



Este texto está disponível no site *Shri Yoga Devi*, <http://www.yogadevi.org/>

Yoga Vasishtha

Ensinaamentos do sábio Vasishtha ao seu discípulo, o príncipe Rama. Por Valmiki

Seleção de trechos, traduzidos por **Gustavo André Cunha**

A obra denominada **Yoga Vasishtha** (योग-वासिष्ठ) é um texto espiritual indiano atribuído tradicionalmente ao sábio Valmiki. Parece ter sido escrita aproximadamente entre os séculos V e XIV d.C., embora seja difícil datar esse tipo de texto. A obra completa é muito grande, constituída por mais de 30.000 versos. Contém muitas narrativas que apresentam, de forma clara e interessante, os ensinamentos sobre a não-dualidade (*Advaita Vedanta*), apresentados como fundamento para a compreensão dos objetivos do Yoga. A obra parece ter sofrido influências budistas e tem forte tendência Shivaísta. É um livro muito respeitado, na Índia. É também conhecido por outros nomes: *Maha-Ramayana*, *Arsha-Ramayana*, *Vasishtha-Ramayana* e *Vashishtha Gita*.

A história do texto é ambientada em um encontro entre o sábio Vasishtha e o príncipe Rama. No início da história, o príncipe está retornando ao palácio depois de visitar todo o reino, e parece desanimado, desiludido com o mundo. Seu pai, o rei Dasaratha, conversa com o sábio Vasishtha, falando estar preocupado com seu filho, e o sábio o consola, dizendo que o desânimo aparente de Rama é um bom sinal, por mostrar que ele está se libertando do apego pelo mundo e que está pronto para receber os ensinamentos espirituais. Então, pede que Rama seja chamado, e durante vários dias o instrui sobre os mais profundos conhecimentos, que formam o corpo desta obra.

O ensinamento central, em harmonia com o *Vedanta*, é o de que apenas existe uma única realidade, *Brahman* (o Absoluto), que é idêntico ao Eu mais profundo de cada um de nós (*Atman*), que é o observador, a consciência, a testemunha de tudo. Todo o universo é uma ilusão, e quando se percebe isso, chega-se ao fim de todos os sofrimentos. Não existe a multiplicidade, não existe diferença entre o sujeito e o objeto, existe apenas uma única realidade, uma Unidade.

O *Yoga Vasishtha* apresenta um vasto conjunto de ensinamentos filosóficos, explica a natureza da consciência humana, discorre sobre a natureza do universo, o processo de libertação espiritual, e a concepção não-dualista da realidade.

Há uma tradução completa para o inglês, que pode ser encontrada neste endereço:

<http://www.scribd.com/group/73643-yoga-vasishtha-mitra-translation>

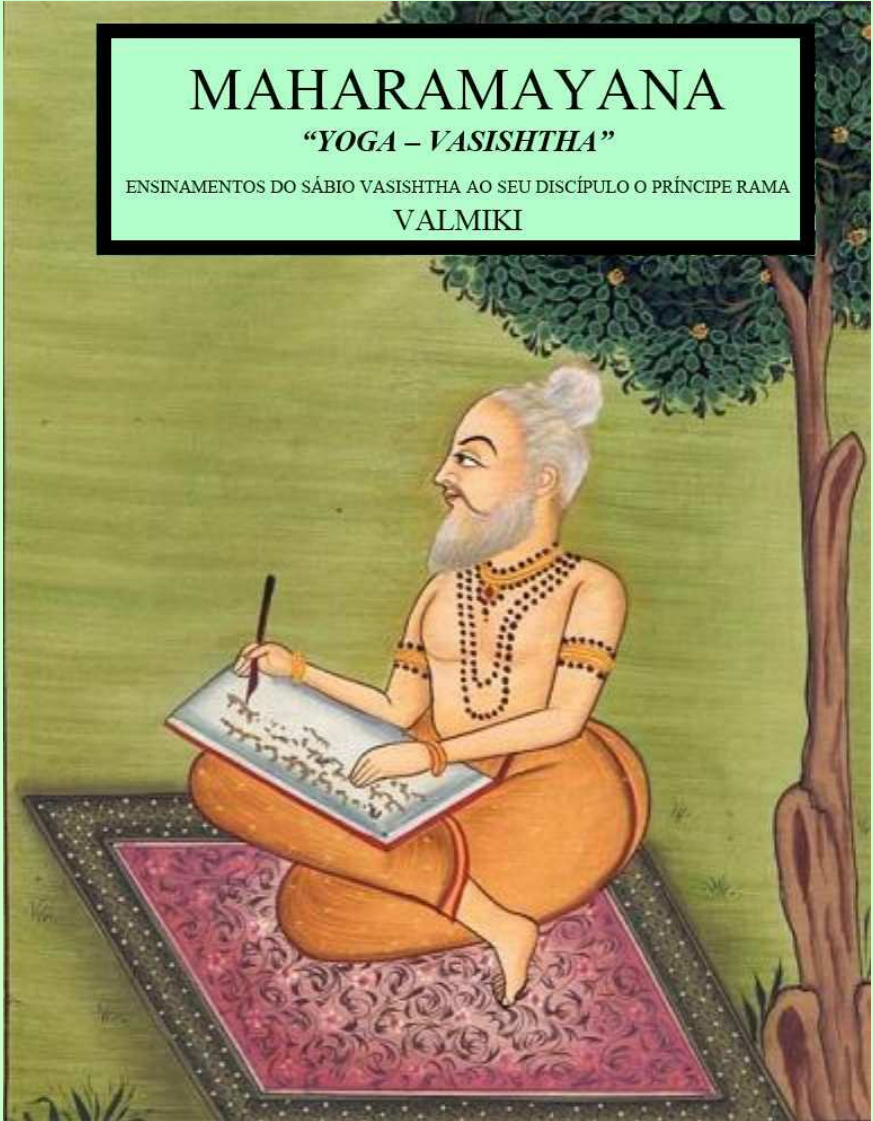
Há também uma tradução em inglês resumida (*Laghu Yoga Vasishtha*), disponível neste site:

<http://www.archive.org/details/yogavasishthalagh00aiveuoft>

MAHARAMAYANA

“YOGA – VASISHTHA”

ENSINAMENTOS DO SÁBIO VASISHTHA AO SEU DISCÍPULO O PRÍNCIPE RAMA
VALMIKI



Tradução para o português por Gustavo André Cunha

<http://www.scribd.com/doc/15896812/YogaVasishtha1aParte>

INTRODUÇÃO

A obra titulada Yoga-Vasishtha, conhecida também como Maharamayana, é composta por trinta e dois mil versos atribuídos ao sábio Valmiki, o primeiro poeta que se expressou na língua sânscrita tal como hoje a conhecemos. Na realidade, Valmiki poderá sempre reclamar para si o feito de ser o maior dos poetas sânscritos, e o Yoga-Vasishtha está penetrado de uma poesia da mais alta inspiração.

Swami Vidyanaya, ilustre estrela do firmamento da filosofia oriental, cita mais de uma centena de versos do Yoga-Vasishtha na sua célebre obra Jivan-Mukti-Viveka, escrita muito antes do nascimento de Shakespeare.

O Yoga-Vasishtha tem sido o livro preferido de yoguis e ermitas nos seus retiros nos Himalayas, assim como por reis e homens de estado da Índia. Partilham a opinião de que quem o estuda com atenção e vive os seus ensinamentos passa por cima das limitações da matéria e, experimentando uma imutável beatitude no seu próprio ser, transmite ao próximo a sua exaltação Espiritual por meio da bondade e da verdadeira filantropia.

Os ensinamentos yóguicos tradicionais, tal como são entendidos e praticados pelas mais altas autoridades da ciência Espiritual do Oriente, encontram-se resumidos nos extractos que seleccionamos para a feitura deste volume.

PRIMEIRA CONVERSA

Quando o santo e sábio Vasishtha, vestindo um hábito amarelo e levemente inclinado, fez a sua entrada, às seis da manhã, na assembleia real, o soberano e os seus ministros levantaram-se e, todos em pé, exclamaram: *Om Namō Narayanaya*¹, *Mahatma*!²

O santo *Rishi*³ benzeu-os e, ocupando o assento mais elevado, começou a falar dirigindo-se ao príncipe Rama:

“Qualquer que seja a companhia com que se encontre quando cumpre com os deveres da vida, o homem sábio controla os movimentos da sua mente. Não deve ser absorvido pelas preocupações do mundo nem ocupar-se de pensamentos relativos às coisas desta vida. À mente não se deve deixá-la errar pelo extenso âmbito dos prazeres exteriores nem apegar-se aos objectos e às acções dos sentidos.

Deixa que descanse unicamente em *buddhi*⁴ sem que goste de delícia alguma senão na sua própria delícia. O homem sábio permanece completamente em si mesmo e a sua tranquilidade de espírito é comparável à firmeza de um cume dos Himalayas, imutável o tempo todo e em todas as

¹ *Om Namō Narayanaya*: Om. Saudações a Deus, Senhor de todas as coisas.

² *Mahatma*: “Aquele que está dotado de uma grande alma.”

³ *Rishi*: Sábido que alcançou Deus; alma perfeita; aquele que atingiu o conhecimento da sua própria divindade e a identidade da mente com Deus.

⁴ *Buddhi*: Faculdade de discriminação ou razão intuitiva. Trata-se do aspecto superior da inteligência por oposição à mente inferior (*manas*).

estações. Um estado de mente assim alcança a maturidade com o tempo e adquire-se com a prática constante de *Yoga*⁵ e com o serviço ao Mestre.

Então o yogui liberta-se tanto do sofrimento como do medo e supera as ilusões aflições do mundo; não teme perder esse estado. Quem tiver chegado a esse objectivo, afasta com riso e desprezo a turbulenta esfera da terra, como alguém que, a partir de uma elevação, observa sorridente os objectos situados debaixo dele.

Oh Rama, os mestres de *Yoga Adhyatma*⁶ afirmam que um dos meios mais fáceis para alcançar esse estado é a suprema devoção a Deus, assim como o Yoga.

Tu, oh Rama, conhecestes a verdade — ao saber que Deus governa o mundo — e entendeste a Natureza divina na totalidade do seu triplo estado⁷. Como não vês o oceano senão uma única e vasta substância, a água, tão pouco no império do universo distingues outra coisa que não seja o Senhor universal.

Assim, como a percepção de uma flor é acompanhada pela percepção do seu perfume, também o conhecimento de *Atman*⁸ é inseparável do conhecimento da mente. Como num espelho não se vê mais que uma parte dos céus que o cobrem todo, assim o omnipresente *Atman* não pode perceber-se mais que em parte no espelho da mente.

⁵ *Yoga*: Aqui significa uma via (que tem como meta o conhecimento ou a iluminação) que consiste em ser discípulo sob supervisão de um Mestre tradicional. Os quatro aspectos desta via yóguica são:

I. Estudo da sua doutrina Espíritaol com exame de consciência e autocontrole.

II. Prática da meditação segundo o método tradicional recebido.

III. Serviço ao Mestre Espíritaol.

IV. Vida de acordo com os preceitos religiosos (*dharma*) guiada conscientemente na honestidade, virtude, bondade e humildade, tendo sempre cuidado em não prejudicar nenhuma criatura viva.

⁶ *Yoga Adhyatma*: Literalmente, “O Yoga que se refere a Si mesmo”. A sua base metafísica é não dualista (*a-dwaita*) e o seu maior representante e comentador foi Shri Shankaracharya.

⁷ *Tripló estado*: Diz-se que a natureza (*Prakriti*) está composta na sua totalidade por três qualidades fundamentais (*gunas*), que são *sattva* (luz, harmonia), *rajas* (paixão, actividade) e *tamas* (obscuridade, inércia).

⁸ *Atman*: O verdadeiro Si mesmo; o Espírito imortal e imutável do homem.

O Espírito supremo, não limitado pelo tempo nem pelo espaço, dá a Si mesmo, pela sua própria vontade e em virtude da Sua onnipotência, as formas limitadas de tempo e espaço. Percebe que o mundo não tem nada de substancial, embora possa parecê-lo: não é mais que vazio, só uma aparência criada pelas imagens e fantasias da mente. Percebe que o mundo é um teatro de sortilégios procedente da magia de *maya*⁹.

Todo este mundo é *Brahman*¹⁰. O que há fora d'Ele? De onde poderia vir isso? Onde encontraria lugar? O mundo é criação do erro e ídolo dos insensatos. Separa dele todo o desejo falacioso e todo o pensamento, oh Rama, oh filho bem amado, e recorda-te do teu sempre luminoso *Atman*.” Rama reflectiu sobre as palavras do seu santo instrutor.

“O que significa esta peregrinação que fazemos pelo mundo”, pensou, “e porque é que todos estes seres humanos e animais se vêem forçados a fazer a sua entrada e saída no cenário deste teatro evanescente que é a vida? Qual é a natureza da nossa mente e como deve governar-se? O que é esta *maya* do universo? Qual é a sua origem e como podemos eludi-la? Como aprisiona a mente¹¹ e que vantagem ou desvantagem há em desembaraçar-se desta ilusão? O que disse *Muni*¹² dos métodos destinados a dominar os apetites do espírito e dos resultados que com eles se obtêm? O que disse da tranquilidade do espírito?”

Os nossos corações e as nossas mentes são quem tende a desvendar o mundo fenoménico para nós e, desta existência irreal, fazemos uma

⁹ *Maya*: O poder criador e autocondicionante do Senhor omnisciente e omnipresente; o meio irreal pelo qual o Espírito supremo (*Brahman*) Se manifesta. Não possui nenhuma existência independente de Deus, e por ele não pode considerar-se nem como absolutamente existente, nem como não-existente. Trata-se do Poder divino que permite à realidade Espiritual aparecer como mundo fenoménico.

¹⁰ *Brahman*: O Absoluto, designado assim porque não há nada no universo, passado, presente ou futuro, que esteja em relação com Ele. A palavra significa “Majestade”. *Brahman* é o Eterno, o não-condicionado e a suprema Realidade, sem segundo (*advaita*), sem atributos, sem acção é impossível aproximar-se d'Ele mediante palavra ou pensamento. O *Avadhut Gita* disse: “*Brahman* não é nem o Conhecedor nem o Conhecido; as Escrituras (*Vedas*) não podem demonstrá-lo: as palavras não podem descrever esta Consciência absoluta; perante sua Majestade, a mente está perdida. Como poderia eu descrever-te este Eterno?”

¹¹ *Atma (jiva)*: A consciência individualizada ou condicionada.

¹² *Muni*: Vidente.

realidade. Todas essas coisas estão entrelaçadas entre elas em nossas mentes e se dissipam quando os nossos apetites mentais diminuem. A débil luz da razão vê-se eclipsada pelas sombrias nuvens das paixões e cobiças. Como posso, pois, distinguir o verdadeiro do falso?

Por um lado, a mente conduz-nos ao conhecimento Espíritoal e, por outro lado, desvia-nos rumo ao mundano. Quando se acalmarão por completo as minhas ansiedades? Quando terminará a minha inquietude? Quando será que a minha mente possuirá sua santidade? Quando deterá o meu capricho o seu voo para concentrar-se na Verdade interior? Quando será que a minha mente se absorverá no Espírito supremo como se apazigua uma onda agitada no seio de um mar calmo? Quando a luz da razão dissipará esta sombria nuvem de ignorância que envolve a minha Essência divina com o véu desta forma lamentável? Tenho que reflectir sobre os ensinamentos do bem aventurado Sábio e depois sobre a conduta que deve seguir quem aspira à libertação¹³. Quero praticar a virtude, quero participar em *Sat-Sangas*¹⁴ com uma intenção pura e servir o meu Instrutor. Devo ter ouvidos surdos para tudo o que não é divino; devo viver em oração e meditação.”

¹³ *Libertação (moksha)* da escravidão da existência mortal juntamente com todos os seus sofrimentos e limitações mediante a aquisição do conhecimento Espíritoal. É a destruição da ignorância (*avidya*), que proporciona ao yogui a libertação do ciclo recorrente do nascimento e da morte, assim como a realização do verdadeiro conhecimento de Si mesmo.

¹⁴ *Sat-Sanga*: Assembleia tradicional de yoguis presidida por um Mestre tradicional onde se ensina e medita a verdade Espíritoal.

SEGUNDA CONVERSA

Quando a música anunciou a chegada de um novo amanhecer, Rama, junto a seu pai o rei e seus irmãos, voltou à assembleia. O bem aventurado Vasishtha disse:

“Oh Rama-ji, entende que este mundo é uma contínua ilusão alimentada por homens de natureza apaixonada ou indolente¹⁵: eles são quem mantêm este edifício irreal, da mesma maneira que os pilares seguram uma construção.

O homem inteligente deve observar os fenômenos do mundo e, discernir neles o real do irreal, ater-se apenas à realidade.

A mente é quem cria o mundo e o desintegra na sua própria imaginação. O melhor meio de preservar a mente da ilusão é, antes de tudo, conhecer os elementos desta sabedoria sagrada; depois, a prática do humor estável e, por último, o convívio com homens bons, que conduz o espírito até à pureza.

A mente penetrada de santidade e de humildade deve recorrer a mestres de *Yoga* que contem com a nossa benção e que estejam versados em filosofia. Graças aos seus ensinamentos, a mente chega a perceber, pelas suas próprias meditações, a presença de Deus em si mesma; e vê o universo desvendar-se perante ela como os claros raios da lua.

¹⁵ *Natureza apaixonada ou indolente*: A mente e o corpo físico, como o resto da criação, participam das três qualidades constitutivas da Natureza (*prakriti*). Assim, a natureza da “personalidade” de todo o ser humano está determinada pelo predomínio destas três qualidades (*gunas*): pureza e bondade (*sattva*), paixão-combate (*rajas*) ou preguiça e ignorância (*tamas*).

O Espírito divino é imperecível e, quando se dá a conhecer à mente humana, deixa de subsistir até o último ápice de erro.

Oh homens, desconhecendo o Espírito divino, *Brahman*, não fazeis mais que submeter vossas almas ao sofrimento e, por outro lado, conhecendo *Brahman*, alcançais a felicidade eterna e a serenidade.

Oh Rama-ji, entende que o Espírito vê-se tão pouco manchado pelo seu vestido externo como o céu pelas nuvens de pó. Por mais extensos que sejam, todos os fenómenos do mundo que percebemos ao nosso redor não são senão as ondas do oceano ilimitado do Espírito divino.

Meditando sobre o Espírito supremo¹⁶ dentro de ti e contemplando-o à luz da tua pura *buddhi*, submergirás na glória de *Brahman*.

Sê tolerante, calmo e de humor estável; mantêm-te ponderado, reservado em palavras e doce em tua mente, e sê como uma jóia preciosa que brilha com a sua luz interior. Ver-te-ás, assim, livre do tráfego febril desta vida mundanal.

Liberta-te do hábito dos teus desejos e limpa dos teus olhos o adorno da afeição ilusória. Deixa a tua mente satisfeita repousar no teu *Atman* e libertar-se das obsessivas inquietudes deste mundo.

Conhecendo a irrealidade do mundo, nenhum homem com sabedoria se deixa enganar pelos seus sempre mutáveis cenários.

O mestre Espíritoal é quem, com a justiça da sua argumentação, desperta a mente indolente e dormente e quem, em seguida, instiga nela a palavra da verdade.

Primeiro servindo com diligência aos bons e compassivos *gurus*¹⁷ e depois graças ao raciocínio, os homens de intenção pura alcançam a luz da Verdade percebida como resplendor divino na sua mente. Chegam a ser como eu sou, oh Rama-ji.”

Perguntou Rama:

“Diz-me, oh Sábio de mente elevada, como pode a criação proceder do supremo *Brahman*, de quem disseste que está imóvel no vazio?”

¹⁶ *O Espírito supremo*: Assinalemos que *Atman*, o princípio eterno ou Si mesmo do homem, e *Brahman*, o Ser puro, o Absolutamente Incondicionado, são na realidade uno e idênticos: a mente individualizada (*uva*) imagina erroneamente, sob os efeitos da ignorância (*avidya*), que há uma diferença entre ambos.

¹⁷ *Guru*: Instructor tradicional ou mestre de Yoga.

Respondeu Vasishtha:

“Oh príncipe, a natureza de *Brahman* é de tal modo que todo poder procede incessantemente d’Ele: por isso diz-se que todo poder reside n’Ele. N’Ele estão a entidade e a não-entidade; n’Ele também estão a unidade, a dualidade e a pluralidade, assim como o princípio e o fim de todas as coisas.”

Disse Rama:

“Venerado Senhor, as tuas palavras são muito escuras e não consigo compreender o que dizes. Todo o que está produzido por algo é invariavelmente da mesma natureza que o seu produtor: a luz é produzida pela luz, o trigo pelo trigo e o homem nasce do homem. Logo, o criado pelo Espírito imutável deve ser também invariável e de natureza Espíritoal. Por outro lado, o Espírito inteligente de Deus é puro e imaculado, ao passo que a criação é impura e feita de matéria grosseira.”

Ao escutar estas palavras, disse o grande Sábio:

“Rama-ji, *Brahman* é toda pureza e não há impureza alguma n’Ele: as ondas que se movem na superfície podem ser fétidas, mas não contaminam as águas profundas.”

Replicou Rama:

“Senhor, *Brahman* está isento de sofrimento, enquanto que o mundo está cheio dele. Por isso não posso compreender-te quando dizes que este é uma produção de aquele.”

Perante estas palavras, o grande Sábio Vasishtha guardou silêncio. Fez para si mesmo a seguinte reflexão:

Não é culpa do homem instruído duvidar de uma coisa enquanto não lhe tenha sido explicada de maneira satisfatória, como é o caso do príncipe Rama. Mas o homem instruído com meias verdades não está apto para receber um ensinamento Espíritoal, já que a sua visão do mundo visível, circunscrita aos objectos imediatos, demonstra a causa da sua perdição.

Quem chega a contemplar a luz transcendente e vislumbra com claridade as verdades Espíritoais, não sente o desejo de prazeres sensoriais; com o tempo, chega à conclusão de que *Brahman* é tudo em tudo.

O discípulo deve primeiro estar preparado e purificado pela meditação, piedade e prática de *Yoga*, assim como pelo exercício quotidiano da calma e

autocontrole, e então se irá iniciando lentamente na convicção de *Kham Brahman*¹⁸.

Disse então Vasishttha:

“Dir-te-ei, oh Rama, no final destas conversas, se o desejo dos corpos grosseiros pode ou não atribuir-se a *Brahman*. Neste momento, entende que *Brahman* é onipotente, que penetra tudo e que Ele é todo Ele mesmo, da mesma maneira que os magos, mediante práticas diversas, produzem à vista das pessoas numerosas coisas que são irreais aparências.

Tudo o que se produz, com qualquer forma, em qualquer tempo ou em qualquer lugar, não é senão uma variação da Realidade Única que existe por Si mesma. Por isso, oh Rama, deverias maravilhar-te de cada mudança acontecida no tempo e no espaço, que está cheia do Espírito de Deus e ilustra o aspecto ilimitado do Infinito.

A mente de aquele que em tudo vê Deus e permanece firme de carácter já não tem razão de flutuar segundo as variações da natureza ou das vicissitudes da sorte. O Senhor manifesta os poderes que residem n’Ele, como o mar manifesta as ondas sem sair de si mesmo.

A mente que é testemunha das verdades Espirituais e se estabelece em perfeita equanimidade sem ser afectada pelos acidentes exteriores, vislumbra que a luz da Verdade reside nela.

Quando há uma lamparina, também há luz; e o sol radiante traz consigo o dia; onde há uma flor também há perfume; assim, onde está o Espírito vivo, está o conhecimento do mundo.

O mundo que aparece ao seu redor é como a luz de *Atman*. As almas dos homens estão dotadas deste conhecimento desde que nascem. Depois, à medida que crescem, desligam-se durante o curso de tempo em forma deste amplo bosque que é o mundo.

Entende, oh Rama-ji, que mesmo que ao falar d’Ele se diga correntemente: “Tudo está criado por, ou tudo vem de Deus”, na realidade, no sentido Espiritual não é assim. Nenhuma mudança, nenhuma separação, nem nenhuma relação de espaço ou de tempo tem que ver com o Supremo, que é imutável, infinito e eterno; nem aparecimento ou desaparecimento algum Lhe concernem.

¹⁸ *Kham Brahman*: “Tudo é Deus” (porque toda a diferença, toda a criação, é apenas fenoménica e não real).

A mente, por ter nascido d'Ele, dispõe tanto do poder como da inteligência de Seu intelecto e, se se aplica com ardor, alcança a meta proposta.

Dizer que a chama de um fogo é produto de outra chama é um sofisma, e, uma asserção assim não contém a verdade. Não se trata de um produto, senão da mesma coisa.

Pretender que um seja o produtor de outro é igualmente falso, dado que o *Brahman* único não pode, sendo infinito, produzir outra coisa que Ele mesmo.

Brahman é o intelecto (*buddhi*). *Brahman* é a mente (*manas*). É a inteligência (*chit*). O universo inteiro é *Brahman* e, contudo, Ele está para além de tudo isso. Na realidade, o mundo é uma não-entidade, já que tudo é unicamente *Brahman*.

Nada pode provar-se como absolutamente certo para além da existência de *Brahman*, e a santa *Shruti*¹⁹ declara: “De facto, tudo é *Brahman*.”

Prolongar-me-ei por completo sobre este tema, oh Rama, nas minhas últimas conversas; a tua mente deve progredir mais antes que possas compreendê-lo.

Como uma arma é esquivada por outra e uma forma de impureza pode ser apagada por outra²⁰, como um veneno elimina-se com outro, assim a abolição do conhecimento erróneo por um conhecimento superior traz a alegria à mente.

A existência do mundo depende de facto da existência do supremo *Brahman*; sabe-o e não te perguntes como, ou de onde, há chegado a existência.

Domina os teus desejos, oh Rama, e pratica a renúncia e o desapego. Serve todos os seres vivos; escuta os ensinamentos e sê simples de espírito.

¹⁹ *Shruti*: Literalmente, o que foi revelado». Os *Vedas* e as demais Escrituras que são autoridade, onde estão contidas as Verdades Espiritualmente reveladas aos videntes de tempos antigos, são conhecidas em conjunto pelo termo *Shruti*.

²⁰ *Uma forma de impureza pode ser apagada por outra*: Quiçá se trata de uma alusão a a noz *kataka*, exemplo citado pelo grande filósofo Shri Shankaracharya. Quando se sacode uma de suas sementes para dentro de um jarro de água, esta adquire o poder de precipitar para o fundo todas as partículas de lodo e pó, devolvendo assim à água a sua claridade.

Não te pareças com aqueles que, presos na centuplicada armadilha de vãos desejos e submetendo-se às múltiplas formas das suas ânsias, passam de um corpo a outro, de encarnação em encarnação, como os pássaros voam de uma árvore para voltar a pousar noutra.

Tenta desfazer-te de todo o desejo terreno, oh Rama, e consagra o teu coração ao santo *Yoga*.”

TERCEIRA CONVERSA

Continuou o Bem-aventurado Vasishtha:

“Deves considerar todas as coisas à luz dos *Shastras*²¹ e penetrar no seu verdadeiro significado; também tirarás proveito dos ensinamentos do teu Mestre meditando neles na tu mente e com o constante empenho em desdenhar o visível até que chegues a conhecer o Uno invisível.

Podes chegar a esse estado de santidade mediante a quietude, o conhecimento dos *Shastras* e da sua doutrina, escutando as homílias dos mestres Espíritoais, assim como adquirindo a convicção de que és capaz de consegui-lo.”

Disse Rama:

“Santo instrutor, tu és o sol do dia do Conhecimento Espíritoal; és um fogo resplandecente na noite das minhas dúvidas; és a lua que refresca o calor da minha ignorância.

Sê suficientemente bom para explicar-me quem tem maior mérito, o devoto que vive em sociedade ou aquele que se retira em solidão.”

Respondeu Vasishtha:

“Ambas almas são felizes enquanto gozem da calma em si mesmas.

Quem vê as qualidades e propriedades das coisas como algo distinto do Espírito, goza de uma paz serena dentro dele que se chama *samadhi*²².

²¹ *Shastras*: As Escrituras hindus.

O homem de mente esclarecida que é activo no mundo e o sábio iluminado que permanece no seu retiro são semelhantes na sua serenidade Espírita e indubitavelmente atingiram o estado de beatitude.

Na actividade ou inactividade da mente reside a única causa da agitação ou da tranquilidade dos homens. Desejos urgentes invadem a mente da vaidade que corresponde à sua natureza, e essa é a causa de todas as suas desgraças: esforça-te, portanto, em atenuar a todo o momento as tuas inclinações mundanas.

Quando a mente está em paz porque se libertou de temores, aflições e desejos e se estabelece no repouso, esse estado chama-se *samadhi*.

A casa dos chefes de família que tenham dominado bem a sua mente e tenham abolido o seu sentido de egoísmo, é tão boa como a solitude da selva, a frescura das grutas ou a paz dos bosques, oh Rama-ji.

Os homens de mente apaziguada observam os mais esplêndidos monumentos urbanos com o mesmo olhar impassível com que contemplam as árvores de um bosque.

Quem, no seu Espírito mais interior, vê o mundo em Deus, é de facto o Senhor da humanidade.

O mundo não é, senão paz para os yoguis de mente controlada; é a Mente divina que o manifesta em forma de ego, e o mesmo ocorre no mundo.

Aquele que atingiu a paz exterior e interior graças à prática de *Yoga* e da virtude, assim como pelo serviço ao seu Instrutor, e considera o mundo como algo inseparável de Deus, esse goza de *samadhi* em todas partes; mas

²² *Samadhi*: Estado mental que acompanha a iluminação Espírita e que se adquire após uma larga prática de meditação e de *Yoga*, assim como com a libertação do próprio intelecto de todas as suas associações grosseiras e impurezas.

aquele que sente diferenças e separa o seu ego dos demais²³, vê-se incessantemente cambaleado pelas ondas redemoinhas do mar.

Aquele que cumpre com o seu dever mediante os órgãos de acção enquanto guarda a sua mente na meditação interior e não é afectado pela alegria ou a aflicção, chama-se yogui impassível.

Aquele que contempla com calma o rumo do mundo tal como se desenrola ou se apresenta perante ele e permanece sorridente apesar das suas vicissitudes, chama-se yogui impassível.

Aquele que tenha chegado a um desaparego Espíritoal e a uma serenidade tais, realiza a perfeição suprema e é-lhe indiferente ser exteriormente elevado ou rebaixado, viver ou morrer.

Tanto lhe faz viver entre luxos na sua casa ou estar retirado da sociedade e guardando silêncio; para ele, tudo isso é o mesmo.

O conhecimento da extinção de toda a existência em Deus é o único remédio capaz de curar o erro que consiste em julgar-se uma entidade dualista separada; é o único meio de conseguir a paz da mente.

Assim como o desvanecimento da ilusão que confundia uma corda com uma serpente²⁴ proporciona paz e alegria, a destruição do egoísmo em *Atman* traz paz e calma à mente.

Nenhum desejo agita a mente assim apaziguada, como nenhuma semente germina dentro de uma pedra, e os anseios que às vezes possam manifestar-se são como as ondas do oceano, que emergem e se submergem no mesmo elemento.

²³ *Separa o seu ego*: Significa que a concepção separatista e falsa de um “eu” e de um “tu” deve cair estripada da consciência de um yogui. Outro Mestre definiu claramente este ensinamento essencial nos seguintes termos: “Esta doutrina da total unidade interior tem como efeito no yogui que a realiza, suprimir por completo toda a acção e pensamento imorais. O ladrão rouba outro homem porque crê que ele é ele e o roubado, outro —que há duas pessoas —, mas nunca se ouviu dizer que uma mão direita tenha roubado uma esquerda! Se numa comunidade os homens compreendessem que formam uma unidade uns com os outros, não apenas não se roubariam mutuamente, como os sofrimentos de um interessariam a todos os demais; as alegrias de uns seriam a felicidade de todos.”

²⁴ *Confundir uma serpente com uma corda*: Trata-se da muito conhecida semelhança que utilizam os vedantinos para ilustrar a relação que existe entre *Brahman* e o mundo fenoménico. O universo existe fenomenicamente em *Brahman*, que o tem como suporte, mas carece de existência independente, como é o caso da ilusão que crê ver uma serpente num canto sombrio da habitação e que quando um olhar mais próximo revela um pedaço de corda.

Tudo está na mente, e a totalidade deste universo, sem divisão nem dualidade alguma, encontra-se nela: é uma com o Deus supremo.

Quando se liberta da sua habitual inconstância e do seu aquecimento febril, reencontra a sua antiga serenidade, como a onda, ao romper, retorna ao estado da água calma de onde saiu.

Guiadas pela sua avidez, as almas pequenas vivem entre ocupações que as encham de preocupação, como um fervedouro de insectos na lama, e a sua avareza leva-as a cobiçar apenas coisas exteriores e a esquecer o *Atman* supremo no seu interior.

Oh Rama-ji, quando conseguires contemplar a grandeza do teu *Atman* à luz do santo *Yoga* ensinado pelo ilustre Manu²⁵, descobrirás que és maior que o céu e o oceano juntos.

Entende, oh príncipe bem amado, que, como o sol, que após ocultar-se aos nossos olhos não deixa de enviar a sua luz ao outro hemisfério, o teu intelecto continuará iluminando inclusive depois de ter decorrido o seu curso nesta vida.

Liberta o elefante —a tu mente— das cadeias do egoísmo e dos entraves da avareza.”

Quando o bem-aventurado Sábio Vasishtha conclui o seu discurso à Assembleia imperial, inclinou-se respeitosamente em homenagem aos Yoguis e *Brahmacharis*²⁶. O Imperador e os seus filhos ofereceram-lhe flores, água e presentes. Os *devas*²⁷ fizeram chover flores celestiais e todos exclamaram:

“Jay! Jay! Jay!”

²⁵ *Manu*: Primeiro rei e célebre legislador da antiga Índia.

²⁶ *Brahmachari* (fem.: *brahmacharini*): Discípulo aceite que, como estudante de *Yoga*, observa a disciplina yóguica e o voto de continência enquanto serve um Instrutor tradicional (*guru*).

²⁷ *Deva*: Ser celestial. Literalmente, “aquele que brilha” (fem: *devi*).

QUARTA CONVERSA

Disse Rama:

“Senhor, como podemos deter a roda da ilusão²⁸ que, com a sua rápida rotação, constantemente mói cada parte do nosso corpo?”

Disse Vasishtha:

“Entende, Rama, que o mundo, com o seu curso circular, é a grande roda; e o coração humano o seu cubo ou o seu eixo, o qual, devido à sua contínua rotação, produz toda esta ilusão dentro da sua circunferência. Se com o teu valente esforço fores capaz de parar esse movimento do teu coração, deterás ao mesmo tempo a rotação da órbita da ilusão.

A mente que descuida este conselho expõe-se a uma miséria sem fim, enquanto que se o mantiver sempre presente no seu espírito, evitará todas as dificuldades deste mundo.

O mundo está na mente como o ar está contido num recipiente, e és o contínuo prisioneiro desse mundo mental imaginário que é o teu como uma mosca encerrada no recipiente; não conseguirás a libertação se não escapando desse encarceramento, como a mosca sai voando ao ar livre.

O meio de desembaraçares-te dessa ilusão da mente é fixar a tua atenção no momento presente e evitar que os teus pensamentos se dirijam aos feitos passados ou futuros.

²⁸ *Roda da ilusão*: O ciclo recorrente do nascimento e da morte.

A mente está obscurecida enquanto a bruma dos seus desejos e caprichos a envolvem, como o céu está encoberto enquanto nele se acumulam as nuvens.

Quando na mente se produz uma actividade, esta vê-se inevitavelmente acompanhada de um cortejo de desejos, assim como do sentido de prazer e do sofrimento; sentimentos e paixões formam a sua escolta, como vagueiam os corvos perto de um vulcão extinto.

As almas dos sábios não carecem de actividade, mas, como conhecem a vaidade das coisas terrenas, o que carecem é desses sentimentos que aprisionam.

Adquiriram o conhecimento da irrealidade e da inexistência dos objectos e feitos terrenos graças ao conhecimento da natureza das coisas e ao estudo dos ensinamentos de *Yoga Adhyatma* que se transmitem nos *Sat-Sangas* e noutros lugares, e graças também à sua assiduidade com o Mestre, à sua prática da meditação e à sua vida livre de egoísmo.

Deixa de lado tudo o que seja tangível ou que possas conseguir com a tua acção pessoal; permanece impassível e indiferente perante tudo o que seja do mundo, remete-te unicamente à tua consciência do Infinito. Pensa de ti mesmo que dormes quando estás desperto; pensa de ti mesmo que és todo e uno com o Espírito supremo.

Reverenciamos aqueles yoguis que conheceram a natureza de Si mesmo e tenham alcançado o estado Espiritual.

À vista de *Atman*, as luzes dos corpos celestes se extinguem como velas e o resplendor do sol não é mais que um débil reflexo da Luz das luzes.

Quem conhece a verdade de Deus, ocupa uma classe superior dentro da humanidade pelo seu auto-sacrifício e pela grandeza da sua mente; e conseguiu-o graças à prática de *Yoga*.

Aqueles que ignoram a verdade, são mais vis que os asnos e as demais criaturas bestiais que vivem sobre a face da terra; são inferiores aos mais baixos insectos escondidos em buracos subterrâneos. Com eles não se pode contar; é preferível manter-se afastado.

O homem não Espiritual dá tombos por esta terra e deixa-se consumir pelas suas preocupações como é devorado um cadáver pelas chamas da sua pira funerária; mas o yogui é consciente da sua imortalidade.

Não esperes podar com o machado afiado da razão o grosso tronco da árvore envenenada da avareza que se ergue como uma montanha na cavidade do teu coração; corta o ramo das esperanças e apressa-te a desbastar as folhas do desejo.

Rama, escuta o que o teu senhor diz aos futuros yoguis! Afugenta a mente voraz que, como um corvo, nidifica no teu coração; ela gosta de frequentar os lugares hediondos, da mesma forma como planam os corvos sobre os campos reservados a rituais funerários e as gralhas elegem como sua vivenda onde reina a sujeira e se saciam comendo a carne que apodrece nos ossos. A mente voraz utiliza os seus lábios, como a gralha o seu bico, apenas para atacar aos demais.

Percebe que a avareza é uma serpente venenosa que, com o seu mortal alento, mata a quem lhe obedece. Essa serpente é a causa da ruína da humanidade.

Já que o Todo único está na mente, não há lugar para o lamento de ter perdido o que seja.

Aquele de intenção pura, que se tenha consagrado a Deus e que tem como única companhia quem difundir ao seu redor o conhecimento do *Yoga*, é tão belo como o cisne branco entre os graciosos pássaros de um lago de ondas prateadas.

As almas que, nesta vida, põe a sua confiança em objectos mundanos, não podem saborear a verdadeira felicidade. Os desejos e pensamentos da mente determinam o seu nascimento numa próxima encarnação. Daí que o recém nascido se veja presenteado com uma grande quantidade de sono porque crê que está morto e repousa na noite da sua morte.

A busca da bondade e da grandeza faz um homem grande ou bom, da mesma maneira que quem quiser ser um *Indra*²⁹, quando dorme sonha com o seu próprio senhorio.

Uma busca sem reservas da Verdade, extinguirá imediatamente os teus desejos, e a extinção dos teus desejos restabelecerá a paz na tua mente.

O objectivo da sabedoria é o conhecimento de que no mundo não há nada real.

²⁹ *Indra*: O governador das deidades inferiores.

Os verdadeiros yoguis, que colocam o seu progresso Espíritoal sobre toda outra ganância, que respeitam tanto a Verdade como o Instrutor, que vivem para a Verdade divina, têm o poder de submeter às suas ordens o seu próprio destino; podem transformar em bem todos os males e tornar perpétua a sua prosperidade.

Quem em si mesmo percebe a onnipotência do Espírito infinito e faz dele a sua residência, tem a justa percepção. Quem vê a sua mente como um fio no qual todas as coisas estão enlaçadas como as contas de um colar, tem a justa compreensão.

Quem considera que o que se chama “os três mundos”³⁰ não são mais que os fragmentos do seu próprio Si mesmo envolvendo-o como as ondas do mar, tem razão.

Quem observa o frágil mundo com comiseração e experimenta na terra a mesma compaixão que experimentaria se se tratara da sua irmã pequena, é sábio.”

Ao chegar a hora das orações da noite, o bem aventurado Sábio terminou o seu discurso; toda a assembleia se levantou e derramou flores sobre o trono de *Vyasa*³¹ exclamando:

“Jay! Jay! Jay!”

³⁰ *Os três mundos*: Os mundos dos estados de vigília, sono e sono profundo.

³¹ *Vyasa*: Ilustre Sábio que compilou a epopeia clássica *Mahabharata* e deu à literatura védica a sua forma actual. O “trono de Vyasa” é o assento de honra tradicionalmente reservado ao Instrutor.

QUINTA CONVERSA

Disse o bem aventurado Vasishtha:

“O egoísmo é a raiz das formas de sofrimento mais extensas pelos bosques deste mundo, cujas árvores produzem as envenenadas flores dos desejos. Portanto, oh Rama, esforça-te com diligência em fazer desaparecer do teu coração o sentido de egoísmo e busca a felicidade comprovando em cada momento o nada do teu pequeno tu³².

O erro do egoísmo é comparável a uma nuvem escura: esconde nas suas trevas o brilhante disco da lua da verdade e oculta da nossa vista os seus raios luminosos. A errónea impressão de realidade do mundo não pode apagar-se sem o conhecimento da sua irrealidade, conhecimento que procede dos *Shastras* e dos lábios vivos de um Instrutor³³.

Aquele que prega a irrealidade do mundo e a realidade de *Brahman* é levado em brincadeira pelo ignorante, que o vê como um louco. O sábio e o ignorante não podem estar de acordo sobre este tema, como não podem entender-se os bêbados com a gente sóbria.

³² *Pequeno tu*: O ego empírico. Veja-se nota 23 na III conversa.

³³ *Os lábios vivos de um Instrutor*: A tradição oriental afirma que ninguém pode conseguir a realização apenas pelo estudo de livros, com cerimónias rituais ou com práticas de ordem ética; é necessário um Mestre vivo (*guru*).

O homem inteligente, que crê que o Espírito supremo e sempre sereno de *Brahman* penetra o universo, não pode ser desviado da sua sólida convicção.

Os ignorantes desconhecem a noção de Espírito: crêem que a Matéria é a causa e o efeito da sua própria produção. Mas o homem dotado de sabedoria discerne o Espírito dominando em todas as formas de criação da mesma maneira que vê a substância, ou seja, o ouro, em todos os adornos feitos deste metal.

Apenas há um Ser realmente existente; é em Si mesmo Verdade e Consciência; a sua natureza é paz e pura Inteligência. É imaculado, omnipresente, em constante quietude, sem altos e baixos.

Sendo quietude e calma perfeita; não vê nada na existência; e as suas criações subsistem nesse repouso como partículas do Seu próprio esplendor.

Da mesma maneira que se vêem brilhar as estrelas na obscuridade da noite e emergirem as ondas na superfície das águas, assim todos estes fenômenos se manifestam na Sua realidade.

Tudo o que este Ser quiser ser, no acto se auto-concebe sendo-o; apenas esta Inteligência é a verdadeira Realidade, e todas as demais são reais apenas na medida em que as vemos sair d'Ela e voltar a Ela.

Também nós temos surgido dessa Vontade divina: assim, em nenhum de nós há realidade nem irrealidade.

Essa Inteligência desperta chama-se mundo fenoménico e dormida e em calma o que denominamos salvação, libertação ou extinção do sofrimento.

Agora escuta, oh Rama, e te ensinarei a conhecer essa Verdade divina.

O homem de mente elevada observa o mundo como observaria uma folha de palha e repele as suas preocupações como se despoja uma serpente da sua pele.

Aquele cuja mente é iluminada pela maravilhosa luz da verdade do santo *Yoga Adhyatma*, encontra-se sempre debaixo da protecção das leis Espirituais da mesma forma que o Ovo do mundo³⁴ está sempre protegido por *Brahma*.

³⁴ *O Ovo do mundo*: Na descrição da Criação que fazem as *Upanishads*, o Universo, na sua primeira forma e como alma cósmica (*Hiranyagarbha*), chama-se Ovo de *Brahma*, o Criador segundo a tradição hindu.

Aproxima-te do Instrutor, oh Rama, com fé e veneração, e escuta todos os dias a Verdade sagrada que sai dos seus lábios, servindo-o com todas as tuas forças. Por ele receberás um dia a Verdade divina e serás livre.

Quem for conhecido pelas suas virtudes, tem o poder de governar o seu destino, de transformar os seus males em bens e de tornar duradoira a sua prosperidade. Quem está insatisfeito com o seu presente estado e deseja progredir, assim como aqueles que têm sede de conhecimento e buscam a Verdade, estes são chamados com toda a razão de seres humanos; todos os demais não são mais que brutos.

O renovado desejo de gozar do que se gozou e de voltar a ver o que já se viu, não é o meio de desembaraçar-se do mundo, senão a causa de numerosos nascimentos devidos a esses mesmos prazeres.

Que repercute no mundo a grandeza das tuas virtudes, a tua renúncia, a excelência da tua conduta, o teu serviço desinteressado aos homens e a tua consagração a Deus na pessoa do Instrutor, porque daqueles cujas boas acções resplandecem como a luz da lua se diz que estão verdadeiramente vivos, enquanto que os demais, que não alcançam renome semelhante, estão mortos mesmo que vivam.

Os frutos da realização amadurecem seguindo com paciência os mandamentos dos *Shastras*, repetindo, sem pressa por alcançar o êxito, os *mantras*³⁵ recebidos nas iniciações e aperfeiçoando-se através de uma larga prática.

Para que podem servir a riqueza, a beleza, a fama ou o poder sem um conhecimento da Verdade? Consagra-te ao saber, portanto, e considera a riqueza como um dejecto sem valor.

Eleva-te e aceita o remédio capaz de preservar-te da velhice e da morte: o conhecer que toda a riqueza e toda a prosperidade, todo prazer e todo gozo são prejudiciais se não estão consagrados ao bem dos demais; senão, o seu único efeito é entediar e debilitar o nosso organismo.

Agora, Rama-ji, está aqui a Verdade suprema. Bem aventurados aqueles que a escutam e três vezes benditos aqueles que, da sua realização, fazem o único objectivo da sua vida.

³⁵ *Mantra*: Breve oração mística dada por um Guru tradicional a um discípulo admitido depois de uma iniciação yóguica. Quando repetido correctamente, proporciona a consciência Espíritaol.

Brahman é o intelecto.

Brahman é a mente.

Brahman é a inteligência.

É substância. É solidez.

É o principio de todas as coisas.

O universo inteiro é *Brahman*.

E, contudo, Ele transcende infinitamente tudo isto.

De facto, o mundo é nada, porque tudo é unicamente *Brahman*.

Para além da existência de *Brahman*, não há nada que possa comprovar-se como absolutamente certo, e a escritura declara: “Verdadeiramente, tudo é *Brahman*.”

Afasta-te do granDeuso espectáculo deste mundo, que tão substancial é para a vista e tão absurdo para a experiência; é a guardida dos dragões do desejo lançando a venenosa espuma das suas paixões.

Tenta abandonar os teus desejos e evitarás todas as dificuldades; deixa de pensar em algo e o teu capricho por ele desaparecerá por si só. Inclusive pisar uma flor é acompanhado de um esforço, mas nenhum esforço é necessário para destruir o teu desejo, porque desaparecerá por si mesmo se não pensares nele.

Para colher uma flor tens que abrir a mão, mas para destruir os teus frágeis e enganosos desejos não tens que fazer nada.

Separando os teus pensamentos dos objectos e fixando-os em *Brahman*, serás capaz de realizar o que para os demais é impossível.

A total preocupação das nossas vidas é desejar e fazer, e em seguida, desejar de novo; no entanto, quando extirpa da mente toda a sua propensão inquieta, fica libertada de toda a ansiedade.

Abandona a tua louca confiança nos fenómenos visíveis, deixa tudo isso e permanece enraizado na consciência “Sou o Infinito”.

Antes de ter apagado da mente a ideia de que há coisas desejáveis e outras que não o são, é difícil encontrar a paz e a graça da serenidade, como é difícil à claridade da lua trespassar um céu nublado.

Os nossos desejos e as nossas aversões são como dois macacos que vivem na árvore do nosso coração; enquanto o agitarem e o sacudirem com as suas brincadeiras e sobressaltos, não pode haver repouso.”

SEXTA CONVERSA

Disse o príncipe Rama:

“Venerável Senhor, tu conheces os mistérios de todas as coisas. Uma grande dúvida se cresce no meu coração como uma onda no mar. Como pode, Senhor, aderir-se a impureza à mente, que está localizada na pureza eterna do Espírito infinito, *Brahman*, não limitado pelo tempo nem espaço?”

Além disso, se não há —nem tem havido nem haverá jamais— outra coisa que a Entidade Espiritual, como e de onde surgiu n’Ele semelhante impureza?”

Respondeu Vasishtha:

“Bem dito, bem amado Príncipe!

Observo que a tua compreensão se aproxima da via da libertação e colhe o perfume das flores que se abrem no jardim do paraíso. Contudo, ainda não é o momento apropriado para tu fazeres essa pergunta. Poderás fazê-la quando eu chegar à conclusão do tema.

É preferível examinar a mente com cuidado, apercebendo-se da natureza dos seus actos e operações, que contribuem para provocar os renovados nascimentos dos humanos.

A mente deleita-se com pensamentos sobre os objectos desejados; então, assimilando a natureza destes, assume a mesma forma do que lhe proporciona o seu prazer.

Já que o corpo está submetido à mente, molda-se na forma desta, exactamente da mesma forma que o vento se embalsama com o perfume dos maciços de flores sobre os que sopra.

Os sentidos interiores, uma vez estimulados, animam os órgãos exteriores dos sentidos segundo as suas modalidades. Seja qual for a natureza que pelas suas disposições adopte a mente, fica reflectida na forma das suas duas actividades: a vontade e a acção.

Os Sábios do sagrado *Yoga Adhayatma* reconhecem que a mente, na sua essência, é *Brahman*, e recomendam a paz e o domínio de si mesmo como únicos meios de alcançar a libertação.

Discípulo bem amado (Rama tocou os pés do bem aventurado Sábio como sinal de grandíssima veneração), entende que a mente é a fonte de todas as regras e métodos como o mar é a origem de toda a pérola escondida em seu seio.

Assim os discípulos amados de seu *guru* que desejem gozar da felicidade sem misturar o seu espírito devem habituar a sua mente a permanecer nesse estado de felicidade.

A mente que tenha escapado da esfera do mundo fenoménico estará livre de todo o prazer e de todo o sofrimento, como o passarinho que sai voando pelos ares após romper o ovo e deixar o solo terrestre.

Oh inocente Rama, não mantenha inclinação alguma para com o mundo fenoménico. É ilusão sem realidade, está repleto de temores e tendências más e desdobra-se para seduzir a mente distraída.

Os sábios chamaram cenário mágico (*maya*) à nossa consciência do mundo, designando-a como aparição de ignorância, simples ideia e causa e efeito das nossas acções.

Entende que é a mente enganadora quem desenvolve o mundo visível perante ti; desembaraça-te dela, pois.

A meditação concentrada do yogui contemplativo e consagrado ao santo *Yoga* é o que atenua as impressões de fora e, ao dissociar a mente de todas as coisas exteriores, mantém a estabilidade e a paz. Então a mente não presta atenção às suas reflexões interiores ou exteriores; fica insensível tanto ao prazer como ao sofrimento e experimenta em si mesma o deleite da unidade.

A mente submetida a incessantes desejos parece-se com o claro firmamento obscurecido por nuvens; uma mente assim, oh Rama, sofre

como um morcego cego pela luz do dia, até que desprendendo-se das suas falsas invenções alcança o conhecimento do verdadeiro Deus e da felicidade sem fim.

Da mesma forma que ao libertar-se do imaginário temor de um tigre na selva se reencontra o repouso interior, aprofundando a tua busca, descobrirás que não existe cativo no mundo: as noções “esse é o mundo” e “este sou eu” não são mais que erros da mente.

Os caprichos assaltam-nos e depois afastam-se, tomando formas diversas, da mesma maneira que as nossas mulheres desempenham o papel de esposas durante a nossa juventude e o de enfermeiras na nossa velhice.

Quem tiver uma mente inclinada a saborear os prazeres da carne deveria começar por reprimir essas propensões da mesma forma como se arrancam da terra as plantas venenosas.

O homem nobre e sábio que quiser vencer os seus adversários deverá, em primeiro lugar, esforçar-se em submeter os inimigos interiores do seu próprio coração e de sua própria mente, assim como o seu corpo e seus membros.

Os homens mais afortunados são aqueles que têm a valentia de dominar a sua mente em lugar de submeter-se a ela.

Eu reverencio esses homens puros e santos que amestraram a grande e perversa serpente da sua mente enrolada no fundo do seu coração; eles são quem repousa na paz interior e na serenidade do seu espírito.

Os reis da terra, com os seus capitais materiais, não são tão felizes como os senhores das cidades do seu próprio corpo e os mestres da sua própria mente.

O homem está à mercê das dificuldades deste mundo lúgubre e obscuro como um pássaro caído nas águas do mar. Portanto, oh Rama, como se fosse um búfalo, saca com o teu próprio esforço a tua mente fora do charco ilusório do mundo.

O homem com uma mente não inquietada pela sucessão de alegrias e penas mundanas nem pelas vicissitudes da doença e da morte já não é um ser humano, é como um *yaksha*³⁶.

³⁶ *Yaksha*: Criatura pertencente a uma categoria de seres celestiais.

Nem o mundo é teu nem tu és deste mundo; não confundas o falso com o certo.

Nunca alimentes na tua mente a ideia falaz de que serás dono de grandes bens e de coisas agradáveis, porque tu, como essas cosas, existes para o deleite do Criador supremo e Dono de todo.

A menos de que o bem de todos não se converta em teu próprio bem, oh Rama, não farás mais que adicionar travas aos teus pés. Inclusive o bem do teu Império é ilusão se é exclusivo e está separado do bem de todos os seres.

Adora o Sempre Misericordioso, o infinito Amor, como se se trata-se da tua própria mente, e permanece na paz dando paz a todos.”

SÉTIMA CONVERSA

Disse o príncipe Rama:

“Diz-me agora, Senhor, como pode conseguir a libertação um ignorante ou um preguiçoso, um débil que nunca tenha frequentado a companhia de yoguis nem tenha recebido nenhuma instrução Espíritoal.”

Respondeu Vasishtha:

“Oh Rama, o ignorante que nunca tenha alcançado nenhum dos graus de *Yoga* é arrastado pela corrente da reencarnação através de centenas de nascimentos, até que num nascimento ou outro tenha ocasião de adquirir a luz Espíritoal. Pode ocorrer também que, o convívio com santos, chegue a sentir-se insatisfeito com o mundo e que isso o conduza a um grau de *Yoga*.

Oh Rama-ji, destrói a sensualidade! Esse é o primeiro grau. Porquê utilizar muitas palavras quando se pode expressar com poucas?

O desejo é a nossa principal escravidão, e a sua ausência a nossa completa libertação.

Quem possuir um sentido tenaz de egoísmo jamais se liberta dos sofrimentos da vida; é a negação desse sentimento o que proporciona a libertação. Quem está atado aos prazeres pensa que a beatitude do nirvana³⁷ não é nada; preferem a mundanalidade à felicidade definitiva que outros tenham realizado, e quem assim se comporta é declarado homem activo e enérgico.

³⁷ *Nirvana*: Imortalidade consciente. Identificação do espírito individual com o Espírito infinito e supremo; liberdade eterna; perfeição Espíritoal.

Semelhante homem mundano parece-se com uma tartaruga, que recolhendo a cabeça sob a sua carapaça, a saca às vezes para beber a água salgada do mar donde habita; permanecendo na mesma condição até que consiga, após muitos nascimentos, uma vida melhor, orientada para a sua salvação.

Mas quem reflecte sobre o nada do mundo e sobre a mísera posição que nele ocupa não permite que a corrente das actividades que dia-após-dia exerceu o arraste agora.

Quando um homem começa a pensar de que maneira poderia subtrair-se das paixões e atravessar o tumultuoso oceano do mundo é como se recupera--se os seus sentidos.

Quem despreza as fátuas distrações e as mediócras actividades dos homens, quem se entrega a actos meritórios ao invés de insistir nos defeitos e imperfeições alheias, quem compromete a sua mente em actividades úteis sem causar prejuízo a ninguém e se mostra indiferente perante todo o prazer e gozo corporal, quem mantém conversas amistosas e compassivas e pronuncia as palavras oportunas no lugar adequado, de um homem assim se diz que está no primeiro estágio de *Yoga*. Para ele é um dever buscar a sociedade dos bons e moldar nela pensamentos, palavras e actos.

Ele acostuma-se a livros sobre a filosofia divina e estuda-os com diligência; medita no seu conteúdo e retém as doutrinas que têm o poder de salvá-lo do mundo depravado.

Chega então ao segundo estágio de *Yoga*, chamado estado da busca.

Escuta dos lábios dos *pandits* tradicionais a explicação dos *Shrutis* e dos *Smritis*³⁸, as regras de boa conduta e os métodos de meditação e de prática de *Yoga*.

Desapega-se do seu aspecto exterior de orgulho e de vaidade, assim como da sua inveja e da sua avareza, da mesma forma que uma serpente se despoja da sua antiga pele. Tendo purificado assim a sua mente, dedica-se com devoção ao serviço dos instrutores Espíritosais e dos santos que lhe desvendam os mistérios da filosofia do *Yoga*. Acede então ao terceiro estágio.

³⁸ *Smritis*: Literalmente: “o recordado”. Ensino tradicional transmitido pelas anteriores gerações, por oposição a *Shrutis*, “o revelado”, as Escrituras reveladas.

Aprende a estabelecer a sua mente com perseverança conforme os ensinamento de *Yoga*, e consagra o seu tempo a conversas sobre temas Espíritosais e a boas acções para com os demais.

O homem dotado de sabedoria que tenha chegado até este terceiro estágio permanece num estado de consciência independente tanto da objectividade como da subjectividade.

Libertou-se³⁹ do sentimento de ser, seja como sujeito ou seja como objecto dos seus actos.

Sabe que toda a união acaba em desunião e toda a ganância terrena será perdida; graças a essa convicção e à prática contínua de meditação e da virtude chega com certeza a conhecer Deus dentro de si com a clareza com que se vê um fruto na palma da mão.

O conhecimento do Autor supremo da Criação penetra-o da segura convicção de não ser “eu”, senão Deus, quem faz tudo no mundo.

Tendo renunciado ao seu sentido de individualidade⁴⁰, um homem assim já não está apegado a nada no mundo.

O contentamento é um agradável perfume na mente e os actos virtuosos são tão belos como pétalas de rosa. A flor do discernimento interior abre-se como um botão de lótus sob os efeitos dos raios de sol da razão e produz um fruto de santidade no jardim do terceiro estágio da prática de *Yoga*.

O cumprimento, inclusive parcial, destes graus de *Yoga Adhyatma* é suficiente para anular o mau *karma*⁴¹ do passado.

A estes três estágios, oh Rama-ji, chamam-se em conjunto estado desperto, porque o yogui conserva nele a percepção das diferenças entre as coisas.

Um yogui assim merece veneração; unicamente realiza acções justas; ele cumpre com constância os seus deveres sociais.

³⁹ *Liberado*: O yogui não se vê a si mesmo como autor de actos nem susceptível de ser afectado por eles.

⁴⁰ *Sentido de individualidade*: Sentido da acção, sentimento de ser “activo”. Egoidade.

⁴¹ *Karma*: Acúmulo dos efeitos das acções passadas (incluídas as acciones realizadas em reencarnações precedentes) que frutifica como destino presente e futuro da mente individual. Lei de causalidade considerada em respeito ao comportamento humano.

Quem consagrou a sua mente ao *Yoga* com zelo total e inquebrantável e vê todas as coisas numa mesma luz considera-se que tenha alcançado o quarto estágio de *Yoga*.

Quando o erro da dualidade se tenha desvanecido e o conhecimento da unidade interior brilha com resplendor soberano, o yogui encontra-se nesse quarto estágio, e observa o mundo como uma visão do seu sonho.

O quinto estágio é um grau de imensa felicidade, que não é outra que a felicidade da visão de Deus em todas as partes, oh Rama-ji. O yogui eleva-se acima disso e, descendendo através da sua mente às regiões inferiores — um grande sacrifício sem dúvida! — serve nos demais ao seu próprio Si mesmo.

O sexto é o estágio da libertação em vida, oh Rama-ji, no qual ambas, unidade e dualidade, desaparecem. Quem o alcança submerge-se no êxtase divino dentro e fora de si e encontra-se na posse de poderes superiores; contudo, parece humilde à primeira vista.

O sétimo estágio é impossível de descrever com palavras e supera os limites da terra e do céu. Dele diz-se que é parecido ao estado de *Shiva*⁴² e *Brahma*.”

⁴² *Shiva*: Terceiro aspecto da trindade hindu, Brahma, Vishnu e Shiva, que, respectivamente, presidem a criação, a conservação e a dissolução do universo. A *Shiva* chama-se também Senhor dos Yoguis.

OITAVA CONVERSA

Disse o príncipe Rama:

“Senhor, as tuas palavras suscitam na minha mente uma dúvida semelhante a uma nuvem outonal, e rogo-te que a dissipés.

Diz-me, Senhor, tu que possuis perfeitamente o conhecimento Espíritoal, porquê que não se vêem subir aos céus os corpos dos libertados em vida?”

Respondeu o bem aventurado Vasishtha:

“Deves saber, oh Rama, que o poder de subir aos céus e voar pelos ares pertence de forma natural a todas as criaturas voadoras, como os insectos e os pássaros.

Os diversos movimentos que se vê produzirem-se nas diferentes direcções estão de acordo com as tendências naturais dos corpos e não são desejados pelo yogui liberado.

Voar pelos ares não representa nada desejável para o yogui libertado em vida. Pessoas não Espíritoais, não libertadas e ignorantes podem adquirir facilmente o poder de voar mediante procedimentos físicos artificiais, como *mantras* e outras práticas de *Yoga inferior*⁴³.

Voar não é a ocupação do yogui Espíritoal, que não se interessa a não pelo conhecimento do Espírito; contenta-se com o seu conhecimento

⁴³ *Yoga inferior*: Certas práticas podem suscitar poderes psíquicos, como sabe quem pratica o *Yoga inferior*, mas o verdadeiro yogui abstém-se deles, já que se tratam de obstáculos que impedem o progresso na via do *Yoga*.

Espíritoal e com a união com o Supremo sem misturar-se com as práticas dos ignorantes e falsos *Hatha-Yoguis*⁴⁴.

Entende que toda a tendência terrena está engendrada pela cegueira Espíritoal. Seria, então, um verdadeiro yogui aquele que se submergisse nessa ignorância grosseira?

Quem seguir semelhante carreira, com o bem-estar temporal como meta, deve estar cego em relação ao seu futuro bem-estar!

Mediante *mantras* e outros métodos é possível, tanto para o sábio como para o ignorante, adquirir o poder de voar pelos ares; mas o verdadeiro yogui mantém-se à distância dessas coisas e não as deseja; encontra o contentamento em si mesmo e o descanso em *Brahman*.

Permanece impávido o tempo todo da mesma maneira que o oceano não se vê em nenhum modo afectado pelos muitos rios que desembocam nele, e prossegue a sua adoração e a sua meditação sobre o Espírito divino que reside na sua própria mente.”

O príncipe Rama prostrou-se aos pés do seu Mestre, e o bem aventurado Vasishtha o benzeu beijando-lhe a cabeça, e continuou:

“Entende, oh nobre Príncipe, que o ser possuído pela mente é a causa das desgraças, e que extingui-la em Deus é a fonte da felicidade.

A mente assaltada por desejos vãos, a causa dos objectos perecíveis, está sujeita a repetidos nascimentos, que são fonte de aflições sem fim; enquanto que aquela que é penetrada por qualidades carinhosas deseja o maior bem para todos os seres e libertou-se das angústias dos renovados nascimentos neste mundo de dor.

O corpo é semelhante a uma árvore revestida pelas plantas trepadoras das suas acções; enquanto a avareza, é como uma enorme serpente que se enrola ao redor do seu tronco, enquanto que as nossas paixões e desejos são os pássaros que nele nidificam.

⁴⁴ *Hatha-Yoguis*: O *Hatha-Yoga* é uma forma inferior de *Yoga* que se refere principalmente ao corpo e que tem por objecto o apaziguamento das paixões mediante austeridades físicas e exercícios. O *Hatha-Yoga*, que pode ter efeitos perigosos se não for praticado sob uma vigilância apropriada e que, em si, não conduz à meta da própria realização, não constitui uma parte do *Yoga* superior chamado *Adhyatma Yoga*.

O mundo não é senão uma criação da nossa imaginação, da mesma forma que as crianças imaginam um duende oculto na escuridão. O nosso conhecimento dos objectos é tão enganador como a aparência do movimento duma montanha para o passageiro de um barco. Todas as aparências são a manifestação do erro ou da ignorância, e dissipam-se ao adquirir o justo conhecimento.

Oh Rama, discípulo bem amado, deixa as coisas materiais e busca o Uno universal, fundamento de toda a existência. Aprende a conhecer essa Unidade como totalidade de todos os seres e como Uno único digno de adoração.

Pensa que todos os corpos pertencem à Única Essência comum e goza da completa beatitude dando-te conta de que tu és ela, que abarca todo o espaço.

Aquele em quem se dissolve toda a existência finita permanece em Si mesmo sem mudanças; quem O conhecer em seu próprio Si mesmo não pode sofrer dor, senão gozar da completa beatitude n'Ele.

Todas as coisas criadas são percebidas no espelho da Sua inteligência como as sombras das árvores da ribeira dum rio reflectem-se nas águas límpidas que correm junto aos seus pés.

É mais brilhante que a coisa mais brilhante, mais escuro que a mais escura; Ele é a base de toda a substância e supera por todas as partes a extensão do espaço.

Príncipe bem amado, com ardor esforça-te em residir nesse supremo estado de felicidade, o mais alto que o homem pode desejar. Portanto, oh Rama-ji, sê profundamente sábio, ainda que sincero e doce nas tuas conversas. Observa todas as coisas na única e imutável luz de *Atman*; que em tua mente não entre nem o temor à escravidão nem a impaciência pela libertação. Vive na verdade, na meditação, e escuta com reverência os ensinamentos sagrados que saem dos meus lábios ou de qualquer outra fonte.

É necessário escutar os *Shastras* e comentá-los, oh Rama, porque inculcam os textos sagrados com doçura e infundem na mente o delicioso bálsamo do verdadeiro conhecimento.

Da mesma forma que podemos perceber os raios de sol que banham os muros de uma casa graças a nossos órgãos visuais, assim a luz do

conhecimento Espiritual penetra na mente dos homens, quando escutam os *Shastras*, graças aos seus ouvidos.

É o ensinamento que melhor nos oferece o conhecimento da Verdade e é o verdadeiro conhecimento que nos proporciona a serenidade que nos permite dormir no esquecimento desperto e tumultuoso mundo.”

O príncipe Rama inclinou-se perante o Sábio iluminado e disse:

“Oh Senhor bem aventurado, és-me mais querido que a minha própria vida; a tua presença e a tua palavra fizeram brotar deste lugar doces gotas de alegria e santidade; de verdade, a companhia dos virtuosos é a felicidade suprema do homem!”

O rei, a rainha e os ministros levantaram-se em sinal de veneração, tocaram os pés do bem aventurado Sábio, ofereceram-lhe flores, água e presentes e ele, abençoando-os, disse-lhes:

“*Om Tat Sat!*⁴⁵ *Shanti!*⁴⁶ *Shanti! Shanti!*”

⁴⁵ *Om Tat Sat*: Tripla designação de Brahma.

⁴⁶ *Shanti*: Paz.

NONA CONVERSA

Disse o bem aventurado Vasishtha:

“Numa região do norte, entre os cumes dos Himalayas, há um cume chamado Kailasha.

Ali é onde Shiva, a grande Divindade, passeia observando as cascatas que brotam das cavernas da montanha e voltam a ser engolidas por elas.

Ali uma vez viveu uma raça de homens que tinham Surghu como chefe.

Era poderoso, hospitaleiro e reflexivo.

Os sábios acostumam-se a viajar, aliviando sofrimentos e reduzindo a ignorância, e assim aconteceu que, um dia, o sábio Mandavya visitou esse povo.

Surghu deu as boas-vindas ao sábio e disse: “Sinto-me tão sumamente satisfeito de receber esta visita como a terra quando chega a Primavera. O pensamento das recompensas e castigos que distribui entre os meus súbditos atormenta sem cessar o meu coração.

Digna-te, pois, bem aventurado sábio, a aliviares-me desta dor e permite ao sol da paz e da serenidade iluminar a obscuridade da minha mente.”

Mandavya respondeu: “Oh príncipe, com o esforço e com a confiança nas próprias forças é como as dúvidas da mente se fundem, como a neve por debaixo dos raios de sol.

O auto conhecimento, oh príncipe, é também essencial.

Pergunta-te na tua mente: Quem sou eu? O que é esta nossa vida e o que é essa morte que nos espreita? Seguramente estas perguntas conduzir-te-ão ao discernimento.

Quando, reflectindo sobre a condição da tua mente, chegues a conhecer a tua verdadeira natureza, permanecerás imperturbável tanto perante a alegria como perante a pena, e serás firme como uma rocha.

Aos desapaixonados honramos como aos mais afortunados dos homens, e quem conhece esta verdade conserva o contentamento interior e é um sábio.

As grandes almas evitam preocupar-se das coisas exteriores para poder contemplar a pura luz do Espírito supremo em seu próprio interior. Até que não te tenhas libertado das amarras pelas tuas bugigangas particulares não poderás ter nenhuma visão do Espírito universal. Apenas após o desaparecimento de todo o interesse pelo mundo o Espírito transcendente se dá a conhecer.

Desfaz-te de todo o sentimento para com as coisas particulares e terás o conhecimento do que é universal; começarás a compreender o *Atman* que engloba tudo.

Apenas a condição de empenhares-te em conhecer o supremo Espírito com todo o coração e com toda a mente e de sacrificar nessa busca qualquer outro objecto ou intenção se converte na possibilidade de conheceres esse Espírito em Sua plenitude. Todos os objectos visíveis que parecem ligados pelo fio das causas e dos efeitos são criação da mente, que os mantém unidos como o cordão segura as pérolas de um colar. Aquilo que permanece por detrás da dissolução da mente e dos seus corpos criados em somente *Atman*, que é o Deus supremo, Aquele que é mais exaltado que tudo.”

O chefe Surghu ofereceu presentes, frutos e flores ao sábio, que partiu para outras regiões para seguir a sua missão.

Então Surghu, seguindo o ensinamento do sábio, meditou assiduamente durante três anos no silêncio da sua mente e apercebeu-se da sua divindade.

Disse: “O meu *Atman* está dotado de toda a beleza e é a luz que ilumina todo o objecto.

Vejo! Vejo! O meu *Atman* carece de forma e, contudo, é capaz de tomar toda a forma e manifestação.

A causa da felicidade e miséria humanas consiste numa falsa representação da faculdade de entender. Este mundo é um cenário instalado pela mente, que age como protagonista enquanto *Atman* assiste silencioso como espectador da obra.

Contemplo esta maravilhosa esfera do intelecto que agora brilha sobre mim com todo o seu esplendor, e eu te saúdo, oh luz santa, a quem vejo perante o meu resplandecer.”

O chefe Surghu reinou cem anos nesse estado de iluminação, após o qual, por impulso próprio, abandonou a habitação do seu frágil corpo.

Essa mente inteligente, libertada da servidão da reencarnação, converteu--se uno com o Espírito imaculado e foi absorvida no supremo único, da mesma forma que o ar contido num recipiente se une com o firmamento que o engloba todo quando o recipiente se quebra.”

O bem aventurado Vasishtha continuou:

“Estes são alguns dos ensinamentos desse nobre príncipe, oh Rama-ji, que te ofereci para o bem da humanidade:

“O que é *samadhi*? A insensibilidade da mente ao tumulto do orgulho e ao rancor é conhecida pelo sábio pelo termo *samadhi*; quando a mente é inquebrantável como uma rocha, resistindo com firmeza ao vento rugiente das paixões, está em *samadhi*.

Sou puro, iluminado e plenamente consciente em todos os momentos. A minha mente está tranquila e o meu coração descansa em qualquer circunstância.

Nada poderia perturbar o doce repouso da minha mente, ancorada numa comunhão ininterrupta com o Santo Espírito, *Brahman*.

Nada há no mundo que possamos considerar como anterior a nós, porque tudo o que brilha e reluz aqui na realidade não é nada e está desprovido de valor intrínseco.

Como aqui não há nada que possa desejar, tampouco há nada que me repila, porque a ausência de uma coisa também implica a ausência do seu contrário.

O sábio silencioso que conhece tudo, que é santo, tranquilo e sereno dentro de si, jamais é molestado por uma mente rebelde.

Com a segurança que proporciona o serviço ao magnânime Mestre, a mente dotada de sabedoria recebe o saber e medita para salvar-se do oceano deste mundo exactamente como um viajante obtém de um barqueiro o batel que lhe permitirá atravessar um rio.

Este é o verdadeiro caminho que conduz a mente à pureza e que te tornará capaz de desenredares-te das armadilhas da tua mente, libertando o teu coração das redes do egoísmo.”

DÉCIMA CONVERSA

Disse o bem aventurado Vasishtha:

“Este mundo está feito de realidade e de irrealidade, e leva o selo do Todo Poderoso; está constituído de unidade e de dualidade e, no entanto, está livre de ambas.

O intelecto caído que se assemelha a si mesmo ao corpo encontra-se realmente confinado nele; mas quando sabe que é idêntico ao puro *Atman* liberta-se do seu confinamento.

Brahman é tudo em todos; é perfeita paz, sem segundo, sem equivalência nem comparação. Como Infinito, estende-Se mediante o Seu próprio poder e abre o Seu intelecto em três direcções diferentes: criação, preservação e dissolução.

Uma vez dominada a mente, e que os seus sentidos e órgãos se tenham concentrados em *Atman*, aparece perante ela uma luz deslumbrante que apaga o mundo irreal, como desaparecem as trevas da noite perante a luz do sol.

O mundo imaginário retira-se da vista e cai como uma folha morta, e *jiva* fica como uma semente murcha, sem poder de crescimento nem reprodução.

O intelecto, solto da nuvem da ilusão que cobria a mente enganada, brilha com o resplendor de um claro céu de Outono.

Agora falei-te, oh Rama-ji, da submissão e rebaixamento da mente, primeira etapa com vista à sua santificação pelo *Yoga*; em seguida falar-te-ei da segunda etapa, que é a edificação e fortalecimento do intelecto.

Continua com paciência, valentia e zelo incansáveis as tuas meditações e o teu auto exame e adora Deus no santo *Yoga*. Recorda que, se uma mente é mesquinha, cobiçosa ou se crê superior a outras, não poderá ver Deus.

Com a inquebrantável perseverança nesta via, o peregrino realiza um largo caminho até um estado que supera todas as minhas possibilidades de descrição, mas o qual o santo adepto pode ter experiência ao longo do seu trajecto. Nesse estado yóguico tudo é paz e bondade. A sílaba OM⁴⁷ é o símbolo da totalidade.

Aprende agora o método de adorar Deus, oh discípulo bem amado. Na adoração, em todas as suas formas, deves deixar de pensar no teu corpo e separar a tua mente da tua personalidade. É necessário que a tua mente se aplique assiduamente, sob as direcções do teu Mestre, em pensar no Espírito puro e imaterial, que a partir de dentro é testemunha dos feitos e gestos do teu corpo.

A verdadeira adoração consiste apenas em meditar interiormente sem nenhuma forma exterior; obriga, pois, a tua mente à adoração do Espírito universal meditando dentro de ti.

Ele é a forma do intelecto, a fonte de toda luz, e tão resplandecente como milhões de sois! É a luz interior da mente. A Sua cabeça e os Seus ombros elevam-se acima do céu dos céus; os Seus pés de lótus descem mais abaixo que o mais profundo abismo do espaço.

Os mundos que evoluem uns sobre os outros não ocupam mais que um canto do seu imenso seio. O Seu resplendor supera os limites do vazio ilimitado. Para cima, para baixo, nos quatro pontos cardinais e para todas as direcções do espaço estende-Se sem jamais diminuir e sempre sem fim.

Contém em Si mesmo a esfera deste mundo, assim como todos os demais mundos com as suas montanhas e tudo o que se acha neles; e o Tempo irresistível, que sem cessar os precipita para a frente, é o guardião no umbral da Sua eternidade.

Encontra-Se no centro de todas as coisas, das que constitui o Seu único dispensador de força e de energia *Tat Twam Asi!*⁴⁸ Isso és tu!

⁴⁷ *Om* (ou *Aum*) é a Palavra de Poder que não pertence a nenhuma linguagem particular mas que, em todo o Oriente, onde está considerada como o mais alto nome de Deus, utiliza-se exclusivamente como um símbolo do Supremo.

Adora-O dentro de ti! Pois Ele não exige que se seja um iluminado nem que se queime incenso.

Com a contínua conversa sobre este tema sagrado e reiniciando constantemente a sua busca quando se interrompe chega-se a ser plenamente consciente de Si mesmo.

A oferenda de um coração purificado e libertado tanto do desejo como da aversão resulta numa forma mais agradável que jóias preciosas e que as mais perfumadas flores.

A melhor meditação é a que se acompanha da oferenda de si mesmo ao Senhor ou ao santo *Yoga*.

Quem adora o Senhor assim durante uma hora completa obterá a recompensa de cumprir o sacrifício do *Raja*⁴⁹, e praticar esta forma de adoração à meia noite corresponderá ao mérito de realizar um milhão de sacrifícios.

Quando os benéficos raios da misericórdia iluminem a mente do yogui compassivo e a doce influência da simpatia alcance o seu coração, então ele será o mais agradável e o mais apropriado para servir, mediante meditações yóguicas, ao Senhor que reside em seu interior.

Quando um homem tiver controlado as turbulentas paixões da sua mente graças à rectidão do seu juízo e tenha estendido sobre o seu coração e a sua mente o suave manto da compaixão e do contentamento apaziguador, então deve adorar a divina serenidade dentro de si.

Deve-se meditar em *Atman* e servir o Mestre tanto em alegria como em pena. Nunca lamente o perdido e utiliza o que possuas; adora o Espírito supremo, na tua mente e na tua alma com constância e sem desfalecimento.

Pelo bem de todos os seres vivos e pela salvação do universo, mantém a tua constância inclusive entre as actividades iníquas dos homens e

⁴⁸ *Tat Twam Asi* (“Isso és tu”): *Tat* (Isso) significa a Realidade transcendente (*Brahman*). *Twam* (tu) significa o *jiva* ou alma individualizada e condicionada. *Asi* (és) expressa a eterna identidade de ambos, *jiva* e *Brahman*. Trata-se de uma das quatro grandes sentenças onde que se encontra cristalizada a verdade espiritual dos *Vedas*.

⁴⁹ *Sacrifício do Raja*: Na antiguidade cumpria-se o *Raja-suya* na ocasião da coroação e unção ritual de um rei, com o acompanhamento de cânticos solenes, generosas doações aos santos brahmanes e esmolas aos pobres.

permanece fiel ao teu voto de estar santamente consagrado o tempo todo a *Brahman* e ao *guru*.

Deixa de pensar em ti mesmo como tal ou tal pessoa; evita todo o trivial e, sabendo que tudo é o Uno universal, permanece firme no teu voto de adoração ao Espírito supremo, *Brahman*.

Situado num mundo de sofrimento, o homem não deveria prestar nenhuma atenção ao espectáculo das mais ou menos graves calamidades que se apresentam perante a sua vista.

Não se trata mais do que tintas e tonalidades fugitivas que pintam a vazia abóbada do céu e que rapidamente se desvanecem no nada.

Qualquer que seja o sacrificio oferecido para servir ao Senhor, entende que a equanimidade da mente é a melhor oferenda e a mais eficaz. A equanimidade tem um agradável sabor e possui o poder sobrenatural de transformar tudo em ambrósia.

A equanimidade dilata o coração e regozija a mente tal como inunda a luz do sol a abóbada celeste, e considera-se esta a devoção mais elevada.

Confiando no discernimento correcto combinado com o hábito da calma, os homens chegam a ser capazes de atravessar as obscuras e perigosas torrentes deste mundo.

O homem virtuoso, tranquilo e sereno, benévolo com todos os seres vivos, experimenta a benéfica influência da Verdade suprema que se manifesta na sua alma.

Quem tem uma mente tão serena como a claridade da lua, seja em vésperas de uma festa ou de uma batalha, ou inclusive no momento da morte, esse, na realidade, é um santo.

Quem com o olhar satisfeito infunde sobre todas as coisas ao seu redor o esplendor da sua benevolência, esse é chamado de santo.

Quem não tolera na sua mente as tribulações desta vida por graves e persistentes que sejam e não se vê a si mesmo dentro do marco do seu corpo, esse é conhecido por ser um santo.

Oh príncipe virtuoso, quem quer que acolha com fê e piedade estas palavras que digo, com certeza crescerá dia após dia no conhecimento de Deus.

Todo o sofrimento cessa para quem medita no seu interior estes ensinamentos espirituais.”

Quando se pôs o sol, difundindo o seu ouro sobre o horizonte, e os lótus do lago encerraram as suas pétalas, o bem aventurado sábio Vasishtha terminou o seu discurso. O imperador e a família real tocaram os pés do sábio e o encheram de ofertas, de prata, ouro e pedras preciosas; os *devas* fizeram chover flores celestiais sobre os assistentes exclamando:

“Jay! Jay! Jay!”