

A

ESSÊNCIA DA
ILUMINAÇÃO

VEDANTA. A CIÊNCIA DA CONSCIÊNCIA

JAMES SWARTZ

Conteúdo

Introdução	x
Capítulo I: O que eu quero?	1
Motivações	1
A Lógica Não-Examinada de Sua Própria Experiência	2
Eu Quero Segurança, Prazer e Virtude	3
A felicidade existe?	5
Está nos objetos?	5
Definição de um Objeto	7
Eu Não Sou um Objeto	7
Eu Estou Separado dos Objetos?	7
Definição de Real	8
Os Objetos Sou Eu	10
Mas Eu Não Sou um Objeto	10
Definição de Não-Dualidade	11
A Vida é um Jogo de Soma Zero	12
A Quarta Busca	13
Capítulo II: Conhecimento e Experiência	15
Como Eu Fico Livre?	15
Definição de Dualidade - Sujeito e Objeto	16
O Que é a Libertação?	18
Os Caminhos Não Funcionam	19
Eu Quero o Autoconhecimento	20
Mitos da Iluminação	21
Não-Mente, Mente em Branco, Mente Vazia, Mente Parada	22
Não-Ego, a Morte do Ego	22

<i>Nirvana</i>	23
O Agora	24
A Experiência da Unidade	25
Estado Transcendental, o Quarto Estado	26
A Iluminação como Bem-aventurança Eterna	26
A Iluminação Não é um Estado Especial	27
Capítulo III: Os Meios Para o Autoconhecimento	28
O Ser Pleno Não é um Objeto	29
Todos Conhecem os Objetos, Mas Ninguém Conhece o Sujeito	29
Vedanta Não é Uma Filosofia	30
Não é Uma Religião ou um Caminho Espiritual	31
Não é Informação Canalizada	31
É Conhecimento Revelado	31
É o Conhecimento de Tudo	33
O Que é Conhecimento?	34
Como o Vedanta Funciona?	36
Você Não Pode Estudar o Vedanta	37
Escutar	38
Refletir	39
Assimilar	39
Capítulo IV: Qualificações	41
Um Ser Humano Maduro	41
Pescar na Alemanha	41
1. Discriminação	44
Definição de Realidade	44
2. Desapego	46
3. O Controle da Mente	47
4. Controle dos Sentidos	47

5. Fazendo o Que é Apropriado Para a Sua Natureza (<i>Svadharna</i>)	48
O Mundo Não Precisa de Concerto	48
"Deveria" é Uma Palavra Ruim	49
Minha Natureza Relativa	50
6. Capacidade de Foco – Concentração	51
7. Tolerância	52
8. Devoção	53
9. Fé	53
10. Desejo Ardente Pela Libertação	54
Um Professor Qualificado	54
Ser Coerente Com o Que se Fala	55
A Graça de Deus	58
Um Breve Resumo	58
Capítulo V: Consciência Pura, o Ser Pleno	60
Eu Não Sou a Minha História	62
Eu Sou a Consciência Comum	63
A Coisa Mais Óbvia	64
Uma Segunda Consciência	66
Eu Não Morro	69
Eu Sou um Todo Sem Partes	69
Eu Não Sou um Fazedor	70
Eu Não Sou Único de Maneira Alguma	70
Não Precisa Ser Puro e Santo	71
Eu Não Mudo	71
Não Consigo me Tornar Mais Consciente	71
Eu me Revelo a Mim Mesmo	72
O Real e o Aparentemente Real	72

Capítulo VI: Bela, Ignorância Inteligente	74
A Mente Macrocósmica e os Três <i>Gunas</i>	76
Os Três Corpos	77
O Corpo Denso	78
Sobreposição	79
O Corpo Sutil	81
Dúvida	82
Resolva as Dúvidas e Aja	82
As Sementes	84
<i>Dharma</i>	86
Sua Natureza – <i>Svadharmā</i>	87
Valores Universais - <i>Samanya Dharma</i>	88
Ética Situacional - <i>Visesa Dharma</i>	89
<i>Dharma</i> Comum - <i>Dharma</i> Diário	89
<i>Dharma</i> Corporal	89
Resposta Apropriada	90
Lei do <i>Karma</i> – Uma Espiral de Energia	90
Capítulo VII: A Pessoa Comum	97
O Indivíduo e o Todo	97
A Definição de <i>Jiva</i>	97
Conhecimento Para Preparar o Corpo Sutil	99
Estágio 1 – Ignorância	99
O Fazedor-Desfrutador	101
Estágio 2 - Desejo e Medo	102
Estágio 3 - Ansiedade e Controle	104
Estágio 4 - Raiva	105
Negação	106
Projeção	107
Comparação – <i>Matsarya</i>	108

Estágio 5 – Desilusão	109
Capítulo VIII: Karma Yoga	111
Um Breve Resumo	111
<i>Karma Yoga</i> - Sem Resultados Ruins	112
<i>Karma Yoga</i> , o Destruidor do Estresse	114
Os Resultados Não Dependem de Você	114
Ignore o Campo do <i>Dharma</i> por Sua Conta e Risco	115
O Segredo da Ação	116
<i>Dharma</i> é a Resposta Apropriada	117
Ignorância Inteligente	118
Trabalho é Adoração	119
Consagração	120
Um Presente de Deus	120
Paz de Espírito	121
Estados da Mente	121
As Cinco Oferendas	122
Capítulo IX: Dharma	123
<i>Dharma Yoga</i>	123
Mais Dois <i>Dharmas</i>	129
<i>Samanya Dharma</i>	130
<i>Dharma Yoga</i>	131
Culpa	132
Capítulo X: As Cordas	135
Causa Direta e Indireta	136
Sem Disputa Com a Experiência	137
O Fluxo, a Estagnação e Nenhum Movimento	138
Executor	138

A Assimilação da Experiência	142
Rajas e a Assimilação da Experiência	144
<i>Tamas</i> e a Assimilação da Experiência	145
O Lado Positivo dos <i>Gunas</i>	146
<i>Sattva</i> e a Assimilação da Experiência	147
Como as Cordas Ligam/Amarram	148
Companheiros de Cama Incestuosos - O Mecanismo Psicológico	149
Uma Investigação Rudimentar	149
<i>Karma</i> é Experiência Não-Assimilada	151
O Corpo de Dor	151
Como Cultivar <i>Sattva</i>	152
Preso em <i>Sattva</i>	153
<i>Sattva</i> Mais Vedanta	153
Erro Principal	154
Meditação	154
Um Breve Resumo	159
Sobre <i>Isvara</i>	160
Capítulo XI: A Visão da Não-Dualidade: A Yoga do Conhecimento	161
Conhecimento Relativo	161
Conhecimento Absoluto	161
A Busca Termina Quando o Conhecimento é Firme	162
Autoinvestigação	163
O Real e o Aparentemente Real	164
Ilimitado Não Significa Grande	164
É Consciência Comum	165
Eles Existem, Mas Não São Reais	168
A Não-Dualidade Não Significa Igualdade	169
A Chave Para a Libertação: Compreensão da Consciência, <i>Jiva</i> e <i>Isvara</i>	171
Libertação do ou Libertação para o <i>Jiva</i> ?	173

Bem-aventurança Ilimitada	174
Os Cinco Invólucros (<i>Sheaths</i>)	175
Os Três Estados	178
O Acordado (Estado de Vigília)	178
O Sonhador (Estado de Sonho)	178
O Adormecido (Estado de Sono Profundo)	179
O Pensamento Oposto	182
Os Três <i>Gunas</i>	184
Capítulo XII: Valor Dos Valores	185
O Conhecimento Requer Três Fatores	185
A Mente Deve Ser Preparada	186
Palavras Como Meio de Conhecimento	186
Valores, um Meio Secundário Para o Autoconhecimento	187
Valores Universais - <i>Samanya Dharma</i>	187
Ética Situacional - <i>Visesa Dharma</i>	187
A Divisão Entre o Conhecedor e o Fazedor	189
Uma “Pessoa Melhor”?	190
Compreender os Valores	190
1. A Investigação Sobre Orgulho, Vaidade, Arrogância e Autoglorificação. 190	
A Solução – A Investigação Sobre <i>Isvara</i>	191
2. Pretensão, Falsidade	192
3. Não-Violência	193
4. Adaptação, Acomodação	195
Quer Ser um Santo?	196
5. Retidão, Veracidade	196
6. Serviço ao Professor	196
7. Limpeza	197
8. Ciúme e Inveja	199
9. Firmeza, Constância, Perseverança	200

10. Domínio da Mente	200
11. Desapego em Relação aos Objetos dos Sentidos	201
12. Renúncia, Austeridade	202
13. Ausência de Egoísmo	202
14. Apreciação do Tempo	203
15. Ausência de Propriedade	203
16. Ausência de Apego Excessivo aos Entes Queridos	205
17. Uniformidade da Mente em Todas as Circunstâncias	205
18. Devoção Incessante Não-Dual a Deus	205
19. Amor à Solitude	205
20. Ausência de Desejo por Companhia	206
21. Prática Constante do Autoconhecimento	206
22. Resolução, Conclusão	206
23. Precaução, Deliberação e Restrição	206
Capítulo XIII: Amor	208
Como Podemos Dizer Que a Consciência é Amor?	208
O Relacionamento de Amor é Baseado na Dualidade	209
Quem é o Devoto?	210
Conversão da Emoção em Devoção	211
Devoção Com Qualidades	212
A Oração Não é Adoração	214
Devoção é Conhecimento e Ação	215
Devoção é Livre Arbítrio	216
Adoração de Símbolos	217
Adoração do Ser Pleno Sem Forma	218
Capítulo XIV: A Pessoa Iluminada	219
Doença da Iluminação	221
Um <i>Yogi</i> Caído	221

A ESSÊNCIA da ILUMINAÇÃO: VEDANTA, a CIÊNCIA da CONSCIÊNCIA

As Lâminas de um Ventilador	223
Autorrealização/Liberação	224
A Pessoa Liberada	228
Sobre o Autor	237

Introdução

NOS ÚLTIMOS QUARENTA e cinco anos, as culturas ocidentais anteriormente desinformadas tornaram-se constantemente conscientes da ideia da iluminação. Embora a busca pela iluminação dificilmente seja uma preocupação dominante, uma vibrante subcultura de buscadores se desenvolveu desde a invasão de *swamis*, *lamas* e *roshis* da América no final dos anos 60. Do ponto de vista de uma vida individual, quarenta e cinco anos é muito tempo, mas, do ponto de vista de uma cultura capaz de atender às necessidades dos que buscam a libertação, ela é realmente muito pequena. Culturas dedicadas ao conhecimento de objetos materiais evoluem de forma relativamente rápida. O desenvolvimento de uma cultura científica, psicológica ou literária sofisticada leva muito mais tempo - algumas centenas de anos, talvez.

Entretanto, um corpo abrangente de conhecimentos da natureza da consciência e da psique, e como ambos se relacionam com o mundo material e a necessidade humana de libertação, leva muito mais tempo. Embora a longa tradição religiosa do ocidente tenha certos aspectos espirituais - pensadores não-duais surgiram de tempos em tempos - uma cultura espiritual centrada em torno da ideia da não-dualidade nunca evoluiu.

O sucesso material veio logo após a Segunda Guerra Mundial, e a repugnância seguiu-se logo em seguida. Não serviu às necessidades da alma. Como a cultura não oferecia soluções, as pessoas precisavam procurar em outro lugar. Assim, os jovens ocidentais em dezenas de milhares - talvez mais - desceram entusiasticamente da Ásia, particularmente da Índia, em busca da realização. Ao longo dos anos, eles consumiram avidamente ideias e práticas hindus e budistas exóticas, como uma multidão de gafanhotos famintos.

Embora apenas tenham arranhado a superfície, imaginaram que haviam dominado o jogo do esclarecimento e voltaram para casa carregados de confiança de que o que adquiriram transformaria suas vidas e salvaria seu país do materialismo.

A sua tentativa de integrar a espiritualidade oriental na cultura de seu nascimento criou uma subcultura vibrante. Mas a cultura da não-dualidade que está começando a se formar aqui ainda está em sua infância, como é óbvio para qualquer um que entenda a história da iluminação.

Consequentemente, o mundo espiritual ocidental é uma miscelânea estranha de noções e práticas, inicialmente atraentes, parcialmente assimiladas e conflitantes, duais e não-duais, que rapidamente desaparecem, deixando o coração faminto por mais. Quarenta e cinco anos atrás, meu professor, um *mahatma* indiano, me disse que, no início do século XXI, o

ocidente estaria pronto para o Vedanta, vovô de todas as culturas espirituais asiáticas e uma ciência completa e aperfeiçoada dos ensinamentos relativos à iluminação.

Não pensei nisso na época, mas parece que ele era profético. A razão é simples: muitos buscadores têm trabalhado diligentemente por si mesmos durante anos e amadureceram como seres humanos. Consequentemente, eles estão bem preparados para entender a mensagem contraintuitiva e radical do Vedanta - a saber: apesar das aparências em contrário, a realidade é uma consciência não-dual. O que isto significa e como isso beneficia os seres humanos em sua busca pela libertação da limitação é o assunto deste livro.

Em 2009, escrevi um livro intitulado *How to Attain Enlightenment: The Vision of Non-Duality* (Como Alcançar a Iluminação: A Visão da Não-Dualidade), que apresentou o Vedanta ao mundo ocidental em inglês claro e moderno. O Vedanta nunca pegou no ocidente, ou porque as pessoas não estavam prontas para isso ou porque a ideia da não-dualidade estava sobrecarregada com as armadilhas do hinduísmo. Os *swamis* vestidos de ocre com olhos brilhantes e nomes estranhos falavam *hinglish* - inglês com sotaque hindu - e atavam seus ensinamentos com palavras impronunciáveis em Sânscrito. Foi apresentado como uma filosofia hindu, embora não tenha nada a ver com o hinduísmo e não é exatamente uma filosofia. É o conhecimento da realidade e, como tal, está além do tempo e lugar, religiões e filosofias. De qualquer forma, aparentemente, não atraiu muitos ocidentais até o lançamento do meu livro em 2009.

Desde então, a minha vida contemplativa, até agora simples, tornou-se uma onda de atividades, enquanto viajo pelo mundo ensinando o Vedanta.

Eu resistirei à tentação de dizer que este é um livro completamente diferente. Os principais ensinamentos são eternos. Eles foram revelados vários milhares de anos antes da era cristã. O Vedanta, como um meio de iluminação, evoluiu lentamente desde então, quando as grandes mentes contribuíram desapaixonadamente para a tradição do ensino, que alcançou a perfeição no século oitavo. Assim como ninguém está tentando inventar uma roda nova, ninguém pode melhorar o Vedanta, porque faz o que se propõe a fazer: nos libertar do nosso senso de limitação. Assim, a lógica básica deste livro é a lógica básica do primeiro livro, porque o Vedanta é o conhecimento da realidade e a realidade nunca muda.

No entanto, não é o mesmo livro. Está escrito em um estilo diferente, talvez mais acessível, e desenvolve certos ensinamentos introduzidos no primeiro livro. Acrescenta um capítulo sobre o tema dos valores e da pessoa iluminada. Discute o *dharma* e a essência da iluminação em detalhes consideráveis, explicando completamente a relação entre a consciência, o indivíduo e o todo.

Como seu antecessor, este livro suficientemente desmistifica o tópico da iluminação.

Embora seja inspirador, não é apenas mais uma vaga leitura inspirada.

Está escrito em um estilo simples que, acredito, tornará a ciência da autoinvestigação acessível aos buscadores e descobridores em todos os lugares.

~ James Swartz

Capítulo I

O que eu quero?



Motivações

IMAGINE-SE NA primavera em um vale de montanhas. Muitas flores belas estão florescendo. Escolha uma de cada, traga-as para casa e coloque-as em uma mesa. Cada uma tem a sua própria beleza, mas se você as organizar em um buquê, o todo se torna mais do que a soma de suas partes. O Vedanta toma todas as nossas experiências e as organiza de uma forma que nos dá uma perfeita apreciação de nossa verdadeira natureza e objetivos.

Muitas coisas - maravilhosos arranha-céus e pontes, telefones celulares e internet - são o resultado do conhecimento coletivo da humanidade. Da mesma forma, nossa experiência e conhecimento espirituais coletivos se uniram em um buquê perfeito de ensinamentos que tem o poder de nos libertar. Não existe um dono, pois pertence a todos. Esse buquê perfeito, esse veículo mais refinado, é o Vedanta¹, o conhecimento que encerra a busca pelo sentido da vida.

O coração humano não descansará até entender quem, e o que é. Sem a visão da não-dualidade, você será forçado a continuar buscando. Se você quer entender quem você é e viver livremente, você precisa se dedicar a lógica que se revela neste livro. Se você não puder aceitar o primeiro ensinamento, não poderá se beneficiar do segundo. Se você não conseguir entrar no segundo, o terceiro não fará sentido. Cada ensinamento se encaixa perfeitamente nos outros, isso porque a realidade é a consciência única (não-dual). Vedanta é a sua ciência. Para obter o máximo disso, você deve ser paciente, porque a não-dualidade é um desafio. O conhecimento pode vir num piscar de olhos, mas não permanece sem a exposição constante aos ensinamentos. Incrementalmente, a visão da não-dualidade irá aderir à sua mente. Então leia com atenção. Nunca se apresse. Você não vai se decepcionar.

É muito importante ver a realidade como ela é, não como você acha que é ou quer que seja. Todos estão orgulhosos de seu conhecimento espiritual,

¹ Veda significa “conhecimento” em Sânscrito e anta significa “fim”. A palavra composta “Vedanta” tem dois significados: (1) o conhecimento que finaliza a busca por conhecimento e (2) o conhecimento consagrado no final de cada um dos quatro Vedas. Os Vedas são os textos existentes mais antigos sobre o tema da consciência, o Ser pleno.

então você terá uma tendência a avaliar o Vedanta de acordo com as suas próprias ideias, mas isso não funciona. Depois de ter escutado os ensinamentos, você deve avaliar o que sabe com referência ao que escutou, e não o contrário. Se você avaliar o ensino com referência às suas crenças e opiniões, você falhará. O sentimento de incompletude, separação e limitação permanecerá.

A Lógica Não-Examinada de Sua Própria Experiência

O Vedanta é um método impessoal de autoinvestigação. O primeiro estágio é escutar com a mente aberta, deixando de lado suas opiniões pessoais. Escutar sem julgamento é difícil, mas não impossível. Se você está decidindo se gosta ou não do que escuta, não está escutando. Não há nada para gostar ou não gostar, apenas algo para saber. Se você escutar sem preconceito, as palavras farão total sentido, mas se você está procurando apenas uma explicação da realidade que se encaixe em seus pontos de vista, o Vedanta não é para você.

Uma vez que você tenha escutado o ensinamento completo, como ele é, você pode deixar suas crenças e opiniões interagirem com a verdade, mantendo aquelas que fazem sentido e descartando aquelas que não fazem. Este, o segundo estágio da autoinvestigação, é a reflexão ou a contemplação. Se você se render a esse processo, terá sucesso.

Você pode entender bem o suficiente um ensinamento em particular, mas para ter sucesso com a autoinvestigação você precisa entender a verdade que liga todos os ensinamentos em um lindo colar de significados, como pérolas em um cordão. A visão da não-dualidade não é obtida pela sintetização de ensinamentos de diferentes tradições. É, no entanto, facilmente obtido se você expuser a sua mente consistentemente aos ensinamentos. Vou apresentar alguns termos em Sânscrito para que você entenda que esse ensinamento não é meu. Eu não tenho ensinamentos. Eu sou simplesmente uma pessoa que foi ensinada. Eu não quero que você acredite em mim, ou dependa de mim. Eu peço apenas que você preste atenção com uma mente aberta para este conhecimento importante. Você não ficará desapontado ou se sentirá enganado, porque eu sigo as regras da tradição. Eu não tenho agenda. Professores que estão fora da tradição, mesmo os sinceros, geralmente são guias pouco confiáveis para a verdade, porque conhecem apenas parte da realidade revelada por sua própria experiência.

Você não obterá conhecimento parcial ou será enganado por uma pessoa “iluminada” se escutar o Vedanta, porque é uma tradição comprovada pelas escrituras. Se você conhece a fonte dessa grande sabedoria, pode verificar se estou ensinando a verdade ou apenas o que penso ou acredito. Ensinar as escrituras também me protege. Se você tem algum desentendimento com algo

que você escuta, o desentendimento será com o ensino, não comigo. Escutar coisas que você não gosta é inevitável. Por favor, não me culpe. Eu sou uma boa pessoa e não quero incomodá-lo, mas às vezes tenho que dar más notícias.

Eu Quero Segurança, Prazer e Virtude

A primeira pergunta do Vedanta é: O que eu realmente quero na vida? É claro que não quero ser infeliz. Se a miséria vem - e acontece - não é porque eu quero. Provavelmente acontece porque eu sou incompetente ou ineficiente em minha busca, ou ainda por falta de compreensão de mim mesmo e do mundo em que vivo.

Todo mundo quer ser livre e feliz, sentir-se pleno e completo. Se você acha que existe outra razão pela qual você está aqui na Terra nesse corpo, a autoinvestigação não é para você. Quando as pessoas querem ser livres e felizes, elas perseguem coisas que acreditam que as tornarão livres e felizes.

A primeira coisa que perseguimos é a segurança. É lógico porque a vida é insegura. Você não pode esperar que as coisas perdurem. Existem muitas formas de segurança, a mais óbvia delas é a segurança financeira. Poucos sentem que têm dinheiro suficiente. É um fato que todo mundo quer mais dinheiro porque os desejos são infinitos e o dinheiro é necessário para conseguir o que você quer. É natural acreditar que quanto mais dinheiro você tem, mais seguro você se sente, mas isso não é verdade.

A busca é baseada em um sentimento de insegurança e ela tem muitas faces. Se você é financeiramente seguro, tenha certeza de que se sentirá inseguro em outras áreas da vida. Você pode ser inseguro socialmente ou moralmente. Quando pergunto se alguém tem amor suficiente, poucos dizem que sim. Você sempre acredita que pode se amar mais ou receber mais amor. Se você quer atenção, isso significa que você é emocionalmente inseguro. Antes de enumerar as coisas que procuramos, você deve saber que nem todas se aplicam necessariamente a você. Esta é apenas uma lista geral com base na qual vamos expor certos fatos sobre a realidade das atividades mundanas.

Existe um livro famoso na tradição védica sobre o tema do prazer, o Kama Sutra. Está lá porque o prazer é algo que as pessoas sentem que precisam conhecer. Uma vez que você está financeiramente seguro, você quer aproveitar a vida, então várias formas de prazer podem se tornar seu objetivo. As sociedades ocidentais são financeiramente bem-sucedidas e, portanto, somos obcecados pelo entretenimento. Segurança é uma necessidade; o prazer é um luxo. A maioria dos ocidentais não vê pessoas dormindo nas ruas como os cidadãos da Índia, onde os luxos são praticamente inexistentes e as

peças não têm tempo para buscar o prazer. Em nosso mundo, os luxos tornaram-se necessidades.

Quando você está emocionalmente inseguro, você quer se divertir. Veja quanta energia é colocada no entretenimento: internet, esportes, jogos de azar, viagens, música, sexo, drogas - você escolhe. Nós realmente não precisamos dessas coisas, mas elas estão disponíveis, então nós as queremos. Sundari, minha esposa, as chama de "armas de distração em massa". Eu passo por aeroportos o tempo todo e tenho que passar por um "bombardeamento" de lojas com todos os tipos de coisas tentadoras: bolsas de milhares de dólares, montanhas de chocolates e brinquedos eletrônicos tão numerosos para mencionar. Uma pessoa sã não precisa de nenhum desses itens. Ontem eu comprei uma pequena balança digital no aeroporto para pesar a minha bagagem, para que eu não fosse cobrado a mais por carregar meus luxos inúteis de um país para o outro. Eles imprimiram um recibo de um minúsculo computador.

O prazer não é um objetivo que conduz à felicidade, porque os momentos de prazer requerem três fatores que nem sempre estão disponíveis: (1) um objeto capaz de dar prazer: às vezes eu estou em uma bela paisagem natural cercada por mosquitos; (2) um instrumento apropriado e eficaz para o desfrute do objeto: às vezes uma música bonita está tocando, mas eu estou com dor de ouvido; e (3) a presença do estado de espírito adequado para o prazer: às vezes sinto-me excitado na presença de uma pessoa sexy e disposta, mas estou preocupado em perder o meu emprego. Como o prazer depende desses fatores em constante mudança, os momentos de prazer são ocasionais e fugazes. Este fato deve - se eu for uma pessoa discriminante - levar-me a concluir que deve haver atividades mais frutíferas.

Digamos que você esteja seguro financeiramente e não esteja interessado em prazer, porque sua vida é boa pelos critérios usuais. No entanto, você não se sente bem o suficiente como pessoa. Você se sente egoísta, vaidoso, arrogante e autoindulgente; talvez você seja cruel ou não seja muito honesto. Você sabe que tem um problema moral e se sente culpado. Conseqüentemente, você gostaria de ser mais honesto, puro, santo, doce, generoso e amável. O que você faz? Você busca a virtude.

Nas culturas cristãs, você aprende que você é um pecador mais ou menos assim que sai do útero. Sim, há um período de carência quando mamãe e papai acham que você é um presente de Deus para a raça humana e sentem exuberante afeição por você, mas logo começam a dizer que algo está errado com você. Esse rude despertar é novidade para você. Antes que você perceba, você começa a ter um complexo. Você acredita, sem um pingote de evidência, que você não é bom o suficiente. Hoje em dia muitas pessoas com baixa

autoestima trabalham duro para se tornarem santas e boas. Este esforço para ser virtuoso é muito triste porque nada está realmente errado com você.

Algumas pessoas se sentem fracas e partem em busca de poder. Elas tendem a tornar a vida dos outros miserável porque elas se sentem miseráveis por dentro. As pessoas querem muitas outras coisas, mas a última que vou mencionar é a fama ou o reconhecimento. Você se sente pequeno e sem importância porque há uma pessoa pequena dentro de você - uma criança interior que nunca cresceu, uma pessoa pequena que quer ser notada e apreciada. Então você se torna uma praga carente, sempre buscando atenção. Você desenvolve estratégias sofisticadas para fazer as pessoas te perceberem.

Não há necessidade de discutir todas as atividades humanas; estas são as básicas. Tudo se destina a fazer você se sentir adequado, pleno, completo, feliz e livre. Vamos ver se elas funcionam.

Chegamos agora a um ponto muito importante em nossa primeira investigação. Algo em você não gostará do que vem a seguir, mas tente levar isso em conta. Examine a lógica com cuidado. Não entender o próximo ensinamento pode desqualificá-lo para a iluminação.

A felicidade existe?

Todo mundo se sente feliz por um minuto ou dois, uma hora, uma semana ou um mês. Isso prova que a felicidade existe. Mas de onde vem isso?

Está nos objetos?

Quando você consegue o que quer, você se sente livre, feliz, pleno e completo. Isso significa que o sentimento de felicidade - plenitude - completude - liberdade vem do objeto? Você não persegue as coisas para se tornar infeliz. Você busca o que busca porque acredita que a alegria está de alguma forma contida no objeto.

Mas isso é verdade? Existe felicidade nos objetos? Se fosse verdade, o mesmo objeto daria felicidade a todos. Uma vovó que tricota meias e gorros de lã para seus netos não vai curtir *bungee jumping*. Você pode ver a avó em pé na beira de uma ponte com cordas elásticas presas às pernas? E quão feliz estaria o seu neto adolescente que adora saltar de pontes, tricotando meias?

Se os objetos são a fonte da alegria, é razoável perseguir as coisas no mundo. Vamos analisar a situação e ver onde está a alegria. Você tem uma fantasia bem desenvolvida sobre a pessoa perfeita - sua alma gêmea. Você acredita que a sua solidão terminará e a felicidade virá quando ela aparecer.

Você vai a uma reunião. Você vê alguém que se encaixa em sua fantasia. Seus olhos se encontram na sala. Você sente um arrepio excitante.

O que acontece com a fantasia quando você realmente se conecta com a pessoa? Desaparece! Por quê? Porque o objeto está presente. Um grande sentimento de amor e felicidade inunda você. Você assume que a alegria-satisfação está vindo do objeto e imediatamente se apega a ele. Mas a sua suposição está incorreta. Quando o desejo pelo objeto desaparece, o amor que é a natureza do Ser pleno imediatamente inunda a mente. O objeto não é a fonte do sentimento; é apenas um catalisador que libera a sua alegria-satisfação inata. A única conclusão razoável que posso tirar me leva a perguntar: se a felicidade/amor é a minha natureza, por que estou procurando em objetos?

Se você não pode aceitar esse fato agora, ainda podemos ensiná-lo. Vamos aceitar sua alegação de que a felicidade está nos objetos. Antes de prosseguirmos, deixe-me fazer a seguinte pergunta: Que tipo de felicidade é essa? Você não pode afirmar que é felicidade permanente. Quando a experiência termina, a sua sensação de incompletude retorna e você tenta se reconectar com o mesmo objeto ou você procura um novo objeto. Você pode argumentar que a felicidade objetiva funciona se você puder ficar conectado com as coisas que parecem te fazer feliz. Mas os objetos vêm e vão. Nenhum objeto fica permanentemente em sua vida. A única constante sou eu, o sujeito! O Vedanta afirma que a natureza do sujeito é uma bem-aventurança ilimitada. É uma afirmação que vamos provar de várias maneiras. Mas se você está apegado à sua crença no valor dos objetos para a felicidade, por favor, aceite provisoriamente a nossa visão como uma hipótese de trabalho e ouça esses ensinamentos. Você pode mudar de ideia.

Objetos não funcionam como fonte de felicidade por uma razão muito simples: eu busco plenitude embora eu já seja pleno. Eu faço isso porque não sei quem eu sou.

Devemos considerar mais um fato triste sobre os objetos: você não se livra da busca quando obtém o que deseja, porque o esforço que foi feito para obter o objeto é necessário para mantê-lo. A busca pela felicidade nos objetos é um esforço sem trégua. Se você conseguir um bom emprego, os seus problemas apenas começaram; você deve trabalhar duro para mantê-lo. Se você tiver a sorte de ter alguém que se apaixone por você, precisará retribuir mais ou menos constantemente ou o amor irá para outra pessoa.

Finalmente, não apenas os objetos são inerentemente defeituosos em termos de seu conteúdo de felicidade, como o campo em que os objetos aparecem é estabelecido de tal maneira que a felicidade duradoura é impossível. O campo da minha experiência, que é apenas minha mente, é uma dualidade. Isso significa que, porque não conheço a natureza não dual da realidade, penso em termos de opostos. Para cada lado positivo, há uma

desvantagem. Todo ganho implica uma perda. Por exemplo, você se apaixona e descobre a intimidade. Mas você também sofre de apego. Viver na casa dos seus sonhos te faz feliz, mas para isso você tem que pagar uma hipoteca e uma quantia alta por trinta anos, o que não te faz feliz. A vida é assim. Não há como vencer o sistema e obter apenas o lado positivo das experiências da vida. Como diz o poeta, a vida é “alegria e tristeza entrelaçadas”. É um jogo de soma zero.

Definição de um Objeto

Um objeto é qualquer coisa diferente de mim, o sujeito. Meu corpo aparece como um objeto em mim. Meus sentimentos aparecem em mim e são conhecidos por mim. Eles também são objetos, assim como meus pensamentos, crenças e opiniões. Absolutamente tudo o que eu experiencio é um objeto, incluindo o passado, o presente e o futuro. A experiência em si é um objeto conhecido por mim. Por favor, não esqueça essa definição, porque é a essência da autoinvestigação; você precisará disso até o final de sua investigação - e além. É a base da prática que te libertará.

Eu Não Sou um Objeto

Se algo é conhecido por mim, ele não pode ser ‘Eu’. Objetos físicos, pensamentos, emoções e minhas experiências no mundo são objetos conhecidos por mim.

Eu Estou Separado dos Objetos?

Vamos aprofundar nossa investigação. Onde eu termino e os objetos começam? Existe uma separação? Se existe, que tipo de separação é essa? Se você analisar a percepção, verá que os objetos não estão realmente separados do sujeito, Eu.

A luz atinge objetos e viaja através dos olhos, e a experiência e o conhecimento do objeto acontecem na mente. O conhecimento do objeto é verdadeiro para o objeto. Se um cachorro está andando na sua frente, você não vê um gato. De que é feita a experiência do cachorro? Ela é feita de sua mente, o instrumento de percepção. A mente é a sua consciência tomando a forma de vários objetos. Ela pode saber qualquer coisa porque é sem forma e sem limites. Se você pensar sobre a experiência do cachorro, você pode ver que, do ponto de vista experiencial, o cachorro está realmente na sua mente, e não fora caminhando na rua. Parece que está do lado de fora, mas se você

tentar experienciá-lo lá fora, você não pode. Não importa o quão perto você chegue do cachorro, é sempre um objeto em sua mente. Você não pode simplesmente pular de seu corpo-mente e experienciar objetos, porque os objetos não estão localizados onde eles parecem estar. Eles sempre parecem estar longe de nós, mas não estão. Aqui está uma das afirmações contraintuitivas do Vedanta: os objetos não são reais. Quando dizemos que eles não são reais, queremos dizer que eles nunca permanecem os mesmos de segundo para segundo e eles são compostos de partes. Qual parte do cachorro é realmente o cachorro? O cabelo, os dentes, as patas, o nariz? E se o cachorro é o nariz, o que é o nariz? É uma agregação de partículas que mudam de acordo com várias leis naturais. Então, qual partícula é a partícula do nariz? Quando você chega muito perto do cachorro, ele é apenas uma porção de pelos.

Quando você investiga, todos os objetos, em última análise, esses não passam de espaço dentro do qual as partículas e o observador desse espaço aparecem. O observador tem consciência do espaço e dos objetos que estão nele, ou esses não podem ser conhecidos. E a consciência do observador é a consciência que conhece tudo.

Definição de Real

Algo é real se nunca muda. Objetos não são reais, porque eles mudam. Se você pensar sobre isso com cuidado, esse fato irá perturbá-lo porque você não perseguiria objetos se soubesse que eles eram irreais.

De qualquer forma, estamos tentando determinar onde os objetos estão localizados e o relacionamento que tenho com eles. Aqui está outra análise exaustiva da relação entre o sujeito, eu e os objetos que se apresentam para mim. Esta investigação mostra que os objetos que identificamos e pensamos que estamos experienciando através das percepções sensoriais são essencialmente nada mais do que sensações específicas criadas pelos órgãos dos sentidos. As sensações que experienciamos não constituem a totalidade do objeto com o qual as associamos. Por exemplo, a dureza que sentimos em nossa extremidade traseira quando sentados em uma cadeira de madeira não constitui o conhecimento de toda a cadeira. A cadeira se torna uma cadeira apenas porque fazemos uma inferência baseada em uma ideia do que é uma cadeira. O que experimentamos são apenas certas sensações distintas no corpo, que por sua vez são interpretadas como significando algo pela mente, que, como o corpo, aparece como um objeto em mim, a consciência. Essas sensações e o conhecimento que surge com elas não são iguais nem a experiência da cadeira nem ao conhecimento da cadeira. Tudo o que experienciamos é dureza ou suavidade (se a cadeira for estofada) e uma ideia de cadeira. Os livros de Greg Goode, *Standing as Awareness: The Direct Path*

(Permanecendo como Consciência: O Caminho Direto) e *The Direct Path: A User Guide* (O Caminho Direto: Um Guia do Usuário), apresentam muitos experimentos concretos que provam que os objetos parecem estar por aí, mas não estão realmente localizados onde parecem estar.

Se você investigar mais, verá que a cadeira nada mais é do que a experiência do órgão sensorial específico através do qual ela é percebida. Além disso, a existência independente de qualquer sensação não pode ser verificada por um órgão que não seja o órgão que a experiencia. Para a cadeira ser objetiva e sujeita ao conhecimento comum, teria que ser verificada por algum outro órgão de percepção. Mas é somente quando uma dada sensação aparece em mim que eu experiencio o que é chamado de ver, escutar, provar, tocar ou cheirar.

Continuando a investigar, descobrimos que os órgãos dos sentidos são essencialmente nada além de mim, a consciência que os vê. Eu não os sinto como instrumentos esperando para serem usados por mim. Eu não penso: "Eu quero cheirar a rosa. Eu me pergunto onde eu deixei meu nariz? Ontem eu possuía um nariz, mas parece estar perdido. Deixe-me chamar minha esposa, talvez ela tenha o colocado em algum lugar errado". A análise revela que cada órgão é uma função única da consciência, em virtude do qual um tipo particular de percepção ocorre.

Finalmente, uma vez que a consciência é necessária, pois sem ela o órgão dos sentidos não pode sentir, é claro que os sentidos dependem da consciência para a sua própria existência - mas a consciência não depende deles. Você, consciência, existe se estiver ou não sentindo objetos, como no sono profundo, por exemplo. Se eles não têm existência independente, os objetos que os sentidos parecem relatar - que é a base de nosso conhecimento deles - não têm existência à parte de mim, a consciência que testemunha, sobre a qual muito será dito à medida que prosseguimos. Se os objetos existem apenas como sensações, e as sensações só existem como eu, a felicidade que aparentemente é causada pelo contato com os objetos vem apenas de mim. Se pensarmos um pouco mais longe, ficará claro que não posso separar a felicidade que sinto de mim, o sujeito. Assim como uma onda nunca é separada do oceano em que ela "aparece", a alegria-satisfação que aparece quando obtenho o que quero é simplesmente o Eu, a consciência.

Assim, vemos que os objetos não estão longe de nós em um mundo "lá fora". Eles são experienciados e conhecidos "em" nós. Se levarmos nossa investigação um pouco mais adiante, chegaremos ao fato que é a base do Vedanta, o conhecimento que nos liberta da dependência de objetos: descobriremos que a realidade é não-dual e que não podemos depender de objetos porque eles são nós mesmos. Se nossa análise é verdadeira - e é -

então os objetos que experienciamos não estão separados da consciência que possibilita a experiência deles.²

Os Objetos Sou Eu

Deixe-me fazer uma pergunta de um milhão de dólares. O quão longe você está da sua consciência experienciadora? E a resposta é: você não está longe. De fato, não há diferença entre o verdadeiro você, a consciência testemunha não-experienciada e a sua consciência experienciadora, a pessoa que você pensa que é. Embora a pessoa que você pensa ser é somente um objeto conhecido por você, como os objetos físicos são conhecidos, essa pessoa não é separada de você, a testemunha que não é experienciada - o verdadeiro você - assim como um anel feito de ouro não é separado do ouro. Se isso for verdade, os objetos são você! É isso que queremos dizer quando usamos a palavra "não-dualidade".

A dualidade, a distinção entre o sujeito e o objeto, se quebra quando você investiga a natureza da percepção.

Mas Eu Não Sou um Objeto

A mosca na sopa da dualidade é esta: o corpo não pode ser você, porque é um objeto conhecido por você da mesma maneira que qualquer outro objeto é conhecido por você. Como o corpo, você não é suas emoções ou seus pensamentos ou qualquer coisa que acontece com você, porque todos esses objetos são conhecidos por você. Minha mão sou eu, mas eu não sou a minha mão. Se minha mão for removida, ainda sou o mesmo. Claro, se eu sou o corpo, não sou o mesmo. Eu sou um corpo com uma mão.

Este é um fato incrível de apreciar, pois significa que nunca estou em conflito com objetos e estou livre deles ao mesmo tempo - particularmente os desagradáveis.

² A palavra "consciência" é sinônima de "conhecimento" (como princípio conhecedor). Ambas se referem ao "Eu" real, o "sujeito". Evito propositalmente usar os termos sânscritos *Brahman* e *Paramatma* porque não temos como avaliá-los fora da tradição Sânscrita. Ambas as palavras também referem-se à consciência plena (*chaitanyam* e *chetena*) vista de ângulos ligeiramente diferentes. E não há diferença entre elas. Costumo favorecer a palavra "conhecimento" ou "consciência-plena" porque a mente ocidental tende a ver a "consciência" como objetos que aparecem na mente, o que cria um problema, porque o objetivo da autoinvestigação é distinguir a consciência da mente, e dos objetos que aparecem nela.

Definição de Não-Dualidade

É de vital importância, no início do ensino, entender o significado da não-dualidade. É fácil entender quando você empreende a investigação da percepção, mas é muito difícil de aceitar, porque é contraditória à experiência. Não pensamos profundamente sobre o processo de experiência como o experienciamos. Nós tomamos a aparência da experiência - que o sujeito e o objeto são separados - para ser a realidade e construímos nossas vidas sobre ela, quando na verdade nada é separado de nós.

Faz uma enorme diferença saber que tudo é realmente você, não alguém ou outra coisa. O conflito praticamente desaparece e os pequenos conflitos que se desenvolvem são facilmente resolvidos. Além disso, faz uma diferença igualmente grande saber que você está livre dos objetos.

Finalmente, a cereja no topo do bolo da vida é o fato de você ser a própria felicidade. Se a felicidade não está nos objetos e existem apenas duas categorias na existência, o sujeito e os objetos, então a felicidade só pode ser você. Quando você se considera o sujeito, você será bem-aventurado porque você está sempre presente.

Se eu não sou feliz, não é devido à presença ou ausência de um objeto, é devido a uma falha em distinguir-me dos objetos que aparecem em mim. O Vedanta é um método viável para descobrir tanto a nossa unidade com tudo quanto a nossa libertação de tudo.

A não-dualidade não significa que você ande por aí em algum tipo de deslumbramento espiritual orgásmico e em êxtase, incapaz de distinguir-se dos objetos e da consciência experiencial - o “pequeno” você. Isso não significa que a pessoa que você tem considerado como a si mesma por tanto tempo não está lá. Você ouve pessoas espiritualizadas dizendo que um “ser iluminado” em particular está tão “ausente”, como se houvesse virtude em ser “ausente” ou inexistente.

Para registro, essa pessoa - aquela que você está tentando mudar ou se livrar - permanece quando você sabe quem você é. Ela só é conhecida por ser um objeto não separado de você, consciência, a testemunha não-experienciada. Aquela pessoa, que lhe causa tantos problemas, é um problema só porque você se identifica com ela. Quando você entende claramente que não é exclusivamente essa pessoa e se identifica com quem você realmente é, ela aparece como uma boa amiga, uma inimiga sem dentes ou, na pior das hipóteses, apenas um pacote divertido de tendências irracionais. Você pode se sentir um pouco tolo quando percebe que foi enganado pela dualidade e que você é, na verdade, consciência, a testemunha não-experienciadora. Não se repreenda por ter pensado ser a consciência experienciadora por tanto tempo. Todos são enganados pela dualidade.

Até agora, equacionei a compreensão da natureza não dual da realidade com a palavra “felicidade”. Talvez a felicidade não seja uma palavra precisa para descrever o resultado da discriminação entre o sujeito e os objetos. A felicidade de que estamos falando não é o resultado de um acontecimento, conseguir o que você quer ou evitar o que você não quer. Não é a felicidade como um “ha-ha”. Ou a felicidade como “eu ganhei na loteria e me apaixonei”. O tipo de felicidade que é a natureza do Ser pleno é um sutil e simples senso de totalidade e plenitude, um contentamento silencioso nascido de um inquestionável senso de autoconfiança: sabendo que não importa o que aconteça, bom ou ruim, estou sempre bem porque eu sou um todo sem partes. Eu sou adequado. Não há divisões em mim, nem limites ou fronteiras que me separam de qualquer coisa.

Portanto, o processo de autoinvestigação se resume em determinar se sou pleno e completo - e, portanto, livre - ou se sou incompleto e, portanto, não sou livre. Se eu estiver completo, não preciso perseguir objetos. Se eu estiver incompleto, devo continuar perseguindo objetos.

A autoinvestigação é uma questão existencial, não filosófica, intelectual, religiosa ou mística. A questão básica é: o que estou fazendo aqui na Terra neste tubo de carne? Quem sou eu? Qual o propósito da vida? Se eu pudesse descobrir sozinho, já teria feito isso. Mas o problema é muito complicado. Eu preciso de ajuda. Eu preciso de um meio de autoconhecimento. Vedanta é um meio de autoconhecimento. Revela a lógica oculta de nossa própria experiência e nos convence de que, se somos racionais, é nossa vantagem abandonar a busca de objetos e buscar a libertação diretamente.

Estamos quase no final do primeiro ensinamento. Se você quer passar para o segundo ensinamento, você precisa ter assimilado a lógica até agora. Se você não pode aceitá-la, o próximo ensinamento não fará sentido, porque você ainda estará esperando algum tipo de objeto - geralmente circunstâncias diferentes - para fazê-lo feliz. Se essa lógica não é suficiente - e muitas vezes não é, por causa da insistência teimosa do ego de que os objetos são a fonte da felicidade - por favor, considere um último fato:

A Vida é um Jogo de Soma Zero

Como mencionado anteriormente, a “tampa do caixão” da ideia de felicidade existente nos objetos é o triste fato de que a vida é um jogo de soma zero. É um jogo de soma zero porque o mundo dos objetos é uma dualidade. Você não pode ganhar todas as vezes. Você perde tanto ou mais de quanto você ganha. Eu preciso de dinheiro para segurança, mas meu desejo de gastar (o quão bom é o dinheiro se você não pode gastá-lo?) me deixa inseguro. Quanto mais prazer recebo, mais prazer eu desejo. Querer é doloroso. Eu quero ter o poder

de ser livre do meu senso de inadequação e pequenez, mas o poder depende de circunstâncias que não estão sob meu controle, fazendo com que eu me sinta impotente. Eu quero ser perfeito, mas quanto mais perfeito eu me torno, mais as imperfeições ocultas vêm à luz. Eu quero aproveitar a intimidade de um relacionamento, mas para consegui-lo eu preciso estar ligado ao objeto, então eu perco a minha liberdade. Se eu quero ser livre, tenho que sacrificar a intimidade. E a lista continua.

A Quarta Busca

Dividimos a experiência em três atividades básicas: segurança, prazer e virtude. Os objetos podem nos dar os dois primeiros, e a maneira como seguimos os objetos pode nos dar o terceiro. Mas, na verdade, há apenas uma busca, a busca da libertação. Por quê? Porque eu quero um objeto para a libertação que vem quando o desejo pelo objeto vai. Eu não quero segurança. Eu quero libertação da insegurança. Eu não quero prazer, eu quero libertação do sofrimento. Eu não quero virtude, eu quero libertação do pecado.

Nada está errado com os objetos em si. Mas eles são apenas um meio indireto para a felicidade temporária. Como o objetivo real de perseguir objetos é a libertação, eu preciso de um caminho direto. Neste caminho, eu vou diretamente para a felicidade. Eu entendo claramente que os objetos não vão ajudar. Você não é uma pessoa madura, espiritualmente saudável, qualificada para a investigação, a menos que você entenda esse ensinamento sobre objetos.

Este é o ponto em que o pneu encontra a estrada, espiritualmente falando. Todo mundo quer a libertação, tudo bem, mas eles querem a libertação, mais os objetos. Eles querem manter todas as suas coisas e adicionar o objeto liberdade à sua pilha de objetos. Não funciona, mas isso não os impede de pensar que sim. Não funciona, porque a libertação não é um objeto que podemos obter como uma experiência. Se pudermos, então não é libertação, porque todas as experiências chegam ao fim em um belo dia.

Entender que existe um caminho direto para a libertação talvez seja o momento mais importante da vida. Para perseguir qualquer coisa adequadamente, seja segurança, prazer ou virtude, você deve se comprometer com ela cem por cento. Quanto mais coisas você persegue, menos provável você vai conseguir qualquer uma delas. Você pode chegar tão longe com um desejo particular antes que entre em conflito com outro desejo. O próximo objetivo parece mais atingível, então você larga o primeiro. As pessoas saltam de uma coisa para outra, nunca encontrando sucesso em uma coisa, porque acreditam que algo mais funcionará melhor ou mais rápido.

Se você é realmente a consciência e não a criatura necessitada e carente que você pensa que é, - e a consciência é não-dual e sempre livre dos objetos que lhe são conhecidos - buscar qualquer outra coisa não vai funcionar. Se você quer buscar segurança, prazer, virtude, poder, fama ou o que for, então vá em frente. Mas não há firmeza nessas coisas. Elas fornecem prazer e dor intermitentemente, mas não a felicidade autoconfiante que vem de saber que a liberdade é a sua natureza.

Capítulo II

Conhecimento e Experiência



Como Eu Fico Livre?

QUANDO VOCÊ DESISTE de procurar no mundo dos objetos, você está pronto para a opção espiritual. Quando eu tinha vinte e cinco anos e estava nas garras de um profundo desespero, tive uma epifania de proporções épicas que transformou a minha vida e me colocou no caminho da iluminação. No entanto, a busca não precisa começar com um evento dramático. Talvez um livro como O Poder do Agora chegou em suas mãos e o levou a outros livros até que você finalmente descobriu a ideia da não-dualidade. Ou por motivos de saúde, você fez *yoga* e, posteriormente, interessou-se pela meditação, o que levou à ideia de iluminação. Talvez você tenha encontrado um Buda de pedra em um bazar, e colocado em seu jardim e ao mesmo tempo tenha notado que sua mente não estava mais preocupada com as mesmas coisas mundanas. Talvez alguém tenha levado você para ver o famoso “Santo que Abraça” e algo que você não poderia explicar aconteceu. Quando estiver pronto, você descobrirá inúmeros caminhos que, supostamente, te conduzirão para “fora” do mundo.

Se você pensou que o mundo era um gigantesco mercado de objetos e atividades, logo descobrirá que o mundo espiritual também é um grande mercado de objetos e atividades. Como os anunciantes na TV, inúmeros gurus, avatares, xamãs e *yogis* têm tudo para você! Libertação! Iluminação! *Kundalini!* Dizem que uma energia oculta, parecida com uma cobra, dorme no fundo da coluna. Para despertá-la de seu sono, você deve comer como um pássaro, fazer exercícios respiratórios exaustivos, cantar mantras impronunciáveis e privar-se do sono. Eu comi colheradas de pimenta-caiena e engoli jardas de tiras de pano de algodão que recuperei de minhas entranhas carregadas de bolas de muco. Purificação!

Quando ela acorda, Kundalini desliza pela sua espinha, passando por vários centros de energia. É um caminho excitante, cheio de perigos. Ela não é fácil de controlar e pode se soltar em uma das menores correntes nervosas que circulam pelo sistema nervoso central, escondendo-se lá e causando todo tipo de problemas. Mas se tudo der certo, ela continua em sua espiral ascendente. Perfurando o centro do coração, ela libera o amor incondicional. Quando ela penetra na mente, a sabedoria flui como um rio. E finalmente - o *grand finale!* - ela explode através de um portal místico no topo da cabeça e se funde na consciência, o Ser pleno ilimitado, desencadeando um orgasmo espiritual alucinante que dura para sempre e te liberta!

Ou talvez você tenha uma tendência ascética. Você faz *vipassana*, uma antiga técnica de meditação, e se encontra sentado sozinho em uma sala observando a sua respiração interminavelmente. A conexão entre essa atividade e a libertação nem sempre é óbvia, mas os professores dizem que um dia você alcançará um estado sem sofrimento - o *nirvana*. Talvez você tropece em um método moderno e acabe em um culto, ligado a máquinas que monitoram suas ondas cerebrais que são destinadas a te "limpar". Eles dizem que há maneiras de entrar em contato com mestres elevados que iluminam a partir de planos extraterrestres. A vida moderna é um verdadeiro supermercado de caminhos sobrenaturais.

A espiritualidade é um mundo atraente, romântico, exótico, misterioso e promissor. Mas, infelizmente, a psicologia básica que opera nela não é diferente da psicologia operando no mundo cotidiano que você acabou de sair: Faça isso e consiga aquilo. Você sempre trabalhou duro para as coisas do mundo, então, sem pensar muito, você supõe que a busca da libertação é como a busca de qualquer outro objeto - ela pode ser obtida pelo esforço. Então você pega a sua picareta e a pá, e vai trabalhar nas minas espirituais de sal.

Definição de Dualidade - Sujeito e Objeto

Eventualmente você se encontra em outra encruzilhada. Para não cair no esquecimento, você precisa resolver o problema da ação antes de seguir em frente.

Qual é a base da ideia de que você pode obter libertação fazendo algo? Para todos os efeitos, parece que a ação pode me libertar, porque quando eu consigo o que quero, sinto uma sensação de liberdade. Mas será assim?

A ideia de que o *karma* - fazer algo - pode me libertar é baseada na ideia de que a realidade é uma dualidade. Em sua formulação mais fundamental, a dualidade significa: "Estou aqui. Os objetos estão lá. Eles são diferentes de mim. Eles têm o que eu quero". É assim que a realidade se apresenta para nós e é nisso que acreditamos. A partir dessa premissa, meu raciocínio prossegue inconscientemente: "Como não me sinto livre e a experiência da libertação é possível, ela deve estar disponível em outro lugar, por isso preciso fazer algo para chegar lá." Nesse caso, "lá" significa um tipo diferente de experiência, isto é, a experiência da iluminação. Lembre-se, as experiências também são objetos.

Mas, a partir de nossa análise da localização dos objetos, sabemos que a realidade é não-dual, apesar das aparências contrárias. Dissemos que os objetos são experienciados em mim pelo instrumento experienciador, a mente,

e que a mente é um objeto que também não é separado de mim. A mando de algum poder misterioso, a mente toma a forma de objetos que parecem ser diferentes de mim, o sujeito. A mente pode fazer isso porque não tem estrutura própria. É sem forma.

Alguns ensinamentos afirmam que a mente se transforma nos objetos, mas isso não é verdade. Se ela se transformasse nos objetos, ela não poderia se modificar para se tornar um objeto diferente mais tarde, e ficaríamos presos a uma única experiência para sempre. Em um segundo você pode experienciar uma árvore e no segundo seguinte você pode experienciar um cachorro ou uma banana sem qualquer mudança na natureza da mente. A mente continua se transformando em diferentes formas sem ser afetada pela forma que assume. Dizemos que a mente “aparece” como objetos. É como uma tela de cinema em que os objetos aparecem, não causando alterações na tela. Os objetos são estruturas relativamente estáticas ou altamente maleáveis na consciência que têm suas próprias naturezas peculiares. Estruturas relativamente estáticas são os três corpos, sobre os quais mais se dirá mais tarde, e estruturas maleáveis são as experiências previsíveis que ocorrem nos três corpos. As estruturas relativamente estáticas - os três corpos, três estados, três qualidades e os cinco elementos - tornam o mundo razoavelmente viável para que seja possível que funcionemos. A natureza da mente, o Corpo Sutil, é revelar os objetos. Se os objetos fossem sem forma como a mente, o trabalho intencional não seria possível. Mas a mente é a consciência sem forma.

Objetos - estruturas - são formados a partir da consciência, como uma teia de aranha é formada a partir da aranha. E a consciência, como a aranha, é consciente, enquanto a teia, como os objetos da experiência, não é consciente. Experiência é consciência, mas consciência não é experiência, assim como a teia é a aranha, mas a aranha não é a teia. Se amor, ódio ou qualquer outra coisa é o objeto de sua experiência, saiba que ele é formado a partir da sua própria consciência-existência.

Os objetos físicos parecem reais porque os sentidos, que são relativamente permanentes, organizam funções na consciência, estruturam a consciência de tal maneira que eles pareçam sólidos. Existe um poder³ - não é na consciência nem fora da consciência - que faz com que isso aconteça. É uma coisa boa porque sem essa estruturação ninguém sairia da cama e iria trabalhar, porque nada seguiria a sua natureza e a vida seria completamente imprevisível. Em outras palavras, os sentidos fazem a consciência parecer sólida, mas não é realmente sólida, embora seja a essência permanente da existência.

Como os objetos não são opacos, mas são na verdade a mente que aparece como objetos, eles podem ser reduzidos à consciência. Quando você

³ *Maya*. Será explicada em detalhes mais tarde.

investiga objetos materiais eles se transformam em átomos, prótons, nêutrons e elétrons, e então em quarks e mésons e até mesmo em outros pedaços infinitamente pequenos de matéria, até o bóson de Higgs. Quando você chega a certo nível de matéria, as partículas se tornam ondas e essas ondas aparecem e desaparecem no "espaço". Não podemos nem dizer o que o espaço realmente é, porque não é um objeto sensorial que experienciamos. E quando você considera objetos sutis - pensamentos e sentimentos e memórias, sonhos, fantasias, etc. - é óbvio que eles também não são substanciais. Portanto, não há nada substancial para nós experienciar "lá fora", exceto a nós mesmos como consciência na forma de objetos.

Além disso, a experiência em si - o recipiente de experiências discretas - é o único objeto que é permanente. Indivíduos vêm e vão, mas a experiência permanece. Experiências discretas nunca são permanentes; o que é chamado experiência no nível individual é apenas a mente refletindo (e interpretando quando o intelecto está funcionando) os objetos que aparecem nela. E a mente é apenas a consciência, que eu sou. Então já estou me sentindo com ou sem objetos densos e sutis. A única questão que resta é: Eu sou livre ou não?

Agora que a natureza da experiência e dos objetos está compreendida, vamos voltar ao problema da ação. Aqueles que pregam um caminho de ação para a iluminação dizem que você pode obter a libertação através de práticas espirituais: faça essa *yoga*, faça essa meditação, cante um mantra ou vá até um guru e receba a iluminação para você. É incrível quanto esforço é investido na prática espiritual com a ideia de que ela pode fornecer um estado permanente de bem-aventurança iluminada.

Cada um de nós assume o Ser pleno como um fazedor de ações, portanto, se o ensinamento revelado até agora for verdadeiro, chegamos a um momento muito difícil no caminho espiritual. Antigamente eu vivia em uma cabana nas montanhas, e foi necessário matar um bando de ratos se eu quisesse ficar. Um a um, descobri seus buracos e os bloqueei, obrigando-os a correr para as minhas armadilhas. Cuidado, Sr. Ratinho! A lógica do Vedanta está agora lentamente fechando os seus túneis de fuga. A armadilha está prestes a se fechar. Primeiro você percebeu que não pode escapar pelo buraco do objeto. Agora você está prestes a descobrir que não pode escapar correndo pelo túnel da iluminação. O hiperativo fazedor de ratos deve morrer para que possamos continuar com a investigação.

O Que é a Libertação?

É sem limites. Isso significa que os limites não a cercam, que nada contém, restringe, define ou modifica você. É um objetivo que vale a pena. Na verdade, é o único objetivo.

Como um ser limitado, você age para obter os resultados que deseja desfrutar. Com a ação, você pode obter algo, manter algo, mudar algo, se livrar de algo, purificar algo ou criar algo. Mas você não pode obter o que já tem fazendo algo.

A ideia de que a iluminação pode ser obtida através da ação - a noção experiencial de iluminação - não funciona, porque é contrária à natureza irrefutável não-dual da realidade. Baseia-se na aparência das coisas, não na realidade delas. E as aparências não são permanentes, então uma iluminação que eu possa ganhar através da ação não vai durar.

Há apenas uma coisa sem limites, o que não é uma coisa. É a consciência, o seu verdadeiro Ser pleno. De fato, há apenas consciência, apesar das aparências em contrário. A realidade é você, consciência não-dual plena e completa.

Essa é a essência dos ensinamentos do Vedanta. Então, se você não entender isso - e não se sinta mal se não entender, pelo menos até você ler este livro - você se verá realizando ações limitadas para obter um resultado ilimitado, sem saber que o resultado ilimitado é você mesmo! Um dos grandes sábios de nossa tradição chama o Vedanta de “yoga sem contato”. Yoga significa “contato”.

Os Caminhos Não Funcionam

A falha em apreciar este fato básico desqualifica quase todos aqueles que buscam a iluminação. Como a ação não funciona e os buscadores estão comprometidos com a ação, eles são forçados a confiar em fantasias para libertá-los. O Vedanta não é um caminho espiritual. Não promete experiência mística. Não tenta conectá-lo a nada, porque você já está conectado. Não tenta mudar a sua experiência, embora ela seja transformada quando você entende quem você é. Não tenta consertar você, porque você não está quebrado. Não tenta curar você, porque você não está doente. O Vedanta está firmemente baseado na realidade. É conhecimento existencial de senso comum.

A ação é inevitável no mundo cotidiano e definitivamente tem seu lugar no mundo espiritual, como veremos, mas não é uma passagem direta para a libertação. Alguns argumentam que o Vedanta, a autoinvestigação, é uma ação, mas não é; é a natureza do Ser pleno e é por isso que está acontecendo o tempo todo em todos. No entanto, se você acha que é, não vamos discutir com você. Mas você deve saber que tem um resultado diferente das ações habituais. O Vedanta produz conhecimento, não uma experiência em particular.

Para conseguir o que você já tem, o que você pode fazer? Você só pode saber que você tem e saber o que significa tê-lo. Não há outra possibilidade.

Que conclusão pode ser tirada desse fato? Apenas uma: Se você quer ser livre, precisa converter o seu desejo de experiência em um desejo de autoconhecimento.

Eu Quero o Autoconhecimento

A busca pelo autoconhecimento é diferente da busca de outros tipos de conhecimento, porque se você entende quem você é, você não precisa entender mais nada, ao passo que o conhecimento dos objetos revela apenas mais ignorância. O Vedanta diz: “O que é isso, que ao conhecer, todo o resto se torna conhecido?” Se eu entendi quem sou, minha busca acaba.

O que é o autoconhecimento? É “eu sou a consciência pura”. Esse conhecimento me liberta porque só existe o Eu (o Ser pleno) - todos os objetos sendo apenas consciência - e Eu estou sempre presente. Se Eu estou sempre livre e presente, tudo o que preciso fazer para me tornar livre é perceber quem eu sou.

Quando não estou presente como consciência? Se você possui um objeto e acredita que o objeto o está fazendo feliz, então você tem um problema porque nenhum objeto permanecerá com você o tempo todo. Todos os objetos - todos os estados mentais, sentimentos, pensamentos, ideias, circunstâncias, situações, entes queridos e objetos físicos - vêm e vão.

Mas eu não venho e vou. Objetos surgem e desaparecem em mim, mas eu permaneço o mesmo. Eu estou até mesmo além da morte. Dizer que não existirei significa que eu teria que estar presente para observar minha não-existência. Mas nunca há um momento em que Eu, consciência, não esteja presente. Eu estou lá para testemunhar a morte do meu corpo e mente.

Se você disser que você ou eu (há apenas uma consciência, então você e eu somos um) não estão presentes no sono profundo, você estará errado. Por que você prepara sua cama e seu quarto com tanto cuidado? Quando as crianças da casa ao lado chegam em casa bêbadas e ligam o som, você fica feliz em acordar? Se você não estivesse lá, não seria incomodado pelo barulho deles. Você está definitivamente presente no sono profundo. Só porque a pessoa na sua carteira de motorista não estava lá não significa que você não estava lá.

No sono profundo você se diverte sem objetos. Você é feliz, completo e está tudo bem. Quando você acorda, você é tirado da experiência de bem-aventurança e felicidade que é a sua natureza, e você não é mais feliz.

Se eu nunca não estou presente e minha natureza é bem-aventurança ilimitada, então eu não tenho uma ação ou um problema de experiência no que

diz respeito à libertação. Eu tenho um problema de conhecimento. Se isso for verdade, preciso de um meio de conhecimento porque o conhecimento, incluindo o autoconhecimento, não acontece sozinho. Ele requer um meio.

Mas antes de assumirmos o próximo ensinamento, o meio de conhecimento, é importante colocar mais alguns pregos no caixão da iluminação experiencial. Se você não puder aceitar esses argumentos, descobrirá que o seu caminho para a iluminação será realmente muito rochoso. A grande maioria dos ensinamentos de iluminação se enquadra na categoria experiencial, portanto, se você seguir a lógica do Vedanta, você se sentirá um pouco solitário quando terminarmos a nossa investigação. Felizmente, o Vedanta é o último recurso estável e pode libertá-lo.

Desacreditar ideias populares não me faz popular, mas é meu dever dizer a verdade. Uma pessoa de mente aberta, no entanto, estará feliz em ouvir o lado negativo, assim como o lado positivo das coisas, incluindo a iluminação. Se algumas das seguintes ideias estiverem associadas aos nomes das pessoas pelas quais você tem devoção, não pense que isso é um ataque a elas. Eu não estou tentando destruir ninguém para me promover. Não há nada pessoal nisso. A lógica fala por si.

A Libertação da dependência de sua experiência de objetos como meio de obter a felicidade é a liberação. A liberação é difícil porque estamos quase que totalmente condicionados à ideia de que aquilo que experienciamos nos define e valida. Pensar nisso é colocar a carroça na frente dos bois. Nos torna vítimas do que acontece, quando na verdade estamos sempre além do que acontece. Essa verdade profunda se tornará cada vez mais óbvia na medida em que você escutar esses ensinamentos.

Mitos da Iluminação

Vamos examinar vários ensinamentos populares de iluminação da perspectiva não-dual. Se eles aparecem como meios de iluminação, isso não significa que eles não tenham valor. De fato, alguns podem ser úteis como práticas para preparar a mente para o autoconhecimento. Se você se sentir ligado a uma ou mais dessas crenças, essas perguntas serão desafiadoras, sem dúvida. Em última análise, você terá que determinar a natureza da realidade através de sua própria investigação, mas se a sua pergunta é desinteressada e você segue as regras, você só pode chegar à seguinte conclusão: “Eu sou e sempre fui livre, sem ação, a ordinária consciência não-dual, autoreveladora.”

Não-Mente, Mente em Branco, Mente Vazia, Mente Parada

Como o Ser pleno é sempre iluminado, a ideia de que “não-mente” é iluminação implica uma dualidade entre a consciência e o pensamento. Dizer que o Ser pleno não é experienciável quando a mente está funcionando significa que a mente e o Ser pleno desfrutam da mesma ordem de realidade, como uma mesa e uma cadeira. Mas a experiência mostra que isso é falso. Você deixa de existir quando está pensando? Existe pensamento sem consciência? Na verdade, os pensamentos vêm de você, mas você é muito mais do que um pensamento. Eles dependem de você, mas você não depende deles.

A mente esconde o “Eu” e impede que você experiencie o “Eu/Ser pleno”? Para você saber que a mente está vazia ou pensando, você tem que estar consciente. Em ambos os casos, com e sem pensamento, Eu, a consciência, estou presente. Se as vezes eu estou ciente de ambos, não estou oculto pelo pensamento nem sou revelado por nenhum pensamento. Se o pensamento está presente ou ausente, Eu, o Ser pleno sempre livre e presente, sou sempre experienciado diretamente.

A consciência está sempre presente. Você não pode fazer nada a não ser saber o que é e o que significa ser consciência. É a ignorância da minha natureza como consciência que me faz acreditar que eu consigo alcançar o Ser pleno parando a minha mente ou entrando em um estado de vazio.

Não-Ego, a Morte do Ego

Esse popular, assim-chamado, ensino concorre com a ideia de não-pensamento visando o primeiro lugar na lista de mitos da iluminação.

O ego é a noção do “Eu”, a ideia que temos sobre quem somos. A lista de identidades que os humanos invocam na ignorância de sua verdadeira identidade é virtualmente ilimitada. Além do fato de que não há evidências de que tal “Eu” exista, a não ser o pensamento de que ele existe, a ausência de uma identidade limitada não é igual à iluminação. Se assim fosse, plantas e animais seriam iluminados. E você seria iluminado em sono profundo pois você não tem identidade naquele momento.

O ensino de que o ego se coloca no caminho da iluminação é impraticável porque o ego é a parte do Ser pleno que deseja desfrutar dos resultados de suas ações. Se ele se matasse, não estaria lá para aproveitar o resultado, ou seja, a iluminação. Então, ele não vai se matar. O ego é o Ser pleno sob o feitiço da ignorância; acha que está sujeito ao nascimento e à morte, mas não está. E se o ego não é consciente, só pode ser um pensamento na consciência, e nenhum pensamento impede que o Ser pleno seja e se

conheça. Portanto, não há ego para matar, exceto a ideia de que o Ser pleno vive ou morre.

Se você acredita neste mito, você está sendo enganado pela versão espiritual com final hollywoodiano: o ego se mata e de alguma forma obtém a experiência de iluminação permanente e desfruta de infinita bem-aventurança experiencial. Se você aceita o fato de que há apenas um Ser pleno e já é iluminado e sem esforço e está eternamente se divertindo, então a compreensão da não morte do ego, é a iluminação.

Nirvana

Essa ideia é outra formulação negativa da iluminação. O *nirvana* é um estado mental sem desejo. Essa visão é baseada na ideia de que o desejo é sofrimento, e é. Dizer que você quer alguma coisa significa que você não está feliz com o que você tem. Este ensinamento é impraticável, porque uma mente sem desejo é, em termos, uma contradição. Quando, exceto durante o sono profundo, você não quer algo? Mesmo no final da vida, você quer continuar vivendo se a vida ainda é boa ou você quer morrer se não for.

Na superfície, a lógica faz sentido, mas qual é a causa do desejo? Ele é autoprovocado ou é o resultado de outra coisa? Se for provocado por si mesmo, eliminar o desejo deve eliminar o sofrimento. Mas e se o desejo for um efeito da autoignorância? É um efeito da autoignorância porque existe apenas um Ser pleno e é um todo sem partes. Não quer nada. A remoção do efeito removerá a causa? A ignorância não entrará em colapso quando não for mais suportada pelo desejo. Vai apenas fabricar mais desejos.

Você pode argumentar que a ignorância se sustenta, e é assim, até que seja conhecida pelo que é. Ela entrará em colapso quando for exposta. Se continuarmos a perseguir nossos desejos por objetos, a ignorância continua sendo a motivadora oculta de nossas ações, e é de fato “reforçada” pelos desejos e pelas ações que fluem deles. Ela permanece oculta porque nossa atenção é afastada da causa fundamental da ação.

Também resta ver se o desejo é sempre sofrimento. O desejo é apenas a consciência funcionando como criadora, sustentadora e destruidora do mundo. Enquanto os meus desejos não me fizerem violar as leis físicas e morais que operam na criação, por que eu deveria removê-los? Eu estou livre para realizá-los. A iluminação é o conhecimento firme e sempre presente de que “eu sou a consciência e, como tal, já sou livre de desejos, de modo que a sua presença ou ausência não tem nada a ver comigo”. Perceba a sua natureza e deixe que o desejo seja desejo.

E finalmente, se eu aceitar a alegação de que o desejo é sofrimento, como removerei meus desejos sem o desejo de removê-los? Uma vez que eles são removidos, quem vai remover o desejador?

O Agora

Para dizer a verdade, a ideia básica dos ensinamentos do “agora” é: “Eu sou iluminado quando estou presente. Viver no passado ou no futuro significa que sou ignorante”. Além do fato de que não há tempo em uma realidade não-dual; vamos investigar essa ideia.

A palavra “agora” se refere a um período de tempo, o que certamente dá a impressão de ser, ou “agora” é um símbolo para outra coisa? Se ele se refere ao tempo, existe algo como tempo objetivo?

É impossível determinar a natureza do tempo, porque o tempo é relativo aos desejos e medos dos indivíduos e aos intervalos entre as experiências. Se meus desejos estão sendo atendidos e eu estou gostando, o tempo passa rapidamente. Se eu estou sofrendo terrivelmente, o tempo passa devagar.

As divisões reais passadas, presentes e futuras estão na consciência ou são apenas divisões conceituais? Se o tempo fosse objetivo, então todos seriam capazes de determinar exatamente quando o passado termina e começa o agora. Quando estou no agora, por quanto tempo o agora permanece sendo o agora? É um segundo? Dois? Um minuto? Mais?

Assumindo que estou no agora e quero permanecer iluminado, eu deveria saber quando o agora começa e termina. Preciso evitar voltar ao passado ou viajar para o futuro. Talvez eu deva saltar para fora do tempo antes que o agora termine e pular de volta para ele logo antes do passado surgir, tendo em mente quanto tempo se passa até que eu tenha que pular de novo. Mesmo se eu estiver sentado no agora, preciso me preocupar com o passado e o futuro rastejando para dentro dele.

Vamos supor que há apenas o "agora". Eu já estou fora disso? A experiência ocorre apenas no presente. Como você pode experienciar o passado se não está aqui? Você pode experienciar uma memória, mas a experiência da memória não leva você ao passado. A memória aparece na consciência e é experienciada agora. A experiência leva o tempo que for preciso e significa o que quer que seja interpretado. A mesma lógica se aplica ao futuro. Nada é experienciado no futuro. Você pode pensar em algo que imagina que acontecerá em outro momento, mas, se isso acontece, acontece apenas no presente, quando aparece na consciência.

A experiência direta mostra que o tempo não é linear. Objetos que são feitos de pensamentos, que por sua vez são feitos de consciência, aparecem em você - consciência. Eles duram enquanto duram e são interpretados por seus desejos e medos, e então se dissolvem de volta na consciência. Quando eles aparecem naquela parte da consciência chamada mente, eles parecem mudar; mas na realidade é apenas a mente que muda. Além disso, se o tempo fosse linear, tudo estaria evoluindo para algum tipo de estado utópico. A mesma experiência não aconteceria novamente; mas experiências repetem-se, *ad infinitum*.

Se isso for verdade, talvez o “agora” seja uma palavra que representa um código para o Ser pleno, a consciência. É a humilde opinião do autor de que “agora” é um termo equivocado e impreciso para o Ser pleno e deveria ser banido do debate espiritual porque não é útil se referir a algo que é eterno e fora do tempo com uma palavra que transmite uma sensação de tempo.

A Experiência da Unidade

Para refutar essa ideia, vamos revisitar o ensino de “localização de objetos”. Você experiencia objetos lá fora no mundo ou você os experiencia em sua mente? Eu os experiencio em minha mente. Quão longe está o objeto da sua mente? Está flutuando na superfície da mente? Não, não está. Onde está então? Ele se fundiu na mente e a mente assumiu a forma do objeto. A mente é sem forma, como a água ou o ar, e pode assumir qualquer forma, assim como o ouro pode se tornar um objeto específico: um anel, uma pulseira ou um colar. Quão longe você está da sua mente? Sua mente está flutuando acima da superfície de sua consciência? Existe uma lacuna entre você e a sua mente? Você precisa de uma ponte para atravessar essa lacuna?

Eu não. Por quê? Porque minha mente sou eu. É a consciência. Se isso é verdade, então o que você experiencia não está apenas na consciência, mas na verdade é a consciência. Os objetos na consciência e no sujeito - consciência - são um. Se isso também é verdade, então por que preciso experienciar a unidade? Eu já estou experienciando a unidade com tudo.

Quero experienciar a unidade com tudo quando já estou experienciando a unidade porque eu estou na dualidade e me identifiquei com o pensamento de separação, que causa sofrimento. Dualidade não é um fato. É apenas uma crença no pensamento de separação. Em vez de tentar remover o desejo adquirindo a experiência de um objeto em particular, devo investigar o pensamento de separação. É verdade? Eu estou realmente separado do Ser Pleno? Ou eu já sou a bem-aventurança que o objeto parece me transmitir?

Estado Transcendental, o Quarto Estado

Esse mito nos pede para experienciar a iluminação como um estado além da mente. A mente é uma interface através da qual a consciência interage consigo mesma na forma de objetos físicos. É a consciência em uma forma chamada *chitta*. *Chitta* possibilita que a consciência aparentemente pense, sinta e se lembre. A mente é capaz de uma ampla gama de estados, desde os sentimentos densos associados ao corpo físico, incluindo experiências psíquicas, até os *samadhis* mais místicos e sublimes da *yoga*. Todos os estados estão na mente e todos mudam porque estão no sonho da dualidade.

O Ser pleno é não-dual e, portanto, está fora do tempo. Não muda nem pode mudar. É por isso que muitos estados da mente são conhecidos. É consciente, mas os estados mentais não são conscientes. São apenas energias sutis capazes de refletir a consciência. Quanto mais sutil a mente, mais etéreos e luminosos se tornam os estados. Quando você chega à interface entre o Ser pleno e a mente, o material da mente é tão refinado e o Ser pleno tão próximo que a “luz” radiante e a intensa bem-aventurança são experienciadas. É muito fácil confundir esses estados mentais superiores com o Eu e pensar que a iluminação é um estado celestial espantoso ou um estado de infinita bem-aventurança experiencial. A experiência não pertence nem ao ego nem à mente. Ocorre quando a consciência brilha na mente. Consciência e mente constituem a dualidade mais fundamental.

A iluminação é a natureza da consciência simples e imutável. Não pode ser experienciada como um objeto, porque é mais sutil que a mente, o instrumento da experiência. Um objeto sutil pode iluminar um objeto denso, mas um objeto denso não pode iluminar um objeto sutil. Então, como o ego vai experienciar algo que é incapaz de experienciar?

A Iluminação como Bem-aventurança Eterna

Quando alguém acostumado a se identificar com o conteúdo da mente que está em constante mudança, desperta para a não-dualidade, o despertar é interpretado como um evento muito positivo. Mas o sentimento de bem-aventurança não ocorre porque está experienciando a consciência como um objeto bem-aventurado. A crença de que ela é causada pela ausência de sofrimento, não porque a consciência se “sente” bem. Se você sofre de dor de dente há dias e o dente é extraído, é a ausência de dor que é boa, não a bem-aventurança da extração. Você acabou de voltar ao normal, não atingiu um estado excepcional. A iluminação não parece nada. É simplesmente o conhecimento firme e sempre presente de que “eu sou ilimitado, sem partes, a imutável consciência comum”. Quando esse conhecimento é firme, tem um

efeito muito positivo na mente, mas não converte a mente em uma infinita máquina de bem-aventurança.

No entanto, inunda a mente com uma sensação de autenticidade, integridade e confiança sólida. Daí em diante, o indivíduo sabe que pode resistir a qualquer tempestade existencial. Quando você sabe, sem sombra de dúvida, que é a consciência, não deseja mais sentir-se bem, porque sabe que você é a fonte do bem-estar.

A Iluminação Não é um Estado Especial

A iluminação não é um estado especial. É o padrão, a natureza do Ser pleno. Você não está recebendo algo que você não tem; você simplesmente percebe que o que você procurava tão freneticamente você teve o tempo todo. Se a iluminação é uma experiência, deve ser motivo de constrangimento, não de júbilo. Quando uma pessoa obscenamente obesa volta ao normal, ela é louvada pelos outros como um super-ser corajoso para superar as probabilidades, mas a preguiça que causou a obesidade é convenientemente esquecida. Foi algo realmente ganho? Assim como a superação da gula não é louvável, a iluminação não é louvável, porque você é sempre iluminado; é a sua natureza.

Grande parte da luta pela iluminação é motivada pelo desejo de distinguir-se, de se sobressair e de convencer-se de que você é único. Você é único, mas não com referência aos outros. Você não é mais único do que eu, porque existe apenas um de nós.

Aqui estão outras ideias estranhas de iluminação: que a iluminação transmite incríveis superpoderes ou algum raro “estado” alcançado pelos poucos escolhidos; que pode ser transmitida de uma pessoa para outra na forma de algum tipo de energia especial; que existem níveis de iluminação; que você terá tudo o que quiser quando estiver iluminado, etc. Não precisamos abordá-los agora. À medida que prosseguimos com os ensinamentos do Vedanta, as falácias por trás de todas as noções errôneas serão expostas.

Capítulo III

Os Meios Para o Autoconhecimento



A ILUMINAÇÃO É o conhecimento firme e sempre presente de que “Eu sou a consciência ordinária e não a entidade experienciadora que eu penso que sou”. É apenas conhecimento por uma simples razão: “Eu já sou livre.” Como acabamos de concluir, qualquer tentativa de experienciar o Ser pleno ou experienciar a iluminação ou atingir um estado permanente de consciência é uma perda de tempo. O que eu deveria procurar é o autoconhecimento. Mas o conhecimento não pousa simplesmente no peitoril da janela como um passarinho e canta. O conhecimento, que é o conteúdo de tudo, requer um meio.

Com os nossos meios de conhecimento dados por Deus - percepção e inferência - podemos conhecer as coisas através da experiência e tirar certas conclusões. Esses meios exigem objetos. Os sentidos exigem objetos. O coração precisa de sentimentos para sentir. Para o seu desfrute há um conjunto universal de emoções: desejo, medo, ganância, amor, bondade, simpatia, compaixão, inveja, ciúme, etc. O intelecto requer pensamentos, que ele extrai de um vasto mundo de ideias.

As pessoas que estão insatisfeitas com suas vidas e que querem sentir algo especial e extraordinário costumam criticar o Vedanta como um caminho meramente intelectual. Geralmente elas dizem que a espiritualidade é sobre o amor e o “coração”. É, mas não do modo como elas pensam, como veremos mais adiante, no Capítulo XIII. Mesmo que o coração seja extremamente sensível, ele não pode sentir você, porque você é mais sutil do que o seu coração. Você sente as coisas através do seu coração. Você é “anterior” ao que pensa e sente. Não somos a favor ou contra sentimentos ou pensamentos; eles são um fato simples da vida. Mas é errado dizer que o Vedanta é conhecimento intelectual, porque nenhum conceito pode descrever você, que é tudo o que existe. Isso não quer dizer que o intelecto, que é apenas uma função na consciência, não esteja intimamente envolvido no autoconhecimento. Portanto, a ideia de que ele deve ser transcendido ou descartado também não é correta. Sem ele você não pode ganhar a libertação.

Se você busca a libertação apenas porque pensa que não é livre – embora você seja - então você deveria descartar a sua busca pela verdade como "intelectual" e ser feliz como é, porque a ideia de que você está preso é também puramente uma noção "intelectual". Um intelecto ignorante pode ser o problema, mas a ignorância não é a única opção para o intelecto.

O resultado final da investigação do Vedanta não é o conhecimento intelectual "do" Ser pleno. O conhecimento "eu sou a consciência sem ação, comum (ou ordinária), despreocupada, não nascida" destrói a noção "eu sou uma entidade pessoal limitada sujeita ao sofrimento" e ela própria desaparece, deixando-o como sempre esteve, livre de conceitos e livre da própria experiência.

O Ser Pleno Não é um Objeto

O Ser pleno não é um objeto. Para que ele se tornasse um objeto, deveria existir outro "você" para experienciá-lo, mas é uma questão de senso comum que existe apenas um "você". O Ser pleno também é indestrutível. É uma consciência não dual. Portanto, é impossível dividi-lo em duas partes conscientes e obter uma parte para experienciar a outra parte. Mesmo se você pudesse dividi-lo em dois, as duas partes teriam a mesma natureza e nada seria ganho, porque a experiência de ambas as partes seria a mesma. Além disso, mesmo se fosse divisível, quem o dividiria? Como não é um agente, não pode se dividir. Finalmente, a experiência parece ser uma questão de um sujeito consciente experienciando um objeto inerte, mas a consciência é tudo, o sujeito e o objeto, e nunca é inerte. É sempre uma consciência não dual. Mesmo quando a ignorância aparentemente transforma o Ser pleno em sujeito e objeto, nem o sujeito, a entidade experienciadora ou os objetos são realmente conscientes, de modo que o sujeito não experiencia os objetos, embora certamente pareça. O sujeito - a entidade que experiencia, que pensa que é consciente - é na verdade um objeto conhecido por você, testemunhando a consciência. Então, o que é a experiência? A experiência é sempre a consciência experienciando a si mesma. A dualidade não está envolvida. Como veremos, a dualidade é apenas uma crença.

Portanto, parece que, no que diz respeito ao autoconhecimento, Deus cometeu um erro. Se Deus quisesse que soubéssemos quem somos, isso nos daria um meio adequado de conhecimento. É por isso que você frequentemente ouve o refrão: "Oh, o Ser pleno é um grande mistério! Está além de tudo. Ninguém pode saber o que é. Permanecerá para sempre um mistério!". As pessoas ficam bastante românticas com a falta de conhecimento de Deus. Isso parece entusiasmar-las.

Todos Conhecem os Objetos, Mas Ninguém Conhece o Sujeito

Deve ter sido um grande trabalho criar o mundo em seis dias. Depois de criar "peixes e aves" sobre os quais supostamente temos "domínio", parece que o Criador guardou o melhor para o final, ou seja, nós. Quando deveria ter sido

festa na noite de sábado em antecipação do seu dia de descanso, o Criador ficou até tarde nos criando.

Talvez os corpos estivessem em uma linha de montagem com os cérebros empilhados nas proximidades, e enquanto os corpos passavam, o Criador inseriu os cérebros. Mas porque era tarde e o pobre Deus estava exausto depois de seis dias de trabalho duro, acidentalmente colocou o cérebro voltado para o mundo dos objetos em vez de voltado para dentro, em direção ao Ser pleno e, bem, o resto é história: todo mundo conhece os objetos, mas ninguém sabe quem eles são.

Nós somos afortunados, entretanto, porque há um homem santo na Índia – chamado Kalki, um avatar - que pode nos salvar do equívoco de Deus. Por US\$ 5.000, ele reverterá seu cérebro e você saberá quem você é! Muitas almas ansiosas aceitaram a oferta, parece que agora ele tem um enorme templo de ouro. Evidentemente, o mercado de reversões cerebrais está crescendo porque parece que seu filho entrou no negócio também. É uma boa notícia para os não-iluminados, porque o preço da iluminação parece ter diminuído recentemente devido a um aumento da oferta.

Se os instrumentos que temos não são adequados para o conhecimento do Ser pleno, então como vamos conhecê-lo? Parece que a consciência queria que soubéssemos, porque há muito tempo revelou a “ciência do autoconhecimento” - Vedanta - justamente por esse motivo.

Vedanta Não é Uma Filosofia

A primeira coisa que precisamos saber sobre o Vedanta é que ele não é uma filosofia. Filosofias são as disputas ou crenças de um indivíduo ou grupos de indivíduos. Marx e Engels vieram com a filosofia agora extinta chamada comunismo, que deveria corrigir os problemas do capitalismo. O existencialismo foi toda a fúria existente na Europa no século passado. Onde está o existencialismo hoje? As filosofias não duram, porque são preparadas por pessoas para atender às necessidades intelectuais dos tempos. Quando os tempos mudam - o que sempre acontece - as filosofias não são mais relevantes.

É muito importante apreciar o fato de que o Vedanta não vem de seres humanos. Os seres humanos têm uma compreensão limitada e, além disso, eles sempre têm uma agenda, geralmente para salvar ou destruir o mundo de uma maneira ou de outra. Se não é dominação do mundo ou economia do mundo, eles parecem estar eternamente inclinados a vender-lhe alguma coisa, convencê-lo de algo ou fazer com que você ou suas circunstâncias mudem. Eles não são objetivos.

Não é Uma Religião ou um Caminho Espiritual

Os humanos inventam filosofias e religiões. Vedanta também não é uma religião. Não é o resultado das experiências de místicos. É responsável por experiências místicas, mas está além do misticismo. Não é um caminho espiritual. É o conhecimento por trás de todas as religiões e caminhos espirituais.

Antes de prosseguirmos, você deve saber que não é necessário acreditar nessas declarações. Elas são difíceis de engolir porque temos a vaidade de supor que, porque nos vemos como "o suprassumo das coisas", tudo o que é significativo vem de nós. Em qualquer caso, as suas origens são razoavelmente sem importância, porque faz o que se propõe a fazer: liberta-o. Se você expuser a sua mente adequadamente ao Vedanta, verá claramente porque dizemos que não é uma religião, uma filosofia ou um caminho espiritual inventado por seres humanos. Dizemos que é *apurushayajnanam*, que significa "não vem de uma pessoa".

Não é Informação Canalizada

Não é canalizado também. As pessoas, com todas as suas tendências, preconceitos, crenças e opiniões, são como cachimbos antigos: muita sujeira se acumula neles. Então, quando o conhecimento flui através delas, inevitavelmente fica poluído. Nós somos os maiores poluidores da Terra. Sim, temos algum conhecimento, mas o conhecimento e a ignorância estão lado a lado na mente humana e, infelizmente, a maioria de nós não sabe a diferença.

Nós não queremos um meio de conhecimento que seja feito de ignorância e verdade. Como vamos separá-las? Pessoas que não discriminam, engolem ambas. Você não ficará livre dessa maneira. Leia os livros de quase qualquer professor moderno. Você pode encontrar a verdade lá, ou alguma versão dela, mas as crenças e opiniões do autor geralmente são tão fortemente entrelaçadas nele e ao redor dele, como trepadeiras enroladas em um tronco de árvore, que você engole as duas e acaba confuso. Este não é o caminho para a libertação. As palavras dos profetas e místicos sempre devem ser suspeitas.

É Conhecimento Revelado

As pessoas experimentam a verdade. Mas isso não vem delas. Isso vem para elas de "fora". É vista. É ouvida. Vem de uma fonte objetiva, além de nós. As revelações tem sido uma parte íntima da experiência humana. Assim como um corpo objetivo de conhecimento científico sobre os objetos se acumulou ao

longo dos séculos, um corpo objetivo de conhecimento da consciência também se desenvolveu.

Um bom exemplo desse tipo de conhecimento é a "descoberta" de Einstein das leis da relatividade e da gravidade; outra é a descoberta da eletricidade de Thomas Edison. Descobrir significa revelar algo que estava presente, mas antes desconhecido. Relatividade, gravidade e eletricidade descrevem como o mundo funciona de acordo com as leis da física, não de acordo com Einstein ou Edison. Gravidade, relatividade e eletricidade não se importam se você acredita nelas. Elas operam da mesma maneira, quer você entenda o que elas são ou não. O autoconhecimento está sempre aqui, bem diante de nossos narizes, mas porque estamos cegos pela dualidade, não o vemos.

É muito importante termos confiança no conhecimento, não nas pessoas. As pessoas não são ruins; elas apenas tendem a serem ignorantes, particularmente no tópico de quem elas são. A ignorância é algo que esconde ou oculta o conhecimento e, neste processo, permite que o conhecimento errado aconteça na forma de crenças e opiniões projetadas, tendências e preconceitos. Porque não sabemos quem somos, tomamos o que pensamos e sentimos como verdade, mas a verdade pessoal não é confiável.

Os humanos têm estudado o fogo desde o começo dos tempos. Em algum momento, ficou claro que o fogo tem certa natureza e se comporta de acordo com certas leis. Por causa do conhecimento do calor, podemos enviar foguetes para Marte. Quem possui o conhecimento e tem os recursos pode enviar um foguete para o espaço. Não há nada pessoal nisso. Da mesma forma, milhões de pessoas tiveram revelações da natureza não-dual da realidade por milhares de anos. O conhecimento dessas experiências foi extraído e reunido de tal forma que uma ciência da consciência - o Ser pleno - se desenvolveu.

Uma diferença entre a ciência material moderna e o Vedanta é que uma é focada nos objetos e a outra é focada no sujeito, a consciência. Além disso, o conhecimento adquirido pela ciência material está em constante mudança porque o campo de investigação está em um estado de fluxo e os meios de conhecimento, a mente humana, são condicionados pela ignorância: quanto mais sabemos sobre os objetos, mais não sabemos. O conhecimento que o Vedanta traz, no entanto, não muda, porque o Ser pleno não muda. Então, o autoconhecimento é sempre bom. Outra diferença entre o Vedanta e a ciência material é que o propósito do autoconhecimento é a libertação do sofrimento existencial, enquanto o objetivo da ciência material é puramente o conhecimento das forças materiais que atuam no campo da consciência e como usar essas forças para obter certos objetos. O ganho de objetos

desejáveis, como sabemos, não remove o sofrimento. É equivalente ao sofrimento.

É importante saber, no entanto, que o Vedanta não tem conflito com o conhecimento material ou psicológico adquirido através de meios impessoais, ou seja, experimentação. No Capítulo VI, introduzo o conhecimento dos Corpos Causal e Sutil obtidos nos últimos cinquenta anos, o que, acredito, contribui para o Vedanta como um meio de autoconhecimento.

É o Conhecimento de Tudo

O Vedanta cobre tudo: o cosmos, a psique e a consciência pura, enquanto a ciência material cobre apenas o cosmos, e a ciência psicológica abrange apenas a psique. Nem a ciência material nem a ciência psicológica compreendem a relação entre si, muito menos com a consciência, pois seus campos e métodos de investigação são mutuamente exclusivos. Como seres humanos, somos uma combinação de consciência - alguns dizem espírito - e matéria, e existimos em um mundo complexo de leis e forças, então, para nos entendermos, precisamos de um meio completo de conhecimento.

O Vedanta não é apenas saber quem você é além dos objetos que aparecem em você. Certamente, esse conhecimento é a essência do Vedanta, mas você não pode viver como consciência no mundo dos objetos, a menos que conheça os objetos pelo que eles são e como a consciência e os objetos - o indivíduo que experiencia e o campo da experiência - se encaixam. Vedanta é o conhecimento de três ordens da única realidade não-dual: (1) consciência pura com⁴ e sem⁵ a capacidade de criar, (2) objetos⁶ materiais e (3) o indivíduo⁷.

De modo geral, neste estágio podemos dizer que os indivíduos são pequenos grupos de consciências com vontades e desejos, e com vários valores e prioridades. Precisamos entendê-los como eles são. Eles se encontram envolvidos em um mundo de objetos materiais densos e sutis que estão sujeitos a forças e leis impessoais. Se os indivíduos não entenderem a estrutura dos mundos objetivo e subjetivo em que vivem, seu conhecimento estará incompleto e seu sofrimento não diminuirá.

O terceiro aspecto do Vedanta é a consciência pura com e sem a capacidade de criar objetos. É chamado *Isvara* em nossa tradição, mas se você insiste em uma palavra ocidental, pode chamá-lo de Deus. Nós não

⁴ *Isvara*

⁵ *Paramatma*

⁶ *Jagat*

⁷ *Jiva*

gostamos da palavra "Deus", porque as ideias malucas que as pessoas pegaram da religião dificultam a compreensão. Você não pode dizer muito sobre a consciência além dos objetos que aparecem nela, porque embora seja a peça mais importante do quebra-cabeça existencial, é muito simples e mais sutil do que o objeto mais sutil. Podemos dizer muito mais sobre a consciência em seu papel de criadora dos indivíduos, dos próprios indivíduos e dos objetos com os quais eles interagem.

Para ser livre, preciso me entender como tudo, não apenas como a consciência isolada dos objetos que aparecem nela. A iluminação não é uma experiência que me liberta; é o conhecimento completo de mim mesmo como consciência e os objetos que aparecem em mim. Leva tempo para o autoconhecimento se tornar completo porque a ignorância é terrivelmente persistente. Você tem que ouvir os ensinamentos repetidas vezes e acabar com a ignorância pouco a pouco.

Muitas pessoas perceberam quem elas são em uma espécie de modo experiencial e afirmam que estão totalmente "maduras", mas não chamamos isso de iluminação. Essas pessoas totalmente maduras são na verdade meio maduras, e você deve saber, porque elas têm apenas um conhecimento parcial da realidade. É somente na terra dos cegos que o homem de um olho é rei. Muitos não vivem de forma justa e parecem gostar de pessoas confusas com visões extravagantes da iluminação. Se você não entende a realidade mais ampla, - como tudo se encaixa, como tudo é igual e diferente - você ainda não é iluminado.

O Que é Conhecimento?

No início do ensino, precisamos esclarecer a nossa terminologia. Quando uso palavras, você deve saber o que elas significam. Todos concordam com o que a palavra "árvore" se refere, mas a maioria não concorda com o que as palavras "Deus" ou "consciência" significam.

"Conhecimento" é uma palavra que temos usado até agora sem uma definição adequada. Conhecimento é algo que não pode ser negado, algo em que você pode sempre contar. Informação não é conhecimento. A ação da General Motors hoje vale \$43, não é conhecimento. É só informação porque amanhã pode valer \$42. Você não pode contar com \$43 para sempre.

O conhecimento está além da experiência. Ele supera a experiência toda vez. É extremamente importante saber que você pode operar sua vida com confiança com base no conhecimento, mas que a sua confiança é sempre comprometida quando você opera apenas com base no conhecimento adquirido através de sua experiência. A experiência é valiosa - a vida é

experiência - e a maioria de nós administra nossas vidas apenas com base na experiência; baseamos nossas ações em como nos sentimos, não naquilo que conhecemos. Não há lei contra isso, mas se você quer ser feliz, precisa saber que a experiência não é confiável. Quando você olha para o diagrama abaixo, você perceberá que as linhas horizontais têm comprimentos diferentes. Mas se você medi-las, verá que elas são exatamente idênticas. O conhecimento diz uma coisa, a experiência diz outra.



Consideramos a nossa interpretação da experiência como conhecimento, mas não é conhecimento. Se você opera unicamente com base em seus sentimentos - medos e desejos - você produzirá resultados indesejados, pois a realidade - o mundo no qual a experiência acontece - não se importa com o que você sente. É uma matriz impessoal de objetos, forças, regras e seres conscientes que se comportam independentemente de você. Com o conhecimento como seu guia, você não cometerá erros, porque você não se encontrará em conflito com o que é. Por exemplo, a intuição é um sentimento particularmente valorizado entre os indivíduos espirituais, mas não é confiável. Você pode ter uma visão ou intuição correta sobre uma determinada pessoa ou situação em um momento e descobrir que o insight ou a intuição é contraditória em relação à outra que ocorre mais tarde.

Quando eles enviam uma sonda espacial para Saturno, Saturno pode estar no céu ocidental, mas eles lançam a sonda no céu do leste. A experiência diz para você enviar para o oeste, mas o conhecimento diz para o leste. Depois de um tempo, o foguete circula no campo gravitacional de Marte, aumentando a sua velocidade, e depois é disparado em direção ao sul, mesmo quando Saturno está no norte. Ele permanece no curso conforme os planetas mudam de posição continuamente, mas anos depois ele eventualmente entra na atmosfera de Saturno! Se usássemos a experiência como guia, a sonda nunca chegaria lá. Não é incrível que depois de anos um minúsculo pedaço de metal enviado de um planeta a milhões de quilômetros de distância possa de repente começar a orbitar em torno de um objeto em constante movimento e coletar dados! Só o conhecimento torna isso possível. Informações, crenças, opiniões, sentimentos - todas as coisas humanas - não são confiáveis.

Nós nos encontramos em um cosmos que é feito de conhecimento. Uma árvore é conhecimento, um cachorro é conhecimento, os elementos são conhecimento, e os seres humanos são apenas conhecimentos, programados para funcionar de certa maneira para servir aos interesses do total. É vital para

a nossa felicidade que entendamos a natureza da realidade. Você pode contar com o Vedanta. Hoje é tão bom quanto a três mil anos, porque é baseado em conhecimento. É como os olhos. Eles fazem o que pretendem fazer. Não há necessidade de um olho novo. E se um olho novo e melhorado é necessário, a consciência irá evoluí-lo ao longo de milhões de anos. Da mesma forma, não há razão para inventar um novo ensino para as pessoas modernas, porque somos o que sempre fomos e os meios de conhecimento que libertam indivíduos por milhares de anos são perfeitos.

Como o Vedanta Funciona?

Nossos meios normais de conhecimento funcionam porque existem objetos que podem ser conhecidos. Mas como o Ser pleno está além da percepção ou inferência, não pode ser conhecido como um objeto. A *Yoga* e outras práticas dão a você a experiência de vários estados sutis da mente, mas o Vedanta não promove a autoexperiência, porque, como observado acima, você já está experienciando o Ser pleno.

Nós não precisamos provar que você existe também. Acredite ou não, algumas pessoas no mundo espiritual realmente levam a sério quando dizem que elas não existem. Os budistas sempre dizem isso - "não existe o Ser pleno, é tudo vazio, vazio" etc. - e a multidão moderna neo-advaita, que Deus os abençoe, também não se envergonha de dizer isso. Dizemos que existe apenas um Ser pleno, ele é tudo e está sempre presente.

Para ser justo, talvez eles queiram dizer que o ego não existe, mas mesmo o ego existe. Não é real, mas não é inexistente. Não há necessidade de dizer que você não existe ou de provar que você não existe, pois a sua existência é autoevidente. Você não precisa de um espelho para saber que tem olhos, pois o ato de ver, por si mesmo, prova a existência dos seus olhos. E você não pode negar a existência de algo a menos que esse algo exista.

Nenhuma coisa é não-existente. Assim que você pensa nela, ela passa a existir porque os objetos nada mais são do que o pensamento sobre esses objetos. E como vimos, a experiência ocorre apenas em uma mente aparentemente consciente, como pensamentos e sentimentos. Portanto, não existe a inexistência, além da ideia de não-existência.

Mas para saber o que você é e saber o que significa ser quem você é, você precisa de um espelho. Minha experiência de mim mesmo não é um espelho para você. A experiência não se transfere de indivíduo para indivíduo. Se isso acontecesse e eu estivesse apaixonado, poderia fazer você se apaixonar. O conhecimento se transfere. Se uma vela estiver acesa e você colocar o pavio de outra vela ao lado dela, o fogo salta de um para o outro.

Vedanta é um espelho que revela o que você é e o que significa ser você. Ele faz isso removendo as noções errôneas que você tem sobre quem você é. Ele revela você a você, usando a lógica não examinada de sua própria experiência. O conhecimento de você está em você, e a experiência de você está sempre com você, mas algo ainda precisa ser conhecido ou você já estaria livre.

Você precisa de visão abrangente. Ela não está disponível, porque você se identifica com crenças e opiniões sobre quem você é que não estão em harmonia com a sua natureza como sendo o todo. Aparentemente, o que você é não está disponível aqui, simplesmente porque você acredita que isso só pode ser alcançado em outro lugar.

Você Não Pode Estudar o Vedanta

Vedanta é um meio de investigação que precisa ser ensinado. O ego geralmente pensa que é um especialista em tudo o que se relaciona consigo mesmo e não aceita a ideia de ensinamento. Os tipos espirituais, iludidos pela visão experiencial, frequentemente citam Ramana Maharshi como evidência de que nenhum professor ou ensinamento é necessário para a libertação. Talvez uma alma altamente qualificada possa "obter" o autoconhecimento repentinamente, mas as chances são quase as mesmas que ganhar na loteria, provavelmente menos. Os tipos inteligentes geralmente acham que podem se iluminar sintetizando informações de seu estudo da literatura de várias tradições, mas essa abordagem é igualmente mal concebida. Ler ou ouvir alguém falar sobre o Ser pleno (o Vedanta não fala "sobre" o Ser pleno, ele revela o Ser através de um método particular) não funciona, porque não importa o quão inteligente você pensa que é, você não estaria perguntando se você não fosse autoignorante. A ignorância opera enquanto você ouve e lê, fazendo você invariavelmente entender mal.

Além disso, a maioria dos buscadores não conhece a diferença entre conhecimento e ignorância. Eles confundem as suas crenças e opiniões com conhecimento. Isso significa que eu não sou aquele que vai iluminar a mim mesmo. Eu preciso de um meio de conhecimento impessoal que é livre de ignorância e eu preciso conhecer alguém que tenha sido libertado por tais meios para me ensinar. Também deve ser levado à sua atenção que alguém alegando que a iluminação é experiencial, que cita sua experiência como prova de iluminação e espera que suas palavras sejam vistas como escritura, pode ou não ser iluminado, mas não está qualificado para ensinar sobre o Ser pleno. Qualquer um pode ter uma epifania que muda a vida e defini-la como iluminação. Aceitar sem críticas seus ensinamentos e instruções é procurar encrenca.

Geralmente, as pessoas que são levadas ao Vedanta buscam há muito tempo. O Vedanta não é adequado para buscadores iniciantes. Quando uma pessoa chega a certo ponto da vida - quando não está mais sob o domínio da experiência - ela é levada ao Vedanta. Frutas colhidas da árvore antes de estarem maduras nunca são boas. É por isso que não anunciamos. Vem quando você está pronto para isso. Nós não podemos ensinar aqueles que não estão prontos. É uma perda de tempo tanto para o professor quanto para o aluno.

Eu sinceramente e com entusiasmo tentei me libertar, em tempo integral por três anos. Li todos os livros, fui para a Índia, confraternizei com *yogis* e gurus, realizei muitas práticas, mas ainda assim fui reprovado no teste de iluminação e falhei em me matricular. Fiquei tão farto que parei de buscar e prometi (contra todas as probabilidades) me tornar uma pessoa normal. No mesmo dia em que cancelei a busca, encontrei meu professor e ficou óbvio que eu precisava de mais do que uma técnica. Eu me senti muito pequeno e ignorante, mas ao mesmo tempo era terrivelmente libertador descobrir que um meio de conhecimento impessoal, testado pelo tempo e uma respeitável tradição de ensino estavam disponíveis para mim. Ver o autoconhecimento trabalhando em outro ser humano e entender que o libertara era tudo o que eu precisava.

Escutar

O primeiro estágio é escutar. Normalmente, quando você escuta algo, você imediatamente começa a formular uma resposta em sua mente. Você escuta as palavras e reage impulsivamente, mas na verdade não escuta o que está sendo dito ou de onde vem. Você não pode esperar que o Vedanta funcione se é assim que você o aborda, porque o Vedanta é muito mais do que algumas ideias espirituais voltadas para o seu ego. É um corpo de conhecimento que precisa ser assimilado em sua totalidade. Ele emprega uma metodologia particular - sobreposição e negação - que precisam ser trabalhadas em você até que você seja capaz de trabalhar em si mesmo. Nesse estágio, você só precisa manter a sua mente aberta, o que envolve deixar de lado as suas crenças e opiniões temporariamente. Não é fácil. Mas você precisa deixar o ensino e o professor fazerem o trabalho. O conhecimento tem seu próprio poder. Ele fará o trabalho para você, se você permitir. Em algum momento, a visão da não-dualidade começará a se formar em sua mente e você poderá trabalhar em si mesmo.

Refletir

No segundo estágio⁸, você é solicitado a olhar para o que acredita e pensar que está à luz do que você escutou, e não o contrário. Para refletir adequadamente, você precisa renunciar a ideia de quem você é em favor do conhecimento de quem você é, como revelado pelas escrituras. Normalmente, mantemos o direito de avaliar o que escutamos, mas no caso do Vedanta, esse direito foi cedido às escrituras. Você aprecia o fato de que isso, não você, é a autoridade. Há muitas coisas que você acertou e tem muita coisa errada. Assim, esta fase, é um processo de seleção, um exame minucioso, durante o qual você descarta a sua ignorância, com base na apreciação da lógica inatacável do Vedanta, que por sua vez é baseada na lógica não examinada de sua própria experiência. O Vedanta apenas o conecta a parte mais profunda de si mesmo, a parte que sabe, a parte que vê, a parte que contém e resolve as dualidades da vida na visão não-dual.

Assimilar

O estágio final⁹ é o resultado da escuta e da reflexão. É a assimilação completa do conhecimento que destrói a rede de desejos baseados na ignorância e o senso de ser o executor. Tem um impacto experiencial dramático na medida em que a vida se torna livre, pacífica e completamente realizada.

A investigação não significa fazer a pergunta “quem sou eu?”. A investigação é a aplicação diária dos ensinamentos do Vedanta às numerosas e inquietantes dúvidas que aparecem na mente na forma da corrente inexorável de medos e desejos, gostos e aversões que a perturbam. É discriminação, disciplinar a mente para pensar a partir da plataforma da totalidade, não da carência. Requer vigilância constante. Nós não estamos tentando matar ou transcender a mente. Se você se encontra em um corpo humano, a sua mente estará ativa do útero ao túmulo. Pode ser educada e purificada, mas nunca destruída. Está aqui a mando de um poder muito maior do que você e está aqui para ficar. Na verdade, não é realmente a "sua" mente.

Normalmente, a mente é seu chefe. Pensa por você e diz o que fazer. A noção experiencial de iluminação é uma tentativa desajeitada de abordar a questão do controle, o que é possível, mas não transcendendo ou destruindo a mente. O Vedanta ensina o que é a mente, e por que o que ela pensa, está em harmonia com a realidade, ou não.

Os ensinamentos incluem um corpo subsidiário de conhecimentos, comentários de grandes sábios, que resolvem certas contradições aparentes

⁸ *manana*

⁹ *nididhyasana*

inerentes à natureza da realidade - o aparente paradoxo apresentado pelo aparecimento da dualidade sobreposto à realidade não-dual, e um brilhante método, sobreposição e negação, pelo qual a autoignorância é removida.

Capítulo IV

Qualificações



Um Ser Humano Maduro

AINDA BEM QUE ensinar Vedanta não é uma profissão, embora eu faça isso profissionalmente, pois para torná-la lucrativa, fatos desconfortáveis devem ser evitados, razão pela qual o Vedanta nunca foi popular. Nós ensinamos apenas porque amamos a verdade. Dizer a verdade não envolve "arrebentar" o ego de um aluno - mesmo que fosse um caminho legítimo, o que não é. Nós não estamos aqui para descobrir o que está errado com você e corrigi-lo. Para isso você pode ir a um psicólogo. Nós revelamos o que está certo com você e poupamos o trabalho de tentar consertar a si mesmo. Se alguma correção for necessária, a verdade fará o trabalho.

Eis aqui um fato desagradável: são necessárias qualificações para a liberação. Que eu saiba, nenhum professor ou ensinamento moderno insiste que os buscadores sejam qualificados. Se a iluminação é experiencial, então presumivelmente ela pode acontecer a qualquer momento - como quando nos apaixonamos. Assim, para permanecer no mercado, tudo o que um professor precisa fazer é sugerir que a iluminação é um acontecimento maravilhoso e possível e estimular o aluno a buscá-la. Mas se a iluminação é uma questão de conhecimento e se a ignorância está fortemente arraigada em nós - e ela está - as qualificações são necessárias.

Esta é uma notícia desagradável para os que cresceram em uma era de gratificação instantânea. Coisas mais valiosas requerem trabalho duro. No que diz respeito à autoinvestigação, não há atalhos ou correções rápidas. Você tem que estar comprometido. Se um professor disser a verdade, ele atrairá estudantes qualificados. Muito poucos são libertados rapidamente por esses ensinamentos e o resto, compreendendo o valor do Vedanta, relaxa enquanto trabalha nas qualificações, pois sabe que é um caminho confiável. Aqueles que não entendem o seu valor, saltam de professor para professor, de um chamado ensino para outro, acabando mais confusos do que quando começaram.

Pescar na Alemanha

Na Alemanha, você não pode simplesmente desenterrar uma minhoca, colocá-la em um anzol e pegar um peixe. Um homem das cavernas poderia, mas um alemão moderno não pode; ele precisa ser qualificado. Se você conhecesse a

dificuldade que você tem que passar para pegar uma truta lá, você desistiria de pescar. Um amigo alemão me disse que leva quase um ano para obter uma licença.

É o direito inalienável de toda pessoa conhecer o significado de $E = mc^2$? $E = mc^2$ significa: energia é igual a massa multiplicada pela velocidade da luz ao quadrado. Mas o que isso significa? O que é energia? O que é massa? Qual é a velocidade da luz? Como todas essas coisas se encaixam? Por que eu deveria me importar? Não faço ideia do que isso significa - nem você, provavelmente - porque não estamos qualificados para entender. Para se qualificar, é preciso ir ao jardim da infância, escola primária, ensino médio e, em seguida, obter uma pós-graduação avançada em matemática e física. Demora cerca de dez anos para se tornar um médico ou um advogado. As faculdades de medicina e direito estão cheias de candidatos. Se as pessoas estão dispostas a colocar tanta energia em atividades que nem sequer começam a abordar a questão mais importante da vida, muito menos a libertá-las, por que os buscadores não devem se preparar para entender quem são?

Porque sempre existiram pessoas iluminadas e não iluminadas, houve tempo suficiente para comparar as duas categorias e descobrir as diferenças. Os iluminados desfrutam de qualidades particulares de mente e coração que, independentemente das circunstâncias materiais, sociais ou educacionais, os levam ao autoconhecimento. Também tem sido repetidamente observado que onde há ausência de uma ou mais qualificações, ou onde uma ou mais é apenas parcialmente desenvolvida, o autoconhecimento não acontece. Pessoas altamente qualificadas são rapidamente liberadas. Os parcialmente qualificados levam mais tempo, e leva muito tempo para aqueles que são mal qualificados. Os desqualificados nunca entendem. Nós não estamos tentando assustá-lo e mandá-lo para os braços dos gurus da iluminação instantânea, que dizem que você pode simplesmente “pegá-la”. Se você “pegá-la”, você a perderá bem rapidamente. Essas qualidades são incorporadas em todo ser consciente e podem ser desenvolvidas com compreensão e prática.

Dissemos que a ação é um meio inadequado de libertação, pois se baseia na ideia de que a realidade é uma dualidade e não resolve a questão do ego, do executor, mas é um meio adequado para preparar a mente para a libertação. O Vedanta apoia esse propósito. Nos capítulos subsequentes, desenvolvemos várias práticas que qualificam a mente para compreender. Por falta de qualificações você não deve se afastar do único ensinamento que irá libertá-lo. No final deste ensinamento, estará claro quem você é, mas se você tiver problemas para assimilar o que escutar, é apenas devido à falta de qualificação.

Algum tempo atrás eu conheci um jovem que acabara de se formar em uma das universidades mais prestigiadas do mundo. Ele tinha ofertas de

emprego de seis dígitos de algumas das maiores corporações do mundo. Ele passou os primeiros vinte e cinco anos de sua vida se qualificando para uma carreira mundana. Ele era extremamente brilhante e eu pude ver que ele estava realmente motivado para descobrir quem ele era. Ele recusou as ofertas de trabalho e entrou no estágio estudantil da tradição Vedântica, que leva à renúncia através do conhecimento, ou seja, a libertação. Ele passou três anos obtendo o entendimento e estilo de vida que serviriam para qualificá-lo. Este é um bom exemplo de duas das qualificações mais importantes: desejo ardente de libertação e discriminação. Todo mundo quer ser livre, mas o quanto você quer? Você vai se afastar do sucesso mundano sem ter provado isso - pela libertação? Você vai se comprometer, não importa o que é preciso? Na verdade, o desejo ardente é discriminação. Isso significa que você tem clareza com referência ao que você quer na vida.

Antes de listarmos as qualificações, devemos mencionar as duas qualificações básicas, que são realmente as mesmas, mais uma vez: a compreensão de que a alegria não está nos objetos e que a vida é um jogo de soma zero. Muito simplesmente, significa que você sabe que a vida está preparada para ensinar-lhe quem você é, não para lhe dar os objetos - segurança, prazer, virtude, etc - que você pensa querer.

Se você quer coisas da vida, vá em frente. Não há nada de errado com isso. O fato é que persiga os objetos profundamente e acolha a decepção que inevitavelmente resultará. É um grande presente, pois o qualifica para a busca. Hoje em dia você vê muitos jovens renunciando às carreiras e famílias pela iluminação sem ter realmente perseguido qualquer um deles. Nem sempre é um erro, mas pode ser um erro, pois você pode adquirir habilidades valiosas no mundo que servem bem para a autoinvestigação. Entretanto, muitas vezes, isso prova ser um erro, pois sem a maturidade que vem do sucesso e do fracasso na vida, a busca pode facilmente degenerar em apenas outro estilo de vida mundano, que o prende mais do que a busca de objetivos mundanos, pois instiga a vaidade de que você está perseguindo algo extraordinário. Ao longo dos anos, encontrei muitas pessoas de meia-idade que caíram nos braços abertos de cultos ou fugiram para os *ashrams* em seus vinte e poucos anos e acabaram descobrindo que o desejo de amor ou de uma família ou trabalho significativo não foi amenizado por suas buscas espirituais. Muitos questionaram a validade da busca pela libertação e cancelaram a busca prematuramente, o que é sempre um erro.

Ao viver a vida com todo o coração como lhe é apresentada, você inevitavelmente perceberá o vazio das atividades mundanas. A vida superficial que parece tão atraente é apenas um redemoinho de desejos e ações. Você quer coisas e faz coisas para conseguir o que quer, e se você consegue ou não o que quer, o querer e o fazer nunca param. Os desejos e as atividades intermináveis são areia movediça, sugando lentamente as suas resistências,

prendendo-o cada vez mais à roda da vida. Neste mundo há uma perda para cada ganho, uma baixa para cada alta, uma falha para cada sucesso. Você não pode vencer. Somente pessoas maduras entendem isso. O resto é como crianças, infinitamente querendo coisas. Elas não estão qualificadas para saber quem são.

1. Discriminação

A primeira qualificação é a discriminação. Nós usamos todos os dias. É uma qualidade muito valiosa. Com base em seus gostos e aversões, você escolhe associar-se a uma pessoa e não a outra. Você compra uma maçã, não uma laranja. O recente colapso do mercado imobiliário ocorreu devido à falta de discriminação. As pessoas escutavam os vigaristas na TV dizendo-lhes que poderiam ficar ricos rapidamente e ter algo por nada. O fato de os mercados crescerem infinitamente é totalmente contrário ao senso comum. As coisas crescem e encolhem. Também é contrário ao senso comum que você pode pedir emprestado o seu caminho para a prosperidade. Você pode dar garantias para a dívida, sem dúvida, mas a vida é incerta e, quando você arrisca, não pode garantir que não perderá dinheiro.

A discriminação mundana é escolher entre duas aparentes realidades, mas a discriminação vedântica é escolher entre o que é real e o que é aparentemente real.

Definição de Realidade

A maioria das pessoas define a realidade como sendo o que elas estão experienciando. O sol, a lua, as estrelas e o que elas pensam e sentem é a realidade para elas. Mas o Vedanta tem uma definição diferente. É: “o que nunca muda”. Isso significa que você tem um problema de discriminação se achar que a vida como a conhecemos - sua experiência e o ambiente em que você vive - é real. Buscamos objetos porque achamos que são reais. Se soubéssemos que eles não são reais, a perseguição cessaria e nosso relacionamento com o mundo definitivamente se tornaria frutífero. A discriminação é como acordar de um sonho. Quando você está nele, você acha que é real, mas quando você acorda, você desfruta de uma perspectiva que torna os eventos dos sonhos irrealis.

Todo ser consciente é composto de dois fatores, consciência e matéria. A matéria muda. A consciência é a parte de você que não muda. É mais do que uma parte, como veremos, mas por enquanto vamos chamar isso de parte. Todo mundo realmente conhece essa parte. É o que estava lá observando seu corpo e mente desde o nascimento. Ela conhece todas as mudanças que

aconteceram com o corpo e a mente até os dias atuais. É você, a consciência. Nós chamamos essa “parte” de real. A parte que muda - o corpo e a mente - é aparentemente real. Você nunca pode colocar o dedo em algo que nunca é o mesmo de um momento para o outro. “Aparentemente real” significa que é experienciado, mas não tem substância; não é real. As pessoas sofrem porque confundem o que é aparentemente real - seus corpos e mentes e o mundo ao redor - com a parte que é real. A parte imutável é você, o Ser pleno. Se você não sabe disso, dirá que você muda quando o corpo e a mente mudam.

Não há nada que você possa fazer sobre qualquer parte. É a natureza da parte que muda, mudar, e é a natureza da parte que não muda, não mudar. Se você confundir um com o outro, sofrerá porque a realidade não se importa com o que você pensa ou sente. Por exemplo, se você se apaixonar e esperar que o sentimento de amor dure, ficará desapontado, porque esse tipo de amor pertence ao corpo e à mente. Quando os instrumentos da experiência mudam, o amor muda. Se você fica com raiva ou deprimido porque um relacionamento amoroso - ou qualquer outra coisa que esteja sujeita ao tempo - desaparece, de quem é a culpa que o relacionamento termina? A culpa é sua apenas se você tiver controle sobre ele. Mas você não tem. O que acontece não depende de você. Se você entende a realidade como ela é, você será feliz porque não confundirá o Ser pleno, que é real, com os objetos (neste caso, a experiência amorosa), que não são reais.

Antes de prosseguirmos, é importante saber que a realidade aparente, a parte do Ser pleno que muda, não é inexistente. “Aparentemente real” não significa inexistente. Nós discutimos este ponto antes, mas é importante repeti-lo, porque se você acha que isso significa inexistente, você pode ser suscetível a um mito espiritual comum: que a libertação não é possível se a experiência do mundo ainda existir para você. A realidade aparente, que é uma dualidade, não desaparece quando você sabe quem você é como um sonho quando você acorda. A parte mutante do Ser pleno sempre existe. Você tem que lidar com isso antes da iluminação e você tem que lidar com isso depois da iluminação. Há uma fuga, mas não é o que você imagina que seja.

A discriminação que o qualifica para o Vedanta é o conhecimento da diferença entre o que é real e o que é aparentemente real. Uma pessoa qualificada mantém essa distinção sempre em mente e faz escolhas de vida baseadas nela. A declaração de Jesus, “Sobre esta pedra edifico a minha igreja”, significa que a sua vida estava centrada no que é eterno, não nas areias movediças do tempo. Se a rocha da verdade é a base da minha vida, posso resistir a qualquer tempestade.

Uma pessoa não discriminadora, teimosamente, espera que a realidade se adapte a seus gostos e aversões. Esses indivíduos não estão qualificados para o Vedanta.

2. Desapego

A próxima qualificação é o desapego. Se a discriminação for desenvolvida, a pessoa será desapegada. O desapego é indiferença aos resultados das ações, próprias e daqueles que o campo da existência apresenta.

Uma pessoa passional é sempre emocional sobre o que aconteceu, o que está acontecendo ou o que vai acontecer. Ela é apegada aos resultados de suas ações. Quando uma pessoa passional não consegue o que quer, ela fica zangada ou deprimida. Se você é muito passional você pode até ficar com raiva ou deprimido com a ideia de que você pode não conseguir o que quer.

Embora a paixão seja considerada uma qualidade maravilhosa pelas pessoas mundanas, as pessoas passionais ficarão perturbadas, a menos que a sua paixão seja canalizada para a busca da verdade. Você não precisa vasculhar a sua infância para descobrir por que você é uma bagunça emocional. Você pode deixar mamãe e papai fora disso. Você é emocional porque não está conseguindo o que quer no presente. Uma mente perturbada não está qualificada para a autoinvestigação.

O desapego é um sinal de maturidade. É indiferença aos resultados de suas ações. Como o fazedor em você se sente sobre essa qualificação? Ele provavelmente não está feliz com isso, porque o fazedor é a parte imatura e subdesenvolvida da psique: como uma criança, ele quer o que quer quando quer da maneira que quer. Desapego significa que você não se importa de conseguir o que deseja. É uma qualidade muito rara, pois os desejos das pessoas os tornam cegos para um dos fatos mais evidentes, mas quase sempre negados na vida: os resultados de suas ações não dependem de você.

O desapego não significa que você não quer coisas e que não trabalha para conquistá-las. Significa que você trabalha pacientemente com uma mente tranquila e deixa os resultados para a vida. Você entende como é bobagem ficar chateado com algo sobre o qual você tem muito pouco controle. Esta qualidade é absolutamente essencial para os investigadores, pois você nunca sabe quando (e se) será libertado, assumindo que acredita que a libertação é para a pessoa, o que é e não é como veremos. Se você é desapegado, pode fazer o trabalho preparatório no estado de espírito correto.

Outra definição de desapego é a objetividade. A realidade aparente tem dois aspectos: o subjetivo e o objetivo. O dinheiro, por exemplo, tem um valor objetivo; pode comprar coisas práticas que são necessárias para manter a vida. Em termos do mundo, é real. Mas assume um valor subjetivo se você acha que pode remover a insegurança. Projetar um valor subjetivo em um objeto é chamado de sobreposição e aparece em duas formas: (1) confundindo um objeto com outra coisa e (2) adicionando um valor a um objeto que não é inerente à natureza do objeto. O antídoto para a paixão (por objetos) é o

desapego. Você não pode se tornar desapegado. Você não pode fazer alguém amadurecer. Tentar fazer isso é como abrir um botão de rosa para revelar a sua beleza antes de estar pronto para florescer. Você precisa viver com os olhos bem abertos.

3. O Controle da Mente

Você não controla a mente, controlando a mente. Se você acha que está no controle, por favor me diga o que você vai pensar em cinco minutos. Você não a controla, porque o seu condicionamento (suas vasanas) é que mantém o controle. Então, o que queremos dizer quando dizemos "controle da mente"? Queremos dizer que você entende que, porque os pensamentos e sentimentos surgem e desaparecem por conta própria, eles nada têm a ver com você. Entender este fato é o controle.

O significado da sua vida é projetado pelo seu condicionamento, seus valores. Sentimentos e pensamentos não têm o poder de perturbá-lo além da maneira como você os interpreta. Como você os interpreta depende de seus valores. Seus valores são seus pontos de vista. Se você examinar seus valores, os valores ruins vão desaparecer e os bons valores virão à tona, mudando seus pensamentos e sentimentos. Apenas observando, você ganha certo domínio da mente.

Se sua mente não é controlável, você deve pelo menos controlar seus sentidos, a próxima qualificação.

4. Controle dos Sentidos

Mesmo que sua mente esteja uma bagunça e você possa controlar seus sentidos, pelo menos sua vida exterior não será uma bagunça. Quando sua vida exterior está alinhada com a ordem cósmica, sua vida interior tende a seguir o exemplo. Você pode pensar e sentir o que você quer, mas uma vez que os pensamentos e sentimentos se tornam ações, eles estão nas mãos do mundo e eles retornarão para você de um jeito ou de outro. Se os seus pensamentos não são felizes, o mundo não vai sorrir para você. Se forem felizes, o mundo sorrirá.

O apego a qualquer órgão sensorial pode causar problemas. Se você não gosta de alguém e diz algo desagradável, não apenas se preocupará com as consequências externas, mas também se sentirá culpado por violar o valor da não-lesão, da não-violência. Se você come, bebe ou trabalha muito, faz muito sexo ou assiste muita TV, você não terá sucesso na autoinvestigação. Então

você deve conter os seus órgãos sensoriais, assumindo que você não consegue trazê-los sob controle com objetividade.

O sentido mais importante de controlar é o órgão da fala, porque é através de nossas palavras que tanto as emoções saudáveis quanto as insalubres alcançam o mundo. Não é uma coincidência que o órgão da fala esteja ligado ao elemento fogo, e o elemento fogo se origine de *rajas*, um dos três blocos básicos da natureza, sobre os quais muito será dito mais tarde. Sim, *rajas* é desejo e ansiedade, e também é raiva, desejo frustrado. É um inimigo intratável porque é uma importante fonte de dor psicológica. Quando você não puder resolver a dor com referência à visão da não-dualidade, você tentará se aliviar dela de maneiras mecânicas - a violência física, por exemplo - e você desenvolverá hábitos de fala que são autoinsultantes e prejudiciais para os outros. As regras de comunicação exigem uma fala sincera e agradável, na medida em que você quer ter sucesso na vida. Deve ser apropriado ao contexto que o exige e também deve agregar valor ao contexto. Apenas falar por falar é um sinal de baixa autoestima e desperdício de energia. Quando você se encontra nas garras da raiva, não é sábio tentar falar palavras amorosas. Elas não sairão corretamente. Apenas se afaste da situação.

5. Fazendo o Que é Apropriado Para a Sua Natureza (*Svadharmā*)

Falhar em cumprir esse valor definitivamente impedirá a iluminação. É difícil de entender e mais difícil de aceitar, porque parece ir contra dois dos principais valores da sociedade: fazer o bem para os outros e melhorar a si mesmo.

O *Dharma* é um conceito maravilhoso e complexo sobre o qual muito mais será dito no Capítulo IX. Precisa de muito desdobramento, pois a palavra tem muitos significados. *Svadharmā* significa "o *dharma* do Ser". Essencialmente, significa cumprir o seu dever para consigo mesmo. Pode se referir à sua natureza essencial - consciência ilimitada - ou pode se referir à sua natureza não essencial, a pessoa que você pensa que é. No contexto da discussão sobre qualificações, significa cumprir com o seu dever para com a pessoa que você pensa ser. Se você não cuida dessa pessoa, nunca perceberá quem você é realmente.

O Mundo Não Precisa de Conserto

O Bhagavad Gita, um dos três pilares do ensino do Vedanta - talvez o mais importante - faz uma declaração importante. Diz que fazer o dever do outro é "cheio de perigo"; é melhor fazer um trabalho de terceira categoria cuidando de si mesmo do que um emprego de primeira classe cuidando de outra pessoa. Todo mundo quer parecer bom aos olhos da sociedade, e a sociedade define a

virtude como "fazer a diferença". É uma ideia calorosa e confusa que muitas vezes leva ao prejuízo, pois se traduz facilmente em tentativas vãs de controlar e manipular a vida dos outros de acordo com a sua ideia do que é bom para eles. A maioria de nós é ensinada que é nobre sacrificar-se pelos outros. Mas desde que os outros sigam as suas próprias naturezas independentemente de nossos desejos no final do dia, é de se admirar que nos sintamos frustrados, zangados e ressentidos?

Pode ser novidade para você, mas não estamos aqui para salvar o mundo. O mundo é perfeito como ele é. Os bons e os maus servem perfeitamente à consciência. Quando você entende o panorama geral, você vai se estabelecer e cuidar de si mesmo adequadamente. Mas quando você tem a vaidade especial de que você sabe mais - que na verdade nasce de um sentimento de inferioridade - e se encontra "ajudando" alguém, você não está realmente fazendo um favor, porque você está criando uma pessoa dependente. O valor espiritual número um é a autoconfiança. Se você pensar pelos outros e tomar conta de suas vidas, eles não crescerão. Isso não quer dizer que demandas legítimas e ocasionais de ajuda não devam ser respondidas com alegria ou que não é dever dos pais moldar a vida de seus filhos com amor e bons valores. No contexto da busca pela libertação, no entanto, você deve idealmente evitar relacionamentos que exijam serviço constante, a menos que seja da sua natureza servir, um tópico que consideraremos em breve.

Dizem que a vida imita a arte. As novelas são um bom exemplo do problema da *svadharma*, pois elas glorificam quase todo mal-valor conhecido pelo homem, particularmente a manipulação. As vítimas são basicamente pessoas imaturas, não muito brilhantes, e os vitimizadores são benfeitores do inferno. Enquanto apunhalam as vítimas nas costas com sorrisos maliciosos e abraços calorosos, afirmam que é para o bem da própria vítima. "Estou transando com sua esposa e te traindo nos negócios porque amo muito você. Você simplesmente não consegue ver porque você é um tolo." A mensagem é óbvia: cuide de si mesmo. Se você não exerce bem as suas próprias responsabilidades, nunca conseguirá se libertar.

"Deveria" é Uma Palavra Ruim

O segundo significado de *svadharma* é igualmente importante. Significa não tentar viver de acordo com um ideal. As pessoas imitam modelos. As mulheres do mundo, suponho, querem ser como Angelina Jolie, e os homens querem ser como Brad Pitt. Pessoas espirituais tentam ser como os Dalai Lamas, Ramanas e Ammas do mundo espiritual. É um grande erro tentar ser algo diferente do que você é.

Quando você não sabe que é a consciência plena e sem ação, você quer que as circunstâncias sejam diferentes, ou que você, como você se entende, seja diferente - ou ambos. Todo mundo pensa: "Eu deveria ser ... Eu deveria fazer ..." "Deveria" é uma palavra muito ruim. Sempre que você ouvir a mente pensando "deveria", pressione "pausa", pense nisso e aperte "delete". O caminho para a libertação não é sobre transcender ou negar o seu pequeno eu. É aceitar quem você é aqui e agora. Se você cometeu erros e fez coisas ruins, não se castigue fazendo penitência. Entenda que se você soubesse quem você realmente era, você não teria feito o que fez e se perdoaria. A culpada é a ignorância, não você. Entender isso possibilita o perdão. Então converta o desejo de ser diferente em um desejo de saber quem você é, já que você é sempre puro, perfeito, completo e, portanto, incapaz de realizar ações prejudiciais como meio de se completar.

Minha Natureza Relativa

Ninguém vem aqui por sua própria conta. Todos nós aparecemos aqui um belo dia a mando de um poder muito maior do que nós mesmos. Chegamos programados com uma certa natureza. Depois que o material biológico básico é classificado, nos diferenciamos em vários tipos. A criação em si é um programa vasto e complexo, concebido de forma inteligente, que requer as contribuições de muitos miniprogramas, ou seres. O mundo precisa de pensadores, artistas, empresários, cientistas, trabalhadores, santos, criminosos, atletas, músicos, guerreiros, políticos, agricultores, gerentes, administradores, contadores e assim por diante. Plantas e animais seguem fielmente os seus programas, e espera-se que os seres humanos sigam os seus também. Se eles não seguem, eles sofrem.

No entanto, devido a um intelecto autoreflexivo e aos desejos e medos que a ignorância de si mesmo gera, as mentes dos seres humanos nem sempre estão sintonizadas com as suas naturezas relativas. Antigamente, não era difícil descobrir o que você deveria fazer. Suas ações foram mais ou menos determinadas por fatores socioeconômicos. Seu pai era um padeiro, você se tornou um padeiro. Mas com o advento da tecnologia e da prosperidade global, nem sempre é claro o que a realidade exige, pois as opções são aparentemente ilimitadas. Para ter certeza, algumas pessoas sentem-se inclinadas para um determinado caminho desde a infância e, sem questionar, perseguem seu sonho. O que deve ser feito nunca é um problema para eles, pois eles são obcecados por seus programas.

Se eu não sei qual é o meu *svadharma*, não sei como responder apropriadamente. Viajando pelo mundo e conhecendo centenas de pessoas, eu nunca deixo de me surpreender com quantas pessoas, até mesmo adultos em seus quarenta e cinquenta anos, estão incertas sobre o que deveriam estar

fazendo. Se este for o seu caso, você pode por em prática com segurança o seu eu relativo/aparente respondendo às regras que governam a situação imediata com um espírito desinteressado.

Fazer o que deve ser feito em um determinado lugar e em uma determinada situação, quer você goste ou não, é *svadharma*. Por exemplo, é um erro substituir seu *svadharma* por causa da necessidade de segurança. Pegar um emprego insalubre apenas para pagar o aluguel nem sempre é o melhor curso de ação. Às vezes, é apropriado resolver conflitos relacionados à segurança, dando uma chance e seguindo o seu coração (e talvez sofrendo privações) ou, alternativamente, realizando o trabalho indesejado no espírito do *karma yoga*, sobre o qual muito será dito mais tarde. O *karma yoga* é a melhor maneira de se qualificar para a liberação, independentemente do tipo de atividade que você realiza.

Através do *dharma yoga* nós dominamos nossos gostos e aversões. Fazer o que gostamos nem sempre é apropriado e evitar o que não gostamos nem sempre é apropriado também. Para quebrar o domínio de seus gostos e aversões, você precisa fazer o que a situação exige e evitar fazer o que não é necessário. Exercer esse entendimento em todas as situações constrói a autoestima. Isso fortalece você e faz você se sentir bem sucedido porque você fez o que é certo, não apenas o que é conveniente. A batalha termina quando você enfrenta seus desejos e medos.

6. Capacidade de Foco - Concentração

Esta qualidade destina-se a corrigir duas tendências relacionadas e inúteis da mente: multitarefa e muitos interesses. Ambas nascem da ganância e tornam a mente imprópria para a investigação. A mente é curiosa. É da sua natureza vagar. Se a mente não vagar, você não saberá nada. É como uma câmera de vídeo, não uma câmera fotográfica. É momentânea, uma série de imagens energizadas. Mas essa tendência nem sempre é útil para a autoinvestigação.

Sua mente precisa da capacidade de permanecer em um determinado tópico por um período considerável de tempo. O único tópico para aqueles de nós que procuram libertação é o Ser pleno porque é a única coisa livre! A maneira de manter isso em mente é trazer a mente de volta aos ensinamentos repetidamente até que a tendência de vagar seja refreada. Contemple seus desejos e medos à luz dos ensinamentos até que a vida diária esteja de acordo com a investigação. É preciso ver que a investigação não é apenas uma atividade ocasional - ou uma entre muitas - que é feita quando se está entediado ou infeliz.

Todas as qualificações estão relacionadas. Buscadores se queixam de sua incapacidade de se concentrar no Ser pleno e estão continuamente à procura de novas técnicas para facilitar a focalização. Dificuldade de foco é uma questão de valores. Alguém tem dificuldade em se concentrar em sexo? Não, porque é altamente valorizado. A falta de foco significa que a clareza sobre o que você quer, no nosso caso a libertação, não é a prioridade número um. Quando a libertação é o valor número um, a concentração cuida de si mesma.

7. Tolerância

Tolerância é ter objetividade em relação à dor de todos os tipos, sem ansiedade, reclamação ou tentativa de vingança. Aplica-se apenas a situações sobre as quais não podemos fazer nada. Em outras situações, você deve agir para mudar as coisas, se puder. Tolerância é entender que as pessoas não podem ser mudadas, mas dando-lhes a liberdade de serem o que são e estabelecendo limites para cuidar de si mesmas.

Esta qualificação cria uma vida simples. Hoje em dia a sociedade é altamente complicada e neurótica. Nosso senso de direito não tem limites. Sentimo-nos habilitados a choramingar e reclamar, do amanhecer ao anoitecer, sobre coisas insignificantes. Nossos gostos e aversões estão fora de controle. Os luxos tornaram-se necessidades, nossas vidas complicadas e nossas mentes destruídas. Essas pequenas coisas não são dignas de atenção. Meu professor costumava chamá-las de "pequenas picadas da vida". Sofrê-las com bom humor é necessário. Se coisas triviais - odores corporais, paisagens não atrativas, uma sala bagunçada, pratos sujos, roupas enrugadas, pessoas incompetentes ou necessidades, sons da rua, uma conexão perdida, uma observação maliciosa ou um erro no seu extrato bancário - o incomodam, você precisa trabalhar nessa qualificação.

Eu amo minha esposa. Minha esposa ama a mãe dela. Minha sogra não me ama por vários motivos. Ela quer visitar a filha no fim de semana. Estou preso em casa por causa de um acidente de trabalho. Vamos ter que passar dois dias sob o mesmo teto. Eu deveria fazer um estardalhaço sobre meus maus sentimentos e reagir aos dela, ou deveria deixar os sentimentos um pouco de lado? Se os deixo um pouco de lado e trato minha sogra educadamente, sou uma pessoa tolerante. Se busco cada oportunidade para fazer com que ela saiba como "realmente" me sinto, não estou qualificado para a investigação do Ser.

8. Devoção

As qualificações - desapego, concentração, desejo ardente, discriminação, etc. - e devoção estão intimamente relacionadas, são formas mais ou menos diferentes de olhar para a mesma coisa. Devoção é amor à verdade, amor ao conhecimento. Isso significa que o meu poder emocional está diretamente atrás da minha busca pela libertação. É um valor positivo. Não sou dedicado apenas porque o meu sofrimento exige isso - embora o faça; eu sou devotado à investigação porque eu amo a verdade.

Sempre me surpreendo como os pais podem sofrer tanta miséria nas mãos de seus filhos. Acho quase impossível aturar minha mente necessitada por mais do que alguns minutos, então a única explicação para um compromisso de mais de vinte anos com as mentes carentes de dois ou três outros - sem mencionar que os pais muitas vezes permanecem devotados aos seus filhos enquanto viverem - só pode ser devoção. A devoção não conhece a dor. É firme e profunda e supera tudo.

9. Fé

Alguns dizem que a fé é a qualificação número um. A fé que o qualifica para a autoinvestigação é muito simples e não é cega. O Vedanta diz que nada está errado com você em nenhum nível. Mesmo sua autoignorância não é sua culpa. A fé que lhe é pedida é a crença de que você é puro e perfeito, dependendo do resultado de sua investigação baseada nas escrituras.

Perto do final da Guerra Fria, os russos disseram: "Confie em nós, estamos destruindo nossas armas nucleares." E os americanos disseram: "Confiamos em vocês, mas gostaríamos de ver por nós mesmos." Mesmo se você acredita que está aprisionado, você deve viver como se estivesse livre e ver se a realidade não o suporta cem por cento. A experiência pode dizer que não, mas o conhecimento diz que sim. Se você duvida continuamente, sua dúvida comprometerá a sua capacidade de ouvir, refletir e assimilar os ensinamentos. Não há felicidade para os que duvidam.

Os estudos de pessoas que têm fé em Deus descobriram que, no geral, aqueles que acreditam em Deus são mais felizes do que aqueles que não acreditam, nem os crentes nem os não-crentes sabem quem ou o que é Deus. Então você tem que confiar no ensino e no professor.

10. Desejo Ardente Pela Libertação

Um dia, um discípulo pediu ao guru que falasse sobre o desejo ardente de libertação. O guru disse: "Não importa. Não é importante." O discípulo era muito inteligente e curioso, não era alguém para ser repudiado assim, por isso perguntou novamente, e novamente recebeu a mesma resposta.

Alguns dias depois, eles estavam na beira do rio tomando banho. O ritual do banho envolve mergulhar três vezes na água. No terceiro mergulho, o guru pulou em cima do discípulo, colocou o pé nas costas, prendeu-o pelo braço e segurou-o com firmeza no fundo do rio enquanto o discípulo se esforçava para se libertar, soltando-o apenas um segundo antes de se afogar. O discípulo estava muito zangado e estava prestes a dar uma boa surra no seu guru. O guru concordou em receber sua punição, mas não antes de fazer uma pergunta ao discípulo: "O que você estava pensando quando estava lá embaixo no rio?" O discípulo disse que ele definitivamente não estava pensando, mas o guru insistiu que ele estava. Eles discutiram por um minuto ou dois até que o discípulo perguntou: "Ok, o que eu estava pensando?"

"Você tinha um pensamento e apenas um pensamento", respondeu o guru.

"Qual era?", disse o discípulo.

"Ar", disse o guru. "Seu único pensamento foi 'eu quero respirar'. Querer a libertação com a mesma intensidade que você queria ar, é o desejo ardente."

Todos dizem que querem ser livres, mas nesta questão você precisa ser muito honesto consigo mesmo. Seu desejo é trivial, mediano ou ardente?

Um Professor Qualificado

Até agora temos um meio válido de conhecimento e um estudante qualificado. Você também precisa de um professor qualificado. Como mencionado anteriormente, você não pode ensinar o Vedanta a si mesmo. Ler livros e ouvir professores não qualificados não funciona. É natural começar sua jornada dessa maneira, mas há uma desvantagem óbvia: a sua ignorância fará com que você interprete o que lê.

Uma pessoa iluminada não é necessariamente um professor qualificado e um professor qualificado não é necessariamente iluminado! Se meu ensinamento não é nada mais do que eu e minha história de iluminação - o que eu fiz, o que aconteceu comigo - não vai funcionar para você. A minha iluminação e as conclusões que extraio dela não constituem um ensinamento,

porque o problema é a ignorância genérica. A solução para a autoignorância é o autoconhecimento, e o conhecimento não é pessoal.

Ser Coerente Com o Que se Fala

A iluminação não tem significado além da maneira como você vive. É bastante surpreendente nos dias de hoje que a ideia da “sabedoria Incoerente” ainda esteja em circulação. A ideia desses gurus que sugerem; “faça o que eu digo, não o que eu faço”. De que serve a iluminação se não é nada mais do que uma licença para o ego saciar os seus desejos vinculativos adharmicos? É muito triste que tantos professores tenham, ao longo dos anos, criado uma má reputação à “Iluminação”, através de suas fraquezas e vícios banais por dinheiro, sexo, fama, validação, poder etc. As pessoas imaginam que os vícios do iluminado deveriam ser, de algum modo, mais exóticos.

Quando alguém se senta diante de você vestido de branco ou outros indumentários em um trono com centenas de pessoas olhando para ele com adoração e entrega, a “energia” refletida de volta é maravilhosa, e você é tentado a imaginar que essa energia maravilhosa emane do guru. Você vai pensar que eles são muito iluminados. Na realidade, você não sabe nada sobre quem eles realmente são. Uma imagem agradável e sentimentos agradáveis e pacíficos não é o que você precisa. Um buscador que saiba discriminar é como uma mosca na parede, que zune intrometidamente na vida de um professor, para ver se ele brilha também fora dos holofotes. Descubra para onde vai o dinheiro. Ouça as fofocas com discriminação; muitas vezes onde há fumaça há fogo. Figuras públicas são sempre suspeitas. Frequentemente sofrem de “Baixa Autoestima” e são espertos em criar uma imagem de si mesmos como almas amorosas e atenciosas, mas uma boa dose de suspeita é justificada. Quanto mais "espirituais" eles se apresentam, maior deve ser a sua dúvida. Como o patriotismo, a espiritualidade é também um refúgio popular para os malandros em busca de fama e autovalidação.

Nós ensinamos por preceito e exemplo. Apenas uma pessoa extremamente avançada e altamente qualificada pode obter o conhecimento de um trapaceiro enganoso, se é que o faz. Falar sobre libertação é sedutor e barato, mas quem é de fato livre? Quando você encontra uma pessoa livre, você pode sentir isso. Há uma leveza, uma indiferença, uma simplicidade ascética nela que é inconfundível. Ela nunca têm uma agenda pessoal.

Você deve correr bem rápido quando um professor tenta recrutá-lo. Você deve correr duas vezes mais rápido quando um professor lhe disser o que fazer. Um professor é alguém que revela a verdade. Se você descobrir a verdade, ela fará o trabalho para você. Quem é você, se sua autoconfiança é tão baixa que você não consegue imaginar como viver a sua própria vida? Um

professor que pede para você se entregar a ele ou a ela - ou aceita a sua devoção pessoal servil - é um ser humano imaturo, não um professor, não importa quão glorioso ele pareça ser, como você também é por oferecê-lo. Você precisa ser apenas um devoto da verdade - nada mais. Se você é dedicado apenas à verdade, não lhe será dado um mau professor.

Um professor que permite que você se torne dependente não é um professor. Ele é faminto por poder. E um professor que tenta se agarrar a você quando você quer sair - tenta convencê-lo de que você está comprometendo a sua iluminação - é um canalha. Um professor de verdade ficará feliz em vê-lo partir, sabendo muito bem que a vida é o melhor professor e que estará de volta, não necessariamente para ele, mas para o ensino. Se o professor for de um bom nível e o ensinamento funcionar você deveria se sentir cada vez mais livre do professor, conforme o ensinamento progride. Algumas semanas depois de conhecer meu professor, ele disse: "Sente-se e ouça. Vamos tirá-lo daqui o mais rápido possível, pois você está ocupando um espaço valioso que outra pessoa pode usar."

Um professor que espera que você acredite em suas palavras com base em uma epifania que você teve em sua presença não é um professor. Um professor que convença você de que o seu ego precisa ser eliminado ou que a sua mente precisa ser destruída é muito perigoso. Fama não faz um professor; grupos de pessoas podem ser tão iludidos quanto os indivíduos. Você notará que os professores em torno dos quais os cultos da personalidade se desenvolvem invariavelmente fazem da mente o inimigo. Sempre que uma dúvida acontece, é dito a você que é apenas a "mente" e vai pedir para você descartá-la. Se você se encontra com esse tipo de professor e ensino, isso significa que ele não tem um meio válido de conhecimento e é faminto por poder ou necessitado. É incrível como muitos professores populares realmente precisam do seu amor. Se você acha que um professor precisa de você por qualquer motivo, corra para as colinas. Você está procurando encrenca. Um verdadeiro professor é desapegado e autorrealizável e não tem nada a ganhar te ensinando.

Um professor que ensina silêncio não tem um ensinamento. O silêncio se dá muito bem com a ignorância. Um professor que ensina a iluminação experiencial não é um professor, porque você está sempre experienciando o Ser pleno; há somente a consciência. Finalmente, um professor que não apresenta a desvantagem de seu ensino não é um professor. Muitos professores, por exemplo, ensinam o tantra como um meio de esclarecimento. Talvez o *tantra*, como é concebido em sua totalidade, seja um caminho indireto útil para pessoas qualificadas. No entanto, o tantra sexual - a prática mais popular - mal merece ser mencionado, já que é apenas uma das muitas técnicas. O *tantra* sexual funciona tanto quanto epifanias não duais, se você tiver sorte. No entanto, o *tantra* sexual, que é um arranjo perfeito para egos

imaturos não realizados, tem um problema gritante. A técnica que lhe dá a experiência da não-dualidade produz apego à técnica! Você se apega ao sexo, não ao conhecimento da não-dualidade que deveria absorver a sua mente. Fixar a mente no Ser pleno é a autoinvestigação. Em vez disso, a mente está preocupada com o próximo episódio sexual.

É dever de um professor alertar contra o apego e oferecer técnicas como o *karma yoga*, que destrói o apego em vez de alimentá-lo. Em vez disso, professores inescrupulosos usam esse ensinamento para atrair milhares e promover sua busca por fama e fortuna, o que geralmente leva à sua ruína e a sérios danos a seus seguidores. Somente o Vedanta aponta destemidamente a desvantagem de tudo para ajudá-lo a desenvolver o desapego. Se estivéssemos interessados em atrair pessoas, evitaríamos informar os buscadores da longa lista de qualificações enumeradas neste capítulo.

Eu entendo que pode ser difícil ouvir essa mensagem, mas tenha em mente que essas afirmações estão em harmonia com um ensinamento que tem funcionado por milhares de anos, que é tão sólido quanto a verdade na qual se baseia. A sua confiança é um ativo valioso. Não a desperdice em ensinamentos problemáticos.

Eu elogio o Vedanta porque funcionou para mim e tem funcionado para muitos outros desde tempos imemoriais, mas eu não acho que, para se libertar, você precise necessariamente do Vedanta da forma que eu o apresento. Embora você precise de fato do autoconhecimento, ele de qualquer modo virá até você. Vedanta é apenas um meio de conhecimento. Se você for qualificado e invocar a consciência corretamente, você será libertado, seja quem for e onde quer que esteja – independentemente do Vedanta. Nós não olhamos para outros caminhos, nem nos sentimos superiores porque nosso veículo é muito eficiente e outros menos. Faça o que você quiser e procure como achar melhor, mas não desconsidere esses ensinamentos.

À custa de dourar a pílula, repito: o mercado espiritual é uma instituição humana, imperfeita em todos os aspectos. Porque as suas opções são limitadas, você se encontra nele não por sua falha. Você pode vagar por mais de vinte anos e perceber que os meios disponíveis para você são defeituosos. E embora não tenha sido a sua intenção e você não tivesse ideia de como procurar quando começou, você pode ter se qualificado enquanto estava no caminho. Toda busca é um erro, mas é um bom erro. Chamamos isso de "erro principal", pois pode muito bem direcionar você indiretamente para onde você precisa estar. Não se surpreenda se o Vedanta vier até você e você apreciar a sua beleza. Anos atrás, em São Francisco, vi um pôster com o rosto sorridente de um guru que dizia: "Venha a mim quando você já estiver feliz". Se o professor estava farto de pessoas infelizes ou se realmente entendia alguma

coisa, há verdade nisso. O Vedanta funciona quando você está pronto para parar de procurar.

Finalmente, tenha em mente que há também professores que conhecem a verdade, sabem que são a verdade e vivem vidas *dhármicas*, mas não possuem um meio legítimo de autoconhecimento. Não é o fim do mundo associar-se a eles; você pode ganhar muito. E não se lamenta se você foi usado e abusado pelas mãos de um mestre espiritual. Tome isso como uma aprendizagem, um presente e não desista. Quando for a hora certa, o professor certo aparecerá.

A Graça de Deus

Então eu tenho um meio qualificado de conhecimento, eu sou qualificado e tenho um professor compassivo que maneja habilmente os meios de conhecimento. Caso encerrado, certo? Errado. Mais um fator precisa ser levado em consideração – a graça. Nossa iluminação significa tanto um serviço ao todo quanto uma libertação pessoal. Deus conhece as necessidades do todo e atende às necessidades do todo para que você receba a sua iluminação quando Deus quiser, não antes. A conclusão a ser tirada: exponha a sua mente aos ensinamentos em todas as oportunidades, trabalhe sincera e alegremente consigo mesmo e pare de se preocupar com o resultado.

Antes de ensinarmos o Ser pleno, devemos revisar o que aprendemos até agora. É de vital importância que você entenda a lógica completa do ensino. Você deve voltar e ler os quatro primeiros capítulos novamente, mas vamos analisar o que foi dito até agora, pois a repetição é a melhor maneira de consolidar o conhecimento.

Um Breve Resumo

Eu sei que a alegria não está no objeto. Eu sei que a alegria está no sujeito, Eu, o Ser pleno. Eu quero buscar o Ser pleno diretamente, para que eu possa desfrutar da plenitude que vem de saber quem eu sou, em vez de obter momentos temporários de felicidade de objetos e situações. Portanto, eu me torno um buscador da libertação.

A abordagem experiencial te estimula a fazer práticas destinadas a te iluminar. O caminho sem percurso para o conhecimento é baseado na ideia de que você já é livre, mas não ainda aprecia esse fato. Se você não entende quem você é, precisa de um meio de conhecimento que o revele.

A abordagem experiencial é impraticável porque as pessoas têm desejos e conhecimentos limitados e suas ações produzem resultados limitados. Eles querem um resultado ilimitado - libertação - mas não podem realizar ações que produzam ilimitabilidade.

O caminho para sair desse enigma é designar ao fazedor uma tarefa que funcione – a investigação. A investigação funciona porque o seu resultado é conhecimento, não ação/experiência. O conhecimento liberta você porque você já é livre. O conhecimento de que “eu sou livre”, “eu sou pleno e completo”, é libertação, supondo que ele negue a realidade ao fazedor e torne as vasanas do fazedor não vinculativas. Uma vez firme, o autoconhecimento não requer manutenção. A experiência requer manutenção constante, portanto, a busca nunca termina. Uma vez que o autoconhecimento é firme, a compulsão de realizar cessa, e você não faz o que faz pela felicidade, você faz o que faz com felicidade.

Dissemos que o conhecimento requer um meio de conhecimento e que nossos meios agraciados por Deus são inadequados, porque o Ser pleno não é um objeto de conhecimento. Assim, a consciência, não as pessoas, revelou e desenvolveu o Vedanta, um meio comprovado. Isso elimina a falta de clareza sobre a sua plenitude, a sua completude. O conhecimento se fixa apenas em uma mente preparada e qualificada, e precisa ser trabalhado em você por um professor qualificado.

Capítulo V

Consciência Pura, o Ser Pleno



EU SEMPRE COMEÇO os ensinamentos com um canto de um dos textos fonte do Vedanta. É uma descrição de você:

*“Om Brahmanandan parama sukkadam kevalmijnana murtim
dvandvatitam gangana sad drisham tatvamasyaadhi lakshyam.
Ekam nityam vimalam acalam sarvadh sakshi bhootam Bhavatam
triguna rahitam sad gurum tam namami.”*

“O Ser pleno, a consciência pura, é plenitude, a “bem-aventurança” ilimitada e satisfação sem fim. Está além das dualidades da mente. É a entidade (o Ser) que vê, a entidade (o Ser) que é conhecido através do mantra do Vedanta, ‘Você é Aquilo’. É o princípio que a tudo testemunha, é eterno, puro e imutável. Está além da experiência e das três qualidades da natureza. Eu me curvo ao Ser pleno, aquele que remove a ignorância.”

É isso que a sua mente está dizendo sobre quem você é? Sem dúvida há uma voz interior que tem outra opinião. Provavelmente diz algo assim: “Eu sou um pequeno verme assustado e necessitado, mastigando o lixo experiencial do mundo à procura de satisfação. A vida é dura e eu sou solitário, amedrontado, deprimido e movido por meus desejos a maior parte do tempo. Você diz que eu sou ok, mas eu não me sinto assim.”

Nós todos conhecemos essa voz. Ela é uma protagonista da guerra interna entre a verdade de quem somos e o que pensamos que somos. Os ensinamentos não podem resolver essa guerra; você tem que resolver isso contemplando o significado dos ensinamentos. O Vedanta é seu aliado. Ele revela a verdade não dual da sua experiência e fica ao seu lado, sempre vigilante.

Ele confirma a sua identidade como uma Consciência não nascida, eterna, sem ação e despreocupada. Ele mostra que você é a bondade além do bem e do mal, a beleza desta criação - o sol, a lua e as estrelas - é apenas um pálido reflexo da beleza do seu próprio Eu (Ser pleno). O Vedanta diz que, porque você é a consciência plena, você é tudo o que é. Portanto, você precisa se conhecer como o todo. E, para aqueles que ainda anseiam por algum tipo de iluminação experiencial, o Vedanta afirma inequivocamente que o que você procura - o Ser pleno - está além da experiência.

O Vedanta está preocupado com um único tópico – a identidade. Você deve pensar que o ensino começaria com o tópico do Ser pleno e permaneceria nele exclusivamente, mas há muito mais para a autoinvestigação do que apenas dizer que somos a Consciência, o que em si não é um tópico complexo. É um tópico sutil, no entanto, não se submete à pensamentos imprecisos e grosseiros ou que necessariamente leva a uma solução simples como perguntar: “Quem sou eu?” Também não é simples, devido ao fato de que a experiência parece contradizê-lo, estabelecendo uma resistência natural à assimilação dos ensinamentos. E desde que o problema é a ignorância e ela está arraigada, você não pode simplesmente andar por aí validado por uma epifania, ou desperto por uma leitura rápida de um livro popular sobre não-dualidade, ou se sentindo ótimo pelos depoimentos elogiosos de amigos, e esperar “sacar” imediatamente. Se o fizer, irá “des-sacar” tão rapidamente quanto “sacou”. Muitos com o QI de Einstein não conseguiram quebrar o código. A investigação do Ser é uma busca única.

Um ensino bem-sucedido como o Vedanta precisa estabelecer pacientemente o contexto no qual a autoinvestigação se torna significativa. Isso envolve clareza com referência aos seus objetivos, obtendo um entendimento preciso da natureza da iluminação, eliminando noções errôneas, valorizando a necessidade de um meio de conhecimento e observando as suas qualificações, antes mesmo de você começar a perguntar. E você deveria saber que o tópico do Ser – que em certo sentido é o único tópico – situa-se mais ou menos no meio de toda corrente lógica que constitui a visão da não-dualidade, o que quer dizer que, embora ele seja a primeira, a última e a única palavra, ele não é.

A afirmação “é e não é” caracteriza o ensinamento. Por exemplo, obviamente há muitas afirmações contraditórias nos textos. O que significa “é maior do que o maior e menor do que o menor”? “Ficando parado, vai-se mais rápido do que a mente”. “A mente é o Ser, mas o Ser não é a mente”. Não há uma resposta rápida e fácil, até que um desdobramento cauteloso dos ensinamentos solucione as contradições aparentes e deixe explícito o que está implícito.

Imagine que você está caminhando em um bosque e encontra um estranho. Antes de qualquer palavra ser trocada, o que você experiencia? Você vê um corpo e você vê a Consciência. Se não houver consciência, o corpo não estará na vertical. Ele estará apodrecendo no chão, comida para vermes. A Consciência pura aparece como a centelha da vida que anima o corpo. Você não “vê” com seus olhos, mas sabe disso por inferência, que é tão boa quanto à experiência direta, já que o conhecimento é quase tudo o que é necessário. Dizemos “quase” porque simplesmente conhecendo-o indiretamente como um objeto não é o suficiente. É verdadeiramente conhecido apenas quando você sabe o que significa conhecê-lo em termos de sua experiência da dualidade.

Normalmente, quando você entra em uma sala e alguém está nela, você se apresenta imediatamente; nenhuma pessoa se senta e olha para a outra sem falar. Em termos de autoconhecimento, isso representa um problema porque a maneira como somos condicionados a interagir - que revela o que sabemos e o que não sabemos - exige que as informações sobre nossas respectivas identidades sejam trocadas. Você não pode realmente agir no mundo "real" sem saber com quem você está lidando. Esta informação pode vir indiretamente por inferência ou diretamente na forma de afirmações sobre o Ser pleno. Eu francamente duvido que você tenha conhecido um completo estranho, que se apresentou como Consciência ordinária, sem ação, sem preocupação, ilimitada e não-nascida. Estas são as palavras que mais precisamente identificam o Ser que está naquele corpo à sua frente, mas não é o que o Ser irá dizer.

Eu Não Sou a Minha História

A situação é um pouco mais complicada, pois mesmo que o Ser pleno não tenha vindo de lugar nenhum, um dos primeiros detalhes a surgir na conversa é de onde ele veio. Mesmo que não seja nascido, ele fala de uma mãe e um pai. Mesmo estando livre de tudo, parece pensar que está ligado a um lugar, a um lar, a um cônjuge e a um filho. Mesmo que não seja um fazedor, pois não há nada além disso, ele diz que faz um certo trabalho. Embora nada tenha lhe acontecido, ele pode lhe entreter para sempre, geralmente até a exaustão, sobre todas as coisas que aconteceram: “minha mãe fez isto; meu pai fez aquilo; e então eu...” Ele tem uma história para contar.

E essa história é de alguma forma destinada a somar-se à Consciência que está na sua frente sacudindo sua língua aparente. A história cujo propósito é ser "eu". Mas há um sinal de igualdade entre eu e minha história? Se você adicionou todas as coisas que aconteceram com “você” ao longo do tempo - e o que você pensava sobre elas - elas seriam todas iguais a você?

Se todas aquelas palavras à seu respeito se referiam à algo real, suas alusões estariam disponíveis para a experiência aqui e agora. A realidade – a consciência pura, ou seja, você – está sempre presente. Mas nenhuma dessas coisas está presente além das palavras que supostamente as representam. Elas não estão coladas ao seu corpo para as pessoas tocarem. Elas não pairam ao seu redor como uma nuvem de mosquitos para observação. São simplesmente palavras pronunciadas por você e que desaparecem imediatamente no ar.

Eu Sou a Consciência Comum

Extrair uma identidade de uma série de acontecimentos, reais e imaginários, não funciona. Minha história, minha ideia de quem eu sou, não sou eu. Se você quiser saber quem você é, subtraia sua história. O que sobra é você, uma simples consciência pura - um ser consciente. Não há dois de você, três de você ou dez de você. Há apenas uma Consciência, comum, ordinária e sempre presente.

Estamos em outro ponto importante do ensino, pois tudo o que lemos e ouvimos, particularmente os depoimentos superficiais da abundância de seres ditos iluminados que inundam o mercado espiritual com seus livros, vídeos e sites nos convenceram de que o que estamos buscando é uma espécie de experiência alucinante, surpreendente, transformadora de vida - algo que supostamente vai nos transformar em super almas iluminadas e nos dar vidas com as quais só podemos sonhar. Sem a pornografia espiritual hiperbólica que passa por conhecimento nos dias de hoje, o gigantesco mundo espiritual encolheria para o tamanho de uma pequena ervilha e os gurus modernos teriam que pendurar seus chapéus de guru e obter trabalhos diurnos. A ideia de que o Reconhecimento do Ser é algo especial – que é uma ideia correta, mas não da maneira como você pensa – é o maior impedimento imaginável para a iluminação.

A persistência desse mito deve-se exclusivamente ao fato de que os egos daqueles que o procuram estão tão entediados, solitários e geralmente desencantados com a vida que perseguem apenas algo que pensam ser: Incrível! Fantástico! Inacreditável! Assim, a fantasia do Ser pleno extraordinário - o Ser pleno TRANSCENDENTAL, o Ser pleno CÓSMICO, etc – sobrevive e prospera, de era em era. Se você se agarrar à noção de que vai experimentar algo especial e prosseguir com essa investigação, ficará muito desapontado, pois - é triste dizer - o Ser pleno que você é, o Ser pleno que você vai perceber - é totalmente comum e ordinário. É a Consciência que está observando a sua mente nestas palavras, nada mais. Não é inacessível a todos. Está escondida à vista de todos. Está sempre presente mas não desfrutado por nenhuma outra razão além da falta de compreensão.

Nessa pura, simples e imutável Consciência que somos, os pensamentos, sentimentos, memórias, sonhos, percepções, crenças e opiniões surgem e se dissolvem como a névoa da madrugada. Ainda que Consciência (awareness) e consciência (consciousness) sejam sinônimos, costumo usar a palavra Consciência (awareness), porque quase invariavelmente achamos que a consciência é a mente, ou seja, os eventos que surgem e se dissolvem na consciência. Devido à sua associação com a mente, a palavra “consciência”, a qual frequentemente nos referimos como uma “corrente” ou um fluxo de

experiências subjetivas, não é tão útil como a palavra Consciência, embora no uso, Consciência também se refira à mente.¹⁰

A Coisa Mais Óbvia

Aqui está uma investigação curta e brilhante de um dos meus amigos, Christian Leeby. Eu a “engordei” um pouquinho, mas ele tem todo o crédito.

Qual é a experiência mais familiar para você? Não deveria ser fácil responder? Eu sei que é uma pergunta bastante vaga, mas ainda assim, não parece que você deveria saber com facilidade o que é? Pense nisso. Não deveria demorar mais do que alguns segundos, mas isso pode levar muito tempo, pois a resposta é tão óbvia que a maioria das pessoas não entende.

Quando você experiencia algo o tempo todo e isso nunca muda, é quase impossível perceber isso, assim como a gravidade. A gravidade está pressionando fortemente o seu corpo o tempo todo, mas você nunca percebe, porque ela está sempre presente. O que é interessante sobre a experiência mais familiar para você é que ela também é uma constante como a gravidade, mas você pode conhecê-la. Embora ela nunca mude, você pode estar ciente dela. Então o que é?

A experiência mais familiar para você é que você existe. Cada coisa que você experiencia e conhece acontece dentro do contexto de sua existência. Isso é super óbvio, certo? Mas isso não vem à mente, pois está em segundo plano e nós não pensamos sobre isso ou apreciamos pelo que é, porque, bem, porque está sempre presente. Como você pensa sobre o fato de que você existe agora, você imediatamente sente ou compreende ou experiencia ou conhece a sua existência de alguma forma, não é?

Como você sabe que você existe? Bem, você apenas sabe disso, e isso é tudo. Não é porque você vê sua existência ou escuta, sente ou pensa, ou por qualquer outro motivo. Nenhuma outra fonte de informação é necessária. Que você existe é o conhecimento mais importante que toda pessoa tem. É óbvio, fundamental e contínuo. E você sabe disso simplesmente porque você sabe

¹⁰Nota Importante: Neste capítulo, James Swartz faz uma diferenciação entre as palavras “Consciousness” e “Awareness” que antes eram utilizadas como sinônimos, sendo Consciousness a consciência comum, associada à mente, pensamentos e emoções e Awareness, o Ser. Como em português as duas palavras são traduzidas como “Consciência”, decidimos utilizar o “C” maiúsculo para fazer essa diferenciação, portanto “Consciência” (ou em alguns casos, “Consciência pura”) passa a ser o equivalente à Awareness, o Ser.

disso. Nada de novo aqui; só estou apontando o que você já sabe, o tempo todo.

Existe outro fato muito importante à seu respeito, que você precisa considerar. Que você existe está claro, mas qual é a natureza da sua existência? O que exatamente é existência? Existência é Consciência. Estas duas palavras significam exatamente a mesma coisa. A experiência mais familiar pra você é que você é consciente. A existência, a consciência tem que estar presente ou você não poderia experienciar ou saber nada. Ou você poderia dizer que a existência ou a consciência tem que estar presente, ou você não estaria lá. Óbvio, não é?

Algumas pessoas do mundo espiritual - na maioria das vezes - parecem pensar que a Consciência é algo especial, algo em algum outro lugar, algo a ser descoberto ou realizado ou experienciado de alguma forma mística. Eu estou apontando como a Consciência pura é completamente simples, ordinária e óbvia para você.

Uma coisa é entender que você é Consciência-existência, mas outra é saber o que significa ser o que você é. Isso levará um pouco mais de tempo se você quiser fazê-lo sozinho, mas se você escutar o que eu tenho a dizer, não demorará muito. O que isso significa é que você é sempre inteiro, pleno e completo. Isso é o que queremos dizer com bem-aventurança ou plenitude (*bliss*). Isso significa que você está sempre satisfeito consigo mesmo. Você, irá, é claro, discutir comigo sobre este assunto, porque sua experiência não concorda com esta conclusão. Às vezes você se sente positivamente insatisfeito. Antes de você parar de escutar, considere isto: Por que você não está satisfeito com a insatisfação? A resposta é porque você não está focado em sua Consciência-existência. Você não se sente satisfeito porque acabou de conseguir o que queria ou evitou o que não queria; você se sente satisfeito porque está em sintonia com você mesmo.

Há algo que obstrui a sua apreciação de si mesmo - seus medos e desejos! Se você puder colocá-los de lado, você ficará satisfeito o tempo todo. Existem várias soluções para esse problema - o *karma yoga*, por exemplo - mas o mais rápido, se você é qualificado, é a autoinvestigação. Aplique a verdade sobre si mesmo - o conhecimento de que "eu sou pleno e completo, sempre existente, Consciência pura sem ação" - sempre que um medo ou desejo sem fundamento surgir, e você acabará nocauteando-o. Toda vez que você fizer isso, você se sentirá muito satisfeito, porque você está como você é, permanecendo como Consciência-existência, não como seus desejos e medos tolos querem que você pense que é - um pequeno, inadequado e incompleto banana.

É como estar na escola e ser avisado pelo professor para apagar o quadro-negro do seu passado. Quando você traz a investigação do Ser para

sua mente, está apagando tudo o que é velho. Passe o apagador algumas vezes e você verá uma diferença imediata, o que é uma coisa maravilhosa com o Vedanta. No entanto, um pouco de giz tem estado lá por um longo tempo e precisa de mais força para apagar e um pouco de ajuda do cotovelo. Se você duvida que o apagador funcionará, ele não funcionará, porque você não o está usando. Use-o de forma consistente e com certeza vai funcionar. Isso é autoinvestigação.

Outro ponto muito importante sobre a iluminação é saber que a ideia de que quando você se realizar, descobrirá algo de novo, é uma grande mentira. Você não descobrirá nem experienciará nada de novo. Isso não vai consertar o seu *karma*. Se você está procurando por algo novo - um tipo especial de experiência - então você está apenas alimentando a sua autoignorância. De fato, quando você realiza o Eu (Ser pleno), o que acontece é que você vê que se trata da experiência mais óbvia e familiar para você - sua Consciência-existência - é o que você está procurando. Por isso não é um grande evento e não é uma experiência.

Nossos pensamentos, sentimentos e o corpo são óbvios para nós. Todos nós os temos e todos sabemos que eles estão separados de nós. Nossa Consciência-existência é super óbvia para nós agora, mas ninguém nunca nos disse que a Consciência-existência é diferente deles. Então assumimos que nosso óbvio senso de Consciência-existência vem do corpo. Não vem. Há o seu corpo, os seus pensamentos, os seus sentimentos, o seu ego e então, a sua Consciência-existência completamente sozinha. Embora eles sejam um, pois a realidade é não-dual, seu corpo, pensamentos, sentimentos e ego são diferentes de você, existência. Eles são objetos, como árvores e montanhas. Você, Consciência-existência, é o que os testemunha. A Consciência, a testemunha, é o que você realmente é.

Saber disso não vai necessariamente te iluminar, embora certamente possa. Mas é muito importante, porque impedirá que sua mente se torne mágica e espiritual sobre essa misteriosa consciência, da qual todas as pessoas no mundo não-dual estão falando. Mesmo se você não a compreender totalmente, esteja confiante de que a Consciência sobre a qual você está pensando, não é nada mais do que aquilo que é pra você a experiência mais familiar: sua existência. É realmente muito simples.

Uma Segunda Consciência

A dualidade é um negócio muito complicado. É a crença de que a Consciência pura é na verdade duas ou mais. É por isso que você ouve muito sobre o "Eu superior" e o "eu inferior", o "Eu verdadeiro" e o "eu falso", o "Eu real" e o "eu ilusório". A dualidade é completamente compreensível, e você deve saber, no

início deste ensinamento, que a dualidade e a não-dualidade não são incompatíveis, pois elas habitam diferentes ordens da única realidade ou, se preferir, a dualidade é um subconjunto da não-dualidade. Elas não se contradizem, assim como uma onda não contradiz o oceano. Ela é o oceano, mas o oceano não é a onda. Nós não precisamos destruir a dualidade. Precisamos apenas negá-la. Se nós destruíssemos experiencialmente a dualidade, teríamos que inventar uma maneira totalmente nova de viver no mundo. Na verdade, não haveria mundo, como o conhecemos, para viver. Quando você percebe a verdade de si mesmo, as coisas básicas permanecem as mesmas que eram antes de sua libertação, mas elas também serão diferentes de uma maneira muito boa. Os paradoxos são abundantes.

A “segunda consciência” é a consciência refletida. Mais tarde, quando desdobrarmos o ensinamento dos princípios macrocósmicos, discutiremos isso em detalhes - é bastante técnico - mas agora precisamos explicá-lo brevemente para tornar mais fácil entender por que buscar a iluminação não é simples. Não é algo que você descobriria sozinho. Se não fosse pelo Vedanta, isso escaparia totalmente à sua atenção.

A segunda consciência é como a lua e a primeira consciência é como o sol. A lua não tem luz própria. É um planeta morto. O sol é um fogo radiante que brilha em todas as direções, gerando luz de dentro de si mesmo. Em uma noite de lua cheia, é bem possível caminhar na terra. Se uma criança sair à noite, ela verá a lua e pensará que ela está realmente brilhando. Está brilhando, mas não com sua própria luz. Ela reflete a luz do sol.

Quando *Maya*, a força criativa, sobre a qual muito será dito, está operando, o Ser pleno aparece como um indivíduo com um Corpo Denso, Sutil e Causal. O Corpo Denso é bem conhecido. Para não detalhar demais, o Corpo Causal é o seu condicionamento. Ele motiva as suas ações. O Corpo Sutil é a pessoa que você pensa que é. É a consciência refletida. E como a lua, ele não é realmente consciente, embora seja considerado como sendo consciente, pois é virtualmente impossível separar a luz que brilha sobre ele da superfície refletora na qual ele brilha. Para obscurecer ainda mais a verdade sobre o Corpo Sutil, ele é o lugar em você onde a experiência acontece, onde todos os seus sentimentos e pensamentos acontecem. Quando os Corpos Sutis (pessoas) dizem “Eu penso” ou “Eu sinto”, isso não é verdade, pois a Consciência pura, o “Ser pleno”, não pensa ou sente. Os Corpos Sutis não pensam ou sentem conscientemente, pois não são conscientes. A Consciência pura, como o sol, reflete no Corpo Sutil, e os pensamentos que surgem nela são iluminados e conhecidos. Se você tirar a consciência do Corpo Sutil, não poderá ver pensamentos surgindo nele. No sono profundo, a Consciência pura não ilumina o Corpo Sutil, portanto não há “você” ali.

Antes de continuarmos, vocês perceberão que estamos começando a introduzir alguns termos técnicos: Corpo Denso, Sutil e Causal¹¹. Se você leva a sério a autoinvestigação, deve começar a pensar em si mesmo considerando a nossa linguagem científica para ajudá-lo a fazer a transição da pessoa que você pensa que é para a Consciência pura impessoal que você realmente é. Depois de fazer a transição, você pode descartar a linguagem.

Pensar em si mesmo como sendo uma pessoa é um grande problema. Na verdade, é o único problema. De certa forma, é uma pena que eu tenha que lhe dizer isso, pois você pode muito bem abandonar o Vedanta e sair em busca de um ensino mais caloroso e confuso. Pode ser muito assustador abrir mão da sua história. Ela tem estado com você - na verdade você pensa que ela é você - pelo tempo que puder lembrar. Você não pode imaginar a vida sem ela. Na verdade, você não precisa se preocupar - você pode manter a sua personalidade se quiser, pois isso não invalida você. Você não pode ser invalidado ou anulado. Você tem uma identidade muito mais ilustre, que acomoda facilmente qualquer história.

É o seu pensamento que cria a sua realidade e, na medida em que a sua história não está em harmonia com a realidade, que é obviamente impessoal, você vai sofrer. Pensar em si mesmo como Consciência pura impessoal, o conhecedor da pessoa à qual você está tão ligado, pode parecer preciosismo desnecessário, mas eu garanto que não é. À medida que fornecemos a lógica para apoiar nossa afirmação sobre quem você é, isso fará mais e mais sentido.

Em qualquer caso, quando a Consciência está sob o feitiço de *Maya*, ela fica fascinada com os eventos subjetivos que aparecem no Corpo Sutil, identifica-se com eles e falha em perceber que está meramente experienciando uma reflexão inerte de si mesma. Quando você não sabe disso, você tenta fazer o impossível: conectar-se consigo mesmo ou realizar-se. Não é possível, pois a realidade é apenas a Consciência experienciando a si mesma. A Consciência é "realizada", significando que ela sabe quem e o que é sem o auxílio de palavras. É autoconsciente. É autoexistente, autoevidente. Está livre da noção de sujeito e objeto que a ignorância aparentemente impõe a ela.

Pergunte a si mesmo: o que você está fazendo para ser o que você é? Você não está fazendo nada para ser o que você é. Você não pode fazer nada para ser o que você é, pois você é o que você é. Ser iluminado não é saber o que você é. É saber o que você é e o que significa ser o que você é.

¹¹ *Sthula sarira, suksma sarira e karana sarira.*

Eu Não Morro

Quando você se considera o Corpo Sutil, você é propenso a certas crenças que não combinam com quem você realmente é. Uma dessas crenças é que você nasceu e que você vai morrer. Essa crença consciente ou inconscientemente influencia tudo o que você faz. Você acredita que o tempo está se esgotando e que você precisa obter tudo o que quer antes de morrer. Se você se conhecesse como é, não estaria interessado em acumular experiências desejadas em sua pequena vida antes de morrer, pois você compreenderia que é imortal.

A Consciência pura é não nascida. Se isso é verdade - e você precisa seguir nossa investigação para ver se é - então muitos problemas estão resolvidos. Se você é não nascido, você não morre. É claro que você acredita que sim, mas onde está a evidência de que você morre? Sim, sabemos que o corpo morre, mas é claro que você não é o corpo, pois ele é conhecido por você. Para ter conhecimento da morte, você teria que estar lá para observá-la. Se você está lá para observá-la, é obviamente algo diferente de você. De fato, o corpo e a morte são apenas objetos pensantes (sutis) que aparecem em você a qualquer momento. O corpo não é um objeto sólido "lá fora", nem a morte é um evento esperando para acontecer. São apenas palavras que não tem nenhum significado além da realidade que a ignorância de sua natureza empresta a elas.

Eu Sou um Todo Sem Partes

Não é suficiente saber que você não morre, embora seja um bom começo. Se você é uma pessoa miserável, não será uma boa notícia. Então, temos que lhe dizer outra coisa, talvez o fato mais importante sobre você. Você é pleno e completo. Você não pode negar que está consciente. Isso é óbvio. Que você é a Consciência que está ciente não é tão óbvio, mas se você se considera a consciência refletida, o Corpo Sutil, você sempre sentirá uma sensação de carência. Essa sensação de carência, que você acha que pertence a você, na verdade pertence ao Corpo Sutil. É um sentimento que leva você a perseguir as coisas e a agarrá-las quando as obtêm. É um problema, pois as coisas que você quer não estão sob seu controle. Não conseguir o que você quer e perder o que você valoriza é a causa número um do sofrimento. Mas se você soubesse que está sempre completo, você ficaria aliviado do sofrimento. Portanto, é muito importante saber que nada pode ser adicionado a você ou subtraído de você. Se você não é composto de partes, como algo pode ser adicionado ou subtraído?

Os Corpos Sutis (as mentes) muitas vezes passam a vida inteira tentando se manter "unidos", integrados. É uma tarefa fútil por essa razão: a

Consciência pura que você é não tem partes. Parece mais um conjunto, mas não é. É um todo sem partes. Quando você entende este fato, você vai parar de tentar se consertar, pois nenhuma cola pode mantê-lo unido. Você já está unido, ou seja, você é um todo sem partes.

Durante aqueles momentos em que a sua mente está quieta, você pode ter notado uma "corrente" constante de bem-aventurança, um sentimento inexplicável de satisfação, um senso de autoconfiança sem conexão com qualquer coisa que você tenha realizado. Essa experiência está acontecendo o tempo todo em você. É você experienciando a plenitude que você é. Está oculto de você porque você está distraído pelas agitações da mente.

Eu Não Sou um Fazedor

Eu tenho que lhe contar outro fato importante sobre você: você não é um fazedor, pois você é não-dual. Não-dual significa que existe apenas você. Se houver apenas você, você não pode mover-se de um lugar para outro. O movimento pode aparentemente acontecer dentro do escopo de sua consciência, mas a Consciência não pode se mover. Pode parecer mover-se quando *Maya* opera, mas não.

Você está em todos os lugares. Se você viajar até o fim do cosmos, descobrirá que já está lá quando chegar. Este fato é tão importante quanto os outros, pois o fardo da execução de ações pesa nas costas de quem não entende quem ele é. Um fazedor é alguém que faz ações para desfrutar dos resultados. O fazedor não é uma pessoa real. É uma ideia que aflige a Consciência quando ela não sabe que é a base do ser. Quando ela pensa que é um fazedor, ela sofre todo tipo de emoções agradáveis e desagradáveis, pois os resultados de suas ações não dependem dela. As emoções mais comuns que o fazedor sofre são medo, desejo e raiva. Então, se você gostaria de se libertar desses sentimentos, o autoconhecimento é para você.

Eu Não Sou Único de Maneira Alguma

Outro fato muito importante: você não é único de maneira alguma. Mas espere! Quando você pensa sobre isso, você é totalmente único porque existe apenas você, sendo a realidade o que é. É tão legal entender isso, pois a maioria dos Corpos Sutis é afligida pela noção de que eles são um entre muitos bilhões de "outros". Conseqüentemente, eles trabalham dia e noite para se distinguirem, serem vistos ou ouvidos. É um grande alívio para o estado de consciência do Corpo Sutil, aprender que não existe ninguém com quem se comparar.

Não Precisa Ser Puro e Santo

Outro benefício de ser um todo sem partes é que o desejo de ser puro e “santo” desaparece. Puro significa sem partes. Tudo na realidade aparente - a vida como a conhecemos - é impura, ou seja, é composta de partes. A purificação é um processo de remoção de vários contaminantes - partes - que não estão em harmonia com a natureza da coisa a ser purificada. Por exemplo, o que é chamado de álcool puro não é realmente 100% álcool. Ele pode ser purificado em até 99%, mas algumas impurezas permanecerão, não importa o quanto você trabalhe para removê-las. Uma das características mais salientes dos Corpos Sutis com inclinações espirituais é o desejo de ser puro. Muito esforço é desperdiçado neste trabalho - embora se você se considerar um Corpo Sutil, pode ser útil purificar algumas das impurezas por razões que discutiremos em breve - e muita frustração é encontrada, pois você nunca consegue chegar a 100%. E quando você é pego no jogo da purificação, você fica tão frustrado com 99% quanto com 47%. Esse 1% se torna uma limitação gritante, como o conto da ervilha sob o colchão da princesa.

Eu Não Mudo

Em seguida, você precisa saber que não se modifica. Você não se torna nada além do que você é... nunca. Isso, também, é um conhecimento redentor e libertador, porque a maioria de nós está sempre se esforçando para se tornar algo que não somos. Não gostamos tanto assim de nós mesmos e preferiríamos ser alguém melhor, mais ou diferente. O desejo de mudar a própria situação está embutido no Corpo Sutil, e o desejo de ser diferente do que se é, também está embutido lá.

Aqui estão várias palavras importantes que se aplicam a você: despreocupado, imaculado, inafetado e desassociado. Isto significa que qualquer coisa que aconteça não o afeta de nenhuma maneira. A Consciência é aquela parte em você que nunca se modifica. Não é modificada ou validada por boas experiências, nem invalidada por más experiências. Ela se autovalida.

Não Consigo me Tornar Mais Consciente

Os buscadores geralmente acreditam que, por meio da autoinvestigação, eles se tornarão mais conscientes, mais "cientes". Isso é um mito. Quando você sabe quem você é, esse desejo desaparece, pois você entende que você é a Consciência que não cresce nem encolhe.

Eu me Revelo a Mim Mesmo

Você é uma consciência autorradiante e sem esforço. Você se revela a si mesmo sem a ajuda de um corpo e mente. Você pode ser comparado a uma lâmpada que brilha constantemente, mesmo que nunca tenha sido ligada. É uma lâmpada que não está conectada à rede elétrica. É a sua própria rede elétrica autogeradora. Não pode ser desligada. Se você sabe quem você é e alguém pergunta quem você é, você pode dizer com sinceridade: "Eu sou a luz".

O Real e o Aparentemente Real

Você, a Consciência, é o que é. A realidade é uma só, mas aparece como uma dualidade. Essa dualidade é composta de você e dos objetos que aparecem em você. Os objetos vêm e vão, mas você não vem e vai. Por causa disso, eles são chamados de "aparentemente reais". Você está sempre presente. Você é "o que é". Usamos várias analogias para ajudá-lo a entender esse ponto. Se você tem um pedaço de ouro, você pode transformá-lo em uma pulseira, um colar ou uma estatueta. Se você derreter a pulseira ou o colar ou a estatueta, o ouro parece mudar, mas não muda. O ouro é "o que é" e o ornamento aparentemente existe. É uma pulseira - até que não seja.

Que entendimento valioso! Os Corpos Sutis são congenitamente atormentados com a noção de se tornar algo, pois estão sempre em um estado de fluxo. Pense sobre isso por um minuto. O "você" que você imagina ser agora não é o mesmo que você era a algum tempo atrás. E amanhã não será o mesmo que é hoje. Que você é constantemente derretido na fornalha do tempo e é reconstituído como outra coisa. Aquele "você" é não-essencial e você é essencial, a "parte" que observa as mudanças, a parte que não pode ser removida. Quando dizemos que o conhecimento do Ser não é negável, queremos dizer que ele sempre está presente. Ele não muda. Você pode ver porque o autoconhecimento é a sua graça salvadora, sua segurança total. Você não pode ser negado, pois você é a própria existência. Você é o que é. E você é tudo o que é, o ouro do qual todos os ornamentos são moldados.

Nós começamos este capítulo com a ideia de que a Consciência pura não-dual não significa nada sem um contexto. Onde há apenas um, não há nenhum significado. Anos atrás, quando eu estava vagando pela Índia sendo "espiritual", conheci uma pessoa que me mostrou um livro sobre o Ser pleno. Não tinha título e nada estava escrito nas páginas. O livro, por si só, marcava um ponto importante, mas achei que ele também era um bom símbolo dos ensinamentos modernos não-dualistas. Eles nos falam sobre o Ser pleno, mas deixam de lado o contexto. Eles dizem que não há corpo e mente, nem mundo, nem você. Não, não, não, até a exaustão (ad nauseam). Nós dizemos isso

também, pois em última análise é verdade. Mas isso não constitui um ensinamento. Negação não significa recusa. Se algo não estiver claro neste curto capítulo sobre o Ser pleno, ficará cada vez mais claro à medida que discutirmos as ondas.

Capítulo VI

Bela, Ignorância Inteligente



UM TSUNAMI É uma onda muito grande. Antes de chegarmos ao tópico das ondas comuns - eu e você - precisamos discutir a grande onda na Consciência que chamamos de criação. Assim como a não-dualidade não significa nada além da dualidade e não queremos dizer nada além da criação, a Consciência não significa nada sem *Maya* - Bela, Ignorância Inteligente.

Antes de prosseguirmos, eu preciso dizer que até agora tenho tido o cuidado de não introduzir muitos termos técnicos, mas isso está prestes a mudar. Se você leva a sério a libertação e está convencido de que o Vedanta pode libertá-lo, você precisará entender a ciência da sua natureza em profundidade. Você não é complicado, mas certos aspectos sutis precisam ser compreendidos antes que o Vedanta possa trabalhar a sua mágica em você. Então, não se apresse e memorize o significado dessas palavras, pois o sucesso depende disso.

Antes dos objetos aparecerem, havia apenas a Consciência não-dual ilimitada. Sem divisões, nem partes. Algo que é ilimitado pode ser qualquer coisa. Se a Consciência não puder, aparentemente, ser algo diferente do que é, ela é limitada. É por isso que as escrituras dizem que a Consciência é todopoderosa. De certo modo, não é correto dizer que é poderosa, pois o poder implica dualidade. Mas é precisamente com referência à dualidade que a afirmação sobre o seu poder se torna significativa. O poder de criar, que é inerente à Consciência, é chamado de *Maya*. É uma palavra cujos muitos significados você precisa saber, pois é a chave para resolver o enigma da existência.

A primeira coisa que precisamos saber sobre *Maya* é que é todopoderosa apenas com referência à criação. Precisamos fazer um pequeno desvio verbal, pois a maioria de nós pensa no Criador como Deus. Você é livre para usar qualquer palavra que queira para se referir ao Criador, mas se você quer que sua compreensão esteja alinhada com a realidade, você precisa saber que Deus, ou *Maya*, não são distintos, como veremos. A noção popular de Deus como um SUPER-SER sentado em algum lugar fora da criação, fazendo tudo acontecer, é uma personificação compreensível da verdade, mas primitiva. É verdade que *Maya* cria, sustenta e destrói o universo, mas não remotamente. Está bem aqui em você, agora mesmo, criando, sustentando e destruindo os objetos que estão sempre aparecendo e desaparecendo em você.

A segunda coisa a saber é que, enquanto *Maya* é a causa de toda a criação, é apenas um pequeno sinal ou “pontinho” na Consciência. Ela não oculta a Consciência. Isso pode ser uma ideia perturbadora para o fazedor, questionando as tentativas de descobrir a Consciência através da remoção de coisas que aparentemente separam o buscador de sua Consciência, a menos que essas coisas sejam a ignorância. Se você tem coisas para se livrar, elas não existem além do seu conhecimento delas, e seu conhecimento depende da Consciência, pois você não pode ter conhecimento sem Consciência, então você é definitivamente algo diferente dessas coisas muito antes de tentar livrar-se delas. Se você sabe quem você é, essas coisas são relativamente sem importância. De certa forma, no entanto, é uma boa notícia se você está qualificado, pois se a iluminação é a remoção da ignorância sobre quem você é, é uma questão relativamente simples, supondo que você tenha o Vedanta e um professor habilidoso à sua disposição.

Apesar das aparências em contrário, a não-dualidade diz que o mundo e tudo nele - incluindo nós - é a Consciência. *Maya* cria de uma maneira muito interessante. Se você quer fazer queijo, precisa submeter o leite a um determinado processo. Durante o processo, o leite não mais conserva a sua natureza como leite. Torna-se algo completamente diferente. Se você quiser obter o leite de volta, você não pode. Então, se a Consciência - vamos chamá-la de *Isvara* de acordo com a nossa tradição - torna o mundo desta forma, nós não podemos saber como é, pois ele não existe mais!

Os dualistas não acham que a criação acontece dessa maneira. Eles pensam que Deus permanece no céu e cria a partir de lá, nunca se sujando com o que cria. Concordamos que *Isvara* não é maculado pela sua criação, mas nós não aceitamos que a criação oculta *Isvara* e a única maneira que ele pode ser conhecido ou experienciado é morrer e ir para o lugar celestial onde Deus está sentado. Nós não aceitamos isso, pois sabemos que *Isvara* cria de outra maneira.

Sabemos disso, pois toda criação pode ser destruída sem perturbar nada, exceto a ignorância. Para apresentar essa ideia lentamente, primeiro considere o estado de sono profundo. Quando este estado está operacional, não há mundo algum e você está perfeitamente bem; você está cheio de bem-aventurança. É importante entender isso para dissolver a sua resistência à ideia de que você pode acabar como um zumbi, quando o Vedanta remover o mundo para você. A próxima ideia a considerar é o estado de sonho. No estado de sonho você está lá e um mundo inteiro aparece em você. Seu ego sonhador funciona nesse mundo como se fosse um mundo real. Na verdade, não há “como se” para você, pois você realmente considera o sonho real. É só quando você acorda que você vê que foi apenas um sonho.

A criação de *Isvara* é a criação de um sonho. Está lá enquanto você estiver nele, mas desaparece quando você acorda. Algumas pessoas têm experiências de *Isvara* no sonho da vida - essa sombra passageira - que as despertam, mas esse tipo de despertar está sujeito a uma ironia cruel. Você desperta em outro sonho - o sonho que você está acordado. A libertação é muito mais do que acordar. É o despertar do acordado e do desperto, pois o “você” que despertou nunca dormiu. E esse despertar não é um despertar experiencial. Não é bem um despertar. É simplesmente o autoconhecimento.

A Mente Macrocósmica e os Três *Gunas*

Portanto, a criação de *Maya*, o macrocosmo, é uma projeção, um sonho. Do ponto de vista de *Isvara*, é um sonho encantador, belo e inteligente. Nós chamamos o sonho de *Isvara* de ignorância, não porque *Isvara* é ignorante, mas porque é um sonho tão maravilhoso que nos oculta *Isvara*. Somos fascinados por isso e achamos que é real. *Isvara* é a Consciência mais *sattva* puro. *Sattva* puro é a Consciência na forma de uma substância especial que torna o conhecimento possível. Toda a criação é inteligentemente projetada. É feita de conhecimento. *Isvara* é a Consciência com todo o conhecimento que possibilita a criação. *Isvara* é o conhecimento das árvores, dos animais, das pessoas, da matéria, da mente - o conhecimento de tudo. Mas o conhecimento não é suficiente para a criação, portanto *Isvara* precisa de uma substância para transformar em todos os objetos da criação. Como a realidade é uma Consciência não-dual, a substância da qual as formas são moldadas tem que vir também de *Isvara*. Portanto, *Isvara* cria *tamas* a partir do seu próprio ser. *Tamas* é matéria. Não é consciente, por isso não pode se transformar. E o conhecimento sozinho não é capaz de transformar matéria em formas, então, percebendo a necessidade de outro poder, *Isvara* sonhou *rajas*. *Rajas* é o poder do desejo. Isso permite que *Isvara* crie e destrua as formas da criação de acordo com o conhecimento.

Tudo isso acontece na mente de *Isvara* em um instante, antes que qualquer objeto apareça na Consciência. Não demorou bilhões de anos para que *Isvara* pensasse se queria ou não a criação e outros bilhões a mais para tramar a ideia de *Maya*. Assim que idealizou *Maya*, ele não trabalhou por mais tantos milhões de anos na ideia de *sattva-rajas-tamas* e então avançou muitos milhões para desenvolver os elementos sutis e densos, colocar o mundo denso na existência e esperar até que os seres conscientes aparecessem e fizessem as suas danças engraçadas para que ele pudesse dar boas risadas. A criação é um pensamento e, como um pensamento, acontece instantaneamente. Pode demorar algum tempo até que a sua mente se concentre nesta ideia, pois é completamente contrária às narrativas que nos são impostas tanto pela ciência quanto pela religião, mas uma vez que você exponha a sua mente

rigorosamente ao Vedanta, você entenderá o que significa dizer que a criação é um pensamento - uma projeção - em você, Consciência.

Você pode se surpreender ao saber que os três *gunas* não são toda a história da criação. Nós estamos apenas começando. Lembre-se, tudo isso acontece antes que haja um você e um eu e um mundo.

A ideia dos Cinco Elementos também ocorre a *Isvara* ao mesmo tempo em que a ideia dos *gunas* aparece. Os elementos são Ar, Fogo, Água, Terra e Espaço. Não precisamos considerar como eles se relacionam com os *gunas*, pois estamos interessados apenas na liberação e esse tópico não está diretamente relacionado a ela. Quando pensamos nos elementos, pensamos em coisas materiais e tangíveis. Mas a mente de *Isvara* é pura, sem forma, Consciência intangível, de modo a transformar-se no mundo material e tangível, um passo intermediário é necessário. Os primeiros objetos a aparecer são elementos sutis em sua forma pura - eles são chamados de *tanmatras* - que se combinam e se recombinaem de acordo com certa fórmula (*panchikarana*) para evoluir os elementos materiais tangíveis.

Como se isso não bastasse, *Isvara* criou toda a mandala da existência também. Se você teve tempo para pensar sobre isso, não pode deixar de apreciar a criação como uma matriz ordeira e inteligentemente projetada, um universo de leis físicas, psicológicas e morais.

Os Três Corpos

Todos os *gunas* e os elementos existem dentro de um padrão básico, linhas de grade invisíveis que estruturam todo o campo da consciência que é a criação. Eu a chamo de mandala da existência, ou o campo do *dharma*.

Embora seja uma mandala inteligente e de um belo *design*, ela é dividida em três “corpos” organizados de maneira muito lógica. Esses corpos pertencem a *Isvara* em sua capacidade como Criador. *Isvara* fora de sua capacidade de criar é imaterial e é conhecido como *Paramatma*, Consciência pura não-criada. A palavra “corpo” em sânscrito - *sharira* - significa “aquilo que está sujeito a mudanças”. Também temos três corpos que correspondem aos corpos de *Isvara*. Na verdade, nossos corpos são apenas os corpos de *Isvara* que acreditamos pertencer a nós. Antes de revelarmos a identidade do *jiva* e de *Isvara*, é importante distinguir suas respectivas naturezas. O seu conhecimento é ilimitado, o nosso é limitado. Seu poder é ilimitado, o nosso é limitado. Seu desejo é ilimitado, o nosso é limitado. Até agora temos falado sobre o Corpo Causal de *Isvara*, produzido por *Maya*. São as ideias ocultas na consciência que tornam tudo o que experienciamos possível. Por causar a criação, é chamado de Corpo Causal. Há mais do que isso, como veremos

quando chegarmos ao nível microcósmico, mas por enquanto isso é o suficiente.

O Corpo Sutil é feito de *sattva*. É reflexivo. Reflete a Consciência pura. Você não pode ver a Consciência pura ou o Corpo Causal. O Corpo Causal é imanifesto. Existe como potencial. Você não pode dizer o que é, embora possa inferir sua natureza pelos seus efeitos. E deve-se notar neste ponto que a inferência é um meio válido de conhecimento. O Corpo Sutil é o lugar onde o Corpo Causal se torna conhecido na forma de seus pensamentos, sentimentos, experiências, percepções, memórias, sonhos, desejos, medos, etc., que você considera sua vida. O Corpo Sutil de *Isvara* consiste de todos os seres aparentemente conscientes na criação e dos pensamentos que os animam.

O Corpo Denso

O Corpo Denso é - bem - o corpo denso. Bem como o Corpo Sutil, nós o conhecemos bem. O Corpo Denso de *Isvara* é toda a matéria na criação. É feito de *tamas*.

Dois terços dessa mandala são experienciáveis, um terço está oculto. O Corpo Causal está oculto. É importante saber que toda essa estrutura é inerte. Não é consciente ou viva. Contudo, parece que surge quando a Consciência pura a ilumina. Torna-se um turbilhão giratório de energia, mantida pela lei do *karma*, que de novo foi inventada por *Isvara* antes que um evento realmente acontecesse.

Embora pareça que o sonho do Criador seja real, pois gira e dança como se fosse real, ele não é real. Que piada! É como um carrossel com seus cavalos de cores vivas subindo e descendo, em volta e ao redor enquanto tocam músicas alegres. Que diversão! Mas não está vivo de jeito nenhum. É apenas uma máquina, aparentemente viva. Existe, sem dúvida, mas é verdadeiramente um sonho. A percepção de que a vida é um sonho geralmente é um grande choque. Quando isso acontece, você está bem encaminhado para a libertação. O Ser pleno - você, Consciência - é real (*satya*) - e a projeção de *Maya*, o mundo - é aparentemente real. Temos um termo técnico para o que é aparentemente real que você deve lembrar: *mithya*.

Está na moda hoje em dia afirmar que você é iluminado. As pessoas dizem “eu sou a Consciência” como se fosse algum tipo de estado especial, como se fosse a última palavra em todos os assuntos espirituais. Dizemos: “Grande coisa, quem ou o que não é?” É totalmente fácil ser a Consciência, pois não há outra opção. Você pode definir a iluminação como a realização “eu sou a Consciência”, mas este é apenas metade do conhecimento.

A outra metade - o que torna o autoconhecimento significativo - é o conhecimento de *mithya*, a realidade aparente. Nós dissemos que a liberação era conhecimento completo, não conhecimento parcial. Conhecimento completo é o conhecimento de *satya* e *mithya*.

Quando falamos de libertação queremos dizer uma coisa e apenas uma coisa: a discriminação entre *satya* e *mithya*, a Consciência e os objetos que aparecem nela. Para entender melhor, precisamos voltar ao nível causal e falar novamente sobre *Isvara* e *Maya*. Por causa dos três *gunas*, *Isvara* tem três poderes: o poder de ocultar (*tamas*), o poder de projetar (*rajas*) e o poder de revelar (*sattva*). Esses poderes - energias, como você preferir - permeiam o Corpo Sutil de *Isvara*.

Quando o mundo é projetado, *tamas* abrange os corpos sutis de todos os seres. É por isso que não sabemos que somos a Consciência e por que aceitamos a identidade fictícia que mamãe e papai sonham para nós. Olhamos através dos órgãos da percepção e vemos um mundo, e nesse momento *rajas* projeta a ideia de que o que é visto é a realidade. Então, basicamente, entramos no jogo da vida com um baralho empilhado de cartas. Não sabemos quem realmente somos, tomamos a pessoa que nos é dito para sermos como real e assumimos que o mundo que vemos é real. Seria muito engraçado se não fosse tão triste. Mas o que fazer? É com isso que estamos lidando. Desde o nascimento, estamos tentando resolver esse problema. Quando um pouco de *sattva*, o poder revelador, surge, começamos a questionar toda essa ilusão.

Sobreposição

Vivemos na ignorância da natureza da realidade por causa desses dois poderes. Toda a nossa vida é confusa. Para usar a terminologia do Vedanta, nós "sobrepomos". Não sabemos o que é real e o que é aparentemente real. Nós nos consideramos ser o Corpo Sutil e nos identificamos com todas as coisas que surgem nele. Juntamente com a sobreposição, vêm certas crenças que nos mantêm firmemente aprisionados em nossa confusão. Por exemplo, como apontamos no começo, pensamos que a alegria-satisfação (*bliss*) está nos objetos. Achamos que podemos obter o que já temos fazendo alguma coisa. Nós pensamos que as coisas que nos fazem felizes devem durar. Não podemos entender, pois o bem e o mal estão lado a lado. Na verdade, não é justo dizer "nós sobrepomos". A sobreposição é inconsciente. Ela acontece antes de aparecermos, então você não deve sentir que cometeu um erro. Claro que sim, mas essa é uma das ironias da vida. Esse sentimento muito desconfortável de culpa global, culpa inexplicável, ansiedade flutuando livremente - os cristãos chamam isso de pecado original - é o resultado da sobreposição. Não é sua culpa. Infelizmente, isso se torna o seu problema até você removê-lo com a discriminação.

Uma história muito interessante em nossas escrituras explica a sobreposição. Ela ajudará a consolidar esse conceito em sua mente. Um viajante cansado e com sede vê uma aldeia no crepúsculo e segue para o poço para beber água. Ele se abaixa para pegar o balde que está ao lado do poço e vê uma grande cobra enrolada, pronta para atacar. Ele fica paralisado, cheio de terror. Naquele momento, um velho simpático e barbudo aparece e pergunta o que está acontecendo. O viajante pede para que ele pegue uma vara e mate a cobra. O velho dá uma olhada e ri. "Isso não é cobra", diz ele, "é a corda do poço enrolada ao lado do balde."

O que aconteceu com a cobra quando o viajante recebeu o conhecimento? Desapareceu! Não tinha uma cabeça e uma cauda reais e escamas e assim por diante. Foi apenas uma projeção. E quando você entende que é uma corda, você não consegue ver a cobra novamente. Ela foi destruída pelo conhecimento. Você pode entender como você cometeu um erro e considerou o aparente como real, mas você não pode fazer a cobra retornar. Isso é o que chamamos de conhecimento firme. Uma vez que o autoconhecimento ocorra, você não se aceitará como a sua história e ficará livre dela.

A parte mais interessante da história da cobra e da corda, além do fato de que ela ilustra como a criação é um produto da ignorância, é que esse incidente ocorreu no crepúsculo. Os humanos vivem em uma zona crepuscular. Se o homem tivesse chegado ao poço ao meio-dia quando o sol estivesse brilhando, ele não teria visto uma cobra. Se você tem pleno conhecimento da realidade, não pode se enganar pelo Corpo Sutil, a pessoa com a história. Se o homem tivesse ido ao poço na calada da noite, nenhuma cobra teria sido percebida. Quando você é totalmente ignorante, como um animal, você não pode ter dúvidas sobre quem você é. Somente quando há crepúsculo, quando o conhecimento e a ignorância se encontram lado a lado, você pode sobrepor a individualidade à ilimitação de seu próprio Ser pleno. No crepúsculo da projeção de *Maya*, a realidade aparente, é difícil dizer o que está acontecendo e é fácil sobrepor.

Outro aspecto interessante desta história é o símbolo do velho simpático. Ele representa o Vedanta. O Vedanta é seu amigo. É investigação. Retira a projeção que está causando o seu sofrimento, revelando a sua natureza como Consciência. Quando você vê a realidade subjacente, seus medos existenciais desaparecem. Não imediatamente, talvez os efeitos da ignorância permaneçam por um tempo, mas eles gradualmente desaparecem à medida que o conhecimento faz o seu trabalho.

A sobreposição causa sofrimento. Nós queremos estar livres disso. Não faz sentido pensar que algum tipo de experiência especial resolverá esse problema. Como a ignorância e a projeção estão arraigadas, desvinculá-las dos

objetos que aparecem em você é um trabalho árduo. É um trabalho árduo, pois a confusão parece tão natural. Temos vivido não discriminatoriamente desde a infância, e agora somos solicitados a questionar as próprias suposições nas quais nossa identidade se baseia.

No nível do dia a dia, como funciona a sobreposição? É muito simples. Não há uma pessoa que não tenha dito: “Eu penso, eu sinto, eu faço”. Todas as três afirmações são bons exemplos de sobreposição. Por que é ignorante fazer tais afirmações? Porque existe apenas um “Eu” não-dual e não tem corpo e mente, por isso não pensa, sente ou age. O pensar, o sentir e o agir pertencem à *mithya*, a realidade aparente. Eles pertencem ao Corpo Sutil, não à Consciência. Você, Consciência, está sempre livre do Corpo Sutil. Quando dizemos que você é livre, queremos dizer que é algo diferente de você. É algo diferente de você, pois é conhecido por você. Você não é o que você conhece. O que você conhece é você, mas você não é isso. Você é o conhecedor.

O Corpo Sutil está onde a experiência acontece. Ele não acontece na Consciência. Ele aparece na Consciência como um sonho aparece quando você está adormecido, mas não afeta a Consciência de forma alguma. Quando você pensa que algo aconteceu com você, significa que você carece de discriminação. Você se confundiu com o experienciador, o Corpo Sutil, que é afetado pela experiência. Libertação não significa tornar o experienciador “desapegado”, como muitas pessoas acreditam, libertando-o. O experienciador está sempre ligado à experiência. Libertação é a compreensão de que você não é o experienciador e de que você é a Consciência, a testemunha não-experienciadora. Quando isso é claramente entendido, o sofrimento termina. O sofrimento é causado pelos distúrbios mentais e emocionais que você adiciona aos eventos que compõem a sua vida.

O Corpo Sutil

Antes de continuarmos, preciso lhe dizer que vamos fingir que o Corpo Sutil e o mundo em que ele vive é real, pois é aí que nos encontramos. É graças ao Vedanta que, em vez de apenas descartá-los como irreal e nos dizer para transcendê-los (como você transcende algo que não é real, não está claro), ele entra pacientemente em nosso sonho e nos conduz passo a passo para fora da ignorância.

Assim como há vários fatos a serem conhecidos sobre o Corpo Causal, existem várias coisas para conhecer sobre o Corpo Sutil. Essas funções não pertencem à *Maya* nem à Consciência. Elas pertencem exclusivamente ao Corpo Sutil. *Maya* instantaneamente projeta a criação e a cobre com ignorância. A Consciência é a parte de você - que não faz parte - que não

muda. Ilumina sem esforço as atividades do Corpo Sutil. *Maya* e Consciência são muito simples. O Corpo Sutil é mais complexo, mais mecânico.

Dúvida

A primeira função formada no Corpo Sutil é a dúvida. Quando algo acontece, você imediatamente tem uma dúvida sobre como responder. Todo mundo tem dúvidas. Temos dúvidas sobre onde vamos morar, o que vamos fazer, se vamos encontrar o amor e quem somos.

Isvara foi realmente muito bondoso, pois deve ter percebido que quando ele aparecesse aqui como um Corpo Sutil - um ser vivo - precisaria de proteção. Em um sonho, nada dura e nada é o que parece ser. Para funcionar neste sonho, você precisa questionar as coisas. Alguém que considera as coisas pelo seu valor aparente e não faz perguntas, está procurando encrencas.

Por exemplo, se você é solitário e quer compartilhar a sua vida com um certo Sr. ou Sra., e você entra em um site de namoro e lê o perfil de um possível parceiro, você é um completo idiota se você acha que o que o perfil diz é verdade. Pode haver pequenos pedaços de verdade inteligentemente espalhados aqui e ali, definitivamente alguns exageros e provavelmente algumas mentiras descaradas. Nesses jogos pessoais íntimos, as pessoas mentem, pois estão cheias de medos e desejos, e a verdade nem sempre é atraente. Elas querem algo, então se apresentam da melhor maneira possível. É bastante "natural", mas aí da pessoa que leva a sério. Sim, você deve confiar, mas você também deve amarrar o seu camelo.

Quando você liga a TV e o vendedor diz: "Eu tenho o negócio para você", na verdade significa "eu tenho o negócio para mim". A maioria de nós acha que é importante confiar implicitamente, mas é um erro. A dúvida é boa em todas as questões *samsáricas*, até certo ponto. Mas é importante não se apaixonar por suas dúvidas. Um caso de amor com a dúvida é indecisão. Os indecisos nunca são felizes. Você precisa ser capaz de resolver as suas dúvidas.

Resolva as Dúvidas e Aja

Para resolver uma dúvida, você precisa de informações. De onde vem a informação? *Isvara* para o resgate novamente! Ele evoluiu o intelecto. O intelecto é o Corpo Sutil em sua função determinante, discriminadora e indagadora. O Corpo Sutil é muito flexível; pode fazer muitos truques. Seu trabalho é descobrir a informação relevante, tomar uma decisão, dizer ao ego - o fazedor - o que fazer e gerar a emoção apropriada à ação para que você

possa responder adequadamente à situação. É seu dever, seu *dharma*, responder apropriadamente ao que quer que aconteça.

Mas de onde virá a informação? Alguém acabou de dizer: "Eu te amo". Seu intelecto não pode simplesmente pegar um smartphone, acessar a Internet e procurar no Google "O que eu faço quando alguém diz 'eu te amo'?" Você responde de acordo com a sua programação. Se você nunca esteve nesta situação, você provavelmente irá se contorcer e ficar nervoso e não dizer nada. Se você já esteve nesta situação e quer encorajar o dito pretendente, dirá: "Eu também te amo". Na verdade, você pode não ter estado nessa situação e ainda dizer "Eu também te amo", pois você viu uma situação semelhante na TV ou é isso que o seu amigo disse quando aconteceu com ele. Em ambos os casos, o condicionamento veio para te resgatar. Se você não a ama, mas quer se aproveitar da situação, você mentirá, pois é isso que você está programado para fazer. A sua programação está armazenada no seu Corpo Causal. Vamos discutir essa programação em breve.

Portanto, o intelecto tem o conhecimento do que fazer. O conhecimento que o intelecto recupera do Corpo Causal instantaneamente transforma o Corpo Sutil em um fazedor - o fazedor é na verdade apenas um pensamento - e produz as emoções necessárias para estimular os órgãos ativos - mãos, pés, fala, etc. - fazendo com que o corpo faça ou diga alguma coisa. Isso produz uma nova situação que requer uma resposta e transforma a roda da vida mais uma vez. De manhã à noite, dia após dia, ano após ano isso continua. É apenas *Isvara* que opera impessoalmente o sonho de *Maya*. Você pode fazer muito pouco para mudar isso e mudá-lo também apresenta vários problemas, mas ele pode ser mudado. Vamos falar sobre o que você pode fazer em breve. Na verdade, o resto do livro é sobre o que você pode fazer. Mas você precisa saber que, se você estiver qualificado, o conhecimento por si só será suficiente. A menos que você esteja pronto para renunciar ao fazedor, você será arrebatado neste ciclo monótono para sempre. É por isso que precisamos discutir *Isvara* com e sem *Maya*. Depois de entender como a criação funciona, você pode facilmente renunciar ao sentido; "eu sou o fazedor."

Como veremos no Capítulo X, sobre a discriminação, o propósito de discutirmos o Corpo Sutil e identificarmos os pensamentos, sentimentos e *karma* que pertencem a ele é indicar que todas essas coisas permanecem com o Corpo Sutil. Não pertence a você, Consciência. O Vedanta não é apenas conhecimento passivo, o conhecimento que finaliza a busca; é a aplicação habilidosa do conhecimento do Corpo Sutil, que revela a total bem-aventurança da Consciência. Você precisará aplicar o conhecimento, não apenas para finalizar a tendência de buscar, mas, sem dúvida, você precisará discriminar uma vez que tenha finalizado a procura, pois os efeitos da ignorância - desejos e medos gratuitos - permanecem. Quando o viajante cansado percebeu que a cobra era na verdade uma corda, demorou alguns minutos para que as

emoções desconfortáveis desaparecessem. O intelecto, que em uma pessoa normal, não evoluída, está ocupado discriminando entre vários objetos, recebe agora a tarefa de discriminar o Ser pleno dos objetos que nele aparecem.

Se você entendeu o que dissemos até agora, você foi libertado pelo conhecimento ou tem o conhecimento necessário para se libertar. Você pode deixar este livro de lado e continuar desfrutando a vida como ela é ou você pode começar o seu trabalho espiritual de forma significativa. A primeira opção é improvável, por um motivo específico, que vamos abordar agora.

As Sementes

Cada ensinamento do Vedanta é tão importante quanto todos os outros, mas o tópico das *vasanas* é muito importante, pois identifica seus aliados e seus inimigos na batalha da vida. Quando você é ignorante da sua plenitude, você busca objetos que você sente que irão completá-lo. Você vai para certas coisas e evita outras. Medo e desejo motivam as suas ações. Quando você age a partir de um sentimento de carência (medo) e do desejo que brota dele, a ação deixa um traço muito sutil. Quando você está agindo, não percebe que a ação tem resultados invisíveis além da experiência imediata. O resultado invisível é chamado de *vasana*, um termo simples em sânscrito que significa "fragrância" ou "traço". Como o aroma emitido por uma flor, as ações que você realiza produzem resultados invisíveis que não são percebidos por você. Meu professor costumava chamá-los de "as pegadas de suas ações". Você está andando pela praia intocada da vida deixando rastros na areia. Elas estão atrás de você, então você não percebe. Mas elas não desaparecem. Elas voltam para você mais tarde. Enquanto isso, elas vão para o Corpo Causal. O Corpo Causal é chamado de corpo "semente", pois faz com que você pense, sinta e aja.

Por exemplo, você faz sexo e realmente gosta disso. Quando acabar, fisicamente não acabou. Ninguém que fez sexo e gostou, fez isso apenas uma vez. Você pode fazer outros negócios por um tempo, mas quando se encontra em uma determinada situação, você quer de novo. Se o sexo completasse você, você não estaria interessado novamente. Mas você está interessado, pois ainda se sente incompleto. Os desejos por objetos que estão escondidos em você e surgem de tempos em tempos são as suas *vasanas*. Isso se aplica também aos medos. Se você tiver uma experiência ruim, evitará esse tipo de experiência como a peste. Para tornar isso muito simples, podemos dizer que as suas *vasanas* são o seu condicionamento, as suas tendências aos objetos e atividades que você deseja ou rejeita.

Tudo o que se move na realidade aparente é impulsionado pelas *vasanas*. As *vasanas* não são inerentemente boas ou ruins. Elas são as

sementes - o conhecimento - que impulsionam a criação. *Isvara* as inventou. Nada desperta na criação sem uma *vasana*. Uma *vasana* torna-se um bem quando o leva a circunstâncias agradáveis e torna-se um mau quando o leva a uma situação desagradável. Beber álcool é uma boa *vasana* para certas pessoas. É uma *vasana* muito dolorosa para outras.

Uma *vasana* é o impulso (momentum) de uma ação passada, a tendência de repeti-la. É puramente um termo técnico. Eu enfatizo isso para contrariar a ideia de que as *vasanas* são apenas negativas. A crença de que todas elas são negativas deu origem a uma ideia de iluminação frustrante: a iluminação acontece quando todas as *vasanas* forem removidas. Pessoas iluminadas têm *vasanas*. Se você está vivo, você tem *vasanas*. Quando as *vasanas* param de funcionar, você morre.

Nada está certo ou errado em repetir um padrão particular de comportamento. Certos hábitos são bons e outros não, dependendo do que você está tentando alcançar. Como investigadores discriminadores, estamos interessados na psicologia por trás do nosso comportamento, não nos comportamentos em si, embora certos comportamentos estejam completamente fora dos limites - aqueles que violam as normas universais: injúria, fraude, roubo, etc. A psicologia básica operando por trás de nossos comportamentos inúteis é o medo, um sentimento de carência.

Uma *vasana* por comida é natural. É *Isvara* mantendo o corpo. Eu como para viver. Mas quando me sinto emocionalmente perturbado por qualquer motivo e uso a comida para me acalmar, a *vasana* se torna um problema, pois mascara minha real motivação. Eu agora vivo para comer. Se a minha mente for límpida, posso entender que estou usando a comida para resolver um problema que não pode ser resolvido pela comida, e posso procurar a solução em outro lugar. Mas se minha mente não estiver límpida e a comida funcionar – sempre e apenas temporariamente – eu usarei repetidamente comida para administrar minhas emoções. Quando uma *vasana* é repetida diversas vezes, o comportamento associado a ela se torna vinculativo. Quando eu continuo respondendo habitualmente à vida, o tédio se instala. Não é agradável se comportar como um robô quando você é realmente um ser consciente. Neste estágio, o hábito causado pela *vasana* se torna uma obsessão ou uma compulsão, que finalmente se transforma em um vício. Chamamos esses estados de desejo e apego de *vasanas* “vinculativas”. Neste ponto você não está comendo comida; a comida está comendo você. Caso você não tenha entendido, “comida” representa qualquer comportamento baseado em *vasanas* para fazer você se sentir bem.

O Vedanta não funciona para pessoas com vícios e compulsões, a menos que o vício tenha levado a pessoa ao “fundo do poço”. Fundo do poço significa que não há mais o menor desejo de defender o seu comportamento viciante e

há um desejo ardente de se livrar dele. Se uma pessoa não atingiu o fundo, ela não estará aberta à solução espiritual. Ela pode falar de libertação, mas persistir no comportamento que mascara o problema fundamental, a falta de autoconhecimento. É por isso que nossas escrituras dizem: "Não deixe que os sábios abalem as mentes dos ignorantes". É uma perda de tempo ensinar àqueles cujas mentes estão sob o encantamento das *vasanas*, pois as suas mentes pertencem à *vasana* em jogo no momento. Por exemplo, se você tem uma conversa com um bêbado, tudo pode ser maravilhoso e significativo na época, mas se você tentar construir o relacionamento no dia seguinte, não pode, pois a pessoa sóbria com quem você está falando hoje não é o bêbado com quem você estava falando na noite anterior. Na verdade, você não estava falando com a pessoa. Você estava conversando com a *vasana* do álcool. E infelizmente, as *vasanas* não são conscientes.

Dharma

Uma *vasana* vinculativa é como uma profunda ravina ou desfiladeiro no Corpo Causal, o inconsciente. A Consciência é forçada a fluir por ela. Se nos ativermos à metáfora da ravina, podemos expandir o significado para incluir outro fato importante sobre nós mesmos, o *svadharma*. Todos nós existimos na mente de *Isvara* como seres conscientes, e dentro dessa designação existem seres humanos, e dentro dessa designação existem muitos tipos. Cada tipo humano é um ramo na árvore do *samsara* - a mente de *Isvara* - e os papéis que desempenha são os galhos.

Como mencionado, *svadharma* significa sua natureza relativa, o tipo de pessoa que você é. A astrologia e o eneagrama são tentativas de descrever vários tipos de pessoas. Não temos brigas com o que essas "ciências" muito brandas dizem sobre as pessoas, - na medida em que as pessoas sejam reais - mas não estamos interessados nos detalhes. Se o seu objetivo principal é descobrir quem você é como pessoa, o Vedanta não é para você, pois embora você tenha um certo tipo de identidade pessoal condicional, saber disso não resolve os problemas existenciais que você enfrenta. Que você se considera uma pessoa única e especial é o principal problema que você enfrenta. Além disso, sem o conhecimento da Consciência em que você opera, você está sujeito a todos os tipos de problemas.

No entanto, se você não sabe qual é a sua natureza relativa, não se comportará em harmonia com ela e sua mente ficará muito infeliz. Se sua mente estiver infeliz, você será incapaz de entender quem você realmente é. Portanto, precisamos conhecer nosso *svadharma*, embora esse não seja o nosso objetivo. Este tópico será discutido em mais detalhes no Capítulo IX.

De qualquer forma, um *samskara* é o resultado do efeito do agrupamento de várias *vasanas*. Eles são responsáveis pelos papéis que desempenhamos e constituem a estrutura real de nossas naturezas relativas. Os seres humanos são complexos, ao contrário dos animais. Os animais são mais ou menos um conjunto de duas ou três *vasanas* rudimentares. Eles são programados com *vasanas* para comer, dormir e fazer sexo, e não muito mais, embora os amantes dos animais projetem todo tipo de qualidades incríveis neles. "Macaco" é uma palavra que descreve um certo programa com uma gama muito limitada de comportamentos. Se eu for um macaco, eu nunca me comportarei como um cachorro. Cães, gatos e pássaros são outros programas, *samskaras*. Insistindo na metáfora do nosso vale, eles são como um rio em um pequeno vale alimentados por algumas correntes de água. Um micróbio é também um *samskara*. É um programa muito simples, uma pequena poça de água sem correntes de alimentação. Todos esses seres seguem seu *svadharma* sem questionar; eles são fiéis ao que são.

Sua Natureza - Svadharma

O "ser humano" é um programa único. Na verdade, somos apenas animais com capacidade de pensar. Mas em termos de nossa metáfora, somos grandes rios servidos por grandes afluentes alimentados, por sua vez, por muitas correntes menores de água. O que nos torna tão complexos é o intelecto, a capacidade de pensar e escolher.

Isso implica que algo diferente de *vasanas* discretas nos condiciona. Outra porta de entrada para essa ideia é a seguinte: por que todos os recém-nascidos não são iguais? Um se torna um cientista, outro um músico, um terceiro um político, etc. Alguma força mais profunda parece estar determinando as escolhas que fazemos e as ações que fluem delas.

A criação em si é um vasto programa dentro do qual milhões de seres conscientes são qualificados por *Isvara* com programas únicos destinados a atender às necessidades do todo. Todos os seres conscientes compartilham uma vida. Enquanto todo ser segue o seu programa, a vida funciona bem. Uma árvore expele oxigênio e consome dióxido de carbono, e está tudo bem. Os pássaros seguem a natureza das aves, e as moscas fazem o que as moscas fazem e a vida continua. Os humanos, ao que parece, receberam várias naturezas de acordo com as necessidades do todo e destinam-se a desempenhar certas funções necessárias para o bom funcionamento do todo.

Em todo sistema, há algo que pertence, mas não pertence, uma mosca na sopa, por assim dizer. Os seres humanos são a mosca na sopa de *Isvara*. Isso não significa que somos "ruins" e devemos ser eliminados da bela e inteligente criação. Significa apenas que com a sopa vem as moscas. Somos

uma bela criação, diferente, interessante, mas monótona, pois de algum modo nos foi dado o intelecto, a autoconsciência. As vacas não são autoconscientes. Elas não sabem que são vacas. Elas são apenas Consciência, *Isvara*, em um corpo particular atuando em um programa particular. Elas não vão escrever sinfonias, ensinar os Vedas e inventar aviões e a internet. O intelecto é responsável pela cultura e também permite escolher uma coisa sobre a outra - o "livre" arbítrio. É claro que não somos livres quando olhamos do ponto de vista de *Isvara*, pois *Isvara* cria e controla tudo. Mas, como aparentes seres humanos na aparente matriz da vida, aparentemente temos livre arbítrio. O livre arbítrio pode ser uma bênção, mas também pode ser uma maldição, pois significa que podemos escolher não seguir nossa natureza relativa e agir com base em uma ideia contrária a ela. Isso significa que podemos quebrar as regras se assim o desejarmos.

Se você tem a natureza de um contador e tenta se tornar um poeta, isso não funcionará para você. Se você tem a natureza de um santo e tenta se tornar um criminoso, isso não funcionará. Se você é homossexual e tenta ser heterossexual, isso não funcionará. Se você tem uma natureza empreendedora e bombeia gás por salário mínimo, estará indo contra o *dharma*, sua natureza. Para ser feliz, você precisa seguir a sua natureza aparente.

Valores Universais - *Samanya Dharma*

Nós chamamos a criação de "o campo do *dharma*". Ele é composto de leis físicas, leis psicológicas e seres conscientes programados. A criação também tem uma dimensão moral. A dimensão moral é baseada na natureza não dual da Consciência. Isso significa que aqui há apenas um ser consciente, aparecendo como muitos, e que incorporam na criação certas expectativas mútuas, todas derivadas do *dharma* mais fundamental, a não-violência. Essas expectativas ou valores universais são chamadas de *Samanya Dharma*, sobre as quais mais será dito no Capítulo IX. Eu não te machuco, pois sei como é se machucar. Eu não minto, pois eu não gosto que mintam para mim. Eu não roubo, pois valorizo o que tenho e aprecio o fato de você valorizar o que tem.

Samanya Dharma está inserido em nosso programa humano. É um *dharma* que você viola por sua conta e risco. Às vezes é chamado de "consciência". Muitas vezes, argumenta-se que os criminosos não têm essa programação, mas eles têm. Todo ladrão protege o seu roubo. Assassinos carregam armas para se protegerem. Na verdade, não existe criminoso; existe um ser que se vê incompleto e se identifica com algum tipo de comportamento *adharmico*. O comportamento *adharmico* é uma ação que é contrária às leis físicas, morais e psicológicas que operam no campo do *dharma*.

Svadharm é *Isvara* e *Samanya Dharma* é também *Isvara*. Se você vai contra ele, ele vai contra você. E esta não é uma batalha que você vencerá, pois *Isvara* é a vontade do Todo.

Ética Situacional - *Visesa Dharma*

Certas pessoas parecem ter um acordo com o *dharma*. É muito natural para elas. Em todas as situações em que são chamadas a responder, elas respondem apropriadamente; elas raramente quebram as regras. Consequentemente, em geral, são pessoas muito saudáveis. Quando você segue o *dharma* impecavelmente, você acumula mérito e isso acompanha você em todos os lugares na forma de um tipo de brilho autoconfiante acompanhado por uma vida fácil e bem-sucedida. Quando você o quebra, você tem “energia ruim” e é infeliz, e as coisas nunca vão bem por muito tempo. O resultado de quebrar o *dharma* é chamado de demérito.

Mas nem sempre nos é dado saber o que os valores universais exigem. A vida não é perfeita e as situações aparecem em vários tons de cinza. Às vezes a violência é necessária. Se você tem um dente ruim, vai precisar de uma ação violenta para removê-lo. Haverá dor envolvida. Quando uma verdade desagradável causa um dano emocional desnecessário, às vezes uma mentira branca é o caminho a percorrer. Como interpretamos o *Samanya Dharma* chama-se *Visesa Dharma*. Você poderia pensar nisso como ética situacional.

***Dharma* Comum - *Dharma* Diário**

Como se a vida não fosse complexa o suficiente, existem inúmeros *dharma*s cotidianos: regras sociais, políticas, econômicas e legais. Se você obedecer a elas, em geral não sofrerá. Violá-las não é o beijo da morte, mas você geralmente sofrerá de alguma forma se o fizer. Às vezes, porém, seguindo *dharma*s feitos pelo homem, que em geral - mas nem sempre - são baseados na não-dualidade, podem contrariar o seu *svadharm*a, exigindo considerável pensamento antes de se aventurar a agir.

***Dharma* Corporal**

O corpo físico também é *Isvara*. Ele opera de acordo com os *dharma*s que controlam o corpo. Na medida em que a mente é necessária para a investigação e está conectada ao corpo, é necessário evitar ações que contrariem o *dharma* do corpo. Consequentemente, as escrituras aconselham a

evitar ações que prejudiquem o corpo: álcool, fumo, exercícios excessivos, etc. Também incentiva hábitos que conduzem à saúde.

Resposta Apropriada

Como você pode ver nesta discussão sobre o *dharma*, a vida na realidade aparente de *Isvara* não é simples. É nessa realidade que estou buscando a felicidade. Nós dissemos que o *dharma* universal e o *svadharma* são embutidos na nossa programação, mas nem sempre estão disponíveis para influenciar as minhas respostas. Quando não está claro como responder a uma dada situação, deixamos de lado nosso condicionamento, nossas *vasanas*, que podem ser *dharmicas*, *adharmicas* ou alguma combinação dos dois. Nosso condicionamento vem do mundo ao nosso redor. Minha vida é apenas a maneira como o meu condicionamento interage com o que acontece na realidade aparente, momento a momento. Se eu tiver a sorte de crescer em uma sociedade orientada pelo *dharma*, eu apreciarei como minha vida se encaixa no mundo ao meu redor e eu responderei de acordo. Mas se eu crescer em uma sociedade orientada para o desejo, meus desejos e medos basicamente determinarão como eu respondo. Muitas vezes, as situações em que me encontro exigirão uma resposta que não esteja em harmonia com o que eu quero. O que eu faço então? Eu vou contra as exigências da situação ou me conformo?

Lei do Karma – Uma Espiral de Energia

A mandala da existência de *Isvara* é um turbilhão de energia girando. A famosa palavra budista “*anitya*”, impermanência, é útil em certos contextos, mas não é absolutamente correto. Já apontamos que, por si só, a mandala não se move. No entanto, iluminada pela Consciência, ela ganha vida. O movimento não pertence nem à Consciência nem ao campo do *dharma*.

Os movimentos que ocorrem no campo - nada acontece fora do campo - são regidos pela lei do *karma*. *Karma* significa “ação” apenas. Se algo se move ou muda, é o *karma*, uma folha caindo de uma árvore, por exemplo. Um pensamento é *karma*, um sentimento é *karma*. Se uma ação é iniciada por uma *vasana* em conjunção com um determinado Corpo Sutil, essa ação terá um efeito, pois tudo está conectado com tudo. Não há nada particularmente difícil de entender sobre a lei do *karma*, exceto uma coisa. Você nunca pode saber com certeza qual será o resultado de uma ação em particular, embora na dimensão material do campo do *dharma* os resultados sejam razoavelmente previsíveis. Se você aplicar calor à água, ela irá ferver quando chegar a uma

determinada temperatura. Se você dividir um átomo, isso causará uma certa reação conhecida.

O próprio *karma* tem valor neutro. É apenas ação e seus resultados. Só se torna significativo quando o avaliamos. Nós gostamos, não gostamos ou somos indiferentes a ele. Não há *karma* para os animais, pois eles não avaliam as coisas que acontecem com eles, neles e ao redor deles. Apenas nas mentes dos seres humanos a ação se torna *karma*.

O *karma* é significativo para nós, pois, devido à ignorância de nossa natureza ilimitada e plena, queremos ganhar certas experiências que sentimos que nos completarão e evitar aquelas que aumentarão o nosso senso de isolamento. *Karma* é adequado para criar algo, se livrar de algo, limpar ou mudar alguma coisa ou conseguir algo que não se tem. O problema, no entanto, além do fato de objetos obtidos através do *karma* não fornecerem felicidade duradoura, é que, como acabamos de mencionar, nunca sabemos quando e se conseguiremos o que queremos. Se conseguir o que queremos é fundamental para a nossa felicidade, vamos nos encontrar sujeitos a sofrimentos consideráveis, pois muitos outros *jivas*, ou indivíduos, estão competindo pelas mesmas coisas e a oferta de coisas relativamente valiosas é sempre limitada.

Maya cria os três Corpos e ilude a Consciência em pensar que é um indivíduo limitado. Na discussão a seguir, para todos os efeitos, o Corpo Sutil é sinônimo de *jiva*. Quando você não sabe que é a Consciência, você se considera o Corpo Sutil. Antes de abordar o próximo tópico, precisamos examinar a natureza dos Corpos Causal e Sutil e seu relacionamento mútuo para determinar como eles afetam a autoinvestigação.

O Corpo Causal é um poder impessoal da Consciência que cria, controla, regula e governa todas as forças, processos e ideias que compõem o que chamamos de realidade. Quando um objeto se apresenta a você - um evento, por exemplo - ele desencadeia uma reação instantânea, sem esforço e automática no Corpo Causal. O Corpo Causal "pensa", mas não pensa deliberadamente. Ele imediatamente leva em conta a circunstância do mundo externo junto com os *samskaras* do indivíduo e fornece ao Corpo Sutil uma informação aparentemente lógica e definida que determina a resposta do Corpo Sutil. Dependendo da condição do Corpo Sutil, a informação é claramente entendida e ponderada (*sattva*), imediatamente colocada em prática sem pensamento (*rajas*) ou ignorada (*tamas*). Em quase todo mundo, o Corpo Sutil não está ciente de que o Corpo Causal está pensando por ele, programando-o para agir. Ele assume que o impulso que determina as suas ações originou-se nele mesmo.

Sem o conhecimento do Corpo Sutil, o Corpo Causal liga pedaços díspares de informações do passado em uma narrativa causal aparentemente

crível que compreende a sua identidade e determina como você vê o mundo. Como muitas forças nos atingem e exigem respostas rápidas, o Corpo Causal também simplifica as coisas para o Corpo Sutil, reduzindo o quadro complexo da realidade a fórmulas gerenciáveis. Não é propenso a duvidar, como o Corpo Sutil. Ele seleciona, sem críticas, informações de uma determinada situação e gera uma resposta imediata. Tem um talento para o dramático, pois é propenso a exagerar a probabilidade de resultados improváveis e extremos. Você corta o dedo com uma faca de cozinha e se vê pensando em uma longa estadia no hospital e talvez até mesmo - morte! Como mencionado, é o repositório das *vasanas*, que aparecem como gostos e aversões do Corpo Sutil. Ele lê o que é popularmente chamado de “vibrações”, o conteúdo do Corpo Causal dos outros, e gera uma reação imediata no Corpo Sutil. Insensatamente insiste que o Corpo Sutil interaja com os outros com base nessa informação, o que geralmente causa negação nos outros, na medida em que ninguém gosta de informações não solicitadas e desconhecidas sobre uma parte de si que desconhecem completamente.

O Corpo Causal não é incomodado por uma escassez de informações; ele concebe suas narrativas com base nas evidências mais frágeis. Está com pressa, então as primeiras impressões são suficientes para ele. Ele é apaixonado pelas aparências. Cria instantaneamente razões que evocam uma série de emoções positivas e negativas na hora. É opinativo e excessivamente confiante e parece saber o que está acontecendo independentemente da indefinição de uma dada situação. O Corpo Sutil está menos confiante, devido à sua função de dúvida, e normalmente permitirá que as intuições dogmáticas e construídas às pressas do Corpo Causal determinem as suas reações.

O Corpo Causal parece uma memória, pois recicla a experiência, mas não tem memória. Ele está incrivelmente presente e consciente, pois é uma eterna Consciência sempre presente em sua forma original.

Por ser a fonte do desejo e do medo, faz com que o Corpo Sutil tire conclusões precipitadas. Quando você deseja ou teme algo, você quer se livrar rapidamente do desconforto, então você está propenso a agir com base em informações incompletas.

O Corpo Causal é “intuitivo”. Considerando que a intuição é muito valorizada pelos tipos espirituais, é perigoso confiar nela, pois está errada tanto quanto está correta.

Também estereotipa e cria protótipos. A criação de perfis baseia-se na capacidade do Corpo Causal de reconhecer imediatamente os padrões. Não está interessado na justiça e nos ideais nobres do Corpo Sutil. Causa tanto dor quanto prazer. Sua função básica, no que diz respeito aos seres humanos, é fornecer ao Corpo Sutil um manual de sobrevivência simples e útil, enquanto

ele tenta responder apropriadamente às circunstâncias complexas geradas por *Isvara*. Outra é administrar o *karma* do indivíduo.

Grande parte da pesquisa moderna sobre a relação entre o Corpo Sutil e o Corpo Causal, que a propósito coincide com o conhecimento do Vedanta sobre o assunto, é resumida em um livro brilhante do autor ganhador do Prêmio Nobel, Daniel Kahneman, intitulado "Rápido e devagar" (Thinking, Fast and Slow). O Corpo Causal, que ele chama de "Sistema 1", pensa "rápido", e o Corpo Sutil, que ele chama de "Sistema 2", pensa "devagar". Sobre o Corpo Causal ele diz: "Ele monitora continuamente o que está acontecendo dentro e fora da mente, e continuamente gera avaliações de vários aspectos da situação sem intenção específica e com pouco ou nenhum esforço".

Não temos escolha sobre a ação. A Consciência ilumina o Corpo Causal e a vida acontece. Movimento é a assinatura da vida. *Isvara* traz os *jivas* para um campo dinâmico de mudanças constantes, e o sucesso deles depende da adequação e pontualidade de suas ações. Como muita coisa está acontecendo, particularmente nos dias de hoje, com o tremendo estresse produzido por uma população gananciosa e em constante expansão, tentando sobreviver em um planeta aparentemente cada vez menor, estamos ocupados demais para analisar cuidadosamente todas as situações e produzir ações bem analisadas e apropriadas. *Isvara* projetou o Corpo Causal para nos ajudar simplificando as coisas, fornecendo respostas aparentemente úteis para o problema da ação. Esse necessário processo de simplificação, a redução de informações para dados aproximados e gerenciáveis, é chamado heurística em psicologia. Embora seja difícil não permitir que o Corpo Causal determine seus gostos e aversões, humores, crenças e reações a eventos, tais respostas mitigam desfavoravelmente a investigação, pois a investigação é uma ação ponderada e deliberada, não impulsiva.

Maya produz a necessidade de atribuir significado à vida, mas não há necessidade de "significado" se você entender a realidade como ela é. O significado é a compensação pela ignorância, mas a ignorância não precisa ser compensada. Precisa ser conhecida pelo que é. O Corpo Causal é um órgão que faz sentido. Ele nos faz ver o mundo mais arrumado, mais simples, mais previsível e coerente do que realmente é. Mas essa tendência entra em conflito com a verdade e promove o excesso de confiança e um senso de invencibilidade no Corpo Sutil.

Comparativamente, o corpo Sutil é "lento" na medida em que é a "parte" do Ser pleno capaz de fazer cálculos e comparações deliberadas, planejar, escolher e olhar para si objetivamente. Não é "devagar" quando *rajas* o domina; responde quase tão rapidamente quanto o Corpo Causal. É muito devagar, entediante, para responder apropriadamente quando é dominado por *tamas*, mas quando *sattva* está presente ele pode se comportar consciente e

racionalmente. Ele imagina que está encarregado de sua vida, mas porque a vida não é fácil, ele aceita e endossa os impulsos dominantes que lhe são impostos pelo Corpo Causal.

O Corpo Causal é a fonte de nossas biases (tendências, distorções e preconceitos). Por exemplo, uma das biases mais comuns é chamada de “efeito âncora”. Em uma dada situação, faz com que o Corpo Sutil se concentre na primeira impressão ao tomar decisões e avaliar tudo com referência a ela. Por exemplo, o preço inicial oferecido por um carro usado estabelece o padrão para o restante das negociações, de modo que os preços inferiores ao preço inicial pareçam mais razoáveis, mesmo se ainda forem mais altos do que o carro realmente vale. Se você for a um *satsang* e vir um guru sentado em um palco cercado por devotos que o adoram, você assumirá que ele é sábio e iluminado, mesmo que não haja evidência de sabedoria ou iluminação. Se você ler os livros do guru, você assumirá que tudo o que ele diz é sábio. O efeito de ancoragem torna o Corpo Sutil muito mais ingênuo e sugestionável do que deveria ser.

A tendência do Corpo Causal de elaborar uma história para explicar a realidade é chamada de “falácia de narrativa.” A mente se concentra nos eventos mais dramáticos e não leva em conta a miríade de fatores desinteressantes que resultaram na produção de um resultado específico. Por exemplo, aqueles de vocês que leram minha autobiografia vão imaginar que eu tive uma vida fabulosa por causa dos muitos eventos dramáticos e bizarros que aconteceram. Mas 99% foi preenchido com eventos não dignos de nota.

O Corpo Sutil é preguiçoso, pois o aprendizado e a compreensão exigem um esforço considerável, por isso ele prefere acreditar em uma história plausível ao invés de investigar as coisas como elas são. Mas as histórias são apenas explicações para coisas que ele não entende. Ele tende a seguir as intuições, pois elas exigem menos trabalho - previsões combinadas com evidências - e, portanto, parecem mais naturais. A crença sem investigação é perigosa.

Outra tendência perniciosa é chamada de “heurística da disponibilidade.” Por exemplo, se você teve muitas experiências ruins no amor, julgará negativamente a incerteza em uma determinada situação presente, por causa da facilidade de recuperar as experiências incômodas da memória. Se você teve três ou quatro relacionamentos fracassados e conhece um potencial quinto parceiro, ficará extremamente desconfiada, mesmo que o próximo candidato aos seus carinhos seja um santo.

Outra bias (tendência ou distorção) é o efeito alavanca (*priming effect*). Você teve uma refeição abaixo do padrão em seu restaurante favorito e decidiu não voltar, mesmo sem saber que a refeição ruim aconteceu no dia de folga do chefe da cozinha. Em um filme, o herói usa uma camisa com a “logomarca” da

Nike que você não percebe, pois você está absorvido no enredo. Da próxima vez que você estiver comprando, vai comprar um chapéu com a logomarca da Nike.

Uma tendência ou distorção interessante é o efeito de “contra-ataque.” Quando estiver em jogo, você aumentará a intensidade de sua crença diante de evidências razoáveis em contrário. Um devoto fazendeiro cristão em Wyoming encontrou um esqueleto de dinossauro em sua propriedade, que a maioria dos membros de sua igreja tomou como evidência do trabalho do diabo e isso intensificou a sua crença de que o mundo foi criado cinco mil anos atrás. É semelhante à tendência ao conservadorismo, uma tendência a alterar de forma insuficiente a opinião de alguém quando apresentada com novas evidências confiáveis. Ambas distorções são causadas por *tamas*.

Tirar conclusões diferentes da mesma informação, dependendo de como ou por quem essa informação é apresentada, é uma distorção chamada de “efeito de enquadramento.” A falta de empatia é a tendência a subestimar a influência ou a força dos sentimentos, seja em si mesmo ou nos outros. Uma distorção de crença é a tendência de se ver menos tendencioso do que os outros. Uma tendência de confirmação é a tendência de procurar, interpretar, focar e lembrar informações de maneira a confirmar os preconceitos da pessoa.

O Corpo Causal pode produzir associações incorretas: você é uma pessoa limpa e arrumada e sempre que vê o armário bagunçado da sua esposa, você tem um pensamento negativo sobre ela. Você considera a desordem como uma falha de caráter, mesmo que tenha uma personalidade encantadora e não veja o armário como bagunçado. Você critica quando ela deixa momentaneamente as chaves na mesa quando volta para recuperar algo da sala antes de sair para o escritório. No entanto, não há conexão alguma entre as chaves e seu caráter.

Você está andando na rua e passa um conhecido com a cara amarrada e que está profundamente perdido em pensamentos e não o vê. Você associa a cara amarrada com os sentimentos dele por você embora a cara amarrada esteja relacionada com seus pensamentos sobre uma briga que ele acabou de ter com seu chefe. Como resultado, sua próxima reunião com ele será tensa e embaraçosa.

Por causa da sua necessidade de coerência, o Corpo Causal vê conexões causais onde elas não existem. Na noite anterior você brigou com a sua esposa. Na manhã seguinte ela queimou a torrada do café da manhã. A torrada queimou porque ela foi chamada ao telefone. Você ficou com raiva e criou a história de que ela queimou porque ela não te ama. Não há conexão real entre a torrada queimada e a raiva ou o amor. Se houvesse, torradas queimadas causariam raiva em todos. A raiva estava em você e, por causa de

experiências passadas, a torrada queimada fornece uma oportunidade para aliviá-la.

Sem descrevê-las em detalhes, aqui estão algumas funções adicionais do Corpo Causal, extraídas da pesquisa de Kahneman. Ele (1) liga um sentimento de facilidade cognitiva a ilusões de verdade, sentimentos agradáveis e vigilância reduzida (*tamas*); (2) negligencia a ambiguidade e suprime a dúvida (*tamas*); (3) tem a tendência de acreditar e confirmar (*tamas*); (4) exagera a consistência emocional (*rajas*); (5) concentra-se nas evidências existentes e ignora as evidências ausentes (*tamas*); (6) pensa mais do que o necessário (*rajas*); (7) substitui perguntas mais fáceis pelas mais difíceis (*tamas*); (8) dá muita importância às baixas probabilidades (*tamas*); (9) responde mais fortemente a perdas do que a ganhos (*tamas*); (10) não tem visão global: enquadra os problemas, isolando-os uns dos outros (*tamas*); (12) está propenso a exagerar (*rajas*) a consistência e a coerência do que experiencia; (13) ignora a indeterminação dos resultados da ação (*tamas*); (14) vê padrões onde não existem (*rajas*) e (15) estereotipa e pensa em categorias.

A Wikipédia lista noventa tomadas de decisões, crenças e tendências comportamentais, vinte e seis tendências sociais e quarenta e sete erros e tendências da memória! Como você pode ver claramente, os obstáculos ao questionamento bem-sucedido são abundantes. Finalmente - e encorajadoramente com referência à autoinvestigação - há uma boa notícia: o Corpo Causal pode ser programado pelo Corpo Sutil, ou para usar a frase de Kahneman, o Sistema 2 pode “*resetar* o Sistema 1 perfeitamente”. Os métodos do Vedanta para redefinir o Corpo Causal, começam no Capítulo VIII.

Você pode ver por que precisamos incluir uma discussão sobre o Corpo Causal quando falamos de sabedoria discriminativa, separando a verdade das aparências. A autoinvestigação é uma função deliberada e judiciosa do Corpo Sutil. A essência da investigação é manter uma vigilância constante diante do ataque intimidador de inclinações e tendências em cascata do Corpo Causal. Quando você se torna consciente de uma tendência em particular, você está no caminho para neutralizá-la. Mas a autoinvestigação está combatendo essas tendências com a lógica do ensino, até que o Corpo Sutil não mais projete e negue, ou pelo menos até que você esteja consciente de suas influências em sua mente e não aja mais reflexivamente em resposta a elas. Sua finalidade é converter o Corpo Sutil em um instrumento pensante e racional, não impulsivo e emocional. As distorções não examinadas produzem dissonância cognitiva, ou seja, sofrimento.

Capítulo VII

A Pessoa Comum



O Indivíduo e o Todo

NO ÚLTIMO CAPÍTULO, discutimos o macrocosmo, *Maya* e *Isvara*, o Criador do campo no qual a Consciência aparece como objetos. Este capítulo discute o microcosmo, *jiva*, o indivíduo e a sua relação com *Isvara*.

A Definição de *Jiva*

O *jiva* é a Consciência com um corpo sutil. *Jiva* é um princípio eterno, não uma pessoa específica. É, na verdade, a Consciência pura, *Paramatma*.

O *Jiva* eterno tem três níveis de conhecimento: (1) o *jiva* que pensa que é uma pessoa. Esse *jiva* é frequentemente chamado de fazedor ou ser humano, aquele identificado com os objetos. Os humanos que não conhecem a Consciência são chamados *samsaris*, pois estão completamente presos na teia, do *samsara*, a realidade aparente; (2) o *jiva* que conhece a Consciência, mas não sabe o que significa ser essa Consciência e ainda é controlado por suas *vasanas*. Às vezes é chamado de *jiva* autorrealizado. O Vedanta diz que ele tem autoconhecimento “indireto”; (3) o *jiva* que sabe que é a Consciência, o que significa ser Consciência e cujas *vasanas* foram neutralizadas pelo autoconhecimento. Este *jiva* é conhecido como um *jiva* liberado ou iluminado (*jivanmukta*). O Bhagavad Gita diz que essa é uma pessoa com sabedoria “estável”, descrita no último capítulo. Eu a chamo de *jiva* liberado, um *jiva* com conhecimento “direto”. A pessoa liberada, a pessoa autorrealizada e o *samsari* têm uma identidade comum como consciência.

O único *Jiva* eterno manifesta-se sequencialmente como três *jivas* individuais, de acordo com o estado que ele experiencia:

1. Como uma entidade do estado acordado. Nesse estado, sua mente é totalmente extrovertida. Ele está hipnotizado pela dualidade. Persegue e consome experiências, pois é controlado por suas *vasanas*.

2. Como o sonhador, o “brilhante”, a Consciência com um Corpo Sutil, iluminando o estado de sonho. O Corpo Sutil está voltado para dentro nesse estado. A experiência do sonho são as *vasanas* se manifestando. Ambos os *jivas* do estado de vigília e sonho são entidades experienciadoras. No estado

de vigília, o *Jiva* se identifica com o fazedor, de modo que o fazedor geralmente não é visto como um objeto, embora durante uma epifania seja frequentemente objetificado. No estado de sonho, também há identificação, e o fazedor/ego também pode aparecer como um objeto iluminado pela Consciência refletida, o Corpo Sutil. O sonhador pode ver o *jiva* acordado cuidando de seus negócios, andando, conversando, comendo, etc. O sonhador é similar em alguns aspectos ao acordado, mas desfruta de poderes únicos. Esses poderes são inerentes ao estado de sonho e não pertencem ao sonhador. Os eventos que aparecem no sonho são apenas eventos do estado de vigília que se tornaram *vasanas*.

3. Como o adormecido no estado de sono profundo. O adormecido é “quase iluminado”, pois experiencia a ilimitação e a bem-aventurança da Consciência, mas não tem conhecimento do que está experienciando, devido à ausência do intelecto no sono profundo. O Corpo Sutil desaparece no estado de sono profundo, assim como o Corpo Causal Microcósmico, o subconsciente pessoal, que pertence ao *jiva* e produz o seu *karma*. O estado de sono profundo é definido como um estado sem atividade mental. É o mesmo para todos, porque o subconsciente pessoal é dissolvido no Corpo Causal Macrocósmico quando o *jiva* dorme. O sono profundo é a presença apenas de *tamas*. *Rajas* e *sattva* estão inativos nesse estado. Não há senso de individualidade nesse estado, porque o Corpo Sutil do indivíduo não está lá para ser condicionado. O Corpo Causal Macrocósmico, outro nome para *Isvara*, é o estado de sono profundo.

Embora a natureza do *jiva* e de *Isvara* seja a consciência, tanto o *jiva* quanto *Isvara* são fatores inconstantes com referência à consciência. O *jiva* é inconstante porque muda de estado para estado e porque o autoconhecimento remove a noção de que é uma entidade limitada, revelando a sua natureza como Consciência pura. *Isvara*, no papel de Criador, é inconstante, porque a lógica e as escrituras - que são apenas ciência - nos informam que ele desaparece no final do ciclo da criação; tudo o que for criado será destruído. *Isvara*, no papel de Criador, é eterno com referência ao *jiva*, mas não com referência à Consciência pura, o fator constante.

O estado de sonho tem dois aspectos: o sonho em vigília e o sonho do sono. É chamado de estado *pratibasika*, o estado subjetivo da realidade. É a criação do *jiva*, uma interpretação da realidade induzida pelas *vasanas*. Não é criado diretamente por *Isvara*, embora a matéria-prima - os elementos materiais e outros *jivas* - em que se baseia a interpretação do *jiva* pertença à *Isvara*. Em última análise, tanto a interpretação do *jiva* quanto a criação objetiva de *Isvara* são todas *Isvara*, mas para chegar a esse entendimento - o que equivale à liberação - o *jiva* tem que compreender o que pertence a ele e o que pertence à *Isvara* para que ele possa se libertar de si mesmo e de *Isvara*.

Conhecimento Para Preparar o Corpo Sutil

O Corpo Sutil é o instrumento de experiência e de conhecimento. A Consciência não é uma entidade experienciadora ou uma conhecedora. Ela se torna uma entidade experienciadora e conhecedora quando está associada ao Corpo Sutil. Um *jiva* não sabe quem é, porque o conhecimento errado trazido por *Maya* obscurece e perturba o Corpo Sutil a tal ponto que o conhecimento correto não consegue se estabelecer. Por isso, ele precisa estar preparado para receber e assimilar o conhecimento.

Como vimos, o problema fundamental de um *jiva* individual é uma mente dispersa ou lenta: *vasanas* extrovertidas focalizam a percepção panorâmica não específica em um estreito raio de atenção e fazem com que a mente salte mais ou menos incontrolavelmente de um objeto para o outro. Quando nossas mentes são extrovertidas, obtemos fragmentos insatisfatórios de experiências e diversos conhecimentos, mas, sem uma visão abrangente para integrá-los, a paz de espírito nos escapa.

Estágio 1 - Ignorância

E quando um indivíduo viveu por muito tempo fora do conhecimento da luz da consciência, um problema secundário se desenvolve: uma distorção estrutural ocorre no Corpo Sutil, que compromete a sua geometria natural. Um Corpo Sutil saudável é livre de conflitos porque os três centros interiores, o intelecto, o ego e a mente, estão unidos na busca de um objetivo em particular. Mas quando a pressão das *vasanas* extrovertidas se torna intensa demais e persiste ao longo do tempo, o conflito interno se desenvolve.

Se você se vê pensando em algo, dizendo algo diferente e fazendo outra coisa, pode ter certeza de que está fora da *yoga*, da união. Você não está "unido" para usar uma expressão comum. Se você sabe que algo está errado, mas você faz isso mesmo assim, você está fora da *yoga*. Em um Corpo Sutil saudável, o intelecto é quem manda. Ele se destaca, oferece um conselho sábio ao fazedor e se recusa a se identificar com emoções não saudáveis. Se ele se faz de servo do ego ou das emoções e lhes fornece racionalizações e justificativas inteligentes para o comportamento *adharmico*, significa que o Corpo Sutil está fora da *yoga*. Ou, se, acreditando que as emoções são o problema, o intelecto superanalisa tudo a tal ponto que se torna paralisado em relação à ação e se perde, vagando em camadas exaustivas de abstração mental, o Corpo Sutil não é saudável. Se você acredita que os sentimentos são mais valiosos do que as ideias e está ansioso por amor ou experiências mais "significativas" e "comoventes", o seu Corpo Sutil não é saudável. Se você age impulsivamente sem se preocupar com os seus sentimentos ou com os sentimentos dos outros, o Corpo Sutil está desequilibrado. Se se recusa

teimosamente a aceitar a sua porção, isso significa que o seu Corpo Sutil precisa ser trabalhado. Se a guerra entre o lado espiritual e o lado material o mantém acordado à noite, você precisa de *yoga*. E, finalmente, se você está sempre tentando ter uma sensação de “conexão” com as pessoas, seu trabalho ou qualquer outra coisa, isso significa que você está fora da *yoga*. A *yoga* une os três centros ao Ser pleno.

O Vedanta não cria muitos termos psicológicos sofisticados para o seu comportamento disfuncional, fornecendo a você mais um complexo psicológico para adicionar aos seus problemas. Nem nos despedimos de você com um bolso cheio de comprimidos que te corrijam. Nós prescrevemos *yoga*. Lembre-se, *yoga* não é para indivíduos seriamente perturbados, esquizofrênicos, maníaco-depressivos ou semelhantes. A busca é uma neurose mais ou menos benigna, e *yoga* funciona bem para curá-la.

A psicologia convencional navega pelos problemas do seu passado procurando pistas sobre os seus sentimentos ruins. Presumivelmente, se você puder descobrir a causa, isso irá curá-lo. Mas dizemos que as emoções negativas derivam de uma única causa: você não está conseguindo o que quer. A lógica por trás dessa afirmação é óbvia: quando você está conseguindo o que quer, você se sente bem e deixa de procurar. Nós não perseguimos objetos quando nos sentimos bem. Nós desfrutamos o que temos. Por favor, lembre-se, "objetos" significa pessoas, situações, sentimentos, pensamentos - literalmente tudo o que não seja você.

Eu vou fazer um pequeno desvio da tradição neste ponto, pois existe uma ideia não-tradicional que faz um pouco de sentido e ajuda a entender o “Eu” subjetivo, o Corpo Sutil. Quando digo não-tradicional quero dizer que não é mencionado nos textos de origem do Vedanta. Na verdade, foi concebido nos últimos cem anos e encontrou o seu caminho no mundo do Vedanta, mas vou deixar isso de lado por enquanto.

Se os três centros interiores, a mente (emoções e sentimentos), o intelecto e o ego, estão fora da *yoga*, é lógico que haveria uma *yoga* dedicada para cada centro. Portanto, alguns dizem que a *yoga* devocional corrige problemas emocionais convertendo emoções em devoção a Deus, a *yoga* do conhecimento corrige problemas de pensamento, ensinando ao intelecto como discriminar entre o Ser pleno e os objetos que aparecem nele, e o *karma yoga* cuida do ego, o fazedor, revelando a natureza da ação e convertendo o indivíduo de uma visão subjetiva para uma visão objetiva da vida.

No entanto, os textos mencionam apenas duas *yogas*, ou caminhos: ação (experiência) e conhecimento. O tema da devoção é coberto extensivamente, mas nunca é considerado um caminho único, pois a devoção é comum a todo esforço intencional e porque todos os rituais, incluindo os rituais mentais que evocam a devoção, se enquadram no tema sobre o *karma*.

Em qualquer caso, a *yoga* base, a *yoga* sem a qual nenhuma outra tem algum valor, é *karma yoga*. O *karma yoga* cuida dos seus maus sentimentos purificando as *vasanas* que extrovertem a mente e fazem com que você busque objetos. Bons sentimentos não são um problema para a autoinvestigação, a menos que se pense que eles pertençam aos objetos.

O *karma yoga* trabalha no ego. Quando uma pessoa não iluminada diz “eu”, ela quer dizer o ego, o fazedor. O fazedor está jogando um jogo de cartas marcadas. Pensa que é inadequado, incompleto, limitado e separado dos objetos que se apresentam a ele e procura se completar pela obtenção dos tais objetos. Quando obtém o que quer, ele se sente adequado e completo. Isso nós sabemos. A sua busca por objetos ocorre em termos de ações sutis e densas. Como *karma* significa qualquer coisa que se mova ou mude, a ação também inclui pensamentos e sentimentos.

O Fazedor-Desfrutador

A psicologia básica do fazedor é ridiculamente simples: faz o que faz para aproveitar e desfrutar o resultado. Quando o objeto desejado é obtido, o fazedor “passa” para o modo “curtidor” até que o prazer desapareça – ao fazê-lo, ele muda de volta para o modo do fazedor e busca outros resultados que espera lhe dar prazer e restaurar a sua sensação de satisfação. O fazedor, independentemente da idade do corpo, é uma eterna criança. Ele quer o que quer, quando quer, da maneira que quer, ou fica aborrecido. Dependendo de seus sucessos e fracassos, é um eterno otimista ou um pessimista rabugento. Ele não sabe que não há resultados ruins.

No melhor de todos os mundos possíveis, a abordagem da vida do fazedor não seria ineficiente, mas infelizmente o *samsara* não é o melhor de todos os mundos possíveis. Mesmo uma criança, cuja situação de prazer é mais ou menos ideal, na medida em que pais amorosos constantemente atendem a todas as suas necessidades, muitas vezes, na tentativa de satisfazer o seu próprio senso de incompletude, aprende rapidamente que o mundo não produz o objeto de seus desejos por encomenda. As suas reações prepararam o palco para padrões emocionais previsíveis que a perseguem durante toda a vida adulta.

A psicologia do Vedanta despessoaliza o sofrimento. Não vamos fingir que qualquer um de nós é único psicologicamente. É impossível ser único, devido ao modo como *Maya* estrutura a realidade. *Maya* é preguiçosa e muito conservadora. Ela não inventa uma psicologia especial para cada ser humano. Um tamanho serve para todos; um Corpo Denso, Sutil e Causal funciona da mesma maneira em todos. Nossa psicologia funciona para qualquer um, porque se aplica a todos. Fazer o ego aceitar esse fato é outra história, devido

ao seu senso de ser especial. Nós não dizemos que você não é único. É verdade que não há dois flocos de neve iguais, mas todos eles são apenas flocos de neve. A singularidade não leva a nada. Não significa nada. É pura vaidade. Nós dizemos que você é a neve.

O ego é um pouco mais que os seus desejos e medos. Não há nada particularmente errado com isso e (aparentemente) nada pode ser feito sobre isso. O desejo é um mau pressentimento. É uma afirmação de carência. Esqueça a visão romântica. Não há nada de romântico em querer. É a emoção mais chata e comum. O desejo é sofrimento. Todo o ensinamento de Buda começou com este fato.

Estágio 2 - Desejo e Medo

O desejo é inconsciente. Você não acorda de manhã e pensa: "Eu deveria querer alguma coisa". Você acorda querendo alguma coisa. Você traça suas ações - o seu dia - de acordo com o que você quer ou com o que você quer evitar. Talvez você não planeje nada. Talvez você seja simplesmente impelido a agir. O desejo está relacionado com o que você valoriza. Você deseja o que você valoriza.

Desejo e medo são a mesma coisa. Eles são a ignorância em ação. Minha esposa os chama de "os gêmeos terríveis". Eu os chamo de "companheiros de quarto incestuosos". Eles estão sempre envoltos em um caloroso abraço. Quando temo algo, quero evitá-lo. Quando eu desejo algo, temo que não vou conseguir. Por exemplo, o medo de morrer é o desejo de viver. O desejo é uma corrente única de energia que está sempre conosco. Visto de um lado é positivo e do outro, negativo. O medo é um desejo negativo e o desejo é um medo positivo. Só resta saber como lidar com isso. Como diz um dos nossos principais textos: "É um inimigo intratável", embora não precise ser. *Karma Yoga* é como lidamos com ele.

O ego cheio de desejos, enfrenta muitas verdades inconvenientes, duas das quais se destacam. Em primeiro lugar, infelizmente, ele não percebe que pode remover o desejo sem ter que entrar no campo do *dharma* para obter o objeto destinado a removê-lo. Se você tem dúvidas sobre a desejabilidade do desejo, o Vedanta chama a sua atenção para o fato de que um objeto é desejável precisamente porque remove o desejo por ele, não por si mesmo. Em segundo lugar, é lamentável que o campo do *dharma*, destinado a fornecer os objetos desejados, não esteja muito preocupado se o Sr. Ego consegue ou não o que quer, quando quer, da maneira que quer. Em outras palavras, ele não é um pai amoroso. Ele é bastante inconstante. Ele pode satisfazer o seu desejo, ignorá-lo ou dar-lhe uma boa pancada.

No tempo devido, mais ou menos, eu consigo o que eu quero, se eu agir apropriadamente - ou não – mas, o “tempo devido” e “mais ou menos” não são conceitos que um ego necessitado e carente particularmente aprecia. Eu quero e quero agora!

Esta situação prepara o palco para uma personalidade disfuncional. Um fato importante sobre o desejo, que todos devem saber, mas que muitos não querem considerar, é que o desejo por si só não é suficiente para produzir o objeto que você quer. Sim, às vezes parece que o desejo manifestou o objeto, mas isso não aconteceu, exceto indiretamente na medida em que o motiva a fazer a ação apropriada. Por causa do desejo, as ações são oferecidas no campo do *dharma* e depois são esquecidas na medida em que seguem os seus caminhos, obtendo e interagindo com os vários objetos - as pessoas, na maioria das vezes. Quando o campo produz um resultado, parece que você tem uma conexão poderosa e mágica com o campo, mas você não tem. Você tem uma conexão lógica, não mágica.

É triste dizer que o campo está interessado em você apenas na medida em que as suas ações contribuem ou contrariam o desejo agregado do próprio campo. E qual é esse desejo? É manter a integridade do campo. O pensamento mágico é um enorme impedimento para o autoconhecimento, e o mundo espiritual está repleto dele. É causado por *tamas* - ignorância - e se manifesta como preguiça. É um impulso quase criminoso, uma tentativa de evitar o trabalho duro derrotando o sistema. É uma fantasia inventada por um ego que de alguma forma se convenceu de que é especial e habilitado.

Seja como for, para que o *karma yoga* funcione, o ego precisa entender que o princípio que o campo usa para produzir resultados não é o desejo gratuito dos indivíduos por resultados específicos, mas as necessidades do todo. Se as ações de uma pessoa contribuem para as necessidades do todo, as ações gerarão bons resultados e, se entrar em conflito com as necessidades em constante mudança do campo, elas produzirão resultados indesejados ou nenhum resultado. A vigilância constante é necessária para o sucesso, porque as necessidades do campo estão mudando constantemente. Não levar em conta as necessidades dos outros é uma receita certa para o sofrimento. A essência do *karma yoga* é a consideração pelas necessidades do campo, ou seja, seu ambiente físico e psicológico.

Um dos sintomas do desejo excessivo é a impulsividade. Como complexidade e incerteza são a natureza do campo do *dharma*, um Corpo Sutil saudável é contido e deliberado em relação à ação. Mas quando há excesso de desejo devido a um agudo senso de insegurança, muitas vezes ele se lança naquele dia completamente despreparado para as situações que ele precisa resolver. Você descobre que esqueceu o seu cartão de crédito quando chega ao supermercado ou duas fotos quando vai fazer uma solicitação de

passaporte. Você estava tão ansioso para eliminar aquele item da sua lista interminável de afazeres, uma lista que nunca encolhe, não importa o quão rápido você executa as tarefas, você sai correndo sem estar preparado.

Outro sintoma é um senso de obrigação excessivamente refinado. Sim, é importante cumprir os seus deveres de maneira oportuna e apropriada, mas se você se pega dizendo que precisa fazer coisas que não são de modo algum necessárias para a manutenção básica da vida, você precisa de *karma yoga*. Este sintoma é extremamente comum nas chamadas sociedades "desenvolvidas", em que os luxos tornaram-se necessidades. Você pode sentir que precisa de discos rígidos para fazer o backup de seus arquivos, porque se sente obrigado a não perder um único vídeo estúpido, que você nunca mais assistirá. Ou você nunca pode jogar fora objetos quebrados e inúteis - não desperdiça, mas não usa! Seus armários, despensas e gavetas estão tão cheios de objetos inúteis e descartáveis da sociedade de consumo, que você não consegue se movimentar na sua própria casa. Você não consegue focar apenas na sua lista quando chega ao supermercado; os itens impulsivos exibidos astutamente a cada canto, literalmente pulam em seu carrinho de compras. Você pensa: "A vida é uma droga. Eu preciso me tratar; eu valho a pena." Ou você nem pensa, suas mãos simplesmente pegam um pacote atraente. Se você se sentir mal porque "poderia ter" conseguido uma camiseta extra se tivesse parado na liquidação que você viu no caminho do trabalho para casa, quando você já tem trinta camisas, saiba que você precisa de *yoga*. A obrigação é apenas uma palavra extravagante e socialmente aceitável, usada pelos inseguros para disfarçar o desejo.

Estágio 3 - Ansiedade e Controle

A ansiedade é outra forma de desejo e a companheira constante do Sr. Ego por uma simples razão: os resultados de suas ações não estão em suas mãos. Por que o ego está sujeito à ansiedade? Porque o desejo não é natural. Se algo é natural, é bem-vindo. Mas algo que não é natural é sempre um convidado indesejado. É por isso que sabemos que a bem-aventurança é a natureza do Ser pleno. Se a bem-aventurança não fosse natural, você tentaria imediatamente se livrar dela quando começasse a se sentir bem. Você não faz isso. Você se apega a ela com unhas e dentes. Mas quando o sofrimento chega - até mesmo a irritação mais insignificante - você imediatamente tenta se livrar dele. A felicidade é natural. O sofrimento não é natural. Se você está sofrendo, você não sabe algo importante sobre si mesmo.

De qualquer forma, estou ansioso, porque quanto mais tempo o campo demora para me dar o que eu quero, mais eu sofro. Se me sinto inseguro e quero que meu marido me diga que ele me ama, eu sofro com a ansiedade. Se as contas estão se acumulando e o meu contracheque não vem por mais um

mês, eu sofro com a ansiedade. Se eu não me importo se as contas são pagas, não terei ansiedade em relação a isso. As pessoas podem até ficar ansiosas com a ideia de que estão ansiosas! Como posso me iluminar se estou ansioso? Quando a minha iluminação vai acontecer?

Um dos sintomas mais evidentes desse estágio da doença da ignorância é a questão do controle. A ansiedade gera a necessidade de controlar os resultados. Na verdade, todas as emoções negativas tendem, inconscientemente, a ser manipuladoras, não há nenhuma tão óbvia quanto à raiva. Ninguém gosta de conflito. O medo e a raiva são energias dominantes que irradiam muito além dos confins do corpo físico. Pessoas próximas a pessoas raivosas, particularmente aquelas que são dóceis ou que têm baixa autoestima, tendem a ceder às exigências da pessoa raivosa, simplesmente para evitar desconforto. Viver um relacionamento com uma pessoa assustadoramente raivosa é pisar em um campo minado. Um pequeno erro e todo o campo explode de raiva. Uma vez que um indivíduo pouco desenvolvido e não amado vê o benefício dessas emoções, ele pode tirar proveito delas e se tornar conscientemente manipulador. A manipulação consciente dos outros é um sinal de que a estrutura natural do Corpo Sutil se tornou seriamente distorcida.

Estágio 4 - Raiva

O quarto estágio, raiva, origina-se logicamente do terceiro. Você ficará satisfeito em saber que pode parar de culpar a mamãe e o papai, a igreja e o estado, a mídia ou o seu nariz grande, etc, pela sua raiva. A causa é muito simples: o campo do *dharma* não está dando o que você quer. Quando o desejo é obstruído, transforma-se em raiva. Isso não requer realmente um grande evento – por exemplo, seu marido fugir com a secretária - para ativar a raiva, pode ser algo muito simples - um motorista que é lento para responder a uma luz verde ou apenas a ideia de que você não vai conseguir o que deseja. A raiva é muito destrutiva, embora tenha seu lado positivo também. Nas situações certas, ela pode realmente ajudá-lo a alcançar o que deseja, embora não seja aconselhável usar a raiva dessa maneira, devido aos efeitos de longo prazo sobre sua saúde; as moléculas dessa emoção causam estragos no corpo, sem mencionar o que ela faz com seus relacionamentos com outros seres conscientes.

Você provavelmente não terá deixado de notar que tudo na vida vem através dos outros. Portanto, vale a pena desenvolver relacionamentos amorosos e positivos, pelo menos com as pessoas próximas. Mas a raiva definitivamente precisa ser gerenciada. Se não for gerenciada corretamente, você será destruído. *Karma Yoga* é uma ferramenta de gerenciamento do estresse e da raiva.

A raiva não é socialmente aceitável por razões óbvias: é uma violação do *dharma*, que é baseado nas expectativas mútuas dos indivíduos. Você não quer lidar com pessoas raivosas e as pessoas não querem lidar com a sua raiva. A raiva é uma violação do *dharma* mais fundamental da vida, a não-violência. Você pode definir violência em termos físicos – tudo bem – mas a raiva é prejudicial tanto para os outros quanto para si mesmo. A não-violência como definida pelo Vedanta ocorre em termos de “pensamento, palavra e ação”. Imaginando que você é de alguma forma espiritual, porque não come carne ou não bate em seus filhos, enquanto demonstra raiva em relação aos outros - ou mesmo pensamentos irados - é definitivamente hipocrisia. Considero extremamente peculiar que pessoas iradas se comportem com consideração a estranhos com os quais não têm nenhuma conexão pessoal e, ao mesmo tempo, despejam a sua raiva na família e nos amigos com os quais se relaciona diariamente.

Negação

A raiva não é socialmente aceitável e não é aceitável para o Sr. Ego, porque contradiz a sua boa opinião de si mesmo. Então o que você faz com ela? Você quer despejar nos outros, o que não funciona bem, ou você suprime, o que funciona. Temporariamente. Quando uma emoção desconfortável é suprimida, ela se torna parte de sua “sombra”, para usar um termo que está em voga desde os tempos de Jung. Na nossa linguagem, a raiva se retira para o Corpo Causal, o subconsciente. O inconsciente - as *vasanas* macrocósmicas - pertencem a *Isvara*, a Mente Total. Mas o subconsciente é o seu próprio Corpo Causal pessoal, um cantinho do Corpo Causal de *Isvara* - um subsistema talvez seja uma palavra razoável - onde o seu *karma* pessoal está armazenado. *Isvara* é, de fato, uma maravilha! É incrível, pois controla as suas ações e adapta os resultados delas a você, nunca confundindo o seu *karma* com o *karma* dos outros quase oito bilhões de indivíduos cujo *karma* ele administra. “Sombra” é uma boa palavra, porque as sombras escondem, assim como a repressão esconde sua raiva de você. Ela é “sub” consciente, ou seja, não é conhecida. A raiva é *rajas* e a repressão é *rajas*, mas *tamas* está por trás de ambas. A repressão é *rajas*, porque é preciso energia para manter a raiva longe de sua vida, para que ela não atrapalhe as coisas. *Tamas* é negação. Porque você não se considera uma pessoa raivosa, você tem que esconder esse fato de si mesmo.

Que bagunça nós já temos, apenas quatro etapas na psicologia complicada do ego. Embora o Corpo Causal “contenha” boas e más *vasanas*, não é um recipiente no sentido usual da palavra. Se você tem um pote, pode colocar objetos de valor nele, enterrá-lo e nada será retirado até você desenterrá-lo e desatarraxar a tampa. Mas o inconsciente não é esse tipo de

recipiente. É poroso; o que entra, volta. Você não pode ver como ele funciona - é por isso que estou descrevendo - mas outro fato triste é que nada sobre você está escondido da Consciência ou do mundo, porque os outros podem facilmente ver a sua raiva, mas ela está escondida do Corpo Sutil, "você", a pessoa que você pensa que é, devido à *tamas*, a negação.

Mas o seu subconsciente é também um recipiente no sentido clássico, porque as emoções negativas se acumulam. Toda vez que você expressa uma acreditando que ela está "fora" - ela volta para "dentro". Você reforça a própria *vasana*. Portanto, a sua tendência de ficar com raiva permanece e até aumenta.

Projeção

Como você esconde o fato de que você é uma pessoa disfuncional? *Tamas* ajuda você a esconder isso; então se une a *rajas*. *Rajas* projeta. Então, você culpa alguma coisa ou alguém. Na verdade, não importa quem ou o quê. O que importa é que você acredite que algo diferente de você fez com que você fosse do jeito que é, para que você possa evitar assumir a responsabilidade por isso. É aqui que a vítima entra em cena. Veja o quanto distante do nosso Ser pleno nos distanciamos, e ainda estamos no meio da tragédia escrita pela maior poetisa de todos os tempos: Madame Ignorância. Mestre Boca Flamejante, agora se tornou Sr. Pobre de Mim, uma vítima de qualquer coisa. E não é de se admirar que em todas as etapas dessa tragicomédia a nossa autoestima sofra outro impacto.

Quando falamos de raiva, estamos falando da distorção estrutural do Corpo Sutil que produz mais ou menos sofrimento existencial ininterrupto. Pequenas erupções ocasionais de raiva em diversas circunstâncias são compreensíveis e não desqualificam um indivíduo para a investigação. Mas se um conjunto previsível de circunstâncias produz uma necessidade urgente de ter até mesmo pequenas coisas de certa maneira, ao invés de cuidar da raiva com o *karma yoga*, você tem um problema. O *karma yoga* - que ainda temos que desenvolver - não oferece técnicas específicas de controle da raiva. É uma abordagem global, como veremos no próximo capítulo.

Outro sintoma desse estágio é o excesso de ocupações, uma marca da vida moderna. Ele não é detectado como um problema psicológico, pois a sociedade considera uma virtude. Álcool, drogas, doces e alimentos carregados de gordura são os medicamentos de escolha quando *rajas* é predominante. Irritabilidade, insônia e obsessão por estar certo em relação a temas relacionados à ação, são sintomas do excesso de *rajas*. Se você acredita que as coisas devem ser feitas de certa maneira e que a maneira que você as faz é o único caminho, saiba, com certeza, que o seu Corpo Sutil está

firmemente dominado por *rajas*. Se você acha que nada disso se aplica a você, pense duas vezes, *rajas* é sempre acompanhado por uma medida igual de *tamas*, negação.

Comparação - Matsarya

Como indicamos, quando a Consciência apareceu sob a forma de seres (aparentemente) conscientes e esses seres se tornaram mais complexos, acabou por desenvolver o intelecto, permitindo-lhes fazer escolhas. É prudente considerar cuidadosamente todas as alternativas antes de agir. Mas quando o Corpo Sutil está em conflito, a sua função discriminativa se torna pervertida e é entregue diretamente nas mãos de *rajas* (agitação e estresse) e *tamas* (negligência e preguiça), se atolando mais ainda na dualidade. A maioria dos animais evolui de acordo com ordens de hierarquia rudimentares, baseadas no poder. Nesses sistemas, a força física e a agressividade determinam o lugar no grupo. Mas os humanos elevaram o conceito de status a uma arte refinada.

Quando eu era jovem, morei nas Filipinas por um curto período de tempo. Eu era daltônico e achava que os filipinos também eram, mas logo percebi que um dos parâmetros mais importantes para distinguir uma pessoa da outra era a cor da pele. Logo percebi que filipinos - e mais tarde todos os grupos do planeta - calculavam a cor da pele em microtons. Se a sua casa fica bagunçada por semanas, porque durante uma reforma você não consegue determinar que tom de pêssego você quer para as paredes da sala de jantar ou você tem que gastar trinta minutos no corredor do supermercado para escolher qual dos oitenta tipos de xampu seria melhor para os seus cabelos, saiba que o seu Corpo Sutil precisa de um pouco de *yoga*. Se você está avaliando o seu progresso diário em relação a um programa de condicionamento físico, uma meta financeira ou um objetivo espiritual - já sou puro como um santo? - saiba que o seu Corpo Sutil precisa de um pouco de *yoga*.

A comparação é uma função útil, mas pode facilmente transformar-se em formas menos benignas. A inveja, uma emoção particularmente dualista e rudimentar, significa insegurança e baixa autoestima. Quer dizer: "Eu quero o que você tem". Uma forma menos honesta, oculta e particularmente insidiosa de pensamento dualista é: "Eu quero ser como você". À medida que esta tendência amadurece e produz um comportamento mais disfuncional, ela se torna obviamente *rajásica* e se transforma em um espírito competitivo - "Eu quero vencer você." E na medida em que amadurece e entra em seu estágio final, torna-se totalmente *tamásica* - "Eu quero destruir você".

Estágio 5 - Desilusão

Por requer muita energia, é difícil de manter a raiva, embora, uma vez condicionado, você se sinta vazio sem ela. É uma energia ruim, sem dúvida, mas é melhor que nenhuma energia. Quando a raiva colapsa, pode parecer que você de repente perdeu seu melhor amigo. Isso significa que a resposta *rajásica* se tornou uma vasana vinculativa. Não há melhor exemplo desse fato psicológico do que o transtorno bipolar. O transtorno bipolar é *rajas* e *tamas* sob efeito de esteroides. Eu gosto mais do termo antigo, maníaco-depressivo. Não é um eufemismo. Mania é *rajas* e depressão é *tamas*. Eles sempre andam juntos. Para entendê-lo, não é preciso procurar mais do que o cansaço que vem depois do trabalho duro. A mente e o corpo podem lidar com certa quantidade de estresse - *rajas* é estresse. Então *tamas* prevalece. Uma pessoa maníaca pode permanecer ativa por semanas a fio, praticamente sem dormir, mas, quando *rajas* tiver terminado, ela permanecerá na cama em um quarto escuro, dia e noite, por períodos igualmente longos. Maníacos-depressivos são um bom exemplo de distorção estrutural extrema no Corpo Sutil. Não pode ser tratada com *karma yoga*.

Uma pessoa bem-sucedida é uma pessoa discriminadora, alguém que consegue fazer escolhas racionais com base em um conhecimento claro de seus valores ou como eles se relacionam com o mundo ao redor, o campo do *dharma*. Para discriminar efetivamente, a mente precisa ser predominantemente *sattvica*. Você se lembrará de que *Maya* tem três poderes: ocultar, projetar e revelar. *Sattva* é o poder revelador, a energia do conhecimento. Pode registrar a experiência como ela é, avaliá-la com precisão e tomar decisões que vão além da agenda do ego. Mas isso não é possível no estágio 5.

Quando *rajas* se esgota, *tamas* assume o controle. *Tamas* é um véu, que oculta a energia. Ele obscurece a luz da consciência, uma vez que ela reflete sobre o Corpo Sutil. É responsável pela confusão e ilusão. Mais uma vez, não estamos falando sobre o entorpecimento ocasional que vem ao longo do dia, uma nuvem de luz passando sobre a mente que faz com que sua energia seja enfraquecida temporariamente. Estamos falando de um sentimento persistentemente lento e apático, caracterizado pela incapacidade de tomar decisões e fazer o que é exigido no dia a dia. Pensamentos suicidas aparecem quando o Corpo Sutil está sob controle de *tamas*. Quando um *jiva* está nesse estado - tendo em mente o fato de que o Ser pleno nunca está em estado algum - você está perto do fim de uma vida significativa. Normalmente, a essa altura você está nas mãos de um médico ou está deitado em uma caixa de papelão achatada sob um viaduto com uma agulha no braço. E enquanto a medicina pode encontrar algum tipo de substância química legal que estimule o cérebro o suficiente para irritá-lo e induzir um sorriso bobo, pode-se dizer que você chegou ao estado dos mortos-vivos. O seu intelecto está completamente

nas mãos de *tamas*. Quando isso acontece, com ou sem remédios, você perde a sua discriminação, entra em um estado de vitimização avançada e perde totalmente a sua autoestima. O verso de um de nossos textos que narra esse deslizamento escorregadio até a ruína conclui com o comentário "... e a alma perece". Esse estado é comumente referido como a "noite escura da alma" e geralmente significa o início da investigação.

Alguns sintomas desse estado são desamparo, tédio, apatia, receio, desconfiança, rebeldia, defesa e vaidade, um sentimento de que, não importa o que você faça, nada funciona. Provavelmente não é necessário discutir cada um deles em detalhes, mas saiba que você chegou, mais ou menos, no fim de suas forças, quando uma sensação de estagnação, mais ou menos, permeia a sua vida. Os seus hábitos te escravizam e a sua mente se torna rígida e teimosa. Você não tem confiança para lidar com a mudança, mas fincou o pé em qualquer situação e resistiu à lógica do senso comum. Se um hábito que anteriormente trouxe prazer começa a trazer dor e você teimosamente se recusa a abandoná-lo e tentar outra coisa, mesmo que esteja claro que o hábito é prejudicial, você atingiu o fundo do poço. Se você ignorar as mensagens de mudança que a vida envia e reagir negativamente a qualquer coisa percebida como uma ameaça à sua visão de mundo, estará pronto para o *karma yoga*. É o caminho para você gerenciar e purificar essas emoções.

Capítulo VIII

Karma Yoga



Um Breve Resumo

PARA QUE O Vedanta funcione, você precisa mudar a maneira como pensa. E embora a luz brilhe enquanto você escuta esses ensinamentos, uma única exposição a eles não mudará o seus padrões de pensamento. O ensinamento deve se tornar a sua vida. Deve estar com você a cada minuto do dia. Então, você precisa entender completamente a lógica geral. Depois, quando você se sentir aprisionado, você pode pegar o mapa e descobrir onde você está e onde deveria estar.

Começamos com a afirmação de que a alegria-satisfação que buscamos nos objetos, na verdade pertence ao Ser pleno e que buscar a felicidade nos objetos é um jogo de soma zero. O ensinamento sobre *Maya* revela a psicologia que nos leva a buscar a felicidade nos objetos. Objetos, como você deve se lembrar, não são outra coisa que o Ser pleno. *Maya* faz o Ser pleno e completo pensar que é incompleto e que os objetos podem satisfazê-lo. Este erro constitui a lógica fundamental do *samsara*. Se você não conseguir ver isto, não estará pronto para o Vedanta e continuará perseguindo objetos. Se você continuar perseguindo objetos, esta lógica se tornará clara, enquanto o *samsara* o esmaga e força você a aceitá-lo. A única maneira de vencer no *samsara* é sair dele completamente. Cada vitória na busca de objetos é basicamente uma derrota, pois adia o inevitável, a percepção de que o mundo é um sonho. É muito difícil perceber que é um sonho, porque *Maya*, como uma TV de tela grande e alta definição, projeta constantemente imagens belas e sensuais que parecem sempre tão reais, animando as suas fantasias. Você pode prová-las, tocá-las e cheirá-las. Então vá, caçando experiências e acumulando *vasanas*. E sua atenção, que é apenas a percepção panorâmica reduzida a um pequeno raio semelhante a um feixe luminoso criado por *Maya*, torna-se extrovertida, fixada nos objetos. É difícil não notar a ironia; você, o Ser pleno, olhando para si mesmo em objetos que não têm natureza própria. O que poderia ser mais absurdo?

Eu sinto muito em continuar longamente sobre este fato triste, mas precisamos esfregar seu nariz espiritual nele, porque a verdade básica da realidade aparente é completamente contraintuitiva. Isso "parece" errado. Não é necessário muito poder intelectual para entender que a vida é apenas um processo inconsciente de estímulo e resposta. Em seu nível mais básico, é apenas você prestando atenção nas reações do mundo nas suas reações ao

mundo. Nós chamamos isso de: ir do desejo à ação e da ação ao desejo, *samsara chakra*. É como ser pego em areia movediça - quanto mais você se esforça para se libertar, mais afunda. Um dos significados de *samsara* é “redemoinho”. Quando você fica preso nele, você não consegue se mexer. De fato, quanto mais você se move, certamente você está mais envolvido. A dinâmica de suas ações passadas mantém você preso a esse *chakra*, essa roda. Quando ela sobe, você sobe, e quando ela desce, você desce. Você só está preocupado em conseguir o que quer e evitar o que não quer. Isso aconteceu comigo. Eu era um morto-vivo, um completo robô, um fantoche aprisionado pelos meus medos e desejos, pulando de um lado para o outro.

Antes de mostrarmos como sair do redemoinho e perceber o Ser pleno em sua vida, precisamos acrescentar mais uma novidade desagradável. No último capítulo, mencionamos que na medida em que as *vasanas* se acumulam ao longo do tempo, ocorre uma distorção estrutural no Corpo Sutil. Em uma pessoa saudável e integrada, os três centros estão alinhados e cooperam entre si para ajudar o *jiva* a alcançar seus objetivos. Mas quando a carga de *vasanas* é muito pesada, o Corpo Sutil fica distorcido, sua conexão é quebrada e o conflito interior se desenvolve.

Para colocar o Ser pleno na equação, precisamos de *yoga*. Precisamos levar em conta nosso condicionamento, pois ele nos mantém fora do contato com o Ser pleno. Não consigo entender como os professores modernos podem dizer que você não é um fazedor e que não há trabalho a ser feito. É claro que é bom para os negócios, pois o ego quer escutar essa mensagem, mas é um conselho tolo. Você não está feliz por uma razão, e a razão é que o seu condicionamento o mantém preso ao mundo dos objetos. Então você precisa praticar *yoga*.

Como a *yoga* funciona? Remove as *vasanas* que extrovertem a mente e desenvolve *vasanas* que direcionam a mente para o Ser pleno de modo que a investigação possa dar frutos.

***Karma Yoga* - Sem Resultados Ruins**

Se você sabe quem você é, irá agir automaticamente com o espírito de *karma yoga*, porque está claro para você o que a ação e seus resultados podem e não podem fazer por você. Assim, o *karma yoga* é destinado a pessoas com *vasanas* espirituais, que sabem que são a Consciência pura, mas não têm plena confiança no conhecimento. A falta de confiança ocorre devido ao véu e à projeção dos *gunas*, *rajas* e *tamas*, que obscurecem e perturbam a mente a tal ponto que não podem desfrutar da liberdade que o autoconhecimento firme e sempre presente concede.

Embora seja de senso comum para uma pessoa sensível, a fonte dessa ideia é o Bhagavad Gita, um dos três pilares do Vedanta. No Gita, uma pessoa extrovertida abandona o seu dever no meio de uma crise e é ensinada a se autoconhecer no campo de batalha da vida por seu amigo, uma pessoa iluminada. Sua mente está muito agitada para permitir que ele assimile o conhecimento, então ele é encorajado a praticar o *karma yoga*.

Sem o *karma yoga*, o autoconhecimento não vai se fixar. Você pode muito bem ter epifanias não-duais e sentir que está iluminado, mas sem o *karma yoga* o sentimento acabará sendo comprometido e você vai procurar mais uma vez recuperar a sua “iluminação”, tal como era.

Você também deve saber que o *karma yoga* lhe dará uma vida feliz, esteja ou não buscando a liberação. Algumas pessoas que estão inconscientemente em harmonia com o espírito da criação, desenvolvem o *karma yoga* e o praticam sem saber o que é. Antes de desdobrar este ensinamento, devemos desmascarar outro mito espiritual. O *karma yoga* não é um serviço desinteressado. Há apenas um Ser pleno e, na medida em que está fazendo alguma coisa, está se servindo. Da maneira como o *karma yoga* é apresentado aos ocidentais familiarizados com a cultura espiritual da Índia, é pouco mais que um artilheiro engenhoso dos gurus e suas organizações para obter trabalho livre ou gratuito de neófitos espirituais desavisados.

Se quisermos reduzir nossa carga de *vasanas* e voltar a mente para o Ser pleno, precisamos do espírito do *karma yoga*. Não é um espírito que você possa adotar com sucesso sem entender a lógica por trás dele.

O *karma yoga* trabalha sobre o ego, o fazedor. O ego é aquela parte do Corpo Sutil que age para apreciar os resultados. É também a parte que possui a ação e os seus resultados. Os termos "eu faço, eu gosto, isso é meu" pertencem ao fazedor. Para alguém que busca a liberação, essas ideias são obstáculos, pois constroem *vasanas* inúteis e obstruem o conhecimento.

As pessoas adoram culpar sua infância e suas circunstâncias de vida por seus sentimentos desconfortáveis. É um bom negócio para os psicólogos. Minha esposa o chama de “feridologia”. Suponho que a expectativa seja de que, se eles entenderem o que aconteceu e o que fizeram com eles, eles podem, de alguma forma, sentir alívio dos seus sentimentos ruins. Mas o Vedanta diz que você não precisa olhar tão longe para conhecer a fonte de seus problemas emocionais. A explicação, como dissemos no último capítulo, é muito simples: você não está conseguindo o que quer. Você faz o que faz, esperando que o resultado faça você se sentir bem. Quando você não obtém o resultado desejado, sente alguma forma de raiva (*rajas*) ou decepção que pode levar à depressão (*tamas*). Todas as emoções desconfortáveis são geradas a partir de *rajas* e *tamas*. É muito difícil argumentar com essa lógica, porque

quando você está conseguindo o que quer, você se sente ótimo. Obter o que quer o tempo todo é a ideia de felicidade do fazedor.

Nós não dizemos que você deve ou não obter o que deseja. Você faz o que faz para obter o que quer. Há uma estranha noção no mundo espiritual - popularizada pelo ensinamento de Buda de que o desejo é a causa do sofrimento - que você não deveria querer nada. Mas é impossível não querer nada. Isso não depende de você. Você vem para a Terra cheio de desejos, e os desejos motivam você de manhã até de noite, normalmente até o dia em que você morrer. Um ser humano é pouco mais do que ele quer. Somos a favor que você obtenha o que quer. Tudo o que estamos dizendo é que obter o que você quer não é tão simples.

Karma Yoga, o Destruidor do Estresse

A ansiedade sobre os resultados de suas ações é um termo chique para o estresse. Se você perguntar às pessoas por que elas meditam, a maioria dirá "para eliminar o estresse". A meditação elimina o estresse, mas não elimina a causa do estresse. É por isso que as pessoas meditam sem sucesso por muitos anos. E é por isso que muitos meditadores abandonam a meditação em favor de alguma outra abordagem. O *karma yoga* elimina a causa do estresse, exaurindo os medos e desejos que produzem o estresse.

Os Resultados Não Dependem de Você

Infelizmente, como dissemos antes e nunca nos cansamos de dizer, há um pequeno problema quando você quer o que quer: os resultados de suas ações não dependem de você. Esta é uma informação indesejável. Embora isso nunca acabe, a cada vinte anos, mais ou menos, o materialismo espiritual se torna uma obsessão no mundo espiritual na forma de um ensinamento como O Segredo. O único propósito desse tipo de ensino é fazer com que o ego sinta que há esperança, que tendo sido um fracasso no mundo, ele pode se refugiar na fantasia de que há um modo especial, uma técnica secreta, que permita controlar os resultados de suas ações e vencer no campo do *dharma*, em seu próprio jogo. A ideia é atraente, porque muitas pessoas espiritualizadas - todo mundo, na verdade - são preguiçosas e não gostam da ideia de serem controladas por qualquer coisa. Quando você compreende esta ideia, você está realmente pronto para ouvir a razão.

Se os resultados de suas ações dependessem de você, você teria tudo o que quisesse. Então, de que os resultados dependem? Da lei do *karma* e do campo do *dharma*. No sexto capítulo, apresentamos um esboço rudimentar do campo do *dharma*. Eu o chamo de "mandala da existência". É um campo vasto.

É composto de todos os elementos materiais, os Corpos Densos e as forças e leis que os controlam. Inclui os Corpos Sutis e todas as forças e leis que controlam os aspectos psíquicos, psicológicos e morais do campo, a mente macrocósmica. E por fim, é fundamentalmente controlado pelo Corpo Causal e pela lei do *karma*.

E quem sou eu? Eu penso que sou uma excreção minúscula de inseto, neste vasto e complexo oceano de sonhos da Consciência. Como parte do campo, pareço gerar ações, pequenas ondulações na superfície da vida. Minhas ações não voam para algum outro universo para frutificar lá. Elas permanecem no campo. O campo se comporta como se fosse consciente, pois está situado na Consciência, assim como a cobra em nosso exemplo anterior, se manifesta na corda e parece estar viva quando é percebida em um determinado contexto. Então o campo responde. Ele produz *karma*. *Karma* significa que algo acontece. E o *karma* retorna ao fazedor da ação, nem sempre de maneiras óbvias. Ou, como se costuma dizer: "O que vai, volta". É expresso de forma diferente na Bíblia: "O que o homem semear, isso colherá". Todo mundo sabe sobre o *karma*, mas quase ninguém o compreende.

Para refrescar a sua memória, a grande questão é: com base no quê o campo me retorna as minhas ações? Você não pode dizer que o campo não retorna as ações, porque minha vida nada mais é do que os acontecimentos que o campo da vida traz para mim. O campo deve ser inteligente de alguma maneira, porque eu não recebo ações que pertencem à você. Se você mata seu cônjuge, a polícia acaba aparecendo na sua porta, não na minha. Se você bebe álcool, eu não fico com cirrose no fígado. Mas qual princípio determina o resultado? O campo determina o resultado com base nas necessidades do próprio campo.

Ignore o Campo do *Dharma* por Sua Conta e Risco

Este é um fato muito difícil para o ego aceitar, porque ele só se importa com a minúscula parte do campo que o impacta diretamente. Alguns indivíduos são tão egocêntricos que nem conseguem se dar bem com suas famílias, muito menos com seus vizinhos, empregadores, etc. Esta é uma visão muito míope, porque tudo o que vem para nós, vem dos outros. Mesmo aqueles que cuidam de seu círculo imediato de relacionamentos, ainda não conseguem controlar o que acontece, porque o que acontece com as pessoas ao redor de um indivíduo é condicionado pelas pessoas com as quais ela está conectada, e esse círculo mais amplo é afetado por um círculo ainda mais amplo, até que o círculo se amplie incluindo tudo. Esse "tudo" é *Isvara*. Do ponto de vista de *Isvara*, nenhum objeto no campo é mais ou menos importante do que qualquer outro. Esta é uma má notícia para mim, se eu quiser algo que não atenda às necessidades do todo.

Todos sabem disso de uma forma ou de outra. As pessoas religiosas chamam isso de Deus. Elas dizem que tudo é a graça de Deus. Nós concordamos mais ou menos, mas, como mencionado, investimos Deus com qualidades humanas e divinas e o colocamos fora do campo do *dharma*. O campo em si é Deus. Nós não dizemos que somente o bom *karma* vem de Deus, nós incluímos o *karma* ruim também, pois sabemos que a realidade é não-dual. Na verdade, não há dois princípios separados operando no campo do *dharma*, embora *Maya* faça parecer como se houvesse.

O Segredo da Ação

Eu entendo que, em termos da minha felicidade, o campo é todo-poderoso e que a dependência disso causa sofrimento. Eu também sei que não posso simplesmente me afastar disso. O desejo que está em mim exige ação e ação causa desejo. Portanto, mesmo se eu fugisse para uma caverna na Índia, não resolveria o meu problema. As minhas *vasanas* e a minha mente perturbada iriam comigo.

O que eu não entendo é por que a ação causa *vasanas*? As *vasanas* são causadas pela atitude presente quando eu ajo. Qual é a atitude? A atitude é: “Eu quero. Eu não quero.” Em resumo, medo e desejo me motivam. Embora não seja minha experiência, é lógico que uma atitude diferente pode não produzir as *vasanas* que me vinculam à ação e seus resultados. Existe tal atitude, e qual seria?

Os adultos geralmente não são bons exemplos, mas as crianças brincando nos dão uma dica. Eu estava recentemente na praia assistindo a um grupo de crianças construindo um castelo de areia. Elas trabalharam felizes por cerca de uma hora com seus pequenos baldes e pás e, assim que terminaram, destruíram tudo alegremente e correram em direção às ondas para nadar. Alguns anos atrás, eu estava em Londres, no Museu Nacional, e observei um grupo de monges tibetanos fazendo uma grande e intrincada mandala de areia colorida. Evidentemente, eles estavam trabalhando nisso há semanas e, em poucos dias, iriam destruir tudo. O que eles estavam pensando? Eles estavam obviamente desinteressados em apreciar a mandala depois de terminada. Em ambos os casos, nenhuma *vasana* vinculativa foi criada por tal ação. O que as crianças compreendem intuitivamente e os monges compreendem conscientemente é que a ação feita com um determinado espírito é libertadora, não vinculativa. O que é esse espírito?

Sem muita introspecção, você tem que admitir que não quer morrer. As pessoas amam a vida. Um dos parentes de minha esposa, que tinha um tipo específico de câncer, enfrentou três quimioterapias e radioterapias antes de morrer. Nós queremos viver, pois a vida é linda. É uma grande alegria e

privilégio estar aqui, estar vivo. Até mesmo alguns momentos no abraço da beleza da vida e do amor são suficientes para nos levar a suportar grandes misérias.

Mais uma vez, não é preciso ser um gênio para descobrir que você não se deu a sua própria vida. Você não criou o mundo ao seu redor. Você não criou o seu corpo ou a sua mente, muito menos você realiza a miríade de tarefas invisíveis que o mantêm vivo. Se você for honesto, terá que admitir que não criou nada. Você apareceu aqui um belo dia e tudo foi criado, feito sob medida para a sua diversão. Quem ou o que fez isso? *Isvara*, Deus, o campo do *dharma*, fez. Não há outra explicação.

Dharma é a Resposta Apropriada

Quando alguém lhe dá um presente, qual é a resposta apropriada? Se você for educado, dirá: "Obrigado", não apenas para ser educado, mas porque realmente se sente grato. O corpo e a mente só podem agir, porque são abençoados com o presente da vida, e com eles você pode buscar o sucesso aqui. Não importa o que você faça. Bilhões de mãos e pés são requeridos pela Consciência para manter esse sonho incrível. Todos eles pertencem à Consciência e foram emprestados para você. Você está aqui por uma razão e recebeu os poderes necessários para cumprir o seu dever, o seu *dharma*. Você é solicitado a responder. Não é o que você faz. Que você faça o que você pode fazer é o que importa. Quão generoso, quão magnânimo é Deus! Que sorte eu tenho de estar aqui, de estar vivo! Toda e qualquer ação que é feita nesse espírito, apoiada por esse entendimento, não produz *vasana*. Então, é muito possível se descondicionar, agindo com este espírito. Também é possível se recondicionar, e falaremos mais sobre isso depois.

Se você estudar pessoas iluminadas, descobrirá que elas não criam *karma* e não se apegam a objetos. Elas não criam *vasanas* vinculativas, porque, sendo plenos e completos, e um com a Consciência – por toda a vida – elas sabem que não precisam de objetos para serem felizes. Elas estão satisfeitas apenas com o Ser pleno e elas estão satisfeitas com os objetos que elas têm ou não têm. Elas agem, sem dúvida. Ninguém é livre para não agir. Mas elas agem conforme a plenitude – conforme a felicidade - e não para alcançar felicidade a partir da incompletude.

Não ser iluminado não quer dizer que eu não possa ficar razoavelmente livre de *karma* e *vasanas*. Nenhuma grande experiência de iluminação precisa acontecer para destruir todos os meus desejos. O desejo sobrevive a todas as experiências de iluminação. Mesmo que uma experiência de iluminação destrua o desejo por objetos do cotidiano, ela cria um desejo compulsório no local, porque é tão maravilhosa que, quando termina - como acontece com

todas, porque toda experiência está no *samsara* - você a quer de volta imediatamente. Experiências não duais podem ser drogas perigosas.

Para me livrar das amarras das *vasanas* vinculativas, tudo o que é necessário é uma mudança na atitude que motiva as minhas ações. O *karma yoga* é uma atitude que você toma em relação à ação e seus resultados e que queima as *vasanas*. Ele não as cria, exceto a *vasana* para o *karma yoga*, que se alimenta quando o autoconhecimento surge na mente preparada pelo *karma yoga*. Este ensinamento é projetado para criar o entendimento que irá motivá-lo a praticar o *karma yoga*, assumindo que você deseja a liberação. Dizer “tudo o que é necessário” faz parecer que o *karma yoga* é extremamente fácil. Não é fácil, se a ideia de que a alegria que busco está nos objetos se tornou uma *vasana* vinculativa. Assim, para estabelecer o *karma yoga*, existe uma resistência imediata de ninguém menos do que a própria pessoa que o *karma yoga* pretende liberar, o Sr. ou a Sra. Ego.

Ignorância Inteligente

O ego é, talvez, o mais *tamásico* dos três centros interiores. Resiste à mudanças com unhas e dentes. Ele não pode ser forçado a fazer *karma yoga*. O *Karma Yoga* é como entrar em uma dieta. Requer vigilância eterna. Quando você começa uma dieta, sua força de vontade pode ser forte e você pode muito bem ser claro sobre o seu objetivo, mas a pessoa gorda dentro de você não é sua amiga. Ela fará tudo o que puder para sabotar os seus esforços. Por exemplo, você vê um saboroso bolo na vitrine da cafeteria enquanto toma o seu café. Você sabe muito bem que ele não faz parte do seu programa de perda de peso. Você pode dizer a pessoa gorda em você que ela não pode ter o bolo, mas a pessoa gorda é mais inteligente do que você imagina. Ela convencerá o intelecto de que não há tantas calorias quanto você pensa, que é feito de farinha orgânica saudável e mel, que é muito melhor para você do que aquele desagradável açúcar branco tóxico, que você merece um deleite, pois você tem sido tão “bom”, etc. E antes que você perceba, aquele bolo oleoso e açucarado estará fazendo companhia à sua xícara de café. A ignorância é muito inteligente. Ela vai dar um jeito.

A maneira de lidar com o Sr. Ego é educá-lo, não erradicá-lo. É por isso que o Vedanta, que é um caminho sem percurso, é superior a outros caminhos. Não lhe diz o que fazer. Não se trata de fugas fantasiosas. Ele educa e te conduz para fora da ignorância. Uma vez que a lógica seja compreendida, torna-se razoavelmente fácil fazer o que deve ser feito. O *karma yoga* é *dharma yoga*, a resposta apropriada.

Trabalho é Adoração

Até agora, explicamos a lógica do *karma yoga*. Mas a lógica é apenas o começo. Antes de exaltarmos o *karma yoga*, é útil examinar uma recente noção enganosa sobre a *yoga*. É natural pensar que diferentes tipos de *yogas* são destinadas a diferentes tipos de personalidade. Essa ideia foi introduzida há cerca de cem anos por Swami Vivekananda, que poderia ser considerado o pai do “Novo” Vedanta ou “Moderno” Vedanta, o precursor do Neo-Advaita, a versão mais popular – ousado dizer corrupta – do Vedanta tradicional. Essa falácia é chamada de confusão multicaminhos e revela um mal-entendido básico sobre a natureza do Ser pleno. Surgiu na época de Freud, daí a sua peculiar inclinação psicológica.

Pensar que o Vedanta e a *yoga* devem se adaptar aos tempos é um erro, porque hoje em dia as pessoas não são diferentes do que já foram: a Consciência mais os três corpos. O Vedanta se dirige à pessoa central, a pessoa universal, não a pessoa condicionada. Sim, temos iPads e desfrutamos de viagens de jatos e vivemos em sociedades complexas, mas como diz o poeta: “Não há nada de novo sob o sol”. Um ser humano é um ser humano. Adicionar ou subtrair da lógica central ou distorcer os ensinamentos para torná-los adequados à experiência de um ser humano específico ou para se adaptar aos tempos não é útil.

A confusão multicaminhos afirma que o *karma yoga* é para tipos ativos, a *yoga* devocional - popularmente conhecida como o caminho do amor - é prescrito para tipos devocionais, e a *yoga* do conhecimento é sugerida para tipos intelectuais. Esse “ensinamento” é evidentemente absurdo, porque todo indivíduo tem um ego, emoções e um intelecto. Então, praticar um tipo de *yoga* em detrimento dos outros tipos, só aumenta a distorção estrutural do Corpo Sutil. Todos os centros devem ser harmoniosamente desenvolvidos em conjunto, unidos por uma única ideia: “eu sou a Consciência comum, plena e completa, não-dual e sem ação”. Além disso, quando você compreende a natureza da realidade, você não pode distinguir entre amor, ação e conhecimento. Infelizmente, as pessoas se identificam com diferentes aspectos do Corpo Sutil e desenvolvem identidades limitadas, baseadas no tipo de atividades que sua ignorância favorece.

O *karma yoga* também é *yoga* devocional. É simplesmente amor ao Ser pleno na forma da criação. O amor que você tem pela vida não é autocriado. Não é o “seu” amor. É a Consciência, que é amor, amando em você e através de você como você. No caso do *karma yoga*, o Ser pleno, sob o feitiço de *Maya*, pensa que é uma pessoa com amor - que é apenas a atenção voluntária - a investir em objetos e, como isso não funciona, a atenção que investe na vida na forma de ação, precisa ser oferecida de volta à criação no mesmo espírito em que foi dada - para completar o ciclo cósmico.

Consagração

O *karma yoga* é também a *yoga* do conhecimento, pois para reverenciar a vida de forma significativa, através de minhas ações, preciso apreciar a não-dualidade da realidade. O amor que tenho por objetos é simplesmente o amor do Ser pleno através de mim, mal direcionado para os objetos. Mas será que é mal direcionado? Se eu compreendo que a realidade é não-dual, não são todos os objetos que aparecem em mim - minha vida e tudo nela - apenas eu? Portanto, não são todos os objetos dignos de adoração? A adoração não significa súplica. É um amor apreciativo. Sou grato pelo que me foi dado, o meu Ser pleno na forma de criação, e ofereço minhas ações para a criação com uma atitude de gratidão.

O *karma yoga* desenrola a compreensão e a orientação temerosa do Corpo Sutil. Essa postura inconsciente está presente no momento em que surge um impulso para agir e está presente em cada pensamento, sentimento e ação. É aí que as ações frutificam, uma companheira constante e silenciosa. Mudar a orientação de uma vida toda para o seu oposto é um trabalho árduo, uma guerra contra o ego. Consagração significa simplesmente pensar no Ser pleno, lembrando-se do seu propósito aqui, invocando uma atitude de gratidão para acompanhar cada ação e depois fazer o que é necessário, sem apego aos resultados. Quando o impulso de agir é alcançado diretamente dessa maneira, é impossível realizar ações de autoinsulto ou ações prejudiciais aos outros. Nós causamos danos apenas quando não temos consciência do que fazemos. Ninguém pode se tornar mais consciente, porque a Consciência não muda, mas podemos nos tornar mais cientes de nossa orientação limitada e dos resultados indesejáveis que ela produz.

Além da lógica falha na qual suas visões se baseiam, os defensores da iluminação experiencial se beneficiariam enormemente do *karma yoga*. A experiência do reflexo do Ser pleno no Corpo Sutil pode se tornar mais ou menos constante, mais brilhante e intensa se *rajas* e *tamas* forem purificados no Corpo Sutil pelo *karma yoga*. Quanto mais se pratica o *karma yoga*, mais pura a mente se torna e mais epifanias acontecem, intensificando a fé, assumindo que elas são entendidas corretamente.

Um Presente de Deus

A vida nada mais é do que os frutos das ações de uma pessoa, depois de terem passado pelo campo do *dharma*. Para completar a nossa compreensão da atitude do *karma yoga*, precisamos considerar o que acontece como um presente de Deus. Um bom modelo para essa ideia é a adoração no templo. Um devoto traz uma oferenda ao templo, entrega ao sacerdote, que oferece para a divindade e a devolve consagrada. O devoto é livre para fazer o que

bem entender, geralmente distribui a oferenda consagrada aos mendigos que esperam do lado de fora do templo.

Paz de Espírito

Considerar o que acontece como um presente é bom, desde que o que aconteça seja o que queremos, mas o que devo fazer quando o campo do *dharma* me dá algo que eu não quero? Devo ficar com raiva e rejeitá-lo? Não, eu devo aceitá-lo como um presente. As pessoas mundanas são felizes quando conseguem o que querem e infelizes quando não conseguem, mas os *karmas yogis* são felizes quando conseguem o que querem e quando não o conseguem, porque o objetivo é a paz de espírito (paz mental) não as efêmeras alegrias que vêm de objetos. Como é que isso funciona?

As vasanas aparecem no Corpo Sutil como gostos e aversões. Gostos e aversões, atrações e repulsas, medos e desejos são os inimigos do *karma yogi*. O *karma yoga* destina-se a neutralizar as vasanas, pois elas agitam continuamente a mente, tornando-a imprópria para a investigação discriminativa. O campo do *dharma* é uma universidade destinada a nos ensinar quem somos. Nós não nos matriculamos até que tenhamos aprendido nossas lições. Ele nos instrui através da entrega dos frutos de nossas ações. Como minha esposa, Sundari, diz: “Um *karma yogi* sabe que a experiência é uma cápsula do tempo em decomposição, destinada a fornecer o conhecimento”. Os resultados nunca duram, mas o conhecimento oculto na experiência nos conduz ao Ser pleno. Então, quando algo acontece, independentemente de ser o que queremos ou não, devemos recebê-lo e aprender com ele. Desta forma, os gostos e aversões são neutralizados e o desapego necessário para a investigação se desenvolve.

Estados da Mente

Recentemente, um amigo me recomendou um “bom” filme. Mas era um filme muito perturbador, porque envolvia violência sem sentido, mesmo que o mocinho - que era um ser humano com muitas falhas – tenha triunfado no final. Eu não dormi bem e o Corpo Sutil ficou aborrecido no dia seguinte. Até agora eu apresentei o *karma yoga* como uma resposta a eventos externos, mas o *karma yoga* também se aplica a estados mentais. Os sentimentos gerados pelo filme foram os resultados indesejados da minha ação. Eu não sabia como o meu subconsciente responderia ao filme. Eu deveria ficar com raiva de mim mesmo por aceitar o conselho de meu amigo para assisti-lo e adicionar outra camada de sofrimento à camada existente? Ou deveria olhar para o filme, e minha reação a ele do ponto de vista de *Isvara*, e aceitá-lo de bom grado? Eu

tenho uma escolha. O *karma yoga* é um critério com referência à ação e seus resultados. Deve ser praticado com os bons e maus sentimentos que aparecem em mim e também com os eventos que desencadeiam estes sentimentos.

As Cinco Oferendas

O *karma yoga* não é apenas uma atitude correta, é uma ação correta. As ações podem ser classificadas em termos de quão bem elas servem para preparar a mente para a investigação. Elas são: (1) *sattívicas*: aquelas que geram o máximo de benefício espiritual, (2) *rajásicas*: aquelas que não são benéficas nem prejudiciais e (3) *tamásicas*: aquelas que são prejudiciais e conduzem para longe da meta.

A terceira classe de ações, os *karmas adharmicos*, não são recomendados para ninguém e são definitivamente proibidos para um *karma yogi*. Embora possam trazer um ganho físico ou psicológico em particular ao fazedor, elas prejudicam os objetos animados e inanimados no campo do *dharma* e puxam o fazedor para baixo espiritualmente. Essas ações devem ser evitadas a todo custo. A segunda classe de ações não é necessariamente *adharmica*. Elas não envolvem danos, exceto inadvertidamente, a si mesmos ou a outros, mas são autocentradas, obrigando o fazedor a ignorar as necessidades dos outros. Elas não trazem benefício espiritual - ou muito pouco, talvez - nem são necessariamente prejudiciais, mas são direcionadas para fins materiais.

A primeira classe de ações, os *karmas sattívicos*, são necessários se o *karma yoga* estiver dando frutos. Elas são *karmas* de doação, não são *karmas* de ganho. Quanto mais você dá, mais você cresce. Você se lembrará de que as *vasanas* são criadas por uma atitude de ganho, de obter algo. Sem querer me estender muito sobre isso, essas *vasanas* são neutralizadas quando atitudes opostas estão em jogo. O *karma yoga* envolve ações que agregam valor a todas as situações, oferendas que contribuem para o bem-estar do campo do *dharma*. Essas oferendas serão discutidas no Capítulo IX.

A intenção de um *karma yogi* é consagrar os *karmas sattívicos* na vanguarda de sua vida, assegurar-se de que os *karmas rajásicos* são relegados ao status de subordinado e a eliminar os *karmas tamásicos*. É claro que é impossível eliminar completamente as ações *tamásicas*. Certas situações inevitáveis farão com que o fazedor se machuque ou fira outras pessoas. Ele deve sempre se esforçar para gerar *karmas sattívicos*, porque eles trazem maturidade e crescimento espiritual, neutralizando a agitação que nasce do inevitável contato com situações e pessoas profanas.

Capítulo IX

Dharma



Dharma Yoga

JÁ QUE A realidade é uma dualidade aparente, é legítimo olhar para o Ser pleno a partir de duas perspectivas. A perspectiva absoluta - ilimitada, não dual, despreocupada, Consciência comum - é a minha natureza “verdadeira” ou “suprema”, meu *Dharma* com um “D” maiúsculo. *Karma yoga* é agir de acordo com o meu *svadharma* com a atenção necessária para perceber a minha verdadeira natureza. Sim, é verdade que, se o meu conhecimento de mim mesmo, como Consciência, não estiver sujeito a dúvidas, não praticarei *karma yoga*, pois todas as minhas ações estarão, naturalmente, em harmonia com a minha verdadeira natureza. Mas se o meu autoconhecimento não for firme, preciso assumir a postura do Ser pleno com referência à ação e agir de acordo. Nós chamamos isso de “fingir até que você o faça”. Não é realmente falso agir como se eu fosse o Ser pleno, porque eu sou o Ser pleno. Apenas “parece” fraudulento. Portanto, há um elemento de estranheza quando começo a praticar o *karma yoga*. Logo se dissipa, no entanto, esta *yoga* gradualmente produz uma incrível leveza do ser.

Ao mesmo tempo, tenho sido abençoado ou amaldiçoado, dependendo de como você deseja olhar para isso, com uma natureza relativa, significando que os meus *samskaras* dão origem a tendências e talentos específicos. Eu adoro livros desde cedo, porque tenho uma atração imortal pelo conhecimento. Lembro-me de ter lido embaixo das cobertas até as três ou quatro horas da manhã, quando eu era muito jovem, para fazer meus pais pensarem que eu estava dormindo. Li milhares de livros e escrevo prodigiosamente. Quando eu estava crescendo, um dos meus melhores amigos estava obcecado por dinheiro. Todo verão ele pegava garrafas de Coca-Cola na rua e as vendia na loja da esquina por dois centavos, e também vendia limonada na rua quando estava quente. Ele manteve o seu dinheiro em latas de café Folgers, que ele enterrava em um vale próximo da sua casa. Ele morreu recentemente e parece ter acumulado uma fortuna. Ele tinha um *samskara* para negócios, obviamente. Alguns se inclinam para a arte, outros para a ciência, outros para o esporte, etc. Seu *samskara* predominante é sua natureza relativa, seu *svadharma*.

Seu *svadharma* está no *samsara* e está sujeito à mudança. Então, o estilo de vida que você teve ontem não necessariamente você terá amanhã. Se você age de acordo com o seu *samskara* predominante, para a satisfação de *Isvara*, Ele irá lhe fornecer outro *svadharma*. Alguns indivíduos têm sorte - ou não - em

querer “ser alguém” quando têm apenas cinco anos de idade - um músico, por exemplo - e, felizmente, se mantém nisso por toda a vida. Mas outros vivem várias vidas e desempenham muitos papéis em uma vida. Outros, ao que parece, nunca descobrem o que “supostamente” deveriam estar fazendo. Se for esse o seu caso, consagre suas ações para o campo do *dharma*, receba o que vier com um coração feliz e não se preocupe sobre quem você é nesse nível e o que você “deveria” estar fazendo.

No meu caso, eu nunca quis "ser" nada. É claro que era tudo ego, mas achei maravilhoso o dia em que saí do útero e não ouvi ninguém que tivesse uma opinião diferente. Eu só queria ter muito dinheiro para poder perseguir mulheres e viajar pelo mundo. Foi muito estranho, porque não havia gente de negócios em nossa família, mas devido a essa *vasana*, *Isvara* forneceu o *samskara* necessário para realizar o meu sonho - o arquétipo empreendedor - e ganhei muito dinheiro. Mas uma vez que eu trabalhei isso - ou talvez seja mais correto dizer que uma vez que essa tendência tenha se esgotado - eu percebi a limitação do dinheiro e que o *samskara* recuou para o Corpo Causal e está lá hoje, mais ou menos ignorado. Minha próxima identidade limitada foi de buscador. Eu não era um buscador que se apaixonou pela busca como tantos hoje em dia. Foi mais ou menos imposto pelo meu sofrimento. Mas uma epifania ativou o *samskara* da busca - ou o *samskara* da busca ativou a epifania - e eu abracei esse *dharma*. Quando cheguei na Índia, percebi que era possível praticar corretamente a espiritualidade, pois havia uma infraestrutura disponível para servir a esse arquétipo. Quando me tornei um descobridor, um novo *samskara* se tornou ativo e, quando trabalhei nisso para a satisfação de *Isvara*, ele forneceu outro. Identidades, *dharmas*, *samskaras*, papéis e estilos de vida são eternos. Eles vêm à tona na chamada de *Isvara* e recuam quando tiverem sido bem trabalhados.

O Ser pleno é direto. É uma coisa só. É simples e comum e sempre presente. Não é o resultado de uma ação. Ele está sempre presente e pleno. Mas o *karma* não é simples. É "cheio de nuances", para dizer o mínimo. Ele é complexo, porque muitos fatores entram na produção dos resultados. Conhecê-lo é conhecer a mente de Deus. O *karma* é um campo de leis que não são publicadas nos jornais nem postadas nas esquinas das ruas. Então, quando eu agir, preciso levar em conta o campo. Mas quando eu ajo, é absolutamente necessário levar o meu *svadharma* em conta, porque se eu não agir em harmonia com ele, eu vou colher conflitos.

Quem eu sou no nível relativo? Que tipo de fazedor eu sou? *Isvara* produz papéis, *dharmas*, de acordo com a natureza do campo do *dharma* em um dado momento. Há muito tempo você era provavelmente um caçador ou um coletor, pois *Isvara* não precisava de gerentes financeiros, agentes imobiliários ou cientistas. Tudo o que você precisava fazer era arremessar uma lança, pegar um peixe ou subir em uma árvore para colher frutas. Sim, havia

indivíduos com *samskaras* espirituais (bruxas, xamãs, sacerdotes) ou *samskaras* artísticos (contadores de histórias, dramaturgos etc.) e havia os pensadores - os videntes a quem esse conhecimento foi revelado viveram muito antes da era da agricultura - mas basicamente todos tinham a mesma natureza com referência à ação. Sim, as miríades de tendências que se expressam hoje estavam lá em forma de semente, ocasionalmente surgindo como visionários, gênios e místicos que abriram a humanidade para novas possibilidades, mas a angústia associada à ação - o que devo fazer com a minha vida? - estava praticamente ausente. Foi ditada pela situação.

Na medida em que a civilização “progrediu” e a agricultura se desenvolveu, surgiu a necessidade de novas habilidades e *Isvara* as forneceu. Uma pessoa nascida na época da agricultura tinha um pouco mais de opções, já que a vida era mais complexa. Desde a Revolução Industrial, a vida tornou-se extremamente complexa e promete aumentar ainda mais. Abstraídos do físico, os frutos das ações do homem cresceram a alturas astronômicas hoje em dia, na forma de riqueza incrível, alguns diriam obscena. Com a ascensão do Estado-nação, essa riqueza, concentrada nas mãos de uma fração significativa da população mundial e administrada por governos democráticos liberais, basicamente eliminou a fome e a insegurança física. Poucos jovens que crescem em uma economia “desenvolvida” precisam se preocupar com a próxima refeição. O advento da paz e da prosperidade teve seu lado negativo: os indivíduos não precisam fazer, virtualmente, nada para cuidar de si mesmos ou, se desejarem agir, são apresentados a um conjunto tão desconcertante de opções - como as dezenas de marcas de cereais nas prateleiras dos supermercados - que eles não têm ideia do que querem ser. E na medida em que o fazer é estar em sociedades *rajásicas* e materialistas, o mundo moderno está sobrecarregado com uma crise de identidade, como o mundo jamais viu.

A busca é um "mundo" com seus trabalhadores comuns e suas superestrelas e, como qualquer outro, seus *dharmas*, suas regras. O problema da busca como ocupação é que termina abruptamente quando a descoberta acontece. Descobrir significa a compreensão firme e sempre presente de que o ser - que é felicidade - não está relacionado ao fazer. Em suma, “ser” não é uma ocupação. Isso se torna um problema real para o fazedor, supondo que ele tenha sobrevivido à descoberta, porque agora ele precisa de um novo emprego.

Seja como for, o *dharma* de um buscador é aplicar o autoconhecimento à sua mente. Mas existem vários níveis de busca. Se você está no limite superior da escala evolucionária, o que significa que o seu desejo de libertação é ardente, você tem as qualificações necessárias e foi abençoado com circunstâncias favoráveis (um meio comprovado de conhecimento, a orientação de um professor qualificado e poucos *karmas tamásicos*), você pode realizar a busca adequadamente. Quando você procura adequadamente, não escuta

aquela voz em sua mente que lhe pergunta quando você vai cair na real e conseguir um emprego apropriado. Em outras palavras, você está em harmonia com o seu *svadharma* como renunciante. Os *karmas yogis* agem em harmonia com o *svadharma*.

Mas se você não está cem por cento comprometido com a iluminação, você terá um conflito. Você ouvirá o fazedor ridicularizando o seu impulso espiritual. Você estará dividido entre a possibilidade de sucesso no mundo "real" e o sucesso espiritual, que não promete pagar as suas contas. Lembrome de uma conversa que tive há muitos anos com a minha mãe, que representou o mundo "real" para mim na época. Eu disse a ela que eu estava "interessado em Deus", apenas para manter as coisas simples. Ela ergueu as sobrancelhas e disse: "Bem, James, está tudo bem, mas o Senhor não traz o bacon". Eu disse a ela que o "Senhor" era o bacon, mas passou por cima da cabeça dela, ela não entendeu.

De qualquer maneira, se você age em harmonia com o seu *svadharma* – supondo que você saiba o que ele é – terá eliminado uma fonte de conflito. Você sabe se você está agindo em harmonia com ele, se o que você está fazendo na vida "parece" correto. Se você agir de forma contrária, ficará infeliz. Você não saberá, no entanto, que está infeliz, pois não está agindo em harmonia com a sua natureza. Você vai pensar que isso ocorre porque os resultados de suas ações não são o que você quer. Você não verá que os resultados que *Isvara* está enviando estão em harmonia com a sua natureza assumida e não com o seu *svadharma*. Quando você não está certo sobre quem é como pessoa, e você não sabe que é o Ser pleno, você tentará "ser" alguém que acha interessante e atraente. Ninguém tenta ser falso. As pessoas agem de forma não autêntica porque o seu próprio *svadharma* está oculto. O desejo por identidade é o desejo mais forte da mente humana e não será negado.

Em geral, dizemos que você precisa descobrir quem você é como pessoa e concordar com isso antes de se qualificar para a liberação. O Capítulo IV discutiu as qualificações em profundidade. É por isso que o Vedanta diz que você deve permanecer no mundo como a pessoa que você é e desenvolver seu *svadharma* com a atitude de *karma yoga*.

Mas e se você não sabe qual é o seu *svadharma*? E se você está de lá para cá, pegando empregos esquisitos, assumindo um relacionamento após o outro, nunca fazendo um trabalho significativo, ficando mais velho, sem ficar mais sábio?

Em outras palavras, por que o seu *svadharma* está escondido de você? Ele está obscurecido pelos seus medos e desejos. Eles o extrovertem tanto que você nunca tem tempo para realmente entrar em contato com quem você é nesse nível. Eles mantêm você à procura de algo no mundo e minam a sua

autoconfiança a tal ponto que você não tem coragem de deixar a sua ideia de sucesso. Na verdade, você ainda quer segurança ou amor vindo de fora.

Ou pode ser que você já tenha trabalhado isso tudo em alguma “vida passada” e que no fundo saiba, de alguma forma, que você realmente não é ninguém desse nível. Esta é uma situação que nos parece bastante comum nos dias de hoje. No mundo espiritual, essas pessoas são chamadas de "almas antigas". Tudo o que resta é descobrir a verdade de quem elas são. Se você está nesta situação, você está basicamente consignado a muito sofrimento espiritual, porque a infraestrutura disponível no ocidente para a libertação não está desenvolvida. O mundo espiritual ocidental está apenas remando na superfície da autoinvestigação, tentando entender o que tudo isso significa, fingindo o tempo todo que sabe o que está acontecendo.

E embora você ocasionalmente ouça a palavra “Vedanta” nestes dias, basicamente ninguém, exceto aqueles associados à Swami Dayananda, a Missão Chinmaya e os poucos que leem meu site e meus livros, têm noção do que isso significa. É uma pena, porque o Vedanta pode lhe dar uma identidade provisória - *karma yogi* - que vai preencher a lacuna até que você tenha reconhecido o seu *svadharma*, a sua natureza verdadeira. E uma vez que está claro sobre quem você realmente é, quem você é no nível relativo não é mais um problema. O seu *svadharma* não muda, ou se mudar, está tudo bem, porque você sabe, com certeza, que você não é aquele que faz as ações. A beleza de se identificar como um *karma yogi* - uma das primeiras identidades limitadas de *Isvara* - reside no fato de que o seu dever fica claro e simples: consagrar suas ações ao campo com uma atitude de gratidão e receber os resultados como um presente. E o sucesso no *karma yoga* traz uma sensação crescente de bem-estar, pois neutraliza seus gostos e aversões.

A próxima coisa que um *karma yogi* precisa saber é que uma ação que não envolva uma violação do *dharma* é aceitável, assumindo que a ação é *sattvica* ou *rajásica*. O *dharma* universal número um é a não-violência, portanto qualquer atividade que não incorra em dano aos outros está aprovada. Obviamente, se você está olhando para a realidade em termos de danoso e não-danoso, então tudo no campo do *dharma* é benéfico e danoso. Por exemplo, eu posso ter um emprego como pintor. Eu sou adequado para isso e gosto do meu trabalho. Mas acontece que a tinta é tóxica e prejudica o meio ambiente e pode causar câncer ou alguma outra doença. O que devo fazer? É claro que não há uma resposta fácil para este problema, por causa da natureza do campo do *dharma*, então você tem que usar a sua discriminação. Pode ser que você esteja preparado para matar coisas - parece que *Isvara* precisa de assassinos, pois sempre existiu e sempre existirão assassinos - mas matar é obviamente considerado uma ação proibida para os *karmas yogis*, a menos que, por exemplo, você se encontre vivendo acima do Círculo Ártico, onde não há mercearias e nem vegetais, e sua sobrevivência depende de tirar a vida de

animais. Se você se encontrar nessa situação, o *karma yoga* se aplica; consagre a ação, realize-a conscientemente da maneira mais gentil possível e considere os resultados como presentes. As nossas escrituras estão cheias de exemplos de pessoas que fizeram trabalhos mundanos, até mesmo prostituição, com espírito do *karma yoga* e realizaram o Ser pleno.

E finalmente, há cinco *dharmas* prescritos para os *karma yogis*:

1. Reverência a Deus em qualquer forma. Veja a beleza do Vedanta! Não é uma religião, mas honra o impulso religioso. Você pode ser um muçulmano, cristão ou judeu e praticar o *karma yoga*.

Um dos maiores problemas do mundo ocidental em relação à não-dualidade é o seu desdém pela religião. É claro que é compreensível, de certo ponto de vista, na medida em que um sofrimento inacreditável foi infligido aos seres humanos em seu nome. Mas abandonar o impulso religioso, que é apenas o Ser pleno amando a si próprio, porque a igreja perde de vista o espírito religioso de tempos em tempos, é como jogar fora o bebê e a água após o banho. O desejo de reverenciar é tão rígido quanto o desejo de identidade. Portanto, escolha um símbolo do Ser pleno que seja atraente para você e o reverencie regularmente. A reverência, que será discutida mais tarde, invoca o Ser pleno e produz um Corpo Sutil purificado.

Aqui está a tradução de uma oração popular. Ela deve ser entoada sinceramente, com grande amor, todos os dias:

“Que todos os seres humanos fiquem bem. Que as grandes almas nos revelem o caminho da virtude. Que haja alegria-satisfação perene para aqueles que compreendem quem são. Que todos os seres em todos os mundos, terrestres e extraterrestres, sejam felizes e livres. Que todos os seres sejam saudáveis. Que todos tenham boa sorte e que nenhum caia nos caminhos do mal.”

Esta oração simples e pequena viaja instantaneamente na Consciência para todas as dimensões da criação, abençoando cada ser vivo.

2. Reverência incondicional pelos pais. Veja a sabedoria! A maioria das nossas coisas, positivas e negativas, vem dos nossos pais. Você não pode culpá-los, pois eles aprenderam o que eles passaram a você dos pais deles quando eram jovens demais para pensar por si mesmos. Você tem que assumir a responsabilidade. Enquanto não houver ressentimento em relação aos seus pais e enquanto você puder ver que eles fizeram o melhor possível, de acordo com o que eles conheciam, e você pode reconhecer as dádivas que eles te deram e honrá-los em seus pensamentos diariamente, isso é o suficiente.

3. Reverência às escrituras. O propósito do *karma yoga* é ganhar uma disposição contemplativa para que você possa assimilar o significado dos ensinamentos. Mas você não deve pensar que começará a investigar um belo dia, quando estiver contemplativo. Você deve reservar meia hora ou uma hora por dia, ou mais, para estudar o Vedanta. Você não se torna contemplativo de uma só vez. Você tem momentos contemplativos ao longo do dia e lampejos (*insights*) todo o tempo. A progressão de uma mente voltada para o exterior para uma mente voltada para o interior é gradual. Um dia você perceberá quão clara e pacífica a sua mente se tornou, mesmo no meio de uma vida agitada. O *karma yoga* é para fazedores que têm um forte desejo de libertação e que compreendem o valor do conhecimento.

4. Serviço humanitário. Quando alguém quer algo de você, veja se você pode dar o que ele quer, assumindo que seja um desejo razoável. Se você está ajudando os outros, pelo menos você não está desperdiçando seu tempo satisfazendo seus hábitos *tamásicos* e *rajásicos*. Servir cultiva *sattva*. É difícil praticar o trabalho de servir, porque o ego pode facilmente imaginar que é superior àqueles que só cuidam de si mesmos. Por isso, é importante mantê-lo simples - sem grandes ideias de “salvar o mundo”. *Isvara* nos apresenta as oportunidades de servir aos outros todos os dias. Servir não significa apenas fazer o que os outros querem que você faça, embora possa incluir isso. Significa estar aberto aos outros, não excluí-los. Servir aos outros requer considerável atenção, porque o ego, que surge de um sentimento de inadequação e inferioridade, procura oportunidades para se sentir especial e virtuoso. O serviço aos outros deve ser baseado no reconhecimento da unidade essencial de todos nós. Também é sábio, porque tudo o que precisamos vem através dos outros. Os indivíduos com predisposição para servir são geralmente bem cuidados.

5. Reverência a todos os seres sencientes. A apreciação da unidade de todas as coisas deve se estender para incluir todas as formas de vida. Pratique isso respeitando o meio ambiente. Recicle. Seja consciente da sua emissão de carbono. Seja ecológico. O vegetarianismo é uma boa maneira de reverenciar a vida.

Mais Dois Dharmas

Como você pode ver, o tópico do *dharma* é muito complexo. *Dharma* como resposta apropriada. *Dharma* como regras. *Dharma* como dever. *Dharma* como a verdadeira natureza do Ser pleno. *Dharma* como natureza refletida (*Jiva*). E agora, mais dois *dharmas*: *samanya dharma* e *visesa dharma*.

Samanya Dharma

Com referência à minha vida, eu sei melhor ou *Isvara* sabe melhor? Em nossas escrituras, há uma história maravilhosa sobre um guerreiro que é uma encarnação do Ser pleno. Ele é uma pessoa excepcional em todos os sentidos: gentil, inteligente e muito popular. Suas ações são sempre ponderadas e benéficas, e ele segue o seu *svadharma* à risca. Mas nada em sua vida vai de acordo com o planejado. Em geral, quando as coisas dão errado, geralmente culpamos os outros, mas provavelmente devemos começar a nos culpar, porque muitas vezes fazemos escolhas tolas que produzem *karma* indesejado. Mas embora ele tenha agido conscientemente em todas as situações, em harmonia com a sua natureza e ordem social, a cada passo as coisas davam “erradas”. Poucos dias antes ser coroado rei, um evento que ele, sua esposa e família, e de fato todo o reino desejava ardentemente, ele é informado de que não será rei e será exilado na floresta, devido a uma promessa não cumprida que seu pai fez à sua madrasta. Quando ele recebe a notícia “ruim”, ele não se perturba, nem fica feliz nem irado, e diz: “É dever do filho obedecer aos desejos de seus pais”, e vai alegremente para o exílio.

A ideia, claro, é que existe uma ordem particular na sociedade, uma ordem universal que foi estabelecida por *Isvara*, as necessidades do todo. A unidade familiar, que é a base da sociedade, funciona adequadamente quando as crianças respeitam os desejos de seus pais, assumindo que os pais também sigam a ordem social. A ordem social é baseada na ordem psicológica que evolui da estrutura do *guna* existente por trás dela. O propósito desta ordem é trazer todos os desejos e medos aparentemente conflitantes dos indivíduos em harmonia, para que o todo funcione adequadamente. Quando os conflitos se desenvolvem, todos sofrem. E a ordem psicológica baseia-se na natureza não-dual da realidade, o único princípio – Consciência pura/amor - por trás de tudo. Se a realidade é não-dual, é lógico que o valor número um de todos os seres sencientes seja a não-violência. Que melhor testemunho do valor da não-violência do que a obsessão atemporal e universal pela segurança?

Porque a dualidade - a ideia de que o meu ganho é a sua perda - está tão arraigada, todos nós tememos nossa segurança, nossos meios de subsistência, etc. Estes medos podem levar a vários comportamentos que causam danos aos outros. A não-violência em nossa tradição é definida como “não-violência por pensamento, palavra ou ação”. Assim, seguindo o valor ou *dharma* da não-violência - a lei moral - colocamos nossas vidas em harmonia com *Isvara*, a fonte da lei. Todos os valores universais - veracidade, caridade, liberdade, não roubar, etc. - são baseados no princípio da não-violência. Eu não roubo de você, porque entendo que você valoriza as suas posses e que eu te imponho pressão emocional quando eu te privo delas. Eu aprecio os seus sentimentos, porque sei que somos realmente um; eu me sentiria do mesmo jeito se você roubasse de mim. Embora pareça que somos diferentes, na

verdade somos o mesmo, o Ser pleno não-dual. Eu não minto para você, porque isso te causará dor. Não devemos esquecer que mentir causa dor também para quem mente, porque o *dharma* está embutido em todo ser senciente. Muitas vezes é chamado de "Consciência". Eu não te privo de sua liberdade, porque eu valorizo a liberdade acima de tudo. De fato, a liberdade é o valor não-dual primordial porque, mesmo quando sou social, política e fisicamente livre de limitações, estou inclinado a buscar a libertação interior.

Dharma Yoga

Valores universais são chamados de *samanya dharma*. O problema com os valores universais é que eles são universais. Eles existem em um reino ideal, aparentemente abstraído das exigências da vida cotidiana. Eles só significam algo quando são interpretados e implementados pelos indivíduos. Valores interpretados são chamados de *visesha dharma*. O *Dharma Yoga* está alinhando a minha vida com os valores universais. Isto significa que *Isvara* sabe mais que todos. Por "yoga" entendemos nos conectar ou unir nossas ações com a vontade do todo.

Veja a desvantagem para o ego! O que acontece quando o que eu quero não está em harmonia com as necessidades do todo? Uma pessoa criada em uma sociedade orientada para o desejo, o liberalismo, o materialismo, o consumismo..., contagiada por um forte senso de direitos pessoais, terá um grande problema com essa ideia. Na América, especialmente, a popularidade duradoura do arquétipo rebelde - um desdém pelas regras - é um testemunho gritante das dificuldades que enfrentamos quando praticamos o *dharma yoga*.

Se não estou interessado na ideia de entregar minha vontade à *Isvara*, ficarei confuso sobre as necessidades do todo. Parte desta confusão é justificada porque, às vezes, uma parte particular do campo do *dharma* que eu habito está sob o feitiço do *adharma* e parece que as necessidades do todo são más. Por exemplo, uma boa pessoa cumpridora da lei, criada na Alemanha depois da Primeira Guerra Mundial, podia ver a invasão de outros países e dos campos de concentração como as "necessidades do todo". E, de fato, a defesa de cidadãos de baixo escalão que recebiam o trabalho de administrar os campos de concentração, usava o argumento do dever, porque eles eram condicionados a seguir as regras sem pensar. Mas às vezes é importante ignorar as necessidades imediatas do todo, porque elas são *adharmicas*. O ego, aquela parte do Ser pleno que está sob o feitiço da ignorância, não está isento das leis de *Isvara* ao usar argumentos inteligentes para evitar praticar o *dharma yoga*, por isso é importante definir as necessidades do todo mais especificamente.

Culpa

As necessidades do todo são sempre manifestadas no meu ambiente particular. Eu sempre estou em um mundo de objetos aparentemente sencientes – os jivas – e os objetos obviamente não-sencientes – a matéria. Eu uso este ambiente para conseguir o que eu quero. Ao mesmo tempo, o ambiente tem as suas próprias necessidades. Se eu sou marido e pai, minha família representa as necessidades do todo. A unidade familiar se encaixa no quadro geral. É uma expressão de uma necessidade universal de viver e ser feliz. Se eu chego em casa depois do trabalho e ligo a TV para relaxar e ignoro meus filhos, estou colocando minhas necessidades à frente das necessidades de meus filhos, o que é uma violação do *dharma*. O ego justificará isso de várias maneiras - “Eu trabalho duro durante o dia todo para sustentar a minha família e eu mereço relaxar” - mas isso não o relaxará realmente, porque o *dharma* está embutido; eu vou me sentir culpado. A culpa é uma das emoções mais perturbadoras e precisa ser purificada para que o Corpo Sutil se torne digno para a investigação. A culpa decorre de violações do *dharma*.

Visesa dharma é um assunto com nuances. Precisamos olhar para o significado da palavra “todo” (totalidade) neste contexto, porque é um termo relativo. No caso de um indivíduo na Alemanha, naquela época, a sua sociedade era o “todo”, a totalidade. Mas a sociedade alemã era apenas uma sociedade na ordem social mundial, que é controlada por *Isvara*. Quando o “todo” alemão se deparou com o “todo” maior, as necessidades do próprio campo do *dharma* pela libertação superaram as necessidades alemãs de poder e controle. Quando o *dharma* familiar entra em conflito com o *dharma* da sociedade em que vive, o *dharma* familiar ficará subordinado, pois as necessidades do todo vêm em primeiro lugar. A lei do domínio eminente e a ilegalidade da poligamia são exemplos.

Qual “todo” deve determinar o meu comportamento? O governo americano parece inclinado a guerras periódicas. Devo pagar meus impostos e apoiar essas guerras? Quais guerras são *dharmicas* e quais guerras não são? Você não pode argumentar que toda guerra é *adharmica*, porque quando o *adharma* atinge certo nível, sempre entra em conflito com o *dharma*. Quando as forças *adharmicas* na cultura mundial atingem certo nível de poder, uma guerra mundial ocorre e um equilíbrio razoável entre o *dharma* e o *adharma* é restabelecido. O campo do *dharma* nunca perece, pois ele é eterno, mas as forças do *dharma* e do *adharma* estão em conflito constantemente e, portanto, a mente humana está sempre em conflito. Porque todos os seres vivos não humanos seguem seus programas implicitamente, não há *dharma* para eles. Mas, devido ao livre-arbítrio, os seres humanos podem pensar e, portanto, estão sujeitos ao *dharma* e ao *adharma*. Compreender o *dharma* e o *karma* é realmente difícil, pois a linha que os delimita nunca está completamente clara. Às vezes, boas ações produzem consequências ruins e, às vezes, ações ruins

produzem consequências boas. Visto do ponto de vista da Consciência, não há ações ou consequências boas e ruins, apenas o jogo eterno da dualidade.

O *visesa dharma*, a aplicação do *samanya dharma* à vida diária, está repleta de dificuldades por causa do *adharmas*. Mas o que uma vez é contrário ao *dharma* não é necessariamente contrário ao *dharma* em outra situação. Por exemplo, um ladrão que enfia uma faca no abdômen de um estranho na rua é culpado de comportamento *adharmico*. Mas um cirurgião que coloca uma faca no abdômen de alguém com um apêndice infectado está seguindo o *dharma* mesmo que o paciente morra. Ambos estão seguindo seus *svadharmas*. É a natureza daqueles com *samskaras* criminosos para roubar e é a natureza daqueles com *samskaras* virtuosos para curar. Mas o valor da ação em si depende do contexto. Você poderia argumentar que matar um homem por dinheiro satisfaz as necessidades do criminoso para sua próxima refeição, mas o faz à custa da vida de outro. Não é difícil entender que o valor da vida supera o valor da próxima refeição. O ponto dessa discussão, entretanto, reside na apreciação do fato de que há uma tensão contínua entre o *dharma* e o *adharmas* no que diz respeito aos nossos desejos. Esta tensão é resolvida pela prática do *dharmakarma yoga*.

O *dharma* está intimamente ligado ao *karma*, porque não significa nada além das ações que o sustentam ou contrariam. Para manter o *dharma* vivo, a ação é necessária. De qualquer forma, nem sempre está claro como responder de maneira *dharmica* a uma dada situação. Devo dizer a verdade e ferir os sentimentos de alguém ou devo dizer uma mentira branca e me sentir mal porque violei o valor da honestidade? Incidentalmente, expressar os sentimentos de uma pessoa às vezes é *dharmico* e às vezes não, dependendo do contexto. Indivíduos particularmente insensíveis, com um forte senso moral, muitas vezes se percebem envolvidos em situações muito desagradáveis por causa de sua necessidade de “dizer a verdade”. Como eu me sinto é uma verdade. Não é a verdade.

Pessoas cujas mentes estão sob o feitiço de *tamas*, geralmente querem uma fórmula para a vida. Porque os seus intelectos estão obscurecidos, eles não têm a discriminação para transpor o campo do *dharma*. Eles querem um filme preto e branco. Mas a vida tem tons de cinza; geralmente há incerteza quanto a quais ações são corretas e quais ações são erradas, tanto em termos de *svadharma* quanto de *visesa dharma*. Portanto, no tópico da ação, a discriminação é sempre necessária, a ideia é que um investigador precisa realizar ações que tenham o impacto mais benéfico sobre o Corpo Sutil. Ou, declará-lo negativamente, realizar ações que tenham o menor impacto prejudicial, levando em conta o *dharma*.

Resumindo, *dharmas yoga* é sacrificar as necessidades pessoais pelas de *Isvara*, as necessidades do todo - mas somente quando houver conflito. Os

benfeitores são pessoas que procuram oportunidades para se sacrificar. Isso não se qualifica como *dharma yoga* se for impulsionado por um sentimento de inadequação moral ou insegurança, porque constrói um senso de ego moralista. O *Dharma Yoga* é uma grande oportunidade para submeter o ego ao Dharma, e apagar seu senso de separação. No entanto, se é da sua natureza ajudar, é importante seguir a sua natureza.

Uma pessoa madura e culta é alguém que está consciente de suas próprias necessidades, mas compreende a necessidade de manter o *dharma* como um serviço para o todo. A literatura mundial está cheia de grandes declarações sobre a importância do *dharma* e, muitas vezes, retrata-o como uma luta épica entre as forças míticas sobrenaturais, mas a vida não é um drama. É apenas a vida. A prática do *dharma yoga*, diariamente, equivale a pouco mais do que a manutenção das tradições de civilidade ou, para dizer de maneira mais prosaica, de observar as boas maneiras.

A prática espiritual é pouco mais do que resolver os conflitos persistentes que perturbam o Corpo Sutil. Os conflitos surgem por não seguir seu *svadharma*, por uma interpretação inadequada de *samanya dharma* e pela ansiedade pelos frutos da ação. O *karma/dharma yoga* resolve esses conflitos. Na medida em que a prática amadurece e a mente se interioriza e se torna pacífica, ela se estabelece em *sattva*, a luz da Consciência brilha nela, e você identificará essa luz como o Ser pleno.

Capítulo X

As Cordas



A CRIAÇÃO SE comporta de acordo com certas leis e princípios. Tudo é inteligentemente projetado e construído para atender às necessidades do todo. É aparentemente, não verdadeiramente, autoconsciente. Para o benefício das entidades aparentes que o tomam por ser real e querem ser livres dele nós desdobramos agora o ensino dos três *gunas*. Os *gunas* foram discutidos no nível macrocósmico no Capítulo VI. Neste capítulo, explicaremos como eles funcionam na mente humana.

Antes da criação existir, a Consciência já existia. Um poder na Consciência, *Maya*, manifestou o universo a partir da Consciência. *Maya* é a causa material e inteligente da manifestação. A criação é feita de energia. Embora a energia seja uma, ela aparece em três formas, ou *gunas*. Todo objeto, sutil e denso, é criado a partir dessas três energias. Para compreender nosso mundo e a natureza de nossa experiência, precisamos compreender os *gunas*.

Lamento introduzir outra palavra sânscrita (*guna*), mas não há palavras em qualquer linguagem que sejam adequadas para descrevê-los. A palavra mais próxima em inglês é “*qualities* (qualidades)”, mas não é suficiente. Seja como for, os *gunas* causam experiência. Na verdade, eles são a própria experiência. Eles causam sofrimento e causam alegria. O conhecimento deles é a solução para o sofrimento.

Uma pessoa que sabe que ele ou ela é a Consciência, pode ou não estar interessada em mudar a natureza de sua experiência *samsárica*. Se ele ou ela não está interessado é porque ele ou ela se sente acima dos *gunas*, testemunhando desapaixonadamente o que acontece, desfrutando a bem-aventurança da Consciência. Mas aqueles que não são felizes estão verdadeiramente interessados na natureza de suas experiências. É a insatisfação com a experiência que motiva a busca pela iluminação e pela maioria das outras atividades.

A iluminação – a libertação – é para a mente. Você, Consciência, já está livre. A escravidão que você experiencia existe apenas na mente. O Corpo Sutil é a parte de você que experiencia e conhece o Ser pleno. Ignorância e conhecimento residem nele. A ignorância é a crença de que o Ser pleno é uma entidade limitada, incompleta e inadequada, um pensador, um percebedor, um

fazedor. O conhecimento é "Eu sou ilimitado, não-dual, Consciência comum e sem ação".

Causa Direta e Indireta

No que diz respeito à libertação, não precisamos nos concentrar nos Corpos Denso e Causal. O corpo físico deve ser forte e saudável, e o ambiente puro, limpo, silencioso e seguro. O Corpo Causal é a chave para todo o enigma da existência, mas nada pode ser feito diretamente sobre isso, porque ele é mais sutil do que o experienciador/fazedor. Ele é compreendido por inferência. É transformado indiretamente através do trabalho realizado pelo Corpo Sutil. Este trabalho é chamado *sadhana*, prática espiritual, o "meio de realização". Embora o autoconhecimento seja a causa direta da libertação, a prática é a causa indireta. Ela prepara a mente para o autoconhecimento.

Há uma estranha noção no mundo espiritual de que um buscador tem algum tipo de escolha sobre seguir ou não o caminho direto ou indireto. O caminho direto é considerado muito fácil e o caminho indireto é muito trabalhoso. Assim, a maioria dos buscadores quer seguir o caminho direto. Mas o caminho direto é fácil somente se o candidato for qualificado. Se você for qualificado, *Isvara* o levará a um professor de caminho direto. Se você não é qualificado e for para um professor de caminho direto, não entenderá, ou obterá um professor de caminho direto incompetente. Assim, as suas qualificações, não a sua vontade, determinam o seu caminho.

O medo de que você não ganhe a iluminação, ou de que você a perca uma vez que ela é obtida, ocorre somente devido ao fato de que o Corpo Sutil não foi adequadamente preparado. A preparação do Corpo Sutil ocorre em termos de administrar e neutralizar gostos e aversões vinculativas. Se eles não forem gerenciados e neutralizados, nem o autoconhecimento, nem a autoexperiência (experiência espiritual) serão estáveis.

O autoconhecimento firme pode viabilizar uma mente estável, que desfrute de uma experiência constante de bem-aventurança da Consciência, na medida em que ela se reflete no Corpo Sutil. Mas os buscadores cujo conhecimento é instável, frequentemente experienciam o fenômeno do "vagalume": o conhecimento/experiência de quem eles são, pisca intermitentemente enquanto a mente muda, criando um sentimento desestabilizador de frustração. Ele pisca intermitentemente, porque o Corpo Sutil não está estabelecido em *sattva guna*. Buscadores tentam, freneticamente, recuperá-lo quando a experiência da totalidade e plenitude os abandona. Eles se preocupam infinitamente quando estão experimentando a totalidade, porque não estão no controle da experiência. O que está no controle? Os *gunas* controlam a experiência. Quando o *guna* muda, a

experiência de um indivíduo muda. Portanto, o conhecimento dos *gunas* é essencial para quem busca a libertação através da investigação.

Para ser direto, sinto-me feliz quando *sattva guna* é predominante e mais ou menos infeliz quando *rajas* ou *tamas* predomina. Um dos significados do *guna* é “corda”. Os *gunas*, como cordas, me acorrentam à experiência. Nunca deixo de me surpreender como os defensores da iluminação experiencial deixam de ensinar o *karma yoga*, o *dharma yoga* ou a *yoga* dos três *gunas*. Só pode ser devido à ignorância, porque se a iluminação é experiencial - é e não é - o conhecimento da experiência e como controlá-lo é absolutamente necessário.

Quando dizemos que a iluminação é experiencial, queremos dizer que quando a Consciência reflete sobre uma mente *sattvica*, ela produz uma variedade de experiências que são descritas como místicas, transcendentais, fora do corpo, não-duais, próximas da morte, etc. Essas experiências são tão diferentes das experiências comuns, e geralmente são tão empolgantes e satisfatórias - mas sempre intrigantes - que geralmente criam uma *vasana* querendo mais. Um problema com elas é que o experienciador acredita que ele está experienciando algo que está além do *samsara*, algo maravilhoso que não está sujeito a mudanças, e desenvolve um desejo de “ir até lá” para “experienciá-la” permanentemente. Mas toda experiência está no *samsara* e está sujeita a mudanças. Portanto, não há experiência de iluminação permanente, apenas experiências temporárias de iluminação.

Sem Disputa Com a Experiência

Até agora, dissemos que a iluminação não é experiencial, mas isso não significa que o Vedanta tenha uma briga com a experiência. A vida é o Ser pleno na forma de experiência, e o Vedanta é a ciência do Ser pleno, portanto o Vedanta e a experiência não são inimigos. Você não pode ser a favor ou contra a experiência, porque a partir do nível da realidade aparente, a experiência é tudo o que existe. É óbvio que nós queremos aproveitar nossas vidas. De fato, todo o propósito do Vedanta não é dar-lhe uma experiência especial “sem experiência”, mas tirar o sofrimento da experiência cotidiana para que o Ser pleno, operando como um Corpo Sutil, desfrute de sua vida. Lembre-se, o ego, o fazedor/experienciador, é o Ser pleno sob o feitiço da ignorância.

Nós discordamos daqueles que pensam que a iluminação é um tipo particular de experiência diferente da cotidiana. A lógica foi apresentada no Capítulo II. Mas, para refrescar nossa memória, o Vedanta diz que a realidade é não-dual. Se for não-dual, tudo o que é experienciado e conhecido é apenas Consciência, o que significa que o que você está experienciando em qualquer

momento é o Ser pleno. Se você não gosta do que está experienciando, a iluminação não vai ajudar, exceto indiretamente. Se você não gosta e quer que seja diferente, faz-se necessário realizar as ações que tornem a sua experiência adequada para você. Se você for mudar a sua experiência, você precisa compreender o que é a experiência. E se você quiser compreender o que é, então você precisa compreender os *gunas*, pois a experiência nada mais é do que os três *gunas*.

O Fluxo, a Estagnação e Nenhum Movimento

Antes de desdobrarmos os aspectos técnicos do ensino dos três *gunas*, precisamos considerar três tipos globais de experiência: a sensação de fluxo, a sensação de estagnação e a sensação de nenhum movimento, às vezes chamado de “repouso”. Estas são, obviamente, palavras Vedanticas não técnicas que ajudam a tornar a ideia dos *gunas* mais acessível. A sensação de que a vida está fluindo é obviamente desejável para todos, mas é particularmente desejável para indivíduos predominantemente *rajásicos*. *Rajas* é o modo da paixão. *Rajas* nos inclina a agir (ou nos inclina para atividades). Uma pessoa *rajásica* é orientada para objetivos e quer resultados imediatos, porque a sua felicidade depende dos resultados. Nós já sabemos que se o fazedor está no controle, *rajas* não é um problema, mas *Isvara* está no controle dos resultados e *Isvara* não necessariamente dá o que você quer, quando você quer e da maneira que você quer. Então, as pessoas *rajásicas* são, por definição, emocionais. Elas ficam fortes e felizes quando estão recebendo o que querem e zangadas e deprimidas quando não estão.

Executor

Rajas é uma energia interessante, uma vez que você tenha operado a partir deste guna por algum tempo, a própria atividade torna-se um objetivo. Você se apega à ideia de que deveria estar fazendo algo o tempo todo e se sente culpado se não estiver fazendo. Às vezes, o desejo irresistível de agir é tão forte que você executa ações autoinsultantes, bobas e triviais, simplesmente porque a ação deliberada ou a inação é impossível. A justificativa mais comum para o estado de atividade insensata é a sobrevivência. Você acredita que suas atividades são responsáveis pela sua sobrevivência. Você acredita que, se você não estivesse sobrevivendo, não seria capaz de realizar atividades. Isso não quer dizer que a ação seja ruim no que diz respeito à libertação, apenas que o excesso de *rajas* mitiga o sucesso que depende da oportunidade e pontualidade das suas ações. Quando a sua mente está agitada, você não age deliberada e habilmente.

"Uma mente ociosa é a oficina do Diabo", minha mãe costumava dizer. Na verdade, uma mente ocupada é a oficina do diabo, a menos que esteja ocupada investigando, assumindo que o seu objetivo final é a libertação. As pessoas controladas por esse *guna* são frequentemente atormentadas pelo tédio e sofrem, porque não conseguem relaxar. Nos anos 60, elas eram chamadas de "tensas", o que significa estressadas. Elas são vítimas do senso do fazedor. O senso do fazedor é diferente do 'fazer'. Do útero ao túmulo você está ativo. Não depende de você. O executor/fazedor é uma questão de identidade, não de ação. Você acha que é um fazedor. O fazer acontece, sem dúvida, mas não é você quem está fazendo, seja como *jiva* ou como o Ser pleno. Os *gunas* são os 'fazedores'. Se você é *rajásico*, você se avalia em termos do que você realizou ou não realizou ou deseja realizar. Isso leva a um problema psicológico: inflação e deflação. Você tem um senso exagerado de sua autoimportância quando você está conseguindo o que quer e uma sensação de fracasso e depressão quando você não está.

Normalmente as pessoas *rajásicas* pensam que são muito inteligentes porque realizam muito, mas muita energia é desperdiçada girando suas rodas sem sair do lugar. Do ponto de vista espiritual, elas não são assim tão inteligentes como parecem, porque estão tão ocupadas com seus desejos que não avaliam imparcialmente os resultados de suas ações, o que significa que elas cometem os mesmos erros repetidas vezes. Elas tendem a ser teimosas e defensivas. Elas se apegam vigorosamente às suas ações e defendem seus desejos, não importa o que aconteça. Elas se encontram em constante conflito com o mundo, porque acham que seus desejos são mais importantes do que as necessidades de *Isvara* na forma das necessidades dos outros. A sensação de fluxo é uma situação em que você está recebendo o que quer. Quando *Isvara* não entrega o resultado desejado, surge *tamas*, a estagnação.

Você pode identificar o executor observando a sua linguagem. Se você se percebe dizendo que você "deveria", "tem que" ou "deve" fazer alguma coisa, o executor/fazedor está vivo e ativo em você. Você não é compelido ou obrigado a fazer nada, porque você é realmente livre para não se ver como um fazedor. Além disso, você pode considerar a vida do ponto de vista de quem você realmente é. Se você fizer isso, ficará claro que a vida é um sonho e que você não vem e vai, porque você é a base do ser em que as ações acontecem.

Se você sabe que é a Consciência, não está preocupado em estar dentro ou fora do fluxo da vida, porque não há um senso de executor. Se, no entanto, você não sabe que você é a Consciência e está identificado com a entidade fazedora/experienciadora/apreciadora, obviamente você quer que a sua vida flua. Se você quer que ela flua, você se beneficiará do conhecimento dos *gunas* e de como eles funcionam.

A sensação de inércia é causada por *tamas*. É uma falha em ver o que deve ser feito em determinada situação e uma falta de vontade para realizá-la. *Tamas* é apatia, uma energia nebulosa. As pessoas *tamásicas* são preguiçosas. Elas preferem desfrutar sem fazer. Se você se encontra sentado indefinidamente em frente à TV com uma lata de cerveja e uma enorme sacola de batatas fritas, você está nas garras de *tamas*. Os criminosos tendem a ser *tamásicos* em seu pensamento, embora possam muito bem ser *rajásicos* fisicamente. Eles preferem descobrir maneiras de enganar o sistema do que trabalhar para ganhar a vida. “Dinheiro fácil” é o seu mantra sagrado. Esse *guna* se inclina para a sensualidade e a busca do prazer de curto prazo. Alcoólatras, viciados em drogas e glutões são *tamásicos*. Quanto esforço é necessário para ficar bêbado? Quando você está bêbado ou drogado, seus problemas parecem desaparecer. “Fora da vista, fora da mente.” As pessoas *tamásicas* não querem pensar. Pensar é trabalho duro. Elas querem seguir fórmulas. Elas não conseguem ver o valor do conhecimento.

Pessoas em quem *tamas* é predominante querem sentir. Sentir é fácil. As pessoas *tamásicas* amam o sono, porque lhes permite evitar tarefas desagradáveis. Comer grandes quantidades de alimentos sensoriais é uma atividade comum para as pessoas *tamásicas*. O sexo é um grande atrativo, embora infelizmente isso envolva um pouco de esforço. O efeito sonífero pós-coito é *tamas* puro. “Yum! É ótimo.” O sucesso de curta duração nos anos 80 e 90 do famoso guru sexual Osho se deve ao poder de *tamas*. As pessoas *tamásicas* são leais às fraquezas. Mesmo hoje, muito depois de Osho e seu “caminho” ter sido completamente desacreditado, muitos dos seus devotos o adoram teimosamente e ficam encantados com o modo de vida *tamásico* que ele adotou.

Porque as pessoas *tamásicas* continuamente se entregam, elas não acumulam *karma* bom. Na verdade, elas coletam o *karma* ruim ou simplesmente gastam qualquer *karma* bom em sua conta até que ele se esgote. Elas estão perpetuamente endividadas financeira e energeticamente. A vida é um peso enorme, uma pedra de moinho ao redor do pescoço, arrastando-as para baixo. Elas não crescem. Elas não permanecem as mesmas. Elas regridem.

Tamas é inércia. É a energia mais destrutiva dos três, embora *rajas* esteja em segundo lugar. Para superá-la, você tem que agir. *Rajas* é sobre a obtenção de coisas e *tamas* é sobre mantê-las. Até a manutenção requer energia. Você tem que pagar seus bilhetes de estacionamento ou seu carro será apreendido e vendido. Se você não escovar os dentes, eles apodrecem. Se você não ama e apoia a sua esposa, ela foge com alguém que a ame. Tudo no *samsara* está deslizando para o abismo enquanto falamos. Mas quando você é *tamásico*, você é muito preguiçoso para proteger o que você tem. Nada em sua vida dura, então não há nada para construir. Você acaba vivendo

precariamente. Isso te desgasta. Você se torna fatigado e derrotado com um sentimento de fracasso. A depressão se instala e a sua autoestima cai. Na minha época, *tamas* era chamada de doença de “yuppie”. Este termo foi evidentemente relegado à lata de lixo, porque agora um eufemismo adequado o substituiu, “ME”. As pessoas *tamásicas* são confusas, esquecidas e propensas a acidentes e perdas. Elas estão perpetuamente confusas. Quando o Corpo Sutil é predominantemente *tamásico*, o Ser pleno, disfarçado de ego, sente-se totalmente preso.

O terceiro tipo de experiência é o sentimento de “repouso”. É uma experiência muito positiva. Pode ser confundida com *tamas*, porque aparentemente nada está acontecendo. É a experiência de clareza e bem-aventurança, e é o terceiro *guna*, *sattva*. *Rajas* é o modo da paixão, *tamas* o modo de inércia e entorpecimento, e *sattva* é o modo do conhecimento e da bem-aventurança. *Sattva* é o poder revelador, uma energia que revela a Consciência. Por “revelar” quero dizer que torna a conscientização acessível como conhecimento e experiência. Se você quer se sentir bem o tempo todo, produza uma mente que seja cem por cento *sattvica*. É claro que isso não é possível, porque *sattva* é suplantada por *rajas* e *tamas* durante o ciclo dos *gunas*, mas com um pouco de trabalho um investigador pode criar uma mente predominantemente *sattvica*.

Sattva é o sentimento de paz e satisfação. Quando você está satisfeito, a mente fica quieta. Tal mente é valiosa por duas razões: ela revela que o Ser pleno é não-dual e permite que você avalie os objetos como eles são. Quer você esteja olhando para (o reflexo) do Ser pleno ou dos objetos, você está experienciando através do Corpo Sutil, então a energia que domina o Corpo Sutil a qualquer momento é de suma importância para um investigador.

Esses dois benefícios não são desconectados. Se você quer apenas se sentir bem, você não precisa buscar a iluminação, você precisa cultivar *sattva*. Você nunca consegue uma vida cem por cento fluente, mas pode chegar bem perto se a sua mente é predominantemente *sattvica*, porque pode ser objetiva com relação a seus pensamentos e sentimentos e às coisas externas que acontecem com você. Se você tem clareza sobre o que está acontecendo em você, você pode trabalhar com suas coisas e remover criativamente os obstáculos à sua felicidade à medida que eles surgirem. Se o seu Corpo Sutil é predominantemente *rajásico* e *tamásico*, é virtualmente impossível obter autoconhecimento ou, se o fizer, será apenas um vislumbre frustrante de percepção. Mesmo que você seja predominantemente *sattvico*, você não necessariamente obterá autoconhecimento, mas estará em posição de desenvolver as qualificações, assumindo um desejo ardente de libertação. Portanto, de qualquer forma, você precisa abordar a sua experiência, não negar ou tentar transcendê-la. Você deve trabalhar com criatividade usando o conhecimento dos *gunas*, não de crenças e opiniões nascidas de desejos

irracionais e medos não examinados. E se você é predominantemente *sattvico*, você facilmente assimilará os ensinamentos do Vedanta. Se não, não.

Em todo caso, vamos chamar a experiência de *sattva* de não-movimento, porque uma mente firme e clara revela o Ser pleno como Consciência imutável. Um lindo verso no Bhagavad Gita o expressa desta maneira: “Aquele que vê a inação na ação é de fato sábio”. Você sabe que as mudanças que estão ocorrendo em você e ao seu redor são apenas mudanças aparentes. Ou, para usar um ditado muito em voga no mundo espiritual, “nada aconteceu”. Quando o Corpo Sutil é *sattvico*, você pode agir ou não agir; você não é obrigado a agir, nem tem preguiça de agir.

Embora tenhamos apresentado um esboço das personalidades *rajásica* e *tamásica*, não discutiremos aqui a personalidade *sattvica*. Vamos guardá-la para mais tarde, quando abordaremos o tema dos valores. Mais pode ser dito sobre os três tipos de personalidade, mas o Vedanta não está interessado na análise da personalidade, porque o Corpo Sutil não é o Ser pleno. Estamos interessados apenas em como essas energias afetam a assimilação da experiência e como a assimilação da experiência ou a falta dela se relaciona com a autoinvestigação e a assimilação dos ensinamentos.

A Assimilação da Experiência

A experiência é uma série ininterrupta de eventos internos e externos e a reação ou resposta a eles. A reação dos animais à experiência é totalmente programada. Os humanos têm uma vantagem, porque têm o poder de pensar. Eles podem estudar a sua experiência, extrair conhecimento dela e mudá-la, liberando-a, até certo ponto, da sua programação.

O crescimento espiritual ocorre através da assimilação adequada da experiência. Assim como a comida parcialmente digerida inibe o funcionamento eficiente do corpo, a experiência parcial ou indevidamente assimilada compromete o desenvolvimento -do Corpo Sutil. Como a Consciência ilumina a entidade corpo-mente, ela é impulsionada ao longo de sua trajetória de vida até o seu destino final: a realização de sua não separação de tudo. Enquanto o significado das experiências da vida lhe é desconhecido, a pessoa é pouco mais do que um animal e não pode cumprir o seu destino.

Como um animal, um bebê humano, inconscientemente, vive suas tendências subconscientes. Ele cresce fisicamente, mas não evolui. Não tem controle sobre a direção de sua vida, porque tem experiência e conhecimento insuficientes para fazer escolhas inteligentes. Uma vez que o seu intelecto se desenvolve e assimila certos valores, ele pode avaliar as suas experiências e começar a evoluir.

Quanto mais uma experiência permanece desassimilada, mais problemas ela causa. Vamos dizer que o seu pai era um alcoólatra e abusou de sua mãe, de modo que ela caiu em uma depressão ao longo da vida e foi incapaz de educar você e seus irmãos corretamente. Porque você era a mais velha, você acabou cuidando de seus irmãos e irmãs mais novos. Você fez isso, porque não teve escolha. Você desenvolveu um profundo ressentimento em relação ao seu pai por roubar a sua infância e uma profunda simpatia por sua pobre mãe vitimizada. Na realidade, ela não era inocente, porque nunca enfrentou o marido; ela realmente permitiu o seu alcoolismo de maneiras sutis. No entanto, você a viu como uma mártir e a amou por isso. Seu pai morreu, mas seu ódio continuou vivo. Você acreditava que uma grave injustiça ocorreu e isso coloriu seus sentimentos em relação aos homens em geral.

Um dia, um bom homem queria se casar com você e, na empolgação do primeiro amor, você concordou. Você se casou, mas, com o passar do tempo, certas coisas que seu marido disse ou fez, lhe fez lembrar-se de seu pai. Isso trouxe antigos sentimentos de ressentimento e raiva. Você começou a provocar brigas, sem motivo, com ele. Os seus medos lentamente tomaram o melhor de você que imaginou incorretamente que essas pequenas coisas ele compartilhava com seu pai – uma certa inflexão em sua voz quando estava estressado, por exemplo – revelavam uma natureza egoísta e abusiva. Você o acusou de mudar e disse que ele não a amava de verdade, o que não era verdade. O seu relacionamento se deteriorou e seus filhos começaram a se tornar neuróticos. Você confidenciou a uma de suas amigas divorciadas que vieram de um passado parecido e que guardava rancor contra o ex. Ela mostrou tanta preocupação por sua situação que você se apaixonou por ela, deixou seu marido, abandonou seus filhos e tornou-se lésbica. Mas depois de um tempo sua nova identidade não funcionou, porque você a amava pelo motivo errado: ela não era um homem. Se a sua mãe fosse a agressora, você poderia ter odiado as mulheres e amado os homens. Podemos fazer essa história continuar por cinquenta anos ou mais, cada evento trágico se desdobrando do evento anterior como um relógio, até que se torne impossível voltar ao começo e descobrir a razão para o sofrimento e curar a ferida.

A experiência não se interpreta nem se assimila. O intelecto interpreta a experiência. Ele fica atrás da mente e avalia o que acontece. Não há nada de errado com isso. Isso é o que é suposto fazer. Se a experiência está de acordo com o desejo do ego, isso resulta no polegar para cima e sentimentos positivos surgem. Se a vida proporciona uma experiência contrária ao seu desejo, isso resulta no polegar para baixo e surgem sentimentos negativos. A forma de interpretar a experiência depende do conhecimento adquirido e da ignorância, mais três fatores que normalmente estão além do seu controle. Dois desses fatores inibem a sua capacidade de discriminar e um deles facilita. Os fatores sobre os quais o intelecto tem controle limitado são *rajas*, *tamas* e *sattva*.

Rajas e a Assimilação da Experiência

Como *rajas* afeta a assimilação da experiência? Quer as metas sejam mundanas ou espirituais, e quer sejam ou não realizadas, o intelecto *rajásico* não está preocupado com a verdade da experiência, mas com a maneira como uma experiência em particular se relaciona com a satisfação dos desejos do ego.

Rajas é sempre uma fonte de frustração, porque tudo o que é ganho é inevitavelmente perdido. Um objeto ganho causa apego e um objeto perdido produz sofrimento, nenhum dos quais é propício à felicidade. Em vez de aceitar a impermanência da vida como um fato e estar satisfeito com o que é, *rajas* faz com que o ego busque continuamente a realização de novas experiências. Mesmo que o indivíduo saiba o que é melhor, *rajas* pode causar tal falta de discriminação que o indivíduo repetirá consistentemente ações que produzem sofrimento. Muitas vezes gera tantas ações em tão pouco tempo que o intelecto nunca pode determinar qual ação foi responsável por determinado resultado, impedindo-o de aprender com suas experiências.

Quando uma experiência prazerosa termina, *rajas* causa desapontamento, porque quer que o prazer continue, mesmo que o intelecto saiba que o prazer é passageiro. Se uma experiência é medíocre, ele quer que seja melhor. Se for ruim, deve terminar instantaneamente e não acontecer novamente. Se a experiência se repete constantemente, como acontece com o condicionamento, *rajas* provoca o tédio e produz um forte desejo de variedade. "Mais-melhor-diferente" é o seu mantra sagrado. Produz uma vida infinitamente ativa condicionada pela falta de tempo e muitas realizações incompletas.

Não importa quanto seja realizado, a lista de tarefas nunca diminui. *Rajas* é um armário, garagem, porão e sótão transbordando com uma variedade confusa de objetos negligenciados e sem uso. É uma declaração de impostos atrasada, um compromisso esquecido, uma ligação não retornada, uma busca frenética pelas chaves. As incursões agressivas e extrovertidas de *rajas* no *samsara* são inevitavelmente acompanhadas de cansaço e insônia.

Quando eu era jovem, meu pai, que era sábio em muitos aspectos, costumava dizer: "Você não consegue vencer". Na época, eu não entendia o que ele queria dizer, mas uma vida bem vivida e os ensinamentos do Vedanta esclareceram. A vida é um jogo de soma zero, uma guerra eterna dentro de si mesmo, na qual nenhum lado prevalece por muito tempo. Por exemplo, quando *tamas* aparece em uma pessoa cujo *guna* predominante é *rajas*, uma experiência dolorosa é inevitável. Você tem muitas coisas em sua lista de tarefas, mas sua mente é tão inerte que toda ação se torna dolorosa. Você está "ligado, mas cansado". Não é divertido. E, inversamente, quando você precisa satisfazer seu *tamas* e dormir, sua mente está ocupada demais. Então você sofre.

A assimilação da experiência ocorre somente quando a mente está alerta e presente. Portanto, quando *rajas* domina o Corpo Sutil, a sabedoria inata do Ser pleno, muito menos o conhecimento de senso comum, não está disponível para ajudar o intelecto a determinar com precisão o que está acontecendo e a resolver as dúvidas. A experiência resolvida deixa a atenção totalmente presente para que seja capaz de atender a próxima experiência sem preconceitos. Como a vida é uma procissão interminável de experiências nesta era pressurizada, é importante processar e resolver cada experiência o mais rápido possível, de preferência quando ela acontece. Quando você é tão *rajásico* que sua mente está totalmente envolvida lidando com uma sucessão interminável de desejos diários triviais, você está ocupado demais para olhar seus problemas, então eles permanecem em segundo plano e causam sofrimento.

A experiência não resolvida subliminarmente drena a atenção. Dificuldade em se concentrar no que precisa ser feito e evitar o que deve ou não ser feito são sinais de que a mente é excessivamente *rajásica*. Conforme a experiência não resolvida se acumula, o indivíduo sofre constipação existencial. Ele se sente sobrecarregado, estressado e incapaz de acompanhar as demandas da vida. O crescimento raramente vem da fácil realização de desejos, mas a uma pessoa extrovertida também é negada os benefícios do crescimento resultante de experiências indesejadas bem assimiladas.

Tamas e a Assimilação da Experiência

Tamas, o poder do véu, inibe a assimilação da experiência tão eficientemente quanto *rajas*, mas por diferentes razões. Sob sua influência, o Corpo Sutil, embora aparentemente calmo, é na verdade inerte. A avaliação eficiente da experiência requer clareza mental, mas quando um véu tórpido cobre o Corpo Sutil, a percepção é distorcida e a assimilação é comprometida. Quando o intelecto é inerte, ele tem dificuldade em conectar os resultados de suas ações com os pensamentos que os motivam, causando incerteza a respeito do que deve ser feito e do que não deve ser feito. Quando o Corpo Sutil é predominantemente inerte, você está atravessando o oceano do *samsara* em um navio sem rumo. “Onde devo ir? O que devo fazer? O que está acontecendo? Eu não sei. Eu não quero saber”, são alguns dos pensamentos registrados.

Uma mente *tamásica* corre impensadamente em padrões condicionados. Ao contrário de *rajas*, *tamas* odeia o novo. Como o pensamento criativo consome muita energia, a mente *tamásica* não valoriza a investigação. Portanto, ela não pode ganhar o controle de eventos e é forçada a rever continuamente situações negativas. Consequentemente, *tamas* é responsável pelos sentimentos de desamparo que causam depressões profundas e

duradouras. *Tamas* resolve problemas negando-os. Quando o *karma* indesejado acontece, ele se alia a *rajas* para colocar a culpa em outro lugar.

A acumulação experiencial não digerida provocada por uma mente *tamásica* faz com que o ego hesite e procrastine. Se você tem um estilo de vida *rajásico* e se sente constantemente exausto, saiba que *rajas* está causando *tamas*. Quando *tamas* é particularmente pesado, mesmo pequenas tarefas diárias, como escovar os dentes, pentear o cabelo ou tirar o lixo, parecem empreendimentos gigantescos. A negligência é *tamásica* e é responsável, em grande parte, pela disfunção emocional desenfreada observada nas sociedades materialistas. Os pais ficam tão envolvidos em suas próprias vidas que os filhos são negligenciados. As crianças não-amadas desenvolvem rapidamente baixa autoestima e são incapazes de cumprir adequadamente seus papéis na sociedade.

Não há qualificações experienciais para a iluminação, apenas o equilíbrio certo dos *gunas*. *Samadhis*, *satoris*, *nirvanas* e outras epifanias não-duais e alucinantes podem ser um obstáculo tão grande quanto uma ajuda. Se a mente é predominantemente *sattívica*, ela pode assimilar informações com cuidado e rapidamente processar e resolver as experiências. Se você tem um problema consistente em sua vida - pode ser amor, comida, reconhecimento ou poder - significa que você tem um problema de assimilação e sua mente será incapaz de investigar. A experiência não processada pode ficar com você por toda a sua vida.

Eu tenho um amigo que foi adotado. Sua mãe o entregou a uma boa família para adoção quando ele era muito jovem. Ele foi amado e recebeu todas as vantagens. Mas quando foi dito que ele era adotado, ele desenvolveu um complexo terrível. Ele não foi capaz de assimilar adequadamente essa informação. Se ele tivesse sido *sattívico* naquela época, então ele teria percebido que *Isvara* era ótimo, porque uma mãe inadequada havia sido eliminada e substituída por uma boa. Mas a sua mente era *tamásica* e ele se considerou não valioso. Essa ideia ficou em sua mente por mais de cinquenta anos. Ele arruinou vários casamentos e não encontrou amor, por causa do pensamento de que ele não era digno, até que o Vedanta entrou em sua vida.

O lado positivo dos *Gunas*

Há um lado positivo e uma desvantagem para cada *guna*. Quando é equilibrado por quantidades apropriadas de *sattva* e *rajas*, *tamas* ajuda a psique a funcionar suavemente. Ela se apega ao que é bom e fornece a paciência necessária para fundamentar ideias na realidade. Finalmente, é responsável pelo sono. *Tamas* insuficientes resultam em privação do sono,

uma importante fonte de sofrimento, porque o corpo e a mente precisam de descanso. Uma mente inquieta não pode discriminar o Ser pleno dos objetos.

Rajas projeta e *tamas* obscurece, mas *sattva* revela as coisas como elas são. Quando *sattva* está presente, o intelecto é claro e a experiência é vista pelo que é. Ao contrário de *rajas* e *tamas*, *sattva* é um meio indireto de iluminação, porque revela o Ser pleno.

Sattva e a Assimilação da Experiência

Quando *rajas* domina a mente, o desejo interpreta a experiência. Quando *tamas* domina, o medo interpreta a experiência. Ambos obscurecem a verdade. Quando *sattva* domina, a verdade interpreta a experiência.

A Consciência brilha em cada uma das três energias no Corpo Causal. Sua luz, refletida no Corpo Sutil, produz três condições distintas. Se eu desejo experienciar o Ser pleno, e o Corpo Sutil é o instrumento da experiência, é lógico que eu gostaria de ter um Corpo Causal *sattvico*. De fato, a *chitta*, a substância do Corpo Causal, é a Consciência e a reflete com precisão. Mas, se for sobrecarregada com tendências *tamásicas* e *rajásicas*, a reflexão será distorcida e a investigação não produzirá frutos. Se o Corpo Causal é dominado por tendências *rajásicas*, o Ser pleno aparece como energia dinâmica, não como luz radiante. Se o Corpo Causal for *tamásico*, não terei qualquer ideia sobre o Ser pleno. A conclusão é óbvia: se eu quiser experienciar o Ser pleno como ele é, eu devo cultivar uma mente *sattvica*. A experiência do Ser pleno não é a iluminação, mas pode levar à iluminação se o intelecto puder assimilar o conhecimento - “eu sou a Consciência” - que surge quando a atenção é voltada para dentro e a mente é *sattvica*.

Porque a realidade é a Consciência não-dual, a mente é a Consciência. Para obter uma mente predominantemente *sattvica*, capaz de discriminação e de fácil assimilação da experiência, as proporções de *rajas* e *tamas* em relação à *sattva* precisam ser mudadas. *Rajas* suficiente precisa ser mantido para propósitos motivacionais e *tamas* suficiente preservado para fundamentar as ideias da pessoa na realidade. Mas a maior parte da mente deve ser *sattvica*. Uma mente predominantemente *sattvica* obterá sucesso em qualquer campo, mundano ou espiritual, porque pode discriminar adequadamente. A iluminação - *moksa* - é definida como “discriminação”. Ela ocorre apenas em uma mente *sattvica*.

Como as Cordas Ligam/Amarram

Finalmente, essas três energias são chamadas de *gunas*, ou cordas, porque aparentemente ligam o Ser pleno, o habitante do corpo, a pensamentos, sentimentos e ações habituais. Cada uma se liga de uma maneira diferente. *Rajas* liga/amarra por desejo e apego. O anseio por coisas e o apego por elas o pressionam a se tornar um fazedor e amarra você ao *karma*. Além disso, o desejo torna a quebra de regras tentadora. Se você for contra as regras, elas se voltam contra você. A reação contínua a eventos, é escravidão.

Tamas se liga pela ignorância e seus efeitos. Quando você é inerte, não consegue pensar com clareza, por isso não tem certeza sobre o que precisa ser feito e tende a optar por não fazer o que deve ser feito ou fazer o que não deve ser feito. No melhor de todos os mundos possíveis, você não seria penalizado por não fazer alguma coisa, no entanto, a vida não é o melhor de todos os mundos possíveis. Se você não responde adequadamente à vida, você é abençoado com o sofrimento. Tente não pagar impostos ou a hipoteca e veja o que acontece. Além disso, quando você é preguiçoso, você está propenso a fazer as coisas mal feitas, o que não faz de você um amigo do *dharma*.

Embora *sattva* seja um passo necessário para a autorrealização, ele se liga através do apego ao prazer e à felicidade. Quando a mente é *sattvica*, você se sente bem. Quando você se sente bem, há uma forte tendência para se identificar com o sentimento. Na verdade, existe apenas um “Eu” e não se sente bem ou mal, mas quando aparentemente ignora a sua natureza, ele pensa que é um desfrutador. O prazer que se sente está sempre associado a um objeto, e os objetos são experienciados na mente, então quando *rajas* ou *tamas* tomam conta, o prazer desaparece. Identificando-se com a felicidade, você está pedindo infelicidade.

Sattva também liga/amarra pelo apego ao conhecimento. Porque *sattva* é responsável pelo conhecimento e porque o conhecimento é necessário para a sobrevivência, é fácil se apegar ao que você sabe ou não sabe. Como sabemos, a Consciência não é um conhecedor. Ela ilumina o conhecedor, o conhecimento e os objetos de conhecimento. Ela ilumina a ausência de conhecimento. Portanto, o apego à *sattva*, não *sattva*, é um obstáculo ao autoconhecimento.

Isso é sempre um problema, porque o mundo não está necessariamente em conformidade com esses ideais. Na realidade, a existência é a Consciência e a Consciência é neutra em termos de valor, mas uma mente sob o feitiço dos *gunas* não é neutra em termos de valor. *Sattva* faz com que o indivíduo interprete a realidade em termos de valores “superiores” ou “espirituais”: bondade, verdade, beleza, por exemplo. Mas a criação de *Isvara* não é toda

doçura e luz. Ela contém tudo em igual medida, desde a pura bondade até o mal não arrependido, da beleza sublime à feiura miserável.

Companheiros de Cama Incestuosos - O Mecanismo Psicológico

A psicologia simples e universal dos *gunas* elimina a necessidade da psicanálise. Você não precisa olhar para o passado para explicar os seus problemas emocionais e complexos. Todos derivam do mesmo mecanismo inconsciente, negação e projeção. *Tamas* causa negação e *rajas* projeção. Onde você encontrar um, você encontrará o outro. São energias dinâmicas que operam o tempo todo. Se você sabe quem você é, o jogo de *rajas* e *tamas* se eleva ao nível da Consciência e eles perdem o poder de criar o sofrimento.

Muitas coisas sobre nós mesmos contradizem nossa boa opinião sobre nós mesmos: egoísmo, arrogância, crueldade, desonestidade, inveja, luxúria, ganância, etc. Não queremos pensar de nós mesmos dessa maneira, nem queremos ser percebidos dessa maneira, então *tamas* as esconde. Como o Corpo Causal é dinâmico, essas qualidades buscam continuamente se expressar. Eu não posso dizer que sou egoísta ou ganancioso, então *rajas* projeta o egoísmo, ganância ou fraude em alguém ou alguma outra coisa. Ele acusa.

Uma Investigação Rudimentar

Existe uma investigação simples para lidar com a negação e a projeção. Quando algo está incomodando você, e isso o coloca em conflito com algum objeto - o mais comum é outra pessoa, embora você possa imaginar que está em guerra com a sociedade, o governo, a igreja, as corporações, o clima, a lista é interminável. - você se pergunta se é verdade que um dos ganchos para essas projeções é realmente responsável por seus sentimentos ruins.

É claro que o seu ego dirá que é. O ego tem interesse em suas projeções. Projeções o protegem e o mantêm em atividade. Elas reforçam a sua autoestima, seu senso de correção. Ele precisa pensar que é inocente. Na verdade, é inocente na medida em que é efetivamente o Ser pleno. Infelizmente, *Maya* providenciou para que ele não conhecesse a verdade de sua natureza e achasse que é uma pessoa, porque é condicionada pela sociedade; nada projeta mais do que grupos de indivíduos. Sociedades têm inimigos prontos na ponta dos dedos. Hitler tinha os judeus, Stalin, os capitalistas pequeno-burgueses, os cristãos, Satanás, brancos, negros, maridos de esposas e esposas de maridos. Precisamos de alguém para culpar. Eu não posso ser o problema. Mas a verdade é: eu sou o problema. Não há problema além de mim.

Esse método leva o ego em consideração, e pergunta: “É realmente verdade que ...?” Às vezes é verdade que existe perigo no mundo lá fora. Então você precisa examinar os fatos de perto e ver se é razoável supor que o problema está em outro lugar. Se o problema está em outro lugar, então a reparação está em outro lugar e você precisa procurá-la em outro lugar. Ou você pode relaxar, pois não é problema seu. Mas nem todos os problemas são causados pelo mundo. De fato, pouquíssimos problemas estão centrados em objetos. Mesmo se um objeto está causando o problema, é realmente um problema, além do pensamento de que é um problema? Se não é, então todos os problemas, em última análise, pertencem a mim.

Na terceira etapa dessa investigação você vai um pouco mais fundo. Você pergunta a razão pela qual você tem o problema. Você diz: “Quem eu seria sem essa crença?” Essa é a parte difícil, porque é aí que você descobre que o problema é essencial para a sua identidade. A resposta sempre é: “Eu ficaria feliz”.

O próximo passo deve ser fácil: elimine o problema. Mas é fácil somente na medida em que você compreende que ele não é essencial para a sua identidade. As pessoas que uma vez beberam excessivamente, mas que estão limpas e sóbrias há trinta anos, se levantam nas reuniões dos Alcoólicos Anônimos e dizem com uma expressão séria: “Olá, eu sou Tom. Eu sou alcoólatra.” A vida adulta do Tom está centrada no problema do álcool. Isso lhe proporcionou uma identidade. E, por incrível que pareça, “eu sou um alcoólatra” é uma projeção, uma ideia - graças a *Maya* - projetada para impedi-lo de apreciar a sua verdadeira natureza.

Lidar com seus problemas é um negócio complicado por causa do poder da projeção. Uma projeção comum desenvolvida para proteger o ego é “eu tenho razão”. Quando você está sob a influência de *rajas*, você não se importa com o *dharma*. O ego precisa ter moral elevada, precisa estar certo, porque não se sente bem consigo mesmo. Então isso faz você certo e o objeto errado. Veja a dualidade em ação. Na verdade, você não está certo ou errado. Você é apenas a Consciência comum. Mas - novamente, graças a *Maya* - você precisa melhorar o seu senso de autoestima, que nunca é o que deveria ser, se você não sabe quem você é. O exagero é outro problema causado por *rajas*, que mantém você certo e o objeto errado. Em todo relacionamento institucionalizado, como o casamento, sempre há questões não resolvidas que levam ao conflito. Se o seu marido ocasionalmente esquece de tirar o lixo uma noite, ele “nunca” tira o lixo. Se sua esposa ocasionalmente esquece de pegar suas camisas na lavanderia, ela “sempre” esquece.

E finalmente, se, “Deus me livre!”, alguém o acusa de projetar e/ou negar, você obviamente irá projetar e negar. Infinitas são as perturbações de uma mente escravizada a *rajas* e *tamas*. A menos que compreendamos a dinâmica

deste mecanismo inconsciente e ganhemos o controle dele enquanto ele se desenrola, o Corpo Sutil nunca se tornará digno para investigação, porque a experiência não digerida o manterá incessantemente perturbado.

Karma é Experiência Não-Assimilada

O *karma yoga* é uma atitude em relação à ação que neutraliza as *vasanas* inúteis produzidas pela negação e projeção. Se as *vasanas* não forem neutralizadas pelo *karma yoga* e por uma compreensão trazida por uma análise do mecanismo causal, a experiência não assimilada produzirá *karma* indesejado e a mente permanecerá extrovertida e perturbada. *Maya* continuará a esconder o Ser pleno e *rajas* projetará a frustrante ideia de que existe uma solução objetiva para o desejo de plenitude.

O Corpo de Dor

Uma das formulações mais populares desse mecanismo nos últimos anos é o “corpo da dor” de Eckhart Tolle. Ele é apresentado como uma entidade mais ou menos orgânica que se alimenta de experiências dolorosas, o que equivale a dizer que a dor se transforma em *vasana* e *samskara*. Não existe nenhuma “entidade” vivendo em nós que esteja fazendo isso. É puramente um processo inconsciente que parece consciente por causa da proximidade entre o Corpo Causal e o Ser pleno. O Ser pleno não é o Corpo Causal - está sempre livre das estruturas criadas por *Maya* que aparecem nele - mas o Corpo Causal é o Ser pleno em sua manifestação mais sutil. Separar/discriminar o corpo causal e seus efeitos do Ser pleno é o assunto do próximo capítulo, mas a sensação de que a dor é consciente e busca se renovar é certamente compreensível.

A dor tem muitas formas, mas a nossa dor mais fundamental é a dor da ação compulsiva, porque nos despoja de nosso bem mais precioso: a liberdade de escolher e agir. “Paredes de pedra não fazem uma prisão, nem barras de ferro uma gaiola.” Como apontamos no primeiro capítulo, toda atividade humana é centrada em torno de uma tentativa de remover o sentimento de limitação causado por desejos e medos inspirados na ignorância. Nós não buscamos objetos por causa dos próprios objetos; nós os perseguimos pela sensação de libertação que resulta quando os obtemos, o doloroso desejo por eles é removido através da obtenção. A síndrome de negação/projeção que sofremos produz a dualidade mais fundamental da vida, o doloroso sentimento de que “estou separado do que eu quero”, enquanto disfarça o simples fato de que “eu sou o que eu quero”. Enquanto eu experiencio liberdades e alegrias momentâneas através do contato com objetos, eu construo uma carga de *vasanas* que eventualmente distorce a geometria natural do Corpo Sutil e

acabo recebendo a dor adicional de conflitos internos, que por sua vez motiva ações mais vãs que resultam em experiências dolorosas adicionais.

Já deve estar claro que a grande quantidade de soluções experienciais para esse problema, apresentadas no mundo espiritual moderno, não irá funcionar. Como pode uma experiência discreta do Ser pleno, uma técnica de meditação ou perguntando infantilmente, "quem sou eu?", desfazer este mecanismo interno de produção de dor? É impossível. A ignorância é registrada nas redes neurais dos seres humanos, e somente a ação consistente baseada na compreensão a transforma ao longo do tempo.

Como Cultivar *Sattva*

A mente é um jardim no qual o Vedanta planta a semente do autoconhecimento que eventualmente se torna uma grande árvore. Não crescerá no solo tóxico da consciência *samsarica*. A lógica deste capítulo nos leva à conclusão de que uma mente *sattvica* é necessária para a libertação. Como cultivá-la? Como transformar *vasanas rajásicas* e *tamásicas* em *sattva*?

A prática da *yoga* é um compromisso para ajustar as proporções relativas de *rajas* e *tamas* com referência a *sattva* visando produzir uma mente eficiente, poderosa e clara. Quando a *yoga* preparou a mente, distinguir o Ser pleno dos objetos que aparecem nela pode dar frutos.

Você cultiva *sattva* conectando as suas ações com os resultados. Isso nem sempre é fácil, porque os resultados têm efeitos observáveis e inobserváveis. Se você beber uma garrafa de vinho, você se sentirá estimulado (*rajásico*) e momentaneamente feliz (*sattvico*). Mas no dia seguinte sua mente será *tamásica* e cheia de arrependimentos. Que você se entregue dessa forma mostra que está com dor. A dor motiva você e a dor é o resultado de suas ações. Você não pode pensar claramente quando está com dor.

A discriminação é muito simples. Se algo te agita ou entorpece, tem que ser renunciado. Você não pode simplesmente continuar fazendo o que está fazendo e de alguma forma esperar que a sua mente se torne pura. E sem uma mente pura, a verdade não encarnará em você. Ao mesmo tempo, você deve realizar atividades que elevem e harmonizem a mente.

Mas não é fácil, porque o ego usa os seus vícios para administrar *rajas* e *tamas*. Tire o vício e o ego ficará subitamente exposto à energia que está tentando eliminar. Ele se apega a coisas que não são boas para ele. Vai surgir um milhão de razões pelas quais ele não pode deixar passar. Certa vez, eu conversava com um amigo sobre os seus vícios. Ele me ouviu e disse: "Bem, Jim, pode ser uma merda, mas é quente e é minha." Se você sabe muito bem o que não é bom para você e vai em frente fazendo isso, você merece sofrer.

Você está indo contra o *dharma*. É assim que *Isvara* nos ensina. Se você vai crescer, você tem que encarar a realidade. Por nos tornarmos uma raça de autoindulgentes medrosos, os falsos gurus encontram uma grande oportunidade. Eles dizem que você não tem que fazer nada ou que você pode continuar fazendo o que está fazendo e ele vai levar você até a iluminação. Mas você tem que assumir a responsabilidade pelas “suas” projeções, mesmo que no final elas não pertençam a você. Quando elas são totalmente reconhecidas, a mente se torna resolvida e responde naturalmente de acordo com o *dharma*.

Preso em Sattva

Mas você tem que ter cuidado. Quanto mais pura a sua mente se torna, maior é o perigo de desenvolver um ego espiritual. O ego é aquela parte do Corpo Sutil que possui ações e resultados. Associa-se ao sublime sentimento de *sattva* e diz: “Eu sou puro. Eu sou santo. Eu sou espiritual.” Ele pode se tornar extremamente vaidoso e insinceramente amoroso. A prática da discriminação não tem a intenção de melhorar você ou torná-lo puro. Você já é realizado, consciente e tão puro como a neve. Uma mente pura, um coração puro não é o objetivo. É apenas um meio para um fim. É o campo em que o Vedanta pode estabelecer a visão da não-dualidade. A visão da não-dualidade destrói o senso de propriedade do ego e estabelece o autoconhecimento enquanto fazedor. Não há purificador como o autoconhecimento.

Sattva Mais Vedanta

Se a visão da não-dualidade é estabelecida em uma mente pura, a experiência é processada quando acontece. As coisas surgem e eu respondo apropriadamente. Eu vejo a realidade mais ampla e vejo onde eu me encaixo nela. Os acontecimentos cotidianos são enterrados, deixando espaço para coisas antigas surgirem e se oferecerem ao fogo do autoconhecimento. Nosso objetivo é tornar este ensino o intérprete da nossa experiência. Precisamos confiar no ensino e deixar que ele faça o trabalho. Depois de ver como funciona, você não voltará a interpretar a realidade do ponto de vista pessoal. Sua vida fluirá sem esforço, porque o fazedor terá se afastado e deixado a verdade assumir o controle. É como estar em um tapete mágico, flutuando aqui e ali. Nada fica no seu caminho. Você é como a água, fluindo em torno de cada rocha.

A esta altura, a relação entre ação e conhecimento deve ser clara. A ação purifica você e o conhecimento o liberta. De certa forma, você poderia argumentar que a ação é ainda mais importante do que o conhecimento,

porque a menos que você tenha feito o trabalho, o conhecimento não pode destruir a sua ignorância. No próximo capítulo, em “A Visão da Não-Dualidade”, discutiremos o ensino exclusivo do Vedanta, a discriminação entre a Consciência e os objetos que aparecem em você. O ensino dos três *gunas* aparecerá novamente em um contexto diferente.

Mas antes de prosseguirmos, precisamos considerar como é possível, mas difícil, alcançar a iluminação através da *yoga*. Até agora eu usei a palavra “*yoga*” para significar uma ação ou ações feitas para obter um determinado resultado. Sabemos que o Ser pleno é sempre livre e já realizado, então a *yoga* não funciona para a libertação. No entanto, ela pode levar à libertação. Embora o mundo moderno veja a *yoga* como exercícios de relaxamento, e na verdade há um ramo da *yoga* que é puramente físico, no mundo védico a palavra *yoga* geralmente se refere a *Astanga Yoga*, a *yoga* dos oito passos ou “membros”. É um caminho de meditação que leva a vários estados espirituais da mente.

Erro Principal

Aqui está uma citação de um texto do Vedanta do século XIV chamado Panchadasi: “Uma pessoa viu um raio de luz emitido por um diamante e outro viu um raio vindo de uma vela. Ambos acreditavam que os raios vinham de um diamante e foram pegá-lo. Embora ambos tenham considerado o raio como um diamante, um encontrou um diamante e o outro não. Confundir o raio de luz de uma vela com um diamante é chamado de “erro enganoso”, um erro que não leva à meta. Considerando o raio de luz de uma pedra preciosa como sendo uma pedra preciosa é chamado de erro “principal” ou “informativo”, porque leva à meta. Se alguém pensa que névoa é fumaça e se prepara para coletar carvão e encontra carvão, o erro é um erro “principal” ou uma coincidência. Meditação e devoção à Consciência também pode levar à liberação”.

Meditação

A meditação é uma ação. Embora algumas meditações insistam que o corpo seja posicionado de uma determinada maneira, a meditação é na verdade um ato da mente. Nós chamamos isso de *manasa karma*. As pessoas que adotam a meditação acreditam que a técnica produzirá a experiência da iluminação. É por isso que você vê a iluminação como um “estado” na literatura *yogi*. O meditador quer alcançar certo estado, como *samadhi* ou *nirvana*. Sabemos que isso não é possível, porque a realidade é uma Consciência não-dual. Não-dualidade significa que existe apenas um “estado” e você é ele. Os *gunas* são três estados diferentes criados por *Maya* a partir de uma Consciência não-dual.

No entanto, a meditação pode, inadvertidamente, levar à libertação. Por isso, é chamada de erro principal.

Um dos melhores exemplos de um erro principal é a experiência de Ramana Maharshi, um dos maiores sábios da Índia. Aqui está uma descrição de uma experiência que ele teve que proporcionou a ele o autoconhecimento:

“Senti que ia morrer e tive que resolver o problema sozinho, imediatamente. O choque do medo da morte dirigiu minha mente para dentro e eu disse a mim mesmo mentalmente, sem formar as palavras, ‘Agora a morte chegou, o que isso significa? O que é isso que está morrendo? Este corpo morre.’ E eu imediatamente dramatizei a ocorrência da morte. Eu me deitei com os membros estendidos, como se o *rigor mortis* (calafrio da morte) tivesse surgido e imitei um cadáver, de modo a dar uma maior realidade à investigação. Prendi a respiração e mantive meus lábios bem fechados para que nenhum som escapasse, de modo que nem a palavra ‘Eu’ nem qualquer outra palavra pudesse ser pronunciada. ‘Bem, então,’ eu disse a mim mesmo: ‘O corpo está morto. Ele será levado, rígido, para o local de cremação e será reduzido a cinzas. Mas com a morte do corpo, eu estarei morto? O corpo sou ‘Eu’? Estava silencioso e inerte,’ mas eu podia sentir toda a força da minha personalidade e até mesmo a voz do ‘Eu’ dentro de mim, além do corpo. ‘Então eu sou espírito transcendendo o corpo. O corpo morre, mas o espírito que transcende não pode ser tocado pela morte. Isso significa que eu sou o espírito imortal.’ Tudo isso não foi um pensamento banal. Passou vividamente através de mim como a verdade viva que percebi diretamente, quase sem o processo de pensamento.”

“Eu era algo muito real, a única coisa real sobre o meu estado atual, e toda a atividade consciente conectada com o meu corpo estava centrada nesse ‘Eu’. Daquele momento em diante, o ‘eu’ ou ‘Eu’ focava a atenção em si por um poderoso fascínio. O medo da morte havia desaparecido de uma vez por todas. A absorção no Ser pleno continuou ininterrupta a partir daquele momento. Outros pensamentos podem ir e vir como as várias notas de uma música, mas o ‘Eu’ continuou como a nota fundamental que subjaz e se funde com todos os outros estados. Quer o corpo estivesse conversando, lendo ou qualquer outra coisa, eu ainda estava centrado no ‘Eu’. Antes daquela crise, eu não sentira interesse perceptível ou direto nele, muito menos qualquer inclinação de habitar permanentemente nele.”

Essa é uma típica “experiência pessoal”. Isso ou algo assim acontece em algum lugar para muitas pessoas todos os dias. Existe uma vasta literatura sobre esses tipos de experiências. A primeira coisa que notamos é a afirmação: “o choque do medo da morte dirigiu minha mente para dentro”. A mente que estava voltada para o mundo, agora está olhando para dentro. Uma mente voltada para dentro não precisa ser o resultado de um trauma, embora

os traumas muitas vezes levem a mente para dentro. Uma epifania que acontece dessa maneira pode ser um evento fortuito; foi no caso de Ramana, pois o levou ao autoconhecimento. Mas não é tão útil quanto o cultivo gradual de uma mente voltada para dentro através da prática consistente do *karma* e *jnana yoga*. Isso ocorre porque a mente introvertida pelo acaso ou por uma técnica radical, invariavelmente retorna a um estado extrovertido, pois as *vasanas* extrovertidas são temporariamente suspensas pela epifania. Elas não são destruídas. Nenhuma experiência discreta da reflexão da Consciência em uma mente *sattvica* pode desfazer vidas de ignorância.

A experiência é apenas uma cápsula do tempo decadente destinada a fornecer conhecimento. O que Ramana aprendeu com essa experiência? Isso é importante, porque revela a natureza da mente de Ramana com muita clareza. Normalmente, quando temos experiências intensas envolvendo grande prazer ou grande dor, nossas emoções assumem e obscurecem nossa apreciação da experiência. Nós ficamos tão assustados ou extasiados que não conseguimos relatar o que aconteceu com precisão. Mas Ramana ficou sereno. Ele era desapegado, a qualificação número um para o autoconhecimento. Ele diz: “Agora a morte chegou, o que isso significa? O que é isso que está morrendo? Este corpo morre.”

O Vedanta está preocupado com o significado. É “o conhecimento que coloca fim a busca do conhecimento”. Aqui você necessita uma mente investigadora, não uma fascinada pela experiência, mas uma que busca entender a experiência. E usando a lógica, Ramana chega à conclusão correta: “Este corpo morre.” Já podemos saber, por implicação, que ele sabe que é diferente do corpo. Ele o objetificou completamente. Em seguida, ele dramatiza “para dar maior realidade à investigação”. O resto de suas reflexões até “estava silencioso e inerte” são confirmações de sua compreensão de que ele não é o corpo.

Em seguida, chegamos à realização do Ser pleno. Este é o lado positivo - o que acontece quando o mundo é negado. Ele diz: “... mas eu podia sentir toda a força da minha personalidade e até mesmo a voz do 'Eu' dentro de mim, além do corpo.” A palavra “personalidade” é bastante interessante. Eu não sei se esta foi uma tradução exata das palavras de Ramana, mas ele provavelmente quis dizer o Corpo Sutil. É muitas vezes referido como o Ser pleno “encarnado”, ou indivíduo. O Ser pleno é incorpóreo, mas parece estar encarnado quando você o observa através do corpo.

Então agora ele está ciente do corpo morto e do Corpo Sutil e “até mesmo a voz do 'Eu' dentro de mim, além do corpo”. Você vê toda a estrutura do Ser pleno nesta experiência. Então, ele conclui corretamente: “Então, eu sou o espírito que transcende o corpo.” Ele respondeu à pergunta “Quem sou eu?”, que até então ele não havia considerado.

A maioria dos meditadores e aqueles abençoados - ou amaldiçoados, conforme o caso - por epifanias acidentais, que experienciam o reflexo da Consciência em uma mente *sattívica*, carecem de discriminação. Ramana, ao que parece, era altamente discriminador, apesar de ser um mero rapaz de dezessete anos e não ter ideia do Ser pleno antes dessa experiência. A discriminação, juntamente com o desapego, está no topo da lista de qualificações. Veja a lógica: “Então eu sou espírito (Consciência) transcendendo o corpo”.

E depois, a cereja do bolo; ele descreve o autoconhecimento: “Tudo isso não foi um pensamento banal. Passou vividamente através de mim como a verdade viva que eu percebi diretamente, quase sem o processo de pensamento.”

Quando você tem alguma experiência, o conhecimento dessa experiência surge na mente. Esse conhecimento precisa ser compreendido, assumido, se você preferir. Nesse caso, ele testemunhou o conhecimento "brilhando vividamente através de mim como a verdade viva". Isso deve acalmar as pessoas que dizem que a mente tem que estar morta para a iluminação. As palavras-chave são "quase sem o processo de pensamento". Isso significa que houve pensamento.

Muitas pessoas têm esses tipos de experiências, mas não percebem que elas são o “espírito transcendendo o corpo”. É esse conhecimento que se chama libertação. Por que isso é libertação? Porque pensar que você é o corpo é um grande problema. Isso faz com que o mundo e tudo nele pareça real. Mas para o Ser pleno, o mundo aparece como um tipo de sonho, então todas as experiências que você tem nele não podem prendê-lo. Na próxima declaração, ele aborda essa questão sobre o que é real. Ele diz: “'Eu' era algo muito real, a única coisa real sobre o meu estado atual, e toda a atividade consciente conectada com o meu corpo estava centrada nesse 'Eu'”. Isso é conhecimento. O "Eu" é real. A entidade corpo-mente não é “considerada real”. E você notará que ele diz “meu estado atual”. Isso significa que “ele” não estava “no” estado de meditação ou *samadhi*. Ele era a consciência disso. Sabemos disso, porque aparece como um objeto conhecido pela Consciência.

Assim, se a atenção é dirigida para dentro, não intencionalmente, e o reflexo do Ser pleno é experienciado em um momento de ocorrência, ou é experienciado mais ou menos à vontade, através da meditação, o "raio de um diamante" só é significativo se trazer o conhecimento. As experiências nunca duram, mas o conhecimento é eterno.

Obviamente, estamos defendendo o cultivo gradual da mente através das *yogas* discutidas até agora: o *karma/dharma yoga* e a *yoga* dos três *gunas*. Não é que nós queremos que vocês se deparem com muitos problemas para a sua iluminação – Deus me livre! - mas a lógica da existência, a maneira como

as *vasanas* são formadas e o modo como elas são melhoradas exigem trabalho duro e paciente. Se você não está disposto a dedicar a sua vida a isso, é melhor esquecê-las e aceitar as frustrações da vida normal do que as frustrações de uma vida de investigação.

Mas vamos supor que você tenha realmente sofrido o suficiente e que tenha um desejo ardente de libertação e tenha vivido a sua vida como *karma yoga*. Você também está interpretando o que acontece corretamente à luz da sua natureza como Consciência. Você gerenciou os *gunas* adequadamente e criou uma mente muito calma e pura. A sua atenção está fixa no reflexo do Ser pleno. Você pensa que é uma pessoa meditando sobre o Ser pleno, mas na verdade você é o Ser pleno meditando no reflexo que acontece na mente.

Antes de chegarmos ao ponto, é importante saber que a meditação, mantendo a sua atenção no reflexo do Ser pleno, queima as *vasanas* muito rapidamente - não tão rapidamente quanto o autoconhecimento, mas muito mais rapidamente do que o *karma yoga*. Ela as queima, pois uma *vasana* precisa ser meditada e engajada para ser reciclada. Se você não pensa nela ou realiza ações relacionadas a ela, ela é queimada na meditação.

Finalmente, antes de retornarmos à relação entre meditação e autoconhecimento, também é importante saber que a meditação é uma das experiências mais prazerosas conhecidas pelo homem, porque a mente não é perturbada pelas *vasanas*. Meditação não significa lutar contra as *vasanas*, esperando que elas se limpem antes que você sinta a paz. A meditação bloqueia a atenção no reflexo da Consciência. Se você está meditando apenas pela paz, pelo alívio do estresse causado pela *vasana*, sem dúvida perderá o verdadeiro significado da meditação. O verdadeiro significado é o conhecimento, como Ramana diz: "Eu sou espírito [leia: Consciência] transcendendo o corpo". Esse conhecimento na forma de um pensamento é chamado *akhandakara vritti*. Ele pode aparecer em qualquer língua que você fale e as palavras podem variar, mas o conhecimento é "eu sou pleno e completo, não-dual, comum, sem ação, Consciência despreocupada." Ramana de forma "intuitiva" compreendeu o valor desse conhecimento e parece que se tornou a sua identidade primária naquele tempo ou talvez mais tarde durante a sua permanência nas cavernas. É por isso que, junto com o Vedanta, ele disse: "Apenas pelo conhecimento o Ser pleno é realizado". Praticamente ninguém se ilumina através da meditação, pois meditam pela experiência, não pelo conhecimento. Eles o fazem, porque não entendem o valor do autoconhecimento. Mas a meditação pode ser um erro principal. A investigação pode se desenvolver e você pode apreciar o valor do pensamento "Eu sou a Consciência ilimitada" quando surge.

Um Breve Resumo

O propósito de todas as *yogas* é converter uma mente extrovertida, uma mente perturbada e sem brilho, em uma mente contemplativa voltada para o interior. Uma mente contemplativa, ou *sattvica*, não é totalmente livre de *rajas* e *tamas*; simplesmente não é dominada por eles.

A transição de uma mente extrovertida para uma mente contemplativa, aquela que está comprometida em discriminar a consciência dos objetos nela e tomar uma posição na Consciência, nem sempre é suave. Mesmo quando você começa sua prática, a mente terá momentos, às vezes dias ou semanas a fio, de clareza e alegria, enquanto se aquece no reflexo da Consciência criada por sua prática. Então, ela pode lentamente tornar-se ativa e entorpecida, enquanto os velhos hábitos *rajásicos* e *tamásicos* tentam se reafirmar. Você não consegue estar muito vigilante. O meu professor costumava dizer: "A vigilância eterna é o preço da libertação". Os *gunas* são os ritmos circadianos de *Isvara*. Eles não só passam por ciclos completos em uma base diária, eles também operam globalmente. Só porque um hábito não parece mais vinculativo, não assuma que ele se foi para sempre. Retira-se para o Corpo Causal e muitas vezes volta para lutar em outro dia. Você pode parar de fumar por meses, até anos, e um dia se surpreender mais uma vez.

Quando *sattva* é predominante, parece que você está iluminado ou se movendo rapidamente em direção ao seu objetivo. Quando *tamas* e *rajas* predominam, parece que você está retrocedendo. Estamos visando uma mente predominantemente *sattvica*, mas é frustrante se você acha que a iluminação é um estado de *sattva* permanente. Não há estados permanentes. Se você tem o hábito de avaliar nervosamente seu progresso diariamente ou mesmo semanalmente, está pedindo por frustração. É por isso que o Vedanta não é realmente útil, a menos que você seja qualificado. Uma pessoa qualificada que adequadamente assimilou o conhecimento vê a si mesma como o Ser pleno, compreende a natureza da mente e trabalha obstinada e alegremente sobre ela, não permitindo que as flutuações dos *gunas* atrapalhem a sua paciente determinação.

Enquanto a prática amadurece, a mente desfruta de períodos cada vez mais globais de *sattva*, não perturbados pelos altos e baixos diários de *rajas* e *tamas*. O maior impedimento para a felicidade é a noção de que o ego deveria ter controle direto de sua experiência. A tremenda popularidade das drogas, álcool, sexo e esportes radicais testemunha a prevalência do desejo de se sentir imediatamente bem. Como mencionado no último capítulo, ele tem certo grau de controle indireto, pois os *samskaras* são lentamente transformados pela prática do *karma yoga* e pelas modificações de comportamento.

A transformação do Corpo Sutil é imprevisível. Certos padrões negativos podem levar muitos anos para serem neutralizados. Outros podem se dissolver

em um instante. Uma das qualificações mais importantes é a tolerância. Passei treze anos erradicando pacientemente uma *vasana* em particular. Nos velhos tempos de expectativas reduzidas, as pessoas eram disciplinadas. Nesta era de gratificação instantânea e privilégios, “disciplina” é uma palavra ruim. Nós queremos a nossa iluminação e a queremos agora!

Isto vem de um investigador angustiado: “Eu sei que não há nada para obter ou alcançar, sei que a única coisa de que preciso é uma compreensão clara de quem eu realmente sou. Mas como é possível que, se eu conheço todas essas coisas, esteja de volta aos meus velhos hábitos? Por que eu sou aquela mesma pessoa triste que é afetada pelo que as outras pessoas dizem ou pensam de mim? POR QUÊ? Parece tão difícil. Por que eu não consigo me ver como Consciência se eu sei que esse é o verdadeiro EU!!!!!!!!!!”

Nós nos simpatizamos, mas o que podemos dizer? Há uma tremenda oportunidade para a maldade quando uma pessoa sofre. Sempre que há um desastre natural, os golpistas saem da toca como parasitas nocivos. Muitos professores modernos se alimentam desse tipo de miséria. “Eu tenho o que você precisa! Compre agora a minha mistura especial de onze práticas mágicas de *yoga* para a saúde radiante e a iluminação instantânea!” Ou, como os neo-não-dualistas pregam: “Não há nada a fazer a não ser ouvir que não há nada a fazer. Basta obtê-la.” Não há ajustes rápidos.

Sobre *Isvara*

Isvara - os *gunas* - podem ser seus melhores amigos ou seus piores inimigos. Isso é com você. Não é particularmente agradável ser o único a dar esta notícia, mas a vida é uma força terrivelmente conservadora. Ela abomina a mudança. Veja quanto tempo leva uma espécie para se adaptar e evoluir. E quando o ritmo de vida acelera além da capacidade de evolução do organismo, ele se extingue. Os ursos polares sobreviverão ao aquecimento global? O gelo desaparecerá, os humanos invadirão o seu habitat e será história. Pode um rinoceronte evoluir um focinho sem chifres em face da ignorância arrogante de asiáticos enlouquecidos por sexo?

Temos apenas uma vida para nos libertar. É definitivamente possível, mas apenas quando estamos armados com determinação robusta e uma compreensão clara da nossa natureza animal e das leis que governam nossos ambientes. Se você está disposto a abandonar o seu apego ao modo como as coisas são, manter o desapego diante do sofrimento e abraçar a verdade de sua identidade ilimitada, independentemente de como você se sente no momento, você pode ter sucesso. Se você respeita *Isvara*, é fácil. Se não, não.

Capítulo XI

A Visão da Não-Dualidade: A Yoga do Conhecimento



Conhecimento Relativo

O CONHECIMENTO RELATIVO pode ser negado. Por exemplo, em termos do nosso mundo físico - o planeta Terra - a lei da gravidade é uma constante. Aplica-se em todos os lugares. Mas não é conhecimento, porque não há gravidade no espaço exterior. Ela é “negada” quando incluímos o espaço. É “relativo” ao contexto.

Chamamos a estrutura do conhecimento da realidade aparente, porque é quase tão boa quanto o autoconhecimento. Este conhecimento é para *Maya* o que a gravidade é para a Terra. Consiste de vinte e quatro *tattvas*, princípios constantes que operam na realidade aparente: os cinco elementos, os cinco sistemas fisiológicos, os cinco sentidos mais os cinco órgãos de ação: mente, intelecto, ego e o Corpo Causal, às vezes chamado de *chitta*. Enquanto *Maya* é manifesto, eles estão sempre presentes e podem ser contados como conhecimento. Quando falamos de autoconhecimento, não nos referimos apenas ao conhecimento da natureza da Consciência, queremos dizer, compreender esses fatores e como eles se relacionam com o Ser pleno e uns com os outros. Quando você entende como a realidade aparente funciona, você fica livre dela. Este conhecimento é equivalente ao conhecimento da Consciência pura, porque nega a realidade aparente. Obviamente, ele não o nega. Ele o revela. O conhecimento dos princípios cósmicos é um conhecimento relativo, porque só é bom no que diz respeito à criação. Mas é quase tão bom quanto ao autoconhecimento, porque com referência à vida de um *jiva*, é eterno.

Finalmente, a informação é o menor grau de conhecimento relativo. A informação é um conhecimento extremamente curto e de pouca utilidade para os investigadores. Sim, é o conhecimento que é 4:20 da tarde, mas o conhecimento das 4:20 não é mais conhecimento às 4:21 da tarde.

Conhecimento Absoluto

O autoconhecimento é um conhecimento “absoluto”. Não pode ser negado. Isso significa que não há tempo ou lugar em que o Ser pleno não esteja

eternamente presente. Portanto, você não pode negar o autoconhecimento. O autoconhecimento obviamente não é conhecimento pessoal, porque a pessoa vem e vai, nasce e morre. O que é autoconhecimento? É conhecimento de você. É impossível encontrar a hora ou o local quando/onde você não existe. Você não pode negar você mesmo.

O Vedanta - *yoga* do conhecimento - consiste em conhecimento relativo e absoluto. É tanto o conhecimento que você precisa para se preparar para a iluminação quanto o conhecimento que o liberta. Veja com que cuidado o ensinamento desdobrou o conhecimento preparatório: as motivações, a natureza da iluminação, a necessidade de um meio de conhecimento, a natureza dos meios e as qualificações exigidas, a importância de um ensino comprovado e um professor adequado, a natureza do Ser pleno puro e a natureza do Ser pleno como *Isvara*, o Criador e o propiciador/facilitador dos resultados da ação e, finalmente, o *karma/dharma yoga* e a natureza das forças que operam na psique humana. Nós não somos líderes de torcida tentando fazer com que todos se animem, pedindo: “Cante, eu quero iluminação e eu quero agora! Rah, rah, rah! Cinge os teus lombos, caminhe para o campo da iluminação e mate instantaneamente o seu ego miserável!”. Esperamos que você aprecie o valor do conhecimento e seja inspirado a persegui-lo, não importa o que aconteça.

Existem dois tipos de autoconhecimento: direto e indireto. O conhecimento indireto é: “o Ser pleno existe”. Esta afirmação implica que não sou eu. Isso significa que o Ser pleno é um objeto conhecido por mim. A maioria dos professores modernos, por ignorância, nos dizem que eles estão experienciando o Ser pleno, como se todo mundo não fosse, e que a experiência é a iluminação. Isso significa que o seu conhecimento é indireto, porque separa o experienciador do experienciado, que é dualidade pura. O autoconhecimento indireto é melhor do que nenhum conhecimento, mas não resolve a dualidade. A dualidade produz sofrimento, porque causa desejo e ação, e me torna orientado para resultados quando não preciso de resultados para ser feliz. Ela causa a busca.

O conhecimento direto - “eu sou o Ser pleno” - resolve o problema se for devidamente assimilado, porque destrói o desejo, me liberta da necessidade de agir e impede a busca.

A Busca Termina Quando o Conhecimento é Firme

O objetivo da busca é parar de buscar. Mas é mais fácil dizer do que fazer, porque a busca tem a sua própria beleza e romance. Torna-se uma *vasana*. Mas depois de um tempo ela perde o seu prestígio e produz esgotamento. Você quer que aquela voz carente que anseia por iluminação cale a boca. Você

só quer acordar, beijar sua esposa, tomar sua xícara de café, mexer o seu mingau, ler o jornal e ficar feliz sem motivo.

A busca termina quando o conhecimento é firme. Os investigadores Vedantinos não buscam, porque sabem que somos a Consciência; tudo o que resta é estabelecer firmemente o autoconhecimento. Quanto mais você busca, mais confuso você fica e menos confiante se torna. Se houver um problema, é apenas falta de confiança no conhecimento. A solução é se entregar ao conhecimento e aplicá-lo até que você esteja completamente confiante nele. Todas as ações, incluindo a aplicação do conhecimento, têm resultados. O resultado de qualquer ação mundana é sempre limitado, mas o resultado da aplicação do autoconhecimento é livre de limitações. O resultado é simples: "Eu sei que não preciso de nada para ser feliz. Eu estou bem, não importa o que aconteça."

Autoinvestigação

O Vedanta é conhecido como autoinvestigação. Investigação significa inquirir ou perguntar. A noção popular, tornada famosa pela recente descoberta dos ensinamentos de Ramana Maharshi, é fazer a pergunta: "Quem sou eu?" Como o Vedanta afirma claramente que você é a Consciência, a investigação não tem a intenção de responder a essa pergunta. Qual é a pergunta correta? É: "Como a identidade que tenho agora combina com minha identidade como Consciência?" Você pode determinar a natureza de sua identidade atual perguntando a si mesmo se acredita que os medos e desejos que motivam as suas ações são reais. Se você acredita que consegue o que deseja ou evita o que não deseja, isso fará com que você seja pleno e completo, você tem a ideia errada de quem você é. Se você sabe que tem a ideia errada de si mesmo e realmente quer se libertar de seus medos e desejos, o autoconhecimento é para você. O que é a autoinvestigação, então? É a aplicação consistente do autoconhecimento no Corpo Sutil, causado pela discriminação do Ser pleno a partir dos objetos que aparecem nele. O *karma yoga* leva tempo, mas a aplicação do autoconhecimento é o caminho mais rápido; elimina imediatamente as *vasanas* inspiradas na ignorância.

Vedanta é a *yoga* do conhecimento. É uma *yoga* estranha quando comparada com as outras *yogas*. Um de nossos sábios chamou-a humorística e provocativamente de "a *yoga* do não-contato", um oximoro, se é que houve um, porque *yoga* significa contato. A *yoga* do conhecimento é única entre as *yogas*, porque não fala com a parte de você que pensa que está fora do contato. Ela fala com você como o objeto da *yoga*, a Consciência. Em outras palavras, nenhum contato é necessário, porque você não está separado de si mesmo.

O Real e o Aparentemente Real

Há uma declaração linda e extremamente importante - a essência do Vedanta na verdade - atribuída a Shankaracharya, uma das grandes celebridades da tradição Vedanta: "*Brahma satyam, jagan mithya. Jivo brahmaiva naparah.*" É a essência do autoconhecimento. Não pretendo incomodá-lo com sânscrito, mas lembre-se de que o Vedanta é uma ciência antiga e o sânscrito é uma linguagem que evoluiu a partir das necessidades espirituais, e não materiais, dos seres humanos.

A primeira palavra, *brahma* ou *brahman*, é talvez o mais conhecido termo vedântico. É semelhante à palavra "Deus" e tem sido usado por tanto tempo em tantos contextos diferentes por pessoas que não sabem o que realmente significa, que se tornou virtualmente inutilizável. Tem vários significados, muitos dos quais sugerem grandeza e expansividade. Ao longo dos anos, uma linguagem de hipérbole, quase pornográfica, evoluiu a partir das fantasias de místicos orientados para a experiência em torno de tais palavras, obscurecendo seu significado simples. *Brahman* não se refere a um estado de consciência vasto, alucinante e surpreendente, nem a um lugar para onde você "nunca vai voltar". Não há nada de místico, incognoscível ou complicado. É só você: simples, Consciência comum. Você não pode descrever, porque você não consegue se descrever. Você pode dizer todos os tipos de palavras sobre o que acontece ou aconteceu com seu corpo e mente, porque as palavras se comportam razoavelmente bem em relação aos objetos. Mas não há palavras para descrever você, porque você não é um objeto. Isso não significa que você não seja cognoscível.

Ilimitado Não Significa Grande

Há muitas palavras que significam Consciência, *chit* e *chaitanya*, por exemplo. Como é usado na literatura védica, a palavra *brahman* geralmente implica grandeza. Mas, na verdade, ela significa ilimitado, o que também tende a implicar vastidão e grandeza.

Uma palavra para o Ser pleno não basta, porque não há como avaliar o que significa. Você precisa de muitas palavras até que haja clareza. Se você diz: "Você é a Consciência", para alguém quando esse pensa que é um indivíduo, este irá pensar que a Consciência é limitada, porque essa é a sua experiência. Então, ele precisa saber que é ilimitado.

É Consciência Comum

A Consciência sob o feitiço da ignorância também precisa de outra palavra ou ela continuará sofrendo. A outra palavra que precisa ouvir, e ouvir bem, é "comum". Esse fato sobre você é difícil de assimilar, porque o ego quer pensar que é especial. A Consciência não pode ser extraordinária, porque existe apenas uma Consciência. Este é o significado da "não-dualidade". Parece que existem muitas Consciências quando são vistas através do corpo, pois existem muitos corpos, mas existe apenas uma Consciência. A eletricidade se manifesta como som em um rádio, calor em um aquecedor e luz em uma lâmpada, mas todos são apenas a eletricidade fluindo através de instrumentos diferentes.

Quando o Ser pleno contempla a sua ausência de limites e a sua simplicidade - há muito mais palavras a serem desdobradas à medida que avançamos - ele está livre de seu senso de limitação e singularidade. De certa forma, você pode dizer que o Ser pleno é único, porque só existe a Consciência. Mas isso realmente não o torna único, porque algo que não é o Ser pleno é necessário para tornar o Ser pleno único e existe apenas a Consciência.

O que significa ilimitado? Significa que quando você sabe quem você é, você é capaz de saltar altos arranha-céus com um único salto como o Super-homem, estar presente em dois lugares ao mesmo tempo e curar o câncer com um aceno de sua mão divina? Ilimitado não significa grande ou poderoso; significa que a Consciência não é modificada - não é limitada - pelas experiências que se apresentam a ela. Significa simplesmente que a experiência não afeta você.

É claro que esse fato é difícil de aceitar se você pensa que é o Corpo Sutil, porque a experiência produz *vasanas*. À medida que se acumulam, "você" enriquece em experiências e de alguma forma acredita que todas elas se somam a "você". Eu tive muitas experiências variadas e interessantes, mas não consigo encontrar uma experiência que esteja aqui agora. Eu sou exatamente a mesma Consciência de hoje que eu era (aparentemente) no dia em que nasci. Onde estão todas essas pessoas, lugares e eventos experienciados? Onde estão os milhões de sentimentos e pensamentos que experienciei? Eu não consigo encontrá-los. Eles existem como palavras na "minha" autobiografia, uma vida que eu não criei, uma vida tramada por *Isvara* e que eu assisti desdobrar. O que aconteceu não está aqui. Mas eu estou. Eu sou como o céu através do qual as nuvens passam. Eu não estou contaminado pelo que acontece comigo. Eu sou puro, um experienciador comum livre de experiência.

A afirmação até agora diz: a Consciência comum é ilimitada. Mas precisamos de outra palavra para desobstruir o Ser pleno. A próxima palavra,

satyam, significa “verdade”. A verdade é o que sempre funciona. Normalmente, pensamos na verdade como uma afirmação que corresponde a um objeto específico que aparece na Consciência. Mas desde que os objetos mudam, esse tipo de verdade não é boa em todos os tempos e lugares. Certa vez, quando eu estava desenvolvendo este ensinamento, alguém me disse que “a verdade” era boa, mas “a minha verdade” era melhor. Há uma verdade no modo como um indivíduo limitado enxerga a realidade em termos de trilhar o seu caminho no mundo, mas não é bom para todos em todos os lugares e épocas. Inúmeras experiências na vida não são resolvidas com base no conhecimento que você acumulou através de suas próprias experiências. Há tantas “minhas verdades” quanto pessoas, e quando a vida coloca você em uma situação com a verdade alheia, particularmente alguém que você precisa por alguma razão e a verdade dele contradiz a sua verdade, suas respectivas verdades são frequentemente um problema. Ou quando você se depara com a verdade de *Isvara*, o Criador, a sua “verdade” é muitas vezes completamente inviável.

Os objetos deste mundo às vezes são bons e às vezes não, mas a verdade é sempre boa. Você pode contar com isso, porque ela é você. Você - o verdadeiro você - é sempre amado por você. Sabemos que você é o bem supremo, porque tudo que você faz, pensa e sente é para o seu próprio bem. Alguns dizem que não se amam ou que amam mais os outros, mas é verdade apenas porque lhes agrada pensar dessa maneira. Tais declarações seriam impressionantes somente se os “outros” realmente existissem à parte da crença em outros. Você é a verdade. Você é tudo o que existe. Você pode contar apenas com você mesmo.

Satyam também significa “real” ou “realidade”. Preciso lhe dizer isso para negar a experiência. Tudo o que muda não é real. Esta é uma afirmação desafiadora, porque significa que todas as experiências que eu valorizo e busco são nada mais do que experiências de sonho.

Você não precisa necessariamente de todas essas palavras, a menos que precise de todas essas palavras. Praticar a *yoga* do conhecimento é contemplar os ensinamentos contínua e profundamente, discriminando o real do aparente, momento a momento. Compreender o significado de uma palavra é tão bom quanto compreender o significado de tudo. Nós fornecemos muitas e desenvolvemos o significado de cada uma, porque a ignorância toma muitas formas e é muito inteligente. Eu chamo isso de monstro “sim, mas”. É um gato com nove vidas. Não quer morrer. Você precisa estar bem armado para vencer a batalha.

Outro indicador importante é a palavra “*purna*”. *Purna* significa “pleno, completo”. Isso significa que você é completo. Por que usamos essa palavra?

Porque não é assim que nos sentimos. Sentimo-nos incompletos, porque somos ignorantes da verdade.

O mundo espiritual é particularmente obcecado com a ideia de vazio, legitimado e popularizado por séculos de pensamentos budista. Baseia-se em um tipo particular de experiência espiritual que revela a insubstancialidade dos objetos. Perceber o vazio dos objetos pode fazer com que o pobre ego entre em um pânico de proporções cósmicas. Se você se sentir desiludido e decepcionado, porque a vida não correspondeu às suas expectativas, o Vedanta revela o fato de que aquele que vê o vazio é, na verdade, a própria plenitude. A sensação de incompletude e vazio, que é apenas um sentimento e não a verdade, impulsiona o nosso *karma*. Se eu posso ver que não estou vazio e que os objetos realmente refletem a plenitude da minha verdadeira natureza, posso reduzir a minha louca perseguição de objetos, diminuir a velocidade e me divertir. Este fato obviamente inspirou a famosa declaração bíblica: "Meu cálice transborda".

Purna também significa "um todo sem partes". Você é uma plenitude que não é composta de partes. A maioria de nós pensa que somos um conjunto de partes: corpo, mente, sentidos, mente subconsciente, eu, etc. E, juntamente com o nosso conhecimento da impermanência do mundo dos objetos, estamos propensos a imaginar que estamos sempre nos desintegrando. "Eu tenho que me recompor", pensamos. Você não precisa obter nada "juntos", exceto o seu pensamento. Você precisa apenas olhar e ver que você já é um todo sem partes.

Outra palavra para você é *kaivalya*. Significa "perfeito". Como o mundo dos objetos nunca é visto como estando perfeitamente alinhado com o que queremos, estamos sempre tentando aperfeiçoá-lo. Porque nos sentimos falhos e pecaminosos, estamos sempre tentando nos aperfeiçoar. É um esforço inútil, porque a realidade é perfeita em todos os sentidos. Mesmo o que parece ser imperfeito - o mundo em constante mudança - é realmente perfeito, não apenas porque é o Ser pleno, mas porque nos leva à descoberta de nossa perfeição inata.

A óbvia objeção à ideia de que o mundo é perfeito é a presença do mal. Mas o mal não pertence à criação. A criação é perfeita em todos os sentidos. A ignorância da perfeição do Ser pleno e a perfeição da criação produz o mal. A óbvia objeção à ideia de que "eu sou perfeito" se deve à mesma ignorância.

Outra palavra importante é "despreocupado", *viragya*. É importante que saibamos que a preocupação não é mais uma opção quando nosso conhecimento de quem somos é firme e sempre presente. A vida *samsárica* não é mais do que uma interminável procissão de pequenas preocupações; o autoconhecimento põe fim a isso.

Embora existam muitas outras, estas palavras são suficientes para descrever *brahma satyam* por enquanto. *Brahma satyam* cobre o assunto, a primeira metade da nossa experiência. Refere-se ao Ser pleno. "Eu sou real. Eu sou pleno e completo, não-dual, sem ação, comum, Consciência despreocupada. Eu testemunho o experienciador e suas experiências."

A segunda parte da declaração, *jagan mithya*, descreve a outra metade de nossa experiência, os objetos que aparecem em mim, os objetos que se apresentam para mim: o que eu vejo, sei, experiencio. *Jagan* significa "o que muda". Eu gosto de pensar que é a raiz da palavra "malabarismo", objetos em movimento contínuo. Talvez seja; muitas palavras indo-europeias têm raízes sânscritas. Se as pessoas duvidam que a experiência muda, elas são - como posso dizer isso sensivelmente - desafiadas intelectualmente.

A segunda palavra, no entanto, é um pouco mais difícil. *Mithya* significa "aparente". Os objetos que se apresentam para mim são aparentemente reais. Lembre-se, nossa definição de objetos é: "qualquer coisa que não seja o sujeito, a Consciência". Isso significa que os objetos parecem reais. Essa palavra separa os homens dos adolescentes, espiritualmente falando. Os ensinamentos modernos encontram-se firmemente no campo dos adolescentes, porque tendem a negar o mundo inteiramente enquanto, curiosamente, se dirigem a "pessoas" inexistentes que estão em um "mundo" inexistente. Mas os objetos que aparecem em você existem.

Eles Existem, Mas Não São Reais

A impermanência dos objetos é um problema apenas se você acredita que precisa de um objeto para a sua felicidade e espera que essa felicidade dure. Por quê? Por causa de um triste fato - ou talvez não seja tão triste, se a ausência de algo que você abomina o faz feliz - é que a experiência de um objeto não dura. A bela criação dura muito tempo, então você poderia dizer que é relativamente real com referência à vida dos *jivas* individuais, mas não é absolutamente real, porque chega ao fim em um belo dia. Seja como for, a criação não é um problema. Os objetos criados pela ignorância são um problema. Esses objetos são suas *vasanas*. É fácil entender que eles não são reais, porque mudam de momento a momento. Objetos sutis e densos não têm valor intrínseco. O valor é adicionado por suas *vasanas*, seus gostos e aversões, que você pegou aleatoriamente do mundo.

Aqueles que afirmam que o mundo não existe, zombam da própria ideia de iluminação e não nos deixam nada para trabalhar; tais "ensinamentos" apenas resolvem a mente por um momento e criam o desejo de experienciar algo aparentemente não experienciável. Eles não têm significado, porque você não pode experienciar algo que não existe. Por outro lado, a definição de

existência do Vedanta nos dá algo para trabalhar. A Consciência é existência. Leva o experienciador e o que ele experiencia seriamente. É um pouco complicado, pois nossos ensinamentos dizem que o experienciador é na verdade um "não-experiencial" experienciador, ou melhor ainda, uma testemunha não-experiencial, e que os objetos experienciados, incluindo a testemunha da experiência, a Consciência refletida, são "aparentemente" reais. Esse é um conhecimento muito sutil e útil que geralmente leva tempo para ser assimilado.

Por exemplo, se eu quiser um relacionamento, devo saber que não é real. Saber que a vida não é real a torna muito interessante. Deixa-me desfrutar sem esperar que isso me satisfaça. Se você for ver um filme e se identificar com o herói que conquista a garota e ganha um milhão, você fica muito feliz - no cinema. Mas quando o filme acabar você não espera estar rico, em amor e dinheiro, quando chegar em casa. Se eu quiser um objeto, posso persegui-lo alegremente ou não persegui-lo. Se eu não compreender que os objetos não são reais, eu os busco, porque acho que eles são reais e me satisfarão. Conhecer o significado de "aparente" esclarece o meu relacionamento com os objetos. Também é um conhecimento muito útil, porque se você sabe que a pessoa que você pensa que é não é uma pessoa "real", você pode parar de se levar tão a sério.

A Não-Dualidade Não Significa Igualdade

O Vedanta oferece muitas ilustrações da relação entre o Ser pleno e os objetos, um pote de barro, por exemplo. O barro e o pote têm uma relação peculiar. Apesar de serem ambos barro, eles não são os mesmos. A não-dualidade não significa igualdade ou igualdade entre você, Consciência e os objetos que aparecem em você, o mundo da experiência.

Há mais na não-dualidade do que os olhos podem ver. Se tudo é um e você é ignorante, então eu também sou ignorante. Mas não é assim. Então, precisamos compreender a palavra "aparente". Se você olhar para a realidade a partir da perspectiva do pote, você é um com o barro, sem dúvida. Mas se você mudar de perspectiva e olhar a realidade do ponto de vista do barro, você não é um com o pote. Há mais para você do que para o pote. O pote depende de você, o barro, mas você não depende do pote. Você é livre do pote. *Maya* pode produzir um prato ou uma xícara de você, uma produção que não envolve nenhum ganho ou perda, no que lhe diz respeito. A sua natureza nunca muda, enquanto a natureza do objeto que depende de você está sujeita a mudanças. A pessoa aparente que você considera ser uma pessoa real, depende de você, Consciência, mas você não depende dessa pessoa. Quando você está iluminando o sono profundo, essa pessoa está longe de ser encontrada. Veja a liberdade que essa compreensão implica!

Uma vez que a natureza dos objetos é conhecida, é muito importante saber que nada pode ser feito sobre a relação entre o sujeito e os objetos que aparecem nele. É a lógica inalterável da existência. É por isso que a iluminação é apenas conhecimento. A libertação está no conhecimento, não em uma experiência em particular, porque ela liberta você da dependência da experiência, para a sua felicidade. A maioria acredita que *moksa* é libertação para o indivíduo aparente, mas é a libertação do indivíduo aparente. O indivíduo aparente nunca é livre. É parte integrante da matriz da vida de *Isvara*.

Se você olhar a realidade da perspectiva do indivíduo, você se encontrará em um mundo de fluxo constante. Você vai mudar constantemente. Você achará necessário “reinventar-se” repetidas vezes. Mas você nunca consegue se libertar. Você sempre será dependente da consciência de sua existência e de objetos para a sua felicidade. Nada está “errado” com isso, particularmente se você entende e aceita *Isvara*, porque mesmo que você ainda se considere uma pessoa, você permanecerá mais ou menos livre de estresse. Se você se considera um indivíduo e não entende e aceita *Isvara* como seu chefe, acreditará que precisa dos objetos impermanentes de *Isvara* para se completar e, conseqüentemente, você sofrerá. Você sofrerá, porque na ausência do conhecimento de *Isvara*, o fazedor permanece no comando. Ser um fazedor é o problema. Embora o desejo de ser livre seja necessário para iniciar a sua investigação, não reconhecer e assumir uma posição em sua natureza verdadeira é o maior sofrimento.

Há mais uma frase depois de “*Brahma satyam jagan mithya*”. É “*Jivo brahmaiva naparah*”. Significa “*Jiva* e *brahman* não são diferentes”. Simplificando, significa que a Consciência que sou não é diferente da Consciência em todas as coisas ou da Consciência que é tudo. Eu posso saber que sou a Consciência e que o mundo não é real, mas e quanto ao meu relacionamento com as outras Consciências? Não existem outras Consciências. A Consciência que aparece como planta, animal, micróbio ou qualquer outro ser humano é exatamente a mesma Consciência que eu sou. A apreciação deste fato basicamente remove todos os conflitos, porque permite me identificar com toda a vida. É a base da compaixão. Se eu puder me identificar com você, não terei problemas com você. Eu vou tratar você como eu me trato - com amor. As pessoas gostam de criticar o Vedanta como uma filosofia sem amor, mas o Vedanta é a essência do amor. Revela o fato de que o amor, que é a natureza do Ser pleno e se manifesta como a identificação com objetos, é a única resposta válida para qualquer objeto, animado ou inanimado.

A Chave Para a Libertação: Compreensão da Consciência, *Jiva* e *Isvara*

Discriminar você, Consciência, do *jiva* e *Isvara* é a essência do Vedanta. Compreender a discriminação é *moksa*. Em nossa literatura, as palavras *jiva*, *Isvara* e Ser pleno/*Self* (*atma*, *brahman*, *paramatma*) são usadas de várias maneiras, muitas vezes confusas, por isso precisamos desdobrar essas palavras com um pouco mais de cuidado.

Aqui está a chave para compreender como você, como Consciência, se relaciona com o *jiva* e *Isvara*.

A realidade, apesar de uma, é composta de três fatores fundamentais: (1) Uma pessoa aparente, ou *jiva*, o “pequeno eu”, Consciência mais o Corpo Sutil. É uma entidade que experiencia. (2) Um Corpo Causal produzido por *Maya*, a ignorância macrocósmica, também conhecida como *Isvara*. O campo do *dharma* é trazido à existência por *Isvara*, Consciência pura associada com *Maya*. *Isvara* é o criador das entidades experienciadoras e o que elas experienciam. O Vedanta refere-se a *Isvara* como O Não-Manifesto, pois não pode ser experienciado. É conhecido por inferência. (3) O conhecedor de ambos: Consciência pura, o Ser pleno.

Tanto o *jiva* quanto *Isvara* desfrutam da mesma identidade como Consciência. Nenhum dos dois pode criar, porque a criação é um processo consciente e um processo consciente obviamente requer Consciência. Durante a investigação, ambos se dissolvem na Consciência, pois são impermanentes, embora, como dissemos, *Isvara* seja relativamente permanente com referência ao tempo de vida de um *jiva* individual. A Consciência não pode ser descartada, pois é “permanente”. “Permanente” e “impermanente” não são, na verdade, boas palavras, porque implicam dualidade e aparentemente colocam o experienciador *jiva* separado dos objetos da experiência. Mas precisamos dessas palavras e outras como elas para estabelecer a discriminação que causa *moksa*, a libertação. A Consciência é sempre anterior e livre do *jiva* e de *Isvara*, dos Corpos Sutil e Causal. Portanto, existe realmente apenas um Ser pleno ou Consciência, livre de todos os objetos, dos quais tudo surge e no qual tudo se dissolve.

Se você tem problemas com a palavra “impermanente”, você pode pensar em termos de outra dualidade: variável e invariável. Tanto *Isvara* quanto o *jiva* são fatores variáveis e a Consciência é um fator invariável. *Isvara* existe apenas com referência à criação e a criação aparece e desaparece. O *Jiva* existe apenas no nível microcósmico e está sujeito à transformação, na medida em que desempenha os papéis de vigília, sonhador e profundamente adormecido. Aqui estão quatro versos do Bhagavad Gita, Capítulo XV, versos 16 a 19, que estabelecem esses três fatores:

“Dois “eus”, um perecível e outro imperecível, existem no mundo. Os seres conscientes e a matéria são perecíveis, o não manifesto é imperecível. Mas, além destes “eus”, há o Ser pleno, a Consciência ilimitada e imutável que entra nos três mundos e os sustenta. Portanto, Eu (Consciência) sou reconhecido como o ser supremo. Se você me conhece dessa maneira, você se torna um conhecedor de tudo, o Ser pleno de todos.”

Significado: O eu aparente, ou *jiva*, não é real, porque nem sempre está presente (pense no sono profundo) e está sempre mudando. Embora pareça estar consciente, não é realmente consciente; é modificado por *Maya*/ignorância e é perecível, porque a sua duração, na realidade aparente, é muito breve. *Moksa* é a libertação da noção de execução e posse, noções que são a essência dos *jivas* que são identificados com o Corpo Sutil. Os *jivas* identificados, também são conhecidos como seres humanos ou pessoas. Uma vez que a ignorância de sua verdadeira natureza é removida, a pessoa aparente continua a existir na realidade aparente, embora, como o Ser pleno não está mais sob o feitiço da ignorância, está sempre livre da noção de que é limitado, inadequado e incompleto. Ele sabe que é uma Consciência sem nome, sem forma e não condicionada.

Isvara associado a *Maya* é consciente - embora não seja um *jiva*, como as palavras "o ser supremo" no verso parece implicar - e não é modificado pela ignorância/*Maya*. Mas também depende da Consciência. *Isvara* é consciente, porque com a aparência de *Maya*, há algo em que a Consciência deve estar consciente. *Isvara* está sempre presente na Consciência, mas é manifesto ou não manifesto com referência à Consciência.

Portanto, *Isvara* associado a *Maya* também não é real. *Isvara* associado a *Maya* é eterno ou permanente com referência ao *jiva* e aos objetos que ele experiencia, mas impermanente com referência à Consciência. Dizer que *Isvara* associado a *Maya* é eterno com referência ao *jiva* não significa que ele seja ilimitado, porque a ignorância, ou *Maya*, se aplica apenas a uma “pequena fração” da Consciência e porque é resolvida de volta na Consciência no final do ciclo da criação. *Isvara* é apenas o poder da Consciência plena de criar. Essa relação entre *Isvara* livre de *Maya* e *Isvara* associado a *Maya* é semelhante a um indivíduo no sentido de que um indivíduo e seus poderes não são os mesmos. *Isvara* é aquele que exerce os poderes. Um artista, por exemplo, é mais que suas *vasanas* artísticas e as ações que elas manifestam.

Maya é eterno, porque é um poder que existe na Consciência, e a Consciência é eterna; É por isso que se diz que *Maya* é sem começo (*anadi*). A ignorância pessoal (*avidya*) termina quando o Ser pleno é realizado, terminando seu ciclo de encarnação e sofrimento, mas *Maya*, ou ignorância cósmica, continua inalterada, embora nem sempre se manifeste. Quando a ignorância, ou *Maya*, se manifesta, *Isvara*, em sua capacidade criadora,

aparece, seguido pela aparente criação, o mundo dos seres sencientes e elementos insensíveis.

Isvara como Consciência Pura livre de sua associação com *Maya* é chamado *Paramatma*. Se você é um estudante do Vedanta ou familiarizado com a literatura védica, talvez você saiba que a palavra *Isvara* frequentemente se refere a *Paramatma*, Consciência não-dualista não-criada. Eu usei a palavra “*Paramatma*” para evitar essa confusão.

Embora *Paramatma* seja chamado de eterno e imperecível, não é nem um nem outro. Eterno e imperecível inferem não-eterno e perecível, e como *Paramatma* é não-dual, não é nenhum dos dois. É o Ser. É autoconhecimento e, quando os objetos estão presentes, conhece os objetos. É anterior e conhecedor de ambos, *jiva* e *Isvara*. Não tem qualidades.

Como afirmado, enquanto entidade aparente, o *jiva*, ainda está incorporado na realidade aparente, iluminado ou não, ele é condicionado por *Isvara*, o Criador. A pessoa liberada (*jivanmukta*), que vive no mundo da dualidade, não é afetada por ele, porque ele sabe que é uma sobreposição e que *Isvara*, os *gunas*, é o fazedor. Na medida em que esse entendimento é *moksa*, o *sadhana karma yoga* que leva a esse entendimento não é mais necessário, embora a atitude do *karma yoga* permaneça.

Libertação do ou Libertação para o *Jiva*?

Nós dissemos que *moksa* é libertação do *jiva* e libertação para o *jiva*. A distinção entre *jiva*, *Isvara* e *Paramatma* cria uma compreensão no *jiva* que o separa de sua subjetividade e lhe dá a visão objetiva de *Isvara* e de si mesmo. Deixa claro que a autoria e propriedade de tudo pertence a *Isvara*. Ao mesmo tempo, deixa claro que não está sob o controle de *Isvara*, porque *Isvara*, em seu papel de criador, não é real. Como algo que não é real efetivamente cria ou controla algo?

Além disso, como mencionado, essa compreensão separa a Consciência tanto de *Isvara* quanto do *jiva*, o criador e o criado. Ao fazê-lo, deixa claro que sua Consciência comum, que é a essência de sua identidade, é ilimitada. A descoberta de que o Ser pleno é a Consciência ilimitada é *moksa*, libertação para o *jiva*. De que maneira esse entendimento acontece? O *Jiva* entende que não existe, a menos que se saiba que existe, e que o conhecimento de sua existência só é possível porque ele está ciente. Isso leva à conclusão de que ele é a Consciência. Por mais que tente, você não consegue encontrar duas Consciências.

Um *jiva* que sabe que é uma Consciência ilimitada é chamado de *jivanmukta*, liberado enquanto vivo. Na realidade, um *jivanmukta* é apenas a

Consciência pura, sem sua identificação com *Isvara* e *jiva*. A Consciência não é nem viva (*jivan*) nem é livre (*mukta*), uma vez que ambas implicam dualidade.

Bem-aventurança Ilimitada

Como existem dois princípios aparentemente diferentes na realidade - o Ser pleno e os objetos - é possível confundir o Ser pleno com os objetos. A vida *samsárica* não é nada além de confundir o real e o aparente. Temos um termo técnico para isso: sobreposição mútua.

A prática do conhecimento é discriminação. A discriminação nega a sobreposição. Como o Ser pleno não é conhecido, os corpos denso, sutil e causal são considerados reais. Considerá-los como sendo o Ser pleno produz sofrimento, porque eles são aparentemente reais. Você, Consciência, está sempre presente e nunca muda. Os três corpos mudam. Eles são o “não-Eu”. Eles devem ser negados até que a identificação com eles e o apego a eles sejam dissolvidos. "Negação" significa que eles são considerados não reais. Saber que não são reais destrói a sua identificação com eles. Se você se identifica com os corpos, não se identificará com o Ser pleno.

Quando você não se identifica mais com eles, surge o não-apego puro. O não-apego não é meramente a convicção intelectual de que os estados, corpos e objetos são irreais, é uma sensação de ilimitabilidade. Você pode apreciar intelectualmente esse ensinamento, mas até que a parte de você que não o aprecie seja negada, você precisa discriminar até que a ilimitação, que está sempre presente, seja experienciada. *Moksa* significa que você sabe que é livre e se sente livre. É bem possível saber que você é livre e ainda se sentir limitado. A experiência da libertação vem gradualmente através da dissolução das *vasanas* vinculativas.

Quando dizemos “um sentido de ilimitação” e “até que a ilimitação seja experienciada”, parece que estamos contradizendo a afirmação de que o Ser pleno não pode ser experienciado. Ele não pode ser experienciado como um objeto, mas é sempre experienciado como “eu mesmo”. A autorrealização é como o “sono consciente”, na medida em que o *jiva* experiencia a bem-aventurança continuamente. Não é a bem-aventurança que se opõe ao sofrimento. É a bem-aventurança que observa o sofrimento e a alegria-satisfação. É apenas uma sensação de satisfação que surge do conhecimento de que, embora o sofrimento e o prazer pareçam me tocar, eles na verdade não me tocam. Se eu não pudesse me liberar e experienciar a minha ilimitação como bem-aventurança, eu não seria ilimitado.

Os Cinco Invólucros (*Sheaths*)

Os três corpos são muitas vezes referidos como invólucros (*sheaths*), no sentido de que eles escondem ou cobrem o Ser pleno. De fato, o Ser pleno é autoevidente e não pode ser coberto por nada, mas o apego a pensamentos, sentimentos e sensações corporais mantém a atenção neles e não no Ser pleno. Embora eu não possa realmente ler as palavras nesta página sem experienciar a página, meu foco nas palavras me impede de apreciar a presença da página. Para conhecer o pano de fundo da minha experiência, minhas percepções, sensações, pensamentos e sentimentos precisam ser separados dela. A discriminação não é uma separação experiencial entre o sujeito e os objetos. O Ser pleno não pode ser retirado dos corpos, porque nunca esteve neles em primeiro lugar, embora muitas vezes, quando o Ser pleno é percebido, pode parecer que você está fora do seu corpo, porque estamos tão profundamente acostumados a considerar o corpo físico como nosso ponto de referência. A mudança discriminativa é puramente em termos de compreensão e produz um resultado positivo toda vez que o não-Eu é descartado. De fato, os corpos estão “no” Ser pleno, no sentido de que estão dentro do escopo da Consciência, e não fora dela, mesmo que apareçam como objetos.

A discriminação não é "meramente intelectual" como alguns afirmam; isso impacta na experiência de vida do *jiva*. Mas ironicamente, só funciona se a experiência do objeto é negada. Para negar a experiência, você tem que ter experienciado o suficiente da vida, do estado de espírito *samsárico*, para se desiludir com a busca da experiência. Experiência negativa não é experiência inexistente. É saber que a experiência não é real, a menos que seja vista como o Ser pleno. Se você ainda tem dúvidas sobre a futilidade da busca da satisfação no *samsara*, a discriminação não funciona. Mas se você está livre de dúvidas sobre esta questão, a discriminação funciona.

A negação implícita pela discriminação também não é intelectual. Simplesmente afirmar que um objeto não é real é apenas um passo preliminar. Você tem que se recusar a satisfazer as *vasanas* que te empurram ou puxam para experiências, até que elas se tornem não-vinculativas. Você pode saber muito bem quem você é e quem você não é, mas as suas *vasanas* vinculativas não sabem. E mesmo se elas o soubessem, elas não iriam embora por conta própria. Você tem que destruí-las com a investigação se quiser que o indivíduo aparente que se torna visível em você seja feliz. Você pode ser iluminado e ter um *jiva* infeliz, mas qual é o objetivo? Não há nada de intelectual nisso. A discriminação tem resultados experienciais quantificáveis. Há certa quantidade de dor, porque você está resistindo ao desejo, mas toda vez que você nega o não-Eu, a paz e a felicidade acontecem.

Para praticar a discriminação, você observa desapaixonadamente o fluxo incessante de pensamentos (e as emoções que ele produz) que emerge continuamente do Corpo Causal e determina o impacto que a identificação com ele tem em sua vida. À medida que a investigação continua, a ignorância não pode se sustentar, padrões insalubres de vida desaparecem e a mente fica cada vez mais tranquila. A observação consistente do conteúdo do Corpo Sutil acabará por expor o verdadeiro observador, a Consciência. Na realidade, a observação não é uma ação. É o que você é. No entanto, o *jiva* precisa imitar o Ser pleno e discriminar em todos os momentos até que seu apego com o "não-Eu" seja destruído. Lembre-se, o *jiva* é o Eu/Ser pleno mais o Corpo Sutil, então, quando o Corpo Sutil é negado, a natureza sempre livre do Eu/Ser pleno é revelada.

Nós definimos objetos anteriormente como algo diferente do sujeito, a Consciência. O ensinamento dos Cinco Invólucros/*Sheaths* (*pancha kosa prakriya*) enumera os objetos de uma maneira lógica. Diz que dentro do invólucro (*sheath*) físico está o invólucro (*sheath*) vital; dentro do invólucro (*sheath*) vital está o invólucro (*sheath*) mental; dentro do invólucro (*sheath*) mental está o invólucro (*sheath*) do intelecto (ou o invólucro/*sheath* do agente) e dentro dele está a bem-aventurança ou o invólucro (*sheath*) do desfrutador. Esta sucessão de um dentro do outro aparentemente cobre o Ser pleno como as camadas de uma cebola escondem o núcleo da cebola.

1. O invólucro (*sheath*) físico (*anamayakosa*) é produzido a partir da semente e do sangue dos pais, é feito de alimento e cresce apenas com alimentos. Ele não é o Ser pleno, pois não existe nem antes do nascimento nem depois da morte. Como o corpo não existia anteriormente ao nascimento, não poderia ter produzido esse nascimento, pois isso seria um efeito sem causa. É impossível ter um efeito sem causa. A menos que exista em um futuro nascimento, não poderá desfrutar dos resultados da ação acumulada neste nascimento, o que significa que uma pessoa poderia sofrer e desfrutar do *karma* de outra pessoa, o que não é possível. Está em um estado de fluxo e é um objeto conhecido.

2. Os sistemas fisiológicos, o invólucro (*sheath*) de ar vital (*pranamayakosa*), permeiam o corpo e dão poder e movimento aos sentidos perceptivos e ativos. Ele não é o Ser pleno, pois não é consciente e está em constante estado de fluxo e é um objeto conhecido.

3. O invólucro (*sheath*) emocional (*manomayakosa*) causa as ideias de "eu" e "meu" em relação ao corpo, moradia e descendência. Ele não é o Ser pleno, porque tem desejos, é movido pelo prazer e pela dor, está sujeito à ilusão, é instável e é um objeto conhecido. Este invólucro (*sheath*) está virado para fora. Ilumina o mundo físico através dos sentidos. Ele coleta dados sensoriais e os apresenta ao intelecto. Ele duvida e produz emoções.

4. O intelecto (*vignanamayakosa*) é o reflexo da Consciência pura e permeia todo o corpo até as pontas dos dedos das mãos e dos pés no estado de vigília, mas desaparece no sono profundo. É conhecido como o invólucro (*sheath*) do intelecto. Está consciente de si mesmo, do mundo "subjetivo". Pensa, lembra, acredita, imagina, faz determinações e dá ordens. Também não é o Ser pleno, porque é um objeto conhecido e está sempre mudando.

Os invólucros (*sheaths*) 3 e 4 são conhecidos como o Corpo Sutil ou o *Antakarana*, o "instrumento interior". É o instrumento da ação e do prazer. Como tal, é chamado o fazedor (*karta*) e o desfrutador (*bhokta*).

5. O invólucro (*sheath*) da bem-aventurança (*anandamayakosa*). Quando o Corpo Sutil obtém o que quer, ele se volta para dentro, captura o reflexo da bem-aventurança da Consciência e se funde no "sono consciente". É conhecido como o invólucro (*sheath*) da bem-aventurança. Este invólucro (*sheath*) não pode ser o Ser pleno, porque é temporal e um objeto conhecido. A bem-aventurança que reflete no invólucro (*sheath*) da bem-aventurança é a Consciência eterna e imutável.

Estes cinco invólucros (*sheaths*) respondem por todas as experiências do *jiva*. Cada um é identificado por certas marcas registradas de pensamentos. Por exemplo, não existe uma pessoa na existência que não tenha pensado ou dito: "Eu andei até a loja (ou campo, morro, igreja, etc.)". Por que essa é uma expressão de autoignorância? Porque o "Eu", a Consciência - o Ser pleno - não tem pés e está em toda parte, então não pode ir a lugar nenhum. Qual seria a sentença correta? "Eu observei o corpo andando até a loja." Se você diz: "Eu estou com fome e com sede", você confundiu o "Eu" com o invólucro (*sheath*) vital de ar. Ele é responsável pela fome e pela sede. Se você diz: "Eu estou feliz (ou triste)", você possui sensações que não pertencem ao Ser pleno e você está identificado com o invólucro (*sheath*) emocional. O Ser pleno é livre de emoções. Se você diz "eu penso" ou "eu escolho", você está identificado com o invólucro (*sheath*) do intelecto. O Ser pleno é livre de pensamentos. Finalmente, se você diz: "Eu me sinto bem", você está identificado com o invólucro (*sheath*) da bem-aventurança.

Em cada um desses exemplos o "Eu", a Consciência, confundiu-se com uma camada particular de experiência. Quando você se pega identificando-se com uma experiência em particular - um pensamento, um sentimento ou uma ação - você deve pensar: "Este não sou eu. É um objeto conhecido por mim. Não é real, porque muda. Eu sou o conhecedor desse objeto/experiência". Desta forma, você separa o "Eu" do objeto que aparece nele a qualquer momento. Então você volta a sua atenção para a Consciência.

As epifanias são experiências que geralmente separam o "Eu" dos objetos e resultam em uma sensação de libertação. Mas como a experiência está no reino do tempo, a separação é de curta duração. Quando a experiência

termina, o “Eu” é reconectado a um objeto e o sofrimento é retomado. É claro que o sofrimento retorna, porque o desejo de repetir a experiência surge imediatamente. De fato, a ignorância frequentemente aparece durante o curso da epifania na forma de um desejo de desfrutar da experiência permanentemente. As epifanias não destroem permanentemente a autoignorância e a identificação com os objetos; elas dão apenas alívio temporário. Somente a persistente aplicação do autoconhecimento contra a ignorância, tal como se manifesta no Corpo Sutil, a eliminará. Acredita-se erroneamente que a iluminação é uma espécie de experiência atemporal, mas as experiências espirituais desejáveis são simplesmente experiências do invólucro (*sheath*) da bem-aventurança, que está no tempo.

Os Três Estados

Uma das nossas mais sofisticadas discriminações envolve uma análise dos três estados da Consciência e suas entidades experienciadoras. A primeira entidade é o ego, do estado de vigília, a identidade primária de todos. Quando eu digo "eu" na conversa, estou me referindo à entidade do estado de vigília. A crença de que eu sou uma entidade do estado de vigília vem com a convicção de que os objetos físicos, emocionais e intelectuais são reais.

O Acordado (Estado de Vigília)

A entidade acordada - em estado de vigília - (*viswa*) é a Consciência voltada para fora, brilhando através dos sentidos, mente e intelecto, iluminando seus respectivos objetos. A entidade do estado de vigília é um consumidor de experiências. O Vedanta o chama de “aquele com treze bocas”. As treze bocas referem-se aos dez sentidos, à mente, ao intelecto e ao ego. Esses instrumentos, agressivamente, consomem a experiência. O corpo físico consome matéria, os cinco elementos em várias combinações. A mente devora as emoções; o intelecto mordisca ideias; e o ego engole qualquer experiência que acredite que o fará sentir-se completo, adequado e feliz.

O Sonhador (Estado de Sonho)

A Consciência do sonhador é voltada para dentro, a Consciência iluminando um mundo semelhante, em alguns aspectos, ao mundo do estado de vigília e radicalmente diferente em outros. No estado de sonho, a Consciência ilumina as *vasanas* atuando como imagens na tela da Consciência. No estado de vigília, as *vasanas* expressam os pensamentos e sentimentos da entidade do estado de vigília. O mundo desperto não é distorcido como o mundo dos

sonhos, porque os sentidos o estruturam. Como a entidade do estado de vigília, o sonhador acredita que seu mundo é real. O sonhador está equipado com os mesmos instrumentos de experiência que a entidade do estado de vigília: os órgãos sensoriais do sonhador para consumir os objetos dos sonhos, a mente do sonhador para sentir o sonho, o intelecto do sonhador para pensar pensamentos dos sonhos, e o ego do sonho para lidar com as experiências da vida do sonho. Em sânscrito, o sonhador é chamado de *tajasa*, “o brilhante”, para indicar que é, na verdade, a Consciência. Os sonhos aparecem na luz, mesmo que os sentidos de vigília estejam inativos, porque a Consciência brilha através do sonhador, assim como ela brilha através da entidade do estado de vigília.

O Adormecido (Estado de Sono Profundo)

O sono profundo é definido como o estado saturado de felicidade, em que o Ser pleno não deseja objetos externos, não ilumina objetos internos e é autoignorante. O adormecido é chamado *prajna*, ou a Consciência indiferenciada. Nos outros estados, a Consciência flui para fora e para dentro, mas no sono profundo é sem forma. O ego do adormecido é extremamente sutil, sua presença é indicada pelo fato de que experienciamos a ilimitação e a bem-aventurança. Nos estados de vigília e sonho, a bem-aventurança é esporádica, porque é quebrada por muitas divisões de pensamentos e sentimentos, mas no sono profundo é contínua. Nós sabemos da experiência do adormecido, porque o indivíduo relata um bom sono depois de se transformar em uma entidade do estado de vigília. Se a entidade do estado de vigília fosse realmente um ego diferente do adormecido ou do sonhador, ela não recordaria a experiência do sono profundo ou do sonho. Na realidade, todos os três são apenas a Consciência.

O estado de sono profundo é livre de ambos os egos, de vigília e dos sonhos e seus respectivos objetos, porque as *vasanas* que os projetam se tornaram adormecidas. Por isso, é referido como o estado da semente. Quando as sementes brotam, o adormecido, que na verdade é o Ser pleno, aparentemente se torna uma entidade do estado de vigília ou um sonhador e experiencia o mundo apropriado. Porque o ego denso do acordado é transformado em um ego de sono profundo muito sutil quando dormimos, não pensamos que somos conscientes no sono profundo. A sutileza da Consciência no sono profundo (*prajna*) erroneamente levou os metafísicos a concluir que o sono profundo é um vazio. Mas na verdade é o útero da criação, porque a entidade do estado de vigília, o sonhador e seus respectivos mundos emergem dele. Quando você acorda de manhã, toda a sua vida está bem definida, consistente com o dia anterior, o que indica que o experienciador e seu *karma* simplesmente entraram em um estado adormecido. O estado de sono profundo

macrocósmico é chamado de Corpo Causal e contém as *vasanas* de todos os seres vivos.

Por causa de sua associação com um dos três estados de Consciência, a percepção não-dual parece ser três entidades distintas. Associada ao estado de vigília, “torna-se” uma personalidade do estado de vigília, sofrendo e usufruindo das limitações do seu mundo. O sonhador sofre as limitações do mundo dos sonhos. E o adormecido sofre autoignorância e bem-aventurança ilimitada.

Esses três estados e egos são conhecidos por todos e constituem a totalidade da experiência.

Uma vez que esses fatos tenham sido estabelecidos, a investigação começa. Se eu sou o ego em estado de vigília e estou convencido do que eu sou, o que acontece comigo quando me torno um adormecido (em estado de sono profundo)? Eu entrego voluntariamente tudo o que é essencial à minha ideia de mim mesmo (meu corpo, mente, intelecto e todas as minhas posses físicas) e me transformo em uma massa de Consciência ilimitada. No entanto, apesar do prazer do sono profundo, eu não estou contente, porque sacrifico a identidade do meu sono profundo para sofrer e desfrutar dos mundos criados pelas minhas *vasanas* nos estados de vigília e sonho. A minha identidade como sonhador é obviamente insatisfatória, porque eu consistentemente a deixo para me tornar um adormecido ou um acordado. Portanto, o meu estado como qualquer ego ou aspecto do ego é limitado, e minha verdadeira identidade está aberta a questionamentos. Além disso, se me identifico com a felicidade experiencial, eu tenho um problema, porque a felicidade experienciada no sono profundo desaparece no estado de vigília. A felicidade do sonho se dissolve ao acordar, e a felicidade do estado de vigília não se transfere para os estados de sono profundo ou sonho.

A resposta para “Quem sou eu?” é: Eu não sou nenhuma dessas entidades experienciadoras. Se eu sou real, tenho que existir o tempo todo. Eu não posso, de repente, ser uma coisa em um minuto e outra em outro. Eu experimento a vida como um simples ser consciente. Na verdade, as três entidades do ego são Consciência não-dual, identificada com o estado particular que estão experienciando. A Consciência é a testemunha dos três estados.

É mais fácil entender a Consciência considerando o estado de sonho, porque os sentidos físicos estão inativos. O sonho está desfrutando da tela da Consciência como um filme. Mesmo que a luz física esteja ausente e os olhos fechados, o ego onírico e os eventos nos quais participa estão claramente iluminados. A luz do sonho é a Consciência funcionando como o sonhador, “o brilhante”. No entanto, a ignorância opera no sonho como acontece no estado

de vigília. Isso faz com que o Ser pleno se identifique com o ego onírico e seus feitos, impedindo a realização da luz do sonho como eu, o Ser pleno.

O Ser pleno é desconhecido no estado de vigília pela mesma razão. Preocupados com os acontecimentos em nossos mundos e mentes, ignoramos completamente que tanto os objetos dos sentidos como nossos pensamentos e sentimentos são banhados pela luz da Consciência.

No sono profundo, o ego/intelecto é dissolvido em sua fonte, as sementes dormentes de suas ações passadas. Não tem consciência do Ser pleno nem de nada externo. No entanto, a Consciência está presente, possibilitando a experiência da bem-aventurança. E quando acordamos, sabemos que dormimos, embora não estivéssemos lá como a entidade do estado de vigília, mas a Consciência estava lá.

Os três egos são chamados de adjuntos limitantes (*upadhis*). Um adjunto limitante, aparentemente, oculta a natureza de outra coisa. Se eu colocar água limpa em um copo colorido, a água, vista através do vidro, parece colorida. Da mesma forma, quando olho para mim mesmo através das minhas personalidades de vigília, sonho e sono profundo, pareço ser três entidades distintas. No entanto, quando removo o adjunto, posso ver o que eu realmente sou. A remoção ou negação das três entidades experienciadoras é realizada pelo simples fato de saberem que são irreais. Na esteira dessa compreensão, estou livre para assumir a minha verdadeira identidade como Consciência, porque é a única opção. A Consciência não pode ser negada ou invalidada.

Com o passar do tempo, a entidade do estado de vigília torna-se fragmentada em muitas subidentidades, adjuntos dentro de um adjunto, de modo que é possível ser confrontado com um conjunto confuso de eus, nenhum dos quais é real. Lembre-se, real significa “duradouro, imutável e ilimitado”. O fato de algo ser experienciado não o torna real, o azul do céu ou uma miragem no deserto, por exemplo.

Com referência ao meu filho, eu sou pai. Com referência ao meu pai, um filho. Com referência a minha esposa, eu sou um marido. Para o meu patrão, sou um empregado. Eu sou um devoto com referência a Deus e um contribuinte com referência ao governo. Com referência a mim mesmo, eu sou um sucesso, fracasso, vítima, vitimizador, fã de esportes, audiófilo ou qualquer uma das milhares de identidades prontas hoje disponíveis. Os muitos papéis, frequentemente conflitantes, que desempenhamos como egos em estado de vigília são limitados uns pelos outros, outros eus desempenhando papéis semelhantes ou diferentes e nossas ideias sobre o significado desses eus. Preso neste matagal de identidades, é de admirar que eu sofra? No final, a vida espiritual, não importa qual seja o caminho, deve sempre se resumir em descobrir quem eu sou, menos todos os meus papéis e experiências.

O Pensamento Oposto

Uma *vasana* vinculante é aquela que resiste à verdade. Então, precisamos transformar a verdade numa *vasana* vinculante. Quando eu ouço que sou a Consciência plena, todo o meu sistema de pensamento não concorda. É um pouco como ser duas pessoas. Uma pessoa diz: "Sou limitada, inadequada e incompleta" e a outra diz: "Sou a Consciência ilimitada. Eu sou capaz de lidar com qualquer coisa que a vida tem para oferecer. Longe de ser incompleto, eu sou a plenitude em si."

Se eu sei que sou a Consciência plena e minha mente continua a reforçar a ignorância, quão iluminado eu sou? Ignorância e conhecimento não podem existir simultaneamente. Então a ignorância tem que dar lugar ao conhecimento, a menos que eu saiba que é ignorância. Se eu sei que é ignorância, não me identificarei com isso e ela não terá poder para criar sofrimento. Que eu considere a ignorância como sendo conhecimento é o problema, não a ignorância em si. Se eu expuser minha mente ao Vedanta de maneira dedicada, aprenderei a diferença entre ignorância e conhecimento, tornando improvável que eu me identifique com a ignorância.

A ignorância tem muitas formas. Por exemplo, a ideia de que "eu sou único ou especial" é ignorância, porque você é apenas os cinco elementos: mente, intelecto, ego, tendências e consciência, como todos os outros. A crença de que alguém diferente de mim mesmo pode me fazer feliz é ignorância, porque não há mais ninguém. A noção de que algo está certo ou errado com o mundo é ignorância, porque o mundo está apenas em sua mente e sua mente não é real. Se é real, onde está a sua mente e o mundo em sono profundo? Por que o mundo não te incomoda quando você dorme? O pensamento de que "posso ficar doente e morrer" é ignorância, porque o que nasce morre e o que nunca nasce nunca morre. Desde que eu sou a Consciência, eu nunca nasci. Portanto, a morte não tem nada a ver comigo.

Catalogar todas as ideias inspiradas na ignorância levaria séculos. Para facilitar, a autoinvestigação reduziu a ignorância a uma lista de apenas um item - "Eu sou a entidade corpo-mente-intelecto-ego" - porque é de onde toda ignorância vem. A guerra com a ignorância não é uma luta justa a princípio. É razoável esperar que o pequeno Davi fraco derrube o grande Golias com uma pequena pedra? Mas é razoável para ele tomar esteroides e ir à academia todos os dias e se tornar forte, dando-lhe uma chance de lutar. Você ganha a guerra substituindo conscientemente o pensamento "eu sou incompleto" pelo pensamento "eu sou completo", quando ele surge - o que deve acontecer com todo medo e desejo ilegítimo. Medos e desejos são apenas reflexos da ideia de que "sou incompleto e inadequado". Se você se sentir deprimido, porque não está conseguindo o que você gostaria no trabalho ou em seus relacionamentos, pergunte a si mesmo quem está deprimido e quem quer que

a depressão vá embora. Então, com a ajuda do conhecimento: “eu sou aquele em quem esta sensação deprimente está ocorrendo”, note a separação natural entre você e o sentimento. Identifique-se com quem sabe, não com o sentimento. O sentimento se dissolve e a *vasana* que deu origem a ele fica enfraquecida.

O conhecimento é muito poderoso. Nada mais do que o pensamento consciente da Consciência é necessário para “alcançar” a Consciência, porque você é a Consciência - mesmo quando pensa que é alguém ou alguma outra coisa. Substituir a mentira pela verdade constrói uma *vasana* verdadeira, que neutraliza os gostos e aversões que nos mantêm ligados à roda da ação. Isso eventualmente neutralizará completamente o ego-fazedor. Nada pode ser feito para torná-lo completo e pleno, exceto cancelar o senso egoico de pensador-fazedor. Você era completo e pleno antes de seu corpo nascer. Você está completo quando pensa que não está.

A voz da ignorância é como uma entidade interna. Parece real e consciente. Vai encontrar muitas razões para sabotar a sua prática. Ela dirá que não pode afirmar a verdade, porque não “se sente bem” em fazê-lo. Ela dirá que é desonesto dizer que você é livre. Além do fato de que a verdade não parece nada, exceto talvez a ausência de sofrimento, você deve ser encorajado a praticá-la, a tomar os seus esteroides e fazer musculação. Em outras palavras, é justamente quando você não se sente bem que você precisa lembrar quem é – ou seja, trazer o conhecimento de volta à sua mente. Quem você é não é uma experiência de bem-estar, mas praticar o conhecimento o fará sentir-se bem.

É necessário enfrentar a mentira repetidas vezes. Substituir o falso pelo verdadeiro não é lavagem cerebral. É uma conversa contínua com o seu ego. Você não pode deixar de ganhar o debate se você explicar a lógica dos ensinamentos a ele. Embora haja resistência, em algum lugar secreto dentro de si mesmo, o ego sabe que é necessário ganhar aceitação do conhecimento. Pacientemente conquiste-o.

A autoinvestigação funciona apenas para pessoas maduras que desejam fortemente a libertação, que criaram um estilo de vida que lhes permite monitorar a mente de momento a momento e que sabem a diferença entre conhecimento e ignorância. Não funciona para pessoas extrovertidas com um desejo fraco ou medíocre de libertação. Neutralizar o fazedor não significa que as ações devam ser abandonadas, apenas que a verdadeira fonte de ação é conhecida. A verdadeira fonte de ação não é o fazedor; é uma teia complexa de forças impessoais iluminadas pela Consciência que anima a mente do corpo como uma bateria que anima um brinquedo.

Se a atenção não for adequadamente introvertida e o estilo de vida estiver muito ativo, aplicar o pensamento oposto não funcionará. Nesse caso, a mente

pode ser purificada com a atitude do *karma yoga*, até que se torne preparada para a aplicação direta do autoconhecimento.

Aqueles que consideram a iluminação como sendo um estado livre de pensamento desconsideram essa prática. Eles dizem que a presença de qualquer pensamento, incluindo o pensamento "eu sou a Consciência", mostra que o objetivo não foi atingido. Além do fato de que a iluminação não é um estado de Consciência que pode ser alcançado, nenhum pensamento, incluindo o pensamento "eu sou uma pessoa limitada, ignorante e sofredora", fica no caminho do Ser pleno, porque o Ser pleno está presente antes, durante e depois de cada pensamento. É uma ordem de realidade diferente. Se você pisa na sombra de uma pessoa, ela não fica ferida. Muitos descobrem o Ser pleno precisamente quando estão completamente identificados com o ego sofredor. A identificação com a ideia de que o Ser pleno sofre ou desfruta é tudo o que está no caminho da iluminação. O conhecimento apenas ataca a ignorância que provoca a identificação.

Os Três *Gunas*

No capítulo anterior, discutimos como os três *gunas* afetam a assimilação da experiência, sua relação com a experiência espiritual e como o conhecimento deles pode ser um poderoso purificador. Mas esse ensinamento tem outro propósito: discriminar diretamente o Ser pleno da experiência. Se você está realmente interessado apenas na libertação, você não está interessado em ganhar uma experiência particular ou o efeito da experiência no experienciador. Como sabemos, a Consciência é livre de experiência e também sabemos que a experiência aparece na forma das três energias. Nessa discriminação, o investigador simplesmente presta atenção ao *guna* que opera na mente e se identifica com a consciência do *guna*. A ignorância, é claro, gostaria que você pensasse que "você" é deprimido, preguiçoso e sonolento (*tamásico*), ocupado, apaixonado e agitado (*rajásico*) ou claro, calmo e feliz (*sattívico*). Mas você sabe, então você usa o autoconhecimento para se separar da entidade vivenciadora, o Corpo Sutil, que a ignorância insiste que é você. Como sempre, o *guna* em jogo não pode ser eu, porque é conhecido por mim. Como todas as outras discriminações, esta é simplesmente uma maneira de distinguir o meu Eu real dos objetos - neste caso os *gunas* - que aparecem em mim.

Capítulo XII

Valor dos Valores



OUVIR E REFLETIR sobre os ensinamentos do Vedanta são os principais meios de autoconhecimento, mas você não pode ouvir ou refletir adequadamente se a mente não estiver preparada. Portanto, um meio secundário de conhecimento - o conhecimento dos valores - é necessário.

Infelizmente, o mundo espiritual moderno é contrário ao ensino de valores, para o seu próprio prejuízo, preferindo concentrar-se exclusivamente no Ser pleno, o valor final. Mas você não pode ignorar a dimensão moral da realidade em sua busca pela libertação, porque os valores ou a falta deles impactam diretamente a capacidade de compreender e assimilar o conhecimento.

Este importante capítulo é baseado na discussão de Swami Dayananda sobre os valores requeridos para a autoinvestigação apresentados no Bhagavad Gita e em outros textos. Eu não posso reivindicar a autoria dele, embora eu pense que a discussão tenha sido aprimorada pelas minhas edições.

O Conhecimento Requer Três Fatores

Para que qualquer tipo de conhecimento ocorra, são necessários três fatores: o conhecedor, o objeto de conhecimento e um meio de conhecimento. Para conhecer um som, eu - o conhecedor - devo estar presente. Em segundo lugar, o som deve acontecer e, em terceiro lugar, preciso de ouvidos.

Os dois primeiros fatores são óbvios, mas o terceiro nem sempre é óbvio. Se eu estiver dentro do alcance de um som e não o ouvir, tenho que ver se meus ouvidos estão funcionando. Se eu tiver meus ouvidos verificados e eles estiverem funcionando corretamente, o problema está em outro lugar. A única outra possibilidade é a minha atenção. Se eu estiver envolvido com outra coisa quando o som ocorrer, eu não ouvirei o som. Para o conhecimento básico da percepção, os órgãos dos sentidos não são suficientes. Eles precisam ser apoiados pela atenção.

A Mente Deve Ser Preparada

Quando todos os fatores, incluindo uma mente atenta, estão presentes, às vezes o conhecimento não ocorre. Por exemplo, se eu realmente quiser saber o significado da teoria da relatividade e frequentar uma aula universitária e ouvir atentamente como um cientista famoso explica a fórmula conhecida como $E = mc^2$ e ainda não entender, é porque a minha formação matemática é insuficiente. Para resolver o problema, eu preciso me aprofundar em cálculos, pois minha mente não está preparada para entender.

Palavras Como Meio de Conhecimento

Para que o Vedanta funcione, o professor precisa comunicar a visão da não-dualidade e a mente do investigador deve estar preparada. O Vedanta é um meio de autoconhecimento cujas palavras e ensinamentos revelam o Ser pleno. Elas podem produzir autoconhecimento indireto se o Ser pleno estiver além do meu campo de percepção e conhecimento direto, se estiver dentro do meu campo de experiência. Considerando que o assunto do Vedanta é o Eu, e eu estou sempre presente e apenas me experienciando, as palavras podem me propiciar o autoconhecimento direto.

Para que as palavras funcionem, o investigador precisa compreendê-las da mesma forma que o professor as compreende. As definições imprecisas não funcionam, porque estão abertas à interpretação. O Vedanta não funciona se for interpretado. As palavras do Vedanta possuem significados precisos. Para apreciar o significado pretendido, os significados não intencionais devem ser eliminados. Assim, o ensino estabelece um contexto no qual os significados não intencionais são removidos. Sem o contexto adequado, o autoconhecimento não acontecerá no âmbito do ensino. Se palavras como “ilimitado, eterno, transcendental e *samadh*” forem usadas, mas não forem contextualizadas, elas apenas criarão confusão.

No entanto, mesmo que você tenha um professor capacitado na metodologia de ensino, alguém que possa esclarecer o significado exato das palavras e um investigador dedicado que busque o autoconhecimento, isso não acontecerá a menos que a mente do investigador esteja preparada. Sem uma mente preparada, o Vedanta é como o “cálculo” matemático para uma pessoa que ainda está aprendendo a tabuada.

Isso não significa que o Vedanta não possa ser compreendido, mas sim que uma mente preparada é necessária. O conhecimento ocorre apenas no Corpo Sutil/intelecto. Se as condições são favoráveis e ainda assim o conhecimento não ocorre, é porque existe uma obstrução.

Valores, um Meio Secundário Para o Autoconhecimento

As práticas espirituais são úteis para acalmar a mente, mas não preparam a mente para o autoconhecimento. Não é preciso ser uma pessoa madura ou moralmente correta para respirar de determinada maneira ou torcer o corpo em uma pose de *yoga*. Uma mente preparada reflete valores não-duais e atitudes éticas. Valores são os principais meios para preparar a mente para a investigação. Práticas específicas são secundárias. O conhecimento dos valores não é autoconhecimento. É um meio e o autoconhecimento é o fim.

O autoconhecimento não acontece necessariamente quando os valores apropriados estão presentes, mas pode acontecer. Sem a estrutura correta de valores, o autoconhecimento provavelmente não acontecerá e, se acontecer, será basicamente inútil.

Valores Universais - *Samanya Dharma*

Porque a realidade é não-dual, há apenas uma pessoa, a Consciência com três corpos. A implicação dessa afirmação em termos de valores é óbvia: você e eu somos um. Se somos um espiritualmente, apesar das aparências contrárias criadas por *Maya*, eu deveria valorizá-lo como eu me valorizo. E desde que minhas ações reflitam os meus valores, eu deveria tratá-lo como eu me trato. Eu me trato bem, porque eu me amo e você merece o mesmo.

Uma norma comportamental baseada na natureza não dual da realidade é chamada de *dharma*, ou ação correta. Como eu não quero ser tratado é chamado *adharma*, ação incorreta. Eu não minto para você, porque eu não quero que você minta para mim. Eu não te machuco, porque eu não quero que você me machuque. O *dharma* e o *adharma* são universais e derivam de uma consideração de senso comum pelos próprios interesses. Eles variam ligeiramente de cultura para cultura.

Ética Situacional - *Visesa Dharma*

Embora *dharmas* e *adharmas* sejam mais ou menos universais, eles não são absolutos. O contexto que exige uma resposta, desempenha um papel importante na determinação de como eu me comporto. Se eu estiver com apendicite, eu renunciarei ao meu valor por não-violência e entrarei na faca sem renunciar ao meu valor geral por não-violência ou dano a mim e aos outros. Embora meus padrões de comportamento e atitude possam não ser subjetivos, a minha interpretação desses valores é muito provável que seja. Por exemplo, eu posso aplicar rigorosamente o meu valor pela veracidade das

palavras dos outros, mas não tão rigorosamente pela veracidade das minhas palavras.

Os valores não podem ser descartados, nem podem ser violados impunemente. Um ladrão esconde em um lugar seguro o que roubou, porque ele não consegue libertar-se do valor de não roubar. Se ele não fosse preocupado, ele não esconderia o seu roubo. Os valores universais são incorporados ao próprio tecido da criação, e minha mente é parte integrante dele. A incapacidade de viver de acordo com um valor me coloca em conflito com o mundo e comigo mesmo. Isso cria culpa, e a culpa não é uma ajuda para o autoconhecimento.

Para assimilar os ensinamentos da não-dualidade, devo seguir o *dharma*. Se eu entendi que as ações boas e más são “aparentemente” reais ou irreais, então os valores não são mais um problema para mim. No entanto, isso não significa que minhas ações transcendam o *dharma* e o *adharma*. Significa que minhas ações na realidade aparente serão *dharmicas* porque não tenho nada a ganhar ou perder violando o *dharma*. Somente quando imagino que a realidade aparente não existe é possível violar o *dharma*, perturbar minha mente e a mente dos outros. Uma mente conflituosa não é útil. Produz emoções contraproducentes: raiva, tristeza, arrependimento, baixa autoestima e sensação de fracasso.

Quando meus valores são os mesmos de outros que operam em meu ambiente, eles não causam conflito, mas se eu não estou disposto a me comportar de acordo com as expectativas dos outros, não posso esperar que os outros se comportem de acordo com as minhas. Por exemplo, se eu tiver um valor para não-violência, o valor universal número um, e eu não gostar de ser criticado, se eu criticar os outros, eu estarei em conflito. Se o mundo espera que eu seja sincero, o que ele faz, e eu espero que o mundo seja sincero, o que eu faço, mas ser sincero conflita com um valor pessoal por dinheiro, por exemplo, posso mentir para obter ou manter meu dinheiro. Estou muito feliz em seguir meus valores pessoais, mas quando eles entram em conflito com os valores universais, há espaço para sofrimento, porque os valores universais não desaparecem quando eu os anulo para obter algum conforto passageiro; eles são construídos no próprio tecido do meu ser.

Na verdade, os meus valores pessoais são muitas vezes a fonte de agitação significativa, independentemente da correção do meu comportamento. Meu valor para o ar limpo ou comida saudável me coloca em desacordo com o mundo inteiro, porque praticamente tudo hoje em dia está poluído. Se eu estiver particularmente preocupado com a justiça, que é baseada na natureza não-dual da realidade, eu ficarei agitado quando alguém me tratar injustamente ou mesmo se eu acreditar que eles possam me tratar injustamente. Os valores

espirituais para a verdade, a beleza e a justiça podem causar tantos danos quanto valores mundanos insignificantes.

A Divisão Entre o Conhecedor e o Fazedor

Se eu valorizo a verdade, mas digo uma mentira, sinto-me culpado, porque eu criei uma divisão entre o conhecedor e o fazedor. Por exemplo, o conhecedor faz dieta, mas o fazedor tem uma segunda porção de comida; o conhecedor decide levantar-se cedo e dar um passeio, mas o fazedor desliga o alarme. Isso irrita o conhecedor, que começa a me condenar, me fazendo sentir inútil e desconfortável. Ao mesmo tempo, a perturbação esconde a razão mais profunda das minhas ações. Eu nunca quero o que quero pela razão que eu penso. Uma força inconsciente está sempre em ação. As coisas situacionais que eu valorizo não são valorizadas por si mesmas, apenas por como elas me fazem sentir - por uma sensação de segurança, prazer ou virtude. Um vegetariano não valoriza vegetais pelo bem dos vegetais, mas pela sensação de que está fazendo um favor aos animais. Então, o que eu realmente valorizo é me sentir confortável comigo mesmo. Se eu entendo isso e aprecio o fato de que há um lado positivo e um lado negativo de toda ação, estou em posição de investigar diretamente o Ser pleno, porque a alegria que vem de preencher qualquer valor, pessoal ou universal, vem dele. No entanto, essa análise de valores destina-se a curar a divisão entre o conhecedor e o fazedor, e tornar a investigação viável.

Swami Dayananda diz: “A fonte de um valor situacional é que eu espero me sentir bem exercitando a escolha com base nele. Quando vejo claramente que uma determinada escolha me fará sofrer, eu não faço essa escolha. Assim, quando me convenci completamente de que agir de forma contrária a um valor geral resultará em sofrimento para mim, minha obediência a esse valor se torna sem escolha, como a resposta à pergunta: ‘Você quer felicidade ou infelicidade?’ Se falar a verdade é um valor para mim, e estou completamente convencido de que a não-verdade traz sofrimento, não há escolha senão falar a verdade. Falar a verdade se torna natural e espontânea, e meu valor parcial por um valor universal tornou-se agora um valor pessoal bem assimilado.”

“Quando eu quero que certos valores universais não-assimilados se tornem parte da minha estrutura de valores, eu devo exercitar a deliberação em segui-los até que esteja convencido de seu valor em termos de conhecimento. Quando eu estou convencido, observá-los torna-se espontâneo. Para a pessoa com valores éticos assimilados, a vida se torna muito simples. Nenhum conflito obscurece a mente. Neste caso, o ensinamento do Vedanta é como o encontro de gás e fogo. O conhecimento incendeia-se instantaneamente.”

“Para que os valores sejam valiosos para mim, suas vantagens e desvantagens devem ser entendidas e não simplesmente impostas de fora, na forma de dogmas religiosos ou sociais. Portanto, o Vedanta chama esses valores de conhecimento. Os valores a seguir estão inter-relacionados e definem um estado de espírito harmonioso no qual o conhecimento pode ocorrer. Cada termo destaca certa atitude, cujo valor deve ser descoberto pessoalmente, de modo que a atitude se torne um aspecto natural do estado mental do investigador.”

Uma “Pessoa Melhor”?

Vedanta não é autoaperfeiçoamento. Um investigador não está tentando se tornar uma pessoa perfeita ou melhor, porque pessoas boas e não tão boas sofrem um sentimento de limitação e anseiam por libertação. Ele está tentando realizar a sua identidade primária, o Ser pleno sempre livre, a testemunha não-experiencial da pessoa. A maioria das abordagens relativas à iluminação envolve a negação da pessoa, a punição da pessoa, a transcendência da pessoa ou a transformação impensada da pessoa, provavelmente porque tornar uma pessoa aceitável para si mesmo é muito difícil. Mas é a pessoa que quer liberdade e é a pessoa que precisa buscá-la, então temos que levar a pessoa em consideração.

A nossa discussão sobre valores é desafiadora, porque afirma claramente que podemos estar sobrecarregados com valores que nos impedem de investigar, o que equivale a dizer que não estamos atingindo o alvo espiritualmente, o que, por sua vez, pode nos fazer pensar que não somos pessoas boas. A investigação dos valores destina-se apenas a esclarecer nossas mentes o suficiente para discriminar, não para nos melhorar. No entanto, na medida em que uma pessoa é pouco mais do que suas prioridades e valores, qualquer alteração na estrutura de valores de uma pessoa equivale a uma mudança na pessoa (aparente). Em geral, uma pessoa boa é aquela que pensa e age conforme os valores universais e uma pessoa ruim é aquela que não age assim. Então, se você tem um sentimento de inadequação e baixa autoestima e quer ser uma pessoa melhor, a seguinte análise da dimensão moral da realidade será útil, quer você seja ou não um buscador da libertação.

Compreender os Valores

1. A Investigação Sobre Orgulho, Vaidade, Arrogância e Autoglorificação

Uma autoestima simples e positiva é de boa qualidade. No entanto, a maioria de nós tem dúvidas sobre nossa adequação. Nós secretamente tememos que não somos bons o suficiente e somos incapazes de nos fornecer a confiança

que precisamos para sermos felizes com nossas vidas. Então, nós olhamos para os outros para nos validar. Para obter validação, muitas vezes somos tentados a exagerar nossas qualificações e realizações para que os outros pensem que somos especiais e nos glorifiquem. Se eu estiver completamente certo sobre os meus talentos e habilidades, eu os considero corretos e não tenho necessidade de validação ou apoio.

Exigir respeito dos outros é um convite para muitos distúrbios, porque quem pede respeito não está no controle do resultado. As pessoas respeitam por razões conhecidas apenas por elas. Quando suas mentes mudam, a validação é retirada e a mágoa surge. Qualquer forma de mágoa deve-se ao orgulho, um ego inflado, que está excessivamente ligado ao que ele pensa que conhece, acredita, possui ou vê. Por exemplo, indivíduos conscientes do corpo, que gastam muito tempo cuidando ou chamando atenção para seus corpos com roupas caras, penteados extravagantes, tatuagens e piercings, muitas vezes o fazem para atrair a atenção que eles são incapazes de dar a si mesmos. Tais egos, inflados pelo orgulho e pela vaidade, invariavelmente acabam esvaziados. Muitas vezes eles perdem tempo e energia tentando “salvar a própria pele” ou tramando vingança. Além disso, nem sempre é fácil determinar os verdadeiros sentimentos da outra pessoa. Uma pessoa que vive de acordo com as opiniões dos outros, desperdiça seus valiosos recursos mentais e não está qualificada para a investigação.

A Solução – A Investigação Sobre *Isvara*

Se eu tiver tempo para analisar os fatores envolvidos, verei claramente que exigir respeito dos outros não pode trazer conforto ou satisfação, mesmo que eu seja uma pessoa bem-sucedida. Primeiro, eu devo investigar a base dos fatores que me motivam a exigir respeito do mundo. A resposta é que eu acredito que sou o autor de minhas ações, o produtor e proprietário de meus dons e habilidades. Mas isso é verdade? O que eu realmente criei? É claro que eu não criei o meu corpo. Eu apareci aqui um belo dia envolto em um tubo polpudo de carne, sem nenhum esforço próprio. Eu também não criei o meu senso de individualidade: ele veio junto com o corpo e o mundo em que o corpo existe, um mundo que definitivamente eu não criei. Certas tendências - qualificações e habilidades - brotaram de dentro de mim sem minha vontade própria. Eu posso utilizá-los, mas não posso reivindicar a autoria deles. Quaisquer conquistas que eu reivindicasse dependiam de oportunidades que eram fornecidas pela própria vida. Eu não as criei. Acontece que eu estava no lugar certo, na hora certa. Como cheguei lá é um mistério.

Se eu for uma pessoa razoável, devo concluir que quaisquer talentos, habilidades e dons de que eu desfrute são oferecidos por *Isvara*. Eu deveria apreciá-los como tal e usá-los - ou não - sem alarde. Eles devem falar por si

mesmos. Se eles são notados ou apreciados pelos outros, isso não deve me preocupar. Uma flor em um terreno baldio de uma favela floresce sem ser notada por nenhuma outra razão do que a sua natureza para florescer. O orgulho deixa de ser importante quando vejo que é um valor falso que não funciona.

Uma vez que eu entenda a psicologia do orgulho, eu devo permanecer alerta, e quando o orgulho aparecer na mente, devo examinar meu pensamento desapaixonadamente, sem um sentimento de culpa ou autocondenação. Por que me importo com o que as pessoas pensam? Porque me sinto inadequado. É verdade que sou inadequado? A atenção dos outros removerá meu senso de inadequação? Mesmo quando sou reconhecido pelas pessoas, a sensação de satisfação que isso gera não dura e sou forçado a buscar aprovação mais uma vez. Quando isso acaba? É razoável reivindicar essas coisas quando está claro que eu não as criei? Todo este *samskara* (tendências e predisposições) é real? Por causa de quem ele existe? É por causa do meu ego. O meu ego é real? Ele não é nem mesmo aparentemente real, porque desaparece quando olho para ele. Por que eu invisto tanta energia em algo que nem é real?

Eu não posso simplesmente abandonar o meu ego orgulhoso, mas ao encará-lo de frente, vejo como minhas expectativas são inúteis e, depois de algum tempo, esse *samskara* perde o seu poder de perturbar a minha mente. O hábito de buscar aprovação acaba diminuindo e eu me torno uma pessoa descomplicada.

2. Pretensão, Falsidade

O orgulho é baseado em realizações ou habilidades reais, mas a pretensão é autoglorificação sem causa. Quero dar a impressão de que sou algo que não sou. Se eu me visto como um príncipe e minha conta bancária está no vermelho e eu estou me esquivando dos cobradores, sou pretensioso. Se afirmo ter uma propriedade rural no sul da França quando moro em um apartamento de aluguel controlado no gueto, sou pretensioso. Se eu não puder atender a campanha sem primeiro arrumar a sala de estar por medo de que alguém possa pensar que sou uma pessoa desleixada, ou não posso aparecer em público vestindo uma roupa incompatível, sem meu batom e todos os cabelos no lugar, sou um impostor. Se eu não fiz nenhum trabalho espiritual significativo, mas uso vestes laranja, raspo a cabeça, carrego um cajado e ando pelos centros espirituais com um sorriso beatífico colado no rosto para convencer os outros de minhas realizações místicas, não sou um *mahatma*. Eu sou um impostor.

Todos os *samskaras* doentios derivam da mesma razão básica, cuja compreensão nunca deveria estar longe da minha mente. É: “Eu não me sinto bem comigo mesmo. Eu não posso me aceitar. Eu quero ser diferente. Eu sou tão extrovertido que não consigo ver minha própria psicologia e me responsabilizar por isso, então eu confio em outros para fazer o que eu deveria estar fazendo por mim mesmo, ou seja, me fazer sentir bem. Eu preciso impressionar as pessoas para que elas me validem.”

Este é um problema particularmente difícil, porque eu não tenho a satisfação de saber que o que estou dizendo sobre mim mesmo é verdade. Portanto, estou comprometido com a falsidade e me vejo em conflito direto com a verdade. Essa atitude é particularmente vexatória, porque não há como obrigar os outros a responderem favoravelmente às minhas mentiras. Porque eu mal preciso que os outros respondam e porque a qualquer momento minha mentira pode ser exposta, eu estou sujeito a um excesso de estresse. Para fazê-la funcionar, preciso estar muito alerta, manter todos os meus amigos separados e ter uma memória muito longa. Existe uma crença de que o *karma yoga* - deixando o resultado para *Isvara* - funciona nesta situação, mas isso não acontece, porque o *karma yoga* assume que os valores estão em ordem. Isso não mantém os seus valores em ordem. Não deve ser usado para mascarar um problema psicológico ou administrar uma situação *adharmica*.

Obviamente, uma mente que pratica a falsidade é muito agitada para questionar imparcialmente. Ela está me dizendo que sou inaceitável e que o Vedanta está me dizendo que sou aceitável tanto como *jiva* quanto como Consciência. Portanto, há uma evidente desconexão entre o que eu estou perseguindo - a validação de uma parte de mim mesmo que não é real - e o que eu digo que quero: libertação do sofrimento produzido por minha identificação com esta parte doentia.

A solução é admitir o problema, aceitar a ideia das escrituras de quem eu sou e estar disposto a considerar os pontos de vista de outras pessoas, porque eles veem o que eu não vejo em mim. Ou eu deveria ter a confiança para minimizar os seus pontos de vista, porque eu sei que eles estão projetando uma imagem falsa de mim, devido à sua própria falta de clareza.

Não há aprendizado e nem crescimento para impostores. Não consigo resolver nem mesmo os problemas básicos de desejo e raiva se sou uma pessoa orgulhosa e pretensiosa. Sem orgulho e pretensão eu me torno um simples indivíduo capaz de um autoexame honesto.

3. Não-Violência

Eu tenho um valor para a não-violência, pois não quero ser ferido. É o mesmo para todos os seres vivos. Não-violência é um valor com nuances difíceis de

aplicar, devido à aparente natureza do mundo em que vivemos. Três categorias de violências prevalecem: ações, palavras e pensamentos. A expressão mais óbvia de uma ação prejudicial é a violência física.

Uma expressão comum de não-violência favorecida por tipos espirituais é o vegetarianismo. O argumento é: embora a vida se alimenta da vida, os seres humanos não estão na mesma categoria que os animais, cuja comida é ditada pelo instinto. Somos autoconscientes e dotados de livre-arbítrio e, uma vez que existem muitos meios de sobrevivência, somos livres para escolher uma fonte alimentar não ambulante. Embora as plantas sejam seres vivos, elas não são conscientes como os animais, portanto, comer cereais, frutas e vegetais é moralmente superior a matar seres conscientes. Swami Dayananda, um grande defensor do vegetarianismo, diz: “Para trazer o ato de comer carne em linha com o *dharma*, eu teria que matar minha presa com as mãos vazias, sem a ajuda de armas, expondo-me assim à possibilidade de me tornar o jantar de algum animal. “Se não estou disposto a fazer isso, sou pouco mais do que um hipócrita antiético e covarde” devido a um valor incompletamente assimilado de não-violência, revelado pelo meu fracasso em arriscar a possibilidade de sofrer o mesmo resultado.”

Para muitos, o vegetarianismo é suficiente no que diz respeito ao valor da não-violência, mas a definição de não-violência inclui dois outros tipos de *karma*: pensamentos e palavras. As palavras devem ser verdadeiras e agradáveis. Mentiras brancas são boas em certas situações, porque a compaixão supera a honestidade. Nossa sensibilidade à violência física precisa se estender para incluir uma consideração cuidadosa sobre os efeitos de nossas palavras sobre os outros e os efeitos de pensamentos prejudiciais em nossas próprias mentes. Você pode pensar que os seus sentimentos ruins são justificados pelo comportamento *adharmico* dos outros, mas eles não punem o ofensor ou fazem a situação certa; eles servem apenas para ferir sua própria mente.

É pena que desde os anos 60, quando o individualismo hedonista se tornou aceitável - se isso te faz bem, então faça! A sociedade tornou-se cada vez mais perturbada e as tradições de civilidade, particularmente os costumes, declinaram gradualmente. A solução para pensamentos e ações negativas é desenvolver apreciação pelos sentimentos dos outros, porque, considerando a natureza não-dual da realidade, não há outros. “Outros” é apenas uma ideia em uma mente ignorante. Para desenvolver essa apreciação, preciso olhar além das minhas próprias necessidades. Tal atitude é conducente à autoinvestigação, na medida em que tanto o conflito interno quanto o externo não conduzem à autoinvestigação.

A psicologia: quando me sinto pequeno, inadequado e incapaz de conseguir o que eu quero, posso recorrer à violência para alcançar os meus objetivos.

A solução: desenvolver apreciação pelos sentimentos dos outros.

4. Adaptação, Acomodação

Aceitar com ânimo e calma qualquer tipo de pessoa ou determinada situação - não indiferença resignada - é ser flexível. Baseia-se em uma compreensão clara de que, devido à lei do *karma*, as coisas não podem ser diferentes do modo como são. O comportamento de uma pessoa é consequência do seu condicionamento e não está sujeito à força de vontade. As pessoas se encarnam para trabalhar o *karma*, não para me agradar. As situações são o resultado de todos os fatores no campo do *dharma* e estão além do controle dos indivíduos. É tolice gostar ou não gostar delas. Todos os relacionamentos bem-sucedidos dependem da capacidade de acomodar os outros. Da mesma forma, eu não posso ser diferente do que eu sou, e minha situação é o resultado do meu *karma*, então eu deveria alegremente acomodar o meu eu aparente, não desejar que ele seja diferente ou lutar para mudar suas circunstâncias. Aqueles que se recusam a se adaptar à realidade são constantemente perturbados e inaptos para a investigação.

Para desenvolver essa qualidade importante, eu deveria aprender a apreciar a variedade, cultivar uma atitude de diversidade e constantemente monitorar a minha mente quando houver uma sensação de insatisfação. Quando me sinto insatisfeito, devo reduzir as minhas expectativas. É útil ver a mim mesmo e a todos os outros como tolos impotentes ou objetos inertes. Tenho bons relacionamentos com objetos inertes, porque não espero nada deles. Eu tenho paciência com os meus inimigos, porque sei que não podem ser de outro modo.

A chave para a adaptação é responder e se identificar com a pessoa, não com suas ações. Entenda que a pessoa é o Ser pleno, temporariamente enfeitada por *Maya*. Tente lembrar que *Isvara* está por trás de uma explosão de raiva, um ataque de ciúme ou uma ação dominadora, e aprecie o fato de que, se eles não têm controle, eu tenho menos ainda. Com esse tipo de compreensão, é fácil tornar-se amável.

Reações mecânicas sufocam a adaptação. Para ser livre para responder à pessoa, devo agir conscientemente, não reagir como um robô de acordo com as minhas *vasanas*. Swamiji, novamente:

“Uma reação é um comportamento mecânico, não deliberado, uma resposta condicionada emprestada de experiências anteriores, uma que não

me foi dada por minha vontade. Ou seja, é uma resposta que eu não mensuro contra a estrutura de valores que estou tentando assimilar, mas que apenas eu permiti que acontecesse.”

“As reações podem ir contra toda a minha sabedoria e experiência; esses fatores são relegados ao segundo plano e a reação vem. Eu posso ter lido todas as escrituras do mundo; eu posso ser um grande estudante de sistemas éticos; eu posso ser um profissional dando conselhos a outros, mas quando se trata de uma reação, a minha reação será tão mecânica quanto a de qualquer outra pessoa.”

“Portanto, até que os valores universais sejam completamente assimilados, fornecendo um fundamento sobre o qual surgem espontaneamente atitudes e ações corretas, devo conscientemente evitar reagir e deliberadamente escolher minhas atitudes e ações.”

Quer Ser um Santo?

Se você está buscando a santidade, não-violência e adaptação são os requisitos mínimos. Sabedoria e conhecimento das escrituras não são necessários, apenas esses valores. Os santos não magoam conscientemente os outros com suas palavras, pensamentos ou ações. Eles aceitam pessoas - boas ou más - como são e têm uma capacidade infinita de perdão e misericórdia. Eles respondem à pessoa, não a suas ações, porque sabem que *Isvara* é o fazedor. Essa atitude expande o coração.

5. Retidão, Veracidade

Alinhamento de pensamento, palavra e ação é franqueza. Dizer uma coisa e fazer outra ou fazer alguma coisa e dizer outra coisa não é propício à paz de espírito e à investigação. A franqueza inclui não apenas a fala verdadeira, mas o pensamento e as ações. O desalinhamento fragmenta a pessoa, sujeitando-a a uma mente inquieta, perturbada por muitos conflitos.

6. Serviço ao Professor

Este é um valor complicado que exige muita discriminação, particularmente para os individualistas ocidentais que, por boas razões, não estão acostumados com a ideia de se render a nada. O serviço implica um estado de espírito que constitui a submissão da vontade, a subordinação de gostos e aversões, a disposição de dar sem pedir nada em troca e uma atitude geral de respeito. O serviço não deve ser prestado levemente, mas sim para um

professor de grande integridade que não peça, porque ele não tem necessidade disso. Se um professor exige submissão, ele não é um professor de verdade, e o aluno que se submete a essa pessoa está pedindo sofrimento. Somente o aluno deve se beneficiar da submissão.

O serviço é um estado mental que não requer ação física, apenas a disposição para agir. Na relação ideal aluno-professor, não há dar e receber como em outros relacionamentos. Somente há doação por parte do aluno. O professor é um substituto para o Ser pleno e serve para fornecer um objeto de meditação para o aluno. Se o professor está estabelecido no Ser pleno como o Ser pleno e resolveu todos os seus problemas pessoais, a oportunidade de servir a esse professor é a maior bênção.

Eu tive a sorte de ter um verdadeiro professor; os benefícios foram enormes. Foi o ponto alto da minha vida. O meu desejo de libertação cresceu muito rapidamente, porque eu podia observar em primeira mão um ser livre vivendo livremente no *samsara*. Fui convidado a fazer muito pouco, exceto para estar presente e alerta em todos os momentos, e quando eu precisava de algo, o que era extremamente raro, eu podia contar com o meu professor.

7. Limpeza

O valor da limpeza externa e da ordem é óbvio, pois torna a vida agradável e viabiliza a atenção da mente. Dayananda novamente:

“Mesmo que todos os dias, enquanto eu cuido da minha vida, uma pequena poeira se instala na minha pele, algumas sujeiras mancham minhas roupas, minha mesa fica entulhada, minha mente acumula poeira durante as minhas transações com as pessoas. Manchas de inveja se instalam, uma mancha de terras exasperadas, traços de possessividade aparecem e, acima de tudo, uma fina poeira de autocrítica, culpa e autocondenação se espalha. Todos os dias, até que minha falsa identificação com a mente se dissolva e o autoconhecimento surja, a mente deve ser limpa. Qual é o detergente para a mente? É aplicar o pensamento oposto. Deve ser aplicado mesmo que a minha atitude negativa pareça justificada pelas circunstâncias.”

“Um ressentimento se instala em minha mente, embora eu tenha sido legitimamente injustiçado. Permitido permanecer, pode acumular ódio. Então eu deliberadamente procuro razões para gostar da pessoa que me prejudicou. Ela é apreciada por outros, amado por sua esposa, cuida de seus filhos adequadamente, dá caridade, vai à igreja no domingo. Quando eu olho para essa outra pessoa, vou encontrar amor. Eu sou capaz de amar e todo mundo é capaz de amar. Até mesmo um criminoso tem dentro de si os elementos de amor e simpatia. Pode ser que a sua capacidade para o amor seja tão obscura

que se manifeste apenas na simpatia que ele demonstra - quando, por exemplo, bate o polegar com um martelo. Mas está aí para ser descoberto. Aparente ou não, todos têm qualidades santas - compaixão, misericórdia, amor, inocência. Portanto, para limpar a mente do ressentimento e das diversas aversões, que se solidificarão no ódio e em outros sentimentos negativos, devo procurar deliberadamente as coisas que indicam a humanidade e a santidade. Quando você faz isso, atribua as coisas ruins ao pensamento incorreto, educação ruim ou um ambiente ruim. Tome como uma bênção que você não está no lugar da outra pessoa. Com um histórico semelhante, você faria as mesmas coisas. As qualidades santas pertencem ao Ser pleno e constituem a natureza humana. Qualidades negativas são incidentais; elas vêm e vão.”

“Então, quando ressentimento, antipatia e ódio por alguém surgir, veja a pessoa por trás da ação *adharmica* de um ponto de vista oposto e você descobrirá alguma simpatia ou compreensão. Sua atitude deve ser complacente. Dessa maneira, qualquer ressentimento, qualquer ódio, é purificado diariamente.”

O egoísmo é talvez a impureza mais comum. Quando descubro que estou preso à não consideração dos desejos, necessidades e felicidade dos outros, devo deliberadamente fazer uma ação altruísta. Quando uma resolução altruísta, para limpar o egoísmo, é apoiada por uma ação altruísta, é difícil para a vasana egoísta se perpetuar. Há muitas oportunidades todos os dias para interromper o que você está fazendo e dar uma mão a alguém.

A autocondenação, como o egoísmo, é apenas um pensamento impuro. Quando algo não acontece de acordo com o planejado ou eu me vejo em conflito com um valor universal e um sentimento de culpa, inadequação e autojulgamento surge, eu posso neutralizá-lo deliberadamente trazendo à mente o autoconhecimento - “eu sou pleno e completo, a Consciência sempre pura.”

Aqui está uma declaração que deve ser dita em voz alta todos os dias e que ajudará a erradicar pensamentos negativos sobre si mesmo:

“O complexo corpo-mente, o fazedor, que acho que sou eu, não pode ser condenado, porque todas as suas partes são inertes. Elas fazem os seus trabalhos automaticamente ou a mando da mente. São inocentes. A mente também é inocente. É apenas um agregado em constante mudança de pensamentos em movimento, programados por *vasanas* que nascem inconscientemente de ações e atitudes inconscientes. É apenas um instrumento insensível. Eu não posso condená-lo. Eu não posso condenar um pensamento impuro, porque pertence à ignorância, não a mim.”

Purificar a culpa e o arrependimento alerta a mente para futuras transgressões do *dharma*. Se eu acho que sou o fazedor, o arrependimento vai surgir. Se um pensamento particular é responsável, estou fora de perigo. Sem o distúrbio emocional, posso abordar a ignorância que produziu o pensamento.

Aqui está um mantra que deve ser cantado todos os dias:

“O desejo faz isso. O desejo é o Fazedor. Eu não sou o Fazedor. Desejo causa ação. Eu não causo ação. Saudações a você, Desejo. Raiva faz isso. Eu não faço isso. Minhas prostrações para você, Raiva. A ignorância causou isso. Eu não sou ignorante. Reverências para você, ó Ignorância.”

Coloque a culpa onde ela deve estar e, ao mesmo tempo, reconheça a transgressão que libera a mente para contemplar o Ser pleno. Se você é orientado para o medo, substitua a palavra “desejo” por “medo”.

Outro valor que se enquadra nesse título é a castidade, que corresponde a uma atitude respeitosa em relação ao sexo oposto e não à falta de intimidade física.

8. Ciúme e Inveja

Uma das impurezas mais comuns e irracionais é o ciúme, uma forma perniciosa de dualidade. Ele existe, porque o mundo é vasto, cheio de milhões de entidades que fornecem uma miríade de oportunidades, reais ou imaginárias, para julgamentos comparativos auto-humilhantes. Ciúme e inveja são raiva transformada e geralmente levam à depressão. Eles são produzidos por um sentimento de carência ocasionado pela comparação com alguém que eu acho que é superior a mim de alguma forma. É irreal por essa razão: eu nunca tenho inveja da pessoa inteira, apenas de algum aspecto. Ela é mais inteligente, bonita, rica ou popular do que eu. O fato de que eu gostaria de ser como essa pessoa mostra que há alguma simpatia por ela. As qualidades que invocam o ciúme não podem ser separadas da pessoa inteira. Pois, a pessoa inteira, que na verdade é o Ser pleno, nunca pode ser completamente um objeto de inveja, não há lugar real para os meus maus sentimentos se unirem. Finalmente, também está claro que há certas coisas naquela pessoa que eu não quero. Além disso, se for honesto, verifico que também não sou perfeito e sou possuidor de certas qualidades nada invejáveis, o que torna difícil julgar os outros. Se o sapato servir, use-o.

O ciúme é, na verdade, uma reação injustificada à aparente natureza da realidade. É completamente sem mérito. Em outras palavras, o ciúme é uma projeção que mascara uma apreciação insuficiente da minha própria natureza e a abundância de boas qualidades que surgem dela. Uma pessoa autorrealizada nunca é ciumenta, porque ela está consciente de sua plenitude.

Embora a afirmação da Bíblia de que Deus é “um Deus ciumento” signifique que quando você conhece a Deus, você não pode amar outra coisa, muitas pessoas acreditam que Deus é um super Ser sentado em algum lugar, que é dotado de certas qualidades humanas, uma das quais é o ciúme. Mas Deus não é uma pessoa sujeita a qualquer forma de limitação. É o criador e possuidor de tudo e, como uma pessoa iluminada, sabe que é a plenitude em si. Então, ciúme e outras emoções, positivas e negativas, não se aplicam a Deus.

Quando sinto ciúme, devo aplicar o pensamento oposto e cortá-lo pela raiz, para não cair em desgraça e deliciar-me com a miséria dos outros, uma emoção verdadeiramente desprezível. Eu deveria pensar: “Estou feliz pela boa sorte dessa pessoa. Eu admiro as suas boas qualidades. Eu estou feliz que ela esteja feliz.”

Qualquer sentimento negativo que se oponha à paz pode ser neutralizado pela aplicação do pensamento oposto. No começo, pode parecer falso pensar assim - afinal, eu realmente não sinto isso! - mas uma prática diária deliberada limpará a mente e a preparará para o autoconhecimento.

9. Firmeza, Constância, Perseverança

É necessário um esforço consistente para alcançar um objetivo declarado para o autoconhecimento, porque o autoconhecimento não é um conhecimento parcial, como as disciplinas mundanas. É absoluto, a essência de todo conhecimento. Certas ações fluem do meu compromisso para o meu objetivo e eu deveria continuamente realizá-las. A maioria de nós está totalmente decidida no início de qualquer empreendimento, mas rapidamente perdemos o interesse quando somos confrontados com a enormidade da tarefa e aproveitamos algum pretexto para sair dos *dharma*s exigidos. A firmeza, às vezes chamada de devoção, implica uma apreciação aguda do poder de *rajas* e *tamas*, para distrair e causar preguiça. Ceder a eles é gerar um sentimento de culpa que acabará por paralisar a mente e levar ao fracasso.

10. Domínio da Mente

Valorizar uma mente controlada é entender a maneira como a mente pensa e alinhar-se com a maneira como o Ser pleno pensaria se fosse uma pessoa vivendo na realidade aparente. Significa que, embora a mente seja caprichosa, não preciso satisfazer suas fantasias e ceder aos seus caprichos. Isso significa que eu sou o chefe, não a mente. Existem quatro maneiras básicas de pensar, três das quais são necessárias para entender e dominar se eu quiser preparar minha mente para o autoconhecimento:

1. Impulsivo. Pensamentos não examinados nascidos de instintos que dominam a mente. Eu faço o que sinto sem pensar nisso.

2. Mecânico. Pensamentos dos quais sou consciente, mas não tenho poder de controlar, porque são produzidos pelas *vasanas* vinculativas.

3. Deliberado. Pensamentos sujeitos a discriminação que são aceitos ou rejeitados com referência à minha estrutura de valores.

4. Espontâneo. Sem avaliação, o meu pensamento automaticamente se ajusta aos valores universais e as minhas ações são sempre apropriadas e oportunas. Esse tipo de pensamento aplica-se apenas àqueles para os quais o autoconhecimento destruiu as *vasanas* vinculativas e negou o senso de executor.

O pensamento espontâneo não está incluído nesse valor, porque se aplica apenas aos indivíduos autorrealizados. Se o meu pensamento é impulsivo, condicionado ou deliberado, não sou o mestre, mas, pensando deliberadamente, a mente pode ser controlada. O domínio relativo é simplesmente o estado de alerta (*sattva*) e envolve a submissão deliberada de todos os pensamentos e sentimentos ao escrutínio racional e substituição da lógica apropriada sempre que o pensamento mecânico nascido da ignorância domine a mente. Se tenho consciência da minha mente, posso aprender com meus erros e exercitar a escolha pela maneira como penso, permitindo-me cumprir meus compromissos com meu objetivo em face de várias distrações e mudar meu comportamento de modo a estar em conformidade com os valores universais.

No Capítulo IV, o controle da mente, o controle dos sentidos e a orientação individual foram listados como qualificações para a investigação. Neste capítulo nós os apresentamos como valores. Aqui, o controle da mente é a disciplina sobre os pensamentos no nível em que eles surgem, o controle dos sentidos indica descrição no nível dos sentidos e a orientação única é a capacidade consistente de manter os ensinamentos em face de padrões de pensamentos inúteis - aplicando o pensamento oposto, por exemplo. Os dois primeiros tornam a mente capaz de um objetivo único.

11. Desapego em Relação aos Objetos dos Sentidos

Um valor extremamente importante que equivale à maturidade existencial, o desapego foi definido no Capítulo I como uma clara apreciação de dois fatos difíceis de assimilar: (1) a alegria que busco não é encontrada em objetos e (2) a vida é uma jogo de soma zero. Ele retira a falsa emoção criada por minhas *vasanas* e apresenta o mundo como um fato objetivo para a minha mente. No Capítulo IV foi apresentado como indiferença aos resultados de minhas ações.

Se você não está seguro sobre *viragya*, por favor, revise estas fontes. A investigação é uma segunda natureza para uma mente desapaixonada.

12. Renúncia, Austeridade

Seria difícil encontrar um valor mais espiritualmente útil que a renúncia. A prosperidade da Segunda Guerra Mundial do pós-guerra criou sociedades cheias até a borda de criaturas necessitadas e carentes. “Quero o que quero do jeito que quero e quero AGORA!” Essa atitude, inspirada pelo vazio espiritual indiscriminado de enormes populações, produziu uma intensidade e um volume de pensamentos perturbadores sem precedentes na história humana. A solução: cultivar um valor para a renúncia. O mantra sagrado do renunciante é “Menos é mais”. Quanto menos objetos materiais e sutis eu desejo e possuo, mais paz eu desfruto.

13. Ausência de Egoísmo

Por estarmos discutindo o tópico dos valores, a ausência de egoísmo não é a completa libertação do senso de “eu-identidade” localizado, proporcionado pelo autoconhecimento. É simplesmente o reconhecimento da diferença entre o ego e o Ser pleno.

O orgulho é pouco mais do que a ignorância da relação entre o indivíduo e o mundo. O indivíduo é um ego, um ser consciente, trazido aqui para cumprir o seu destino. O egoísmo é uma ideia “eu”, puramente uma noção de separação. Nasce da ignorância e é o capital com o qual o eu-ego começa a vida e o qual gasta tudo livremente. Isso equivale a pouco mais do que a alegação sem fundamento de propriedade de vários objetos, talentos e habilidades que pertencem a *Isvara*, não ao indivíduo aparente. Para uma compreensão deste valor, refira-se à análise do orgulho apresentada antes, porque orgulho e egoísmo são mais ou menos sinônimos.

Swami Dayananda apresenta uma interessante investigação, a contemplação na qual tornará claro o absurdo do egoísmo. Ele diz:

“Embora seja agraciado pelo livre-arbítrio e tenha o poder de escolher minhas ações, não tenho poder sobre o resultado, que não é mais do que uma possibilidade entre as probabilidades. O resultado de qualquer ato é o resultado de muitas circunstâncias, passadas e presentes, conhecidas e desconhecidas, que operam em conjunto. Se minha perna forte e hábil joga o passe vencedor nos segundos finais de um jogo de futebol, há muitos fatores materiais e circunstanciais juntos para que a vitória seja considerada uma questão de orgulho pessoal. Eu não sou criador nem do futebol nem do meu corpo atlético. Muitas experiências contribuíram para o desenvolvimento da

habilidade na perna que jogou a bola. Eu não sou responsável pelo “céu aberto” logo depois da tempestade que fez com que o jogo fosse confirmado, ou pelo tremor de terra que ocorreu dois segundos antes de eu passar a bola. Também não posso reivindicar crédito pela habilidade do meu companheiro de equipe que recebeu o passe vencedor. Quando o orgulho e o ego são examinados, eles se tornam tão tolos que a humildade realmente não pode ser considerada uma virtude. Humildade é simplesmente entender o mundo - incluindo eu mesmo, porque sou parte do mundo - exatamente como é. A ausência de egoísmo me permite apreciar todas as oportunidades maravilhosas que o mundo oferece, oportunidades que proporcionam uma fonte de aprendizado e uma chance de abandonar a minha ignorância.”

14. Apreciação do Tempo

Os objetos dos quais dependo para minha felicidade estão obviamente sujeitos ao tempo. Para que o *samsara* funcione para mim, eu preciso ser intencionalmente ignorante desse fato óbvio. Ignorância impede a investigação, porque me mantém preso a objetos. Este valor é pouco mais do que olhar para o lado negativo do processo da própria vida. O nascimento é maravilhoso, talvez, mas deixa de ser tão maravilhoso quando se considera a morte. E o espaço entre o nascimento e a morte também não é um mar de rosas; todos nós somos acometidos diariamente por várias dores físicas e psicológicas. Hoje você pode ser feliz, mas amanhã você pode sofrer. O tempo tem uma boca voraz, consumindo tudo, inclusive a dor. Nada pode ser feito sobre isso, então mantenha seu objetivo em mente. Não o desperdice. Faça uso consciente dele para fazer o que pode ser feito. Torne-se um mestre do tempo e se apresse lentamente.

15. Ausência de Propriedade

Esse valor é semelhante à ausência de orgulho e ausência de ego. Aqui está outra análise inteligente de Swami Dayananda:

“Há alguns anos, um jovem amigo me contou que havia comprado um novo lar em Bombaim, e ele me convidou para ver. Quando chegamos a sua casa, encontrei-me olhando para uma estrutura de sete andares. Como esse jovem tem uma posição relativamente modesta, fiquei surpreso.”

“Você comprou isso!” Eu disse.

“Não é tudo”, ele riu, “eu tenho um apartamento no terceiro andar.”

“Então fomos ao terceiro andar e ele me conduziu dizendo: 'Este é o meu. Este é o apartamento que eu possuo.'”

“Esta foi a primeira vez que ouvi falar de tal arranjo, então eu ainda estava intrigado.”

"Você é dono da terra?" Eu perguntei.

“Não”, ele disse, e explicou que uma sociedade de gestão cooperativa possuía a terra. Tudo o que ele possuía era um pequeno apartamento - dois quartos e uma cozinha.

Então eu perguntei: “Você é dono do andar?”

“Não. Meu andar é o teto do sujeito lá embaixo.”

"Você é dono do teto?"

"Não, o teto é o andar da família no andar de cima."

“E as paredes?”

“Bem, as paredes internas são compartilhadas com outros apartamentos. A parede externa, é claro, pertence a todo o edifício como parte de seu suporte estrutural.”

“Então, o que você possui?”

“Bem, Swamiji, eu possuo o espaço.”

• • •

O corpo é meu? Minha mãe pode reivindicá-lo, na medida em que é feito de sua carne. O pai pode reivindicá-lo, na medida em que não pode vir a existir sem a sua semente. Não pode sobreviver sem que os pais cuidem dele. A família tem uma reivindicação, a sociedade também, o banco que mantém seu dinheiro seguro, por exemplo. Uma miríade de criaturas, incluindo bactérias de todos os tipos, ar, fogo, água e terra, o sol e a lua, e assim por diante, todos têm uma reivindicação. Na melhor das hipóteses eu sou um administrador, um zelador ou um turista ocupando uma residência temporária como o *karma* desta encarnação se desenrola. Sem a ideia de propriedade, meu relacionamento com os objetos torna-se puramente real e, na ausência de apego, minha mente fica resolvida e capaz de investigar. *Isvara* "possui" tudo.

Dois valores positivos que correspondem à ausência de propriedade são caridade e generosidade. A vida espiritual é sobre dar, não obter. O coração que dá, ganha.

16. Ausência de Apego Excessivo aos Entes Queridos

Estou aqui para agregar valor à criação; os seres que eu amo são feitos para serem amados por mim. Pela mesma razão que não possuo nada e não criei nada, o apego grudento aos entes queridos não é justificado. No entanto, eu devo cuidar deles de uma maneira atenciosa e desapaixonada.

17. Uniformidade da Mente em Todas as Circunstâncias

Baseado na compreensão de *Isvara*, esse valor é uma variante do desapego. É um estado mental que não oscila entre euforia (*rajas*) e depressão (*tamas*). Para alcançar esse estado de espírito, eu preciso tirar minhas projeções dos objetos, geralmente pessoas, inclusive eu mesmo, e visualizá-las de maneira real. Uma vez que os sentimentos subjetivos são reduzidos aos fatos, a mente assume uma postura que torna mais fácil apreciar a visão do Vedanta. É verdade que o Vedanta revela que os "fatos" são *mithya*, realidades aparentes, mas para entender o que *mithya* significa e libertar-se dela, é necessário remover a subjetividade.

18. Devoção Incessante Não-Dual a Deus

Referimo-nos à Consciência como *Isvara*, Deus, não à Consciência pura, na discussão dos valores, porque os valores são apenas um problema para quem não sabe quem eles são, então a devoção mencionada aqui não é um autoconhecimento firme e sempre presente. É uma compreensão de que um *jiva* em busca de libertação faria bem em assumir, já que produz a firmeza da mente mencionada no último valor.

É *karma yoga*, uma atitude de aceitação agradecida causada pela visão de *Isvara* como o doador dos resultados das ações. Como a investigação, o *karma yoga* liberta a mente das projeções e a alinha com a realidade objetiva, possibilitando a assimilação dos ensinamentos.

19. Amor à Solitude

O amor à solitude é um valor obviamente valioso, pois não se pode investigar a natureza do Ser quando a mente está conectada e cercada por outras mentes ocupadas. O amor à solitude não é escapismo, porque a necessidade de fugir indica uma incapacidade de enfrentar a si mesmo. Uma atividade que deixa você se sentindo incompleto, quando não consegue fazê-lo, torna-se uma fuga. O amor à solitude é para uma mente que gosta de estar consigo mesma e é o ambiente perfeito para a autoinvestigação.

20. Ausência de Desejo por Companhia

Este é um valor companheiro para amar a solidão. Um lugar quieto em si não é intrinsecamente bom, nem a companhia de outros é ruim. O medo das pessoas e o desejo de companhia não são valores saudáveis. O valor apresentado aqui é um valor para uma mente feliz, não fugitiva, que desfruta de sua própria companhia.

21. Prática Constante do Autoconhecimento

Em todos os momentos de vigília, tendo em mente que tudo o que eu realmente quero na vida é a libertação e saber que a ignorância da realidade obstrui minha experiência de libertação é o valor aqui indicado. Além disso, inclui saber, sem sombra de dúvida, que o autoconhecimento - conhecimento de mim mesmo como Consciência - é a única solução. Esta convicção deve ser tão firme que as metas *samsaricas* - segurança, prazer e virtude, como discutido no Capítulo I - não me façam virar a cabeça. Esse valor foi discutido no capítulo sobre qualificações como um desejo ardente de libertação. Quando esse valor é assimilado, o próximo e o último valor é fácil de entender.

22. Resolução, Conclusão

O excesso de *rajas* é a ruína da vida espiritual. Enquanto indivíduos com mentes *tamásicas* acham difícil iniciar projetos, indivíduos com mentes predominantemente dispersas (*rajásicas*) acham difícil não iniciar projetos, como também, finalizá-los. A menos que você siga uma resolução, sua mente se tornará cada vez mais perturbada à medida que as *vasanas* não realizadas se acumulam. Por isso, é necessário ter um forte valor para concluir as ações. Para dominar esse valor, faça uma coisa de cada vez - sem multitarefas! Somente quando um determinado projeto é concluído, eu inicio o próximo. Além do *karma yoga*, é necessário investigar a fonte de minhas muitas necessidades e abundância de atividades, identificá-la pelo que ela é - uma falsa ideia de quem eu sou - e neutralizá-la com o conhecimento "Eu sou pleno e completo. Nada que eu faça mudará quem eu sou. E uma vez que eu esteja comprometido com a libertação e entenda o valor da investigação, devo me ater à minha prática até que eu esteja livre".

23. Precaução, Deliberação e Restrição

Para corrigir a inclinação de iniciar impulsivamente os projetos, é importante valorizar a cautela. Eu deveria pensar deliberadamente sobre as coisas,

considerando cuidadosamente o lado bom e o lado negativo antes de pular com os dois pés. Uma vez comprometido, devo trabalhar pacientemente. Em nome da velocidade e do sentimento “eu estou fazendo”, indivíduos *rajásicos* perdem tempo e esforço desmedidos em ações desnecessárias.

Capítulo XIII

Amor



Como podemos Dizer Que a Consciência é Amor?

AQUELES QUE NÃO entendem que o autoconhecimento e o amor são um, frequentemente criticam o Vedanta como um caminho “meramente intelectual”, sugerindo que o caminho do amor é superior, pois produz estados de amor em êxtase. Precisamos mencionar que, porque o amor motiva todos os esforços conscientes e, porque todos os rituais são na verdade *karmas*, não há “caminho” de amor. Além disso, também precisamos mencionar que o Vedanta é o conhecimento por trás de todos os caminhos, então não se pode dizer que seja um caminho. No entanto, deixando esses argumentos de lado, o Vedanta pode ser razoavelmente chamado de "caminho sem percurso", já que “caminho” incentiva a ação e a ação sempre leva a algum lugar. Se o consideramos um caminho, afirmamos que é um caminho de amor que leva à percepção de que o Ser pleno é amor. Esse equívoco se deve à incapacidade dos buscadores de conectar a ideia do Ser pleno como Consciência e o Ser pleno como amor. Existe uma conexão lógica: se a realidade é uma Consciência não-dual, como o Vedanta sustenta, e se o amor existe - o que acontece - então não pode haver diferença entre o amor e a Consciência.

Existe também uma conexão prática simples. A ponte entre eles é a atenção. Em termos da realidade aparente, o amor é a atenção voluntária. Dizer que eu amo meu gato significa que eu presto atenção nele. Eu o alimento, abraço e penso nele. Se eu não prestar atenção ao meu marido ou esposa, ele ou ela irá me informar que eu não o/a amo. Atenção é a Consciência dirigida através do Corpo Sutil em direção a um objeto. Porque eu estou sempre prestando atenção em algo, eu sempre amo alguma coisa. O amor não é um estado especial ou um sentimento especial. É a natureza da Consciência, do Ser pleno. Não vem de objetos, embora alguns objetos o invoquem.

Você pode argumentar que há muitas coisas que você não ama, mas isso é verdade apenas, porque lhe agrada não amar um objeto em particular. Agrada-lhe não amar um objeto, porque você ama suas aversões. Não amar um objeto, porque você não gosta desse objeto, não significa que a sua natureza não seja amor. Isso significa que por causa de você mesmo, que você ama acima de todos os objetos, você tem certa aversão. Seus gostos e aversões, medos e desejos não vêm de fora. Eles brotam de dentro de você. Eles nascem da Consciência, da sua Consciência, como ela é filtrada pela

ignorância. Gostos são amor "positivo" e aversões são amor "negativo". Eles são você, mas você - amor - está livre deles.

Se você diz que não gosta do seu trabalho, mas permanece nele, porque precisa do dinheiro, isso significa apenas que você ama mais o dinheiro do que tem aversão pelo seu emprego. E você ama o dinheiro, porque se ama. Tudo o que fazemos e tudo o que pensamos e sentimos é para o bem do Ser pleno. Fazemos tudo pelo Ser pleno, porque o Ser pleno é amado além de tudo.

É difícil aceitar o fato de que você não ama um objeto pelo bem do objeto, porque queremos acreditar que amamos desinteressadamente. Mas todo amor é autoamor, porque existe apenas um Ser pleno. O objeto que você ama ou não ama é apenas você, aparecendo como a ideia de um "outro" em sua Consciência.

O Relacionamento de Amor é Baseado na Dualidade

A crença de que a realidade é uma dualidade é responsável pela ideia de relacionamento de amor. Isso explica o triste fato de que essa forma de amor é carregada de ansiedade. Quando você é aprisionado pela dualidade, embora o amor que você é seja pleno, você acredita que lhe falta amor. A ignorância desse fato faz com que você projete amor nos objetos. Isso faz você pensar que, se você possuísse um objeto específico - digamos, uma pessoa - você se sentiria completo. O sentimento de plenitude é a experiência do amor, o Ser pleno. O conhecimento de sua plenitude é libertação. Isso resulta em uma apreciação aguda do fato de que "eu sou amor".

Paixão por um objeto, particularmente uma pessoa, não é amor, embora o desejo seja uma forma de amor. Mas, se você olhar para ele, descobrirá que, quando ama alguém ou algo, é o Ser pleno - o amor - no objeto que você ama. Você não sabe que quando você entra em contato com o objeto, você está apenas se contatando. O objeto invoca o amor que você é. Lembre-se, a alegria não está no objeto - nunca! Por causa da ignorância deste fato, você se apega à ideia de que você precisa do objeto, geralmente uma espécie de *jiva*, para completá-lo. Esse tipo de "amor" é considerado amor, mas é a ignorância disfarçada de amor.

Alguns textos dizem que o desejo de amar um objeto e ser amado por um objeto é a principal causa do sofrimento, porque gera um fluxo incessante de emoções vinculativas, tanto positivas quanto negativas. No entanto, não é um desejo que pode ser imediatamente renunciado, já que está arraigado desde o nascimento. Por isso, precisa ser sublimado, não exigindo e esperando o amor, mas dando-o. Dar amor é a essência da devoção. É o simples reconhecimento de que, por sua própria presença como Consciência, você está se oferecendo

ao mundo na forma de seus pensamentos, palavras e ações. É a Consciência da presença dos "outros" e a sua necessidade de amor. Você não perde o amor amando. Pelo contrário, sua experiência de si mesmo como amor cresce quanto mais você dá. A *yoga* devocional também é amar o "você" que você pensa que é - aquele que quer amar - porque, do ponto de vista do Ser pleno, o verdadeiro amante, você, também é um objeto. O amor devocional redime o passado sem amor.

Porque toda transação com um objeto é realmente amor, devido ao fato de que o Ser pleno é amor, como explicamos o medo e a dor? Se o fazedor, a pessoa cognitiva, ignorar a sua natureza como amor, o amor será sequestrado pelos gostos e aversões e expresso de formas negativas, muitas vezes pervertidas. A investigação ajuda a devoção, porque torna a pessoa cognitiva, o Corpo Sutil, consciente de seus preconceitos e tendências, gostos e aversões. Quando você está ciente de suas projeções, elas diminuem e a energia investida nelas é convertida em devoção; você se ama mais, porque se libertou de emoções dolorosas.

Quem é o Devoto?

O devoto é o *jiva*, o eu refletido, a pessoa básica. Assim como a lua depende do sol para sua luz, a pessoa básica depende da Consciência para reivindicar ser um ser vivo consciente. Um *jiva* mundano comum torna-se devoto quando reconhece a sua relação inviolável com *Isvara*, Consciência pura no papel de Criador. Devoção é o reconhecimento pelo *jiva* de sua total dependência de *Isvara*. Essa simples pessoa básica encontra-se em um ambiente complexo, em constante mudança, que não criou e sobre o qual a sua influência é muito limitada. Para ter sucesso, ele precisa entrar em acordo com a sua vida, resolvendo sua identidade em *Isvara*. *Isvara* é o roteiro e o devoto é o ator no jogo da vida. Porque *Isvara*, aparecendo como a realidade aparente, é um sistema complexo, o devoto deve desempenhar muitos papéis. Com referência à minha mãe eu sou filho. Com referência aos meus filhos eu sou pai. Com referência à minha esposa, sou marido. Com referência ao homem ao lado eu sou um vizinho. Com referência ao banco, sou um cliente. A lista continua.

Responder às demandas de *Isvara* de maneira apropriada e oportuna é dever de um devoto e requer considerável habilidade. O devoto deve ser intelectualmente e emocionalmente ágil, mudando de papel na hora em que *Isvara* apresenta novas situações. Uma reação comum ao estresse do desempenho de papéis é retirar-se do mundo, porque não se tem confiança para responder de maneiras diferentes. Devido às demandas de *Isvara*, um devoto pode recuar para alguns papéis simples - ou mesmo para um único papel que não requer vigilância, como um eremita. Mas desistir nem sempre é possível hoje em dia, nem é necessariamente aconselhável evitar

relacionamentos. Reconhecer a conexão de uma pessoa com *Isvara* amortece o devoto do estresse da interpretação de papéis, porque ele entende que os papéis pertencem à *Isvara*, não ao devoto. Desempenhar o papel adequado no melhor de sua capacidade é devoção. Você se ama quando cumpre seu dever com o Ser pleno.

Conversão da Emoção em Devoção

Tendo em mente que a devoção não é um caminho especial, é justo pensar na *yoga* devocional como uma conversão da emoção nascida do amor por objetos impermanentes à devoção pelo sujeito eterno, o Ser pleno. Transformar a emoção em devoção requer um compromisso constante e persistente com a prática do não-apego, sem o qual o progresso devocional sério é impossível. Requer que o devoto abandone o anseio pelos frutos da ação e a crença de que os objetos - pessoas e experiências, como o amor romântico, em particular - são uma fonte legítima de amor duradouro.

A renúncia confere poder, compreensão e amor. Por exemplo, as pessoas voluntariamente sacrificam objetos menos atraentes por objetos mais atraentes. Quando alguém viciado no prazer sensual descobre os prazeres mais sutis da mente, os objetos físicos perdem seu brilho. E quando um devoto encontra o estado de amor que é o Eu/Ser pleno mais íntimo, os pequenos amores pessoais que cativam o seu coração empalidecem. Na medida que a prática da renúncia cresce, o amor cresce.

Abandone os desejos viciantes superficiais de romance e excitação que são a marca dos ignorantes e descubra que a sua necessidade mais profunda é o desejo de amar e ser amado. Nada é mais atraente do que realizar a unidade com o próprio Ser pleno. Quando o objeto real do nosso desejo é desconhecido, nós perseguimos o amor nos objetos, mas quando acordamos para o Ser pleno, entendemos que só amamos o Ser pleno. Vemos que nossos pequenos amores diários são apenas reflexos vagos do amor que é nossa natureza, o amor que permeia cada átomo do universo. A prática devocional direciona nossa atenção para o verdadeiro objeto de nossas afeições.

Você não pode praticar corretamente a *yoga* devocional sem o conhecimento de que a realidade é Consciência/amor não-dual. Com esse entendimento, é fácil adorar/amar a si mesmo. Se a realidade é o amor não-dual aparecendo como objetos densos e sutis - coisas inanimadas e animadas - toda e qualquer transação com um objeto fornece uma oportunidade para adorar. Como a vida nada mais é do que intermináveis transações com objetos, sua vida pode facilmente tornar-se um templo, uma oferenda, uma oração, uma apreciação de si mesmo. É fácil adorar os objetos que se apresentam a você quando você sabe que eles são realmente você, porque você se ama além de

tudo. Se essa ideia faz você se sentir desconfortável - como se fosse uma forma de arrogância - você tem a ideia errada de quem você é.

Se a compreensão não-dual escapa de você, no entanto, nem tudo está perdido: você pode adorar dualisticamente. Isso pode ou não levar à libertação. A religião é um culto dualista: acredita-se que o objeto de adoração e o adorador sejam diferentes. É a adoração de acordo com o seu *guna* predominante ou o *guna* que está predominante na época. Ao contrário do mundo espiritual moderno, que não aprecia o valor do impulso religioso, o Vedanta encoraja uma atitude religiosa, porque é essa atitude - exemplificada na prática do *karma yoga* - que incute a Consciência de *Isvara*, que torna o *jiva* objetivo e o harmoniza, assim como o seu ambiente. Seu ambiente, sua vida, não são nada além de *Isvara*.

Devoção Com Qualidades

Se o seu Corpo Sutil, o instrumento de adoração, é predominantemente *tamásico*, você acreditará que o Ser pleno é um deus especial ou talvez um ser espiritual, algo diferente de você. E, porque a sua mentalidade é primitiva, você vai adorar como se fosse uma criança ou um escravo. Você se abrirá para todos os tipos de crenças mágicas extraordinárias e se sentirá emocionado e fascinado pelos sentimentos sombrios invocados ao visualizar demônios, diabos e fantasmas. O medo será a sua emoção predominante e você não poderá se elevar usando práticas satânicas, lançando feitiços, por exemplo, para trazer dano aos outros. Você pode amar milagres e rituais bizarros. Na Índia, algumas seitas bebem o sangue sacrificial dos animais para mostrar a sua devoção. Você provavelmente vai acreditar no céu e no inferno, interpretar as escrituras literalmente e ficar obcecado pelo pecado. Você pode ter uma afinidade profana com cultos e ser facilmente manipulado por sacerdotes corruptos ou ter prazer em se entregar a personalidades “espirituais” poderosas, se permitindo sofrer abusos em suas mãos. Você pode odiar qualquer um que ouse questionar o seu guru ou religião. A história religiosa está repleta de exemplos dos muitos excessos causados por esse estado mental, a inquisição e o Islamismo fundamentalista vêm à mente.

Por outro lado, esse tipo de fé tende a ser sólida como rocha e permite que o devoto resista não apenas às pequenas variações da vida, mas também às grandes crises. A convicção de que um Deus externo existe é firme, profunda e sincera.

Se o seu Corpo Sutil é predominantemente *rajásico*, você também projetará algum tipo de deus ou figura espiritual como um objeto de adoração. *Rajas*, o poder de projeção, uma energia inquieta e insatisfeita, mantém a mente e as emoções perpetuamente perturbadas. Ele age como uma tela

opaca em movimento, efetivamente escondendo o amor que é a sua natureza. Esse tipo de devoção é narcisista, e o devoto não deixará de barganhar com Deus por poder, posição e riqueza. A ideia de que a "abundância" material é evidência de virtude espiritual atrai as pessoas *rajásicas*. A devoção *rajásica* tende a ser consciente do status e da imagem e tal devoto não deixará de usá-la para impressionar os outros. Raspe a superfície dessa mentalidade e você encontrará uma pessoa mais interessada em apresentar uma frente devocional ao mundo do que um coração puro para Deus. Ao contrário da confiança constante do tipo obscuro, o devoto inquieto vai mudar rapidamente de religiões, crenças, professores e práticas.

A devoção *rajásica*, ao contrário da *tamásica* inocência do culto ao deus mãe-pai *tamásico*, é apaixonante. Para que a devoção *rajásica* evolua para a devoção *sattívica*, o devoto deve estar convencido de que o conhecimento de Deus, não a acumulação de bens, é o verdadeiro objetivo da vida. Uma vez comprometido com o autoconhecimento através da adoração, esse devoto se torna um dínamo espiritual e progride rapidamente.

Os devotos com corpos sutis predominantemente *tamásicos* e *rajásicos* não compreendem que a realidade é impessoal; para eles tudo o que acontece é pessoal. Consequentemente, suas visões de *Isvara* são pessoais, para prejuízo deles mesmos, na medida em que frequentemente se encontram em desacordo com *Isvara*, seu meio ambiente.

Sattva, a terceira vertente na corda psíquica e o mais alto dos três estágios inferiores de devoção, está enraizado na Consciência, *sat*. É a base mais segura para uma vida devocional, porque o coração *sattívico* é um espelho limpo, capaz de refletir com precisão a imagem de Deus; ver o Ser pleno refletido em um coração puro é amar o Ser pleno. Os devotos *sattívicos* são abençoados com curiosidade, inteligência, discriminação e epifanias poderosas. A devoção *sattívica* é caracterizada por um forte valor de renúncia, desapego, dedicação de ação e seus resultados a *Isvara*, apego profundo às escrituras não-duais, amor à cultura espiritual, infelicidade quando a corrente do amor é quebrada por uma *vasana* mundana, humildade, capacidade de reconhecer e servir grandes almas e rigorosa conformidade com o *dharma*.

A desvantagem de *sattva*: porque o véu que separa o devoto do Ser pleno é tão tênue, o devoto pode tornar-se espiritualmente convencido e sofrer apego à pureza, bondade, beleza e conhecimento - correntes de ouro difíceis de quebrar se a devoção florescer em devoção primária, o quarto e último estágio. A devoção primária é livre de todas as qualidades positivas e negativas. É amor impessoal e não-dual.

Pensar em si mesmo como um tipo particular de devoto não é útil, porque não leva em conta o fato de que o propósito final da devoção é dissolver nossa identidade limitada em nossa identidade ilimitada. A devoção destrói o medo

que estabelece as aparentes fronteiras entre o devoto e sua verdadeira natureza. Em vez de desenvolver uma identidade baseada na qualidade predominante, é melhor usar o modelo do *guna* para avaliar e transformar as tendências devocionais *rajásicas* e *tamásicas* em *sattva*, preparando-se para a libertação.

Se você implorar a *Isvara* por algo diferente de *Isvara*, isso significa que suas *vasanas* são *rajásicas*. Não há problema em pedir a *Isvara* coisas que você é incompetente ou preguiçoso demais para obter por conta própria, mas você precisa saber que *Isvara* pode recusar seu pedido, porque não é do interesse do campo do *dharma* ou mesmo do seu melhor interesse. E mesmo que seja do seu interesse, *Isvara* tem que trabalhar através da lei do *karma* para entregar os resultados que você quer, porque a lei do *karma* é *Isvara*. Porque a disponibilidade de objetos que você pode querer é limitada ou você não estaria orando por eles e os desejos dos outros competindo pelo mesmo resultado, que aos olhos de *Isvara* são tão importantes quanto você, e são virtualmente ilimitados, você terá que esperar sua vez. Esta não será uma situação feliz, porque *rajas* é a mãe da frustração.

Ninguém pede a *Isvara* por ar, porque o ar não está em falta. Se seu coração é puro, você terá o bom senso de pedir a *Isvara* algo que esteja prontamente disponível. Porque *Isvara* está prontamente disponível como o Ser pleno do devoto e autorrealização é o cumprimento de todos os desejos, uma oração *sattvica* seria: "Revele-se a mim".

A Oração Não é Adoração

A oração é um uso inteligente do livre-arbítrio, porque leva *Isvara* em conta, mas não é adoração. Não é adoração, porque desmente um entendimento perfeito da natureza de uma pessoa e da natureza de *Isvara*, o Criador e doador dos resultados da ação. A oração é uma súplica baseada na crença de que quem é e o que se tem é insuficiente. Mas a adoração é baseada no conhecimento de que *Isvara* criou o devoto à sua própria imagem e que tudo o que ele tem é *Isvara* e é mais do que suficiente. Adoração é uma oferenda, um acerto de contas com *Isvara*. Mas a oração é necessária; para um buscador da libertação, há apenas uma oração: "Remova minha ignorância e se revele para mim".

A devoção secundária leva à devoção primária. *Sattva* é o trampolim para a devoção não-dual. A devoção primária não se desenvolverá quando o coração for *tamásico*. *Rajas* é a saída de *tamas*. Os devotos *tamásicos* acreditam em *Isvara*, mas são muito preguiçosos para realmente procurar por *Isvara*. Se o devoto *tamásico* se torna devocionalmente proativo e assume um regime de purificação, isso gerará epifanias e vislumbres (*insights*).

Eventualmente, à medida que o devoto experiencia o Ser pleno refletido em um coração cheio, mais e mais *sattva* se desenvolve e o desejo de autoconhecimento surge. O desejo de autoconhecimento é a mais elevada forma de devoção, porque a autorrealização é o propósito da vida humana. Você se ama totalmente quando faz a coisa mais nobre por si mesmo. Quanto mais o Ser pleno é experienciado, mais firme se torna o autoconhecimento. O conhecimento "do" Ser pleno é indireto, mas a investigação o converterá em conhecimento direto, a compreensão firme e sempre presente de que minha natureza e a natureza de tudo é o amor não-dual.

Devoção é Conhecimento e Ação

Devoção é conhecimento, visão clara. A devoção é um amor infantil e intenso por *Isvara*. É o reconhecimento da minha total dependência de *Isvara*. Por que eu deveria amar *Isvara*? Porque tudo o que eu valorizo é dado a mim por *Isvara*. Devoção é *karma yoga*, porque quando eu vejo que meus gostos e aversões ficam no caminho da visão de que tudo é *Isvara* e *Isvara* sou eu, eu pacientemente os elimino. A devoção é um sentimento de reverência. À medida que meus gostos e aversões são apagados, ocorre uma sensação de reverência. É a maravilha que aparece quando vejo a vastidão e a complexidade de *Isvara*. É uma sensação de contradição que surge quando vejo o todo não-dual que sou lado a lado com a incompletude que não sou eu. Como pode *Isvara* criar um oceano de misericórdia e beleza e um oceano de feiura e sofrimento ao mesmo tempo? Como *Isvara* pode ser tanto dia e noite, conhecimento e ignorância, libertação e escravidão? Como pode haver livre-arbítrio quando tudo é programado por *Isvara*?

A devoção é adoração de *Isvara*. Adoração significa que você entende que você é quem você é, sem se culpar, e o mundo é do jeito que é, sem culpa de *Isvara*. É uma compreensão do desamparo e relativa impotência de todos, que dá origem à apreciação compassiva de tudo. Você entende que somos todos como crianças que não podem se ajudar, então a compaixão flui para todos. Quando ocorrem os julgamentos sobre como a vida deveria ser, o amor flui e te eleva. Um devoto para de tentar mudar a si mesmo ou controlar a sua vida e a vida dos outros. O devoto não vê o Ser pleno "na" criação ou além da criação, mas sabe que a criação não é nada além de *Isvara*, o Ser pleno. Se algum aspecto da vida é visto como defeituoso, o devoto entende que *Isvara* não é defeituoso; apenas sua visão é defeituosa. *Isvara* não é responsável pelo mal. O devoto sabe que as crueldades que surgem do senso de diferença pertencem à ignorância de *Isvara*, não a *Isvara*.

Devoção é Livre-Arbítrio

Devoção é escolher *Isvara* como o objetivo. *Isvara* não é um grande indivíduo que decide tudo o que acontece. Se *Isvara* decide tudo, então não há escolha alguma. Todos os conflitos surgem por escolha. Se não houver escolha, não há conflitos. Mas nós temos conflitos todos os dias. Isso significa que há livre-arbítrio. Um devoto *sattívico* é livre para se ver como um instrumento da vontade de *Isvara*. Há muito pouco livre-arbítrio para alguém sob o feitiço de *rajas* e *tamas*. Mas o não-apego é uma característica de *sattva*, que libera o devoto de seus gostos e aversões e deixa claro o valor de substituir o *dharma* por gostos e aversões. Como o *dharma* é *Isvara*, o devoto se torna um instrumento de *Isvara* e sua vida se mistura a *Isvara*.

A devoção a *Isvara* é um meio de libertação. O *karma yoga* é devoção, porque para praticá-lo, você precisa ter devoção pela libertação, a natureza de *Isvara*. É agregar valor ao mundo fazendo o que você faz com uma atitude de gratidão, que neutraliza seus gostos e aversões e prepara a mente para a investigação. Mas a devoção não o libertará a menos que seja devoção por *Isvara*, não por segurança, prazer e virtude. A devoção é um desejo ardente de libertação.

A devoção a *Isvara* é difícil, porque o devoto precisa viver no mundo, o que implica certa necessidade das coisas de *Isvara*. Se a mente está ocupada com segurança, etc, ela não contemplará *Isvara*, então a questão de segurança precisa ser transferida para *Isvara*, o que requer confiança. Devoção pura é o firme conhecimento “eu sou protegido por *Isvara*”. Se deixarmos a direção de nossas vidas para *Isvara*, isso significa que confiamos e amamos *Isvara*. O Bhagavad Gita diz que se você entregar sua vida a *Isvara*, ele “cuidará do que você obtém e mantém”. Vemos a mesma ideia na Bíblia: “Procure conhecer o Senhor e tudo o mais será acrescentado a você”. É absolutamente verdade.

A devoção está contemplando as qualidades de *Isvara*. A contemplação é um fluxo constante de pensamentos semelhantes, desobstruídos por pensamentos dissimilares. Onde quer que você veja brilho e entorpecimento, compaixão e indiferença, desapego e paixão, discriminação e apego, tolerância e frustração, contenção e indulgência, devoção e descuido, destemor e medo, compreensão e ignorância, adaptação e egoísmo, satisfação e insatisfação, caridade e avareza, beleza e feiura em si mesmo ou nos outros, você está vendo *Isvara*. *Isvara* é tudo o que é. Compreender as qualidades de *Isvara* permite que o devoto evite as qualidades negativas e cultive as qualidades que levam à devoção pura.

Adoração de Símbolos

Quando você crê que a realidade aparente é real, você não sabe que você mesmo é o objeto de sua devoção. Você sabe que há algo mais do que você experiencia e você tem certo grau de amor e respeito por isso, mesmo que não esteja claro o que é. Então, você se torna devotado a objetos simbólicos que o lembram disso. Os símbolos podem nos levar ao Ser pleno, porque o Ser pleno está sempre presente. Ele não está separado de você. Quando adoramos um símbolo, *Isvara* trabalha através do símbolo para fornecer as experiências e vislumbres (*insights*) necessários para nos aproximar cada vez mais dele em amor e compreensão. Então, mesmo que você pense que *Isvara* é alguém ou algo diferente do símbolo, o símbolo também é *Isvara*. Qualquer objeto que invoque o Ser pleno, na forma de amor, pode ser usado para fazer fluir o amor.

Retire todo objeto de seu significado secular e instile-o com uma aura divina. Veja seu corpo como o templo de *Isvara*, sua casa como a casa de *Isvara*, sua família como a família de *Isvara*. Considere cada palavra falada o nome de *Isvara* e toda atividade, espiritual ou não, serviço a *Isvara*. Curvar-se, deitar-se ou ajoelhar-se deve ser visto como prostração a *Isvara* e todas as luzes como símbolos do Ser pleno. Deve-se ver o sono como meditação e comer como *Isvara* comendo *Isvara*. Desta maneira, todo objeto e atividade gradualmente perdem suas associações mundanas e se tornam um símbolo vivo do divino.

Quando você vê uma montanha, veja-a como um símbolo do Ser pleno. Montanhas são bons símbolos do Ser pleno, pois são relativamente eternas. Elas se elevam acima de tudo e fornecem uma visão insuperável. O Ser pleno é a parte mais elevada do nosso ser, sobressaindo-se acima das planícies e vales do nosso território corpo-mente, nos proporcionando visão ilimitada. Eles estão imóveis, como o Ser pleno. O Ser pleno não pode se mover, porque é não-dual. As montanhas são silenciosas como o Ser pleno, "o som não comparável". Quando você vê um rio, veja-o como o Ser pleno. Como o Ser pleno, os rios dão vida, alimentando tudo com o que entram em contato. Veja o céu como o Ser pleno ilimitado.

Se você favorece ícones religiosos, veja que a divindade que você adora é compassiva, consciente, pacífica e bela. Escolher uma divindade com essas qualidades é uma maneira indireta de invocá-la e reconhecê-la como o Ser pleno.

Um ser humano é um excelente símbolo do Ser pleno. Os seres humanos, como tudo o mais, são "moldados à imagem de Deus", ou seja, refletem a Consciência. A luz do amor que é a Consciência, brilha com particular brilho nos seres humanos, porque eles são dotados de intelecto e são capazes de saberem quem são. A adoração de humanos com discriminação, particularmente grandes almas, é um passo essencial no

caminho devocional, porque o adorador é um ser humano trazido a este mundo e cuidado por seres humanos. A adoração dos seres humanos purifica a infância e os ressentimentos. Ao amar os outros, você aprende a se amar. A adoração dos outros não significa que você os valorize mais do que você valoriza a si mesmo, mas que você não vê diferença entre eles e você.

Para a parte materialista da mente, projetar a divindade em objetos parece ser irracional, mas a prática é uma boa psicologia. Assim como uma atriz se torna a pessoa que ela retrata, identificando-se totalmente com cada aspecto da vida da personagem, o devoto descobre a identidade com o Ser pleno através da intensa identificação com o símbolo. Quanto mais você ama o seu símbolo, é mais provável que ele produza uma visão do Ser pleno. Tendo experienciado a beleza do Ser pleno, é impossível não se apaixonar mais e se apegar apaixonadamente. Porque as belezas do mundo empalidecem na presença do Ser pleno, os apegos aos objetos secam.

Adoração não é um grande gesto como ir à igreja uma vez por semana. É estar lá para você e para os outros quando você precisa. É atender pequenas necessidades. Veja o pedido como o Ser pleno pedindo adoração. A recusa em dar é recusa em se amar, pois não há outros. Amar os outros é uma prática valiosa, porque os conflitos com os outros são uma fonte importante de agitação. Eventualmente, essa prática destrói a dualidade e resulta em autorrealização, a compreensão de que não há outros.

Adoração do Ser Pleno Sem Forma

Como você pode adorar algo que não tem qualidades? Submetendo sua mente aos ensinamentos do Vedanta. Qualquer um pode adorar objetos, mas para adorar o Ser pleno sem forma, ou seja, para ganhar a libertação, a mente deve estar preparada. A adoração do Ser pleno em suas múltiplas formas prepara a mente para o Vedanta.

O Vedanta é a mais alta forma de adoração, porque é a verdade. *Isvara* é a verdade. Como o Vedanta funciona? Funciona removendo as barreiras entre o adorador e o objeto de adoração, o Ser pleno. Quais são esses obstáculos, exceto crenças e opiniões inspiradas na ignorância que mantêm a dualidade e causam sofrimento? O devoto oferece a sua ignorância ao ensino e aceita o resultado com prazer. Quando o último fragmento de ignorância se vai, fica claro que o Ser pleno é amor e que o devoto não está separado dele.

Capítulo XIV

A Pessoa Iluminada



SE QUISE SABER o que você será quando estiver iluminado, este capítulo é para você. Se você tem muita energia investida na ideia de que é iluminado, leia este capítulo - ou talvez não o faça, pois isso pode colocar em dúvida a sua iluminação.

O que é uma pessoa “iluminada”? Obviamente, se a realidade é uma Consciência não-dual, não há pessoas iluminadas. Pessoas iluminadas, como pessoas comuns, nada mais são do que a Consciência ilimitada aparecendo como seres humanos. Ou, se você prefere uma noção um pouco menos radical, não pode aceitar que “pessoas” é apenas uma ideia da Consciência e quer pensar de forma diferente, você pode dizer que todos são iluminados, ou seja, cada um de nós é iluminado pela Consciência, “pela luz”, por assim dizer. De fato, todo organismo vivo é iluminado de acordo com essa definição, porque sem Consciência nada existe. Você pode até mesmo argumentar com sucesso que os objetos inanimados são iluminados de acordo com essa definição, pois os objetos inanimados só têm sentido se são conhecidos e só podem existir se a Consciência iluminar a faculdade do conhecimento, o Corpo Sutil.

Embora verdadeiras, essas definições de iluminação são, de fato, entendidas por poucos. Além disso, elas são certamente impopulares com aqueles no mundo espiritual que usariam sua ideia de iluminação como uma condição especial ou aqueles que precisam de uma definição mais liberal, que lhes permita impressionar, manipular, intimidar, explorar e enganar os buscadores desavisados. Você pode acreditar que todas as pessoas espiritualizadas são, de algum modo, espiritualizadas, mas você está enganado. Pessoas espiritualizadas são apenas pessoas mundanas vestidas com roupas especiais. Enquanto elas têm uma *vasana* para intangíveis transcendentais, elas não são necessariamente imunes à variedade de atrações cotidianas favorecidas por seus irmãos e irmãs mundanos: a atração de segurança, prazer, poder e fama.

A primeira definição nega a existência do indivíduo, e a segunda esvazia completamente a ideia de iluminação. A iluminação como a inexistência de um indivíduo não é uma ideia viável. Além de nossa natureza como Consciência ilimitada, todos nós desfrutamos de uma existência limitada como seres humanos comuns. Como pessoa normal em busca da libertação, eu preciso saber o que é iluminação e por que devo buscá-la. Então a questão: “o que é uma pessoa iluminada?” é relevante. Como minha vida vai parecer quando eu

souber quem eu realmente sou? Lembre-se, o Vedanta não está preocupado com os detalhes de sua personalidade. Você sabe muito bem disso. Você viveu consigo mesmo por muito tempo e está bastante familiarizado com a sua narrativa. Nós não denegamos, rejeitamos ou diminuimos essa pessoa. Dizemos apenas que você tem uma identidade muito mais espaçosa e que o conhecimento dessa identidade tornará sua vida realmente maravilhosa.

A iluminação é a perda da ignorância dessa identidade espaçosa e sempre livre. Nosso ensino retira as crenças e opiniões que temos sobre nós mesmos, deixando-nos nus e livres como realmente somos. Em nossa tradição, evitamos a palavra “iluminação”, embora eu tenha usado descaradamente neste capítulo e no título para tornar este livro atraente, porque é uma palavra popular. A iluminação é semelhante à palavra “Deus”, na medida em que pode significar o que você quer que ela signifique. Mas geralmente nós não a endossamos, porque dá a impressão de que é um evento especial que confere uma condição especial, enquanto é muito mais simples e profunda do que isso.

Até agora, explicamos a visão da realidade do Vedanta e desdobramos as ferramentas necessárias para qualificá-la e entendê-la. Se você está procurando há algum tempo, e quase todo mundo que está lendo este livro provavelmente está, você vai entender que, comparado à comida escassa servida na moderna sopa espiritual, o Vedanta é um restaurante elegante que serve carne vermelha: meios testados pelo tempo, completos e seriamente nutritivos de autoconhecimento nos quais você pode afundar seus dentes espirituais.

Ora, precisamos explicar como é a libertação para facilitar o seu caminho ao longo do mercado espiritual e guiá-lo depois de perceber quem você é. Você pode pensar que tem uma escolha, mas não tem escolha sobre a busca; você é dirigido pelo Ser pleno cuja poderosa necessidade de libertação não será negada. Precisamos explicar o que significa ser livre para que você possa evitar a doença da iluminação, maus ensinamentos e maus professores. Maus ensinamentos são ensinamentos vagos e incompletos baseados na experiência pessoal do professor e/ou remendados de livros que não têm metodologia nem epistemologia. Maus ensinamentos tendem a endossar sinceramente a dualidade ou negar a realidade aparente e ignorar qualquer um ou todos os temas obviamente essenciais: a necessidade de qualificações; *dharma*; valores; a relação entre o aparente e o real; a relação entre experiência e conhecimento; a necessidade da prática espiritual; o lado negativo da ação; a falta de uma análise completa e desapaixonada da Consciência, da psique e do mundo material; e finalmente, *Isvara* e a necessidade de devoção a *Isvara*.

Doença da Iluminação

Maus professores são aqueles que não trabalharam em si mesmos, porque foram seduzidos pela ideia de que uma epifania ou uma série de epifanias significa que eles são iluminados e, portanto, qualificados para ensinar. Acontece que as epifanias acontecem aos indivíduos em todos os estágios da evolução. Elas não acontecem exclusivamente com santos. De fato, muitos santos nunca tiveram uma epifania. Maus professores raramente são pessoas más. Eles são muitas vezes indivíduos carismáticos e bem-intencionados, mas não purificados, que prematuramente iniciaram seus negócios próprios anunciando a si mesmos como salvadores do mundo ou são pessoas ambiciosas que gostariam de realizar na iluminação o que não conseguiram realizar no mundo. Raramente eles percebem que a espiritualidade é um *samsara* como qualquer outro, que a iluminação não os torna especiais nem garantem seriedade às suas palavras. É incrível como são totalmente banais os vícios que derrubaram tantos gurus modernos.

Um Yogi Caído

Recentemente, recebi um e-mail com um link para um blog na Web de um professor razoavelmente famoso e “iluminado” do mundo Neo-Advaita. Ele disse que estava renunciando ao gurudom (a vida do falso yogi) para trabalhar em si mesmo e se tornar uma “pessoa melhor”. Foi um evento surpreendente, porque as pessoas arrogantes invariavelmente vivem em um estado de negação, para melhor projetar os seus problemas emocionais nos outros. Evidentemente, o coro de vozes iradas que o seguiu por vinte e sete anos inchou a tal ponto que se tornou alto demais para ser ignorado. Sua declaração será, sem dúvida, vista por alguns como um ato corajoso de contrição, a resolução de um réprobo recém-formado dando os primeiros passos no caminho para a redenção e por outros como uma tentativa não sincera de fazer o público acreditar que ele não foi forçado a renunciar por sua organização, deixando a porta aberta para um retorno triunfante, uma vez que ele havia expiado seus pecados.

A verdadeira lição, no entanto, não é sua história pessoal, mas o que ela diz sobre sua visão da iluminação, já que foi por trás dessa visão que ele causou muita dor e sofrimento. Se ele tivesse sido ensinado por um bom professor em uma tradição adequada, ele poderia saber o que é a iluminação e centenas, talvez milhares, teriam sido poupados de muita mágoa.

Ele obviamente não era iluminado nem mesmo pela definição mais liberal da palavra. O que ele chamava de iluminação era meramente uma epifania que teve um efeito profundo em seu ego e o convenceu de que havia algo mais do que seu modo de ver a vida naquele momento. Isso o convenceu

erroneamente de que ele era “iluminado”. Na verdade, a iluminação, como é popularmente concebida, não é algo que acontece, porque existe apenas um eterno você - nada acontece do seu ponto de vista - e você é, sempre foi e sempre será a luz da Consciência e apenas a luz. Como tal, você é não nascido e nunca morre. As experiências nascem e morrem. Elas não mudam você e fazem de você algo diferente do que você é. Se você se considera uma entidade experienciadora, um ego, você será aparentemente, mas nunca de fato, modificado pelo que acontece, seja espiritualizado ou não.

Se eu sou a Consciência, não há como concluir que sou especial ou único. Ou talvez, já que há somente um de mim, eu sou único. No entanto, este fato não é útil se você estiver procurando uma maneira de se distinguir, já que não há outros para apreciá-lo. A compreensão da minha natureza ilumina o ego, porque o ego é apenas uma noção de especialidade e singularidade. Se eu vejo meu ego, não pode ser eu. O Vedanta não quer que ele desapareça ou espera que ele transcenda o mundo. Ele simplesmente o vê como um objeto, uma ideia de separação. Deve-se notar mais uma vez que a maior parte do mal no mundo espiritual ao longo dos séculos pode ser colocado diretamente aos pés da ideia de morte e transcendência do ego, duas características marcantes da visão experiencial da iluminação.

O que realmente aconteceu com o nosso *yogi*? Imaginou que havia transcendido a si mesmo, passou a acreditar que agora habitava um nicho experiencial especial reservado apenas para poucos e se convenceu de que a sua epifania o capacitava a iluminar os outros. Junto com ela veio a crença de que o fim justifica os meios, abrindo a porta para um "ensino" notavelmente abusivo. O desejo de poder, nascido de seu senso de pequenez e inadequação, presente desde a infância, sobreviveu à epifania - como tais coisas fazem - e imediatamente se manifestou em seu ambiente com resultados previsíveis, cegando-o ao valor moral número um da vida, a não-violência.

Embora ele falasse da não-dualidade, a sua versão de iluminação era dualidade pura. Isso equivale a dividir o ego em um Ser pleno transcendental e um Ser pleno a ser transcendido. Para fazer essa ideia funcionar, o ego precisa estar em um estado de completa negação. Deve-se imaginar que a parte não transcendente de si mesmo não existe. Não existia para ele, pelo menos não oficialmente, embora devesse tê-lo incomodado o tempo todo, mas infelizmente, existia para seus devotos - alguns dizem que tolos - até que eles o pararam, depois de vinte e sete anos! Para manter vivo o mito da transcendência e transferir seus problemas emocionais para outros lugares, o iluminado é forçado a colocá-los aos pés dos devotos, geralmente bajuladores imaturos que, por razões relacionadas às suas próprias questões de autoestima, acreditam no mito da transcendência. Ninguém é transcendente, porque a realidade é não-dual. Existe apenas um Ser pleno. Ironicamente, o

mito da morte do ego, auxiliado pelos ataques do guru ao ego, é contraproducente, na medida em que reforça a crença de que o buscador é o ego.

Você é a Consciência, e a Consciência é aparentemente diferente do que percebe, significando que o que ela percebe é ela mesma. Durante os momentos de “despertar”, você está realmente experienciando a si mesmo como é, mas a ignorância sobrevive a esses momentos e projeta a experiência no ego. O Vedanta chama esse fenômeno de sobreposição. Eu chamo isso de doença da iluminação. É um estado de ilusão. Você pensa que o que pertence a você, Consciência, pertence ao ego. Quando a experiência transcendente passa, você volta ao nível do ego, mas agora acredita que você é algo diferente do seu ego. Você se declara iluminado e imagina que está qualificado para ensinar os outros.

As Lâminas de um Ventilador

Embora o *karma* seja um, ele é descrito de três maneiras com referência a um *jiva*. O *karma* que acontecerá no futuro como resultado das ações que você está fazendo agora é chamado de *agami karma*. O estoque total de *karma* que está parado em sua conta esperando para frutificar é chamado de *sanchita karma*, e o *karma* que está se manifestando agora é chamado de *prarabdha karma*. É um dia quente e o ventilador no meu quarto está ligado. De repente esfria e desligo o ventilador dois segundos antes de você entrar na sala. Vendo as lâminas ainda girando do ventilador, você observa que o ventilador está ligado, mas eu digo que está desligado. Quem está certo?

O ventilador está ligado, mas está desligado. Uma epifania é apenas *karma*, uma experiência. Ela surge na longa fila de suas experiências e volta para a fila para se tornar parte de sua história e talvez de uma *vasana* que pode ou não frutificar novamente. Esta *vasana* não oblitera o *karma sanchita* que você acumulou. O *sanchita*, todas as tendências que compõem a sua pessoa aparente desde o nascimento - vamos deixar a reencarnação fora dela - e se manifesta como o comportamento da pessoa aparente no mundo, tem que funcionar. Não há lógica na ideia de que uma epifania, que é apenas um tipo peculiar de *karma* de vida curta, apaga repentinamente todos os outros *karmas* armazenados em sua conta, deixando-o como uma pessoa “iluminada” sem *karma*. Você é sem *karma* e está além do mundo, mas não como pessoa.

A pessoa permanece. Ela talha lenha e carrega água como antes. Se de repente ela descarta o jeans e a camiseta e até mesmo o seu trabalho, veste uma túnica, lança um site informando o mundo do seu novo status, refere-se ao seu antigo eu na terceira pessoa, fala lentamente, em tons baixos de um ritual

ininteligível e geralmente de modo pretensioso, você saberá que tem um impostor em suas mãos, não uma pessoa iluminada.

Mas quando o autoconhecimento firme remove os últimos vestígios de ignorância, há uma mudança sutil do ponto de vista do *jiva* para o ponto de vista da Consciência. Você não pode dizer que é uma experiência e você não pode dizer que não é. Vale a pena repetir que essa mudança não muda o *jiva* e seu *karma*, pelo menos não imediatamente. O conhecimento destrói a noção de que você é um *jiva* e muda a maneira como você considera o *jiva*. Quando isso acontece, o ventilador está desligado, o que significa que, enquanto o corpo e a mente continuam a funcionar como antes da mudança, a Consciência não se identifica com eles. Parece que eles pertencem a outra pessoa. É como se ver em um sonho.

Uma vez que esta mudança não seja mais passível de modificação, você se torna muito feliz e há uma tendência natural de querer compartilhar a sua felicidade com os outros. No entanto, como você compartilha, revela se você é iluminado ou doente da iluminação. A felicidade atrai as pessoas. Você não precisa dizer ou fazer nada de extraordinário para compartilhá-la. É uma energia muito sutil que se compartilha. Se você colocar uma vela acesa perto de uma vela apagada, a chama salta de uma para a outra como que por mágica. A ideia de que você precisa "ensinar" a iluminação precisa ser considerada à luz desse fato. A bem-aventurança da autorrealização é diferente da felicidade que vem dos acontecimentos. Os acontecimentos acontecem e "desacontecem". A bem-aventurança da autorrealização não se altera. É constante e firme, e "aprofunda-se" à medida que o Corpo Sutil é purificado pelo conhecimento.

Essa bem-aventurança é *Isvara* ensinando através de você. Se você tomar crédito por isso e tornar as pessoas dependentes de você sem reconhecer a fonte, estará violando o *dharma*. Se você abrir sua boca e falar sobre a iluminação e sua experiência, você precisa ter muito cuidado para falar a verdade, não a sua ideia, ou você vai enganar as pessoas, independentemente de como elas se sintam felizes em sua presença. A iluminação sem o conhecimento de *Isvara* não é iluminação, porque o conhecimento de *Isvara* o torna humilde. A verdade falada por um professor humilde invariavelmente esclarece, eleva e sustenta o *dharma*. A verdade proveniente de uma mente não purificada serve apenas para confundir e levar ao *adharma*.

Autorrealização/Liberação

Nós fazemos uma distinção entre realização e liberação, porque o *dharma* supera a iluminação. Ou para expressar a questão de maneira diferente, a

iluminação deve ser vista em suas ações. A ideia de que a iluminação, de alguma forma, justifica o comportamento *adharmico* - popularmente conhecida como “sabedoria louca” - é uma das crenças mais perniciosas e antigas no mundo espiritual. Felizmente, na medida em que o mundo espiritual ocidental amadurece, a sabedoria louca não parece ter tanta atração quanto antes. No entanto, ainda existem muitos indivíduos carregados de *vasanas* em ambas as extremidades da relação guru-discípulo com baixa autoestima que são suscetíveis a ela. Isso provavelmente acontece, porque os *jivas*, continuamente atormentados por desejos e medos numerosos demais para mencionar, acham que as regras inibidoras são inconvenientes na melhor das hipóteses, e ameaçadoras na pior das hipóteses. Portanto, eles estão inclinados a cortar caminhos. Dependendo de como você o vê, o campo do *dharma* é uma matriz sufocante de leis destinadas a frustrar a necessidade de ser livre, um mal necessário na medida em que impede que a vida deslize para o abismo nas mãos dos ímpios, ou uma estrutura benigna que torna o sucesso possível. A alternativa é o caos, que não é um bom presságio para o trabalho intencional e a felicidade.

Para muitos, a iluminação parece prometer alívio das miríades de tiranias de *Isvara*. Sem detalhar demais, o *jiva* é muitas vezes propenso a sentir que, uma vez iluminado, é livre para fazer o que quer e não colher consequências desfavoráveis. Logo, ele aprende o contrário, embora muitos transgressores sejam aprendizes lentos, como o professor mencionado anteriormente, sendo o poder das *vasanas* o que eles são. No entanto, até que aprenda a sua lição, inflige dor e aflição em si e nos outros. Se você passar pela sua iluminação através de um ensinamento experiencial que ignora as qualificações, *dharma* e *Isvara*, e não encoraja uma purificação *sadhana*, você estará suscetível à doença da sabedoria louca ou a alguma variação dela.

Essencialmente, todos os problemas centrados na iluminação resultam da sobreposição, confundindo o Ser pleno com o *jiva*. Como estamos olhando para a iluminação da perspectiva do *jiva*, é importante saber que em todas as situações transformacionais, *tamas* (*ignorância*) é quem dita as regras! Iluminação - o conhecimento firme e sempre presente de que “Eu sou a Consciência ilimitada, não-dual, comum” - deixa o eterno *jiva* sozinho, mas muda o *jiva* aparente, o indivíduo específico. Se não, o conhecimento é apenas intelectual. Ele muda o *jiva*, porque torna as *vasanas* vinculativas não vinculativas e destrói o senso de execução do fazedor. Como é que isso muda o indivíduo e quando é que as mudanças se manifestam?

Recentemente, no primeiro caso desse tipo em nossa linhagem que eu conheço, um professor autorrealizado perdeu seus *ashrams*, dinheiro, poder e - mais significativamente, a sua reputação - por abusar sexualmente de seus alunos. Ele escapou impune disso por anos, mas, eventualmente, *Isvara* o derrubou. Eu o conheci anos atrás, fiquei impressionado com o seu ensino e

mais ou menos o apoiei apesar de uma pequena inconsistência em sua aparência. Em nossa tradição, os professores geralmente deixam seus cabelos crescerem naturalmente e, quando ficam muito difíceis de manejar, eles os raspam e deixam crescer de novo. Eles não são desleixados, mas não tentam chamar atenção para seus corpos. Mas esse professor era diferente. Ele colocou atenção demais em seu cabelo. Ele tinha um pente-ado. O “pente” é bom, mas um “ado” é um pouco suspeito no contexto da tradição do Vedanta. De qualquer forma, não pensei muito sobre ele nos anos seguintes, mas sempre que o fazia, sempre me divertia com essa peculiaridade. Quando ouvi sobre a sua desgraça autoimposta, tudo fez sentido. Ele era inseguro e vaidoso e queria se tornar atraente para as mulheres. Ele pode ter sido autorrealizado, mas ele não era liberado, porque ele não era atraente para si mesmo. Quando você realmente sabe quem você é, você está tão atraído por si mesmo como Ser/Consciência, que não se importa com o que as pessoas pensam.

A liberação significa que a sua vida reflete o ensino. Você não pode afastar uma *vasana* particular, recusar-se a aplicar o conhecimento a sua vida e reivindicar ser liberado. As duas *vasanas* mais óbvias que as pessoas autorrealizadas são relutantes em examinar à luz do conhecimento são dinheiro e sexo, ou para citar um professor falecido há muito tempo, “mulheres e ouro”. Indivíduos, mundanos ou espiritualizados, que perseguem dinheiro são inseguros. O dinheiro faz com que eles se sintam seguros. As pessoas que perseguem o sexo não se sentem bem consigo mesmas. O sexo é **um prazer** mundano e a obsessão com ele é uma tentativa de compensar a baixa autoestima. Uma pessoa liberada está em um estado de prazer perpétuo, porque a natureza do Ser pleno é a bem-aventurança. Pequenos lampejos de bem-aventurança sexual não cativam, por causa de uma desvantagem óbvia: eles acabam.

Outras tendências muitas vezes atormentam pessoas autorrealizadas, três das quais merecem menção: poder, amor e respeito. O primeiro guru mencionado anteriormente era viciado em poder, daí o abuso psicológico e físico. Os gurus famintos por poder têm baixa autoestima, nascida de um sentimento de impotência e inadequação. Para compensar, eles buscam poder. O gurudom é um caminho fácil para o poder, já que o guru está lidando com um público crédulo, com seus próprios problemas de autoestima. Uma pessoa que não sente seu próprio poder espiritual será atraída e se renderá a uma pessoa poderosa, esperando um dia exercer tal poder. O senso de poder que acompanha o autoconhecimento não tem nada a ver com o poder sobre as pessoas. Ele brota do senso de domínio sobre as *vasanas* que vem com o firme conhecimento de que você é pleno e completo. Saber, sem sombra de dúvida, que você é um todo, destrói a rede de desejos que tornam os *jivas* impotentes e dependentes.

Gurudom é também um caminho fácil de respeitar. Na maioria das sociedades, as pessoas respeitam a inteligência e o conhecimento. Um *jiva* que não respeita a si mesmo buscará a aprovação e o respeito dos outros. De outro lado, embora seja uma impureza benigna, os professores que não estão interessados em dinheiro ou sexo podem esperar constantes atos de devoção, o que indica baixa autoestima. Quando você vai a um guru, você já está preparado com a ideia de que ele sabe mais do que você, então você o respeita. É claro que você deve respeitar seu professor, mas não, porque ele o exige. A impureza menos intuitiva e talvez mais benigna que atormenta a autorrealização é o desejo de amor. Se o desejo de ser amado motivou a sua busca e você descobriu maneiras de fazer com que as pessoas o amem, você sentirá que ganhou na loteria quando realizou quem você é. Combinado com a sua habilidade anterior, você pode usar a sua atratividade recém-adquirida como guru para fazer com que muitas pessoas o amem. Antes que você perceba, um culto à personalidade será centrado em você. É muito difícil dizer se a atração está vindo da pureza da mente do professor ou de uma manipulação hábil de devotos famintos de amor por um guru esperto e necessitado. Esse tipo de amor é muito carente. Um sinal é uma falta total de apreciação da necessidade de limites. Se você tem essa *vasana*, você terá pessoas penduradas em você dia e noite, sugando o amor de você. Você se encontrará completamente exausto, porque não poderá dizer não. E você não vai entender que você pediu por isso. Procurar ou dar qualquer coisa cria uma *vasana* para mais procura e mais doação, porque o fazedor não foi neutralizado. Tudo o que é necessário para ajudar o mundo a entender é uma mente pura, que reflete sem esforço a grande sabedoria de *Isvara*.

A ideia por trás do ensino da liberação é a compreensão de que a vida é muito conservadora. Não há mudanças radicais, embora as vezes possa parecer. As coisas mudam, mas mudam de forma gradual. O corpo que estava lá quando você realizou quem você é, é o mesmo corpo que você habita depois de realizar quem você é. A estrutura básica de sua personalidade, seu *svadharma*, permanece a mesma. Embora, na euforia da redescoberta de sua natureza ilimitada, pareça que tudo mudou, nada realmente aconteceu. Uma pequena dúvida, a última incerteza sobre a sua natureza, morre, e a vida continua. Portanto, a liberação é um compromisso de continuar a aplicar o conhecimento à sua mente depois de você perceber quem você é. Se você solucionou todas as suas *vasanas* vinculativas antes de realizar, você é liberado quando se torna autorrealizado e nada precisa ser feito. O estilo de vida *sattívico* e os hábitos mentais que o purificam, continuarão a servir quando você souber quem você é. Se a autorrealização destruiu as *vasanas* vinculativas restantes, você é liberado quando você reconhecer quem você é. Se você reconhece e ainda tem *vasanas* vinculativas - é a norma nas sociedades ocidentais, onde os buscadores tendem a ter estilos de vida

rajásicos/tamásicos - você é liberado apenas quando a última *vasana* vinculativa bate as botas como resultado da investigação contínua.

A Pessoa Liberada

Então, como são essas pessoas iluminadas? A primeira coisa a saber é que você não pode dizer olhando para elas. Elas não andam de maneira engraçada ou flutuam a poucos centímetros do chão. Elas não usam roupas especiais, auréolas celestiais e falam devagar com os olhos fechados. Elas podem ser encontradas em todos os países e em todos os tipos de ocupações. Elas falam normalmente. Então, o que as distingue?

A definição mais abrangente de uma pessoa liberada é encontrada em uma das escrituras mais importantes do Vedanta, o Bhagavad Gita. Nele, o perene buscador pede ao seu professor esclarecido que descreva uma pessoa de “sabedoria firme, alguém cuja mente não seja perturbada por nada e permaneça no Ser pleno”.

O professor responde: "Quando uma pessoa desiste dos desejos que aparecem na mente e permanece feliz apenas com o Ser pleno, ela é uma pessoa discriminadora".

A questão em si remove a ideia experiencial e define a iluminação como “sabedoria firme”. Nós tocamos neste ponto suficientemente - esperançosamente não *ad nauseam* (repetitivamente) - mas a palavra “sabedoria” precisa de um comentário. Por que a palavra “sabedoria” e não a palavra “conhecimento”? Porque o conhecimento é apenas conhecimento. Só é útil quando tem impacto na mente. Sabedoria é autoconhecimento aplicado. Transforma a mente de um instrumento reativo em um refletor claro da Consciência.

Que tipo de mente essa pessoa possui? Uma mente que não é perturbada por nada. Por que não é perturbada? Sabe que nada neste mundo é digno de agitação, porque nada aqui é real. Mais cedo na conversa, em resposta ao pesar existencial provocado pela sua contemplação da morte, o professor disse: “Os sábios não se entristecem nem pelos mortos nem pelos vivos.” Se você vai ver um filme e um personagem perde todo o seu dinheiro, você não se aflige, porque a aflição está apenas no filme. Uma pessoa liberada sempre sente que o que ela experiencia, incluindo o experienciador, é apenas um jogo da Consciência elaborado por *Maya*.

O que faz a mente livre do sofrimento? Ela “permanecer no Ser pleno”. A mente é um objeto interessante. A sua natureza é que ela não tem natureza própria. Torna-se aquilo em que está prestando atenção. Se estiver prestando atenção a uma emoção, por exemplo, ela se torna emocional e se move aqui e

ali. Se presta atenção ao Ser pleno, torna-se uma mente permanente. Uma mente focada e constante. Por que permanece com o Ser pleno? Porque o Ser pleno é lindo. É amor. É paz.

Em outros versos sobre este tema, a pessoa de sabedoria constante é referida como uma pessoa “discriminadora”. A mente dessa pessoa reside no Ser pleno, porque a pessoa - que na verdade é o Ser pleno - sabe a diferença entre o Ser pleno e os objetos que aparecem na mente. Ela sabe que os objetos perturbam e o Ser pleno preenche a mente com bem-aventurança, então ela mantém a mente no Ser pleno e permanece na bem-aventurança. Ela permanece, porque a bem-aventurança do Ser pleno está sempre presente, ao contrário dos objetos, que vêm e vão.

Essa pessoa "não anseia por prazer e está livre de desejo, medo e raiva".

Os tolos anseiam por prazer, porque não sabem que o Ser pleno é *paramasukka*, bem-estar ilimitado. Por se sentirem incompletos, os *jivas* não se sentem bem consigo mesmos, mas quando um *jiva* percebe o Ser pleno, ele experiencia a plenitude e a totalidade do Ser pleno. Os liberados estão livres do medo e da raiva. Por que eles estão livres? Pela mesma razão, eles não anseiam por coisas: eles não precisam de nada para se sentirem completos, então seus desejos secam. O desejo é doloroso e a raiva é dolorosa. Se os seus desejos são neutralizados, suas raivas também são neutralizadas pelo autoconhecimento, porque o medo e a raiva são apenas desejos frustrados.

Esta pessoa é “desapegada do resultado de todas as situações, não se regozija em circunstâncias agradáveis, nem se sente desconfortável em situações desagradáveis”.

A afirmação não diz que uma pessoa liberada experiencia apenas circunstâncias agradáveis. Buscadores desinformados imaginam que uma vez iluminados, suas vidas se tornarão um mar de rosas. Essas pessoas não entendem *Isvara*. A compreensão da pessoa liberada leva *Isvara* em conta. Não há como escapar de circunstâncias agradáveis e desagradáveis, porque a pessoa iluminada vive no campo do *dharma*. Mas as circunstâncias não têm efeito, porque pertencem ao campo, não ao Ser pleno. Se um soldado realiza quem ele está em uma zona de guerra, a sua vida não é afetada, apenas a sua relação com ela muda.

"E se uma pessoa é capaz de retirar seus órgãos dos sentidos dos objetos sensoriais como uma tartaruga retira seus membros, seu conhecimento é estável."

Porque vivemos no mundo, nossos sentidos estão sempre ativos. Mas, como o contato sensorial com objetos produz prazer e o prazer cria *vasanas* para mais prazer, os *jivas* podem facilmente se tornar prisioneiros de seus

sentidos. Uma pessoa liberada não é contra o prazer. O verso implica que seus órgãos dos sentidos estarão conectados a objetos. Mas o autoconhecimento salva o dia, porque uma pessoa autorrealizada sabe que o prazer que vem dos objetos é, na verdade, um leve, refletido e passageiro ponto da eterna bem-aventurança da Consciência. Experimentar a si mesma como a fonte dessa bem-aventurança neutraliza as *vasanas* da bem-aventurança, mas não a bem-aventurança. Portanto, uma pessoa liberada pode desfrutar de qualquer experiência e recuar de qualquer experiência para proteger o seu eu aparente.

“Para quem não alimenta os sentidos, esses sentidos retornam ao Ser pleno, deixando o anseio para trás. Quando o Ser pleno é conhecido por ser ele mesmo, o anseio desaparece. Quando a mente não tenta mais conectar os órgãos dos sentidos com seus respectivos objetos, ela se torna permanentemente realizada. O prazer que surge do contato dos órgãos e seus objetos é uma fonte de dor, porque começa e termina. Os sábios não comemoram isso.”

Uma pessoa liberada sabe que os sentidos são impulsionados pela necessidade insaciável da totalidade. Se os objetos lhes são negados, voltam-se para dentro e centram-se no reflexo da bem-aventurança da Consciência.

“Mesmo para uma pessoa que pratica *yoga* e cujo objetivo é claro, os sentidos podem afastar a mente do Ser pleno. Mantenha seus sentidos sob controle e contemple em Mim (Consciência) com uma mente discriminativa. O autoconhecimento se estabelece em uma mente discriminadora e controlada.”

Você pode considerar a palavra “*yoga*” nesta afirmação como *jnana yoga*, autoinvestigação. Embora o verso seja destinado a alguém que luta pela liberação, a afirmação se aplica a indivíduos autorrealizados, na medida em que a discriminação é também o meio para a liberação. Uma vez que você tenha percebido quem você é, ainda é possível perder a sua discriminação quando surgem as *vasanas*, então você precisa continuar aplicando o conhecimento se quiser que ele - e, portanto, a bem-aventurança - seja estável.

Recentemente, um respeitado professor “iluminado” declarou-se pouco esclarecido logo depois que sua esposa o deixou por outro homem. Sua iluminação, ao que parece, ocorreu no contexto de um casamento, cuja base nunca havia sido submetida a questionamentos. Ele deve ter assumido que sua esposa sempre o amaria. Quando ele percebeu que sua suposição não era verdadeira, seu autoconhecimento o abandonou e ele se tornou emocional. Se ele tivesse sido uma pessoa liberada, nunca teria assumido que uma situação mundana não estava sujeita a mudanças. Além disso, uma pessoa liberada sabe que o amor pelo objeto é, na verdade, amor pelo Ser pleno no objeto e ele teria ficado feliz em vê-la buscar a felicidade de acordo com a sua natureza. Finalmente, a não-dualidade significa que a esposa não é outra senão o Ser pleno, como ele é, e, portanto, que a esposa nunca poderia estar separada

dele. Uma pessoa liberada sabe que “minha esposa” é apenas ignorância, reivindicando para o *jiva* o que na verdade pertence à *Isvara*.

A liberação é mais do que o conhecimento “eu sou a Consciência”. Ela inclui um claro conhecimento da realidade aparente, que modifica a vida do *jiva* no mundo. Aqui está um exemplo do conhecimento liberado bem assimilado que é a libertação:

“Quando você se ocupa de objetos, o apego surge. O apego causa o desejo e, quando o desejo é obstruído, a raiva surge. Uma mente raivosa é facilmente iludida, e a ilusão leva à perda de memória. Quando a memória se vai, a mente fica incapacitada. E quando a mente não funciona mais adequadamente, a vida é destruída. Mesmo quando você se move no mundo dos objetos, é possível alcançar a tranquilidade se os órgãos dos sentidos forem controlados e você ficar distante dos seus gostos e aversões. O autoconhecimento, facilmente estabelecido em uma mente tranquila, destrói a tristeza existencial. Mas, para a mente agitada, não há autoconhecimento. A contemplação não acontece e, sem contemplação do Ser pleno, não há paz. Sem paz, como pode haver felicidade? O autoconhecimento não será retido em uma mente distraída pela mudança de sensações. Elas o levam embora, assim como um vento forte carrega um pequeno barco pela água. Portanto, o autoconhecimento de alguém cujos sentidos estão livres de seus respectivos objetos é estável. Naquele mundo escuro, na luz do dia no qual todos os seres dormem, a pessoa sábia que dominou os sentidos está acordada. Assim como a água flui para um oceano deixando o oceano inalterado, os objetos que surgem na mente de uma pessoa autorrealizada não a alteram. Mas o desejoso dos objetos nunca é pacífico. Aquele que abandona a crença em “eu” e “meu” e se move pela vida sem desejos é pacífico. Isso é estabilidade no Ser pleno. Os autorrealizados não são iludidos pelas aparências.”

A autorrealização ocorre no Corpo Sutil, mas, a menos que o conhecimento cause um impacto positivo nas emoções e nas ações do mundo delineadas nesses versos, ele não é liberado. A prova do pudim está em comê-lo.

"Aquele que vê a inação na ação e ação na inação é sábio e faz tudo o que deve ser feito."

Uma pessoa liberada sabe que quando algo está acontecendo na realidade aparente, nada está acontecendo com o Ser pleno. Uma pessoa sentada em um trem que está parado, sentirá como se ele estivesse em movimento quando um trem em uma pista adjacente se move na direção oposta. A liberação é identificar-se com a estação imutável, não com os trens indo e vindo. Do ponto de vista da estação, nada está acontecendo. O sentimento “eu estou fazendo” é causado pela ignorância. O “Eu” está sempre livre da ação.

“Inatividade em ação”. Por exemplo, um barco no horizonte se movendo rapidamente para o mar parecerá imóvel para uma pessoa em pé na praia. Embora aparentemente não haja nada acontecendo, algo está acontecendo. Muitas pessoas pensam que o conhecimento “eu não sou o fazedor”, o que equivale à autorrealização, significa que um fazedor iluminado não faz nada. Na Índia, muitas pessoas acreditam que uma pessoa que fica sentada em um ponto por anos a fio é iluminada, porque está livre de ação. Mas sentar é uma ação, assim como andar. Pode dar a aparência de inatividade, mas é uma ação. O fazedor não pode deixar de agir. Está sempre agindo. A liberação é o entendimento de que a libertação da ação não pode ser alcançada sem fazer nada. Entendendo isso, a pessoa liberada aparentemente está engajada no mundo como todo mundo. “Eu não sou o fazedor” significa “Eu sou a Consciência ilimitada, não-dual, sem ação”. Não é uma declaração sobre o *jiva*.

“Os sábios dizem que uma pessoa é sábia se suas ações foram queimadas no fogo do autoconhecimento. Tais pessoas agem sem desejo pelos resultados de suas ações. Conseqüentemente, elas estão contentes, porque não dependem de resultados para fazê-las felizes. Elas estão livres do executor mesmo quando agem. Aqueles que são livres de expectativas, cujos corpos, mentes e sentidos são bem disciplinados, livres do apego às posses e agindo apenas para sustentar o corpo, estão felizes com o que vem por acaso, sem serem afetados pelos opostos, sem inveja, imperturbável no sucesso e no fracasso e livre da necessidade de agir, enquanto agindo, são livres. O *karma* daqueles que estão livres do apego, cujas mentes foram libertadas pelo autoconhecimento e que realizam a ação como uma oferenda, está completamente limpo.”

Uma pessoa liberada é um *karma yogi* que não precisa praticar o *karma yoga* para purificar a mente. A atitude é natural, sem esforço. O *karma yoga* é apenas uma descrição de como o Ser pleno sem ação, aparecendo como um *jiva* com poderes para agir pelo poder de *Isvara/Maya*, se relaciona com a ação e os seus resultados.

Essa pessoa aparente é, na verdade, o Ser pleno. Essa pessoa vive no corpo de forma diferente do resto de nós. Embora pareça que essa pessoa é ele ou ela, não há sentimento de gênero para ela. Não acha que é dona de coisa alguma. Ela age apenas para manter o corpo, porque não precisa de nada do mundo. Está aqui apenas para desfrutar. Ela apenas espera pelo que precisa acontecer. Tem fé completa em *Isvara* para cuidar dela. Não quer ser como qualquer outra pessoa – ela é “livre de inveja”. Pode agir, mas não precisa agir quando situações subjetivas ou objetivas demandam uma resposta. Ela vê suas ações como contribuinte, não extraindo valor do seu ambiente.

"Aqueles que não veem diferença entre um humilde *brâmane* dotado de conhecimento e uma vaca, um elefante, um cachorro ou um comedor de cães (pária) são sábios."

É claro que essas pessoas não confundiriam uma vaca com um elefante, nem um cachorro e um comedor de cães (pária). Elas sabem que vaca, elefante, cachorro e comedor de cães são apenas pensamentos na mente, cuja essência é a Consciência. Um verso das escrituras do *Yoga* diz: "Um *yogi* em *samadhi* não vê diferença entre um pedaço de ouro e os excrementos de um corvo." Isso não significa que tal pessoa tentará depositar cocô de corvo no banco. Isso significa que a essência de tudo é a Consciência. "*Samadhi*" é uma palavra composta. *Sama* significa "igual" e *dhi* é uma forma contraída de *buddhi*, que significa "conhecimento". Assim, a palavra significa alguém que valoriza tudo igualmente. Se ele vê outros Seres plenos, ele os valoriza tanto quanto valoriza a si mesmo. A utilidade dessa visão em termos de felicidade é óbvia, pois as pessoas que veem diferenças estão continuamente em conflito.

"Se você está desperto para o Ser pleno, se deleita com o Ser pleno e está satisfeito apenas com o Ser pleno, você é livre."

A pessoa liberada é completamente livre da dependência de objetos para sua felicidade. Na medida em que a ausência de um objeto causa uma sensação de perda ou a presença de um objeto é necessária para fazer com que você se sinta bem, você não está liberado.

"Você alcançou a liberação quando não está mais ligado aos objetos dos sentidos ou à ação e removeu a causa do desejo."

Não apego aos objetos dos sentidos e ação não são suficientes. Você precisa estar livre da ignorância da totalidade do Ser pleno, pois é a causa do desejo. Isso não quer dizer que pessoas iluminadas não tenham desejos. Significa que elas não são comandadas pelos desejos, como o verso diz, elas "[podem] desistir dos desejos conforme aparecem na mente". Isso não significa que elas não possam agir com base no desejo. Se a realidade é não-dual e o desejo existe, tem que ser o Ser pleno - embora o Ser pleno não seja o desejo. É o desejo que não se opõe ao *dharma*. Em outras palavras, uma pessoa liberada realiza apenas ações que estão em harmonia com o *dharma*, a ordem cósmica. Na fase de busca e na fase de autorrealização, os desejos que provêm da incompletude e da inadequação devem ser renunciados. Uma pessoa liberada não tem desejos que surjam de um sentimento de inadequação. Seus desejos são os desejos de *Isvara*. Como *Isvara* é a fonte do *dharma*, não há perigo de que tal pessoa aja egoisticamente, pois todos os desejos de *Isvara* se relacionam com a manutenção da ordem cósmica. Você estará ligado apenas às suas próprias *vasanas*, não às *vasanas* dos outros.

Uma pessoa liberada não é, no entanto, obrigada a agir motivado pelos desejos de Isvara. Restringi-lo dessa maneira limitaria sua libertação, porque o Ser pleno está além do dharma e do adharma. Às vezes os interesses do dharma são sustentados por atos adharmicos, então você pode observar uma pessoa liberada ocasionalmente quebrando as regras. A questão concernente à ação, que ocorre na ordem dharmica, é sempre sobre o conhecimento. O que uma pessoa sabe quando está agindo? Uma pessoa autorrealizada sabe que Isvara é o fazedor, mas ainda tem vasanas egocêntricas que sobraram de sua permanência na ignorância. Ela não desenvolverá novas vasanas, porque a ignorância se foi, mas ela ainda tem que aturar os efeitos da ignorância. Assim, a discriminação é necessária para o autorrealizado até que os efeitos da ignorância sejam reduzidos a cinzas no fogo do autoconhecimento. A pessoa liberada sabe que Isvara é o fazedor, mas não precisa discriminar, porque suas ações estão automaticamente alinhadas com os desejos de Isvara e, porque os efeitos da ignorância foram queimados pelo autoconhecimento. Portanto, o desejo e a ação egoísta não são mais um problema. É por isso que as escrituras dizem que a pessoa liberada é Isvara. Ela não tem a capacidade de criar, sustentar ou destruir os Corpos Macrocósmicos Densos, Sutis e Causais, mas ela está acima de Isvara e acima do jiva, porque ela é na verdade o Ser pleno, e o Ser pleno não é afetado pelo jiva e por Isvara.

“Aquele para quem o mundo não desaparece (permanece) e não se retrai do mundo, que é autossuficiente e estável, não inclinado a iniciar ações autocentradas, que não se deixa levar pela alegria, raiva ou medo ...”

Como as pessoas autorrealizadas lidam com o fazedor pode ser um problema, porque é claro para elas que a ação e seus resultados não podem completá-las. No entanto, muitas vezes se sentem desiludidas e à deriva, e parecem pensar que a vida não tem sentido quando descobrem que é um sonho; "vazio" é a palavra mais comum usada para descrevê-la. A maioria acreditava que o fazedor desapareceria e o problema da ação seria resolvido. Mas o fazedor permanece, como ele é criação de *Isvara* e é um fator necessário no mecanismo de estímulo-resposta *karmico*. O fazedor está ativo contanto que você esteja corporificado. Porque você está identificado com o fazedor, você sente que precisa preparar algo novo. Uma das reações mais óbvias a esse problema é iniciar um novo negócio e “ensinar”. Mas este verso diz que uma pessoa liberada não “inicia ações egocêntricas”, porque ela está satisfeita apenas com a bem-aventurança do Ser pleno. A solução: continue a investigação até entender a diferença entre o fazedor e o “senso de executor” (eu sou o fazedor). Executor é a noção de que você é o fazedor. Quando você realmente entende a natureza dos *gunas*, o problema desaparece, porque os *gunas* geram ação sem a permissão do fazedor.

Na maior parte das vezes, na euforia da realização, o buscador percebe que não há nada a fazer e desiste da investigação. A investigação não é algo

de que o fazedor deva desistir. Vai finalizar quando o conhecimento foi completamente assimilado e os efeitos da ignorância removidos. Mas a afirmação das escrituras de que não há nada a fazer para o autorrealizado não significa que a ação não seja mais necessária para uma vida bem-sucedida, apenas que as ações centradas em resolver a questão da identidade não são mais necessárias. Então, durante essa etapa, você continua contemplando os ensinamentos sobre a ação até que a dúvida seja esclarecida. A autoinvestigação é um trabalho nobre. Depois de saber quem você é, a sua visão se expande para incluir o mundo inteiro. Assim, as necessidades infinitas dos outros para a libertação se tornam suas necessidades e você contribui da maneira que puder para ajudá-las.

“Aquele que trata inimigos e amigos sem distinção, vê sucesso e fracasso na mesma luz, permanece inalterado quando honrado ou desonrado, vê prazer e dor, calor e frio igualmente, fica livre de objetos, é disciplinado na fala, não tem lugar para chamar de seu”, é autoexplicativo. E finalmente, “essas pessoas não são contrárias a qualquer condição mental - mesmo *tamas* - quando predomina. Nem anseiam por qualquer estado mental quando ele vai embora.”

Finalmente, nossa definição de iluminação inclui como os liberados se relacionam com seus estados mentais. Eles não são incomodados por sentimentos ruins - *tamas* e *rajas*. Então eles não esperam que a mente se sinta bem, porque eles sabem que seus humores são controlados pelos *gunas*.

• • •

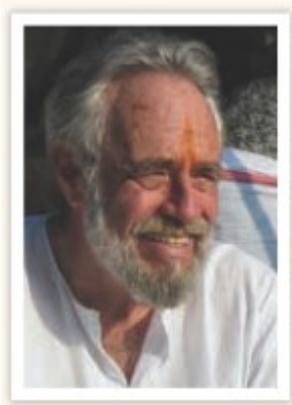
O mundo espiritual moderno, dominado pelo Neo-Advaita nos últimos vinte anos, não é diferente da cultura em que se estabeleceu. Sem culpa. Foi preciso o ensinamento do Vedanta, que é verdadeiramente uma ciência da Consciência, um par de mil anos para se tornar um meio de conhecimento refinado, abrangente e comprovado, por isso não podemos comparar os dois. A espiritualidade moderna é uma cultura preguiçosa e de fast food. Procura o caminho mais fácil, uma solução rápida. “Não há nada para fazer, nenhuma qualificação é necessária; você pode simplesmente obtê-la”, afirmam os vendedores ambulantes. Porque as pessoas estão ansiosas para se distinguir, elas são suscetíveis a essa mensagem. Elas não podem esperar para serem respeitadas e amadas, para ganhar uma identidade com um significado real, ao contrário das ofertas vastas, mas insubstanciais, a serem arrancadas das infinitas prateleiras do supermercado de identidades que é a vida moderna. Assim, uma epifania de terceira categoria será suficiente como uma estrutura frágil na qual se constrói uma identidade espiritual. “Eureka! Eu encontrei ouro. Eu estou iluminado!”

A assustadora lista de sinais de iluminação do Vedanta, reveladas neste capítulo, separa os homens iluminados dos meninos. Se você for tentado a pensar que é iluminado, especialmente se a iluminação envolve informar os

outros, você deve contemplar cuidadosamente este capítulo. É uma lista de verificação. Ela vai te dizer onde você está. O seu autoconhecimento transformou você em um ser humano verdadeiramente sofisticado ou a sua iluminação é simplesmente uma afirmação infundada? Se você aprecia o comentário do décimo terceiro mestre zen Dogen, o fundador da Soto Zen: “Subsequente aos bons modos a iluminação é a coisa mais importante do mundo”, você é uma grande alma. Se não, não.

A ESSÊNCIA DA ILUMINAÇÃO

VEDANTA, A CIÊNCIA DO CONHECIMENTO



JAMES SWARTZ cresceu em Montana e frequentou a Lawrence University em Appleton, Wisconsin, e a Universidade da Califórnia em Berkeley antes de encontrar seu nicho no mundo dos negócios. Ele alcançou grande sucesso como empresário, mas em 1967 experienciou uma grande epifania que o afastou desse caminho. Como alternativa, ele viajou para a Índia em uma jornada espiritual, buscando o caminho para a iluminação. Foi lá que ele soube do famoso sábio indiano Swami Chinmayananda, cujo conhecimento e ensinamentos provaram ser o meio para libertar James.

Agora como um discípulo do sábio, James viaja extensivamente para cidades na América, Europa e Índia para realizar seminários sobre o Vedanta, a ciência da autoinvestigação. Ele fornece recursos para entender a não-dualidade através de seu site, ShiningWorld.com.

James publicou anteriormente quatro livros de não-ficção: *Meditation: An Inquiry into the Self* (1998), *How to Attain Enlightenment: The Vision of Non-Duality* (2009), *The Mystery Beyond the Trinity: Love and Knowledge* (2014) and *Inquiry into Existence: The Lamp of Knowledge* (2015).