmo, do ser que somos. A partir desse ponto, não há novos condicionamentos, não há novos renascimentos.

Uma vez liberto,
liberto para sempre

> यदि स्म नष्टा न पुनः प्रसूयते कर्ताहमस्येति मतिः कथं भवेत् ।
>
> तस्मात्स्वतन्त्रा न किमप्यपेक्शते विद्य विमोक्शाय विभाति केवला ॥ २० ॥
>
> yadi sma naṣṭā na punaḥ prasūyate
> kartāhamasyeti matiḥ kathaṁ bhavet |
> tasmātsvatantrā na kimapyapekśate
> vidyā vimokśāya vibhāti kevalā ‖ 20 ‖
>
> Se *māyā*, uma vez destruída, não surge novamente, como poderia a ideia "eu sou o fazedor desta ação" aparecer novamente na pessoa realizada? Portanto, o conhecimento é independente e pode prescindir de tudo o mais. Ele, sozinho, é capaz de outorgar a libertação. 20.

O *jñānin* continua a ter o corpo físico, a estar encarnado nele. As atividades continuam no corpomente, mas a crença de ser o corpomente nunca mais irá confundí-lo. A fome, a sede e as demais necessidades do corpo permanecem, mas a pessoa de visão clara sempre consegue ver estas questões como elas são: pertencentes à esfera do corpomente. A experiência do corpo não confunde a pessoa. A experiência da mente não confunde a pessoa. A experiência das emoções não confundem mais a pessoa.

A experiência do corpo não leva mais à conclusão de ser o corpo. A experiência da mente não leva mais à conclusão de ser a mente. A experiência das emoções não leva mais à conclusão de ser as emoções. O Vedānta não revisa nossas experiências. O que o Vedānta faz é questionar a validade absoluta dessas experiências.

O sol parece nascer no leste e parece se por no oeste. Essa é a experiência sensorial quando vemos o ceu desde a terra. porém, a realidade dos fatos é que o sol não nasce nem se põe. A conclusão baseada nas experiências pode dizer-nos que o sol gira em torno da terra, mas a verdade, você sabe bem, é que é a terra que gira em torno do sol.

Quando Galileu Galilei afirmou isto, foi obrigado pela igrega a retratar-se. A opinião da maioria não é, necessariamente, coincidente com a realidade das coisas. Experiencialmente, vemos o sol nascer e se por. Não obstante, não é isso o que acontece, embora o pareça.

Da mesma maneira, eu experiencio o meu corpomente o tempo todo, porém isso não significa que eu seja o corpomente. Eu experiencio o corpo, mas não sou o corpo. Experiencio a mente, mas não sou a mente. Experiencio as emoções mas não sou as emoções. O *jñānin* sabe perfeitamente que, apesar das ações continuarem, ele não é o *karta* nem o *bhokta*, não é o fazedor das ações nem o desfrutador ou sofredor dos seus resultados.

Portanto, não é necessário, e seria aliás, desejável e necessário, deixar de lado a ideia de que é fazendo ações que iremos nos libertar. A terra se move, embora pareça imóvel desde o ponto de vista do ser humano aqui na sua superfície. Você não é o corpomente, embora isso pareça claro desde o seu ponto de vista, encarnado nele.

Quando o *kartā*, o agente das ações, se vai, o *karya*, o objeto da ação, vai junto com ele. Quando a ideia da separação (*kartā*) se vai, os sentimentos de separação (*karya*) desaparecem junto. Se a fibra se vai, o tecido vai junto com ela. Quando os erros e equivocações são removidos, o sofrimento que você sentia desaparece junto com eles. O efeito está contido na causa. Se a causa some, o efeito igualmente desaparece. Isso acontece por que, desde o ponto de vista do não-dualismo, o efeito é a causa. Mas a causa não é o efeito.

> सा तैत्तिरीयश्रुतिराह सादरं न्यासं प्रशस्ताखिलकर्मणां स्फुटम् ।
>
> एतावदित्याह च वाजिनां श्रुति र्ज्ञानं विमोक्षाय न कर्म साधनम् ॥ २१ ॥
>
> sā taittirīyaśrutirāha sādaraṁ nyāsaṁ praśastākhilakarmaṇāṁ sphuṭam |
> etāvadityāha ca vājināṁ śrutirjñānaṁ vimokśāya na karma sādhanam ‖ 21 ‖
>
> A conhecida *Taittirīya Śruti* declara clara e enfaticamente que os *karmas* rituais devem ser totalmente abandonados. O *Vājasaneya* (*Bṛhadāraṇyakopaniṣad*), declara igualmente que “apenas Isto é imortalidade”, que o meio para a total libertação é o conhecimento e não as ações rituais. 21.

Aqui, Śrī Rāma diz que "o meio para a total libertação é o conhecimento e não as ações rituais". Devemos fazer ações o tempo todo para garantir a subsistência do corpo. As ações são inevitáveis. O problema não está nas ações em si mesmas mas em acreditar que é através delas que teremos algum tipo de redenção.

Que possamos reduzir o tempo e o esforço dedicado às ações, para termos um espaço interior no qual possamos fazer o *nididhyāsana*, a contemplação sobre o Ser que somos. O casamento é a qualificação necessária para fazer certos rituais védicos.

Brahmacaryas não têm essa qualificação. O Veda indica que essas ações rituais são unicamente para entrar na espiritualidade. Então, se a pessoa não tiver uma família, ela não seria, não estaria qualificada para a viver a espiritualidade?

Se a pessoa não tiver inclinação para *mokṣa*, que ela viva a vida como deve vivê-la. Se a pessoa não tiver inclinação para a renúncia, para o *saṁnyāsa*, que ela fique na vida de casado, que compreenda o ensinamento do Vedānta.

Para *mokṣa*, é necessária a presença do conhecimento. De novo, não há aqui algo que possamos chamar de "teoria e prática". Saber sobre o que ignoro corrige minhas equivocações. Quando não me vejo mais como *kartā*, como separado, os erros gnosiológicos desaparecem. Eu sou o cantor, eu sou a canção: sou o conhecedor, e sou aquele que é conhecido.

Aqui, Śrī Rāma conclui a refutação dos *jñānakarma samucchaya vadins*, que pretendem combinar os *karmas* rituais com o conhecimento do Ser como condição para *mokṣa* na próxima encarnação. A pessoa tem duas opções, então: ou reduz o tempo, esforço e energia dedicados aos *karmas* para ter mais tempo para o autoconhecimento, sem renunciar à vida, às responsabilidades inerentes à fase da vida em que ela se encontra, ou ainda, renunciar, através do *saṁnyāsa*, a todos esses papéis, para dedicar-se inteiramente, em tempo integral, ao autoconhecimento.

A renúncia, portanto, pode ser de dois tipos: interna ou externa. Desta maneira, diz a *Mahanārāyaṇopaniṣad*, a renúncia, *saṁnyāsa*, é a prática suprema, *paramsādhana*, que supera todas as demais práticas. Na *Bṛhadāraṇyakopaniṣad*, indica-se, no diálogo entre Yājñavālkya e Maitreyī, fala-se igualmente sobre a renúncia. Yājñavālkya ensina a renúncia para a sua esposa, dizendo que essa renúncia, acompanhada do autoconhecimento, é o quanto basta para a libertação. Esse é o ensinamento: *jñānavimoksaya na karma sādhanam*, o conhecimento liberta, não as ações.

> विद्यासमत्वेन तु दर्शितस्त्वया क्रतुर्न दृष्टान्त उदाहृतः समः ।
>
> फलैः पृथक्त्वाद्बहुकारकैः क्रतुः संसाध्यते ज्ञानमतो विपर्ययम् ॥ २२ ॥
>
> vidyāsamatvena tu darśitastvayā kraturna dṛṣṭānta udāhṛtaḥ samaḥ |
> phalaiḥ pṛthaktvādbahukārakaiḥ kratuḥ saṁsādhyate jñānamato viparyayam ‖ 22 ‖
>
> O exemplo que foi dado para provar a associação entre ação ritual (*karma sādhana*) e conhecimento (*jñāna*), não é adequado, já que cada um produz resultados diferentes. Igualmente, a ação ritual deve ser realizada com o auxílio de inúmeros acessórios, o que já não acontece com o conhecimento. 22.

As ações rituais, os *karmas*, não podem produzir *mokṣa*. O único que surge deles são novos *karmaphalas*, novos frutos, a serem colhidos em nascimentos futuros. Igualmente, a realização desses rituais requer o uso de muitos elementos e acessórios, o que já não acontece com o conhecimento. Portanto, *karma* e *jñāna* são diferentes e opostos. Os *karmas* surgem na relação com o corpo. O conhecimento, quando essa relação com o corpo foi adequadamente resolvida.

Śrī Rāma diz que o argumento dado pelos *samucchaya vadins* não é válido, retomando o tema que mencionou anteriormente, na estrofe 13: "a ação ritual deve ser realizada com o auxílio de inúmeros acessórios, o que já não acontece com o conhecimento". O conhecimento pode pedir, mas não necessariamente, ações ou rituais de apoio. Os rituais por si sós, não podem dar liberação.

Pūṇya, as ações meritórias, tem frutos limitados. Uma vez exauridos esses frutos, o "estado de conta" dos nossos *karmas*, por assim dizer, volta à estaca zero. O conhecimento, por sua vez não se exaure, não se esgota nunca. *Mokṣa* é liberdade absoluta, e não está limitada por nenhum *karma* ou por nenhum fruto dos *karmas*. *Mokṣa* é o simples reconhecimento de que já sou Ilimitado, já sou Ser Pleno. Esse reconhecimento prescinde de quaisquer apoios, rituais ou ações auxiliares.

सप्रत्यवायो ह्यहमित्यनात्मधीरज्ञप्रसिद्धा न तु तत्त्वदर्शिनः ।
तस्माद्बुधैस्त्याज्यमविक्रियात्मभिर्विधानतः कर्म विधिप्रकाशितम् ॥ २३ ॥

sapratyavāyo hyahamityanātmadhīrajñaprasiddhā na tu tattvadarśinaḥ |
tasmādbudhaistyājyamavikriyātmabhirvidhānataḥ karma vidhiprakāśitam || 23 ||

> "[Se eu não fizer estes rituais], estarei incorrendo num erro, *pāpa*". Essa cognição equivocada sobre si mesmo [e os resultados das ações rituais], é verdadeira apenas no caso de pessoas sem conhecimento. Para aquele que conhece a Verdade, essa ideia é falsa. Portanto, os sábios que reconheceram a si mesmos como sendo o Ser, eterno e ilimitado, renunciam às ações rituais prescritas nos Vedas. 23.

Aqui, Śrī Rāma conclui o tema da refutação dos *samucchaya vadins*. A ideia de errar, de estar equivocando-se ao furtar-se a realizar uma ação ritual, está presente em pessoas dominadas pelo medo de que algo ruim possa acontecer no futuro, por conta dessa omissão. Contudo, isso acontece quando a pessoa não tem conhecimento de si mesma. O conhecedor de Brahman nunca pensaria dessa maneira.

A pessoa fica presa dentro dos rituais, com medo de falhar ou de cometer alguma omissão: "[Se eu não fizer estes rituais], estarei incorrendo num erro, *pāpa*". O Veda não prescreve rituais para os *brahmacaryas*. Se o sábio, com a atitude correta, não fizer alguma dessas ações, não haverá *pāpa*, não haverá resultados indesejáveis dessas omissões.

A identificação com *anātma*, aquilo que não é o Ser, condiciona. Para aquele que não tem *kartritvam*, que não mais se identifica como o fazedor ou desfrutador das ações, não há mais omissões nem comissões, não há mais *pūṇya* nem *pāpa*.

Na *Bhagavadgītā* recomendam-se um conjunto de 20 valores e atitudes que formam um código de valores que são muito úteis para aprendermos a nos relacionar com o mundo a partir deste ensinamento. Qualquer *vidhi* é aplicável a uma pessoa em particular, o que não necessariamente quer dizer que valha

para todas as demais. Os rituais védicos, portanto, devem ser reduzidos, ou a pessoa deve renunciar a eles.

É a isso que o sábio renuncia, diz Rāma. Assim conclui-se esta parte, e ele entra, a partir do próximo *śloka*, entra no tema central.

> श्रद्धान्वितस्तत्त्वमसीति वाक्यतो गुरोः प्रसादादपि शुद्धमानसः ।
> विज्ञाय चैकात्म्यमथात्मजीवयोः सुखी भवेन्मेरुरिवाप्रकम्पनः ॥ २४ ॥
>
> śraddhānvitastattvamasīti vākyato guroḥ prasādādapi śuddhamānasaḥ |
> vijñāya caikātmyamathātmajīvayoḥ sukhī bhavenmerurivāprakampanaḥ || 24 ||
>
> Um homem com a mente purificada, dotado de confiança, através da contemplação da grande afirmação védica "tu és Isso" (*tattvam'asi*), pela a graça do mestre, compreende a perfeita identidade entre Paramātma e Jīvātma e obtém a plenitude suprema, tornando-se como o Monte Meru, imperturbável sob quaisquer circunstâncias. 24.

A partir deste verso, Śrī Rāma apresenta o ensinamento central do Vedānta: a identidade entre jīvātma e Paramātma, o indivíduo e a causa do inteiro universo. Ambos são, essencialmente, uno e o mesmo. A onda e o oceano aparentam ser diferentes mas são idênticos em sua natureza. Ambos são água. Essa unidade essencial é o pilar central do ensinamento.

O Vedānta é, assim, um pramāṇa, um meio de conhecimento sobre si mesmo que não pode ser substituído por nenhum outro meio de conhecimento. Ao estudar Vedānta, devemos extrair a mensagem dele, de maneira que não haja nenhuma contradição com nenhum outro pramāṇa, com nenhum outro meio de conhecimento sobre a natureza. Este *pramāṇa* que é o Brahmavidyā, desta maneira, é absolutamente único, e não entra em conflito com nenhum outro meio de conhecimento.

O compromisso com a validade dos Śāstras e com as palavras do mestre que os revela, conduz a uma atitude de calma e confiança, que é chamada aqui de *sukham*. Aquele que neutralizou seus gostos e aversões (*rāgas* e *dveśas*), conclui o processo de purificação interna, *śuddhamanasa*. Esse é o passo inicial. Ainda, é necessária a presença de mais um elemento: *śraddhā*, a confiança.

Qual deve ser a nossa atitude diante do Vedānta? *Śraddhā*, a confiança. E o que é *śraddhā*? Não olhar para o Vedānta com o mesmo olhar que possamos considerar em relação a livros, informação ou conhecimento sobre o mundo, uma vez que o Vedānta é o meio de conhecimento sobre o Ser que somos, e não sobre a natureza ou o mundo.

Uma pessoa escreve um guia sobre Rishikesh. Ela foi pessoalmente para lá, conheceu o lugar e depois descreve para os seus leitores a sua experiência, vertendo em palavras a descrição do lugar, a língua que aqui se fala, a maneira em que as pessoas vivem. Algumas informações podem estar corretas, e outras equivocadas.

Quando dois jornais, com diferentes pontos de vista, reportam o mesmo fato, os resultados são completamente diferentes. Se tem um jornal oficialista, que apoie o governo atual, o conteúdo da reportagem será totalmente distinto do conteúdo do jornal que apoia a oposição.

Isaac Newton teve uma epifania que o levou a compreender a lei da gravidade e outras leis correlatas da física mecânica. O meio de conhecimento que usou foi o conjunto da mente e os cinco órgãos dos sentidos. agora, esses meios de conhecimento sobre a natureza não servem para revelar o Ser que somos. Nós não vamos compreender a nossa natureza real através de nenhuma experiência ou percepção sensorial.

Os meios de conhecimento sobre a natureza são válidos para a natureza, mas não servem para revelar Ātma. O Veda é o *pramāṇa*, o Veda é o meio de conhecimento que revela Ātma, da mesma maneira que os órgãos dos sentidos são o meio de conhecimento que revela a natureza.

O Ser não está disponível para ser revelado ou compreendido por nenhum outro meio de conhecimento que não seja o Veda, Brahmavidyā. Ātma não pode ser observado por nenhum pramāṇa que não seja o Veda. O Veda fala sobre o observador. O objeto de conhecimento do Veda é o próprio observador. A ciência lida com o mundo. O Veda lida com o Ser. *Śraddhā*, a confiança, é a aceitação dessa realidade.

O ensinamento do Veda não contradiz a ciência, nem a ciência contradiz o Vedānta. Se houver algum conflito nesse ponto, isso significa que eu não compreendi adequadamente o Vedānta. Não há nenhuma contradição entre o Veda e a ciência. Essa atitude, de que o Veda nos dá um conhecimento único, que não contradiz a ciência, que não contradiz as nossas percepções nem contradiz as nossas experiências no mundo, é o que chamamos *śraddhā*, a confiança.

Por outro lado, esse *approach*, essa perspectiva, nos liberta da fantasia de querer medir Ātma com os órgãos dos sentidos ou com a mente. E também nos liberta das contradições que com frequência vemos no mundo da ciencia, como por exemplo as controvérsias sobre se alguns alimentos são bons para nós ou não.

Podemos, assim, ficar tranquilos em relação à ciencia: ela lida com a natureza, e progride. O Vedānta lida com o Ser, e o revela tal como é, a qualquer momento e em qualquer lugar. Não há conflito possível entre ambos. "Ātma, o Ser, deve ser conhecido", diz Yājñavālkya na *Bṛhadāraṇyakopaniṣad*. A Consciência Ilimitado é o que Ātma é, é o que eu sou.

Esse é um ensinamento sistemático, que revela o Ser individual, como sendo idêntico ao Ser Ilimitado, Ātma é Paramātma. O indivíduo ***é*** o universo. Para ilustrar esse ponto, é dado o lindo exemplo da onda e o oceano. A onda é Ātma, o indivíduo. O oceano é Paramātma, o Todo. Um é pequeno. O outro é imenso. Parecem diferentes mas são o mesmo, a única realidade existente.

A onda e o oceano são a mesma realidade. Aparentam ser diferentes mas são apenas água. O oceano é água. A onda é água. Você deve lembrar dessa parábola, que vimos ontem na palestra de Swāmi Dayānanda. O nome e a forma mudam, mas tudo é água. A onda pensa: "sou a água Ilimitada, a maré é água, a espuma é água. Tudo o que existe é água, e a água é una e única". Da mesma maneira, Ātma e Paramātma são uno, são a realidade única.

Só há Ātma, que aparenta ser jīva, o indivíduo, ou Īśvara, o Todo, que aparenta ser todos os nomes e formas ao mesmo tempo. Tudo é Ātma. Esse é o ensinamento central do Vedānta. Isso é chamado mahāvākya. Os mahāvākyas são as grandes afirmações, as equações que revelam a identidade entre o indivíduo e o todo.

Um dos mais famosos *mahāvākyas* acontece na *Chāndogyopaniṣad*, e diz *tattvam asi*: "você é Essa [Realidade, Īśvara]". A preparação da mente para essa compreensão, chamada *cittaśuddhi*, é essencial, para que esse conhecimento se firme no coração da pessoa. A afirmação *dāso'ham*: "sou o seu servo",

que o devoto dirige ao professor quando pede a instrução, deve ser trocada pela afirmação *so'ham*: "sou Essa [Realidade Ilimitada]".

As percepções sensoriais, tudo aquilo que a ciência diz, não contradiz esse ensinamento. Esse ensinamento não contradiz nada daquilo que a ciência revela. Essa visão de sermos o Ilimitado é a jornada em que entramos a partir daqui.

Pela análise do *mahāvākya*, o estudante deve compreender a própria natureza. *Guroḥprasādā* é *guropāsana*, a graça do mestre é o ensinamento do *śāstra*. A onda que compreende a si mesma como oceano não sofre ao ver que se aproxima da praia para quebrar, desfazer-se e perder a sua forma. Quem compreende a si mesmo como Paramātma, não precisa preocupar-se, nem fica inseguro ou triste diante da perspectiva da morte.

Sem medo do *saṁsāra*, podemos viver em paz, envelhecer em paz, e permitir, em paz, que o corpo se desintegre no momento da morte. A pessoa que compreende isto, diz o fim do *śloka*, "torna-se como o Monte Meru, imperturbável sob quaisquer circunstâncias". As experiências da vida não tiram a calma, não tiram a paz da pessoa.

Os próximos *ślokas* irão elaborar sobre este ponto de partida.

आदौ पदार्थावगतिर्हि कारणं वाक्यार्थविज्ञानविधौ विधानतः ।

तत्त्वम्पदार्थौ परमात्मजीवकावसीति चैकात्म्यमथानयोर्भवेत् ॥ २५ ॥

ādau padārthāvagatirhi kāraṇaṁ vākyārthavijñānavidhau vidhānataḥ |
tattvampadārthau paramātmajīvakāvasīti caikātmyamathānayorbhavet || 25 ||

É sabido que, de acordo com as regras da correta compreensão, para se compreender o significado verdadeiro de uma dada afirmação, é necessário compreender primeiramente o significado as palavras individuais que compõem essa afirmação. Na frase *tat tvam'asi*, "tu és Isso", as palavras *tu* e *Isso* indicam, respectivamente, Ātma e Paramātma, enquanto que a palavra *és*, indica a total identidade entre ambos. 25.

Na estrofe anterior, Śrī Rāma afirmou que o estudante deve analisar e compreender o significado profundo da grande afirmação *tat tvam'asi*, "você é Isso". No presente *śloka*, estabelece-se a forma de realizar corretamente essa análise e compreensão, bem como apresenta. O que geralmente obtemos observando palavras é conhecimento indireto.

O *mahavākya*, a grande afirmação védica "tu és Isso" estabelece então, que não há diferença entre o indivíduo e o ilimitado. Isso não significa que quando o professor afirma "você é Īśvara", ele esteja dando um novo nome para o estudante. "Você é Īśvara", você é o Todo, é uma afirmação que precisa ser bem compreendida.

Toda afirmação só pode ser compreendida quando forem compreendidos os elementos que a compõem. Se eu não compreender algum elemento de uma frase, a compreensão do sentido dela irá ficar comprometido.

Tat tvam asi é uma frase que contém três elementos. O pronome *tat* é Aquilo, e refere-se ao Ilimitado, Paramātma. *Tvam* significa você, e refere-se ao estudante, a cada um de nós. *Asi* é o verbo: quer dizer é.

Uddālaka Āruṇi, o professor da *Chāndogyopaniṣad* onde aparece este ensinamento nas Upaniṣads, dirige-se ao seu filho, Śvetaketu, dizendo "Aquele [Ilimitado, Paramātma, que é a causa do Universo], é você".

Tat = Paramātma, o Ilimitado, a causa da criação.

Tvam = você, *jīvātma*, o indivíduo finito, limitado.

Asi = é, o verbo que estabelece a unidade essencial
entre esses dois elementos, que parecem ser diferentes.

O conhecimento do significado individual de cada uma destas palavras nos conduz à compreensão do significado da frase. *Tat tvam asi*. Este ensinamento pode parecer blasfemo. Como é que o *śāstra* pode afirmar que o indivíduo limitado é o próprio Īśvara, a própria causa da criação? Esse *mahāvākya*, essa grande afirmação, precisa ser bem compreendida.

प्रत्यक्परोक्शादि विरोधमात्मनोर्विहाय सङ्गृह्य तयोश्चिदात्मताम् ।
संशोधितां लक्शणया च लक्शितां ज्ञात्वा स्वमात्मानमथाद्वयो भवेत् ॥ २६ ॥

pratyakparokśādi virodhamātmanorvihāya saṅgṛhya tayościdātmatām |
saṁśodhitāṁ lakśaṇayā ca lakśitāṁ jñātvā svamātmānamathādvayo bhavet ‖ 26 ‖

Rejeitando a diferença entre o longínquo e o próximo e as demais dualidades que possam se estabelecer sobre Jīvātma e Paramātma, a pessoa deve saber que sua própria natureza é a da Consciência Ilimitada, conclusão à qual se chega pela investigação e implícita no método de conhecimento. Consequentemente, conhecendo o próprio ser como Brahman, a pessoa deve *dissolver-se* nele. 26.

É necessário, para compreender essa identidade entre Jīvātma e Paramātma, descartar todas as interpretações equivocadas que possam ser feitas entre as palavras *tu* e *Isso*. A natureza de Paramātma é *satyam jñānam anantan Brahman*: Brahman é Realidade, Conhecimento, Ilimitado.

A Consciência é um princípio independente presente no corpo material, que permite que ele viva, sinta e tenha experiências. A Consciência é Ilimitada, está no corpo, no pensamento, nas emoções e em todas as experiências. A Consciência nunca está ausente, mas ao mesmo tempo parece estar escondida, difícil de se ver. Esse principio da Consciência é Paramātma.

Na *Chāndogyopaniṣad* fala-se que devemos ser como a vaca que rumina o seu alimento. A Upaniṣad não está a nos chamar de vacas, mas aponta para o fato de que devemos meditar sobre este ensinamento até que ele fique afiançado, firme nos nossos corações.

A pura existência é o princípio não material que não é produto, nem parte, nem atributo, nem resultado, de nenhum objeto material no universo. A pura existência é o princípio independente que está presente em tudo e em todos e que ao mesmo tempo é a causa da existência do universo.

A pura existência é o princípio que apenas é. Esse Paramātma "empresta", por assim dizer, a Consciência, a senciencia, para todos os objetos, elementos da criação e seres vivos. Paramātma "empresta" existência para o tempo, para o espaço e para tudo o que acontece neles.

E, paradoxalmente, ao mesmo tempo, não estando limitado pelo tempo nem pelo espaço, não está disponível para percepção. A mente não pode conceber o Ilimitado, o Ilimitado não está em nenhuma experiência ou ideação, mas é a causa de cada uma delas. Na vigília, a mente, os pensamentos, não conseguem apreender Paramātma.

A partir dessa única causa que é Paramātma, o inteiro universo passa a existir, no início da criação. Neste ponto, o Vedānta postula algumas perguntas:

1) **Como é que o Universo se origina?**
   Para que a criação exista, deve existir uma causa potencial. Para que a mangueira exista, a semente da manga é a causa. Se o universo inteiro surge deve, necessariamente, surgir de uma causa. A matéria nunca pode ser criada nem destruída. A água varia de estado, mas não desaparece. O universo existia antes sob outra forma, potencial, em forma de semente. Isso é chamado *māyā*.
   O universo inteiro, com os seus bilhões e bilhões de galáxias, já existia, em forma potencial, antes da criação. O princípio material da criação, em forma potencial, é chamado *māyā*. A lei do karma está incluída em *māyā*. A evolução tem lugar a partir desse causa inicial. Tudo é governado pela lei do karma. No Vedānta, fala-se sobre evolução, a partir do início, do Big Bang. Não como um evento fortuito, mas como o próprio desenvolvimento da lei do *karma*.
   Esse processo continua indefinidamente, nunca pára. É cíclico, pelo que não tem início nem fim. Esta presente criação é um momento dentro de uma série infindável de ciclos e mais ciclos, de criações e criações, infinitas.

2) **Onde é que tudo comecou?**
   Não começou. Sempre foi assim, sempre será. Quando a evolução e a resolução têm lugar, a Consciência está sempre presente. *Satyam jñānam anantan* Brahman: a Consciência transcende tempo e espaço, e permanece sempre, o tempo todo, invariavelmente.

3) **Qual é a relação entre Paramātma e *māyā*, Consciência e matéria?**
   A relação é como a que há entre a tela e o filme. *Māyā* é o filme. Paramātma é a tela onde o filme é projetado. A tela existe independentemente do filme que é projetado nela. O filme depende da tela, a tela não depende do filme. O filme "empresta" a sua existência da tela. Apoia-se nela, existe nela. Está associado com ela. *Mithyā*, *māyā* não está nunca separada de Paramātma. Depende dela, surge dela, é sustentada por ela.
   Ainda que o filme esteja associado o tempo todo à tela, a tela nunca é afetada pelo que nela é projetado. Quando o filme projeta o oceano, a tela não se molha. Quando fogo é projetado, a tela não se queima. Como diz a *Bhagavadgītā*: "a água não pode molhá-lo, o fogo não pode queimá-lo, o vento não pode secá-lo".

Deus não é um ancião sentado num trono. Essa abordagem é necessária na teologia, como uma forma de aproximação à compreensão da realidade. Mas pode ser deixada de lado a partir de um certo ponto. O indivíduo consiste de um complexo corpomente-sentidos. Esse complexo, essa individualidade, precisa da Consciência. Todo *jīva*, todo indivíduo, é uma "combinação" de *satya caitanyam* mais *mithyā śarīram* (*sthūla*, *sūkṣma* e *kāraṇaśarīram*):

satya caitanyam + mithyā śarīram
Consciência Real + corpo dependente dela

Mithyā significa aqulo que depende de mais alguma coisa para existir. *Māyā* é o princípio que contém todo o universo, toda a matéria, manifestada ou não manifestada. *Śarīra* é a partícula material individual, que configura cada ser vivo. Paramātma é o criador, a causa da existência de tudo, invariavelmente presente na criação.

Para compreender a criação, é necessário transcender *māyā*, transcender a forma para compreender a causa. Um único espaço indivisível configura o lugar onde todas as formas limitadas têm lugar. Da mesma maneira, o Ser único configura o espaço onde todos os elementos e seres vivos existem.

Assim, nos últimos dois *ślokas* Śrī Rāma fez a introdução ao tema central do diálogo. Para compreender um afirmação, devemos aplicar o significado primário dela. Porém, dependendo do contexto, devemos compreender também o significado secundário, que está implícito na afirmação. Quando alguém diz que o oceano é igual à água, o significado primário da palavra oceano é diferente do significa primário da palavra água.

O mesmo vale para a tentativa de equiparar o oceano e a onda, uma vez que estes dois são muito diferentes: o oceano dura imensamente no tempo-espaço, quando comparado com a vida que tem uma onda que nasce dele. Devo deixar provisionalmente de lado o nome e a forma que vem junto com a palavra oceano, para perceber que o significado implícito nesta palavra aponta, em verdade, para a água.

Mentalmente, devo deixar de lado o nome e forma oceano, para focar-me no significado da palavra, que aponta para a água. Quando tenho esse significado secundário, percebo para onde aponta a palavra e, desta maneira, compreendo a equação que estabelece que a onda e o oceano são uno. O significado primário de Paramātma é Ilimitado.

Desde o ponto de vista do *jīva*, do indivíduo, a equação não fecha pois se Paramātma é Ilimitado, o indivíduo é limitado. É por esse motivo que, como faço no caso da onda e o oceano, aqui também, devo deixar de lado o significado implícito na palava *jīva*, que aparece associado com as limitações do corpomente, para focar-me na identidade entre cada indivíduo e o Todo.

Essas equações sempre usam, desta maneira que foi ilustrada aqui, o significado secundário implícito nas palavras. *Jīvātma* e Paramātma são uno e o mesmo, nesse contexto. Assim, as contradições são eliminadas. Quando você descarta *māyā*, não descarte junto Ātma, assim como quando você joga fora a água, não deve junto com ela jogar fora o seu bebê. Ātma é o bebê, *māyā* é a água.

Perceba o significado implícito nas palavras que são aqui usadas como meio de conhecimento para apontar para o Ser que você é. Quando afirmo que sou o princípio único que é a Consciência, deixo de lado as limitações inerentes ao corpomente. Quantas Consciências existem? Só una, e você é essa Consciência não-dual, que está igualmente presente em todas e cada uma das criaturas em todos e cada um dos elementos da criação. Que você possa permanecer como a Consciência não-dual.

एकात्मकत्वाज्जहती न सम्भवेत्तथाजहल्लक्षणता विरोधतः ।

सोऽयम्पदार्थाविव भागलक्षणा युज्येत तत्त्वम्पदयोरदोषतः ॥ २७ ॥

ekātmakatvājjahatī na sambhavettathājahallakśaṇatā virodhataḥ |
so'yampadārthāviva bhāgalakśaṇā yujyeta tattvampadayoradoṣataḥ || 27 ||

> Como o significado implícito dos termos *Isso* e *tu*, aponta para sua total identidade, o método *jahatī* não pode ser empregado. Tampouco podemos usar o método *ajahatī*, já que o significado explícito de ambos os termos é totalmente diferente. Aqui, o método que deve ser empregado é o *bhāgatyāga* sem receio, como quando dizemos "ele é este homem". 27.

Existem três tipos de expressão metafórica que usamos na comunicação, chamadas *lakṣaṇā*:

1) a implícita (*jahatī lakṣaṇā*),
2) a explícita (*ajahatī lakṣaṇā*) e
3) a exata (*jahājahatī lakṣaṇā*).

A palavra *lakṣaṇā* indica uma expressão elíptica, como quando por exemplo dizemos "ele é um cérebro" para descrever alguém muito inteligente. As palavras evocam, através dessas expressões elípticas, diferentes significados que vão surgindo no diálogo entre as pessoas. Uma palavra vai de uma boca para um ouvido, e um significado vai daquele ouvido para a mente da pessoa que escuta.

O método usado aqui por Śrī Rāma para apontar para a identidade entre jīvātma e Paramātma é *bhāgatyāga*, chamada também expressão metafórica exata (*jahājahatī lakṣaṇā*). Baseado no que acontece com o significado primário, a implicação é dividida nas três categorias que mencionamos acima; a implícita, a explícita e a exata. Compreendemos o significado de cada expressão de acordo com o contexto em que essas expressões são usadas.

Exemplo. Digamos que você afirma que o Swāmi Dayānanda Āśram está no rio Ganges. O Āśram não está exatamente sobre o rio, nem dentro do rio. O rio é água que flui. Se dizermos que o Āśram está no rio, ele vai chegar na foz do Ganges em questão de alguns dias.

Mesmo assim, usamos essas expressões: "vivo na praia", "vivo no campo" e, como essas expressões metafóricas são implícitas, todos as compreendemos dentro do seu contexto adequado. Nesse caso, tiramos o Āśram do rio na nossa mente, para compreender que ele está, em verdade, perto da beira do rio, e não exatamente no rio. O significado secundário da palavra rio, aqui, aponta para a beira do rio, e não para a água. Neste caso precisamos deixar de lado o significado primário da palavra rio.

No segundo caso, a metáfora explícita (*ajahatī lakṣaṇā*), nós acrescentamos algo à frase que não está incluída nela. Por exemplo, quando dizemos "traga água", estamos, implicitamente, dizendo "traga um recipiente cheio de água". Assim, acrescentamos o recipiente à água na nossa mente.

Ninguém iria trazer água nas mãos nesta situação. Assim, neste segundo caso, acrescentamos algo à expressão que ouvimos. Se, diante do pedido de água, alguém trouxer uma garrafa, porém vazia, a pessoa não compreendeu o significado explícito na expressão.

"Coma verde": como é que você poderia comer verde, se o verde é uma cor? Aqui, acrescentamos os vegetais à expressão, já que sabemos que eles são verdes. No sul da Índia as pessoas conhecem os músicos famosos pelo nome do lugar onde eles nasceram. Nesse caso, o nome da cidade ou vila passa a ser o nome do músico.

Portanto, acrescentam-se, implicitamente, os nomes das pessoas aos nomes dos lugares onde elas nasceram, e todo o mundo compreende o significado, por exemplo, de Kunnakudi, que é Kunnakudi Vaidyanatham, o senhor Vaidyanatham, que nasceu em Kunnakudi.

No terceiro caso, chamado *bhāgatyāga jahājahatī lakṣaṇā*, uma parte do significado primário da expressão usada é descartada, e outra parte é retida. Por exemplo, quando digo "comi uma banana", explicitamente declaro que comi a fruta, mas que descartei a casca. O exemplo que Śrī Rāma dá aqui é muito famoso nos śāstras: uma pessoa apresenta outra a um grupo de amigos dizendo: "esta pessoa é chamada Devadatta". Alguém pergunta: "você conhece o Devadatta?" E o outro responde: "Não".

Daí, o primeiro replica: "este Devadatta é aquele rapaz que vivia conosco quando éramos estudantes, lembra?". O outro não lembra, nem reconhece Devadatta, pois aquele jovem magrelo que ele conheceu, nada tem a ver com o gordinho que está aqui à frente dele, mas no fim compreende a equação: este Devadatta *é* aquele Devadatta, e o reconhecimento tem lugar.

Deste Devadatta, a pessoa remove mentalmente os elementos contraditórios (aparência, peso, barriga, cabelo branco), para perceber a pessoa fundamental que ela conheceu tantos anos atrás, pois essa pessoa fundamental ficou retida na memória dela. Esse é, então, o método chamado por Rāma de *bhāgatyāga*.

Não há criador nem criado, não há *karta* nem *karya*, fazedor ou feito. Paramātma não é o criador, *māyā* não é o criado. Quando o corpo é "removido" da equação, o Ser resplandece. Esse Ser, é aquele que sou. Esse é o significa de *tat tvam asi*. Diante dessa afirmação, o aluno responde *aham Brahmaʾsmi*: o Ilimitado, eu sou.

Para a correta compreensão dessas equações, devemos usar este terceiro método de linguagem implícita exata, *bhāgatyāga*. Desta maneira, não há contradição nem defeito na revelação do Ser, nem erro na interpretação das palavras que apontam para ele. Uso a palavra Bhagavān para apontar para o Ser e, nesse contexto, posso dizer que sou Bhagavān. Uso a palavra Īśvara para apontar para o Ser e, nesse contexto, posso dizer que sou Īśvara. Uso a palavra Brahman para apontar para o Ser e, nesse contexto, posso dizer que sou Brahman. *Aham Brahmaʾsmi*: o Ilimitado, eu sou.

रसादिपञ्चीकृतभूतसम्भवं भोगालयं दुःखसुखादिकर्मणाम् ।
शरीरमाद्यन्तवदादिकर्मजं मायामयं स्थूलमुपाधिमात्मनः ॥ २८ ॥

rasādipañcīkṛtabhūtasambhavaṁ bhogālayaṁ duḥkhasukhādikarmaṇām
śarīramādyantavadādikarmajaṁ māyāmayaṁ sthūlamupādhimātmanaḥ ‖ 28 ‖

Configurado pelos cinco elementos: terra, [água, fogo] e demais, residência de todas as experiências [prazerosas e dolorosas], condicionado pelas ações do passado, tendo um início e um fim, um produto de *māyā*: esse é o corpo físico. Esse é considerado o veículo denso do Ser. 28.

A partir do presente *śloka*, e nos próximos dois, Śrī Rāma descreve os três corpos. Neste *śloka* fala do corpo físico. No próximo verso fala do corpo sutil, e no seguinte irá abordar o corpo causal. Depois de descrever estes três corpos, Rāma irá falar sobre a maneira de relacionarmo-nos com eles: na hora de ver a nós mesmos como Ilimitado, a ideia de sermos qualquer um desses três corpos, o a somatória deles, deve ser deixada de lado.

Quando compreendo os *mahāvākyas*, posso declarar que *aham Brahmaʾsmi*. Śrī Rāma expõe aqui os componentes materiais do indivíduo, bem como o imaterial: os componentes materiais são os cinco elementos, as faculdades, órgãos de ação e os órgãos dos sentidos. O componente não material é a Consciência.

Rāma assume que nós, o não compreendemos, ou esquecemos, ou não conhecemos esses componentes. Esta descrição é uma espécie de breve sumário do *Tattvabodha*: “Configurado pelos cinco elementos: terra, [água, fogo] e demais, residência de todas as experiências [prazerosas e dolorosas], condicionado pelas ações do passado, tendo um início e um fim, um produto de *māyā*: esse é o corpo físico”.

O *mahāvākya vicāra* , a autoinquirição mencionada nestes versos, continua. Depois de fazer essa sucinta descrição, concluímos que a mente é feita apenas de matéria. Todos os pensamentos que surgem na mente são expressões da matéria senciente. Mas a sencialidade, a capacidade de sentir do corpomente nasce sempre da Consciência.

Todo indivíduo é um composto de Ātma e *anātma*, de Consciência e elementos materiais. Devemos tornar-nos mais e mais cientes de Ātma, para neutralizar a identificação com anātma, com aquilo que não somos.

O *Dṛkdṛśyavivekaḥ* aponta a questão: “sou corpo, mente ou órgãos dos sentidos?” Devo lembrar que o corpo é um objeto que experiencio, da mesma maneira que experiencio os objetos do mundo. A única diferença entre o corpomente e o mundo é a “distância" em relação ao observador. A proximidade não torna um objeto no sujeito.

A mente é mundo do sonhador. O sonho é construído de pensamentos. Os pensamentos são a matéria da qual o sonho é construído. Quando penso numa montanha, ao sonhar, a montanha é um pensamento. Trasladando essa comparação para o mundo da vigília, devo lembrar que todo e qualquer pensamento, toda e qualquer experiência, são expressões, pensamentos e experiências da Consciência.

Isso é chamado *dṛkdṛśyavivekaḥ* ou *ātmanātmaviveka*, a inquirição que me permite distinguir o que sou em termos de Ser, do que é o veículo, o corpomente no qual estou encarnado. Quando compreendo isto, posso afirmar *cidānanda rūpaḥ śivo’haṁ śivo’haṁ*: “em forma de Consciência e felicidade, sou Ser, sou Ser”, como diz o *Nirvāṇaṣaṭkaṁ*.

Como vimos ontem, todo o processo da compreensão de si mesmo utiliza o método chamado *bhāgatyāga jahājahatī lakṣaṇā*. Quando a objetividade se perde, a lei do *karma* é esquecida. Devo levar sempre em consideração que o corpomente está sempre sujeito à lei do *karma*. O corpo cresce, o corpo faz, o corpo envelhece.

Não há nenhuma lei que permita que o meu corpo fique sempre com 16 anos de idade. Pelo contrário: devo aceitar aquilo que não posso mudar, e essa é a lei da vida, é a lei que regula os corpos vivos: nascimento, crescimento, fase adulta, envelhecimento e morte. Essa é a realidade das coisas.

Não podemos barganhar com as leis da natureza para ganhar algum privilégio especial em relação ao corpomente. A solução para uma relação saudável com ele é olharmos para ele desde o Ser que somos. Assim veremos, e poderemos aceitar com contentamento, o privilégio que é termos nascido num corpo humano.

O corpo material, *sthūlaśarīra*, é denso e está disponível para objetificação de todos os demais corpomentes. O corpo sutil, *sūkṣmaśarīra*, está disponível apenas subjetivamente, para a minha própria objetificação. O terceiro corpo, chamado *kāraṇaśarīra*, é o mais sutil de todos, e se chama corpo causal.

Recomendo aos estudantes sérios que, na prática do canto védico, lembrem desse tema da gradual sutileza dos três corpos, desde os cinco elementos do corpo material, até a causa do nascimento, que é o

prārabdhakarma, dado por Īśvara. O *prārabdhakarma* é o *nimitakāraṇa* do nascimento, a causa da formação do corpomente.

Quando o corpo morre, o *sūkṣmaśarīra*, o corpo sutil, continua até o *mahapralaya*. Somente nesse momento, no fim do ciclo cósmico, é que o corpo sutil se desfaz. O *kāraṇaśarīra*, corpo causal, por sua vez, remanesce, permance depois de cada ciclo da criação, de cada Śṛṣṭi até o fim de cada *mahakalpa*, de cada grande ciclo cósmico. O corpo causal, é o que mais vive. Ātma, por sua vez, transcende e supera a vida e a duração de todos os três corpos.

Sem o corpo físico, sou como um fantasma, já que o corpo sutil permanece. As experiências pedem a presença do corpo físico. *Śarīra* é aquilo que está sempre sujeito a mudanças. É uma palavra que significa "aquilo que decai", ou ainda, "apodrescível". Portanto vemos, na própria etimologia da palavra, a natureza do corpomente: nasce, cresce, vive, se vá.

Todo corpomente tem uma data de validade. Não sabemos qual é a data exata da validade do nosso próprio corpo, mas isso não é relevante. Apoveitemos o tempo que temos aqui, portanto. Lembremos que o corpomente está sujeito ao jogo de *māyā*, é um produto desse jogo. Nascendo de *māyā*, o corpo é *māyā*. Lembre do exemplo que demos anteriormente do filme e a tela. O filme deriva a sua existência, empresta a sua existência, da presença da tela. O filme, por sua vez, não afeta a tela de nenhuma maneira.

O corpo depende da presença de Ātma, e ao mesmo tempo não pode, não consegue afetar Ātma, de nenhuma maneira. É o mais denso dos *upādhis*, a mais densa das manifestações de *māyā*. Assim, quando fazemos *bhagatyaga lakṣaṇa*, quando aplicamos esse recurso da linguagem que mencionamos antes, devemos levar isto em consideração.

Resumindo, isto significa que não devemos, que não podemos, fazer nenhum tipo de barganha com a natureza, não podemos reivindicar nenhum tipo de status especial na ordem das coisas. Essa é a lei que governa o corpo material. Agora, vamos abordar o corpo sutil.

> सूक्ष्मं मनोबुद्धिदशेन्द्रियैर्युतं प्राणैरपञ्चीकृतभूतसम्भवम् ।
>
> भोक्तुः सुखादेरनुसाधनं भवेत् शरीरमन्यद्विदुरात्मनो बुधाः ॥ २९ ॥
>
> sūkṣmaṁ manobuddhidaśendriyairyutaṁ prāṇairapañcīkṛtabhūtasambhavam |
> bhoktuḥ sukhāderanusādhanaṁ bhavet śarīramanyadvidurātmano budhāḥ || 29 ||

Consistindo da mente, a inteligência, os dez órgãos [cinco de percepção, cinco de ação], e dos cinco ares vitais (*pañcaprāṇa*), estruturado pelos cinco elementos sutis (*tanmātras*), este que os sábios versados nos Śāstras conhecem como o corpo sutil (*sūkṣmaśarīra*), serve como instrumento para que o ser vivo (*jīva*), tenha suas experiências de alegria e tristeza. 29.

O processo de criação dos corpos de todos os seres vivos é o resultado da "dança" ou o diálogo dos três *guṇas*, as três forças que definem tudo o que existe através da sua interação: quietude, ação e harmonia. *Tamas*, *rajas* e *sattva*, em sânscrito. Essas três forças serão mencionadas um pouco à frente neste texto, no *śloka* 32. Isso está explicado no *Tattvabodha*.

Na criação dos corpos vivos, o processo de densificação crescente é pentâmero. Ou seja, está sujeito a diferentes combinações, nas quais aparecem grupos de cinco princípios ou faculdades: os cinco elementos densos, os cinco elementos sutis, os cinco órgãos de ação, os cinco órgãos sensoriais e os cinco ares vitais.

O corpo sutil não está disponível para objetificação. A psicologia não é aceite como uma ciência exata, justamente por esse motivo. Porém, é inegável que a ordem psicológica existe. As *vāsanās*, as impressões recolhidas ao longo da vida, ficam retidas, e se prolongam para as existências futuras. Carregamos a mente, carregamos as *vāsanās*, de nascimento para nascimento. Isso explica as crianças superdotadas: para a ciencia, elas podem ser um acidente. Para o *śāstra*, elas são a demonstração da existência da transmigração de Ātma de corpo para corpo.

Portanto, em termos de corpomente somos constituídos de 17 elementos: cinco *mahabhūtas*, elementos fisicos: terra, água, fogo, ar e espaco; cinco *karmendriyas*, órgãos de ação: fala, mãos, pés, reprodução e excreção; cinco *jñānendriyas*, órgãos dos sentidos: olfato, tato, audição, visão; cinco *prāṇas*, ares vitais: *prāṇa, apāna, samāna, vyāna* e *udāna*; mais uma mente e um ego.

Ātma está em todas essas faculdades, e empresta Consciência para cada uma delas. Quando por exemplo, percebo que não enxergo bem, somente eu posso dizer, pois sou Consciência, se os olhos funcionam bem, e que grau de óculos devo usar.

अनाद्यनिर्वाच्यमपीह कारणं मायाप्रधानं तु परं शरीरकम् ।

उपाधिभेदात्तु यतः पृथक्स्थितं स्वात्मानमात्मन्यवधारयेत्क्रमात् ॥ ३० ॥

anādyanirvācyamapīha kāraṇaṁ māyāpradhānaṁ tu paraṁ śarīrakam |
upādhibhedāttu yataḥ pṛthaksthitaṁ svātmānamātmanyavadhārayetkramāt || 30 ||

> O terceiro elemento que constitui o ser encarnado, produto de *māyā*, não tem início e é indescritível. É chamado pelos sábios de corpo causal (*kāraṇaśarīra*). Como o Ser é separado destes diferentes elementos [corpos denso, sutil e causal], que o buscador aprenda a reconhecer-se como tal, discernindo gradualmente o Ser dos diferentes elementos manifestados a partir dele. 30.

Este é um tema muito sutil. O *kāraṇaśarīra* é *anādi*, não tem início, não é o resultado ou o produto de uma evolução, mas sempre esteve aí, desde o início. Assim como a matéria: se você perguntar para un cientista donde veio a matéria, ele responderá que ela não veio de nenhum lugar. Sempre existiu, sempre esteve aqui.

Devemos lembrar que o Vedānta menciona várias realidades que não tem início, que existem desde sempre. Quando falamos do *vyavāhara*, do mundo das interações, vemos que há cinco coisas, mais uma, que não nascem, que estiveram sempre aí, desde o início. O *kāraṇaśarīra* é uma delas, pois é *anādi*, não tem começo.

Nunca pergunte quem criou o *jīva*, pois o *jīva*, o indivíduo, nunca foi criado. Īśvara tampouco foi criado. É, igualmente, *anādi*, incriado, sempre existente. Śṛṣṭi, a criação, é uma combinação de Īśvara e *jīva*. Īśvara é *māyā*, é a matéria. *Jīva* é o *karma*, a lei da ação. portanto, o universo é uma combinação de natureza, matéria e seres viventes, Īśvara e *jīvas*.

No *mahapralaya*, no fim do ciclo cósmico, os corpos sutis terão um fim. Porém, os *kāraṇaśarīras*, os corpos causais, irão permanecer, como vimos antes, junto com os *sañcita karmas*, junto com as tendências kármicas. Os *kāraṇaśarīras* permanecem até a libertação final, *mokṣa*, ter lugar.

A Consciência não-manifestada é chamado *avyakta*, que significa "não-perceptível", "invisível"; a manifestação dela é chamada *māyā*, termo que significa "poder extraordinário". Esta manifestação do poder criativo, *māyā*, é como o sonho que o sonhador sonha.

O sonhador apenas pensa durante o sonho e cria o universo onírico. A cada pensamento, surge na paisagem do sonho a substância que ele pensou. Assim, no sonho, não há nenhuma diferença entre pensamento e criação. Da mesma maneira acontece na criação.

Aqui, depois de ter definido os corpos denso e sutil, Śrī Rāma ocupa-se de descrever aqui o corpo causal. O *kāraṇaśarīra* é o lugar onde os karmas potenciais estão contidos. Sobre ele, Rāma diz: "não tem início e é indescritível". *Jīva*, o ser vivo, é *anādi*, não tem início. O *kāraṇaśarīra* é igualmente, *anādi*, não tem fim. Os corpos sutil e denso são projetados a partir do causal, para por em movimento os *karmas*.

Assim, o *kāraṇaśarīra* está para o microcosmos assim como *māyā* o está para o macrocosmos. Desta maneira, Īśvara é anādi, *māyā* é *anādi*, *kāraṇaśarīra* é *anādi*, e *jīva* é *anādi*. Quando o *kāraṇaśarīra* está em estado potencial, não há como vê-lo, assim como, na *Chāndogyopaniṣad*, Uddālaka Āruṇi pede para Śvetaketu trazer uma semente da árvore *pippal*, que é do tamanho de um grão de areia.

O menino encontra a semente, e assim o professor, que aliás, é o próprio pai da criança, pede para ele partir a semente ao meio. O menino assim faz, e descreve o que vê dentro dela: vazio, nada. Então, explica o pai, é a partir desse vazio, desse nada, que nascem as raízes, o tronco, as ramagens e as folhagens da imensa figueira sagrada.

Na semente está potencialmente contida a árvore inteira. Não se vê até que chega o momento da manifestação. Essa potencialidade é chamada *nirvikalpakāvasthā*, estado não manifestado. Se você quiser saber como é que o *kāraṇaśarīra* estará no *pralaya*, nós não podemos criar esse *pralaya*, essa dissolução do universo agora.

Podemos, no entanto, fazer uma simulação, que acontece todos os dias, no peculiar estado de consciência que é o sono profundo. É nesse estado que temos a experiência do *kāraṇaśarīra*. O corpo físico não está disponível para objetificação, assim como o corpo sutil tampouco está. É nesse momento, quando experiências, sensações e pensamentos não estão disponíveis, que experienciamos o *kāraṇaśarīra*.

Quando não há experiência dos corpos denso e sutil, a experiência do causal tem lugar. Este corpo causal é o mais importante, pois é o que gera os outros dois. Havendo Rāma descrito os três śarīras, conclui o verso da seguinte maneira: "Como o Ser é separado destes diferentes elementos [corpos denso, sutil e causal], que o buscador aprenda a reconhecer-se como tal, discernindo gradualmente os Ser dos diferentes elementos vinculados a ele".

As diferenças entre eles não estão de maneira alguma na Consciência, que está em todos e cada um deles. É como quando você se olha em dois espelhos: um côncavo e um convexo. No primeiro você vai ver um reflexo achatado, no segundo, um reflexo alongado. Você não é nenhum desses dois reflexos. Você é o que você é. Assim, que possamos, como diz o *śloka*, discernir gradualmente os Ser das suas manifestações.

कोशेष्वयं तेषु तु तत्तदाकृतिर्विभाति सङ्गात्स्फतिकोपलो यथा ।

असङ्गरूपोऽयमजो यतोऽद्वयो विज्ञायतेऽस्मिन्परितो विचारिते ॥ ३१ ॥

kośeṣvayaṁ teṣu tu tattadākṛtirvibhāti saṅgātsphatikopalo yathā |
asaṅgarūpo'yamajo yato'dvayo vijñāyate'sminparito vicārite || 31 ||

> Assim como apenas mediante o contato com a flor vermelha, o cristal aparenta ser vermelho, da mesma forma, o Ser, totalmente *desprendido* e não-nascido, ao ficar *em contato* com os cinco *kośas*, os "invólucros", aparenta ser da natureza deles. Contudo, quando a pessoa discerne inteligente e exaustivamente [o corpomente e o Ser], ela reconhece este Ser como ilimitado (não-nascido) e não-apegado a nada, por ser não-dual. 31.

O sthūla śarīra é o denso, o kāraṇa é o mais sutil. Os três, por sua vez, apresentam-se divididos em cinco kośas, cinco camadas, de acordo com as suas funções. O primeiro desses *kośas* é a camada do alimento *annamayakośa*, que recebe esse nome justamente porque é sustentado pelo alimento. Os outros *kośas*, em ordem progressivamente mais e mais sutil, são *prāṇamayakośa*, *manomayakośa*, *vijñānamayakośa* e *ānandamayakośa*. O *prāṇamayakośa* corresponde a *kriyāśakti*, o poder da ação. O *manomayakośa* corresponde a *icchāśakti*, o poder da vontade é, em última análise, a causa de *mokṣa*. É por isso que

nunca devemos demonizar o desejo!

Temos, sim, que aprender a refinar os nossos desejos, aprender a gerí-los para que não se tornem uma fonte de aflição. O *vijñānamayakośa*, por sua vez, corresponde a *jñānaśakti*, o poder do conhecimento. É assim que funciona o mecanismo: primeiro o conhecimento, depois o desejo, finalmente, a ação. *jñāna*, *icchā*, *kriyā*. Esse mecanismo é colocado em funcionamento, por exemplo, através da publicidade de algum produto que chame a atenção da pessoa: ela fica sabendo que existe algo desejável, tem o desejo de possuir esse objeto, e faz a ação necessária para adquirí-lo.

O que Rāma quer dizer neste *śloka* é que, por conta da "proximidade" em termos de sutileza entre os kośas e Ātma, a pessoa tende a confundir o que ela é com esses atributos. Devemos lembrar então que somos Ātma, livre de todos os atributos de cada um desses elementos, que são, de fato, *anātma*. Quando por exemplo vejo que o corpo ganha peso, digo "sou gordo". O peso é atributo do corpo, que é *anātma*, que é diferente daquilo que sou. Quando *vijñānamayakośa* estiver embotado, digo "sou ignorante" e por aí vai.

É por isso que Śrī Rāma menciona no presente *śloka* o conhecido exemplo do cristal, *sphatika*: "Assim como apenas mediante o contato com a flor vermelha, o cristal aparenta ser vermelho, da mesma forma, o Ser, totalmente *desprendido* e não-nascido, ao ficar *em contato* com os cinco *kośas*". *Sphatika*, o cristal, não tem uma cor própria. Ele reflete a cor do lugar onde se apoia.

Embora a minha experiência do cristal possa dizer que ele tem uma cor determinada, em função do contexto onde se encontra, ele não tem cor própria. Da mesma maneira, eu não sou nunca gordo nem magro. Portanto, não preciso ir à academia. Posso ir à academia por motivos de saúde, mas não por achar que sou gordo ou magro.

Como é possível que o Ser, **aparentemente**, não tenha existência separado dos corpos denso, sutil e causal? Isso acontece por causa daquele fenômeno chamado superimposicao, *upādhi*, que foi explicado

no *śloka* 17. Os *kośas* são como contêineres, como o casulo que o bicho da seda tece em torno de si mesmo. A palavra *kośa* pode ser traduzida como "invólucro", "bainha" ou "camada". Porém, os *kośas* não estão fisicamente dispostos concentricamente, como tendemos a pensar, pois o único que tem de fato uma forma física definida é o corpo material.

Parece que os atributos dos *kośas* são "meus" mas, a bem da verdade, devo discernir, como Rāma nos recomenda fazer: "quando a pessoa discerne inteligente e exaustivamente [o corpomente e o Ser], ela reconhece este Ser como ilimitado (não-nascido) e não-apegado a nada, por ser não-dual".

O mestre Suresvarācārya dá o exemplo da faca que, quando colocada dentro de um copo de água, parece estar dobrada. O que devemos fazer para endireitá-la? Apenas tirar ela do copo. A aparência é isso mesmo: aparência. Só preciso consertar a distorção da visão apegada ao aparente, para que o real seja revelado por si mesmo.

Há dois principios fundamentais no Vedānta:

1) O que eu sou, é **diferente** daquilo que experiencio.
   O que é experienciado é diferente do experienciador.
2) O experienciador é **livre** de todos os atributos
   do objeto experienciado.

A agitação da mente é atributo da mente, não meu. Alegria ou tristeza são atributos da mente, não meus. Quando a minha pele é castanha, eu não sou castanho. Sou livre de todos os atributos experienciados no *pañcakośa*. Sou livre disso tudo, como o cristal que, aparentemente, é vermelho quando apoiado sobre um pano dessa cor, mas que não possuir cor própria.

Desta maneira, Ātma, você é sempre puro, intocado pelas imperfeições de *anātma*. As impurezas do solo podem tranferir-se à roupa que você usa, mas a cor do pano nunca pode ser transferida para o cristal, pois ele não é tocado, é *asaṅghaḥ*. Portanto, você é *nityaśuddha*, eternamente puro e intocado pelas coisas do mundo. Porém, se você dizer que não precisa tomar banho pois você é nitya śuddha, vou perguntar para você quem é esse eu que fala.

Assim, através do ensinamento do Vedānta, nos libertamos de todas essas potenciais fontes de apego e aflição. Há uma escola de filosofia chamada Sāṅkhya, que é muito próxima ao Vedānta, exceto por um detalhe: ela considera a existência de infinitos Ātmas, coexistentes e interpenetrados entre si. Ātma é não-dual. Podemos conhecer Ātma quando o *mahāvākya tat tvam asi* é corretamente compreendido. Você é Ātma, não-dual.

> बुद्धेस्त्रिधा वृत्तिरपीह दृश्यते स्वप्नादिभेदेन गुणत्रयात्मनः ।
> अन्योन्यतोऽस्मिन्व्यभिचारितो मृषा नित्ये परे ब्रह्मणि केवले शिवे ॥ ३२ ॥
>
> buddhestridhā vṛttirapīha dṛśyate svapnādibhedena guṇatrayātmanaḥ |
> anyonyato'sminvyabhicārito mṛṣā nitye pare brahmaṇi kevale śive ‖ 32 ‖
>
> A inteligência fica sob a influência dos três *guṇas*. Portanto, ela tem três diferentes estados: sonho, [sono e vigília]. Considerando que as experiências nesses três estados são aparentemente contraditórias entre si, podemos declarar

> que elas sejam “falsas” [*mṛṣā*, *i.e.*, dependentes do Ser] e que não têm existência [independente] do ilimitado e eterno Brahman, que é auspicioso e não-dual. 32.

Havendo coberto o tema dos *śarīras* e o tema dos *kośas*, Śrī Rāma dedica-se agora a revelar os três *guṇas* e os três estados de consciência, *avasthās*. Estes são vigília, sono e sonho. A vigília é a gravação, o sonho é a reprodução daquilo que foi gravado. O que se lembra da gravação é o que chamamos *vāsanā*. As *vāsanās* ressurgem quando a pessoa sonha. É por isso que os elementos do sonho sempre incluem eventos que aconteceram ao longo do dia, que Freud chama resíduos diurnos.

Afora esses dois estados, vigília e sonho, à um terceiro, que é o sono sem sonhos, ou sono profundo, no qual há um estado de mente em branco, de ausência de qualquer conteúdo. Rāma diz que os três estados de consciência são atributos da mente. A mente está totalmente ativa na vigília, parcialmente ativa no sonho, e inativa no sono.

Cada um desses três estados de consciências, por sua vez, está associado com um dos três *guṇas*, um dos três atributos da natureza ativa. No sono não podemos acumular novas informações. É por isso que você não aprende nada ao dormir, uma vez que a mente está inativa. Você não é a mente, mas aquele que observa os três estados de consciência, *sākṣi*, a testemunha de todas as experiências que acontecem nesses três estados.

O que é criação? O que é conhecimento? Como pode a criação ser uma manifestação do conhecimento? *Māyā* expressa sua força criativa através de Prakṛtī, a Natureza que, por sua vez, consiste em três poderes, chamados *guṇas*: *tamas*, *rajas* e *sattva* ou estabilidade, ação e harmonia, respectivamente.

Śrī Rāma dá aqui neste verso uma lista daquilo que é anātma, e os seus respectivos atributos. Os três corpos e as cinco camadas, śarīras e kośas, não devem ser somados. Os *kośas* são o arranjo dos *śarīras*. Avasthātraya é o conjunto dos atributos de anātma, e é um termo que se refere aos estados de consciência.

A mente ativa corresponde à vigília. A mente parcialmente ativa corresponde ao sonho. A mente inativa pertence ao sono profundo. *Sattva* corresponde à vigília, pois é nela que a mente capta informação do ambiente. *Rajas* corresponde ao sonho, pois é nele que a mente continua ativa. *Tamas* corresponde ao sono, pois é nesse estado que a mente fica inativa. Tudo isso é *anātma*, não-Ser.

A mente é a vigília. A mente é o sonho. A mente é o sono. Nenhum desses três estados de consciência corresponde ao Eu, a Ātma. Mesmo assim, usamos expressões como estou acordado, estou sonhando, etc., pois é assim que a linguagem é. Lembre do exemplo do cristal e o pano que Rāma menciona nesta estrofe. O atributo da cor não pertence ao cristal, embora o pareça.

A tela recebe o filme, independentemente do seu conteúdo, sem fazer nenhum tipo de discriminação. Ātma recebe todas as experiências do corpomente, sem escolher dentre elas. Essas experiências são anātma, mas parecem pertencer à esfera de Ātma, parecem pertencer à esfera do Ser, assim como o cristal parece assumir a cor do tecido sobre o qual está apoiado.

Todos os estados de consciência, portanto, parecem estar em Ātma, embora nenhum deles pertença a Ātma. Essas falsas superimposições sobre Ātma são chamadas *upādhi*, e são mutuamente excludentes. Ou seja, não posso estar em vigília e sono ao mesmo tempo. Quando o sonho está presente, os outros dois estados de consciência não estão presente. Devemos compreender este presente exemplo a partir do *bhavatyaga lakṣaṇa*, a forma de comunicação que mencionamos anteriormente.

Tudo o que não for Ser será, forçosamente, anātma, não-Ser. Declarar o que se é, realmente, é importante. Igualmente importante é declarar aquilo que não se é. Como diz o *Nirvāṇa Ṣaṭkaṁ*, que declara o que nós de fato não somos, descartando *upādhi* após *upādhi*, para depois declarar o que somos.

देहेन्द्रियप्राणमनश्चिदात्मनां सङ्घादजस्त्रं परिवर्तते धियः ।

वृत्तिस्तमोमूलतयाज्ञलक्ष्णा यावद्भवेत्तावदसौ भवोद्भवः ॥ ३३ ॥

dehendriyaprāṇamanaścidātmanāṁ saṅghādajastraṁ parivartate dhiyaḥ |
vṛttistamomūlatayājñalakśaṇā yāvadbhavettāvadasau bhavodbhavaḥ ‖ 33 ‖

O órgão de percepção interna, que existe pela presença do Ser, identifica-se com o corpo físico, os órgãos sensoriais, o *prāṇa*, a mente e demais. Essa situação faz com que o intelecto se perca em devaneios intermináveis. Como esse tipo de pensamento surge de *tamas*, eles são da natureza da ignorância. Enquanto o intelecto permanecer associado com esse tipo de conteúdo, permanecerão os sucessivos renascimentos no *saṁsāra*. 33.

O discernimento entre Ser e não-Ser é uma questão intelectual, da esfera de *budhi*. Depois que a confusão está instalada nessa esfera, ela "desce" para as emoções. Para resolver o tema, devemos usar a aproximação adequada. Não podemos resolver essa confusão no plano emocional. Precisamos atacar a causa, que está no plano da inteligência, *budhi*.

O Vedānta não é nenhum tipo de escapismo intelectual. Tentar resolver o tema da instabilidade das emoções sem ir diretamente à sua causa é como tomar uma balinha para a dor de garganta quando tenho uma gripe. O paliativo não resolve a questão. A nossa natureza é *saccidānanda*, Realidade, Consciência, Plenitude.

A nossa natureza intrínseca, que é *saccidānanda*, deve ser apreciada como é. Se não for assim, a nossa perda será incalculável. Ilimitada, de fato. Ficar grudado em *anātma* tem como resultado a construção de um falso eu, uma identificação com o que não sou, que tem como resultado a formação e cristalização de *ahaṁkāra*, o ego. Como o ego sente-se, por natureza, inseguro, busca incessantemente a segurança nos relacionamentos, dos quais a pessoa torna-se psicologicamente dependente.

A partir da formação do *ahaṁkāra*, do ego, surgem os infindáveis rāgas e dveśas, desejos e aversões. Medo, medo constante, ansiedade, aflições de todo tipo nascem dessa insegurança fundamental. Os rāgas e dveśas projetam em direção ao futuro todo tipo de pensamentos e emoções indesejáveis. O conjunto desses conteúdos é o que chamamos *saṁsāra*.

A palavra *mine* significa duas coisas em inglês: meu, e mina. Uma mina é um explosivo. A ideia de "meu" é igualmente explosiva: não sabemos o que pode detoná-la mas, quando explode, tem muito poder destrutivo. Somente teremos paz quando os inimigos internos forem neutralizados. Todos os problemas emocionais podem ser reduzidos e têm a sua origem nesses inimigos: o ego e a confusão Ātma-anātma.

Um padrão de pensamento superimposto sobre Ātma, *adhyāsa*, nasce na mente e a identificação com ele tem lugar. *Aham mama rāgadveśa*: "sou os meus desejos e aversões": esse é o problema que deve ser abordado. Essa é a glória de Māyāśakti. O *saṁsāra* é gerado continuadamente. Quando estou

identificado com esse *saṁsāra*, a minha vida torna-se uma combinação de falta de sentido, pesar, aborrecimentos, ansiedade e culpa.

A eletricidade, por si só não move nenhum motor, nem acende nenhuma lâmpada, mas a sua presença é o que faz com que os motores e lâmpadas funcionem. Da mesma maneira, a Consciência não realiza nenhuma das tarefas dos diferentes corpos, mas, sua simples presença, faz com que a mente pense, o *prāṇa* vitalize o organismo e este funcione. O *antaḥkāraṇa*, o "órgão interno": mente, ego e inteligência, busca naturalmente suas referências nos diversos elementos do corpo ou da própria vida psíquica.

> नेतिप्रमाणेन निराकृताखिलो हृदा समास्वादितचिद्घनामृतः ।
>
> त्यजेदशेषं जगदात्तसद्रसं पीत्वा यथाम्भः प्रजहाति तत्फलम् ॥ ३४ ॥
>
> netipramāṇena nirākṛtākhilo hṛdā samāsvāditacidghanāmṛtaḥ |
> tyajedaśeṣaṁ jagadāttasadrasaṁ pītvā yathāmbhaḥ prajahāti tatphalam ‖ 34 ‖
>
> Depois de ter rejeitado a identificação em relação aos corpos e *kośas* com o auxílio da afirmação védica *neti neti*, e de ter reconhecido em seu coração aquele que é a ilimitada, eterna Consciência, o sábio, tendo desfrutado o pleno Ser, sempre existente, deve *descartar* [a identificação com] o mundo inteiro, assim como alguém descarta a casca do coco depois de ter desfrutado a doce água desse fruto. 34.

Se essa confusão, se essa superimposição é o problema, você já pode intuir qual é a solução: desvendar, discernir, separar o que é real daquilo que não é: *dṛkdṛśyavivekaḥ*. Ao separar, ao discernir o observador daquilo que é observado, a percepção direta de Ātma, que é a nossa rela natureza, brilha por si mesma. *Neti neti* é uma expressão usada na *Bṛhadāraṇyakopaniṣad* que é usada para falar sobre esse discernimento entre Ātma e *anātma*, o que sou do que não sou.

No sonho, a mente dá a ela mesma um corpo diferente daquele da vigília. Enquanto o corpo físico descansa, o corpo do sonho surge, e é tão real no mundo onírico quanto é "real" a consistência do corpo físico com o qual acontece a identificação no estado de vigília. Não jogue a criança junto com a água do banho. Lembre disso.

A existência não pertence ao mundo, mas é emprestada do Ser, da mesma maneira que a existência do herói no filme tem a sua existência emprestada da tela na qual o filme é projetado. Todas as personagens no filme têm a sua existência emprestada da tela na qual o filme é projetado. O *Dakṣiṇamūrtistotram* fala sobre isso: todos os nomes e formas, todas as criaturas, derivam a sua existência da presença invariável do Ser.

Não podemos afirmar, por outro lado, que o mundo tangível seja uma projeção da mente, como fazem os budistas. Digamos que você se olha no espelho. A experiência que você tem à frente dele, o fato de você ver o "seu" rosto, os "seus" olhos a brilhar, é manifestação de Ātma. O corpo pertence à esfera material. A Consciência não pertence a essa esfera. A matéria, *māyā*, deriva a sua existência de Ātma, mas Ātma não depende da presença da matéria.

A boa notícia: você é Ātma. Sua natureza é Ilimitada. Exerçamos, portanto, o discernimento. Separemos o que é do que não é. Quando a luz toca a sua pele, o brilho da luz não é um atributo intrínseco da pele. Ela apenas reflete a luz. Similarmente, na vigília, Ātma "empresta" a sua existência para o corpomente,

para o mundo. Quando durmo, Ātma "empresta" a sua existência para a mente que, por sua vez, empresta a sua existência para o mundo onírico.

Pense no mundo como uma cana de açúcar: coloque ele na sua boca para extrair o néctar que é Ātma e descarte a falsa identificação com o que não é Ātma. A real natureza é *saccidānanda*. O que deve ser descartado, deixado de lado, é *asaccidānanda*.

Você não *vai* para o céu quando morrer, se se comportar bem e for um bom menino aqui na terra. Você já *é* o céu. A *Bṛhadāraṇyakopaniṣad* declara que esses corpos e *kośas* são apenas os veículos externos que dão sustento à vida. Eles não são o Ser. Por que deveríamos descartar a identificação com o mundo, como afirma esta estrofe? Descartar, aqui, significa crescer através do mundo, não abandoná-lo.

> कदाचिदात्मा न मृतो न जायते न क्षीयते नापि विवर्धतेऽनवः ।
>
> निरस्तसर्वातिशयः सुखात्मकः स्वयंप्रभः सर्वगतोऽयमद्वयः ॥ ३५ ॥
>
> kadācidātmā na mṛto na jāyate na kśīyate nāpi vivardhate'navaḥ |
> nirastasarvātiśayaḥ sukhātmakaḥ svayaṁprabhaḥ sarvagato'yamadvayaḥ ‖ 35 ‖
>
> O Ser nunca nasceu, nunca cresceu, nunca decai e nunca morre. Ele não é novo: é o mais antigo [*i.e.*, não é limitado pelo tempo nem pelo espaço], despido de todos os atributos do corpomente. Ele é pleno, autoefulgente, ilimitado e não-dual. 35.

Śrī Rāma diz que, havendo-nos distanciado de anātma e todos os problemas derivados da identificação com ele, que possamos desfrutar do Ser real: "Ele é pleno, autoefulgente, ilimitado e não-dual". Quando você não desfruta da sua própria companhia, como pode esperar que os demais a desfrutem? Aprenda o amor próprio.

Aprender a estar em solitude, a considerar a nós mesmos como boa companhia, é essencial neste ponto, como diz a *Kaṭhopaniṣad* e cita Śrī Kṛṣṇa na *Bhagavadgītā*: "Eu nunca decaio. Nunca cresço. Sou sempre o mesmo. Invariável. Não sou destruído". Nada pode ser perdido por Ātma, nada pode ser ganho. Diz Śrī Rāma, *kadācidātmā na mṛto na jāyate na kśīyate nāpi*: "O Ser nunca nasceu, nunca cresceu, nunca decai e nunca morre".

infinito + 1 = infinito

infinito - 1 = infinito

Minha natureza é *sukhātmaḥ*, pura felicidade. O Ser não nasceu. Não houve um momento no passado em que o Ser não existisse. O Ser é *ananta*. *Ananta* significa ilimitado, infinito, que não teve início nem terá final. Ele é livre do tempo, mas sustenta o tempo. Ele é livre do espaço, mas sustenta o espaço. Ele é livre das formas, mas sustenta todas as formas. Os *jīvas*, os seres encarnados, nascem, crescem, amadurecem, decaem e finalmente falecem. Isso é chamado *pariṇāma*, transformação.

E necessário, assim, discernir Ātma de *anātma*, o que sou do que não sou. O corpomente, os órgãos dos sentidos e os órgãos das ações, como vimos anteriormente, não são Ātma. O *pañcakośa* deve ser separado de Ātma, para a compreensão real. Ātma é o Eu, o observador, que é ciente de tudo e de todos. A natureza da Consciência é desvendada nos śāstras, de maneira que eles nos ajudam a perceber que, para mais além de quaisquer identificações, somos Ser Pleno.

A Consciência não pode objetificar a Consciência, pela mesma conta pela qual o olho não consegue enxergar a si próprio. Śrī Yājñavālkya questiona na *Bṛhadāraṇyakopaniṣad*: "como o conhecedor pode ser conhecido?" O conhecedor nunca pode tornar-se objeto de conhecimento. Então, como é que vou olhar para mim mesmo? Através do espelho que é o *śāstra*. Eu, Consciência, sou Uno. Eu, Consciência, sou Ilimitado. Eu, Consciência, sou Pleno. Eu, Consciência, sou Real.

E como é que podemos "viver" em Ātma, em consciência de Ātma? Ātma não aumenta nem diminui. Não há esforço que possa conduzir a qualquer tipo de expansão ou contração de Ātma. E o que você considera como Pura Felicidade? Lembremos algumas coisas fundamentais sobre a felicidade:

1. Não é o produto de um pensamento.
2. Não é o produto de um objeto.
3. Não é o produto de uma ação.
4. Não é uma parte de algo.
5. Não é uma propriedade de algo.

A Felicidade é um princípio independente que está sempre presente, em tudo e em todos, a cada momento:

Pura Felicidade = Pura Consciência = Pura Realidade = Você Mesmo

Quando tentamos experienciar Ātma, o esforço, vão, é o de tentar reduzir o Ilimitado a uma experiência, que será, necessariamente, limitada. Está Pura Felicidade é o que sou. Essa Pura Felicidade reflete-se na mente objetiva, na psiquê purificada pelo *antaḥkaraṇaśuddhi*. Quando a mente fica instável, o reflexo da Pura Felicidade que sou fica turvo, como as águas de um lago cujo fundo foi mexido.

Ātma é autorrevelado, autoexistente, ilimitado, presente e todas as partes e em todos os seres, o tempo todo. Lembre do exemplo do filme projetado na tela. A tela é Ātma, o filme é o *saṁsāra*. Você, como a tela, como o Ser Ilimitado, não é afetado por nada que seja projetado nessa tela. Você nunca foi afetado por nada, nunca será. Reconheça isso.

Devemos compreender *anātma* como aquilo que não somos e nos livrar da ideia da separação, já que a natureza de Ātma é não-dual.

> एवंविधे ज्ञानमये सुखात्मके कथं भवो दुःखमयः प्रतीयते ।
>
> अज्ञानतोऽध्यासवशात्प्रकाशते ज्ञाने विलीयेत विरोधतः क्शणात् ॥ ३६ ॥
>
> evaṁvidhe jñānamaye sukhātmake kathaṁ bhavo duḥkhamayaḥ pratīyate |
> ajñānato'dhyāsavaśātprakāśate jñāne vilīyeta virodhataḥ kśaṇāt ‖ 36 ‖
>
> Neste puro Ser, que é da natureza da pura Consciência, e infinita plenitude, como é que percebemos um mundo de nomes e formas condicionados pelo sofrimento? Isso acontece por conta da ignorância em relação ao Ser e da consequente confusão [em relação ao corpomente e ao mundo]. Quando o Conhecimento acontece, a ignorância, sendo oposta a ele, desaparece instantaneamente. 36.

Sabiamente, Śrī Rāma antecipa a próxima pergunta de Lakṣmaṇa: se o Ser é pura felicidade, como é que existe o sofrimento? Como é que há tanta dor no mundo? Se o Ser é plenitude, como ensina o *śloka* 34, por que a existência da dor? Essa aparente injustiça, esse aparente caos que percebemos no mundo é mais um produto da nossa visão equivocada. A ignorância é *virodhaḥ*, oposta ao conhecimento. Portanto, quando este aparece, aquela some, assim como, em presença da luz, as trevas são imediatamente desintegradas.

Você é a própria encarnação da Pura Felicidade. Você é sempre uma encarnação do Ilimitado. Mesmo que não pareça. Mesmo que seja difícil de aceitar por conta da identificação com o corpomente. Diz Śrī Rāma, *evaṁvidhe jñānamaye sukhātmake*: "este puro Ser, é da natureza da pura Consciência e infinita plenitude".

Como é que nessa Felicidade Ilimitado que sou, pode surgir o sofrimento, pode nascer o *saṁsāra*? Por conta da ignorância. Pela ignorância, o rico torna-se pobre. Pela ignorância, o sofrimento surge. A Chāndogyopaniṣad dá o exemplo da pessoa que não reclama o tesouro que está sob os seus pés. A pobreza se superimpõe à riqueza. O sofrimento se superimpõe à Felicidade.

Esse é o "auto-erro", *adhyāsa*. A ignorância do fato de que somos infinitamente ricos em Felicidade é o produto de *adhyāsa*. *Ahaṅkāra*, o ego, é o falso. Ātma é o real. Não adianta acumular mérito, práticas de Yoga, rituais, caridade. Nada disso serve para *mokṣa*.

As pessoas acham que mokṣa virá sozinho se a pessoa fizer suficiente quantidade de *kīrtaṇ*, por exemplo. Esse tipo de crença e esse tipo de esforço não é conduzente, nem nos aproxima, sequer, um centímetro da libertação. Você não consegue *mokṣa* por nenhum outro método que não seja o autoconhecimento. Não há outra solução possível. Somente o conhecimento liberta.

E a devoção, *bhakti*? É útil, assim como a meditação e as demais práticas, para obter *antaḥkaraṇaśuddhi*, a purificação psíquica. A solução definitiva é o conhecimento, e somente ele. Rāma diz: "Quando o Conhecimento acontece, a ignorância, sendo oposta a ele, desaparece instantaneamente". Diz o *Ātmabodha*: "a luz dispersa as trevas. O conhecimento elimina a ignorância".

> यदन्यदन्यत्र विभाव्यते भ्रमादध्यासमित्याहुरमुं विपश्चितः ।
> असर्पभूतेऽहिविभावनं यथा रज्ज्वादिके तद्वदपीश्वरे जगत् ॥ ३७ ॥
>
> yadanyadanyatra vibhāvyate bhramādadhyāsamityāhuramuṁ vipaścitaḥ |
> asarpabhūte'hivibhāvanaṁ yathā rajjvādike tadvadapīśvare jagat ‖ 37 ‖
>
> Perceber um objeto como sendo diferente do que ele é, e reconhecer nele atributos que não lhe são inerentes, é um fenômeno que os sábios chamam superimposição (*adhyāsam*). Assim como na corda que não é serpente, somente percebemos a serpente, da mesma maneira, percebemos a superimposição do mundo das formas sobre Īśvara, o Ser manifestado. 37.

Estes versos são muito lindos e profundos, e apresentam a essência do *Vedāntajñāna*, o conhecimento do Vedānta. Todos os problemas surgem da distorção, da ignorância existencial. Removendo a ignorância, os erros e as distorções são eliminados. Aqui, Śrī Rāma dá o clássico exemplo *rajjusarpa*, da corda que é confundida com uma serpente.

No lusco-fusco do entardecer, você vê uma serpente atravessada no meio do seu caminho. Você tem um conhecimento parcial do entorno, pois não há luz suficiente. Você se assusta, seu coração dispara, a adrenalina corre solta em suas veias. Porém, não há serpente, o que está aí no solo é uma corda, que de fato parece uma serpente.

Nada vai conseguir eliminar a serpente, pois ela é uma ilusão projetada pela mente, quando esta está tomada pela ignorância. Nem o mantra para Garuda, nem o soro antiofídico, nem uma vara com a qual que queira bater esse animal.

Não nada que não seja o conhecimento, que possa remover a serpente já que ela é apenas uma projeção de uma mente tomada pela ignorância. Quando a crença de que a serpente é eliminada, a corda é vista como ela é. Quando a cognição correta sobre a corda surge, a equivocação de estarmos em presença de uma serpente desaparece.

Quando sonhamos, há uma projeção da mente na forma de todo o universo onírico, que surge em sua totalidade da mente que sonha. Isso é *adhyāsa*, superimposição. Assim, Śrī Rāma afirma *asarpabhūte'hivibhāvanaṁ yathā rajjvādike tadvadapīśvare jagat*: "Assim como na corda que não é serpente, somente percebemos a serpente, da mesma maneira, percebemos a superimposição do mundo das formas sobre Īśvara, o Ser manifestado".

A *Bhagavadgītā* é uma espécie de aperitivo para o Vedānta. Desperta o apetite por mais. Depois de estudá-la, você entra nas Upaniṣads.

O que há aqui à sua frente? Algumas pessoas? Não. Brahman é o que está aqui à sua frente, ao seu lado direito. Ao seu lado esquerdo. Acima. Abaixo. Através do seu corpomente.

Brahmārpaṇaṁ brahma haviḥ brahmāgnau brahmaṇāhutam brahmaiva tena gantavyaṁ brahmakarma samādhinā: "para [o homem que se libertou de seus condicionamentos], o ato de fazer a oferenda é Brahman, a oblação é Brahman. Por Brahman é oferecido no fogo que é Brahman. Brahman é o objetivo a ser alcançado por aquele que percebe Brahman em suas ações".

> विकल्पमायारहिते चिदात्मकेऽहङ्कार एष प्रथमः प्रकल्पितः ।
>
> अध्यास एवात्मनि सर्वकारणेनिरामये ब्रह्मणि केवले परे ॥ ३८ ॥
>
> vikalpamāyārahite cidātmake'haṅkāra eṣa prathamaḥ prakalpitaḥ |
> adhyāsa evātmani sarvakāraṇe nirāmaye brahmaṇi kevale pare || 38 ||
>
> De Brahman, que é intocado pelas projeções de *māyā*, dessa Consciência ilimitada, intocada e sempre pura emana, em primeiro lugar, a ideia "eu faço". Essa é apenas uma superimposição sobre o Ser. 38.

Ahaṁkāra é o ego, a auto-referência que usamos para nos relacionar com o mundo. Literalmente, esse termo significa "eu faço". Assim, a voz do ego sempre diz: eu sou o *kartā*, sou o agente das ações e, portanto, eu gosto, eu desgosto, etc. A questão é que este ego não é o Ser. Cada indivíduo precisa de um ego para sobreviver e se relacionar.

Não podemos nem devemos tentar eliminar o mundo das aparências. Devemos, sim, aprender a lidar com ele. O *jīvanmukta*, a pessoa liberta, vive no mundo, mas não se enreda no *saṁsāra*. Śrī Rāma diz:

“De Brahman, que é intocado pelas projeções de *māyā*, dessa Consciência ilimitada, intocada e sempre pura emana, em primeiro lugar, a ideia de que *eu faço*”.

Esse “eu faço” é o significado exato da palavra *ahaṅkāra*, que traduzimos como ego. Esse falso eu, que mencionamos na aula matinal, é a primeira superimposição, o primeiro *adhyāsa*. Assim, acreditamos ser pai, mãe, filho, trabalhador, membro de uma família, membro de uma sociedade, etc. A Īśvara, *ajñānaṁ*, não é, em si mesma, um problema. O problema é que, dessa ignorância, nasce o *ahaṅkāra*, o ego. Lembre que a tela não é afetada pelo que é projetado nela. A tela é *nirañjan*: não tocada, não afetada, não manchada, pelos diferentes conteúdos da psiquê.

इच्छादिरागादि सुखादिधर्मिकाः सदा धियः संसृतिहेतवः परे ।
यस्मात्प्रसुप्तौ तदभावतः परः सुखस्वरूपेण विभाव्यते हि नः ॥ ३९ ॥

icchādirāgādi sukhādidharmikāḥ sadā dhiyaḥ saṁsṛtihetavaḥ pare |
yasmātprasuptau tadabhāvataḥ paraḥ sukhasvarūpeṇa vibhāvyate hi naḥ ‖ 39 ‖

> As inúmeras vontades, os inúmeros apegos, as variedades do prazer, são todas as diferentes condições do psiquismo, e constituem as causas do sempre presente *saṁsāra*. Elas pertencem apenas ao psiquismo, já que estão ausentes no estado do sono profundo, quando o diálogo interno está inativo. Na ausência da atividade psíquica, a natureza de plenitude do Ser se manifesta. 39.

Essa superimposição da atividade psíquica sobre o ilimitado leva à confusão entre o psiquismo e o Ser: como todas essas vontades, apegos e desejos surgem na forma de um diálogo interior, naturalmente pensamos que eles provenham do Ser. No entanto, Rāma argumenta, quando vamos dormir, no estado de profundo sono, acontece uma total suspensão da atividade psíquica.

Nesse estado, apesar da suspensão desse diálogo interno, o Ser permanece. A prova de que o Ser permanece durante o sono é que, ao acordarmos, sabemos que dormimos, e somos capazes de dizer que tivemos uma noite agitada, ou um sono pesado, ou que dormimos bem.

Podemos qualificar o tipo de sono que tivemos. Quando você acorda, quem *acorda*, em verdade, é o intelecto, o ego e a mente. O diálogo interior é retomado, a atividade psíquica continua. O Ser estava presente e consciente antes e assim permanece no estado de vigília.

Aqui, Śrī Rāma fala do ego, não como manifestação de vaidade ou orgulho, mas como a identificação com os corpos denso e sutil. A identificação com o corpo, com a família, com os papéis que representamos, é ego. As extensões do ego são a identificação que posso fazer como sendo o “dono” de uma casa, como o “dono” de uma família.

Quando você é o dono do universo, quando você é a causa da existência de tudo e de todos, qual é o propósito de ficar grudado num punhado de pessoas ou coisas que de fato você não controla nem possui? Convém eliminar esse tipo de confusão. Deixar de lado esse tipo de atitude. Preocupações, medo, ansiedade, *rāgas* e *dveśas*, são as manifestações do apego a estas questões emocionais e materiais.

Nestes últimos dois *ślokas*, Śrī Rāma aborda o *saṁsāra*, que é, como vimos, o resultado de um erro de visão. Por sua vez, esse erro dá lugar aos *rāgas* e *dveśas* que, por sua vez, dão lugar ao sofrimento, ao sdesequilíbrios emocionais de todos os tipos. Isso, por sua vez, pode, igualmente, dar lugar a problemas

físicos, como Arjuna descreve o seu próprio estado no início da *Bhagavadgītā*: "o meu corpo treme, minha mão não consegue segurar o arco, minha boca está seca".

Devemos compreender que não somos o *sthūla* nem o *sūkṣmaśarīra*. Não somos os donos das nossas famílias, não somos os donos da casa ou da terra. Devemos compreender a causa do sofrimento para poder superá-lo. O problema fundamental é a crença de sermos os donos, os proprietários do que quer que seja. Combater essa crença é a solução. Não somos controladores de nada.

O nosso privilégio é
sermos contribuidores.
Nada mais.

Rāgas e *dveśas*: *rāga* é aquilo que queremos que aconteça; *dveśa* é aquilo que queremos evitar. Nossas crianças já vêm com seus próprios *prārabdhakarmas*. Não podemos pretender controlar ou escolher no nome delas, por bem-intencionados que sejamos. Um *jñānin* nunca vai reivindicar ser o controlador de nada nem de ninguém. Um *jñānin* pode ter suas expectativas, como é normal, mas está sempre pronto para abrir mão delas.

Podemos sim fazer planos, mas o que acontece no fim não está dentro do meu controle. Nós podemos planejar, podemos estudar, podemos tentar prever e agir em consequência. Porém, o que acontece, acontece sempre de acordo com a Ordem de Īśvara, com a lei do *karma*, com o Karmaphaladatta, o Doador dos Frutos dos Karmas, que é Īśvara.

Um juiz pode ser compassivo, mas sempre deve aplicar a lei. Similarmente, Īśvara é compassivo, justo e adequado. Sempre. Compreendendo isto, as reações emocionais que eu possa ter diante do desencontro entre as minhas expectativas e o que a vida me apresenta, ficam muito reduzidas, e as aflições, neutralizadas. Isso traz paz na mente.

Essa prática é chamada Karmayoga. Porém, como você já sabe, Karmayoga não é o quanto basta. Karmayoga é a preparação e o modo de viver. *Jñāna* é o fundamental para sair do circuito incessante do *saṁsāra*.

Há três pares de emoções que devemos trabalhar: *kāma* e *krodha*, *rāga* e *dveśa*, *sukha* e *duḥkha*. *Kāma* e *krodha*, o desejo e a raiva são forças muito poderosas que devemos neutralizar. *Rāga* é apego. *Dveśa* é aversão. Finalmente, *sukha* e *duḥkha* são, respectivamente, alegria e tristeza. Aprendermos a lidar com essa gangorra emocional é o grande secreto para neutralizar o *saṁsāra* emocional.

Lembre que todos estes três partes de emoções são, o tempo todo, o filme que se projeta na tela. Ātma é a tela, o filme é o filme. Devemos sempre levar isto em consideração. Se o *saṁsāra* fosse intrínseco a Ātma, ao Ser, não poderíamos livrar-nos dele.

Porém, diante desta situação, Śrī Rāma diz: "As inúmeras vontades, os inúmeros apegos, as variedades do prazer, são todas as diferentes condições do psiquismo, e constituem as causas do sempre presente *saṁsāra*. Elas pertencem apenas ao psiquismo, já que estão ausentes no estado do sono profundo, quando o diálogo interno está inativo".

E, a constatação de que é possível livrar-se do *saṁsāra*, e que é verdade que o saṁsāra não é intrínseco a Ātma, segundo ele coloca, é a seguinte: "na ausência da atividade psíquica, a natureza de plenitude do Ser se manifesta". Portanto, quando estamos no estado de sono profundo, o *ahaṅkāra*, o ego e todos os seus conteúdos, preocupações, emoções, não estão presentes.

Conclusão: o *sofrimento* só existe por conta da identificação com os conteúdos do ego, pela identificação com ahaṅkāra e *mamakāra*, o ego e a ideia de sermos os donos, a crença no trio eu, meu e mim.

Na *Bṛhadāraṇyakopaniṣad* dá-se justamente esse exemplo: só Ātma Ilimitado, sem quaisquer conteúdos de *duḥkham*, de sofrimento. *Sukham*, a felicidade, é a minha natureza. Isto foi claramente explicado aqui por Śrī Rāma.

> अनाद्यविद्योद्भवबुद्धिबिम्बितो जीवः प्रकाशोऽयमितीर्यते चितः ।
>
> आत्माधियः साक्शितया पृथक्स्थितो बुध्द्यापरिच्छिन्नपरः स एव हि ॥ ४० ॥
>
> anādyavidyodbhavabuddhibimbito jīvaḥ prakāśo'yamitīryate citaḥ |
> ātmādhiyaḥ sākśitayā pṛthaksthito budhdyāparicchinnaparaḥ sa eva hi ‖ 40 ‖
>
> A luz da pura Consciência, refletida na inteligência (nascida da ignorância que, por sua vez, não teve início), é chamada *jīva*, o indivíduo encarnado. O Ser, apenas como uma testemunha, permanece separado de *buddhi*, a inteligência. Aquele que não é condicionado pela identificação com os pensamentos é, de fato, Paramātma, o Ser Supremo. 40.

Na criação de Īśvara, há algo que é *mithyā*, mas é tomado como conhecimento válido. Quando você diz "isto é uma flor", esse é conhecimento válido, obtido por um meio de conhecimento válido. Em contraste a esse, temos um conhecimento não válido. Chamamos eles de verdadeiro e falso, respectivamente. Aquilo que é tomado pela rosa real, é conhecimento válido, verdadeiro. Quando o objeto é diferente da flor, dizemos que o conhecimento é falso.

Śrī Rāma expõe aqui um elemento essencial para compreendermos a liberdade. Ele explicou anteriormente a Consciência como aquela Presença Absoluta, que é *asaṅghaḥ*, que é Ilimitada e não-dual, que não está limitade pelo espaço tempo, *satyam jñānam anantan* Brahman. *Ananta* significa que transcende o tempo e o espaço, que é infinita. Não há um lugar no espaço onde a Consciência esteja, que não seja todos os lugares, pois a Consciência é Ilimitada.

Igualmente, Rāma explica agora a Consciência noutros termos: "A luz da pura Consciência, refletida na inteligência (nascida da ignorância que, por sua vez, não teve início), é chamada *jīva*, o indivíduo encarnado". A Consciência, assim está expressada, manifestada, na forma de todos os *sūkṣmaśarīras* de todos seres vivos, na forma de um "reflexo" da luz, que é chamado *pratibimbaprakasaḥ*.

Quando essa Consciência, manifestada na forma do *jīva*, que poderíamos chamar Consciência "transacional", é manifestada, tem lugar a autoconsciência. A autoconsciência não está presente na ausência da individualidade. A mesa, por exemplo, nunca vai dizer "eu sou uma mesa", nem vai sair andando pelas próprias pernas. A voz "eu sou" está presente apenas no *jīva*, na presença do corpo sutil.

Quando a mente torna-se inativa durante o sonho, a autoconsciência, a individualidade, desaparece provisionalmente. O indivíduo não diz "estou a dormir". Portanto, cada indivíduo é constituído desses cinco elementos: *sthūla*, *sūkṣma* e *kāraṇaśarīras*, mais *jīvātma*, a individualidade, e Paramātma o Todo.

Quando a individualidade e o Todo revelam-se como sendo idênticos através do *bhagatyaga lakṣaṇa*, compreendo que, em verdade, transcendendo o *jīva* no qual estou manifestado, sou Īśvara, Ilimitado.

Para que haja um reflexo, *pratibimba*, deve haver, necessariamente, uma fonte de luz por um lado e, por outro, um corpo onde essa luz se reflita.

Quando o corpo sutil é associado com o *jīva*, com a autoconsciência, o corpo físico, por sua vez, é dotado dessa mesma autoconsciência. Quer uma prova? Belisque agora a sua pele. Portanto, o *kāraṇa*, o *sūkṣma* e o *sthūla śarīras* são os reflexos empíricos do Ser original. O reflexo deve ser ciente de ser um reflexo, e não uma entidade autoexistente, separada do Ser.

Os cientistas pensam, pelo contrário, que o *jīva*, a individualidade, é o que dá origem à Consciência. Quando o corpo que reflete a luz da Consciência não está presente, essa luz não é visível. Porém, isso não significa que ela não exista. É nesse ponto que entra o tema da confiança no ensinamento, *śraddhā*. O *jīva* é *buddhi bimbitaḥ*: "a luz da pura Consciência, refletida na inteligência, é chamada *jīva*, o indivíduo".

Cidabhasa, a luz da Consciência, é manifestada assim como individualidade e parece viver, ou "vive" o *vyavāhara*. Porém, essa Consciência é apenas *sākṣi*, a Testemunha, e é sempre diferente do seu reflexo, da mesma maneira que há sempre uma distância entre o corpo e o seu reflexo no espelho. Qual é a distância entre o indivíduo e o Todo? Não há distância, pois ambos são idênticos. Estão manifestados e coexistindo sempre, em todos os indivíduos, o tempo todo. O *jīva* é perecível. Ātma não é.

Há muitos *jīvas*, muitas individualidades, mas somente um Ātma, assim como à muitas ondas e apenas um oceano. Em alguns templos há duas mūrtis, duas deidades: uma fixa, chamada *mūlavar*, e outra móvel, da mesma deidade, que é levada nas procissões. Se o devoto não consegue chegar ao templo , é essa forma de Īśvara que irá até o devoto. Essa deidade "móvel" é chamada *utsavar*. Similarmente, a Consciência tem duas manifestações: Ātma e *jīva*.

Como vimos, Śrī Rāma introduziu nesta estrofe a definição de *jīva*, o ser vivente, autoconsciente. Esse jīva está dotado de *antaḥkaraṇa*, um psiquismo que, no caso do ser humano, é bastante sofisticado. Há muitos *jīvas*, plantas e animais, e seres humanos. O *jīva*, no reino vegetal, tem autoconsciência, mas esta é bastante simples. No reino animal, as manifestações do *jīva* são muito variadas e mais complexas.

Quando o *prārabdhakarma* amadurece, o *jīva* assume a forma de um ser vivo, seja vegetal, seja animal, seja ser humano e vai de encarnação em encarnação, da mesma maneira que os grampos num grampeador: quando termina um grupo de grampos, automaticamente o seguinte grupo fica na posição para que o grampeador continue a fazer o seu trabalho.

O Ser, como já vimos, é *satyam jñānam anantan* Brahman: como *jīva* é uma entidade flutuante, que muda constantemente; como Paramātma é uma Presença invariável, não flutuante. Paramātma é *sākṣi*, a Consciência original, a Testemunha que brilha com luz própria. *Jīva* é o reflexo desse brilho da Consciência, na forma de todos e cada um do seres vivos.

Quando o *jīva* colapsa, no fim do ciclo vital, Paramātma permanece. Um é empírico, o outro, transcendente. Paramātma não está limitado pelo intelecto ou nenhuma outra função. É Ilimitado. Rāma diz a esse respeito: "O Ser, apenas como uma testemunha, permanece separado de *buddhi*, a inteligência".

O ensinamento do Vedānta mostra que há uma existência absoluta, uma existência objetiva e uma existência subjetiva. Paramātma é a existência absoluta. Ele empresta existência para *buddhi*, que tem a existência objetiva, que por sua vez empresta existência para *ahaṅkāra*, que é a subjetividade através da qual o indivíduo percebe o mundo.

चिद्बिम्बसाक्ष्यात्मधियां प्रसङ्गतस्त्वेकत्र वासादनलाक्तलोहवत् ।

अन्योन्यमध्यासवशात्प्रतीयतेजडाजडत्वं च चिदात्मचेतसोः ॥ ४१ ॥

cidbimbasākśyātmadhiyāṁ prasaṅgatastvekatra vāsādanalāktalohavat |
anyonyamadhyāsavaśātpratīyate jaḍājaḍatvaṁ ca cidātmacetasoḥ ‖ 41 ‖

A Consciência do Ser e a inteligência individual, devido à sua proximidade, aparentam estar sobrepostas e confundem-se mutuamente, como o brilho e o metal incandescente. O resultado dessa superimposição é o ego. 41.

Cidbimbaḥ é o reflexo da Consciência na forma do *antaḥkarāṇa*: inteligência, ego e mente. Essa associação, essa *proximidade* entre a Consciência e a individualidade, é chamada em sânscrito de *prasaṅgataḥ*, que significa literalmente "estar muito próximo um do outro". *Cidātma* significa *Citsvārupa*: "aquele cuja natureza é a Consciência".

A Consciência não "comanda" a matéria. A Consciência não tem nenhuma propriedade. Não é matéria nem um fenômeno material. Podemos chamar a Consciência, por oposição à materia, de princípio espiritual. A Consciência, que é não material, aparenta ser, manifestada no corpo, como dotada de matéria.

A "proximidade" da Consciência, que empresta consciência para a mente, faz com que ela fique ativa. A mente, neste contexto, não é um fenômeno autoconsciente. O rosto não pertence ao espelho. O espelho é o reflexo. O exemplo vale para a mente também. A mente não é independente da Consciência. A sua existência, a sua consciência é emprestada do Ser.

A esse respeito, diz Śrī Rāma: "A Consciência do Ser e a inteligência individual, devido à sua proximidade, aparentam estar sobrepostas e confundem-se mutuamente, como o brilho e o metal incandescente". Este é, igualmente um exemplo clássico do Vedānta: uma bola de ferro é colocada num forno. Ao esquentar, ela brilha com o próprio fogo. Porém, o brilho do ferro não é do ferro. Ele pertence ao fogo. A bola de ferro está "permeada" pelo fogo, por assim dizer, mas o brilho não é do ferro.

Similarmente, a senciência pertence ao Ser, à Consciência. Pela "proximidade", diz Rāma, com a Consciência, o corpomente *parece ter* consciência independente, quando a verdade é que essa senciência é "emprestada" do Ser. A forma esférica pertence ao ferro. O brilho não é intrínseco a ele. O calor não é intrínseco a ele. O brilho e o calor pertencem ao fogo, com o qual o ferro fica, circunstancialmente, associado. Desta maneira fica explicada a senciência do corpomente, que é emprestada da Consciência.

A Consciência não é, nem pode ser encontrada, nas diversas manifestações da matéria. Esse é um grande debate na ciência atual. E o problema só piora. Recentemente li um artigo numa revista australiana em que dois cientistas apostam que a natureza da Consciência será desvendada em mais 25 anos. Porém, também se especula que o problema nunca seja desvendado. Quando li isso, sorri. Os cientistas estão a buscar no lugar errado, usando o meio de conhecimento equivocado.

A Consciência aparenta ser um fenômeno material.

A mente aparenta ser uma entidade consciente separada.

Essa é a Ordem de Īśvara, manifestada com o poder de ocultação de *māyā*.

गुरोः सकाशादपि वेदवाक्यतः सञ्जातविद्यानुभवो निरीक्ष्य तम् ।

स्वात्मानमात्मस्थमुपाधिवर्जितं त्यजेदशेषं जडमात्मगोचरम् ॥ ४२ ॥

guroḥ sakāśādapi vedavākyataḥ sañjātavidyānubhavo nirīkṣya tam |
svātmānamātmasthamupādhivarjitaṁ tyajedaśeṣaṁ jaḍamātmagocaram ‖ 42 ‖

Quando, pela graça do mestre, bem como pela profunda contemplação sobre o verdadeiro significado das grandes afirmações védicas, é obtido o conhecimento de Brahman, o indivíduo torna-se capaz de ver, em seu próprio coração, esse puro Ser, que é sempre não-condicionado. Consequentemente, que ele abandone todo apego às coisas do mundo que são percebidas pelos órgãos sensoriais. 42.

Toda a jornada do *mumukṣu* pode ser resumida à compreensão da diferença e identidade entre jīvātma e Paramātma. O grande segredo é separar o joio do trigo, em quatro palavras, como diz o *Tattvabodha*. Como é que você vai separar *jīvātma* de Paramātma? Fisicamente, isso não é possível. O guru não consegue fazer isso.

Esse discernimento consiste na exposição sistemática, ao longo de alguns anos, ao ensinamento. No início pode haver dúvidas, confusão, compreensão parcial, compreensão equivocada e outras situações. É por isso que o Vedānta encoraja o questionamento, o diálogo entre o professor e o estudante. O estudante deve perguntar e preguntar, até que todas as dúvidas sejam esclarecidas. O *mananam* dá clareza, o *nididhyāsana* dá convicção.

Aquilo que precisa ser compreendido é que esta individualidade, este *jīva*, é idêntico a Brahman: *tat tvam'asi*, "tu és Isso". Todas as outras frases do texto, bem como todas as demais afirmações de todos os Śāstras, apontam para esta equação, tentam explicá-la, exemplificá-la e esclarecê-la. O mestre *não é* o meio de conhecimento, mas aquele que expõe o meio de conhecimento. O meio de conhecimento é o Veda, através dos *mahavākyas*, as grandes afirmações, que são explicadas pelo professor.

O mestre só é mestre quando segue o *śāstra*. Aqui, devemos deixar de lado todos os tipos de especulação, opiniões pessoais ou buscas no dicionário. E deixar de lado as traduções ruins dos *śāstras*, que não estejam baseadas na visão clara do *paramparā*.

Diz Śrī Rāma no início do *śloka*: "Quando, pela graça do mestre, bem como pela profunda contemplação sobre o verdadeiro significado das grandes afirmações védicas, é obtido o conhecimento de Brahman, o indivíduo torna-se capaz de ver, em seu próprio coração, esse puro Ser, que é sempre não-condicionado".

O conhecimento claro mostra ao estudante que ele é *aparokṣajñānam*, a natureza real, que está presente e manifestada no complexo corpomente, como a Consciência invariável. A Consciência, ainda que manifestada no corpomente, não está limitada por nenhuma das limitações inerentes a ele.

Quando o filme é projetado na tela, a tela não é afetada por essa projeção. Nem pela ausência do filme, quando há um intervalo. Durante a projeção, a tela está intocada. Depois da projeção, a tela permanece intocada. Compreendendo isto, diz Rāma, que o estudante "abandone (*tyagaḥ*) todo apego às coisas do mundo que são percebidas pelos órgãos sensoriais".

Renunciar ao corpomente significa renunciar à identificação com ele, e a todos os *rāgas* e *dveśas*, aos apegos e aversões que possam surgir associados com ele. Isso está num verso da *Bhagavadgītā*: a renúncia mais elevada é abandonar *rāgas* e *dveśas*.

Swāmi Dayānanda costumava usar o exemplo dos jñānis do norte e do sul da Índia. Quando diante de opções de alimento do norte e do sul, o *jñānin* do sul irá direto ao *idli*, enquanto que o *jñānin* do norte irá direto à *parantha*. Podemos ter preferências, de fato, mas não devemos nos deixar governar por elas.

Nem aqui no Āśram, nem em nenhum outro lugar. O alimento que for oferecido, é o alimento correto, para o *jñānin*. Não há diferença física entre o *jñānin* e o estudante. Não há nenhuma diferença perceptível desde o ponto de vista físico. pode, então, haver preferencias no *jñānin*, mas não rāgas e dveśas.

प्रकाशरूपोऽहमजोऽहमद्वयोऽसकृद्विभातोऽहमतीव निर्मलः ।

विशुद्धविज्ञानघनो निरामयः सम्पूर्ण आनन्दमयोऽहमक्रियः ॥ ४३ ॥

prakāśarūpo'hamajo'hamadvayo'sakṛdvibhāto'hamatīva nirmalaḥ |
viśuddhavijñānaghano nirāmayaḥ sampūrṇa ānandamayo'hamakriyaḥ || 43 ||

Eu sou autoefulgente, não-nascido, não-dual. Eu sou a sempre resplandecente Luz da Consciência. Sou Consciência, imaculadamente pura e não contaminada. Eu sou completo, infalível, ilimitado e pleno. Eu não realizo as ações. 43.

Esta é a síntese da instrução, do *upadeśa*, contido no *mahavākya*, na grande afirmação védica *ahaṁ Brahmā'smi*, "eu sou Brahman". *Caitanya* é a luz das luzes, a Consciência das consciências. É preciso reconhecer que Ātma é Consciência. Depois de termos compreendido isso, a palavra *satya* pode ser usada para designar até mesmo o pote. O problema não é que o Vedānta seja difícil. O problema é que alguém dentro de nós não quer que o problema seja resolvido. Tem uma criança nos boicotando desde dentro.

O estudante que fez *śravaṇam*, *mananan* e *nididhyāsana* (ouvir o ensinamento, questionar o ensinamento e contemplar o ensinamento) por tempo suficiente, depois de ter compreendido a natureza real do Ser, medita desta maneira: "Eu sou autoefulgente, não-nascido, não-dual. Eu sou a sempre resplandecente Luz da Consciência. Sou Consciência, imaculadamente pura e não contaminada. Eu sou completo, infalível, ilimitado e pleno".

Os olhos e demais sentidos são iluminados pela mente que, por sua vez, é iluminada pelo ego que, por sua vez é iluminado pela inteligência que, por sua vez, é iluminada pela Consciência. Cidabhasa é o nome dado à autoefulgência da Consciência. Portanto, a luz das luzes, *jyotirjyotiḥ*, ilumina tudo e todos. A Consciência é a luz. No *ārati*, a chama da cânfora simboliza essa luz da Consciência. A própria cânfora é iluminada pela Consciência.

Eu sou *prakasarūpaḥ*, a própria forma da luz. Todas as expressões e formas da luz, todos os reflexos, derivam de paramjyoti, a luz eterna, que é a luz da Consciência. Essa luz não nasceu. Todas as suas manifestações são reflexos dela, que nunca é tocada pelo que ela ilumina. A luz sempre foi usada com símbolo da Consciência. A luz permeia a sala e ilumina todos os objetos. Mas ela não é tocada, nem afetada, por aquilo que ilumina. Diz Rāma, a Consciência é *atīva nirmalaḥ*, sempre pura, imaculada, não tocada por aquilo que revela.

Um estudante razoavelmente qualificado terá a capacidade de compreender a natureza real. *Satyam jñānam anantan* Brahman é essa natureza real do Ser. Os *mahāvākyas* revelam essa natureza real. Essas afirmações revelam a mim mesmo como Ilimitado. Os *śāstras* dão, ao mesmo tempo, *parokṣa* e *aparokṣa jñānam*. O estudante pode afirmar *aham Brahmaʾsmi*. Sem contradições, sem reservas.

Quando essa necessária qualificação não estiver presente, é a própria mente do estudante que questiona: "você é Brahman? Tem certeza?" A emditação vedāntica não é para *mokṣa*, mas para obter-se o *antaḥkaraṇaśuddhi*, a purificação psíquica prévia a *mokṣa*. Nada pode dar *mokṣa* para você, nem sequer Deus. Portanto, a meditação não é para *mokṣa*, nem para desfrutar de uma experiência mística, nem para obter autoconhecimento. A meditação é para o *nididhyāsana*, como veremos no *śloka* 46.

Nada nem ninguém pode entregar para você aquilo que você já é. Se você fosse pedir para Deus uma cabeça, o que acha que teria como resposta? Você já tem uma cabeça. Vai ficar feio com duas. Você não pode ganhar aquilo que já tem. Você não pode ganhar aquilo que já é. Isso é impossível, pois você já é *Cit*, a Consciência autoefulgente, que brilha por sempre. Você já é a Consciência Ilimitada, Brahman.

As expressões *sajatyabheda* e *vijatyabheda* referem-se a diferentes grupos de objetos. A expressão *sajatyabheda* refere-se às diferenças entre indivíduos ou objetos de uma mesma espécie, como por exemplo entre cavalos de raças diferentes. Já o *vijatyabheda* faz referência à diferença entre membros ou objetos de diferentes categorias, como quando você compara um cavalo com um camelo.

Svagatabheda, por seu lado, é outra expressão ainda, que se refere às diferencas internas, que podem ser encontradas dentro de um mesmo indivíduo. Ātma é livre de todas essas categorizações, pois não há dois Ātmas. A Consciência é Una. Única. No entanto, parece haver um *vijatyabheda*, uma diferença entre *jīva* e *māyā*.

Experienciamos a matéria mas, desde o *vyavāhara*, desde a identificação com as experiências, não aceitamos a não-dualidade. Experienciamos o pote, mas não aceitamos a existência do pote como separado da argila. Não podemos nem devemos separar o pote da argila. Não há diferença, portanto, entre *jīva* e *māyā*.

Não há nada que esteja distante nem que seja diferente de mim. Como é que vou alimentar novos desejos depois de perceber isso? Conclui a estrofe: "Eu sou completo, infalível, ilimitado e pleno. Eu não realizo as ações".

> सदैव मुक्तोऽहमचिन्त्यशक्तिमानतीन्द्रियज्ञानमविक्रियात्मकः ।
> अनन्तपारोऽहमहर्निशं बुधैर्विभावितोऽहं हृदि वेदवादिभिः ॥ ४४ ॥
>
> sadaiva mukto'hamacintyaśaktimānatīndriyajñānamavikriyātmakaḥ |
> anantapāro'hamaharniśaṁ budhairvibhāvito'haṁ hṛdi vedavādibhiḥ ‖ 44 ‖
>
> Eu sou sempre livre. Sou o poder que subjaz no universo, que nenhuma inteligência pode conceber. Sou o puro Conhecimento que está para além da percepção dos órgãos sensoriais. Sou imutável, ilimitado, infinito. Os sábios versados nos Vedas, em seus corações, meditam sobre Mim dia e noite. 44.

Os *jijñāsuḥs* e *mumukṣus*, focados em *mokṣa*, contemplam o Ser através desta meditação. Através dela, compreendemos que nós mesmos somos o objeto de conhecimento. *Vibhavitohaṁ* significa "eu medito

sobre". Até mesmo naqueles que ignoram o Ser, ele está presente. *Anantaparaḥ* é eu sou infinito: não tenho início nem fim.

Eu sou sempre liberto: fui liberto no passado, sou liberto agora, serei liberto no futuro. Sou liberto na vigília, no sono e no sonho. Sou liberto em todos os lugares, sob quaisquer condições. Nunca estive condicionado, não estou condicionado, não serei condicionado no futuro. Meu poder é imensurável. Eu sou a fonte da onipotência de Īśvara: sou o criador, o sustentador e o destruidor da criação.

O jñāni não afirma que o conhecimento o libertou a partir de um certo ponto na linha do tempo. Pelo contrário: ele reconhece apenas que sempre foi liberto. A minha natureza é a Consciência. Consciência que não é perceptível através dos órgãos dos sentidos. "Sou o puro Conhecimento que está para além da percepção dos órgãos sensoriais", diz este *śloka*.

"Sou imutável, ilimitado, infinito", livre de todas as limitações do tempo-espaco. Śrī Rāma conclui a estrofe afirmando que "os sábios versados nos Vedas (*vivekis*, *vedavadis*), em seus corações, meditam sobre Mim (o Ilimitado) dia e noite". Não há mais lugar para a solidão ou para o desamparo no coração da pessoa que conhece a si mesma pois está na melhor das companhias: ela mesma.

Acityaśaktimān é a palavra que se refere a Māyāśakti. Uma vez que afirmo ser o Ilimitado, afirmo igualmente "sou Īśvara". A "associação" da Consciência com *māyā* é o que permite ao *jñānin* dizer isso.

एवं सदात्मानमखण्डितात्मना विचारमाणस्य विशुद्धभावना ।
हन्यादविद्यामचिरेण कारकै रसायनं यद्वदुपासितं रुजः ॥ ४५ ॥

evaṁ sadātmānamakhaṇḍitātmanā vicāramāṇasya viśuddhabhāvanā |
hanyādavidyāmacireṇa kārakai rasāyanaṁ yadvadupāsītāṁ rujaḥ ‖ 45 ‖

> Desta maneira (*evaṁ*) se continuadamente, expusermos a mente à afirmação "eu sou Brahman", *aham Brahma'smi*, o especial conhecimento que dela surge, remove como um clarão, todas as formas de ignorância existencial e sua consequência, que é a percepção da pluralidade [onde deveria perceber-se unidade], da mesma maneira que a medicina, tomada regularmente, remove uma doença e ela mesma, espontaneamente, é também eliminada pelo corpo. 45.

Se você vê fumaça na ladeira de uma montanha, conclui que ela está pegando fogo. Mesmo sem você ver diretamente o fogo, você sabe que há fogo, porque sem fogo não há fumaça. Assim como neste caso, em muitas outras situações usamos a inferência na vida.

Quando você ouve os sons, e os reconhece como palavras, você usa a inferência para estabelecer o sentido dessas palavras. O conhecedor de uma determinada língua é capaz de reconhecer o sentido das palavras dela. Para ele, essas palavras deixam de ser apenas sons para se tornarem veículos para o conhecimento.

Viśuddhabhāvanā significa "claro conhecimento", e é uma expressão que aponta para aquela visão na qual não resta nenhuma dúvida, em nenhum recanto da mente. Nenhuma objeção. Nenhuma reserva. Até essa clareza não ficar definitivamente firme na minha mente, devo continuar com o processo de *śravaṇam*, *mananan* e *nididhyāsana*, ouvir o ensinamento, questionar o ensinamento e contemplar sobre ele.

Quando a ignorância é removida, as superimposições e a identificação com a dualidade desaparecem, como quando acordamos de um sonho, ponto a partir do qual o universo onírico se desintegra por completo. Essa visão clara muda a nossa apreciação da realidade. Não nos deixamos mais confundir pelas aparências advindas da subjetividade da mente, ou da relatividade do mundo.

Ainda que diante de *mithyā*, aquilo que é relativo, nunca perco de vista a apreciação de *satya*, o que é real. Quando você acorda de um pesadelo, por ruim que este seja, o *vāsanā* que produziu a aflição no sonho desaparece por completo. Não resta nada de sofrimento, depois do despertar. O mesmo vale para o despertar que mostra a diferença entre *mithyā* e *satya*, o relativo e o real.

Śrī Rāma menciona o *rasāyanaṁ*, a medicina que cura essa distorção na apreciação do real, que nos deixa sumidos na aflição e no sofrimento: "se continuadamente, expusermos a mente à afirmação "eu sou Brahman", o especial conhecimento que dela surge remove como um clarão, todas as formas de ignorância existencial e sua consequência, que é a percepção da pluralidade, da mesma maneira que a medicina, tomada regularmente, remove uma doença e ela mesma, espontaneamente, é também eliminada pelo corpo".

Estamos portanto, dentro de um processo gradual de eliminação da ignorância existencial e de nos firmar dentro da visão clara daquilo que somos: Ātma.

विविक्त आसीन उपारतेन्द्रियो विनिर्जितात्मा विमलान्तराशयः ।

विभावयेदेकमनन्यसाधनो विज्ञानदृक्केवल आत्मसंस्थितः ॥ ४६ ॥

vivikta āsīna upāratendriyo vinirjitātmā vimalāntarāśayaḥ |
vibhāvayedekamananyasādhano vijñānadṛkkevala ātmasaṁsthitaḥ || 46 ||

> Recolhendo-se num lugar tranquilo, desprendendo os órgãos sensoriais da influência dos objetos externos, *conquistando* o corpo [*i.e.*, mantendo-o firme e imóvel], aquietando as flutuações da mente, centrado no propósito da calma meditação e absorvido de todos os demais *sādhanas* (práticas), o praticante deve estabilizar-se firmemente na contemplação da fonte da vida, que é o Ser. 46.

O Vedānta não se estuda para demonstrar para outras pessoas alguma coisa, nem por diletantismo. Às vezes a pessoa diz que atravessou quinze Upaniṣads mas, diante dessa afirmação, Swāmi Chinmayānanda perguntava: "por quantas Upaniṣads você se permitiu ser atravessado?" Quanto do autoconhecimento ficou com você, para mais além do orgulho ou da identificação com o "ego espiritual"? Esta transformação requer um longo tempo de *nididhyāsana*, contemplação. Esse é o tema do presente *śloka*.

Chega um momento em que, de tanto ouvir o ensinamento, a pessoa não aprende mais nada, não assimila mais nada. Esse e o ponto para entrar no *nididhyāsana*. O ensinamento deve sempre ficar presente no *background* da mente do *jñānin*, da mesma maneira que o músico tem sempre presente o som do tampura no fundo. Enquanto o *vyavāhara* continua, devemos permanecer conscientes de que, como o Ātma que somos, não somos os fazedores das ações, como indicou o *śloka* anterior.

A palavra *nididhyāsana* deriva da raiz *dhi*, que significa meditar. Está na forma desiderativa. A raiz contém o prefixo *ni*, que denota intensidade. *Nididhi*, portanto, é intenso foco na meditação. A

meditação vedántica deve vir depois de a pessoa ter se exposto a *śravaṇam* e *mananan* por um certo período. Antes de chegar nesse ponto, a pessoa pode alternativamente praticar outras formas de meditação como por exemplo o *upāsana*, a meditação sobre o *istadevatta*, a deidade de eleição pessoal, ou outras práticas que envolvam visualizações de alguma das infindaves formas de Īśvara.

Esse *iṣṭadevattādhyāna* é, portanto, uma forma de *upāsana*. Outra maneira é meditar sobre nirguṇa caitanya, a Consciência sem atributos, que é a própria "forma sem forma" do Ser. Os passos preparatórios são descritos nesta estrofe. O primeiro é encontrar um lugar tranquilo para fazer a prática. Nas cidades é difícil encontrar um lugar assim, e é justamente por isso que é importante criarmos em casa um ambiente propício e conduzente para a meditação.

O segundo passo é o *pratyāhāra*, ou "desligar" os órgãos sensoriais da influência dos objetos externos. Isto é, fechar os olhos (ou deixá-los entreabertos, caso fiquemos com sono), recolher em direção ao interior a audição, o tato e demais sentidos. O terceiro passo é a "conquista" do corpo, assumir uma postura firme e ao mesmo tempo confortável.

O próximo passo é aquietar as flutuações da mente, centrando-nos no propósito da calma meditação, *vimalantarayaḥ*. Todas as demais responsabilidades, como vimos no início do texto, podem ser reduzidas, para abrir espaço no nosso cotidiano para a meditação. Entreguemos todas as formas de apego a Īśvara. Entreguemos todos os relacionamentos a Īśvara. Provisionalmente, pelo menos durante a prática, podemos pensar assim.

A postura sentada para meditar, idealmente, deve ser solitária, *kevala*. A meditação grupal tem o seu valor, mas quando no cotidiano não tivermos o suporte de um grupo, devemos desenvolver o apreço pela meditação solitária. O mestre pode ser invocado na prática meditativa, para lembrar, através dele, o ensinamento.

A última recomendação que Śrī Rāma nos faz é a seguinte: "absorvido de todos os demais *sādhanas*, o praticante deve estabilizar-se firmemente na contemplação da fonte da vida, que é o Ser". O Ser, aqui, evidentemente, não é a individualidade, *jīva*, mas Paramātma, o Ilimitado.

Sintetizando, Śrī Rāma dá aqui uma lista de cinco itens que são necessários para estabelecer adequadamente o *nididhyāsana*, a contemplação:

1) Encontrar um momento e um lugar silencioso e tranquilo (*vivikte*), que nos disponha para uma atitude receptiva e para a internalização da atenção, onde as influências externas sejam minimizadas e onde você possa se sentir bem consigo mesmo, em solidão. O sexto capítulo da *Bhagavadgītā* descreve esse lugar ideal para a prática.

2) Estabelecer a calma firmeza dos órgãos sensoriais, de maneira que eles possam se desprender dos objetos sobre os quais habitualmente se fixam. Isso evita as distrações exteriores e predispõe a mente para a concentração.

3) Cultivar a quietude e a estabilidade na postura física (*sthiramāsanam*), sentada, o que nos permite ficar por um bom tempo em contemplação. Recomenda-se permanecer em meditação durante um *muhurta*, uma unidade de tempo de 48 minutos.

4) Manter uma disposição para a purificação da mente que nos permita abrir mão de todas as demais práticas *yogikas* que possamos ter feito até o momento. Às vezes, o apego às técnicas nos impede de continuarmos crescendo através delas.

5) Finalmente, uma vez separado de todas as influências externas, e havendo minimizado os fatores de distração interior, Śrī Rāma recomenda a contemplação sobre o Ser ilimitado, pela repetição mental dos *mahavākyas* conjuntamente com a reflexão sobre seus significados.

विश्वं यदेतत्परमात्मदर्शनं विलापयेदात्मनि सर्वकारणे ।

पूर्णश्चिदानन्दमयोऽवतिष्ठते न वेद बाह्यं न च किञ्चिदान्तरम् ॥ ४७ ॥

viśvaṁ yadetatparamātmadarśanaṁ vilāpayedātmani sarvakāraṇe
pūrṇaścidānandamayo'vatiṣṭhate na veda bāhyaṁ na ca kiñcidāntaram ‖ 47 ‖

Este mundo dinâmico de criaturas e objetos que percebemos, são nem mais nem menos, do que Paramātma, o Ser dos seres. A pessoa deve meditar nesse Ser, que é a causa de tudo. Aquele que atinge esse estado, *dissolve* [seu ego-mente] no Ser ilimitado e pleno, e permanece como que *ausente* em relação ao mundo da pluralidade, tanto *dentro* como *fora* dele mesmo. 47.

Para meditar no Ser que sou, cuja natureza é não-dual, recomenda Śrī Rāma, devemos dissolver o ego-mente no Ilimitado. Que você possa "engolir" o Universo inteiro, com todas as suas galáxias. Que você possa integrar em si mesmo todo o cosmos. Pois, se Ātma é a causa de tudo, o Universo é a consequência. Pense aqui comigo: se você é a causa do Universo, então tudo o que existe é consequência da sua presença, enquanto Ser, enquanto Ilimitado.

A pessoa que compreende a natureza do pote, compreenderá que, mais além do nome e forma, o pote é argila e mais nada. O nome e forma é insubstancial. Não há uma substância chamada pote. Só há argila. Não há pote, portanto, separado da argila. Tocar o pote é tocar a argila. Não podemos separar o pote da argila. Como é que vou "dissolver" o pote na argila, para usar a expressão de Rāma? Não preciso quebrá-lo, mas apenas compreender que, a natureza do pote, é a argila.

A dissolução acontece através do autoconhecimento. Similarmente, o *jñāni* vê, para mais além dos nomes, formas e funções, a Consciência, em tudo e em todos. Nome, forma e função: é a isso que se reduz o Universo. Todo objeto é *mithyā*, depende da presença da Consciência para existir. Compreender o mundo como *mithyā* é resolver o mundo em *satya*, no real. Compreender que não há mundo separado de Mim, a Consciência.

Śrī Ādi Śaṅkarācārya compôs uma série de poemas que são excelentes suportes para o *nididhyāsana*, pois revelam a condição da Consciência manifestada nas miríades dos nomes e formas, como por exemplo o *advaitapañcakam*, o *nirvāṇasaktam*, o *sādhanapañcakam*, e tantos outros. Esse é a meditação vedántica que Rāma recomenda aqui.

पूर्वं समाधेरखिलं विचिन्तयेदोङ्कारमात्रं सचराचरं जगत् ।

तदेव वाच्यं प्रणवो हि वाचको विभाव्यतेऽज्ञानवशान्न बोधतः ॥ ४८ ॥

pūrvaṁ samādherakhilaṁ vicintayedoṅkāramātraṁ sacarācaraṁ jagat ‖
tadeva vācyaṁ praṇavo hi vācako vibhāvyate'jñānavaśānna bodhataḥ ‖ 48 ‖

> Antes de alcançar essa absorção total (*samādhi*), contemple o inteiro universo de nomes e formas, aquilo que se move e o que permanece imóvel, como o próprio *Oṅkāra*, a sílaba sagrada Oṁ. O Oṁ é um símbolo sonoro que representa a totalidade cósmica. Esta [dualidade] aparece por conta da ignorância, mas nunca em presença do Conhecimento direto. Esta prática é válida apenas antes de se obter o Conhecimento direto; nunca depois. 48.

Os *śāstras* revelam varios método da meditação vedántica. Uma delas usa o Oṅkāra como um suporte, com uma ferramenta que a pessoa pode usar, se for útil para ela. Essa meditação é apresentada na *Māṇḍūkyopaniṣad*. Cinco mantras dessa Upaniṣad são dedicados a essa meditação, e nela se fala sobre os quatro constituíntes do Oṅkāra, ou mantra Oṁ. A vogal *o* é um ditongo, a combinação do som do *a* mais o som do *u*: *a*+*u*=*o*. Esses são os dois primeiros elementos do mantra Oṁ. O terceiro elemento é a consoante *ṁ*. O quarto elemento é o silêncio que segue ao mantra.

a + u + ṁ + silêncio = Oṁ

A primeira vocal, *a*, representa o estado de consciência que é a vigília.

A segunda vocal, *u*, representa o estado de consciência que é o sonho.

A consoante *ṁ*, representa o estado de consciência que é o sono.

Há mais correlações entre esse elementos, que serão desvendados no próximo *śloka*. Cada um desses elementos, por sua vez, está associado a um dos três corpos, denso, sutil e causal, e a cada uma das manifestações da forca criativa no universo, macrocosmos, mundo humano e microcosmos. E tudo se resolve no silêncio que segue ao mantra. O silêncio representa a Consciência que está presente em tudo e em todos. Esse silêncio é o símbolo da Consciência, como diz o décimo segundo mantra da *Māṇḍūkyopaniṣad*. Antes do silêncio, o Oṅkāra. Depois, apenas Consciência.

O propósito do *nididhyāsana*, como já vimos, não é ganhar novas experiências, e muito menos para obter *mokṣa*. O propósito do *nididhyāsana* é o *viparītabhāvana nivṛtti*, a remoção da ignorância ou das dúvidas. O fato de que *Brahmasatyam jagadmithyā* não pode revestir nenhuma dúvida para mim. *Brahmasatyam jagadmithyā* significa que o Ser Ilimitado é o Real, e o mundo depende da presença desse Ser Real para existir, que o mundo e mithyā, que o mundo é dependente, para existir, da presença do Ser.

Viparyaya é oposto ou contrário. No presente contexto, *viparyaya* aponta para o contrário do ensinamento que diz que *Brahmasatyam jagadmithyā*. *Brahmabhāvana*, o fato de que eu sou Ilimitado, é o certo. *Jīvabhāvana*, a crença de que eu sou o corpomente limitado, é o oposto do certo, *viparyaya*. Assim, o *nididhyāsana* requere-se de maneira consistente, por um longo período, para afiançar a visão do Real.

Śrī Rāma diz: “antes de alcançar essa absorção total (*samādhi*), contemple o inteiro universo de nomes e formas, aquilo que se move e o que permanece imóvel, como o próprio *Oṅkāra*, a sílaba sagrada Oṁ”. O *pranāva* Oṁ é a forma em que o Ilimitado é revelado na forma do cosmos, diz aqui Rāma. Depois de contemplar essa aparente divisão do mundo, “aquilo que se move e o que permanece imóvel” o praticante deve passar à contemplação do não-dual.

Depois, continua Śrī Rāma, a meditação muda o seu foco, já que "o Oṁ é um símbolo sonoro que representa a totalidade cósmica". Desta maneira, dá-se o salto da observação da aparente dualidade para a contemplação do não-dual, para o qual aponta o Oṁ.

O processo meditativo, como foi indicado na estrofe 46, segue a estrutura do Yogadarśana de Patañjali: *āsana*, *prāṇāyāma*, *pratyāhāra*, *dhāraṇā*, *dhyāna* e *samādhi*. Fixar a mente é o *dhāraṇā*, a concentração. Manter o foco no objeto de meditação é *dhyāna*. Quando já não há mais distrações, surge a experiência do *samādhi*. *Samādhi* não é um trance, mas uma absorção. Manter o foco ininterrompidamente é *samādhi*. Śrī Kṛṣṇa aborda igualmente o *samādhi* no sexto capítulo da *Bhagavadgītā*.

> अकारसंज्ञः पुरुषो हि विश्वको ह्युकारकस्तैजस ईर्यते क्रमात् ।
>
> प्राज्ञो मकारः परिपठ्यतेऽखिलैः समाधिपूर्वं न तु तत्त्वतो भवेत् ॥ ४९ ॥
>
> akārasaṁjñaḥ puruṣo hi viśvako hyukārakastaijasa īryate kramāt |
> prājño makāraḥ paripaṭhyate'khilaiḥ samādhipūrvaṁ na tu tattvato bhavet ‖ 49 ‖
>
> Os *ṛṣis* da Idade Védica declaram que *akāra* (a letra *a*) representa a pessoa em estado de vigília, *ukāra* (a letra *u*) representa o sonhador e *makāra* (a letra *ṁ*) representa o que dorme. Essas distinções são todas válidas apenas antes do *samādhi*, e podem ser descartadas quando é conhecida a natureza absoluta da Realidade. 49.

Na *Māṇḍūkyopaniṣad*, afirma-se que tudo o que existe é Oṁ: presente, passado e futuro, são apenas expressões da sílaba sagrada Oṁ. Aquilo que transcende a divisão tripartida do tempo (*trikala*), é igualmente a sílaba Oṁ. Esta estrofe ensina que os três sons que, combinados, constituem o mantra Oṁ (*a* + *u* + *ṁ* = *Oṁ*), representam respectivamente, os três estados de consciência, vigília, sonho e sono: *a* = vigília; *u* = sonho; e *ṁ* = sono (respectivamente, *viśva*, *taijasa* e *prajña*).

Viśva é a pessoa no estado de vigília, representado pela letra *a*. Quando ela está nesse estado de consciência, os outros dois estados de consciência, sonho e sonho, desaparecem. Como vimos anteriormente, esses estados de consciência são mutuamente excludentes. *Taijasa* é a pessoa no estado de sonho, representado pela letra *u*. *Prajña* é a pessoa no sono profundo, apontado pela letra *ṁ*.

A glória do professor é a glória do *śāstra*. O próprio Rāma, aqui, não reivindica nada diferente. Quando o professor pretende alçar-se por cima do *śāstra*, o seu ensinamento e o grupo torna-se uma seita. Todos os professores da tradição, começam sempre a instrução fazendo um reconhecimento, uma reverência ao *paramparā*, à linhagem dos professores, e ao seus próprios mestres.

Somente a argila é. O fato de ser pertence à argila. Quando a argila não está presente, o pote perde a sua potidade. O pote deixa de ser pote. A verdade é que não há pote. Só existe a argila. Mesmo quando usamos as expressões habituais características da nossa linguagem, e expressões como pote de argila, como já vimos, isso não tira a realidade das coisas. Você não precisa mudar a forma de expressar-se, ainda que tenha compreendido isto. É assim que o vyavāhara, o mundo relativo é, e devemos respeitar o fato para não nos alienar desse mundo relativo.

विश्वं त्वकारं पुरुषं विलापयेदुकारमध्ये बहुधा व्यवस्थितम् ।

ततो मकारे प्रविलाप्य तैजसं द्वितीयवर्णं प्रणवस्य चान्तिमे ॥ ५० ॥

viśvaṁ tvakāraṁ puruṣaṁ vilāpayedukāramadhye bahudhā vyavasthitam |
tato makāre pravilāpya taijasaṁ dvitīyavarṇaṁ praṇavasya cāntime ‖ 50 ‖

O som da letra *a* no mantra Oṁ representa o *viśvajīva*, que se expressa de mil formas, paralelamente à sua expressão macro-cósmica como Virāt, e pode se *fundir* com o som da letra *u*, que representa o *taijasajīva*, junto com sua expressão macro-cósmica, que é Hiraṇyagarbha. Agora, a letra *u*, a segunda do mantra Oṁ, pode se *fundir* no som da letra *ṁ*, a última do som tríplice que configura o *praṇava* Oṁ. 50.

O Oṁ não é um símbolo em forma de imagem, mas em forma de som. Esse símbolo representa um som, constituído por três elementos, que se relacionam da seguinte maneira com os estados de consciência individuais:

A) A letra *a* é o estado de vigília e todo o que vem junto com ele no estado de *viśva*: os papéis que representamos na sociedade, a identificação com o *kartā*, o fazedor, e com o *bhokta*, o apego aos resultados das ações, etc.

B) A letra *u* está relacionada com o estado de sonho e com o *taijasa*, literalmente, "aquele que brilha", o sonhador; e

C) A letra *ṁ* se relaciona com o estado de sono profundo e com o *prajñajīva*, o ser vivente em suspensão da atividade psíquica, *nirodhaḥ*, que é característica do sono sem sonhos.

Quando verbalizamos o mantra, podemos perceber que o som *a* se *dissolve* no *u*, e o som *u* se *dissolve* no *ṁ*. O próximo *śloka* continua com este assunto, elaborando ainda mais sobre ele.

Vilāpayedukāramadhye: que o *a* se "funda" no *u*.

A = *viśva, sthūlaśarīra, sthūlaprapañca*, vigília

U = *taijasa, sūkṣmaśarīra, sūkṣmaprapañca*, sonho

Ṁ = *prajña, kāraṇaśarīra, kāraṇaprapañca*, sono

No *vyavāhara*, no mundo relativo, sempre vejo a luz da lua, e sempre chamo ela de luz, embora saiba perfeitamente que a lua não tem luz própria, que ela apenas reflete a luz do sol. Isso é o que chamamos "resolver o mundo". O *a* resolve-se no *u*, o *u* resolve-se no *ṁ*: O sapo engole a mosca e é, por sua vez, engolido pela serpente. O *u* "engole" o *a* e é, por sua vez, "engolido" pelo *ṁ*.

मकारमप्यात्मनि चिद्घने परे विलापयेत्प्राज्ञमपीह कारणम् ।

सोहं परं ब्रह्म सदा विमुक्तिमद्विज्ञानदृङ् मुक्त उपाधितोऽमलः ॥ ५१ ॥

makāramapyātmani cidghane pare vilāpayetprājñamapīha kāraṇam |
so'haṁ paraṁ brahma sadā vimuktimadvijñānadṛṅ mukta upādhito'malaḥ ‖ 51 ‖

Que o som da letra *ṁ*, que representa o *prājñajīva*, que é a causa tanto do *viśvajīva* como do *taijasajīva*, possa dissolver-se em Paramātma, na *massa* da

Consciência (*cidghane*). Que este Conhecimento tome vida: "eu sou Brahman, livre, intocado pelas impurezas de *māyā*, incondicionado pelos *tattvas*. Este Olho do Conhecimento, sou eu". 51.

Śrī Rāma, elaborando sobre o conhecimento da *Māṇḍūkyopaniṣad* anteriormente citada, estabelece aqui uma relação estes os três estados de consciência e as três dimensões do Ser no plano macro cósmico. Essas correspondências se estabelecem da seguinte forma:

A) O *viśvajīva*, a pessoa em estado de vigília, se relaciona com Virāt, bem como com a totalidade dos corpos densos.

B) O *taijasajīva*, o sonhador, se relaciona com Hiraṇyagarbha, o puro conhecimento, e a somatória dos corpos sutis.

C) O *prajña*, no estado de sono profundo, se relaciona com Īśvara, o Ser na forma da força criativa, bem como com os corpos causais de todos os seres vivos.

Cada uma das três letras que constituem o mantra Oṁ, está portanto vinculada com uma das expressões de Brahman no plano cósmico: Virāj, Hiraṇyagarbha e Īśvara.

Na *Māṇḍūkyopaniṣad* fala-se sobre o *turiya*, o "quarto", que não é um estado de consciência diferente dos outros três, vigília, sonho e sonho, mas é *paramarthika*, o plano Absoluto que "coexiste", or assim dizer, com o *vyavāharika*, o plano relativo que é o mundo manifestado, bem como com o plano subjetivo, constituído pela mente de cada *jīva*, de cada ser vivo. Para o cientista, a matéria produz a Consciência. Para o *vedāntin*, a realidade é exatamente a oposta: a Consciência precede e dá origem à matéria.

Na *Māṇḍūkyopaniṣad* fala-se do silêncio que vem depois do mantra, como também já vimos. Podemos relaxar no silêncio, uma vez que compreendemos que esse silêncio aponta para o Puro Ser, o Ser Real, que é o que somos, transcendendo a subjetividade do ego e a relatividade do mundo. O silêncio é o apontador para o Ilimitado. Sem o tempo-espaço, sem os pensamentos, somente o silêncio brilha. E esse silêncio aponta para Brahman, o Ilimitado, que é *saccidānanda*: Realidade, Consciência e Plenitude.

O *vijñāni*, a pessoa que tem essa visão clara, percebe a si mesmo como Parabrahman, e reconhece a sua própria natureza como livre de todo o *vyavāhara*, livre da subjetividade, livre de todos os estados de consciência e todas as questões eimpurezas relativas a eles.

Essa é a prática do *nididhyāsana*, que é abordada por Śrī Rāma nestes versos. O conhecimento sobre o qual se contempla não pode ter lugar para dúvidas de nenhum tipo. A pessoa não pode pensar "quem sabe, quiçá, eu sou mesmo Brahman". *Śraddhā*, o benefício da dúvida já tem que ter sido dado ao ensinamento desde o início.

एवं सदा जातपरात्मभावनः स्वानन्दतुष्टः परिविस्मृताखिलः ।
आस्ते स नित्यात्मसुखप्रकाशकः साक्शाद्विमुक्तोऽचलवारिसिन्धुवत् ॥ ५२ ॥

evaṁ sadā jātaparātmabhāvanaḥ svānandatuṣṭaḥ parivismṛtākhilaḥ |
āste sa nityātmasukhaprakāśakaḥ sākśādvimukto'calavārisindhuvat || 52 ||

[O *mumukṣu* que], passando pelo processo acima descrito, percebe diretamente a pura natureza do Ser, encontra o supremo contentamento nessa visão

> abençoada. Ele *esquece* [*i.e.*, deixa de lado] todas as experiências que teve como *jīva*, elevando-se por cima delas. Permanece efulgente e vive na ininterrompida plenitude do Ser. Supremamente livre, torna-se como o tranquilo oceano. 52.

Há diferentes estágios no processo de crescimento espiritual. Neste momento, Rāma explica para seu irmão as etapas finais desse processo. Nesse ponto, a prática do *nididhyāsanam* estabiliza o conhecimento no praticante. Para aquele que realizou a natureza do Ser e identificou-se totalmente com ele, o inteiro mundo da pluralidade, incluídas as equivocações e distorções gnosiológicas derivadas da ignorância existencial, como que desaparecem por completo.

O fruto do *nididhyāsana*, *nididhyāsanaphalam*, é descrito aqui: "[o *mumukṣu* que], passando pelo processo acima descrito, percebe diretamente a pura natureza do Ser, encontra o supremo contentamento nesse estado abençoado". Essa peculiar percepção de si mesmo como Ilimitado fica disponível para o mumukṣu o tempo todo, sem dúvida, sem perda de foco.

Como Ilimitado, você é a verdade mais elevada da criação. Há três coisas fundamentais, e você é o maior doador de três coisas básicas:

> 1) ***sat***, a Existência, que está presente em todos os cantos da criação, em todos os tempos e dimensões;
> 2) ***cit***, a Consciência, que está presente em todas e cada uma das criaturas do cosmos; e a mais importante de todas:
> 3) ***ānanda***, a felicidade que é o presente mais importante.

Você é o *ānanda* original, a felicidade fundamental, a plenitude que está em todos os tempos e lugares, invariavelmente presente. Lembre do mantra da *Taittirīyopaniṣad* que fala sobre a "quantificação" da felicidade:

yuvā syātsādhuyuvā'dhyāyakaḥ | āśiṣṭho dṛḍhiṣṭho baliṣṭhaḥ | tasyeyaṁ pṛthivī
sarvā vittasya pūrṇā syāt | sa eko mānuṣa ānandaḥ | te ye śataṁ mānuṣā ānandāḥ ||

sa eko manuṣyagandharvāṇāmānandaḥ | śrotriyasya cākāmahatasya | te ye
śataṁ manuṣyagandharvāṇāmānandāḥ | sa eko devagandharvāṇāmānandaḥ |
śrotriyasya cākāmahatasya | te ye śataṁ devagandharvāṇāmānandāḥ | sa ekaḥ
pitṛṇāṁ ciralokalokānāmānandaḥ | śrotriyasya cākāmahatasya | te ye śataṁ
pitṛṇāṁ ciralokalokānāmānandāḥ | sa eka ājānajānāṁ devānāmānandaḥ ||

śrotriyasya cākāmahatasya | te ye śataṁ ājānajānāṁ devānāmānandāḥ | sa ekaḥ karmadevānāṁ
devānāmānandaḥ | ye karmaṇā devānapiyanti | śrotriyasya cākāmahatasya | te ye śataṁ karmadevānāṁ
devānāmānandāḥ | sa eko devānāmānandaḥ | śrotriyasya cākāmahatasya | te ye śataṁ devānāmānandāḥ ||

> Imagine um homem jovem, excelente e amoroso em seu vigor, muito estudioso, com gentileza, firmeza de coração e uma grande força física. Que a terra inteira, com todas as suas riquezas, esteja disponível para o seu desfrute. Essa é a medida de felicidade para o ser humano. Agora, multiplique isso cem vezes.
>
> O resultado será a felicidade dos *manuṣyagandharvas* e daqueles que compreenderam o Veda e destruíram o *saṁskāra*. Multiplique isso mais cem vezes e você terá a felicidade dos sábios e daqueles que compreenderam o Veda e destruíram o *saṁskāra*. Multiplique isso cem vezes e terá a felicidade dos *karmadevas*, aqueles que alcançaram a libertação pelo domínio do *karma*.

Havendo tomado consciência da minha grandeza, posso agora abrir mão dos meus apegos, das minhas confusões, das minhas crenças e condicionamentos. Posso, então, separar Ātma de *anātma*, desapegar-me do *sthūlaśarīra*, do *sūkṣmaśarīra*, do *kāraṇaśarīra*, da mente, do ego, do *buddhi*, da minha família, da minha cultura, das minhas crenças, da minha sociedade.

Assim, reconheço que não sou o dono do corpomente, que não posso dispor nem do meu corpo nem dos corpos dos demais seres vivos, e olho para o meu corpomente como um presente que foi dado para mim pela vida, e que devo tratar com consideração e respeito, e estendo essa mesma consideração e esse mesmo respeito para todos os seres vivos.

A relação que mantenho com os meus *rāgas* e *dveśas*, os meus desejos e aversões, muda substancialmente através dessa mudança de atitude, uma vez que percebo que não sou o *karta* nem o *bhokta*, não sou o fazedor das ações nem aquele que, desfruta, sofre, recebe ou controla os seus resultados.

Sublimo os meus *rāgas* e *dveśas*, tornando-os preferências suaves, que não mais são fontes de conflito com o mundo ou com as demais pessoas. A minha tolerância, *titikṣa*, aumenta consideravelmente, a minha paciência se fortalece muito através dessa sublimação. O *viparītabhāvana* me ajuda a sublimar, transcender e diluir as minhas obsessões, condicionamentos e/ou crenças paralisantes.

A *Gītā* de Rāma é muito similar à *Gītā* de Kṛṣṇa, pois Rāma e Kṛṣṇa são uno, em manifestações diferentes.

Sukham, neste verso, significa *ānanda. Sākśādvimukto'calavārisindhuvat*: "[o *jīvanmukti*] permanece efulgente e vive na ininterrompida plenitude do Ser. Supremamente livre, torna-se como o tranquilo oceano". O mesmo diz Śrī Kṛṣṇa no segundo capítulo da *Bhagavadgītā*.

Ao mesmo tempo, o *jīvanmukti* torna-se a própria forma da compaixão: "encontra o supremo contentamento nessa visão abençoada". Portanto, deve ficar claro que o Vedānta não deixa a pessoa dura como uma rocha, em termos emocionais. Permite sim que ela seja como uma rocha, mas para olhar para os desafios que possam surgir no futuro.

> एवं सदाभ्यस्तसमाधियोगिनो निवृत्तसर्वेन्द्रियगोचरस्य हि ।
>
> विनिर्जिताशेषरिपोरहं सदा दृश्यो भवेयं जितषड्गुणात्मनः ॥ ५३ ॥
>
> evaṁ sadābhyastasamādhiyogino nivṛttasarvendriyagocarasya hi |
> vinirjitāśeṣariporaham sadā dṛśyo bhaveyaṁ jitaṣaḍguṇātmanaḥ || 53 ||
>
> Àquele que sincera e regularmente praticar este Yoga de contemplação, havendo-se recolhido do mundo dos objetos exteriores, havendo obtido a vitória total sobre os inimigos internos, [os obstáculos], havendo-se elevado por sobre as seis principais urgências do corpo, a ele somente, eu, Paramātma, permaneço diretamente disponível, num ato de percepção sem esforço. 53.

Neste *śloka*, Rāma lista quatro ajustes internos que precisam ser feitos pelo *mumukṣu*, o aspirante à liberdade: a "esterilização" das *vāsaṇās*, a estabilização da mente, a superação dos seis obstáculos e a correta administração das seis necessidades básicas.

1) Naquele que for perseverante na meditação, as *vāsaṇās*, as impressões sutis deixadas na mente pelas ações prévias, que determinam os desejos, se enfraquecem e secam, como sementes torradas que não mais podem germinar. O resultado do enfraquecimento dos desejos é uma progressiva, profunda e duradoura paz. Nem a equivocação, surgida da agitação de *rajas*, nem a ignorância, fruto de *tamas*, encontram lugar em sua mente. Somente a harmonia, *sattva*, prevalece.

2) A fonte de instabilidade da mente é dupla: por um lado, a identificação com os objetos dos sentidos, por outro, as divagações produzidas pelos próprios condicionamentos. Examinando inteligente e objetivamente essa dupla fonte de *vṛttis*, o *yogin* cultiva o distanciamento e o desapego em relação a essas fontes de distração.

3) Os seis "inimigos" (*sadripuḥ*), as seis imperfeições do caráter ou obstáculos que Rāma menciona aqui são os seguintes: a) desejo, *kāma*, b) raiva, *krodha*, c) ambição, *lobha*, d) infautação, *moha*, e) luxúria, *mada*, e f) inveja, *mātsarya*. Todos estes obstáculos são derivados da ação de *rajas* sobre a mente, o que a deixa agitada e instável e são produto da identificação do ego com os próprios *rāgas* e *dveśas*, os desejos e aversões.

4) As outras seis "urgências involuntárias" (*ṣaḍūrmi*), internas e externas, são as seguintes: a) fome, *aśanā*, b) sede, *pipāsā*, c) sofrimento, *śokaḥ*, d) apego, *mohau*, e) envelhecimento, *jarāḥ*, e f) morte, *mrtiḥ*. Fome e sede estão vinculadas ao *prāṇa*. Sofrimento e apego estão relacionados à mente. Por sua vez, envelhecimento e morte estão vinculados ao corpo material. Estas propensões energéticas, mentais e físicas, são obstáculos derivados da ação de *tamas* sobre o corpomente.

Realizando então estes quatro importantes ajustes, então, o *yogin* torna-se preparado para conhecer Paramātma. Nessa profunda calma, em tudo o que o *yogin* vê, percebe a mesma paz.

Para o *jñāni*, o pote "desaparece": isso não significa que ele não o veja, mas que ele vê esse nome e forma peculiar e enxergando através da forma, transcendendo o nome, percebe o pote com argila. Similarmente, para o *jñāni*, o mundo "desaparece": ele vê o universo, as miríades de nomes e formas, como expressões, como manifestações de Paramātma.

O Vedānta não muda as experiências. Não tira a sua dor nos joelhos ou na lombar. Essas questoes experienciais irão continuar. Mas o que sim muda é que o Vedānta produz uma transformação cognitiva, eliminando o apego e as conclusões equivocadas que possamos tirar desde a identificação com as questões do corpomente, da subjetividade do ego ou das questões relativas ao mundo relativo, *vyavāhara*.

Aishvaryaschasya… As seis glórias de Īśvara são: 1) *aishvaryam*, poder; 2) *vīryam*, glória; 3) *śrīḥ*, abundância, 4) *jñāna*, conhecimento; 5) e 6), *vairāgyaṁ*, desapego. Īśvara é *asaṅghaḥ*, não apegado a nada e a ninguém. Esse é você, como *jīvanmukti*.

Quando o jñāni supera todos os obstáculos, as urgências involuntárias do corpomente, os seis *inimigos*, a instabilidade da mente, "a ele somente, eu, Paramātma, permaneço diretamente disponível, num ato de percepção sem esforço".

ध्यात्वैवमात्मानमहर्निशं मुनिस्तिष्ठेत्सदा मुक्तसमस्तबन्धनः ।
प्रारब्धमश्नन्नभिमानवर्जितो मय्येव साक्शात्प्रविलीयते ततः॥ ५४ ॥

dhyātvaivamātmānamaharniśaṁ munistiṣṭhetsadā muktasamastabandhanaḥ |
prārabdhamaśnannabhimānavarjito mayyeva sākśātpravilīyate tataḥ || 54 ||

Através dessa firme e continua contemplação, o buscador se liberta de todos os condicionamentos. A seguir, ele vive a vida sem a ideia "eu sou este corpo" e, finalmente, *dissolve-se* em mim, o puro Ser. 54.

Nesta estrofe, Śrī Rāma expõe a natureza e o modo de conduta de um humano realizado, de maneira muito similar à qual Śrī Kṛṣṇa descreve o mesmo tema na *Bhagavadgītā*: "Aquele que age sem ser impelido pelo desejo e cujas obras são consumidas pelo fogo do conhecimento, é considerado sábio pelos sábios". IV:19.

E, ainda, fala sobre o *guṇatitaḥ*, o que transcendeu os *guṇas*: "Aquele que está sempre satisfeito com tudo o que recebe, que transcendeu os pares de opostos, liberto da má vontade, inalterável no sucesso ou na adversidade, mesmo executando suas ações, não fica preso aos resultados advindos delas". IV:22.

Um *muni* é um sábio. Não é, necessariamente, uma pessoa de barba longa ou que não fala. Até mesmo quando surge um desejo, por exemplo, para fazer algo em prol da própria saúde do corpomente, esse desejo é natural, e não gera atritos ou conflitos de nenhum tipo.

O *muni* atravessa os seus próprios *prarabhdakarmas* com calma, sem aquela forte identificação com o corpomente, sabendo que "eu não sou o corpo nem as experiências que ele atravessa". *Abhimāna varjitaḥ*: as distorções, os erros cognitivos são corrigidos e evitados.

assim, conclui Śrī Rāma, o *jīvanmukti* "vive a vida sem a ideia "eu sou este corpo" e, finalmente, *dissolve-se* em mim, o puro Ser". O corpo denso dissolve-se no sutil, o corpo sutil dissolve-se no causal, o causal no Ser, que é Consciência, assim como quando o pote é quebrado e o espaço interno se *dissolve*, se podemos usar essa expressão, no espaço exterior.

आदौ च मध्ये च तथैव चान्ततो भवं विदित्वा भयशोककारणम् ।
हित्वा समस्तं विधिवादचोदितं भजेत्स्वमात्मानमथाखिलात्मनाम् ॥ ५५ ॥

ādau ca madhye ca tathaiva cāntato bhavaṁ viditvā bhayaśokakāraṇam |
hitvā samastaṁ vidhivādacoditaṁ bhajetsvamātmānamathākhilātmanām || 55 ||

Compreendendo que o *saṁsāra*, a transmigração, é a causa do medo e o sofrimento no início [da vida, *i.e.*, na infância], no meio [na juventude] e igualmente no fim [na velhice, o *yogin*] deve renunciar a toda e qualquer forma de identificação com os elementos [do corpomente]. Renunciando a todos os *sādhanas* prescritos nos Vedas, que ele aprenda a contemplar firmemente o Ser nele mesmo como o ilimitado, presente em todos os lugares. 55.

O início do processo do autoconhecimento, tradicionalmente, está vinculado com a prática de certas disciplinas que têm como objetivo outorgar àquele que as aplica uma purificação psíquica chamada *antaḥkāraṇa śuddhi*. Essa purificação visa a enfraquecer a fonte das ações mecânicas e impulsivas, o *saṁskāra*.

No presente *śloka*, Śrī Rāma se dirige à humanidade inteira: "compreendendo que o *saṁsāra*, a transmigração, é a causa do medo e o sofrimento no início, no meio e igualmente no fim [o *yogin*] deve

renunciar a toda e qualquer forma de identificação". Confiemos. Deixemos de lado a desconfiança, o medo da velhice ou da morte e todos os seus desdobramentos.

Finalmente, a recomendação da conclusão desta estrofe: "renunciando a todos os *sādhanas* prescritos nos Vedas, que ele aprenda a contemplar firmemente o Ser nele mesmo como o ilimitado, presente em todos os lugares". Que possamos buscar Ātma, que possamos *encontrar* Ātma, que possamos conhecer Ātma. "Segure-se" em Ātma para viver no mundo, assim como você se segura na corrente do *ghat* para não ser arrastado pela correnteza do Ganges.

Śrī Rāma dá aqui um conselho geral, para toda a humana. A criação inteira está condicionada pelo tempo, e nada que possa ser encontrado no tempo terá estabilidade. Portanto, é preciso purificar a mente, *antaḥkaraṇaśuddhi*, e buscar algo que seja invariável, para encontrar essa estabilidade. Enquanto essa Realidade Absoluta não for descoberta, o *upāsana* pode ser útil. Porém, depois do *upāsana*, depois do *antaḥkaraṇaśuddhi*, é preciso, segundo Śrī Rāma recomenda, renunciar "a todos os *sādhanas* prescritos nos Vedas, que ele aprenda a contemplar firmemente o Ser nele mesmo como o Ilimitado, presente em todos os lugares".

आत्मन्यभेदेन विभावयन्निदं भवत्यभेदेन मयात्मना तदा ।
यथा जलं वारिनिधौ यथा पयः क्शीरे वियद्व्योम्न्यनिले यथानिलः॥ ५६ ॥

ātmanyabhedena vibhāvayannidaṁ bhavatyabhedena mayātmanā tadā |
yathā jalaṁ vārinidhau yathā payaḥ kśīre viyadvyomnyanile yathānilaḥ ‖ 56 ‖

Assim como quando a água derramada no oceano, como o leite jorrado sobre o leite, como o espaço que se dissolve no espaço, e como o ar que se dissolve no ar e torna-se um só com ele, da mesma maneira, [o *yogin*] contempla o mundo da pluralidade como sendo essencialmente idêntico ao Ser, ele vem a realizar e viver sua total unidade comigo, o Ser. 56.

Assim continua a instrução de Śrī Rāma: depois do Karmayoga, depois da purificação, vem o Jñānayoga e, junto com ele, o autoconhecimento. *Ātmanyabhedena vibhāvayannidaṁ bhavatyabhedena mayātmanā tadā*: "[o *yogin*] contempla o mundo da pluralidade como sendo essencialmente idêntico ao Ser, ele vem a realizar e viver sua total unidade comigo, o Ser".

Como vimos anteriormente, o sonhador é o criador e sustentador do sonho, e aquele em quem o universo onírico se resolve. Similarmente, Paramātma é o criador e o sustentador do universo, e é igualmente aquele em quem a criação inteira se resolve. "O mundo não é diferente de mim": quem descobre essa verdade, encontra a identidade entre Ātma e Paramātma.

Assim como as águas do rio se "dissolvem" nas águas do oceano, assim como um copo de leite se "dissolve" no leite, assim como o espaço se dissolve no espaço, diz o *śloka*, da mesma maneira o *jñāni* percebe que não há diferença entre ele mesmo e o Todo, ao ponto que não separa mais a individualidade do Todo, *jīva* de Paramātma.

Em seu assento de meditação, através da intensa contemplação, o praticante cultiva a não-identificação com o corpo, a vitalidade, os desejos e demais expressões do psiquismo. Dessa forma, naturalmente, ele *desliza* para a percepção da unidade, como a água do rio que, alcançando o oceano, dissolve-se nele. Śrī

Rāma coloca nesta estrofe algumas parábolas upaniṣádicas, como a do rio que entra no oceano, a do leite que se dissolve no leite, ou o espaço que se mistura no espaço.

इत्थं यदीक्शेत हि लोकसंस्थितो जगन्मृषैवेति विभावयन्मुनिः ।
निराकृतत्वाच्छ्रुतियुक्तिमानतो यथेन्दुभेदो दिशि दिग्भ्रमादयः ॥ ५७ ॥

itthaṁ yadīkśeta hi lokasaṁsthito jaganmṛṣaiveti vibhāvayanmuniḥ |
nirākṛtatvācchrutiyuktimānato yathendubhedo diśi digbhramādayaḥ || 57 ||

> Até mesmo a mente daquele que é governado por pensamentos mundanos pode Me perceber na prática da não-diferença, *abhedabhāva*, porque o mundo da pluralidade é de fato uma superimposição sobre o Ser, o que é demonstrado pelas Upaniṣads e pela lógica. O mundo [das aparências] é uma superimposição, assim como a *multiplicidade* das luas [refletidas em diferentes corpos de água], ou assim como a eventual desorientação que sentimos num local novo e desconhecido para nós. 57.

Itthaṁ yadīkśeta: o *yogin*, incessantemente, percebe Paramātma, percebe a não-diferença, *abhedabhāva*, até mesmo quando acolhe pensamentos referentes às coisas do mundo. Nunca rejeite o mundo, nunca desconsidere o mundo: aprecie a Ordem de Īśvara, aprecie, desfrute da presença de Māyāśakti, que é a criação inteira.

Procure novidades, experiências e vivências, em Māyāśakti. Busque segurança, calma e conhecimento, em Brahman. Ao viver o *vyavāhara*, nunca esqueça da atitude do desapego, *vairāgyaṁ*. A esse respeito diz o presente *śloka*: "até mesmo a mente daquele que é governado por pensamentos mundanos pode Me perceber na prática da não-diferença, *abhedabhāva*, porque o mundo da pluralidade é de fato uma superimposição sobre o Ser, o que é demonstrado pelas Upaniṣads e pela lógica".

Esse é um sábio conselho que Rāma nos dá. Aquele que não estiver disposto a perder o apego pelas coisas do mundo, está perdido. Até mesmo quando o *jijñāsuḥ*, o candidato à libertação, estiver ainda apegado às experiências do corpo ou aos desejos do ego, ele tem a noção de que o mundo das formas e nomes é pura Consciência.

Conforme ele avança nesse processo, reduz naturalmente a identificação com o corpo e suas experiências, e internaliza mais facilmente a atenção, de maneira que a contemplação fica mais significativa, profunda e fácil a cada prática.

A estrofe continua descrevendo a maneira em que a aparente realidade do mundo é negada pelo *pramāṇa* que é Brahmavidyā, o autoconhecimento: "o mundo [das aparências] é uma superimposição, assim como a *multiplicidade* das luas [refletidas em diferentes corpos de água], ou assim como a eventual desorientação que sentimos num local novo e desconhecido para nós".

A visão da dualidade como a realidade definitiva, é eliminada através do *pramāṇa*. O fim desta estrofe nos traz o clássico exemplo que o Vedānta dá sobre uma fonte de luz que se reflete em diversos corpos. No caso, a lua nas águas. Só há uma luz, que é a da lua a brilhar no céu, mas há inúmeros reflexos dessa luz em diversos corpos de água. Da mesma maneira, só existe a luz da Consciência Una, refletida em todos os *jīvas*, em todos os seres vivos.

यावन्न पश्येदखिलं मदात्मकं तावन्मदाराधनतत्परो भवेत् ।

श्रद्धालुरत्यूर्जितभक्तिलक्षणो यस्तस्य दृश्योऽहमहर्निशं हृदि ॥ ५८ ॥

yāvanna paśyedakhilaṁ madātmakaṁ
tāvanmadārādhanatatparo bhavet |
śraddhāluratyūrjitabhaktilakśaṇo
yastasya dṛśyo'hamaharniśaṁ hṛdi || 58 ||

Enquanto o praticante não for capaz de ver o universo inteiro como sendo da Natureza do Ser, deve cultivar a confiança [no ensinamento e no professor]. No coração puro daquele que é dotado de profunda confiança e poderosa devoção, Eu me torno autoevidente. 58.

O mundo que você experiencia nunca esteve aqui.

Ātma, que você nunca "experienciou" sempre esteve aqui.

Nunca houve terra, nunca houve água, nunca houve fogo, nunca houve ar, nunca houve espaço, nunca houve nada que não dependesse, que não derivasse a sua existência e a sua presenca do Ser. A clareza de visão nesse fato traz tranquilidade ao *jñānin*. Não há nada afora Ātma, não há nada que não esteja contido em Ātma, não há nada separado de Ātma.

Que possamos nos estabelecer em *śraddhā*, na confiança nesse ensinamento. Que possamos dar ao ensinamento o benefício da dúvida. Que possamos cultivar *advaitabhakti*, a devoção não-dual. Há deidades para todos os gostos. Escolha uma, qualquer forma, que seja significativa para si mesmo. Sabemos que Īśvara não tem forma nem pode restringir-se a nenhuma forma particular.

Ainda assim, a prática do *upādhi* deliberado, da superimposição deliberada de uma expressão de Īśvara sobre uma forma limitada, sobre um *namarūpaḥ*, é perfeitamente válida para estabelecer uma relação pessoal com o Todo, com o Ilimitado.

No *mahapañcayajña*, um dos *yajñas* é o dos *devas*. Qualquer uma que seja a minha contribuição, ela será sempre válida. *Yajña*, neste contexto, significa contribuição. Que possamos ver a criação inteira como manifestação de Īśvara. Essa prática, essa atitude de ser um contribuidor para o bem comum, nos ajuda a desenvolver força mental, a encontrar o nosso lugar na ordem das coisas.

Dessa froma, devemos aplicar a mente em qualquer área construtiva, dentro do *dharma*. Isso vai nos ajudar, por outro lado, a lidar melhor com as nossas emoções. Cultive a motivação e o foco usando afirmações como "cultivo a força interior" ou, "me firmo na visão clara". Esse exercício irá nos ajudar a lidar melhor com o *saṁsāra*, com os desafios que a vida os coloca.

Que venha nesta vida o que
tiver que vir: estou pronto.

Confie. Diga para si mesmo: "que venha nesta vida o que tiver que vir: estou pronto". Você está pronto pois, quando é ciente de que não existe desamparo, você tem sempre o apoio do Todo, de Īśvara. Sempre terá. Essa é a força advinda da devoção não-dual, da visão da não separação. Você nunca está sozinho. Você nunca está desamparado. Lembre disso. Essa é a jornada.

Rāma conclui a estrofe desta maneira: “No coração puro daquele que é dotado de profunda confiança e poderosa devoção, Eu me torno autoevidente”. Isso é *advaitabhakti*, a devoção não-dual, da qual nasce e na qual se firma, em seu devido tempo, *advaitajñāna*, o conhecimento do não-dual. isso, por sua vez, produz autosuficiência, *svatantrya*.

Agora, um exemplo de alguém que não está ainda preparado para realizar uma tarefa: um jovem precisava cozinhar e pediu algumas brasas para uma senhora, para acender o fogo. Ele achou que poderia colocar as brasas num jornal para carregá-las. Embora tivesse o fogo, não podia levá-lo para casa. As brasas queimaram o papel e caíram no chão.

É isso o que acontece se você usar o Vedānta da forma errada. A pessoa precisa ter o recipiente adequado. Você pode receber o conhecimento, mas não consegue levar para casa, não consegue colocar na sua vida, porque a mente não está preparada, assim como o rapaz não consegui levar as brasas para casa porque não tinha um recipiente adequado para carregá-las.

रहस्यमेतच्छ्रुतिसारसङ्ग्रहं मया विनिश्चित्य तवोदितं प्रिय ।
यस्त्वेतदालोचयतीह बुद्धिमान् स मुच्यते पातकराशिभिः क्शणात् ॥ ५९ ॥

rahasyametacchrutisārasaṅgrahaṁ mayā viniścitya tavoditaṁ priya |
yastvetadālocayatīha buddhimān sa mucyate pātakarāśibhiḥ kśaṇāt || 59 ||

> Este ensinamento que lhe dei aqui, irmão querido, versa sobre o grande segredo, a própria essência das Upaniṣads, segundo a assimilei e compreendi ao longo da minha vida. Qualquer homem inteligente que partilhe desta visão será igualmente libertado de todos os seus erros e sofrimento. 59.

Śrī Rāma dirige-se ao seu irmão, dizendo nestes versos: “Este ensinamento que lhe dei aqui, irmão querido, versa sobre o grande segredo, a própria essência das Upaniṣads, segundo a assimilei e compreendi ao longo da minha vida”. Se a atitude correta não estiver presente, o ensinamento não irá produzir frutos. Assim, o *sādhanacatuṣṭayaṁ*, as quatro qualificações para *mokṣa*, que já vimos no início do nosso estudo, tornam-se essenciais:

1) *Vivekaḥ*, discernimento,

2) *Vairāgyaṁ*, desapego,

3) *Śamādiṣaṭkasampattiḥ*, o grupo das seis virtudes:

   A) *Śama*, comando sobre a mente,

   B) *Damaḥ*, controle sobre os sentidos,

   C) *Uparatiḥ*, quietude, relaxamento,

   D) *Titikṣa*, paciência, tolerância,

   E) *Śraddhā*, confiança no professor e no ensinamento,

   F) *Samādhanaṁ*, concentração,

4) *Mumukṣutvaṁ*, foco, desejo e motivação para a libertação.

A atitude de *śraddhā* deve estar presente, e deve ser dirigida tanto para o *śāstra* quanto para o professor. Todas as pessoas que tenham a qualificação, *adhikāraṇaṁ*, irão beneficiar-se do ensinamento, sem dúvida. Essa competência, essa qualificação, reduz o apego, reduz os *rāgas* e *dveśas*, elimina as dúvidas e a ignorância, e nos traz paz. Rāma conclui este *śloka* dizendo que "qualquer homem inteligente que partilhe desta visão será igualmente libertado de todos os seus erros e sofrimento".

No *śloka* 58, o ensinamento de Śrī Rāma concluiu-se. A última recomendação que ele deu ao seu irmão é a lembrança de que somente o conhecimento liberta. Enquanto a visão clara não se afiança, enquanto o processo tiver continuidade, a prática de Karmayoga será essencial. O Karmayoga, vale lembrar, é dedicar os frutos das ações ao Todo, como Īśvara *prasāda*.

Lembremos, neste contexto, do conselho de Swāmi Dayānandaijī, que sempre dizia que não há Karmayoga secular. Toda forma de Karmayoga inclui, necessariamente, a dedicação dos resultados dos *karmas* a Īśvara. Quando essa atitude está firme, ganhamos estabilidade emocional. Antes da pessoa estar preparada para o Vedānta, no entanto, antes mesmo do Karmayoga, vale a devoção, *bhakti*, sob qualquer forma. Depois do Bhaktiyoga vem o Karmayoga. Depois do Karmayoga vem o Jñānayoga.

Devoção => Ação => Conhecimento => *Mokṣa*

भ्रातर्यदीदं परिदृश्यते जगन्मायैव सर्वं परिहृत्य चेतसा ।
मद्भावनाभावितशुद्धमानसः सुखी भवानन्दमयो निरामयः ॥ ६० ॥

bhrātaryadīdaṁ paridṛśyate jaganmāyaiva sarvaṁ parihṛtya cetasā |
madbhāvanābhāvitaśuddhamānasaḥ sukhī bhavānandamayo nirāmayaḥ ‖ 60 ‖

> Irmão! O mundo das experiências é uma projeção de *māyā*. Renunciando à identificação com ele, volte-se para Mim apenas, com o coração purificado. Que você possa permanecer por sempre pleno, sem aflições, continuamente feliz. 60.

Em duas linhas, em dois versos, Śrī Rāma faz aqui o sumário de todo o ensinamento. Diz três coisas:

1) O mundo das experiências é uma projeção de *māyā*.
2) Renunciando à identificação com ele, volte-se para Īśvara.
3) Que possa permanecer por sempre pleno, sem aflições, continuamente feliz

Um, seguido de 500 zeros: esse é o número de universos que, aparentemente, existem e coexistem. Essa é a conclusão dos cosmólogos. A projeção de *māyā* é realmente extraordinária. porém, não devemos nos distrair com isso. Voltemo-nos para a percepção da identidade entre *jīva* e Paramātma. Tomemos ciência de com somos Consciência. Que possamos deixar de lado as fantasias que nutrimos sobre *māyā*, sobre o subjetivo e sobre o relativo. Que possamos nos voltar para a apreciação do Todo. Que fiquemos em paz.

Que possamos cultivar essa visão. Que haja muitos momentos de contemplação nas nossas vidas. Que possamos permanecer sempre tranquilos vivendo no mundo das dualidades. Que possamos estar sempre em paz e felicidade. Que possamos abrir mão das emoções e pensamentos que nos trazem aflição.

Que, com as emoções e a mente purificados, possamos perceber que não precisamos nos tornar diferentes do que já somos, para conhecer a felicidade permanente, aquela que não muda, que não está sujeita às dualidades. Que possamos ver a verdade sobre aquilo que somos. Que se vá o sofrimento, e

fique a paz. Que se vá a confusão, e fique a clareza. Que se vá a aflição, e fique a tranquilidade de nos dá o conhecimento.

यः सेवते मामगुणं गुणात्परं हृदा कदा वा यदि वा गुणात्मकम् ।
सोऽहं स्वपादाञ्चितरेणुभिः स्पृशन् पुनाति लोकत्रितयं यथा रविः ॥ ६१ ॥

yaḥ sevate māmaguṇaṁ guṇātparaṁ hṛdā kadā vā yadi vā guṇātmakam |
so'haṁ svapādāñcitareṇubhiḥ spṛśan punāti lokatritayaṁ yathā raviḥ || 61 ||

Qualquer um que contemplar a minha pura, ilimitada Natureza, ou qualquer uma das minhas formas e nomes, conhece a minha natureza, que é Brahman. Onde for que essa pessoa realizada for, ela torna sagrados todos os lugares ao tocá-los com as plantas dos seus pés, da mesma forma que o Sol, com sua luz, purifica o céu, a terra e a atmosfera. 61.

A bênção de Śrī Rāma é *mokṣa*, o autoconhecimento libertador. Diz o professor: "qualquer um que contemplar a minha pura, ilimitada Natureza, ou qualquer um dos meus *namarūpas*, das minhas formas e nomes, conhece a minha natureza, que é Ilimitada". Mas então, *bhakti* dual ou *bhakti* não-dual? Devoção dual ou não-dual? Cada um sabe onde está. Ambas as possibilidades estão abertas, e são perfeitamente válidas, de acordo com o ponto do processo em que cada pessoa se encontra, como vimos anteriormente.

Rāma diz que, se a pessoa não tiver a capacidade para contemplar o ilimitado, sem forma nem qualidades, o que por vezes pode de fato ser difícil, poderá apelar para qualquer uma das múltiplas formas e nomes de Īśvara. Têm pessoas que, devido à agitação mental, ou ao ritmo de vida que levam, não conseguem parar para meditar sobre o Ser ilimitado, pois isso significaria renunciar a dar uma forma deliberada ao objeto de contemplação.

So'haṁ svapādāñcitareṇubhiḥ spṛśan punāti lokatritayaṁ yathā raviḥ: "assim como o Sol, com sua luz, purifica o céu, a terra e a atmosfera, onde for que a pessoa realizada for, ela torna sagrados todos os lugares ao tocá-los com as plantas dos seus pés".

विज्ञानमेतदखिलं श्रुतिसारमेकं वेदान्तवेदचरणेन मयैव गीतम् ।
यः श्रद्धया परिपठेद्गुरुभक्तियुक्तो मद्रूपमेति यदि मद्वचनेषुभक्तिः ॥ ६२ ॥

vijñānametadakhilaṁ śrutisāramekaṁ vedāntavedacaraṇena mayaiva gītam |
yaḥ śraddhayā paripaṭhedgurubhaktiyukto madrūpameti yadi madvacaneṣubhaktiḥ || 62 ||

Esta completa ciência sobre a Realidade, junto com as técnicas de liberação (*sādhanas*), que formam a essência das Upaniṣads, é cantada por mim. Eu sou aquela "quarta parte" que somente pode ser conhecida pelas afirmações das Upaniṣads. Aquele que, com firme devoção pelo seu professor e plena confiança no ensinamento, escutar esta *Rāmagītā*, também irá compreender a minha forma, se confiar nestas palavras. 62.

Quando Rāma diz ser "aquela *quarta parte* que somente pode ser conhecida pelas afirmações das Upaniṣads", ele está citando a *Māṇḍūkyopaniṣad*. Um Conhecimento. Uma Realidade. Uma Presença. Esse Conhecimento é *paravidyā*, o Conhecimento Supremo. *Vedāntavedacaraṇena*: os quatro "pés" que ele menciona aqui, são os "quatro quartos", ou os "quatro pés" que aparecem citados na *Māṇḍūkyopaniṣad* que, como vimos, estão associados com os três estados de consciência, e o Ser, cuja Presença permite que a vigília, o sonho e o sono existam na experiência do *jīva*.

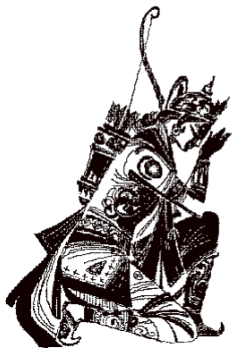
O mantra de *Māṇḍūkyopaniṣad* que menciona as quatro "partes" ou manifestações do Ser, é o sétimo, e diz assim:

> नान्तःप्रज्ञं न बहिष्प्रज्ञं नोभयतःप्रज्ञं न प्रज्ञानघनं
> न प्रज्ञं नाप्रज्ञम् । अदृष्टमव्यवहार्यमग्राह्यमलक्षणं
> अचिन्त्यमव्यपदेश्यमेकात्मप्रत्ययसारं प्रपञ्चोपशमं
> शान्तं शिवमद्वैतं चतुर्थं मन्यन्ते स आत्मा स विज्ञेयः ॥ ७ ॥
>
> nāntaḥprajñaṁ na bahiṣprajñaṁ nobhayataḥprajñaṁ na prajñānaghanaṁ
> na prajñaṁ nāprajñam | adṛṣṭamavyavahāryamagrāhyamalakṣaṇaṁ
> acintyamavyapadeśyamekātmapratyayasāraṁ prapañcopaśamaṁ
> śāntaṁ śivamadvaitaṁ caturthaṁ manyante sa ātmā sa vijñeyaḥ ‖ 7 ‖
>
> Consideram o quarto como sendo aquele que não é o conhecedor dos [objetos] interiores, nem o conhecedor dos [objetos] exteriores, nem o conhecedor de ambos. Nem [aquele que é] conhecimento indiferenciado, nem [aquele que é] consciente ou inconsciente. [Aquele] que não é visível, de quem não se pode falar [como um objeto], que está mais além [da percepção] dos sentidos e do alcance [dos órgãos de ação], aquele que não pode ser inferido, [que é a] essência do autoconhecimento; aquele em quem o universo se resolve, que é pacífico, benigno e não-dual. Esse, dizem, é o quarto quarto. É esse o Ser, e ele deve ser conhecido. ‖ 7 ‖

Aquele que conhecer o *turīya*, o "quatro quarto", *torna-se* Rāma. A *Rāmagītā*, assim como a *Bhagavadgītā* e as Upaniṣads, revela o ensinamento sobre o Ser, que é imperecedouro, que não tem início nem fim. Esta estrofe, e a própria *Rāmagītā*, concluem relembrando que o professor ***é*** o próprio ensinamento: aquele que, havendo desenvolvido essa confiança no ensinamento e no professor, bem como a maturidade para permitir que o autoconhecimento se afiance em si mesmo, vive, conclui o texto, em forma de Rāma, em graça. A forma de Rāma é a forma da graça, pois Rāma significa justamente "graça".

> ॥ इति श्रीमदध्यात्मरामायणे उमामहेश्वरसंवादे उत्तरकाण्डे पञ्चमः सर्गः॥
>
> ‖ iti śrīmadadhyātmarāmāyaṇe umāmaheśvarasaṁvāde uttarakāṇḍe pañcamaḥ sargaḥ ‖
>
> Assim, conclui-se o quinto capítulo do *Uttarakhāṇḍa* do *Śrīmad Adhyātma Rāmāyāṇa*, um diálogo entre Umā e Maheśvara, Śaktī e Śiva, na forma da *Rāmagītā*, compilada por Śrī Veda Vyāsa.

॥ श्रीः ॥



Sobre o Sânscrito

O sânscrito é importante na tradição da espiritualidade indiana pois é a língua mais apropriada para expor e compreender o autoconhecimento. Usamos a notação musical para descrever e registrar harmonia, melodia e ritmo, ou as fórmulas matemáticas para descrever o universo físico. Da mesma maneira, a língua sânscrita é uma linguagem precisa e adequada para conhecer e lidar adequadamente com o psiquismo e nos reconhecer como a plenitude que sempre fomos.

A palavra *saṁskṛtaṁ* significa refinado, bem construído, bem arranjado, perfeito. O sânscrito consta de quatorze vogais e trinta e três consoantes, o que o torna um tanto hermético. Como língua, não é difícil, mas é certamente complexo. As nuances de pronúncia chegam a ser imperceptíveis aos ouvidos desabituados. Consequentemente, alguns dos seus sons são irreproduzíveis em outras línguas.

O sânscrito não possui acentuação marcada ou forte mas apenas uma sucessão de sílabas curtas e longas, com inflexões tônicas e musicais. O *macron* (traço horizontal) sobre uma vogal, implica alongamento. A pronúncia figurada é dada abaixo, segundo a ordem do alfabeto sânscrito (ou melhor dizendo, silabário, pois nesta língua o som fundamental *a* está implícito em todas as consoantes. Assim, as letras não são exatamente letras mas sílabas. Não dizemos *k*, *g* ou *ṅ*, senão *ka*, *ga* ou *ṅa*, por exemplo).

Pequeno Guia Fonético

O sânscrito consta de quatorze vogais e trinta e três consoantes, o que o torna um tanto hermético para os não iniciados: as nuanças de pronúncia chegam a ser imperceptíveis aos ouvidos desabituados. Consequentemente, 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*: as Vogais e os Ditongos

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

II — *Vyañjanaḥ*, as Consoantes

1) *Kaṇṭhyaḥ*, as Guturais ou Velares

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

2) *Tālāvyaḥ*, as Palatais

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

3) *Mūrdhanyaḥ*, as Cerebrais ou Retroflexas

ट	ṭa	com a língua no palato, como em inglês, *true* (Aṣṭāṅga);

ठ ṭha dental aspirada, como em inglês, *lighthouse* (Haṭha);

ड ḍa com a língua no palato, como em inglês, *drum* (*daṇḍa*);

ढ ḍha com a língua no palato, como em inglês, *redhaired* (*ḍhanura*);

ण ṇa como em inglês, *done* (*prāṇa*);

4) *Dantyaḥ*, as Dentais

त ta com a língua na raiz dos dentes, como em terra (Tantra);

थ tha com a língua na raiz dos dentes, como em inglês, *foot-hook* (*sthiraṁ*);

द da dental, como em *dilúvio* (*dasanāmi*);

ध dha dental, como em inglês, *bloodhorse* (*dhāraṇā*);

न na dental, como em *nota* (*ānanda*);

5) *Oṣṭhyaḥ*, as Labiais

प pa labial, como em posto (*pūrvaka*);

फ pha labial aspirada, como em inglês, *top-half* (*phāla*);

ब ba labial, como em *bomba* (*bandha*);

भ bha aspirada, como no inglês, *nib-head* (*bhūta*);

म ma em início de palavra ou após vogal tem som bilabial, como em *mãe* (mantra); entre consoantes, é nasalizada, como em *também* (*saṁskāra*);

6) *Antasthaḥ*, as Semi-Vogais

य ya é semivogal: pronuncia-se como o i em *viola* (Yoga);

र ra sempre como se estivesse no meio da palavra, como em *vidro* (*rāja*);

ल la como em *iluminar* (*kuṇḍaliṇī*);

व va em início de palavra ou após uma vogal, pronuncia-se como em *volta* (*vāsaṇā*); após uma consoante, pronuncia-se igual ao *w* de *narrow*, em inglês (*tattva*);

7) *Ūṣman*, as Sibilantes

श śa tem o som de *sh*, como em *Sheila* (Śiva);

ष ṣa tem o som de *sh*, como em *bush* (Kṛṣṇa);

स sa tem o som de *ss*, como em *passo* (*āsana*);

ह ha sempre aspirado, como em *happy* (*anāhata*).

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: *faquir*.

Continuando o Estudo

Esta é uma sugestão de leituras para continuar o *svadhyāya* 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 *acārya* 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 relembrança 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 *parampará* 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. *Namaste!*

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.

Digambarji, Swāmi (1972): *Yogakośa*, Kaivalyadhama Samiti, Lonavla.

Eliade, Mircéa (1991): *El Yoga. Inmortalidad y Libertad*, FCE, México.

Eliade, Mircéa (1982): *Patañjali et le Yoga,* Seuil, Paris.

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 (1998): *Guia de Meditação*. Dharma, Florianópolis.

Kupfer, Pedro (2000): *Visões do Yoga*. Dharma, Florianópolis.

Kupfer, Pedro (2000): *Yoga Prático*. 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.

Sivānanada, Swāmi (1998): *Yogāsanas*, Divine Life Society, Rishikesh.

Sivānanada, Swāmi (1994): *Japa Yoga*, Divine Life Society, Rishikesh.

Sjoman, N. S. (1996): *The Yoga Tradition of the Mysore Palace*, Abhinav Publications, New Delhi.

Svātmarāma (1991): *Hatha Yoga Pradipika*, Éditions Satyānanadashram, Paris.

Svatmarama (1999): *Hatha Yoga Pradipika*, Motilal Banarsidass, New Delhi.

Svātmārāma (1972): *The Haṭhayogapradīpikā of Svātmārāma*, Adyar Library, Madras.

Tantra

Anônimo (1984, tradução de Sir John Woodroffe): *Kūlarnava Tantra*, Ganesh, Madras.

Anônimo (1993, traduzido para o inglês 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.

Arieira, Gloria (2007): *Tattvabodha, o Conhecimento da Verdade* (tradução comentada). Vidyā Mandir, Rio de Janeiro.

Arieira, Gloria (2011)*: Bhagavadgītā*. Vidyā Mandir, Rio de Janeiro.

Arieira, Gloria (2001): *Orações Milenares* (compilação e tradução). Vidyā Mandir, Rio de Janeiro.

Chaitanya, Śrī Dhīra (2006): *O Luto e o Ritual Final de Morte na Tradição Hindu*. 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.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Nikhilānanda, Swāmi (1947): *Ātmabodhaḥ* (tradução comentada). Sri Ramakrishna 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 (em inglês): www.arshaavinash.in

Arshavidyā Gurukulam, de Swāmi Dayānanda (em inglês): www.arshavidya.org

Arshavidyā Pītham, de Swāmi Dayānanda (em inglês): www.dayananada.org

Dharmabindu, de Miguel Homem (em português): www.dharmabindu.com

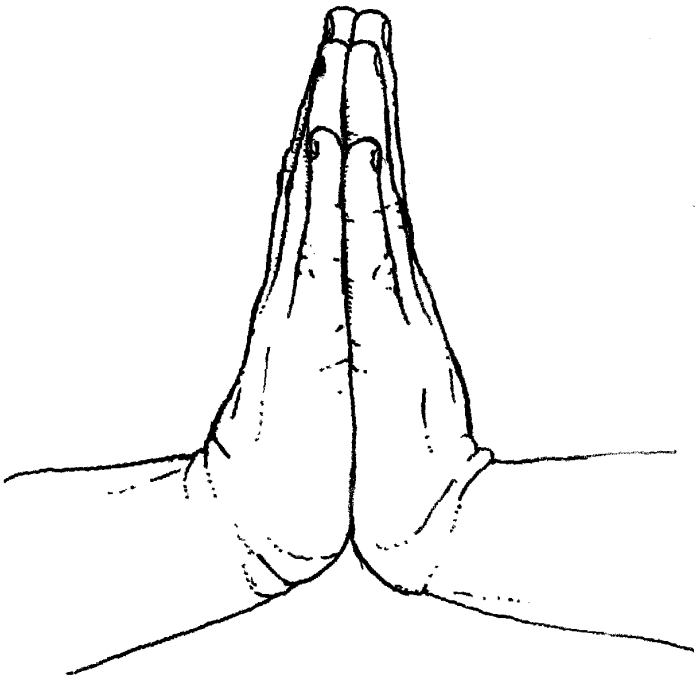
Tattvatīrtha, de Swāmi Viditātmānanda (em inglês): www.tattvatirtha.org

Vedānta Vidyārthi Saṅgha, de Swāmi Paramarthānanada (em inglês): www.vedantavidyarthisangha.org

Vidyā Mandir, de Gloria Arieira (em português): www.vidyamandir.org.br

Arshavidyā, de Swāminī Vīlasānanda (em espanhol): www.arshavidya.es

Yogabindu, de Pedro Kupfer (em português): www.yoga.pro.br



धन्यवाद्

Dhanyavād!

Muito obrigado por nos
acompanhar até aqui.

Tudo de bom!