

SWAMI VIVEKANANDA

A MEDITAÇÃO E SEUS MÉTODOS

Editado por Swami Chetanananda

Prefácio por Christopher Isherwood

PREFÁCIO

"Se a gente pudesse tê-lo conhecido!" - dizemos.

A maioria de nós reconhece que poderia ser capaz de identificar um grande instrutor espiritual se pudesse encontrar algum. Seria verdade? Provavelmente estamos nos gabando. Contudo, deve-se concordar que um instrutor vivo é muito mais preferível que seu livro morto. As meras palavras impressas não podem carregar o tom de voz de quem as pronunciou e muito menos o poder espiritual que se esconde atrás daquela voz.

Mas Vivekananda é uma das raras exceções. Ao ler suas palavras impressas, podemos captar algo do tom de sua voz e mesmo experimentar algum sentido de contato com seu poder. Qual a razão disto?

Talvez porque muitos desses ensinamentos eram originalmente falados, e não escritos por ele. Tinham a informalidade e a naturalidade do falar. Além disso, Vivekananda fala uma linguagem que podemos entender, mas que é inimitavelmente sua; o inglês de Vivekananda - aquele idioma maravilhosamente forte, de frases pitorescas e explosivas exclamações. Ela recria sua personalidade para nós ainda hoje, passados três quartos de um século.

O que Swami Chetanananda fez aqui foi trazer Vivekananda em pessoa, para ensinar-nos como meditar. Esses resumidos extratos de suas obras completas dizem-nos o que é religião, porque é de interesse vital para nós e como devemos praticá-la para torná-la parte de nossas vidas. Não se apresse em ler este livro de cabo a rabo. Escolha um extrato e reflita sobre ele o dia inteiro, ou a semana inteira. Esses ensinamentos cabem em poucas palavras, mas exigem intermináveis reflexões.

A franqueza de Vivekananda é desconcertante. Ele aponta seu dedo direto para você - como o Tio Sam nos velhos cartazes de recrutamento. Você não pode fingir para si mesmo que ele está falando com qualquer outra pessoa. Ele se dirige a "você" e é melhor que você ouça.

É melhor que você escute, diz Vivekananda, porque você não sabe quem é. Você pensa que é o Sr. ou a Sra. Jones. É o seu erro fundamental e fatal. Sua opinião a respeito de si mesmo, seja boa ou ruim, é também equivocada; mas isto é de importância secundária. Você pode andar pavoneando pela vida como o Imperador Jones ou arrastar-se pelo chão como Jones, o escravo; não faz diferença. O Imperador Jones, se existisse tal criatura, teria súditos; o escravo Jones teria um capataz. Você não tem nem um nem outro. Pois você é Brahman, o Deus Eterno e, para qualquer lugar que olhe, você nada vê a não ser Brahman, utilizando os muitos milhões de disfarces que são chamados por nomes tão absurdos como o seu próprio - Jones, Juarez, Jinnah, Jung, Jocho, Janvier, Jagataí, Jablochov; nomes que significam todos a mesma coisa, "eu não sou você".

Você não sabe quem é porque vive na ignorância. Esta ignorância pode parecer agradável, em certos momentos mas, essencialmente, é um estado de escravidão e, portanto, de sofrimento. Seu sofrimento deriva do fato de que Jones, como Jones, tem de morrer - enquanto Brahman é eterno; e que Jones, como Jones, é diferente de Juarez, Jinnah e todos os outros - enquanto Brahman, dentro de todos eles, é um só. Jones, em sua ilusão de separatividade, é atormentado por sentimentos de inveja, ódio ou medo em relação a estes seres, aparentemente

separados, ao seu redor. Ou, então, ele se sente atraído por alguns deles por desejo ou amor e se atormenta por não poder possuí-los e unir-se completamente a eles.

A separatividade, diz Vivekananda, é uma ilusão que pode e deve ser afastada pelo amor do Brahman Eterno dentro de nós e de todos os seres. Portanto, a prática da religião é uma negação da separatividade e uma renúncia a seus objetivos: fama, riqueza e poder sobre os outros.

Eu - o Sr. ou a Sra. Jones - sinto-me embaraçado com estas declarações. Trabalho para possuir bens e não quero abrir mão deles. Sinto-me orgulhoso de ser Jones e odiaria ser Jablochov; além disso, suspeito que ele esteja planejando arrebatá-los de mim. E então eu não sou somente um Jones qualquer, eu sou "o Jones", o famoso, e assim não estou inclinado a julgar-me uma pessoa totalmente exposta e sem personalidade. Eu aprovo totalmente a palavra "amor". Mas, para mim, "amor" significa Jane ou John, e ela ou ele é a mais preciosa de todas as minhas posses, nas quais só posso pensar em exclusiva relação para comigo.

Por outro lado, a prudência aconselha-me a não rejeitar o ensinamento de Vivekananda. Meu próprio mal estar é uma confirmação de que o que ele diz é, pelo menos em parte, verdadeiro. Fico tenso e deprimido quando penso no futuro. Meu médico receitou-me tranqüilizantes, mas eles não me acalmam, somente fico zozinho e sonolento. Por que, então, não dedicar alguns minutos do dia para essa meditação? É, realmente, uma espécie de seguro de vida. Eu faço seguro hospitalar na esperança supersticiosa de que ele me livrará de ter de ir ao hospital. Por que não fazer o seguro Vivekananda, na esperança de que livrará Jones de morrer e perder sua identidade?

Isto é bom, diz Vivekananda com um sorriso indulgente. De qualquer maneira comece - mesmo que for por uma razão errada. Ele é de um bom humor e de uma paciência inesgotáveis. Nunca fica desesperado com a gente porque sabe - sabe com a extrema certeza da experiência direta - que Brahman, nossa natureza real, nos atrairá gradualmente até Ele:

Assim não importam essas falhas, esses pequenos deslizes. Mantenha o ideal por mil vezes e, se você falhar e, se você falhar mil vezes, faça mais um vez uma tentativa... Há uma vida infinita diante da alma. Vá com calma e cumprirá seu objetivo.

Isto soa seguro demais, demasiadamente reconfortante. Será que ele está zombando de nós? Não e sim. Ele quer dizer exatamente o que diz, mas fala nos termos da doutrina da reencarnação. Quando ele nos diz que devemos ir com calma, quer dizer que temos liberdade de ficar na escravidão da ignorância por outros milhares de vidas; liberdade para continuar morrendo e renascendo repetidamente até que nos fartemos de nossa separatividade e fiquemos firmemente decididos a acabar com ela. Se achamos que as palavras de Vivekananda renovam nossa segurança - bem, seremos a própria piada.

Mas, o que dizer a respeito desta vida? Vivekananda observou certa vez:

Ao tentar praticar a religião, oitenta por cento das pessoas são logradas e cerca de quinze por cento enlouquecem; somente os restantes cinco por cento alcançam o conhecimento imediato da Verdade Infinita.

Isto o choca? Se choca, imagine como você reagiria se o instrutor de ginástica de uma academia lhe dissesse que "ao praticar esses exercícios, oitenta por cento dos meus discípulos fracassam - por não fazerem corretamente os difíceis exercícios - e que quinze por cento fazem exercícios em excesso, como loucos, até

que se machucam e têm que desistir; somente os cinco por cento restantes, realmente, transformam seus corpos físicos". Você ficaria surpreso? Certamente não, embora você pudesse ficar deprimido. Você deveria decidir-se, reconhecendo sua própria fraqueza, a não matricular-se na academia de forma alguma.

Mas não há desculpa mais miserável para a inação do que a justificativa de sermos fracos, indignos, não espirituais. Quando falamos disso, a voz de Vivekananda ressoa como um trovão dizendo que somos leões e não ovelhas; que somos Brahman e não Jones. Então ele torna-se gentil de novo e nos diz para fazer alguma coisa pelo menos, para fazer um pequeno esforço, mesmo se formos idosos, doentes, sobrecarregados de dependentes e de deveres mundanos, desesperadamente pobres ou desesperadamente ricos. Ele nos lembra que a verdadeira renúncia é mental e não necessariamente física. Não é necessário repudiarmos nossos maridos ou esposas e expulsarmos nossos filhos, porta afora. Devemos somente compreender que eles não são realmente nossos; amá-los como moradas de Brahman, não como meros indivíduos. Devemos compreender que nossas assim chamadas posses são simplesmente brinquedos que nos foram emprestados para brincarmos com eles por breve tempo. Um colar de contas pode ser bonito. Da mesma forma, um colar de diamantes. Não há perigo em usar o colar quando ignoramos sua diferença de preço.

Repetidamente, Vivekananda nos faz rir, quando nos pede para não perdermos tempo em arrependimentos, para não gemermos e soluçarmos sobre nossos pecados; quando nos pede para secarmos nossas lágrimas e vermos como é engraçado este mundo de farsa que vimos encarando tão seriamente. Assim, pelo menos por algum tempo, ele nos enche de coragem.

Mas Vivekananda não dedicou toda sua tremenda energia para estimular os noventa e cinco por cento de coração fraco. Ele precisava de auxiliares no seu trabalho - homens e mulheres dedicados, em quem pudesse confiar - e não os procurava entre os fracos. De vez em quando, inesperadamente, no meio de uma conferência, ele fazia um de seus emocionantes e ressoantes apelos aos fortes, os ainda incorruptos cinco por cento:

Homens e mulheres de hoje! Se existir entre vocês alguma flor pura e fresca, que seja colocada no altar de Deus. Se existir entre vocês alguns que, sendo jovens, não queiram voltar para o mundo, que o abandonem! Que renunciem! Este é o único segredo da espiritualidade, a renúncia. Atrevam-se a fazer isso. Sejam bravos, o bastante, para fazê-lo. São necessários esses grandes sacrifícios.

Vocês não podem ver a maré de morte e materialismo que está rolando sobre essas terras ocidentais? Vocês não podem ver o poder da luxúria e da perversidade que devoram as forças vitais da sociedade? Acreditem-me, vocês não deterão estas coisas pela conversa ou por movimentos de agitação pedindo reformas; mas somente pela renúncia, ficando de pé, no meio da decadência e da morte, como montanhas de retidão. Não falem, mas deixem o poder da pureza, o poder da castidade, o poder da renúncia, emanar de cada poro de seus corpos. Que este poder golpeie aqueles que lutam noite e dia pelo ouro, pois mesmo no meio de tal estado de coisas, poderá aparecer alguém para quem as riquezas perderão seu valor. Expulsem a luxúria e as riquezas. Sacrifiquem-se.

Mas quem fará isto? Não os desgastados ou os velhos, esgotados e fustigados pela sociedade, mas os mais novos e os melhores da Terra, os fortes, os jovens, os belos. Sacrifiquem suas vidas. Tornem-se servos da humanidade. Sejam sermões vivos. Isto é renúncia e não palavras vazias.

Não critique os outros, pois todas as doutrinas e dogmas são bons; mas

mostre a eles, através de suas vidas, que a religião não é assunto de livros e crenças, mas de realização espiritual. Somente aqueles que a viram compreenderão isto; mas tal espiritualidade pode ser dada a outros, embora fiquem inconscientes desta dádiva. Somente aqueles que atingiram este poder se colocam entre os grandes instrutores da humanidade. Eles são os poderes da luz.

Quanto mais um país produzir tais homens, mais alto se levantará. Aquela terra onde tais homens não existirem, está amaldiçoada. Nada poderá salvá-la. Portanto, a mensagem de meu Mestre para o mundo é: "Sejam todos seres espirituais! Obtenham, primeiro, a realização espiritual!" Vocês falaram tanto do amor do homem, que está perigando de tornar-se, somente, uma palavra. Chegou o tempo de agir. A ordem agora é: Faça! Pule no buraco e salve o mundo!

Certa vez, em minha vida, eu ouvi este desafio, da maneira mais simples possível. Um grupo de pessoas se juntara para discutir assuntos religiosos.

Muitos dos presentes falaram extensamente e com eloquência sobre Deus e a vida de orações. Então, quando o último deles terminou, um menino de catorze anos exclamou repentinamente, muito excitado: "Mas, se tudo isto é verdade, por que fazemos sempre coisas diferentes?"

A pergunta nos emudeceu.

Christopher Isherwood

Julho de 1974

PREFÁCIO DO EDITOR

Um peixe, quando capturado pela rede do pescador e levado à praia, debate-se e pula no chão seco; luta desesperadamente para voltar à água, que é sua real morada. Similarmente, o lar real do homem é Deus; ele se sente inquieto e desconsolado enquanto se esquece de sua real natureza, que é divina. A meditação é a ponte que liga o homem a Deus. Os métodos de meditação são muitos, mas seu principal propósito é conseguir uma maneira de fugir da rede de Maya (a Ilusão Cósmica), a causa de todo sofrimento, para trazer calma e paz à mente do homem.

Golpeado pelas tensões, ansiedades, tentações e frustrações do mundo ao seu redor, e, ao mesmo tempo, encontrando somente um grande vazio dentro de si, o homem hoje está no meio de uma crise. É incapaz de determinar quais são os últimos valores da vida. O que ele realmente busca - talvez sem o saber - é liberdade, alegria, equilíbrio e paz interiores. Como pode conseguir isto? Meditação é a resposta.

Instruções específicas para a prática da meditação não podem ser retiradas de nenhum livro; antes, elas devem ser obtidas de um instrutor qualificado e ensinadas de acordo com o temperamento e o avanço espiritual do discípulo. Não obstante, as palavras de uma grande alma têm um poder duradouro e, com estas palavras de Swami Vivekananda, a gente pode não somente familiarizar-se com os princípios gerais de meditação, mas também reunir inspiração e força para buscar a divindade que está em nosso interior. Ao se ler estas seleções das preleções, escritos e conversas de Swami Vivekananda, torna-se evidente que ele ensinava com autoridade e não meramente como um erudito. Pois ele próprio mergulhara nas profundezas da realização que pregava.

O livro foi dividido em duas seções: "Meditação conforme a loga" e "Meditação conforme a Vedanta". A primeira parte reflete a prática e mística abordagem da meditação. A segunda é uma mais filosófica e transcendental aproximação. Ambos os caminhos, no entanto, enfatizam ser a meditação o supremo meio de alcançar a iluminação e ambas direcionam o aspirante para a mesma meta.

Escolhemos um título para cada seleção e definições para alguns termos em sânscrito menos familiares foram dadas, entre parêntesis, no corpo do texto.

Também para ajudar na clareza e na leitura, ocasionalmente cortamos uma ou mais sentenças ou frases introdutórias e modernizamos a pontuação, sem fazermos indicação das supressões ou variações do original. Contudo, uma referência ao volume e número da página das "Obras Completas de Swami Vivekananda" é dada para cada seleção e uma referência para cada volume e sua edição pode ser encontrada na última página do livro. Finalmente, ao escolher estes extratos, incluímos não somente as instruções de Swami Vivekananda sobre meditação, mas também algumas descrições de suas próprias experiências, juntamente com antigas histórias que ele contou e várias de suas conversas registradas, afim de dar idéia da rica variedade de seus ensinamentos.

Somos gratos ao Advaita Ashrama, de Mayavati, Himalaia, por nos dar permissão de reproduzir estas seleções das "Obras Completas de Swami Vivekananda". Ao concluir, queremos expressar nossa gratidão a Christopher Isherwood por ter escrito o Prefácio.

VISLUMBRES DE SWAMI VIVEKANANDA

"Você vê uma luz quando adormece?"

"Sim, vejo. Todo mundo não vê também?". A voz do menino demonstrava admiração.

Foi logo após seu primeiro encontro que Sri Ramakrishna fez esta pergunta a Narendra e sua resposta propiciou ao Mestre uma profunda visão sobre o passado, a natureza e o destino deste jovem notável, que mais tarde seria Swami Vivekananda. Em seus derradeiros anos, ele próprio descreveu essa faculdade supranormal: "Desde meus tempos de criança, eu costumava ver um maravilhoso ponto luminoso entre minhas sobrancelhas, quando fechava meus olhos para dormir e acompanhava suas várias modificações com grande atenção. Aquele maravilhoso ponto de luz cambiava de cores e aumentava até assumir a forma de uma bola; finalmente ela explodia e cobria meu corpo, da cabeça aos pés, com uma branca luz líquida. Logo que isto acontecia, eu perdia a consciência exterior e adormecia. Eu acreditava que era assim que todo mundo começava a dormir. Então, quando cresci e comecei a meditar, aquele ponto de luz aparecia para mim tão logo eu fechava meus olhos e eu concentrava-me nele."

A história da vida de Swami Vivekananda é a de um ser fenomenal. Ele era o tipo ideal de iogue e monge, de instrutor e líder, de místico e asceta, de trabalhador e filósofo. Era capaz de alcançar o mais elevado estado de devoção, embora possuído do mais alto conhecimento. Era um dedicado humanista, um músico e orador por excelência, um atleta consumado. Em Vivekananda temos um vislumbre do homem perfeito. Seu guru, Sri Ramakrishna, disse a seu respeito: "Narendra é uma grande alma - perfeito na meditação. Com a espada do conhecimento, ele despedaça os véus de maya. A inescrutável ilusão (maya) nunca poderá subjugá-lo."

A verdadeira natureza desse discípulo excepcional foi revelada a Sri Ramakrishna numa visão mesmo antes de terem seu primeiro encontro. Vivekananda era um sábio antigo, imerso em profundo samadhi (consciência transcendental), imóvel como uma rocha. Sri Ramakrishna, o mestre do samadhi, despertou aquele ser divino de sua meditação, dando, por assim dizer, um violento empurrão naquela rocha, encaminhando sua trajetória, pelo mundo, a irradiar espiritualidade e a destruir a mesquinhez e a ignorância onde quer que fosse.

Com referência às visões que tivera a respeito de Narendra disse Sri Ramakrishna a seus discípulos: "Certo dia verifiquei que minha mente pairava no samadhi ao longo de uma luminosa trajetória. Enquanto ela se elevava cada vez mais alto eu divisava, às margens do caminho, as formas ideais de deuses e deusas. A mente atingiu então os limites extremos daquela região onde uma barreira de luz separava a esfera da existência relativa da esfera do Absoluto. Ao atravessar aquela barreira a mente penetrou no reino transcendental em que nenhum ser corpóreo era visível. Logo a seguir eu vi sete sábios veneráveis assentados, em samadhi. Passou-me pela mente que aqueles sábios deveriam ter ultrapassado não somente os homens mas mesmo os deuses em conhecimento e santidade, em renúncia e amor. Perdido em admiração, eu refletia sobre sua grandeza quando vi uma parcela daquela região luminosa indiferenciada condensar-se na forma de uma criança divina. A criança veio até um dos sábios, tocou terna e delicadamente em sua nuca e, dirigindo-se a ele com voz suave, tentou arrancar sua mente do estado de samadhi. Este toque mágico despertou o sábio de seu estado

super consciente e este então fixou seus olhos entreabertos na criança maravilhosa. Com grande alegria a estranha criança falou-lhe: "Eu estou descendo. Você também deve vir comigo." O sábio permaneceu mudo, mas seu olhar terno expressou seu assentimento. Tão logo vi Narendra, reconheci que ele era aquele sábio. Mais tarde Ramakrishna revelou que aquela divina criança era ele próprio. Vivekananda nasceu em 12 de janeiro de 1863 em Calcutá. Desde o começo era uma criança precoce de energia excepcional. Todavia, sua tendência inata para a meditação revelou-se na infância. Pois, juntamente com os folguedos comuns da infância, ele brincava de meditar.

Certa vez Narendra meditava com seus amigos quando uma cobra apareceu. Os outros meninos ficaram horrorizados e, advertindo a Narendra com um grito, saíram correndo. Mas Narendra permaneceu imóvel e a cobra, depois de algum tempo, foi embora. Mais tarde, ele disse a seus pais: "Eu ignorava a cobra ou qualquer outra coisa. Estava sentindo uma alegria inexprimível."

Aos quinze anos de idade experimentou o êxtase espiritual. Viajava com sua família a Raipur na Índia Central e parte da viagem tinha de ser feita em carro de boi. Naquele dia especial o ar estava seco e claro, as árvores e as trepadeiras cheias de flores e pássaros de brilhante plumagem cantavam na floresta. O veículo movia-se através de uma estreita passagem em que picos altaneiros, elevando-se dos dois lados, quase se tocavam. Narendra bateu os olhos numa grande colmeia, numa fenda de um penhasco gigante, que ali deveria existir há muito tempo. De súbito, sua mente inundou-se de pasmo e reverência pela Divina Providência e ele perdeu sua consciência exterior. Talvez tenha sido esta a primeira vez que sua poderosa imaginação o ajudou a elevar-se ao reino da superconsciência.

Certa vez, em seus dias de estudante, Vivekananda teve uma visão de Budda conforme narrou: "Quando estava na escola uma vez eu meditava a portas fechadas e conseguia uma razoável concentração de pensamento. Há quanto tempo meditava daquele jeito, eu não saberia dizer. A meditação já terminara e eu ainda continuava sentado, quando, da parede do quarto que dava para o sul, saiu uma figura luminosa que ficou na minha frente. Era a figura de um Sannyasin (monge) absolutamente calmo, com a cabeça raspada, tendo um cajado e um Kamandalu (moringa) em cada mão. Ele olhou-me fixamente por algum tempo e parecia querer dirigir-se a mim. Eu, também, observei-o atentamente com muda estupefação. Subitamente, uma espécie de medo apossou-se de mim. Abri a porta e saí correndo do quarto. Então, ocorreu-me que era tolice minha correr assim, pois talvez ele quisesse dizer-me algo. Mas eu nunca mais vi aquela figura. Creio que tenha sido o Senhor Buda que eu vi."

Em um de seus primeiros encontros Sri Ramakrishna deu em Vivekananda o toque mágico que baniu a dualidade de sua mente e deu-lhe um sabor da consciência transcendental. Geralmente o guru ajuda seu discípulo a alcançar o samadhi como o objetivo da vida. Mas o guru de Swami Vivekananda esperava muito mais de seu discípulo. Sri Ramakrishna realmente censurava Vivekananda por querer permanecer imerso em samadhi por três ou quatro dias seguidamente, interrompendo-o somente para alimentar-se. "Que vergonha! Você ansiar por coisa tão insignificante! Eu queria que você fosse como uma grande figueira e que milhares de pessoas repousassem à sua sombra. Mas vejo, agora, que você só busca sua própria libertação". Assim repreendido, Vivekananda chorava ao descobrir a grandeza do coração de Sri Ramakrishna.

Na quinta de Cossipore, Vivekananda experimentou o nirvikalpa samadhi - a suprema realização da Vedanta e da Yoga. Certa noite, enquanto meditava com o

Gopal mais velho, um irmão discípulo, ele sentiu como se uma luz estivesse posicionada atrás de sua cabeça. Esta luz tornou-se cada vez mais intensa e ele então ultrapassou toda a relatividade e perdeu-se no Absoluto. Ao recobrar um pouco da consciência do mundo, sentia somente sua cabeça, mas não sentia o resto de seu corpo. Ele exclamou: "Gopal, onde está o meu corpo?". "Ele está aqui, Naren", respondeu Gopal, tentando convencê-lo. Mas, não o conseguindo, Gopal ficou horrorizado e apressou-se em informar a Sri Ramakrishna que disse somente: "Deixe-o ficar nesse estado por um tempo! Ele amolou-me bastante para consegui-lo."

Depois de longo tempo Vivekananda voltou à sua consciência normal. Uma paz e alegria inefáveis encheram sua mente e seu coração. Ele veio até o Mestre que lhe disse: "Agora, a Divina Mãe mostrou-lhe tudo. Mas sua realização será trancada agora e a chave ficará comigo. Quando você tiver acabado de fazer o trabalho da Mãe, este tesouro será novamente seu."

Outro episódio interessante deste período foi contado por Girish Chandra Gosh, um chefe de família discípulo de Sri Ramakrishna. Um dia, Vivekananda e Girish sentaram-se debaixo duma árvore para meditar. Havia tantos mosquitos a perturbar, que Girish ficou muito agitado. Ao abrir os olhos, ficou espantado ao ver que o corpo de Vivekananda estava como que coberto por escura manta, tal era o número de mosquitos nele pousados. Mas ele estava totalmente inconsciente da presença deles e não tinha nenhuma lembrança deles ao voltar à consciência normal.

Depois do falecimento de Sri Ramakrishna, Vivekananda viajou através da Índia toda como um monge itinerante. Ele queria encontrar um lugar bem isolado onde pudesse viver sozinho, absorto na contemplação de Deus. Nessa época, guiavam-no as palavras de Buddha: "Serenos como o leão, que não treme com os ruídos; sereno como o vento, que não pode ser apanhado por uma rede; sereno como a folha de lótus, intocada pela água - assim tu deves andar solitário como o rinoceronte!" Mas a Providência Divina tinha outro plano para ele e Vivekananda não podia escapar ao seu destino. Como escreveria mais tarde. "Nada em minha vida preocupava-me mais que a noção do trabalho a ser feito. Era como se eu tivesse sido arrancado daquela vida em cavernas, para perambular pelas planícies abaixo."

Certo dia, durante suas viagens nos Himalaias, ele assentou-se para meditar sob uma árvore, ao lado de um regato. Lá veio a conhecer a unidade entre o universo e o homem e que o homem é um universo em miniatura. Verificou que tudo que existe no universo existe também no corpo e, ademais, que todo o universo pode estar contido num simples átomo. Ele registrou essa experiência em suas anotações e disse a seu irmão-discípulo e companheiro, Swami Akhandananda: "Encontrei hoje a solução de um dos mais difíceis problemas da vida. Foi-me revelado que o macrocosmo e o microcosmo são guiados pelo mesmo princípio."

Em 31 de maio de 1893 Vivekananda partiu para Chicago para participar do Congresso das Religiões como representante do Hinduísmo. Mas sua mensagem foi tão universal que um observador comentou: "Vivekananda foi o representante de todas as religiões do mundo." Proclamou a suprema mensagem do Vedanta: "Vós sois os filhos de Deus, os compartilhadores da Bem-aventurança Imortal, seres perfeitos e santificados. Vós sois divindades na Terra - pecadores! É um pecado denominar assim a um homem; é um permanente libelo contra a natureza humana."

Durante os três anos seguintes viajou intensivamente pelos Estados Unidos e

por muitos países da Europa. Contudo, a ativa vida do Ocidente não conseguia perturbar sua meditação. Em Vivekananda encontramos as duas correntes opostas da ação e meditação fluindo harmoniosamente, nunca uma interferindo com a outra.

Estando quase exausto pelo trabalho ininterrupto de conferências públicas e aulas, no início de junho de 1895, o Swami aceitou um convite de Mr. Francis Legget para ir a Percy, New Hampshire, para um período de descanso no silêncio das florestas de pinheiros. Também lá ele experimentou o nirvikalpa samadhi. Em 7 de julho de 1895, de Percy, ele escreveu a Mrs. Ole Bull:

"Este é um dos locais mais belos que já vi. Imagine um lago rodeado de colinas cobertas por imensa floresta, com mais ninguém além da gente. É tudo tão agradável, tão quieto, tão repousante, que você pode imaginar como estou alegre de estar aqui depois da agitação das cidades.

Estar aqui dá-me um novo alento de vida. Vou sozinho à floresta, leio o meu Gita e fico totalmente feliz. Vou deixar este lugar dentro de dez dias e vou a Thousand Island Park. Lá vou meditar continuamente e ficarei só comigo mesmo. A própria idéia disso me enobrece."

Na arte e arquitetura da Índia, o estado de realização ou de iluminação suprema, tem sido representado na forma meditativa de Buddha, o Iluminado. Este mesmo ideal elevado pode ser encontrado em Swami Vivekananda, nas memórias de Mrs. Mary Funke, que foi uma de suas discípulas: "O último dia (em Thousand Island Park) foi muito maravilhoso e precioso. Convidou Cristina e a mim para um passeio, pois queria estar a sós conosco. Subimos uma colina distante cerca de meia milha. Só havia floresta e solidão. Finalmente, ele escolheu uma árvore com galhos baixos e assentamo-nos sob seus ramos agasalhadores. Em vez da esperada palestra ele, subitamente, disse: "Vamos meditar agora. Ficaremos como Buddha debaixo da árvore de Bodhi." Tão quieto ficou ele que parecia transformado em estátua de bronze. Adveio então uma tempestade e choveu muito. Ele nunca soube disso. Abri meu guarda-chuva e o protegi tanto quanto possível. Completamente absorto em sua meditação, fazia abstração de tudo. Logo ouvimos gritos distantes. Os outros vinham à nossa procura com capas e guarda-chuvas. Swamiji olhou em volta, com mágoa, pois tínhamos de ir embora, e disse: "Mais uma vez estou em Calcutá sob a chuva."

Não se deve esquecer que Vivekananda, como dissera Sri Ramakrishna, não era um homem comum, mas um nitya-siddha, aquele que nasce perfeito, um Ishvarakoti ou mensageiro especial de Deus, nascido na Terra para cumprir uma missão divina. Vivekananda disse: "Eu inspirarei os homens pelo mundo afora até que eles saibam que são unificados com Deus." Durante toda sua vida ele praticou tanto a concentração que ela se tornou parte de si mesmo. No Ocidente tinha de controlar esse hábito precioso. Sister Nivedita diz-nos: "Certa ocasião, ao ensinar a uma turma de Nova Iorque a meditar, aconteceu que, no final da aula, não conseguiram trazê-lo de volta à consciência normal e, um a um, os estudantes retiraram-se silenciosamente. Mas ele ficou profundamente mortificado quando soube o que aconteceu e nunca arriscou-se a que isto se repetisse. Ao meditar, privadamente, com uma ou duas pessoas, ele informava qual a palavra com que poderia ser despertado."

Quando estava em Camp Irving, na Califórnia do Norte, certa manhã o Swami encontrou Shanti (Mrs. Hansborough) na cozinha, a preparar comida, na hora dele dar sua aula matinal. "Você não vem meditar?", perguntou. Chanti respondeu que,

como tinha se esquecido de programar adequadamente seus trabalhos, teria de ficar na cozinha. Swamiji disse: "Bem, não faz mal. Nosso Mestre disse que se poderia deixar de meditar se se fosse prestar serviço. Tudo bem, vou meditar por você." Shanti disse mais tarde: "Enquanto durou a aula eu senti que, realmente, ele estava meditando por mim."

Ao aproximar-se o fim de sua missão e vida terrenas, Vivekananda certificava-se cada vez mais claramente que este mundo não é senão um teatro. Seus olhos abriam-se cada vez mais à luz do outro mundo, sua verdadeira morada. E soube explorar de maneira vivida e tocante sua ânsia de retornar a ele, em sua carta de 19 de abril de 1900, escrita da Califórnia a Miss Josephine MacLeod, sua sempre leal "Joe":

"O trabalho é sempre difícil. Reze por mim, Joe, a fim de que meu trabalho cesse para sempre e minha alma se absorva na Mãe. Ela conhece o Seu trabalho.

Eu estou bem, muito bem mentalmente. Sinto mais o descanso da alma que o do corpo. As batalhas são perdidas e vencidas. Arrumei minhas coisas e estou esperando pela Grande Libertadora.

Siva, ó Siva, leve meu barco para a outra margem!

Afinal de contas, Joe, eu sou somente o menino que costumava ouvir arrebatado e embevecido as palavras maravilhosas de Sri Ramakrishna sob a figueira de Dakshineswar. Esta é minha verdadeira natureza - os trabalhos e atividades, o fazer o bem e assim por diante, são simples superimposições. Agora, eu ouço de novo sua voz, a mesma velha voz que eletriza minha alma. Os grilhões estão se quebrando - o amor morrendo, o trabalho tornando-se insípido - o encanto da vida extinguindo-se. Agora, tão somente a voz do Mestre chamando. - Estou chegando, Senhor, estou chegando. - Que os mortos enterrem os mortos. Que você Me siga.

Sim, estou chegando. O Nirvana está diante de mim. Sinto-o às vezes, o mesmo oceano infinito de paz, sem uma onda, sem uma brisa.

Oh, é tão tranquilo!"

Sri Ramakrishna tinha profetizado que Narendra mergulharia em nirvikalpa samadhi no fim de seu trabalho, quando viesse a saber quem e o que realmente era. Um dia, em Belur Math, quando um irmão discípulo casualmente perguntou-lhe: "O senhor já sabe quem é, Swamiji?" ficou emudecido de espanto pela inesperada resposta: "Sim, agora eu sei."

A saída de Vivekananda do mundo foi tão maravilhosa quanto sua entrada. Depois de consultar um almanaque, ele escolheu uma data auspiciosa para encerrar seu drama. Foi o dia 4 de julho de 1902. Meditou durante três horas pela manhã, deu uma aula de gramática do sânscrito e de filosofia vedântica aos jovens monges à tarde, após o que deu um longo passeio com um de seus irmãos discípulos.

Sister Nivedita deixou-nos um relato dos últimos momentos de sua vida: "Ao voltar do passeio, o sino soava as vésperas e ele dirigiu-se ao seu quarto e assentou-se para meditar, voltado para o Ganges. Era pela última vez. Então, nas asas dessa meditação, seu espírito voou para o lugar de onde não haveria retorno e o corpo foi deixado, como uma veste dobrada, sobre a Terra.

As últimas palavras de Swami Vivekananda, dirigidas a um discípulo monástico que o servia, foram: "Medite e espere até que o chame."

Sociedade Vedanta do Sul da Califórnia
Aniversário de Vivekananda
14 de janeiro de 1974

MEDITAÇÃO DE ACORDO COM A IOGA

O pensar em objetos dos sentidos
Fará com que você se apegue a eles.
Fique apegado e tornar-se-á viciado;
Impeça os seus vícios e ficará colérico;
Fique irado e sua mente tornar-se-á confusa;
Conturbe sua mente e esquecerá a lição da experiência;
Esqueça a experiência e perderá o discernimento;
Perca o discernimento e perderá o único objetivo da vida.
A mente descontrolada
Não percebe que o Atman está presente:
Como pode ela meditar?
Sem a meditação, onde estará a paz?
Sem paz, onde estará a felicidade?

(Bhagavad Gita, II.62,63,65)

O QUE É MEDITAÇÃO

O que é meditação? Meditação é o poder que nos torna capazes de resistir a tudo. A Natureza pode nos dizer: "Olhe, que coisa maravilhosa!" E eu não olho. Então, ela diz: "Que belo aroma! Sinta-o!" Eu digo ao meu nariz: "Não o cheire" e o nariz me obedece. "Olhos, não vejam!". A Natureza faz uma coisa terrível - mata um de meus filhos e diz: "Agora, patife, sente-se e chore! Caia no buraco! Afunde!" Eu respondo: "Não farei isso." Eu me ergo. Devo libertar-me. Experimente fazer isso algumas vezes. Na meditação, por um momento, você pode modificar seu modo de ser. Agora, se você tem aquele poder dentro de si mesmo, não seria isto o céu, a liberdade? Este é o poder da meditação.

Como alcançá-lo? De doze maneiras diferentes. Cada temperamento tem sua própria maneira. Mas este é o princípio geral: domine sua mente. A mente é como um lago e cada pedra que nele cai provoca ondas. Essas ondas não permitem que nos vejamos como somos. A lua cheia se reflete sobre a água do lago, mas a superfície está tão agitada que não vemos claramente seu reflexo. Fique calmo. Não deixe sua natureza provocar as ondas. Fique quieto e então, passado certo tempo, ela desistirá. E, então, saberemos o que realmente somos. Deus lá está presente, mas a mente é tão agitada, sempre a perseguir os sentidos... Você isola os sentidos e, mesmo assim, sua mente continua a girar, a rodar. Num dado momento sinto-me bem e resolvo meditar em Deus e então minha mente viaja para Londres, num minuto. E se consigo retirá-la de lá, ela voa para Nova York, para pensar nas coisas que fiz lá, no passado. Essas ondas devem ser detidas pelo poder da meditação. (IV, 248)

A PORTA PARA A BEATITUDE

A meditação é a porta que abre aquela alegria infinita para nós. As preces, os cerimoniais e outras formas de culto são simplesmente os jardins de infância da meditação. Você ora, você oferece algo. Existiu uma certa teoria de que tudo levantava o nosso poder espiritual. O uso de certas palavras, flores, imagens, templos e de cerimoniais como o oscilar de luzes, leva a mente a essa atitude, mas esta atitude reside sempre na alma humana, e em nenhum outro lugar. Todas as pessoas estão fazendo isso; mas o que elas fazem sem o saber, faça-o conscientemente. Este é poder da meditação.

Lenta e gradualmente devemos praticar isto. Não é uma brincadeira - não é coisa para um dia, para anos ou talvez para renascimentos. Mas não faz mal! O impulso deve continuar. Conscientemente, voluntariamente, o impulso deve prosseguir. Ganharemos terreno, polegada a polegada. Começaremos a sentir e a obter posses reais que ninguém poderá tirar de nós - a riqueza que homem algum pode tomar, a riqueza que ninguém pode destruir, a alegria que nenhum sofrimento jamais poderá afetar. (IV. 249, 248)

EM BUSCA DA VERDADE

loga é a ciência que nos ensina como conseguir estas percepções (experiências diretas de Deus). Não adianta muito falar sobre religião a menos que as tenhamos sentido. Porque há tantos distúrbios, tantas disputas e discussões em nome de Deus? Já houve mais derramamento de sangue em nome de Deus do que

por qualquer outro motivo, porque as pessoas nunca foram às nascentes; elas se contentaram somente em concordar mentalmente com os costumes de seus ancestrais e em querer que os outros fizessem o mesmo. Que direito tem o homem de dizer que tem uma alma se não a sente ou de que existe Deus se ele não O vê? Se Deus existe devemos vê-lo, se existe alma devemos percebê-la; do contrário, é melhor não acreditar. É melhor ser um ateu declarado do que um hipócrita.

O homem deseja a verdade, quer experimentar a verdade por si mesmo; quando ele a agarrou, realizou-a, sentiu-a no íntimo de seu coração, somente então, segundo os Vedas, todas as dúvidas se dissipam, toda a escuridão é afastada e todos os aleijões são corrigidos. (I. 127-28)

COMO É INQUIETA A MENTE!

Como é difícil controlar a mente! Ela já foi comparada a um macaco enlouquecido. Havia um macaco, agitado por natureza própria, como são todos os macacos. Como se isso não bastasse, alguém deu-lhe muito vinho a beber e assim ele ficou ainda mais agitado. Foi então picado por um escorpião. Quando um homem é picado por escorpião, ele pula durante um dia inteiro; assim, o pobre macaco ficou pior do que nunca.

Para completar sua desgraça, um demônio se apossou dele. Que palavras podem descrever a incontrolável agitação daquele macaco? A mente humana é como aquele macaco, incessantemente ativa por sua própria natureza; então, ela fica embriagada com o vinho do desejo, aumentando assim sua turbulência. Depois do desejo tomar posse, vem o ferrão do escorpião do ciúme pelo sucesso dos outros e, finalmente, o demônio do orgulho entra na mente, fazendo com que ela se julgue ser muito importante. Como é difícil controlar tal mente! (I. 174)

UMA TREMENDA TAREFA

De acordo com os logues, há três principais correntes nervosas: uma é chamada Ida, a outra Pingala, e a do meio Sushumna e todas ficam dentro da coluna espinhal. Ida e Pingala, à esquerda e à direita, são feixes de nervos, enquanto a do meio, Sushumna, é oca e não é um feixe de nervos. Sushumna está fechada e para o homem comum não tem uso, pois ele utiliza somente Ida e Pingala. Correntes, constantemente, fluem através desses nervos, transportando ordens por todo o corpo, através de outros nervos que correm por diferentes órgãos do corpo.

A tarefa diante de nós é vasta; em primeiro lugar e principalmente, devemos procurar controlar a enorme massa de pensamentos submersos que se tornaram automáticos em nós. A má ação está, sem dúvida, no plano consciente; mas a causa que produziu a má ação está muito além no reino do inconsciente, oculta, e, por isso, mais poderosa.

Esta é a primeira parte do estudo, o controle do inconsciente. A próxima é ir além do consciente (o estado de vigília). Vemos, assim, que deve haver um trabalho duplo. Primeiro, pelo adequado trabalho de Ida e Pingala, que são as duas correntes comuns existentes; e, em segundo lugar, para ultrapassar a consciência superficial.

Aquele que, depois de longa prática de auto-concentração, alcançou esta verdade, pode ser chamado logue. Então Sushumna se abre e uma corrente que

nunca antes entrou nessa nova passagem irá circular por ela e, gradualmente, ascenderá (o que dizemos em linguagem figurada) aos diferentes centros do loto, até atingir o cérebro. Então o logue torna-se consciente de que é realmente, o próprio Deus. (II. 30, 34-36)

O AMBIENTE PARA MEDITAÇÃO

Para aqueles que têm essa possibilidade, será melhor ter um quarto só para esta prática. Não durma neste quarto, ele deve ser mantido como sagrado. Você não deve entrar no quarto antes de tomar seu banho e sem estar perfeitamente limpo de corpo e mente. Coloque sempre flores nesse quarto; elas são o melhor ambiente para um logue; e também quadros que sejam belos. Queime incenso pela manhã e à tarde. Não discuta, não se irrite, nem tenha pensamentos impuros nesse quarto. Permita que somente entrem nesse quarto pessoas que pensem como você. Assim, gradualmente, haverá uma atmosfera de santidade no quarto e, quando você estiver infeliz, magoado, cheio de dúvidas ou sua mente estiver perturbada, o mero fato de entrar naquele quarto o tornará tranqüilo. Esta era a idéia do templo e da igreja e, em alguns templos e igrejas, você encontrará isso mesmo agora, mas, na maioria deles, essa idéia se perdeu. A idéia é de que, mantendo-se vibrações puras, o lugar torna-se e permanece cheio de luz. Aqueles que não tiverem a possibilidade de ter um quarto isolado, poderão meditar onde gostarem. (I. 145)

REQUISITOS PARA A MEDITAÇÃO

Onde houver fogo, em água ou chão coberto de folhas secas, onde houver muitos cupins, onde houver animais ferozes ou perigo, onde quatro ruas cruzarem, onde houver muito barulho, onde muitas pessoas más se reunirem, a loga não deve ser praticada. Isto se aplica mais particularmente à Índia. Não faça esta prática quando estiver doente ou com muita preguiça ou quando a mente estiver muito infeliz ou magoada. Vá a um lugar bem escondido, onde as pessoas não forem perturbá-lo. Não escolha lugares sujos. Pelo contrário, escolha um belo cenário ou um quarto em sua própria casa que seja bonito. Quando praticar, primeiramente faça saudação a todos os antigos logues, a seu próprio Guru e Deus e, então, comece. (I. 192)

A HORA DE MEDITAR

Você deve praticar pelo menos duas vezes por dia, e a melhor ocasião é pela manhã e à tarde. Quando a noite se transforma em dia e o dia em noite, segue-se uma fase de relativa calma. De manhã bem cedo e à tardinha são os dois períodos de tranqüilidade. Seu corpo terá uma igual tendência de se acalmar nessa hora. Devemos aproveitar essa condição natural e começar a prática. Adote como regra não comer antes de ter praticado; se fizer isso, a aguda força da fome quebrará sua preguiça. Na Índia ensinam as crianças a não comerem antes de terem meditado ou feito adoração e isto torna-se natural para elas, com o decorrer do tempo; um menino não sentirá fome antes de se banhar e praticar. (I. 144-45)

OREM, AGORA!

Repitam mentalmente:

Sejam felizes todos os seres;
Vivam em paz todos os seres;
Sejam abençoados todos os seres.

Façam isso dirigindo-se ao leste, ao sul, ao norte e a oeste. Quanto mais fizerem isso, melhor se sentirão.

Vocês irão verificar que o modo mais fácil de terem saúde é desejarem que os outros se tornem saudáveis, e o meio mais fácil de se sentirem felizes é fazerem os outros felizes. Depois de fazer isto, aqueles que acreditam em Deus deverão rezar - não por dinheiro, não para sua própria saúde, não pelo céu; orem pela luz e pelo conhecimento; qualquer outra prece é egoística. (l. 145-146)

A PRIMEIRA LIÇÃO

Assente-se por algum tempo e deixe a mente atuar. Simplesmente espere e observe. O conhecimento é poder, diz o provérbio, o que é verdade. Até que você saiba o que a mente está fazendo, você não poderá controlá-la. Solte as rédeas; muitos pensamentos sujos poderão aflorar; você ficará espantado como foi possível ter tais pensamentos. Mas verificará que a cada dia as extravagâncias da mente se tornarão cada vez menos fortes e a cada dia ela se tornará mais calma.

Desista de toda argumentação e de outras confusões.

Existe algo na árida tagarelice intelectual? Ela somente desequilibra e perturba a mente. As coisas dos planos mais sutis devem ser sentidas. Tagarelar fará isso? Assim, elimine toda conversa vã. Leia somente aqueles livros que foram escritos por pessoas que atingiram a realização. (l. 174, 176-77)

AGORA, PENSE!

Pense em seu próprio corpo e faça com que seja forte e sadio; é o melhor instrumento que você tem. Pense nele como sendo tão forte como um diamante e que, com o auxílio dele, você atravessará o oceano da vida. A liberdade nunca será alcançada pelos fracos. Lance fora toda fraqueza. Diga a seu corpo que ele é forte, diga à sua mente que ela é forte e tenha fé e esperança sem limites em você mesmo. (l. 146)

ALGUNS EXEMPLOS DE MEDITAÇÃO

Imagine uma flor de lótus acima de sua cabeça, várias polegadas acima, com a virtude no seu centro e com o conhecimento como caule. As oito pétalas do lótus são os oito poderes do logue. Na parte interna, os estames e pistilos representam a renúncia. Se o logue renunciar aos poderes exteriores ele conseguirá a salvação.

Assim, as oito pétalas da flor de lótus são os oito poderes, mas os estames e os pistilos internos são a renúncia extrema, a renúncia de todos estes poderes. Dentro da flor de lótus imagine o Ser Dourado, o Todo Poderoso, o Intangível, Aquele cujo nome é Om, o Inexprimível, rodeado por refulgente luz. Medite nisto.

Outra meditação é sugerida: Pense num espaço em seu próprio coração e que nesse espaço uma chama está queimando. Pense nesta chama como sendo sua própria alma e que dentro desta chama existe outra luz refulgente que é a Alma de sua alma, Deus. Medite sobre isto, no seu próprio coração. (I. 192-93)

COMO ATINGIR A META

Pratique arduamente; se você viver ou morrer, isso não importa. Você tem de mergulhar e trabalhar, sem pensar no resultado. Se você for bastante bravo, em seis meses será um perfeito logue. Mas aqueles que se aplicarem só um pouco nisso, com mais um pouco de outras coisas mais, não farão nenhum progresso. De nada adianta somente seguir um curso de lições.

Para ter êxito, você precisa de ter uma tremenda perseverança, uma tremenda vontade. "Eu beberei o oceano", diz a alma que persevera, "com minha vontade as montanhas vão desmoronar." Tenha aquele tipo de energia, aquele tipo de determinação, trabalhe duro e você atingirá a meta. (I, 178)

SEJA CAUTELOSO!

Todo movimento se dá em círculos. Se você pegar uma pedra e a projetar no espaço e então viver o suficiente, essa pedra, se não encontrar nenhum obstáculo, voltará exatamente para sua mão.

Assim, como no caso da eletricidade a teoria moderna estabelece que a energia deixa o dínamo e completa o círculo de volta ao dínamo, assim também acontece com o ódio e o amor; eles devem retornar à fonte. Portanto, não odeie a ninguém, porque o ódio que emite deve, depois de um longo percurso, voltar novamente para você. Se você ama, aquele amor virá de volta para você, depois de completar o círculo. (I, 196)

O LAGO DA MENTE

Não podemos ver o fundo do lago, pois sua superfície está coberta de ondulações. Somente podemos ter um relance de seu fundo, quando as ondas cedem e a água está calma. Se a água estiver barrenta ou agitada todo o tempo, o fundo não será visto. Se estiver límpida e se não houver ondulações, veremos o fundo. O fundo do lago é o nosso Ser verdadeiro; o lago é Chitta (o material da mente) e as ondas as Vrittis (ondas do pensamento).

A mente tem três estados, um dos quais é sombrio, chamado Tamas, encontrado nos brutos e nos idiotas; ele somente age para prejudicar. Nenhuma outra idéia vem àquele estado mental. Então há o estado ativo da mente, Rajas, cuja motivação principal é o poder e o prazer. "Serei poderoso e mandarei nos outros." Há, ainda, o estado chamado Sattva, serenidade, calma, no qual as ondas

cessam, e a água do lago da mente torna-se límpida. (I., 242-43)

A MENTE E SEU CONTROLE

A meditação é um dos grandes meios de controlar o surgimento dessas ondas de pensamento. Pela meditação você pode fazer com que a mente subjugu essas ondas e, se você prosseguir praticando a meditação durante dias, meses e anos, até que ela se transforme em hábito, até que ela aconteça sem você perceber, o rancor e o ódio serão controlados e dominados. (I., 242-43)

SEJA ALEGRE!

O primeiro sinal de que você está se tornando religioso é quando você está se tornando alegre. Quando um homem está tristonho, isto pode significar dispepsia mas não religião.

Para o iogue tudo é bênção, toda face humana que vê traz alegria para ele. Este é o sinal de um homem virtuoso. O que você acha dos rostos sombrios? São terríveis. Se você estiver com a cara amarrada, não saia nesse dia, encerre-se em seu quarto. Que direito tem você de desfilar esta doença pelo mundo? (I., 264-65)

OS SINAIS DE UM IOGUE

"Aquele que não odeia ninguém, que é amigo de todos, que se compadece de todos, que não possui nada de seu, que está livre do egoísmo, que tem a mesma mente na dor e no prazer, que sempre perdoa, que está sempre satisfeito, que trabalha sempre na loga, cujo ser se tornou controlado, cuja vontade é firme, cuja mente e intelecto foram dedicadas a Mim, este é Meu amado Bhakta (devoto). Aquele que não incomoda a ninguém, que não pode ser perturbado pelos outros, que é isento de alegria, raiva, medo e ansiedade, este é o meu Amado. Aquele que não depende de nada, que é puro e ativo, que não faz diferença se vem o bem ou o mal, e nunca fica infeliz, que desistiu de todos esforços para si mesmo; aquele que é o mesmo no elogio ou na censura, dotado de mente silenciosa e pensativa, abençoado pelo pouco que possa receber em seu caminho, sem lar, pois o mundo todo é seu lar e que é firme em seus ideais, tal homem é o Meu amado Bhakta." Estes, somente, tornam-se iogues. (I., 193)

SEJA COMO A OSTRAS DA PÉROLA

Há uma bela fábula hindu que diz que quando chove e a estrela Svati está na ascendente, se uma gota de chuva cai numa ostra, esta gota transforma-se numa pérola. As ostras sabem disso e assim elas vêm até a superfície quando a estrela brilha e esperam para captar a preciosa gota de chuva. Quando uma gota cai dentro delas, elas fecham rapidamente suas conchas e mergulham para o fundo do mar, para lá pacientemente transmutarem a gota numa pérola. Devíamos também ser assim. Primeiro ouçam, depois compreendam e então, deixando de lado todas distrações, fechem suas mentes para as influências de fora e dediquem-se a desenvolver a verdade em seu interior. (I, 177)

PACIÊNCIA

Havia um grande deus sábio chamado Narada. Assim como há sábios na humanidade, grandes logues, assim também há grandes logues entre os deuses. Narada era um bom logue e muito grande. Viajava por todo lado. Certo dia, passava por uma floresta e viu um homem que meditava há tanto tempo que as formigas brancas ergueram um grande cupim ao seu redor. Ele disse a Narada: "Para onde você está indo?" Narada respondeu: "Estou indo para o céu." "Então, pergunte a Deus quando Ele será misericordioso comigo; quando eu alcançarei a libertação." Mais à frente, Narada viu outro homem. Ele pulava, cantava, dançava e disse: "Oh, Narada, onde o senhor vai?" Sua voz e seus gestos eram selvagens. Narada disse: "Estou indo para o céu." "Então, pergunte quando me libertarei." Narada prosseguiu adiante.

No decorrer do tempo, ele veio de novo pela mesma estrada e lá estava o homem que estava meditando com o cupim ao seu redor. Ele disse: "Oh, Narada, o senhor perguntou a Deus a meu respeito?" "Oh, sim." "O que disse Ele?" "O Senhor me disse que você conseguirá a libertação em mais quatro nascimentos." O homem então começou a chorar e a soluçar e disse: "Eu meditei até um cupim crescer ao meu redor e ainda terei mais quatro nascimentos!"

Narada foi até o outro homem. "O senhor fez a minha pergunta?" "Oh, sim. Você está vendo aquele pé de tamarindo? Pois eu lhe digo que tantas são as folhas daquela árvore quanto as vezes que você terá de nascer para alcançar a liberdade." O homem começou a dançar de alegria e disse: "Eu ficarei livre em tão pouco tempo!"

Apareceu então uma voz: "Meu filho, você será libertado neste minuto." Esta foi a recompensa por sua perseverança. Ele estava pronto para trabalhar através de todos aqueles nascimentos, nada o desencorajava. (I., 193-194)

NO REINO DA TRANQUILIDADE

O maior auxílio para a vida espiritual é a meditação. Na meditação nos livramos de todas as condições materiais e sentimos nossa natureza divina. Não dependemos de nenhum auxílio externo na meditação. O toque da alma pode pintar a cor mais brilhante mesmo nos lugares mais sujos; ele pode lançar um perfume sobre a coisa mais vil; pode transformar o maligno em coisa divina - e toda hostilidade, todo egoísmo se apaga. Quanto menor o pensamento sobre o corpo, melhor. Pois é o corpo que nos arrasta para baixo. É o apego, a identificação que nos faz infelizes. Eis o segredo: Pensar que eu sou o espírito e não o corpo e que todo este universo com todas suas relações, com todo seu bem e seu mal, não é mais do que uma série de pinturas - cenas numa tela - das quais eu sou a testemunha. (II., 37)

A TRANSFORMAÇÃO ATRAVÉS DA MEDITAÇÃO

Havia um jovem que não conseguia de forma alguma sustentar sua família. Era forte, vigoroso e, finalmente, transformou-se num bandoleiro de estradas; ele atacava as pessoas, roubava-as e, com o dinheiro, sustentava seu pai, sua mãe, esposa e filho. Isto prosseguiu continuamente, até que, certo dia, um grande santo chamado Narada caminhava quando foi atacado pelos bandoleiros.

O sábio perguntou ao assaltante: "Por que você vai me roubar? É um grande pecado roubar seres humanos e matá-los. Por que você está cometendo este pecado?" O ladrão disse: "Porque eu preciso sustentar minha família com este dinheiro." "Ora," disse o sábio, "você acha que eles também compartilham do seu pecado?" "Certamente que sim", respondeu o assaltante. "Muito bem", disse o sábio, "deixe-me em segurança devidamente amarrado aqui; enquanto isso, você vai até sua casa e pergunta a seus familiares se eles vão querer compartilhar de seu pecado da mesma maneira que irão compartilhar do dinheiro que você irá conseguir."

O homem foi então até seu pai e perguntou: "Pai, o senhor sabe como eu o sustento?" Ele respondeu: "Não, não sei." "Eu sou um assaltante, mato pessoas e roubo-as." "O que! Você faz isto, meu filho? Vá embora! Você, fora da lei!" Ele, então, foi até sua mãe e perguntou-lhe: "Mãe, a senhora sabe como a sustento?" "Não", respondeu ela. "Através de roubo e assassinato." "Que coisa horrível!", exclamou a mãe. "Mas a senhora quer compartilhar do meu pecado?", disse o filho. "Por que deveria? Eu nunca roubei", respondeu a mãe. Então, ele dirigiu-se a sua esposa e perguntou-lhe: "Você sabe como eu sustento vocês todos?" "Não", respondeu ela. "Ora, eu sou um assaltante de estradas", ele replicou, "e durante anos tenho roubado as pessoas; é assim que sustento e mantenho todos vocês. E o que eu quero saber é se você está pronta a compartilhar do meu pecado." "De forma alguma. Você é meu marido e é sua obrigação sustentar-me." Então, os olhos do ladrão foram abertos. "Esta é a lei do mundo - mesmo meus parentes mais chegados, para quem venho roubando, não querem compartilhar do meu destino." Ele voltou para o local onde havia amarrado o sábio, desmanchou seus laços, caiu a seus pés, narrou tudo e disse: "Salve-me! Que posso fazer?"

O sábio disse: "Abandone seu curso presente de vida. Você vê que ninguém de sua família, realmente, ama você, então desista de todas essas ilusões. Eles vão compartilhar de sua prosperidade; mas, no momento em que nada tiver, fugirão de você. Não há ninguém que irá compartilhar de seu infortúnio, mas todos compartilharão de seus bens. Portanto, adore Aquele que está ao nosso lado, seja no bem, seja no mal. Ele nunca nos abandona, pois o amor nunca nos causa dano, não conhece barganhas nem o egoísmo."

Então, o sábio ensinou a ele como fazer o culto. E este homem largou tudo e penetrou na floresta. Lá prosseguiu orando e meditando, até que se esqueceu de si mesmo de tal maneira que as formigas vieram e construíram cupins ao seu redor e ele estava absolutamente inconsciente disso.

Depois de muitos anos se passarem, apareceu uma voz que disse: "Levante, ó sábio!" Assim despertado, ele exclamou: "Sábio? Eu sou um ladrão!" "Não mais um ladrão", respondeu a voz. "Tu és um sábio purificado. Teu velho nome se acabou. Mas, como tua meditação foi tão profunda e grandiosa que tu não notaste nem mesmo os cupins que te rodearam, teu nome será, doravante, Valmiki * - aquele que nasceu no cupim." Assim, ele tornou-se um sábio. (IV. 63-65)

* Valmiki é o autor do grande épico "O Ramayana".

OS TRÊS ESTÁGIOS DA MEDITAÇÃO

Há três estágios na meditação. O primeiro é chamado Dharana, a concentração da mente sobre um objeto. Eu tento concentrar minha mente sobre este copo, excluindo qualquer outro objeto de minha mente, exceto este copo. Mas a mente está oscilando. Quando ela se tornou forte e não oscila tanto é denominada Dhyana, meditação. E há um estado ainda mais elevado, quando a diferenciação entre eu e o corpo se perde - é Samadhi ou absorção. A mente e o corpo são idênticos. Não vejo mais nenhuma diferença. Todos os sentidos param e todas as faculdades que estavam trabalhando através dos outros canais dos outros sentidos são focalizadas na mente. Então, este corpo está inteiramente sob o poder da mente. Isto deve ser "realizado". É uma tremenda façanha executada pelos logues.

COMO DESCANSAR

Meditar significa que a mente se volta para si mesma. A mente detém todas as ondas do pensamento e o mundo pára. Sua consciência se expande. Toda vez que medita, você está crescendo interiormente. Trabalhe com mais rigor, cada vez mais e a meditação chega. Você não sente seu corpo, nem coisa alguma. Quando, passado algum tempo, você sair desse estado, terá tido o mais belo descanso de toda sua vida. Esta é a única maneira de você dar repouso ao seu organismo. Nem mesmo o sono mais profundo dar-lhe-á descanso como este. A mente permanece dando pulos mesmo no sono mais profundo. Apenas nesses poucos minutos de meditação seu cérebro quase parou. Somente uma leve vitalidade é mantida. Você se esquece do corpo. Poderá ser cortado em pedaços e nada sentirá. Você sentirá prazer, então. Tornar-se-á leve. Este é o repouso perfeito que obtemos na meditação. (IV. 235)

A AÇÃO PROVOCA A REAÇÃO

Em cada fenômeno da natureza você contribui pelo menos com 50% e a natureza com outro tanto. Se sua metade for retirada, as coisas param.

A cada ação corresponde uma igual reação. Se um homem me ataca e me fere, aquela é a ação do homem e esta a reação do meu corpo.

Tomemos outro exemplo. Você está jogando pedras na superfície lisa de um lago. A toda pedra que você lança segue-se uma reação. A pedra é rodeada por pequenas ondas no lago. Similarmente, as coisas exteriores são como pedras que caem no lago da mente. Assim, nós não vemos, realmente, o fato exterior; vemos somente sua onda. (IV 229, 228)

O PODER DA MEDITAÇÃO

O poder da meditação nos dá tudo. Se você deseja obter o poder sobre a natureza, pode obtê-lo pela meditação. É através do poder da meditação que todos os fatos científicos são hoje descobertos. Eles estudam o assunto e se esquecem

de tudo, de sua própria identidade e tudo o mais, e então o grande fato surge como um relâmpago. Algumas pessoas pensam que é inspiração.

Não existe inspiração. O que passa por inspiração é o resultado que provém de causas já existentes na mente. Um certo dia, como um raio, vem o resultado! Os trabalhos passados foram a causa.

Aí também você vê o poder da meditação - a intensidade do pensamento. Esses homens agitam suas próprias almas. As grandes verdades vêm à tona e se manifestam. Portanto, a prática da meditação é o grande método científico do conhecimento. (IV. 230)

A MEDITAÇÃO É UMA CIÊNCIA

Tudo que existe é unidade. Não pode haver multiplicidade. É este o significado de ciência e conhecimento. A ignorância enxerga a multiplicidade. O conhecimento vê a unidade. Ciência é a redução de muitos até um. A totalidade do universo foi demonstrada como sendo a unidade. Esta ciência é a ciência da Vedanta. O universo todo é uno.

Temos agora todas essas variações e as vemos - o que chamamos de cinco elementos: o sólido, o líquido, o gasoso, o luminoso e o etérico. A meditação consiste nesta prática de dissolver tudo na Realidade última que é o espírito. O sólido derrete-se no líquido, este transforma-se no gasoso, o gasoso no etérico, vem então a mente e a mente se dissolverá. Tudo é espírito.

A meditação, você sabe, vem por um processo de imaginação. Você passa através de todos esses processos de purificação dos elementos - fazendo um transformar-se no outro, este no próximo mais elevado, este na mente, a mente no espírito e então você é espírito.

Veja aqui uma grande massa de argila. Com ela esculpi um ratinho e você um pequeno elefante. Ambos são argila. Misture-os. Eles são, essencialmente, um só. (IV. 232-35)

PAVHARI BABA: UM IOGUE IDEAL

Todos já ouviram falar do ladrão que roubou o Ashrama de Pavhari Baba e, ao ver o santo, ficou horrorizado e correu, deixando as coisas que tinha roubado para trás, numa trouxa; como o santo pegou a trouxa, correu atrás do ladrão e atingiu-o, depois de correr algumas milhas; como o santo pôs a trouxa aos pés do ladrão e, com as mãos postas e lágrimas nos olhos, pediu perdão por sua interferência e implorou para que aceitasse os produtos do roubo, que pertenciam agora ao ladrão e não a ele próprio.

Disseram-nos, também, de fonte fidedigna, como certa vez ele foi picado por uma cobra e, embora tenha sido dado como morto por horas, ele reviveu; e que, quando seus amigos lhe perguntaram a respeito, ele somente respondeu que a cobra "era uma mensageira do Bem Amado".

Uma de suas peculiaridades era que se absorvia inteiramente na tarefa que estava fazendo, por mais trivial que fosse. A mesma quantidade de cuidado e atenção era aplicada em limpar uma vasilha de cobre ou na adoração de Sri Raghunathji (Ramachandra, seu ideal escolhido de Deus) - ele próprio sendo o melhor exemplo do segredo que, certa vez, nos disse sobre o trabalho: "Os meios devem ser amados e cuidados como se fossem o próprio fim."

O presente escritor (Swami Vivekananda) teve a oportunidade de perguntar

ao santo a razão pela qual não saía de sua caverna para ajudar ao mundo. Ele deu a seguinte resposta: "Você pensa que o auxílio físico é o único auxílio possível? Não será possível que uma mente possa ajudar outras mentes, sem a atividade do corpo?" (IV. 292-94)

UMA FÁBULA SOBRE BUDA

Quando Buda nasceu, era tão puro que, quando qualquer pessoa olhava seu rosto, imediatamente abandonava a religião cerimonial, tornava-se monge e se salvava.

Assim, os deuses se reuniram. Eles disseram: "Estamos mal", porque a maioria dos deuses vive na dependência dos cerimoniais. Esses sacrifícios iam para os deuses e estavam se acabando. Os deuses estavam morrendo de fome e a razão disto é que seu poder tinha acabado. Disseram assim os deuses: "Precisamos, de qualquer maneira, derrotar este homem. Ele é puro demais para nossa vida." Então, os deuses vieram e disseram (a Buda): "Senhor, viemos pedir-lhe algo. Queremos executar uma grande cerimônia e precisamos fazer uma enorme fogueira. Percorremos o mundo todo em busca de um local puro para acender o fogo e não pudemos encontrar, mas agora já o achamos. Se o senhor quiser deitar-se, faremos a grande fogueira em seu peito." "De acordo", respondeu ele, "prossigam."

E os deuses fizeram a fogueira sobre o peito de Buda, pensaram que ele estava morto, mas não era verdade. Eles então partiram e disseram: "Estamos acabados!" E todos os deuses começaram a bater nele. Não adiantou. Não conseguiram matá-lo. Debaixo da terra veio uma voz: "Por que estão fazendo estas vãs tentativas?"

"Todo aquele que olha para ele, purifica-se e se salva e ninguém irá adorarnos".

"Então suas tentativas são nulas, porque a pureza não pode jamais ser morta." (III. 525)

UMA CANÇÃO DE SAMADHI

(Traduzida do Bengali)

Veja! O sol não mais existe, nem a graciosa lua,
Toda luz se extinguiu; no grande vazio do espaço
Flutua como uma sombra a imagem do universo.

No vazio da mente involuída, lá flutua
O universo que se move, ergue-se e de novo cai,
Afunda de novo, incessantemente, na corrente do "Eu".

Lentamente, bem lentamente, a multidão de sombras,
Entrou no ventre original e fluiu sem cessar,
Pela única corrente do "Eu sou", "Eu sou".

Veja! Tudo parou, mesmo aquela corrente não flui mais,
 Vácuo mergulhado no vácuo - para além de toda palavra e mente!
 Para aquele cujo coração, em verdade, tudo compreende. (IV. 498)

PERGUNTAS E RESPOSTAS

Pergunta: A quem podemos chamar de Guru?

Swami Vivekananda: Aquele que pode dizer o seu passado e o seu futuro é o seu Guru.

Pergunta: Como se pode ter Bhakti (devoção)?

Swamiji : Existe Bhakti dentro de você, somente um véu de luxúria e dinheiro a cobre e, assim que isso for removido, Bhakti se manifestará por si mesma.

Pergunta: Kundalini (energia espiritual) realmente existe no corpo físico?

Swamiji : Sri Ramakrishna costumava dizer que os assim chamados "lotus" do logue realmente não existem no corpo humano, mas que são criados dentro da gente pelos poderes do loga.

Pergunta: Pode um homem alcançar Mukti (libertação) pela adoração de imagens?

Swamiji : A adoração de imagens não pode diretamente dar Mukti; pode ser uma causa indireta, um auxílio na caminhada. A adoração de imagens não deve ser condenada, pois, para muitos, prepara a mente para a realização da Advaita (não-dualidade) que torna o homem perfeito.

Pergunta: O que é Mukti?

Swamiji : Mukti significa total liberdade - liberação dos liames do bem e do mal. Uma corrente de ouro é corrente da mesma forma que uma de ferro. Sri Ramakrishna dizia que, para tirar um espinho que entrou no pé, é necessário usar outro espinho e, quando aquele é retirado, ambos são jogados fora. Assim, as más tendências serão contrabalançadas pelas boas, mas, depois disso, as boas tendências têm de ser também conquistadas.

Pergunta: Como a Vedanta pode ser realizada?

Swamiji : Através da "audição, reflexão e meditação". O ouvir deve ser por intermédio de um Sad-Gurú (um Guru verdadeiro). Mesmo se alguém não for um discípulo regular, mas se for um aspirante bem ajustado e ouvir as palavras do Sad-Gurú, ele se libertará.

Pergunta: Onde devemos meditar - dentro ou fora do corpo? Deve a mente ser conduzida para dentro ou mantida fora da gente?

Swamiji : Devemos tentar meditar do lado de dentro. Quanto ao fato da mente estar aqui ou lá, demorará um longo tempo até se atingir o plano mental. Nossa luta agora é com o corpo. Quando se adquire uma perfeita rigidez na postura, então e somente então, começa-se a lutar contra a mente. Conseguindo-se Asana (a postura), nossos membros ficam imóveis, e se pode sentar o tempo que quisermos.

Pergunta: Algumas vezes a gente fica cansado do Japa (repetição do Mantra). Devemos continuar ou ler algum bom livro, em troca?

Swamiji : A gente se cansa com o Japa por duas razões. Algumas vezes nosso cérebro está cansado, outras vezes é resultado de preguiça. No primeiro caso, devemos abandonar o Japa no momento, pois persistir nele resultaria em ter alucinações, em ficar lunático, etc. No segundo caso, a mente deve ser forçada a continuar o Japa.

Pergunta: É bom praticar Japa por longo tempo, embora a mente esteja vagando?

Swamiji : Sim. Do mesmo modo que as pessoas domam um cavalo selvagem, ficando sempre sentadas em seu lombo.

Pergunta: Qual é a eficiência da oração?

Swamiji : Pela oração nossos poderes sutis são facilmente despertados e, se for feita conscientemente, todos os desejos podem ser atendidos por ela; mas, feita inconscientemente, talvez um desejo em dez é atendido.

Pergunta: O senhor escreveu no seu Bhakti-loga que, se um homem de compleição fraca tenta praticar loga, uma tremenda reação acontece. O que fazer então?

Swamiji : Por que ter medo de morrer ao tentar realizar o Eu? O homem não tem medo de morrer por conta do dinheiro e de muitas outras coisas, por que você teria medo de morrer pela religião? (V. 314-25)

EXPERIÊNCIA E VERIFICAÇÃO

Swamiji: Um dia, no templo-jardim de Dakshineswar, Sri Ramakrishna tocou-me acima do coração e, a seguir, eu comecei a ver que as casas - quartos, portas, janelas, varandas - as árvores, o sol, a lua - todos estavam voando, como se estivessem explodindo - reduzindo-se a átomos e moléculas - e finalmente mergulharam no Akasha (espaço). Aos poucos, o Akasha também desvaneceu-se e, depois disso, esvaiu-se simultaneamente minha consciência do ego; o que aconteceu depois não me recordo. Fiquei, de início, aterrorizado. Ao voltar daquele estado, de novo comecei a ver as casas, portas, janelas, varandas e outras coisas. Em outra ocasião eu tive exatamente a mesma experiência, às margens de um lago na América.

Discípulo: Não poderia esse estado ser causado por um desarranjo do cérebro? Não compreendo que felicidade pode haver em experimentar tal estado.

Swamiji: Uma perturbação do cérebro! Como pode você falar nisso, quando ele não é resultado do delírio de alguma doença, nem de embriaguez, nem de uma ilusão produzida por vários tipos de extravagantes exercícios respiratórios - mas, quando ocorre com um homem normal, em plena posse de suas faculdades mentais e de saúde? Então, de novo, esta experiência está em perfeita harmonia com os Vedas. Coincide também com as palavras de realização dos inspirados Rishis (sábios) e Acharyas (instrutores) dos velhos tempos. (V. 392)

COMO SER DESAPEGADO

Quase todo nosso sofrimento é causado por não termos o poder de

desapego. Assim, juntamente com o desenvolvimento da concentração, devemos desenvolver o poder do desapego. Devemos aprender não somente a fixar a mente exclusivamente numa coisa, mas também a desligá-la dela instantaneamente e fixá-la num outro objeto. Estas duas coisas devem ser desenvolvidas juntas para um melhor resultado.

Este é o desenvolvimento sistemático da mente. Para mim a verdadeira essência da educação é a concentração da mente, não a coleta de fatos. Se eu tivesse de refazer minha educação e tivesse liberdade no assunto, não estudaria somente fatos, de modo algum. Eu desenvolveria meu poder de concentração e desapego e então, com um perfeito instrumento, poderia coligir dados à vontade.

Deveríamos fixar nossa mente nas coisas; elas não deveriam atrair nossa mente para si. Usualmente, somos forçados a nos concentrar. Nossas mentes são forçadas a se fixarem em diferentes coisas por uma atração que nelas existe e à qual não conseguimos resistir. Para controlar a mente, para colocá-la exatamente onde queremos, precisamos de um treinamento especial. (VI 38-39)

COMO ESTUDAR A MENTE

A mente descontrolada e sem rumo, nos fará afundar, para sempre - nos entregará, nos matará; e a mente controlada e guiada nos salvará, nos libertará.

Para estudar e analisar qualquer ciência material, são obtidos os dados suficientes. Estes fatos são estudados e analisados e como resultado vem o conhecimento da ciência. Mas, no estudo e análise da mente, não há dados, não há fatos que estejam, igualmente, à disposição de todos.

A mente é analisada por si própria. Portanto, a maior ciência é a ciência da mente, a ciência da psicologia. No fundo, bem no fundo, está a alma, o homem essencial, o Atman. Vire a mente pelo avesso e fique unido a ela; e, deste ponto de estabilidade, o girar da mente pode ser apreciado e todos os fatos observados, como acontece com todas as pessoas.

Para controlar a mente você deve mergulhar fundo na mente subconsciente, classificar e ordenar todas as diferentes impressões, pensamentos, etc., lá conservados e, então, controlá-los. Este é o primeiro passo. Através do controle da mente subconsciente você obtém o controle do consciente. (VI. 30-32)

SUGESTÕES PRÁTICAS SOBRE MEDITAÇÃO

Swami Shuddananda: Qual é a real natureza da meditação?

Swamiji: Meditação é a focalização da mente num objeto. Se a mente consegue a concentração num objeto, ela pode se concentrar em qualquer outro objeto.

Discípulo: As escrituras mencionam dois tipos de meditação - uma tendo algum objeto e a outra sem objeto. O que significa tudo isto e qual das duas é superior?

Swamiji: Primeiramente, a prática da meditação deve ser feita sobre algum objeto diante da mente. Numa certa época eu costumava concentrar minha mente em algum ponto preto. No fim, durante aqueles dias, eu não conseguia mais ver o preto, nem notar que o ponto estava diante de mim - a mente não mais existia - nenhuma onda de pensamento aparecia, como se tudo fosse um oceano sem nenhuma lufada de ar. Naquele estado eu experimentava relances de uma verdade

que ultrapassava os sentidos. Assim, penso que a prática da meditação mesmo com algum trivial objeto externo leva à concentração mental. Mas é verdade que a mente facilmente alcança a quietude quando a gente pratica a meditação com algo no qual nossa mente está mais apta para se fixar. Esta é a razão pela qual neste país (Índia) fazemos tanto culto a imagens de deuses e deusas. O real objetivo é colocar a mente sem funcionamento, mas isto não pode ser conseguido, a menos que alguém fique absorvido nalgum objeto.

Discípulo: Mas, se a mente fica completamente absorta e identificada com algum objeto, como poderá nos dar a consciência de Brahman?

Swamiji: Sim, embora a mente primeiro assuma a forma do objeto, mais tarde, a consciência do objeto se esvanece. Então, somente permanece a experiência desse estado. (VI. 486-87)

PODERES SOBRENATURAIS

Swamiji disse: "É possível adquirir poderes miraculosos com algum leve grau de concentração mental" e, voltando-se para o discípulo, perguntou: "Bem, você gostaria de aprender a ler pensamentos? Posso ensinar-lhe isto em quatro ou cinco dias."

Discípulo: Para que me serviria isto, senhor?

Swamiji: Ora, você será capaz de conhecer a mente dos outros.

Discípulo: Isto me ajudará para alcançar o conhecimento de Brahman?

Swamiji: Nem um pouco.

Discípulo: Então, não preciso conhecer essa ciência.

Swamiji: Sri Ramakrishna costumava desprezar esses poderes sobrenaturais; seu ensinamento era de que não se pode atingir a verdade suprema se a mente for desviada para a manifestação desses poderes. Contudo, a mente humana é tão fraca que, não se falando em chefes de família, mesmo noventa por cento dos Sadhus (Monges) são partidários desses poderes. No Oeste, os homens ficam maravilhados quando deparam com tais milagres. Foi somente porque Sri Ramakrishna nos fez compreender o mal desses poderes como entraves à real espiritualidade que nos tornamos capazes de dar a eles seu devido valor. Você não observou que, por este motivo, os filhos de Sri Ramakrishna não prestam atenção neles? (VI, 515-17)

O MISTÉRIO DO SAMADHI

Discípulo: Depois de alcançar o absoluto e transcendente Nirvikalpa Samadhi ninguém pode voltar ao mundo da dualidade pela consciência do Egoísmo?

Swamiji: Sri Ramakrishna costumava dizer que somente os Avataras (encarnações

divinas) podem descer ao plano comum depois do estado de Samadhi, para o bem do mundo. Os Jivas (almas individuais) comuns não podem.

Discípulo: Quando a mente mergulha no Samadhi e não há ondas na superfície da consciência, onde fica a possibilidade de atividade mental e de retornar ao mundo, através da consciência do Ego? Se não há mente, quem descerá do Samadhi para o plano relativo e com qual meio?

Swamiji: A conclusão da Vedanta é que, quando há o absoluto Samadhi e a cessação de todas as atividades, não há volta deste estado. Mas os Avatares acalentam alguns desejos para o bem do mundo. Agarrando-se a essa ligação, eles descem do estado superconsciente para o estado consciente. (VII. 140)

O PODER DE OJAS

Os logues dizem que aquela parte da energia humana que se manifesta como energia sexual, em pensamentos sobre sexo, quando observada e controlada, facilmente se transforma em Ojas.

Ojas fica estocada no cérebro e, quanto mais houver Ojas na cabeça do homem, mais poderoso ele é, mais intelectual e mais forte espiritualmente.

Um certo homem pode expressar belos pensamentos com bela linguagem sem impressionar as pessoas; outro não apresenta bela linguagem nem belos pensamentos, contudo suas palavras encantam. Cada atitude dele é poderosa. Este é o poder de Ojas.

Somente o homem e a mulher castos podem fazer Ojas subir e armazenar-se no cérebro; por essa razão, a castidade sempre foi considerada a mais alta virtude. É por isto que todas as ordens religiosas do mundo que produziram gigantes espirituais sempre insistiram em castidade absoluta. Deve haver perfeita castidade em pensamento, palavras e ação. (I. 169-70)

O DOMÍNIO DO APRENDIZADO

Poucos anos atrás, uma nova coleção da Enciclopédia Britânica foi comprada para o Mosteiro de Belur. Ao olhar para os novos livros que brilhavam, o discípulo disse a Swamiji: "É quase impossível ler todos esses livros numa única existência." Ele ignorava que o Swamiji já tinha lido dez volumes e começara a ler o décimo-primeiro.

Swamiji: O que você diz? Pergunte-me o que quiser desses dez livros e responderei tudo para você.

O discípulo maravilhado perguntou: "O senhor já leu todos estes livros?"

Swamiji: Por que então eu iria lhe pedir para me fazer perguntas?

Ao responder às perguntas, Swamiji não somente reproduziu o sentido, como também às vezes até utilizou a mesma linguagem encontrada nos difíceis tópicos selecionados de cada volume. O discípulo atônito, colocou de lado os livros, dizendo: "Isto ultrapassa os limites humanos!"

Swamiji: Como você vê, simplesmente pela observância de uma rígida continência, todo conhecimento pode ser dominado em prazo muito curto - a gente adquire uma memória infalível do que se ouve ou se aprende, por uma única vez. (VII. 223-24)

O PODER DA MENTE

A ciência da Raja loga, em primeiro lugar, se propõe a nos propiciar meios de observar nossos estados interiores. O instrumento é a própria mente. O poder da atenção, quando propriamente conduzido e dirigido para o mundo interior, irá analisar a mente e iluminar os fatos para nós. Os poderes da mente são como raios de luz malbaratados; quando se concentram passam a iluminar. Este é nosso único meio de conhecimento.

O mundo está pronto para revelar seus segredos se a gente souber como bater na porta, como dar o golpe necessário. A energia e força desse golpe advém da concentração. Não há limite para o poder da mente humana. Quanto mais concentrada ela for, mais poder poderá ser concentrado num dado ponto; é este o segredo. (I. 129, 130-31)

O TRÁFICO DE MISTÉRIOS

Tudo que for secreto e misterioso nesses sistemas de loga (Raja-loga) deve ser, imediatamente, repellido. O melhor guia na vida é a fortaleza. Na religião, assim como em todos os outros assuntos, livre-se de tudo que possa enfraquecê-lo, não se envolva com isto. O tráfico dos mistérios enfraquece o cérebro humano. Ele quase destruiu a loga - uma das mais importantes ciências. (I. 134)

SIGA O CAMINHO DO MEIO

Um logue deve evitar os dois extremos da luxúria e da austeridade. Ele não deve nem jejuar, nem torturar sua própria carne. Aquele que assim o faz, diz o Gita, não pode ser um logue: aquele que jejua, aquele que se mantém acordado, aquele que dorme demais, aquele que trabalha em excesso, aquele que não trabalha, nenhum destes pode ser um logue. (I. 136)

O CAMINHO REAL

A ciência da Raja loga se propõe a entregar à humanidade um método prático e cientificamente elaborado para alcançar esta verdade (a imortalidade). Em primeiro lugar, cada ciência deve ter seu próprio método de investigação. Se você quiser tornar-se um astrônomo e se assentar e gritar "Astronomia! Astronomia!", você nunca será um astrônomo. O mesmo acontece com a química. Um certo método terá de ser seguido. Você deve ir a um laboratório, pegar diferentes substâncias, misturá-las, combiná-las, fazer experiências com elas e, disso tudo, advirá um conhecimento de química. Se você quiser tornar-se um astrônomo, deverá dirigir-se a um observatório, pegar um telescópio, estudar as estrelas e os

planetas e então se tornará um astrônomo. Cada ciência deve ter seus próprios métodos. Eu poderia fazer para você milhares de sermões, mas eles não iriam torná-lo religioso, a menos que você seguisse um método. (I. 128)

OS EFEITOS DA MEDITAÇÃO

Pense e medite, dia e noite, em Brahman, medite com aguda concentração da mente. E durante o tempo que estiver desperto para a vida exterior, faça algum trabalho em favor dos outros ou repita em sua mente: "Que o bem aconteça para os Jivas e o mundo!" , "Que a mente de todos flua em direção a Brahman!" O mundo será beneficiado por tal corrente contínua de pensamento. Nada de bom no mundo deixa de dar frutos, seja trabalho ou pensamento. Suas correntes mentais talvez despertem o sentimento religioso de alguém na América. (Swamiji disse isto no mosteiro de Belur, perto de Calcutá, quando conversava com um discípulo indiano.) (VII. 237)

NAS HORAS DA MEDITAÇÃO

Você deve conservar sua mente fixa num objeto, como uma corrente ininterrupta de óleo. A mente comum do homem se dispersa em objetos diferentes e, por ocasião da meditação, também, a mente de início tende a vagar. Mas deixe que qualquer objeto surja na mente; você deve sentar-se calmamente e observar que tipos de idéias estão surgindo. Ao continuar a observar-se dessa maneira, a mente torna-se calma e não mais existem nela ondas de pensamento. Aquelas coisas em que você pensava, antes, com profundidade, transformaram-se numa corrente subconsciente e, por isso, elas afloram na mente na meditação.

O surgimento dessas ondas, ou pensamentos, durante a meditação é uma evidência de que sua mente se encaminha para a concentração. Algumas vezes a mente se concentra num conjunto de idéias - isto é denominado meditação com Vikalpa ou oscilação. Mas, quando a mente fica quase livre de toda atividade, ela se funde com o Eu interior, que é a essência do Conhecimento Infinito, a Unidade. Isto é que se chama Nirvikalpa Samadhi, livre de todas as atividades. Em Sri Ramakrishna, nós repetidamente observamos ambas essas formas de Samadhi. Ele não precisava de lutar para alcançar esses estados. Num momento, eles vinham espontaneamente. Era um fenômeno maravilhoso. Nós podíamos compreender corretamente essas coisas, simplesmente ao observá-lo. (VII. 253-54)

AS EMOÇÕES E A MEDITAÇÃO

Swamiji: Medite sozinho, diariamente. Tudo se abrirá por si mesmo. Durante a meditação, suprima, totalmente, o lado emocional. Este é uma grande fonte de perigo. Aqueles que são muito emotivos, sem dúvida, estão com o Kundalini subindo rapidamente, mas da mesma forma ele desce com rapidez. E quando ele efetivamente desce, deixa o devoto num estado de extrema ruína. É por esse motivo que as Kirtanas (a execução de cantos devocionais) e outras coisas que

auxiliam o desenvolvimento emocional tiveram grande decaída. É verdade que através de dançar e pular, por um impulso momentâneo, aquela força sobe, mas isso dura pouco. Ao contrário, quando ela retoma seu curso, ocasiona violenta luxúria no indivíduo. Mas isso acontece simplesmente devido a uma falta de prática firme de meditação e concentração.

Discípulo: Senhor, eu nunca li, em nenhuma escritura, esses segredos de prática espiritual. Hoje, ouvi um bocado de coisas novas.

Swamiji: Você pensa que as Escrituras contêm todos os segredos da prática espiritual? Estes têm sido transmitidos secretamente através de uma sucessão de Gurús e discípulos. Não perca nenhum dia. Se estiver pressionado por excesso de trabalho, faça exercícios espirituais pelo menos durante um quarto de hora. Pode você alcançar a meta sem uma firme devoção, meu filho?

LEIA SUA PRÓPRIA VIDA

Controle a mente, suprima os sentidos, então você será um logue; depois disto, todo o resto virá.

Recuse-se a ouvir, ver, cheirar e provar; retire o poder mental dos órgãos externos. Você faz isto contínua e inconscientemente quando sua mente está absorta; assim, poderá aprender a fazê-lo conscientemente. A mente pode colocar os sentidos onde bem quiser. Livre-se da superstição fundamental de que é obrigado a agir em função do corpo. Não somos dependentes dele. Entre em seu quarto e saque os Upanishads de seu próprio Eu interno. Você é o maior livro que já foi ou será escrito, o infinito depositário de tudo que é. Até que se abra o professor interior, todo ensinamento exterior é vão.

Os livros são inúteis para nós até quando nosso próprio livro se abre; então, todos os outros livros serão bons na medida em que confirmem nosso próprio livro. É o forte que compreende a força, é o elefante que compreende o leão, não o rato. Como poderemos entender Jesus, a menos que nos igualemos a Ele? Somente a grandeza aprecia a grandeza, somente Deus identifica Deus.

Nós somos livros vivos, e livros não são senão as palavras que proferimos. Tudo é Deus vivo, o Cristo vivo; enxergue de tal modo. Leia o homem, ele é o poema vivo. Nós somos a luz que ilumina todas as Bíblias e os Cristos e Budas que já existiram. Sem isto, eles seriam mortos para nós e não vivos. (VII. 71,89)

OS OITO RAMOS DA IOGA

A Raja-loga é conhecida como a loga ócupla, porque se divide em oito partes principais.

São elas:

1ª) YAMA. É a mais importante e tem de governar toda a vida.

Tem cinco divisões:

- a) Não prejudicar nenhum ser por pensamentos, palavras ou atos.
- b) Não cobiçar ardentemente, em pensamentos, palavras

ou atos.

c) Perfeita castidade em pensamentos, palavras ou atos.

d) Sinceridade perfeita em pensamentos, palavras ou atos.

e) Não receber presentes.

2ª) NIYAMA. Cuidados com o corpo, banhos diários, dietas, etc.

3ª) ASANA, posturas. Os quadris, os ombros e a cabeça devem ser mantidos eretos, deixando livre a espinha dorsal.

4ª) PRANAYAMA, controle da respiração (a fim de controlar o Prana ou força vital).

5ª) PRATYAHARA, volver a mente para o interior e impedi-la de ir para fora, revolvendo as questões na mente a fim de compreendê-las.

6ª) DHARANA, a concentração em um assunto.

7ª) DHYANA, meditação.

8ª) SAMADHI, iluminação, a meta de todos os nossos esforços.

Aquele que busca chegar até Deus através da Raja-loga deve ser forte mentalmente, fisicamente, moralmente e espiritualmente. Tome todas as providências nesse sentido. (VIII, 41,44)

NO LIMIAR

Esta é uma lição que visa trazer à luz a individualidade. Cada individualidade deve ser cultivada. Todas se encontrarão no centro. "A imaginação é a porta para a inspiração e a base de todo pensamento." Todos os profetas, poetas e descobridores tiveram grande poder imaginativo. A explicação da natureza está em nós; a pedra cai do lado de fora, mas a gravitação está em nós, e não no exterior.

Aqueles que se enchem de comida, aqueles que passam fome, aqueles que dormem demais, aqueles que dormem muito pouco, não podem se tornar logues. A ignorância, o egoísmo, a volubilidade, a preguiça e o apego excessivo são os grandes inimigos do sucesso da prática da loga. Os três grandes requisitos são:

1º) PUREZA, física e mental; tudo que for impuro, tudo que arrastar a mente para baixo, deve ser abandonado.

2º) PACIÊNCIA. De início haverá maravilhosas manifestações, mas todas cessarão. Este é o período mais duro, mas agüente; no final, o ganho será certo se você tiver paciência.

3º) PERSEVERANÇA. Persevere até o fim, através da saúde e da

doença, nunca deixe de praticar um dia sequer. (VIII. 38)

A MENTE E SEUS ASPECTOS

A mente ou órgão interno tem quatro aspectos:

1º) MANAS, a faculdade de raciocinar ou pensar, que, usualmente, é quase inteiramente desperdiçada, por falta de controle; governada apropriadamente, é um maravilhoso poder.

2º) BUDDI, a vontade (algumas vezes chamada de intelecto).

3º) AHAMKARA, o egotismo auto-consciente (de Aham).

4º) CHITTA, a substância em que e através da qual todas as faculdades agem, como se fosse o chão da mente; ou o mar do qual as várias faculdades são ondas.

A loga é a ciência pela qual impedimos que Chitta assuma ou se transforme em várias faculdades. Assim como a imagem da lua no mar é quebrada ou deformada pelas ondas, da mesma forma o reflexo de Atman, o verdadeiro Eu, é quebrado pelas ondas mentais. Somente quando o mar consegue atingir a calma de um espelho, pode o reflexo da lua ser visto e somente quando o "recheio da mente", Chitta, atinge a calma absoluta, pode o Eu ser reconhecido. (VIII. 39-40)

MEDITE EM SILÊNCIO

É impossível encontrar Deus fora de nós mesmos. Nossas próprias almas contribuem para toda divindade que existe fora de nós. Nós somos o maior dos templos. A objetivação é somente uma pálida imitação do que podemos ver dentro de nós mesmos.

A concentração dos poderes da mente é o nosso único instrumento para nos ajudar a encontrar Deus. Se você conhecer uma alma (a sua própria), você conhecerá todas as almas, passadas, presentes e as que virão. A mente concentrada é uma lâmpada que ilumina cada canto da alma.

A Verdade não pode ser parcial; existe para o bem de todos. Finalmente, em perfeito repouso e paz, medite sobre Ela, concentre sua mente Nela, torne-se uno com Ela. Então, nenhuma palavra será necessária; o silêncio trará a Verdade. Não gaste sua energia tagarelando, mas medite em silêncio; e não deixe o burburinho do mundo exterior perturbá-lo. Quando sua mente alcança o estado mais elevado, você fica inconsciente disso. Acumule energia em silêncio e torne-se um dínamo de espiritualidade. (VII. 59-61)

MEDITAÇÃO SEGUNDO A VEDANTA

A primeira noite de Swamiji no Acampamento Taylor (Norte da Califórnia), 2 de Maio de 1900. Eu cerro meus olhos e o vejo de pé na mansa escuridão, entre fagulhas que saltam do ardente fogo da fogueira, com a lua de um dia brilhando no alto. Ele estava desgastado depois de uma longa temporada de conferências, mas relaxado e feliz por estar ali. "Nós encerramos nossa vida na floresta", disse ele, "assim como a começamos, mas com um mundo de experiências entre os dois estados." Mais tarde, depois de uma curta conversa, quando íamos começar a costumeira meditação, ele falou: "Você deve meditar no que quiser, mas eu irei meditar sobre o coração de um leão. Isto traz força." A bênção, o poder e a paz da meditação que se seguiu não poderiam jamais ser descritos.

(Lembranças de Swami Vivekananda: Ida Ansell)

POR QUE DEUS?

Já me perguntaram muitas vezes: "Por que você usa aquela velha palavra, Deus?" Porque é a melhor palavra para o nosso objetivo; você não pode encontrar melhor palavra que esta, porque todas as esperanças, aspirações e felicidade da humanidade têm sido centralizadas naquela palavra. É agora impossível mudar tal palavra. Palavras como esta foram primeiramente cunhadas por grandes santos que verificaram sua importância e compreenderam seu significado. Mas, quando se tornam comuns na sociedade, os ignorantes se apossam dessas palavras e o resultado é que elas perdem seu espírito e sua glória. A palavra Deus tem sido usada desde tempos imemoriais e a idéia desta inteligência cósmica e de tudo que é grandioso e sagrado, se associa a ela. Você acha que, porque alguns tolos dizem que não está certo, deveríamos desprezá-la? Algum outro homem pode chegar dizendo "Use esta palavra" e ainda outro "Utilize tal palavra". Assim não haverá fim para palavras tolas. Use a velha palavra, use-a somente no verdadeiro sentido, limpe-a de toda superstição e tenha plena consciência do que significa esta grande e antiga palavra. (II. 210).

A CONCEPÇÃO VEDÂNTICA DE DEUS

O que é o Deus da Vedanta? Ele é um princípio, não uma pessoa. Você e eu somos todos Deuses Pessoais. O Deus absoluto do Universo, o criador, preservador e destruidor do Universo, é um princípio impessoal. Você e eu, o gato, o rato, o diabo e o fantasma, todos somos Seus personagens - todos somos Deuses Pessoais. Você quer cultivar Deuses Pessoais. É o culto do seu próprio eu. Se você aceitar meu conselho, nunca entrará em nenhuma igreja. Saia e vá lavar-se. Lave-se, repetidamente, até ficar limpo de todas as superstições que grudaram em você, através dos tempos.

Perguntaram-me muitas vezes: "Por que você ri tanto e diz tantas piadas?" Eu fico sério, às vezes - quando tenho dor de estômago! O Senhor é felicidade plena. Ele é a realidade atrás de tudo que existe, Ele é o bem, a verdade em tudo. Vocês são Suas encarnações.

Isto é que é glorioso. Quanto mais perto você estiver Dele, menos oportunidade terá de chorar ou soluçar. Quanto mais se afastar Dele, mais desventuras surgirão. Quanto mais O conhecermos, tanto mais as angústias desaparecerão.

Deus é o ser impessoal, infinito - o sempre existente, imutável, imortal, destemido; e vocês todos são Suas encarnações. Este é o Deus da Vedanta e Seu céu está em todo lugar. (VIII. 133-34)

A META E OS MÉTODOS DE REALIZAÇÃO

Assim como toda ciência tem seus métodos, o mesmo acontece com cada religião. Os métodos para alcançar o objetivo da religião são chamados por nós de loga e as diferentes formas de loga que ensinamos, são adaptadas às diferentes

naturezas e temperamentos dos homens. Classificamo-las da seguinte maneira, em quatro grupos:

1 - KARMA-IOGA: A maneira pela qual o homem realiza sua própria divindade através do trabalho e do dever.

2 - BHAKTI-IOGA: A realização da divindade através da devoção e do amor de um Deus Pessoal.

3 - RAJA-IOGA: A realização da divindade pelo controle da mente.

4 - JNANA-IOGA: A realização da própria divindade do homem através do conhecimento.

Estas são as diferentes estradas que vão ao mesmo centro - Deus. (V. 292)

ORE PELA ILUMINAÇÃO

Ore pela iluminação:

"Eu medito na glória daquele Ser que criou este universo; que Ele ilumine minha mente."

Sente-se e medite sobre isto durante dez ou quinze minutos.

Não conte suas experiências a ninguém, a não ser seu Guru.

Fale o menos possível.

Mantenha seus pensamentos em coisas virtuosas; nos transformamos naquilo em que pensamos.

A meditação em coisas puras, nos ajuda a queimar todas as nossas impurezas mentais.

(VIII. 39)

O DESPERTAR DA HIPNOSE

A meditação foi sempre enfatizada por todas as religiões. Segundo os logues o estado meditativo da mente é o estado mais elevado em que ela existe. Quando a mente está estudando um objeto externo, identifica-se com ele e se perde. Para usar a comparação do velho filósofo hindu: a alma do homem é como um pedaço de cristal, mas assume a cor de tudo que está próximo a ela. De tudo que a alma toque... retira sua cor.

Esta é a dificuldade. Aí está a escravidão. A cor é tão forte que o cristal esquece-se de si mesmo e se identifica com a cor. Suponha que uma flor vermelha esteja junto do cristal e que o cristal absorva a cor, esqueça-se de si mesmo e pense que é vermelho. Nós todos assumimos a cor do corpo e esquecemos quem somos. Todos nossos temores, todas preocupações, ansiedades, dificuldades, enganos, fraquezas, o mal, derivam daquele grande erro crasso - que somos corpos materiais.

A prática da meditação prossegue. O cristal sabe o que é, adquire sua própria cor. É a meditação que nos leva mais perto da verdade do que qualquer outra coisa. (IV. 227)

AQUI E AGORA

Não espere até conseguir uma harpa para descansar, passo a passo; por que não pegar uma harpa e começar aqui? Por que esperar pelo céu? Faça-o aqui.

Como podemos entender que Moisés viu Deus, a menos que O vejamos? Se Deus alguma vez veio para alguém, Ele virá até mim. Eu irei diretamente até Deus; que Ele fale comigo. Não posso me basear na crença; isto é ateísmo e blasfêmia. Se Deus falou com um homem nos desertos da Arábia, há dois mil anos, Ele também pode falar comigo hoje, se não fizer isto como saberei que Ele não morreu? Vá até Deus de toda maneira que puder; apenas vá. Mas, quando for, não prejudique a ninguém. (VII. 93,97)

UMA CANÇÃO DE NINAR INDIANA

Era uma vez uma rainha hindu, que desejava tão ardentemente que todos os seus filhos conseguissem a libertação nesta vida, que ela mesma cuidava deles todos; quando os embalava para dormir, ela sempre cantava a mesma canção - "Tat tvam asi, Tat tvam asi" ("Isto sois Vós, isto sois Vós").

Três deles tornaram-se Sannyasins (monges), mas o quarto foi levado para ser educado para tornar-se um rei, noutra lugar. Ao partir, sua mãe deu-lhe uma folha de papel que ele deveria ler somente quando atingisse a maioridade. Naquela folha estava escrito: "Somente Deus é verdadeiro. Tudo o mais é falso. A alma nunca mata ou é morta. Viva sozinho ou na companhia de pessoas puras." Quando o jovem príncipe leu isso, ele também renunciou ao mundo imediatamente e tornou-se um Sannyasin. (VII 89-90)

A FÁBULA DOS DOIS PÁSSAROS

Toda a filosofia da Vedanta está contida nesta história:

Dois pássaros de plumagem dourada pousaram na mesma árvore. O que estava no alto era sereno, majestoso, imerso em sua própria glória; o que estava mais abaixo era inquieto e comia os frutos da árvore, ora doces, ora amargos. Certa vez ele comeu um fruto excepcionalmente amargo e olhou para o majestoso pássaro do alto; mas logo esqueceu-se do outro pássaro e prosseguiu comendo os frutos da árvore, como antes. Comeu, de novo, um fruto amargo, e, desta vez, alçou-se para um pouco mais perto do pássaro do topo. Isto aconteceu muitas vezes até que, finalmente, o pássaro que estava embaixo veio até o lugar do pássaro de cima e perdeu sua identidade. Ele compreendeu, subitamente, que nunca houvera dois pássaros, e que ele fora, durante todo o tempo, aquele pássaro de cima, sereno, majestoso e imerso em sua própria glória. (VII. 80)

SEJA GRATO!

Seja grato para com aquele que o amaldiçoa, pois ele lhe dá um espelho para você ver o que é a maldição, e também uma oportunidade para praticar o auto-

controle; assim, abençoe-o e fique feliz. Sem o exercício, a força não pode surgir; sem o espelho, não podemos ver a nós mesmos.

Os anjos nunca fazem coisas perversas, assim nunca são punidos e nunca são salvos. São os golpes que nos acordam e nos ajudam a desfazer o sonho. Eles nos mostram a precariedade deste mundo e nos fazem ansiar para escaparmos, para nos libertarmos. (VII. 69, 79)

DA SOLIDÃO PARA A SOCIEDADE

Swamiji: Shankara deixou esta filosofia Advaita (não dualística) nas montanhas e florestas, enquanto eu vim para retirá-la daqueles lugares e espalhá-la pelo mundo do trabalho e pela sociedade. O urro do leão da Advaita deve ressoar em cada lar, nos prados e vales, sobre as montanhas e planícies. Venham todos auxiliar-me e comecem a trabalhar.

Discípulo: Senhor, a mim me agrada mais alcançar aquele estado através da meditação do que manifestá-lo pela ação.

Swamiji: Este não é senão um estado de estupefação, como o produzido pelo álcool. De que servirá permanecer, meramente, nesse estado? Pressionado pela ânsia da realização da Advaita, você terá, às vezes, de dançar freneticamente e às vezes ficará alheio aos sentidos exteriores. A gente se sente feliz ao saborear uma coisa boa, isoladamente? Devemos compartilhá-la com os outros! Admitindo-se que você alcançou a libertação pessoal através da realização do Advaita, que vantagem haverá para o mundo? Você deve libertar o universo inteiro antes de abandonar seu corpo físico. Somente então você se identificará com a Verdade Eterna. Há algo que se compare a essa bênção, meu rapaz? (VII. 162-63)

QUEM PODE CONHECER O CONHECEDOR?

Discípulo: Se eu sou Brahman, por que não tenho sempre consciência disso?

Swamiji: Afim de alcançar essa realização no plano consciente, algum instrumento se faz necessário. A mente é esse instrumento em nós. Mas é uma substância não inteligente. Ela somente parece ser inteligente pela luz do Atman que está atrás dela. Portanto, é certo que você não será capaz de conhecer o Atman, a Essência da Inteligência, através da mente. Você terá de ir além da mente. O fato real é que existe um estado além do plano consciente, onde não há dualidade entre o conhecedor, o conhecimento e o instrumento do conhecimento, etc. Quando a mente mergulha profundamente, esse estado é percebido. A linguagem não pode exprimir esse estado. (VII. 141-42)

O QUE EXISTE ALÉM?

Os processos da evolução, combinações cada vez mais elevadas, não existem na alma; ela já é o que é. Eles estão na natureza. Suponha que aqui existe um biombo e que atrás dele há um belo cenário. Há um pequeno furo no

biombo através do qual podemos somente captar pequena parte do cenário que fica por detrás. `A medida em que o furo aumentar de tamanho, cada vez mais descortinaremos a cena escondida; e quando o biombo todo desaparecer não haverá nada mais entre você e o cenário; você o verá em sua totalidade. Este biombo é a mente do homem. Atrás dela se esconde a majestade, a pureza, o infinito poder da alma, e quanto mais a mente se tornar clara e pura, tanto mais se manifestará a majestade da alma. Não é que a alma se modifique, mas a mudança é no biombo. A alma é a Unidade Imutável, a imortal, a pura, a sempre-abençoada Unidade. (VI. 24)

SEJA A TESTEMUNHA

Diga, quando a mão do tirano agarrar seu pescoço: "Eu sou a Testemunha! Eu sou a Testemunha!" Diga: "Eu sou o Espírito! Nada do exterior pode tocar-me." Quando maus pensamentos surgirem, repita isto, dê-lhes uma pancada na cabeça: "Eu sou o Espírito! Eu sou a Testemunha, o Abençoado para sempre! Não há razão para que eu faça coisa alguma, não há razão para que eu sofra, estou farto de tudo, eu sou a Testemunha. Estou na minha galeria de quadros - este universo é o meu museu, somente olho essa sucessão de pinturas. Todas são belas, sejam boas ou más. Eu admiro a maravilhosa habilidade, mas é tudo uma coisa só. As infinitas chamas do Grande Pintor!" (V. 254)

NÓS QUEREMOS DEUS?

Perguntemo-nos todos os dias: "Queremos Deus?" Quando começamos a falar de religião e, especialmente, quando assumimos uma posição mais elevada e começamos a ensinar aos outros, devemos nos fazer a mesma pergunta. Às vezes, eu acho que não quero Deus, que quero mais pão. Quase fico louco se não consigo uma fatia de pão; muitas senhoras ficarão doidas se não conseguirem um broche de diamante, mas não têm o mesmo desejo em relação a Deus; elas não conhecem a única Realidade que existe no universo. Em nossa língua há um provérbio: se eu quiser virar um caçador, caçarei rinocerontes; se eu quiser virar ladrão, roubarei o tesouro do rei. Qual a vantagem de roubar mendigos ou caçar formigas? Assim, se você quiser amar, ame a Deus. (IV. 20)

A ALMA E SUA ESCRAVIDÃO

Nós somos o Ser Infinito do universo e ficamos materializados nesses seres pequeninos, homens e mulheres, que dependem da palavra doce de um homem, ou da palavra irada de um outro e assim por diante. Que dependência terrível, que horrível escravidão! Se você belisca meu corpo, sinto dor. Se alguém diz uma palavra carinhosa, fico alegre. Veja minha condição - escravo do corpo, escravo da mente, escravo do mundo, escravo de uma boa palavra, escravo de uma palavra má, escravo da paixão, escravo da felicidade, escravo da morte, escravo de tudo! Esta escravidão tem de ser rompida. Como? Pense sempre: "Eu sou Brahman."

Assim, qual é a meditação do Jnana (seguidor do caminho do conhecimento)? Ele quer erguer-se acima de qualquer idéia do corpo ou da mente, varrer a idéia que é o corpo físico. Para que embelezar o corpo? Para gozar mais uma vez a ilusão? Para continuar a escravidão? Deixe passar, eu não sou o corpo. Esta é a atitude do Jnana. O Bhakta diz: "O Senhor deu-me este corpo para que eu possa atravessar, com segurança, o oceano da vida e devo cuidar dele até que a jornada acabe." O logue diz: "Devo ser cuidadoso com o corpo afim de que possa prosseguir com firmeza para alcançar, finalmente, a libertação." (III. 25, 27-28)

É TUDO UMA BRINCADEIRA

É tudo uma encenação. Represente! O Deus Todo Poderoso representa. Você é o Deus Todo Poderoso atuando no palco. Se você quiser representar e fazer o papel de um mendigo, ninguém será responsável por fazer tal escolha. Você gosta de ser o mendigo. Você sabe que sua natureza real é divina. Você é rei e finge que é um mendigo. É tudo uma brincadeira. Saiba disso e represente. Tudo que existe é uma farsa. Represente então. O universo inteiro é uma vasta encenação. Tudo é bom porque é uma brincadeira.

Quando eu era menino, alguém me disse que Deus observa tudo. Quando ia dormir eu olhava para cima e ficava esperando que o teto fosse se abrir. Nada acontecia. Ninguém está nos observando, exceto nós mesmos. Nenhum Senhor, exceto nosso próprio Eu.

Não sofra! Não se arrependa! O que está feito, está feito. Se você se queimar, agüente as conseqüências.

Sejam sensatos. Nós cometemos erros; e daí? É tudo uma brincadeira. As pessoas ficam loucas com seus pecados passados, lamentam-se e choram e assim por diante. Não se arrependam! Após fazer um trabalho, não pensem mais nele. Prossigam! Não parem! Não olhem para trás! O que irão ganhar olhando para trás?

Aquele que sabe que é livre está livre; aquele que sabe que está escravizado, está escravizado. Qual é o fim e o objetivo da vida? Nenhum, pois eu sei que sou o Infinito. Se vocês são mendigos, podem ter metas. Eu não tenho metas, desejos ou propósitos. Eu vim até seu país e dou conferências - só por brincadeira. (II. 470-71)

UM SALMO DA VIDA

No gozo existe o medo da doença,
 No nascimento opulento, o medo de perder a casta,
 Na riqueza, o medo dos tiranos,
 Na honra, o medo de perdê-la,
 Na força, o medo dos inimigos,
 Na beleza, o medo da velhice,

No conhecimento, o medo da derrota,
 Na virtude, o medo do escândalo,
 No corpo, o medo da morte.

Nesta vida tudo é cercado de medo:
Somente a renúncia é destemida.

(Em Busca de Deus e Outros Poemas, pág. 81)

ENTERRE O PASSADO

Se eu ensinasse a vocês que sua natureza é má, que vocês deveriam ir para casa para se assentarem sobre cinzas e um saco de aniagem e chorarem amargamente porque deram alguns passos em falso, isto não ajudaria a vocês, mas iria enfraquecê-los ainda mais e eu estaria lhes mostrando mais a estrada para o mal do que para o bem. Se este quarto estivesse cheio de trevas há milhares de anos e vocês chegassem e começassem a soluçar e chorar balbuciando: "Oh! escuridão!", as trevas desapareceriam? Risquem um pau de fósforo e a luz chega instantaneamente. De que serviria para vocês pensarem durante toda a vida: "Oh, eu fiz coisas más, cometi muitos erros"? Não é preciso um fantasma para nos dizer isto. Tragam a luz e o mal desaparece subitamente. Edifiquem seus caracteres e manifestem sua natureza real, a Efulgente, a Resplandecente, a Sempre-Pura e A reconheçam em qualquer pessoa que olharem. (II. 357)

O TAJ-MAHAL DOS TEMPLOS

O Deus-Vivo está dentro de vocês e, contudo, vocês constroem igrejas e templos e acreditam em muitas coisas absurdas. O único Deus que deve ser adorado está na alma que reside no corpo humano. Naturalmente, todos os animais são, também, templos, mas o homem é o mais elevado, o Taj-Mahal dos templos. Se não consigo fazer adoração dentro deste templo, nenhum outro templo será de utilidade. Quando eu tiver alcançado Deus dentro do templo de cada ser humano, quando eu ficar em reverência diante de cada ser humano e nele enxergar Deus - nesse momento estarei livre da escravidão, tudo que me prende se desatará e eu estarei livre. (II. 321)

O SENHOR É SEU

Você tem sentimento pelos outros? Se tiver, você estará caminhando para a unidade. Se você não sentir pelos outros, você poderá ser o maior gigante intelectual que já nasceu, mas não será nada; você não será mais do que inteligência seca e assim ficará para sempre. Mas, se você sentir, mesmo não podendo ler nenhum livro, nem falar nenhum idioma, estará no caminho certo. O Senhor será seu.

Você não sabe, através da história do mundo, onde estava o poder dos profetas? Onde estava ele? No intelecto? Algum deles escreveu um esplêndido livro sobre filosofia, sobre os mais complexos raciocínios da lógica? Nenhum deles. Eles somente falaram poucas palavras. Sinta como Cristo e você será um Cristo; sinta como Buda e você será um Buda. É o sentimento que é a vida, a força, a vitalidade, sem a qual quantidade alguma de atividade

intelectual poderá alcançar Deus. É através do coração que o Senhor é visto, e não através do intelecto. (Il. 307, 306)

NINGUÉM É CULPADO

Não culpem a ninguém por suas próprias faltas, sustentem-se sobre seus próprios pés e assumam toda a responsabilidade sobre vocês mesmos. Digam: "Este sofrimento que estou padecendo foi causado por mim mesmo e isto prova que terá de ser desfeito por mim mesmo." Aquilo que criei posso destruir; aquilo que foi criado por outra pessoa, não conseguirei nunca destruir. Por isso, fique de pé, seja forte, seja valente. Tome toda a responsabilidade sobre seus próprios ombros e saiba que você é o criador de seu próprio destino. Toda a força e auxílio que você precisa, Estão dentro de você mesmo. Portanto, crie o seu próprio futuro. "Que o passado morto enterre seus mortos." O futuro infinito está diante de vocês e vocês devem sempre se lembrar que cada palavra, pensamento e atos, são armazenados para vocês e, assim como os maus pensamentos e más ações estarão prontos para saltar sobre vocês como tigres, assim também há a esperança inspiradora de que os bons pensamentos e as boas ações estarão prontos, com o poder de cem mil anjos, para defendê-los, sempre e para todo o sempre. (Il. 225)

O MUNDO: NEM BOM, NEM MAU

Se a milionésima parte dos homens e mulheres que vivem neste mundo simplesmente sentassem e dissessem por alguns minutos: "Vocês todos são Deuses, Oh! homens, animais e seres vivos, todos vocês são manifestações da Única Divindade Viva!", o mundo todo seria modificado em meia hora. Em vez de lançar horrendas bombas de ódio em cada canto, em vez de projetar correntes de ciúme e maus pensamentos, em cada país as pessoas irão pensar que Ele está em tudo. Tudo que você vê ou sente é Ele. Como pode você enxergar o mal sem haver o mal dentro de você? Como pode você ver o ladrão, a menos que ele esteja lá, sentado no interior de seu coração? Como ver o assassino, a menos que você seja o próprio assassino? Seja bom e o mal esvanecerá. E assim o universo inteiro será modificado.

Eis outra coisa para ser aprendida. Não podemos, possivelmente, vencer tudo que nos rodeia objetivamente. Não podemos. O peixinho quer fugir de seus inimigos dentro d'água. Como pode fazê-lo? Desenvolvendo asas e tornando-se um passarinho. O peixe não modificou nem a água, nem o ar; a modificação foi em si próprio. A mudança é sempre subjetiva. Através de toda a Evolução você verifica que a conquista da natureza vem pela mudança do indivíduo. Aplique este raciocínio à religião e à moral e verificará que a vitória sobre o mal somente acontece pela modificação do subjetivo. É deste modo que o sistema Advaita obtém toda sua força, no lado subjetivo do homem. Falar do mal e do sofrimento é tolice, porque eles não existem do lado de fora. Posso parecer ousado ao afirmar que a única religião que concorda e vai um pouco além das pesquisas modernas, em ambas as linhas físicas e morais, é a Advaita, e é por isso que atrai tanto os cientistas modernos. (Il. 287, 137-38)

UMA ALEGORIA

Imagine o Eu como sendo o passageiro, e este corpo físico como a carruagem, o intelecto o cocheiro, a mente as rédeas e os sentidos os cavalos. Aquele cujos cavalos são bem domados e cujas rédeas são fortes e bem manejadas pelas mãos do cocheiro (o intelecto), alcança a meta que é o estado Dele, o Onipresente. Mas o homem cujos cavalos (os sentidos) não são controlados, nem as rédeas (a mente) bem manejadas, caminha para a destruição. (Il. 169)

A MORALIDADE E A RELIGIÃO

A religião chega quando aquela verdadeira realização em nossa própria alma começa. Isto será a aurora da religião; e somente então seremos seres morais. Presentemente, nós não somos mais morais do que os animais. Somente somos contidos pelos chicotes da sociedade. Se a sociedade nos dissesse, hoje: "Não punirei você, se furtar", nós avançaríamos na propriedade dos outros. É o policial que nos torna seres morais. É a opinião social que nos faz morais e, realmente, somos um pouco melhores que os animais. Compreendemos o quanto disso é verdade no íntimo de nossos corações. Assim, não sejamos hipócritas.

Esta é a palavra de ordem da Vedanta - realize a religião, não adianta nada falar. Mas isto só se faz com grande dificuldade. Ele escondeu-se dentro do átomo, este Antigo Ser que mora no mais íntimo recesso de cada coração humano. Os sábios realizaram-No através do poder de introspecção. (Il. 164-65)

VEJA DEUS EM TUDO

Desde minha infância sempre ouvi dizer a respeito de ver Deus em todo lugar e em todas as coisas quando então eu poderia realmente desfrutar o mundo, mas tão logo me misturo nele e dele recebo alguns golpes, a idéia se desfaz. Estou andando na rua, refletindo que Deus está em todos os homens, quando um grandalhão surge, tromba em mim e eu me esborracho na calçada. Então me ergo rapidamente com os punhos cerrados, o sangue sobe-me à cabeça e o pensamento some. Instantaneamente, fiquei louco de raiva. Tudo foi esquecido; em vez de encontrar Deus, eu vi o demônio. Desde que nascemos, disseram-nos para ver Deus em tudo. Toda religião nos ensina para ver a Deus em todas as coisas e lugares.

Não importam os erros; essas falhas são totalmente naturais, são a beleza da vida. O que seria da vida sem elas? A vida não teria valor se não houvesse as lutas. Onde estaria a poesia da vida? Não importam as lutas, os erros. Nunca ouvi uma vaca dizer uma mentira, mas é somente uma vaca - nunca um homem. Assim, não importam essas falhas, esses pequenos deslizamentos; apegue-se ao ideal por mil vezes e, se você falhar por mil vezes, faça ainda mais uma tentativa. O ideal do homem é ver a Deus em tudo. (Il. 151-52)

EM DIREÇÃO À META SUPREMA

Se o homem mergulhou de cabeça nos fúteis luxos do mundo, sem conhecer a verdade, ele perdeu a caminhada, não pôde alcançar a meta. E se um homem amaldiçoa o mundo, penetra na floresta, mortifica sua carne e se mata pouco a pouco pela fome, desperdiça seu coração, mata todos os sentimentos e torna-se empedernido, duro e seco, este homem também perdeu sua jornada. Esses são os dois extremos, os dois erros de cada lado. Ambos perderam o caminho, ambos perderam o alvo.

Infelizmente, nesta vida, a grande maioria das pessoas está se arrastando através desta vida de trevas, sem nenhum ideal. Se um homem que tem um ideal comete mil erros, estou certo de que o outro sem ideal cometerá cinqüenta mil. Portanto, é melhor ter um ideal. E devemos dar ouvidos a este ideal o máximo possível, até que ele penetre em nosso cérebro, em nossas próprias veias, até que se misture a cada gota de nosso sangue. Devemos meditar sobre isto. "A boca fala através da plenitude do coração" e pela plenitude do coração a mão também trabalha. (II. 150, 152)

O QUE NOS FAZ SOFRER?

A causa de todas as angústias que sofremos é o desejo. Você deseja algo e o desejo não se cumpre; e o resultado é o sofrimento. Se não houver desejo, não haverá sofrimento. Mas também aqui há o risco de eu ser mal compreendido. Assim, é necessário que eu explique qual o significado de renunciar ao desejo e de tornar-se liberto de todo sofrimento. As paredes não têm desejos e nunca sofrem. É verdade, porém nunca evoluem. Esta cadeira não tem desejos e nunca sofre; mas é sempre uma cadeira. Há glória na felicidade, há também glória no sofrimento.

Quanto a mim, estou contente por ter feito algumas coisas boas e muitas coisas más; contente por ter feito algo de bom e contente por ter cometido muitos erros, porque cada um deles foi uma grande lição. E o que sou agora é o resultado de tudo o que fiz, de tudo que pensei. Cada ação e pensamento tem seu efeito e esses efeitos são a soma total do meu progresso.

A solução é esta: não que eu não deva ter propriedades, não que eu não deva ter coisas que são necessárias e coisas que constituam mesmo um luxo. Tenha tudo que quiser e mesmo mais, porém conheça a verdade e a realize. A riqueza não pertence a ninguém. Não tenha idéias sobre propriedades e posses. Tudo pertence ao Senhor. (II. 147-48)

A QUINTESSÊNCIA DA VEDANTA

Aqui posso somente explicar-lhes que o que a Vedanta busca ensinar é a divinização do mundo. Em verdade, a Vedanta não acusa o mundo. Em lugar algum o ideal da renúncia atinge tal altura como nos ensinamentos da Vedanta. Mas, ao mesmo tempo, não há a intenção de se dar um seco conselho para o suicídio; o ideal realmente quer dizer divinização do mundo - renunciar ao mundo como o imaginamos, como o conhecemos, como ele aparece para nós - e saber o que ele efetivamente é. Divinize-o; ele é Deus somente.

Lemos no início de um dos mais antigos dos Upanishads: "Tudo que existe neste universo deve ser coberto por Deus".

Devemos ver tudo coberto pelo Próprio Deus, não por uma falsa espécie de otimismo, não tornando nossos olhos cegos para o mal, mas realmente enxergando Deus em todas as coisas. Temos assim de renunciar ao mundo, e, quando renunciamos ao mundo, o que resta? Deus. O que isto quer dizer? Você pode ter sua esposa; não significa que você deva abandoná-la, mas que você deve ver Deus nela. Renuncie a seus filhos; o que significa isto? Expulsá-los porta afora, como alguns brutos o fazem, em muitos países? Certamente não. Mas veja Deus em seus filhos. E também assim, em tudo. Na vida e na morte, na felicidade e no infortúnio, o Senhor está igualmente presente. O mundo todo está pleno do Senhor. Abra seus olhos e veja-O. Eis o que a Vedanta ensina.

Em verdade, uma tremenda afirmação! Contudo, este é o tema que a Vedanta quer demonstrar, ensinar e pregar. (II. 146-47)

POR QUE CHORAIS, MEU AMIGO?

"Por que chorais, meu amigo? Não há nem nascimento nem morte para vós! Por que chorais? Não há doçura nem sofrimento para vós, mas sois o céu infinito; nuvens de várias cores vêm sobre ele, brincam por um momento e se esvaem. Mas o céu conserva sempre o mesmo azul eterno." Por que enxergamos a malvadez? Havia um toco de árvore e, na escuridão, um ladrão se aproximou e disse: "É um policial". Um jovem que esperava por sua amada olhou-o e pensou que fosse sua namorada. Um menino, que ouvia histórias de fantasmas, tomou-o por um fantasma e começou a tremer. Mas, durante todo esse tempo, era somente um tronco de árvore. Vemos o mundo da maneira que somos.

Não fale da malvadez do mundo e de todos os seus pecados. Chore porque você está inclinado a ver o pecado por todo lugar e, se quiser ajudar o mundo, não o condene. Não o enfraqueça ainda mais. O que é o pecado, o que é o sofrimento, o que são ambos senão resultados da fraqueza? O mundo a cada dia se enfraquece por tais ensinamentos. Desde a infância ensinam aos homens que eles são fracos e pecadores. Ensine a eles que são todos filhos gloriosos da imortalidade, mesmo a aqueles que são, manifestamente, os mais fracos. Que os pensamentos fortes, positivos, os que ajudam, entrem em seus cérebros desde a mais tenra infância. (II. 86-87)

A ARMADILHA DE MAYA

Certa vez, Narada (um grande sábio) disse a Krishna: "Senhor, mostre-me Maya (Ilusão Cósmica)". Alguns dias se passaram e Krishna convidou Narada para um passeio pelo deserto e, depois de andarem algumas milhas, Krishna disse: "Narada, estou com sede; você pode trazer-me um pouco d'água?" "Partirei imediatamente, senhor, para buscar sua água." Assim, Narada partiu.

Não muito longe havia uma aldeia; entrou nela à procura de água e bateu numa porta, que foi aberta por uma linda mocinha. Ao vê-la, ele se esqueceu, imediatamente, que seu Mestre esperava pela água, talvez morrendo de sede. Esqueceu tudo e começou a conversar com a moça. Decorrido o dia todo, ele não voltou ao seu Mestre. No dia seguinte, lá estava ele de novo a conversar com a

mocinha. A conversa transformou-se em amor; ele pediu a garota em casamento e eles se casaram e tiveram filhos. Passaram-se assim doze anos. Seu sogro faleceu e ele herdou sua propriedade. Vivia, como pensava, uma vida muito feliz com sua esposa e filhos, com seus campos e o gado e assim por diante. Então, houve uma enchente. Certa noite, o rio encheu-se até transbordar e inundar toda a aldeia. As casas caíram, homens e animais foram arrastados e afogados e tudo flutuava na violência da torrente. Narada teve de fugir. Com uma das mãos segurava sua mulher e com a outra dois de seus filhos; outro filho estava em seus ombros e ele tentava atravessar aquela tremenda inundação. Após dar alguns passos, viu que a corrente estava forte demais e a criança que estava em seus ombros caiu e foi carregada pelas  guas. Narada soltou um grito de desespero. Ao tentar salvar a criança, largou uma das outras, que também se perdeu. Finalmente, sua mulher, que ele agarrara com toda sua força, foi arrebatada pela torrente e ele foi arremessado às margens, chorando e soluçando com amargas lamenta es.

Atrás dele surgiu uma voz delicada: "Meu filho, onde está a  gua? Você foi procurar um bocado d'água e estou esperando por você. Já faz meia-hora que você partiu." "Meia-hora!", exclamou Narada. Doze anos tinham se passado em sua mente e todas essas cenas aconteceram em meia hora!   isto que   Maya. (II. 120-21)

A VIDA INSPIRA A VIDA

Chega um homem; você sabe que ele é muito instruido, sua linguagem   bela e ele lhe fala por muito tempo; mas não lhe causa nenhuma impressão. Vem outro homem, fala poucas palavras, não bem arrumadas, talvez ferindo a gramática; contudo, causa-lhe ótima impressão. Muitos de vocês já viram isto. Assim torna-se evidente que somente as palavras não podem sempre produzir boa impressão. As palavras e mesmo os pensamentos contribuem somente com uma terça parte para causarem boa impressão e o homem, com dois terços. O que vocês chamam de magnetismo pessoal do homem - é isto que sai e impressiona a vocês. Voltando aos grandes líderes da humanidade, sempre verificamos que foi a personalidade do homem que valeu. Agora, considere todos os grandes autores do passado, os grandes pensadores. Falando realmente, quantos pensamentos pensaram eles? Considere todos os escritos que nos foram deixados pelos antigos líderes da raça humana; pegue cada um de seus livros e os avalie. Os pensamentos reais, novos e genuinos, que foram elaborados neste mundo até hoje não enchem uma de nossas mãos. Leia em seus livros os pensamentos que nos deixaram. Os autores não nos aparecem como gigantes e, contudo, sabemos que foram gigantes no seu tempo. O que os fez assim? Não simplesmente os pensamentos que emitiram, nem os livros que escreveram, nem os discursos que fizeram, era algo mais que agora se perdeu, isto  , sua personalidade. Como eu já comentei, a personalidade do homem representa dois terços e seu intelecto, suas palavras, somente um terço.   o homem real, a personalidade do homem, que nos impressiona. (II. 14-15)

AUDÁCIA ESPIRITUAL

Na Rebelião de 1857 (o primeiro movimento de libertação da Índia) havia um Swami, verdadeiramente uma grande alma, a quem um rebelde maometano apunhalou gravemente. Os rebeldes hindus capturaram-no e levaram o homem até o Swami, dizendo que o poderiam matar. Mas o Swami olhou para ele calmamente e disse: "Meu irmão, tu és Ele, tu és Ele" e expirou. Ergam-se, homens e mulheres, com este mesmo espírito, atrevam-se a acreditar na Verdade, atrevam-se a praticar a Verdade. O mundo necessita de algumas centenas de homens e mulheres audazes. Pratiquem aquela audácia que se atreve a conhecer a Verdade, que se atreve a mostrar a Verdade na vida, que não treme diante da morte e em vez disso a saúda, aquela audácia que faz o homem saber que ele é o Espírito e que, em todo o universo, nada pode matá-lo. então vocês estarão libertos. então conhecerão Sua Alma Real. "Este Atman deve ser primeiro ouvido, depois cogitado em nossos pensamentos e, afinal, submetido à meditações." (II. 85)

UM FIO DE PALHA

Em alguns moinhos de óleo na Índia, bois são usados para andarem circularmente moendo as sementes que darão o óleo. Há uma cangalha sobre o pescoço do boi. Há uma peça de madeira que se projeta da cangalha, onde é fixado um fio de palha. Os olhos do boi são tapados de tal maneira que pode enxergar somente a palha na frente e, assim, estica seu pescoço para pegar a palha; ao fazer isso, ele movimenta um pouco o moinho de madeira; e faz outra tentativa com o mesmo resultado, e ainda outra tentativa e assim sucessivamente. Ele nunca pega a palha, mas vai rodando e rodando na esperança de pegá-la e, ao fazê-lo, acaba moendo o óleo. Da mesma forma, você e eu nascemos escravos da natureza, do dinheiro e das riquezas, das esposas e dos filhos, e estamos sempre perseguindo um fio de palha, uma mera quimera e iremos atravessar uma inumerável ronda de vidas sem obtermos o que buscamos.

Tal é a história da vida de cada um de nós; tal é o tremendo poder da natureza sobre nós. Ela está sempre nos repelindo para longe, mas, ainda assim, a perseguimos com febril excitação. (I. 408-409)

O AMOR DURA PARA SEMPRE

Diga dia e noite: "Vós sois meu pai, minha mãe, meu marido, meu amor, meu senhor, meu Deus - não quero nada além de Vós, nada além de Vós, nada além de Vós." A riqueza passa, a beleza se esvanece, a vida voa, os poderes voam - mas o Senhor dura para sempre, o amor dura para sempre.

Apegue-se a Deus! O que importa o que acontece com o corpo ou com qualquer outra coisa! Através dos terrores do mal, diga: Meu Deus, meu amor! Através dos sofrimentos da morte, diga: Meu Deus, meu amor! Através de todos os males, sob o sol, diga: Meu Deus, meu amor!

Esta vida é uma grande chance. Por que procurais os prazeres do mundo? Ele é a fonte de toda bem-aventurança. Busque o mais alto, vise o mais elevado e você irá alcançar o mais alto. (VI. 262)

O HOMEM, FAZEDOR DE SEU DESTINO

Os homens fracos, quando perdem tudo e sentem-se enfraquecidos, tentam toda espécie de disparatados métodos de fazer dinheiro e inclinam-se para a astrologia e todo tipo de coisas. "São o tolo e o covarde que dizem: "É o destino". Mas é o homem forte que se ergue e diz: "Farei o meu destino".

Há uma velha estória sobre um astrólogo que veio até um rei e disse: "O senhor irá morrer em seis meses". O rei ficou fora de si, completamente aterrorizado e estava quase a morrer de medo. Mas seu ministro era um homem inteligente e disse ao rei que os astrólogos eram tolos. Mas o rei não acreditava nele. Assim, o ministro viu que o único jeito do rei ver que eles eram tolos era convidar de novo o astrólogo. Lá, ele perguntou-lhe se seus cálculos estavam corretos. O astrólogo disse que não havia erro nenhum, mas, para satisfazê-lo, refez todos os cálculos e disse que estavam perfeitamente certos. A face do rei ficou lívida. O ministro então perguntou ao astrólogo: "E quando você pensa que irá morrer?" "Dentro de doze anos", foi a resposta. O ministro rapidamente puxou sua espada, separou a cabeça do astrólogo de seu corpo e disse ao rei: "O senhor vê este mentiroso? Ele acaba de morrer, neste momento." (VIII, 184-85)

O EVANGELHO DO DESTEMOR

O que faz a diferença entre Deus e o homem, entre o santo e o pecador? Somente a ignorância. Qual é a diferença entre o homem mais elevado e o verme mais inferior que se arrasta sob seus pés? A ignorância. Esta faz toda a diferença. A divindade infinita é imanifesta; ela terá de ser manifestada. Isto é a espiritualidade, a ciência da alma.

A força é o bem, a fraqueza é o pecado. Se existe uma palavra que sai como uma bomba de dentro dos Upanishads, que se despedaça como a cápsula de uma bomba sobre as massas da ignorância, esta palavra é destemor. É a única religião que deveria ser ensinada é a religião do destemor. É o medo que traz o sofrimento, o medo que traz a morte, é o medo que alimenta o mal. É o que causa o medo? A ignorância de nossa própria natureza.

Não desespere. Pois você é o mesmo a despeito do que faça e você não pode mudar sua natureza. A própria natureza não pode destruir a natureza. Sua natureza é pura. Pode estar escondida por milhões de eras, mas, finalmente, vencerá e virá para fora. Por isso a Advaita traz a esperança para cada um e não o desespero. Seu ensinamento não é feito através do medo; ela ensina, não sobre demônios que Estão sempre à espreita para arrebatá-lo se você falsear sua caminhada - ela não tem nada a haver com demônios - mas diz que você tem seu destino em suas próprias mãos. Seu próprio Karma (ação) manufaturou para você este corpo e ninguém mais o fez para você. E toda a responsabilidade pelo bem e o mal está em você. Esta é a grande esperança. O

que eu fiz, posso desfazer. (III. 159-61)

A NECESSIDADE DE UM GURU

A alma somente pode receber impulsos de outra alma e de nenhuma outra coisa mais. Podemos estudar em livros durante toda nossa vida, podemos nos tornar muito intelectuais, mas, no fim, verificamos que não desenvolvemos nenhuma espiritualidade absolutamente. Não é verdadeiro que um alto nível de desenvolvimento intelectual seja sempre acompanhado de um desenvolvimento proporcional do lado espiritual do Homem. Ao estudar nos livros, algumas vezes nos iludimos ao pensar que por isso estamos sendo espiritualmente ajudados; mas, se analisarmos o efeito do estudo em livros sobre nós, iremos verificar que, no máximo, é somente nosso intelecto que tira proveito desses estudos e não nosso espírito interior. Esta incapacidade dos livros de acelerarem o crescimento espiritual é a razão pela qual, embora quase todos nós possamos falar brilhantemente sobre assuntos espirituais, quando chega a hora de agir e de viver uma vida verdadeiramente espiritual, nos sentimos tremendamente deficientes. Para acelerar o espírito, o impulso deve vir de outra alma.

A pessoa de cuja alma vem tal impulso é chamada Guru - o instrutor; e a pessoa para cuja alma o impulso é dirigido é denominada Shishya - o estudante. (III. 45)

AS QUALIFICAÇÕES DO ESTUDANTE

Três coisas são necessárias ao estudante que quer ter sucesso:

Primeira: Desista de todas as idéias de prazer neste mundo e no próximo, pense somente em Deus e na Verdade. Estamos aqui para conhecer a verdade e não para o prazer. Deixe-o para os brutos que sabem desfrutá-los como nunca poderíamos. O homem é um ser pensante e deve continuar lutando até vencer a morte, até enxergar a luz. Não deve desgastar-se em conversas inúteis que não produzem frutos. O culto da sociedade e da opinião popular é idolatria. A alma não tem sexo, país, não tem tempo nem lugar.

Segunda: O intenso desejo de conhecer a Verdade e Deus. Seja ávido por eles, precise deles da mesma forma que um homem que se afoga precisa do ar. Queira somente Deus, não aceite nenhuma outra coisa, não deixe que o "parece que" o engane mais. Dê as costas a tudo e busque somente Deus.

Terceira: são os seis treinamentos:

- 1º) Evitar que a mente vá para fora.
- 2º) Controlar os sentidos.
- 3º) Voltar a mente para dentro.
- 4º) Sofrer tudo sem murmurar.
- 5º) Focalizar a mente em uma só idéia. Escolha o objeto diante de você e discrimine-o; nunca o deixe. Não ligue para o tempo.
- 6º) Pense constantemente em sua real natureza. Livre-se das superstições. Não se hipnotize acreditando em sua própria inferioridade. Dia e noite diga a você mesmo quem você realmente

é, até que constate, constate realmente, sua identidade com Deus.
(VIII. 37)

ESTAMOS APTOS PARA O PARAÍSO?

Algumas pobres vendedoras de peixe, surpreendidas por violenta tempestade, se abrigaram no jardim de um homem rico. Ele as recebeu bondosamente, deu-lhes alimento e deixou-as descansarem numa casa de verão, rodeada de belas flores que enchiam o ar com seus ricos perfumes. As mulheres deitaram-se nesse paraíso de doce fragrância, mas não conseguiram dormir. Faltava-lhes algo para se sentirem felizes e não podiam ser felizes sem isto. Finalmente, uma das mulheres levantou-se e dirigiu-se ao lugar onde tinham deixado suas cestas de peixes, trouxe-as para a casa de verão, e então, de novo felizes com o cheiro costumeiro, elas logo caíram em profundo sono. (VIII. 29)

TRANSFORMAMO-NOS NO QUE PENSAMOS

O pensamento é de toda importância, pois "nos transformamos no que pensamos".

Era uma vez um Sannyasin, um homem santo, que, assentado debaixo de uma árvore, ensinava às pessoas. Bebia leite e comia somente frutas, executava intermináveis "Pranayamas" e considerava-se muito santo.

Na mesma aldeia morava uma mulher de má vida. Todo dia o Sannyasin a censurava, advertindo-a que seu comportamento a levaria ao inferno. A pobre mulher, incapaz de modificar seu método de vida, que era seu único meio de subsistência, ficava ainda muito impressionada pelo terrível futuro pintado pelo Sannyasin. Ela chorava e rezava ao Senhor, suplicando-lhe que a perdoasse porque não podia evitar aquilo.

Com o passar do tempo, o homem santo e a mulher morreram. Os anjos vieram e levaram-na ao céu, enquanto os demônios reclamaram a alma do Sannyasin. "Qual a razão disso?", ele exclamou. "Eu não vivi uma vida muito santa e preguei a santidade para todos? Por que deveria eu ser levado ao inferno, enquanto esta mulher má está sendo levada para o céu?" "Porque", responderam os demônios, "enquanto ela era forçada a cometer atos impuros, sua mente estava sempre fixada no Senhor e buscava a libertação, que agora chegou para ela. Mas você, ao contrário, enquanto executava somente atos puros, tinha sua mente sempre fixa na maldade dos outros. Você via somente o pecado e pensava somente no pecado e, assim, agora deve ir para o lugar onde há somente o pecado." (VIII. 19-20)

SABOREIE AS MANGAS

O mundo todo lê Bíblias, Vedas e o Alcorão; mas todos são somente palavras, sintaxe, etimologia, filologia, os ossos secos da religião. O instrutor que cuida muito de palavras e que permite que sua mente seja arrastada pela força das palavras perde o espírito. É só o conhecimento do espírito das

escrituras que forma o verdadeiro instrutor espiritual. A rede de palavras das escrituras é como uma imensa floresta na qual a mente humana muitas vezes se perde, não sabendo como sair.

Ramakrishna costumava contar a estória de alguns homens que entraram numa plantação de mangas e se preocuparam em contar as folhas, os ramos e os galhos, examinando suas cores, comparando seus tamanhos e anotando tudo com muito cuidado e depois iniciaram uma discussão refinada sobre cada um desses tópicos, que eram, sem dúvida, muito interessantes para todos eles. Mas um deles, mais sensível que os demais, não se incomodou com nada disso e começou a comer uma manga. E ele não foi sábio? Assim, deixem esta contagem de folhas, de raminhos e anotações para os outros. Este tipo de serviço tem seu lugar apropriado, mas não aqui, no domínio espiritual. Vocês nunca encontram um homem forte espiritualmente, no meio desses "catadores de folhas". (III. 49-50)

APEGUE-SE A UMA SÓ

Cada seita de toda religião apresenta somente um ideal de sua concepção para a humanidade, mas a eterna religião da Vedanta abre à raça humana um número infinito de portas para ingressar no altar íntimo da divindade e coloca diante da humanidade um quase inexaurível conjunto de ideais, existindo em cada um deles uma manifestação da Unidade Eterna.

Contudo, a planta tenra que cresce tem de ser rodeada por uma proteção até que se torne uma árvore. A planta tenra da espiritualidade irá morrer se for exposta muito cedo à ação de uma constante mudança de idéias e ideais. Muitas pessoas, em nome do que se pode chamar de liberalismo religioso, podem ser vistas alimentando sua curiosidade vadia com uma sucessão contínua de diferentes ideais. Para elas, ouvir coisas novas é uma espécie de doença, um tipo de bebedeira religiosa. Querem escutar coisas novas só para experimentarem uma temporária excitação nervosa, e quando tal influência excitante já provocou nelas seu efeito, estão prontas para outra. A religião é para essas pessoas uma espécie de ópio intelectual e acaba aí. A Eka-Nishtha, ou devoção a um único ideal, é absolutamente necessária ao iniciante na prática da devoção religiosa. (III. 63-64)

A TRANSFORMAÇÃO DA ENERGIA

A imaginação não casta é tão má quanto a ação não casta. O desejo controlado leva ao resultado mais elevado. Transforme a energia sexual em energia espiritual, mas não perca a masculinidade, porque isto é lançar fora o poder. Quanto mais forte a força, tanto mais se pode fazer com ela. Somente uma poderosa corrente de água pode executar a mineração hidráulica. (VII. 69)

COMO SE ILUMINAR

As almas iluminadas, as grandes almas que vêm à terra de tempo em tempo, têm o poder de revelar a Visão Eterna para nós. Elas já Estão libertas; não

ligam para sua própria salvação - querem ajudar aos outros.

Depende dessas almas livres o crescimento espiritual da humanidade. Elas são como os primeiros lumes que acendem outros lumes. Em verdade, a luz está em todos, mas está escondida em muitos homens. As grandes almas são luzes que brilham desde o começo. Aqueles que entram em contato com elas é como se tivessem suas próprias lâmpadas acesas. Quando isso acontece, a primeira lâmpada nada perde; não obstante, ela transmite sua luz para outras lâmpadas. Um milhão de lâmpadas se acendem; mas a primeira lâmpada continua a brilhar com sua luz que não se acaba. A primeira lâmpada é o Guru e a lâmpada que por ele é acesa é o discípulo. (VIII. 115,113)

O SEGREDO DO CONTROLE

Toda energia dispendida por um motivo egoísta é jogada fora; não provocará energia que retornará até você; mas, se for controlada, resultará em desenvolvimento de energia. Este auto-controle tenderá a produzir uma vontade poderosa, um caráter que produz um Cristo ou um Buda. Os homens tolos não sabem este segredo; contudo, querem governar a humanidade.

O homem ideal é aquele que, no meio do maior silêncio e solidão, sabe encontrar a atividade mais intensa e que, no meio da mais intensa atividade, encontra o silêncio e a solidão do deserto. Ele aprendeu o segredo do controle, ele auto-controlou-se. (I. 33-34)

MENTE: A BIBLIOTECA DO UNIVERSO

O conhecimento é inerente ao homem. Conhecimento algum vem de fora; está todo dentro de nós. Em vez de dizermos que um homem "sabe", em estrita linguagem psicológica, deveríamos dizer "descobre" ou "tira o véu"; o que um homem "aprende" é realmente o que "descobre", ao retirar a tampa de sua própria alma, a qual é uma mina de conhecimento infinito.

Dizemos que Newton descobriu a gravitação universal. Estava ela sentada num cantinho a esperar por ele? Estava na própria mente dele; o tempo chegou e ele a descobriu. Todo o conhecimento que o mundo já recebeu veio da mente; a infinita biblioteca do universo está em sua própria mente. (I. 28)

A GRAÇA E O ESFORÇO PRÓPRIO

Discípulo: Senhor, existe alguma lei para a graça?

Swamiji: Sim e não.

Discípulo: Como é isso?

Swamiji: Aqueles que são sempre puros no corpo, na mente e no falar, aqueles que têm forte devoção, que sabem distinguir o real do irreal, que perseveram na meditação e na contemplação - somente sobre eles descem as graças do Senhor. Sri Ramakrishna dizia, às vezes: "Confiem Nele; sejam como a folha seca à mercê do vento"; e, de novo, falava: "O vento de Sua graça está sempre soprando, o que vocês precisam fazer é enfunar suas velas".

Discípulo: Mas que necessidade tem da graça aquele que pode auto-controlar-se em pensamento, palavra e ação? Ele não seria capaz de desenvolver-se no caminho da espiritualidade por meio de seus próprios méritos?

Swamiji: O Senhor é muito misericordioso com aquele que vê lutar com o coração e a alma para a Realização. Mas, fique ocioso, sem lutar, e você verá que Sua graça jamais chegará.

Discípulo: Sri Girish Chandra Ghosh certa vez me disse que não poderia haver condições na misericórdia de Deus; não haveria nenhuma lei para ela! Se houvesse, não poderíamos mais usar o termo misericórdia. O reino da graça ou da misericórdia deve transcender qualquer lei.

Swamiji: Mas deve haver uma lei mais elevada atuando na esfera mencionada por C.G., a qual desconhecemos. Estas palavras são, em verdade, para o último estágio de desenvolvimento, o qual, somente, está além do tempo, do espaço e da causalidade. Mas, quando chegamos lá, quem será misericordioso e para quem, onde já não existe lei de causalidade? Lá, o adorador e a coisa adorada, o meditador e o objeto da meditação, o conhecedor e a coisa conhecida, todos tornam-se unos - chame isto Graça ou Brahman, como você quiser. É tudo uma uniforme e homogênea entidade! (VI. 481-82 e V. 398-400)

A META E OS CAMINHOS

Toda alma é potencialmente divina.

A meta é manifestar esta Divindade interior ao controlar a natureza, exterior e interior.

Faça isto seja pelo trabalho, ou adoração, ou controle psíquico ou pela filosofia - por um, ou mais, ou todos esses - e se liberte.

Este é o todo da religião. Doutrinas, ou dogmas, rituais ou livros, ou templos, ou formas não são mais que detalhes secundários.

"Sim, filhos da imortalidade, mesmo aqueles que vivem na mais alta esfera, o caminho foi encontrado; há um caminho fora de todas estas trevas e é o de perceber Aquele que está além de todas as trevas; não há outro caminho." (I. 124,128)

MAYA E LIBERDADE

Que não sejamos apanhados desta vez. Tantas vezes Maya nos capturou, tantas vezes trocamos nossa liberdade por bonecas de açúcar que derreteram quando a água nelas tocou!

Não se decepcione. Maya é uma grande trapaça. Vá embora. Não deixe que ela o prenda desta vez. Não venda sua herança sem preço para tais ilusões. Levante-se, desperte, não se detenha até que a meta seja alcançada.

Guarde seu dinheiro meramente como uma custódia para aquilo que pertence a Deus. Não tenha apego a ele. Que o nome, a fama e o dinheiro passem; são uma terrível escravidão. Sinta a maravilhosa atmosfera da

liberdade. Você é livre, livre, livre! Oh, abençoado sou eu! Eu sou a liberdade! Eu sou o Infinito! Em minha alma não encontro nem começo nem fim. Tudo é o meu Eu. Diga isto, incessantemente.

(Lembranças de Swami Vivekananda, pág. 185,180)

NÃO DURMA MAIS

Em verdade, meu ideal pode ser resumido em poucas palavras, que são: pregar junto à raça humana sua divindade e como manifestá-la em cada movimento da vida.

Uma idéia que vejo claramente como a luz do dia é que o sofrimento é causado pela ignorância e nada mais. Quem dará luz ao mundo? O sacrifício foi a Lei no passado e também o será, ai de mim, pelos tempos que hão de vir. Os melhores e os mais corajosos da terra terão de se sacrificar pelo bem de muitos, pelo bem estar de todos. Budas, aos centos, serão necessários com eterno amor e piedade.

As religiões do mundo tornaram-se arremedos sem vida. O que o mundo quer é caráter. O mundo está necessitado daqueles cuja vida é um amor ardente, sem egoísmo. Este amor fará com que cada palavra ressoe como um raio.

Palavras audaciosas e ações audaciosas é o que queremos. Despertem, despertem, grandes do mundo! O mundo arde em sofrimento. Vocês podem dormir? (VII. 498)

H.R.

30.08.1995

*Hari Om, Tat Sat Om
Om Tat Sat*