



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

Shiva Samhita

Coleção de Ensinaamentos de Shiva

Introdução e Primeiro Capítulo

Pedro Kupfer

A *Shiva Samhita* e o Hatha Yoga.

O nome *Shiva Samhita* significa em sânscrito 'Coleção [de Ensinaamentos] de Shiva'. É um texto em 540 estrofes sobre Hatha Yoga datado do século XVII desta era. Essas 540 estrofes, compostas na métrica chamada *trishtubh*, estão divididas em cinco capítulos, chamados *patalas*. A obra está composta na forma de um diálogo entre o deus Shiva e sua esposa Parvati, no qual o deus-yogi ensina as práticas do Hatha para sua consorte (detalhe que demonstra que, contrariamente à crença em voga em alguns círculos de Yoga da atualidade, esta prática era tanto para homens quanto para mulheres naquela época, assim como nas anteriores).

Este livro tem 'apenas' 300 anos de idade, mas resgata práticas muito anteriores a ele. Assim como a *Gheranda Samhita*, cita copiosamente o mais antigo manual de Hatha que chegou até a atualidade, a *Hatha Yoga Pradipika*, bem como algumas das Upanishads do Yoga e um importante texto de Vedanta, atribuído a Adi Shankaracharya, chamado *Atma Bodha*.

O primeiro capítulo apresenta as **noções filosóficas sobre as quais se apoia este sistema, claramente baseadas nos ensinamentos do Advaita Vedanta, a maior e mais influente escola de filosofia não-dualista da Índia**. O autor nos exorta a percebermos a unidade que permeia a criação, à qual todos nós estamos inextricavelmente ligados, bem como a percebermos e compreendermos a verdadeira natureza da realidade, oculta sob o véu de *maya*, a ilusão.

O segundo *patala* versa sobre a estrutura do corpo sutil. O terceiro capítulo contém as técnicas de *asana* e *pranayama*. O quarto, ensina as práticas de *mudra*, os selos energéticos, e inclui uma detalhada e insólita técnica de reabsorção seminal prescrita para evitar a perda do sêmen durante a cópula, chamada *vajrondi mudra*. O quinto e último capítulo, que é o mais extenso, versa sobre os *chakras*, centros de energia no corpo sutil, bem como sobre quatro formas de Yoga: Mantra, Hatha, Laya, e Raja Yoga, e seus diferentes métodos.

Hatha e Raja Yoga como caminhos complementares

Chegando no final do último capítulo, o autor retoma uma idéia já presente na *Hatha Yoga Pradipika*: a de que Hatha e Raja Yoga são interdependentes e complementares:

'O Hatha Yoga não pode ser obtido sem o Raja Yoga, nem o Raja Yoga pode ser obtido sem o Hatha Yoga. Portanto, o *yogi* deverá, primeiramente, aprender o Hatha Yoga das instruções de seu sábio mestre'. V:182.

Compare o leitor a frase acima com a afirmação da *Hatha Yoga Pradipika*: 'Saúdo o Primevo Senhor, Shiva (Adinatha), que ensinou o conhecimento do Hatha Yoga a sua esposa Parvati. Este conhecimento, como uma escada, conduz ao elevado Raja Yoga'. I:1.

Tipos de praticantes de Yoga (sadhakas).

'O Yoga é de quatro tipos: primeiro, vêm o *Mantra Yoga*; em segundo lugar, o *Hatha Yoga*, em terceiro, o *Laya Yoga* e, em quarto lugar, o *Raja Yoga*, que elimina as dualidades'. V:9.

O autor afirma que nem todas as formas de Yoga são adequadas para todas as pessoas: 'Os praticantes são de quatro tipos: [aqueles cuja intensidade é] suave, moderada, ardente e muito ardente. [Este último tipo,] o melhor, pode cruzar o oceano do mundo [das aparências]'. V:10.

A continuação, descreve a motivação e as características de cada um desses tipos de praticante, indicando, em função dessas características, o tipo de prática mais adequado para cada um:

'Pessoas de mente estreita, distraídas, adoentadas, que questionam os ensinamentos do mestre, homens avarentos, que agem de modo incorreto, glutões, demasiadamente apegados a suas esposas, tímidos, doentes, não independentes, carentes e cruéis, aqueles de mau caráter e os fracos, todos esses são considerados praticantes [de motivação] fraca. Com grande esforço, tais pessoas alcançam o sucesso na prática em doze anos. Estes devem ser considerados aptos para a prática de *Mantra Yoga*'. V:11.

'Pessoas de mente aberta, compassivas, amantes da virtude, eloqüentes. Aqueles que sempre evitam os extremos, são os praticantes de motivação média. Estes, devem ser iniciados pelo mestre no *Laya Yoga*'. V:13.

'Pessoas de mente firme, versadas no *Laya Yoga*, independentes, cheias de energia, magnânimas, cheias de simpatia, que sabem perdoar, verdadeiras, corajosas, cheias de confiança [no mestre e no ensinamento], adoradoras dos pés de lótus de seus Gurus, sempre comprometidas na prática de Yoga, tais pessoas são consideradas praticantes ardentes (*adhimatras*). Eles obtêm sucesso na prática de Yoga em seis anos, e devem ser iniciados no *Hatha Yoga* e seus diversos ramos'. V:14.

'Aqueles que tiverem o maior caudal de energia, com iniciativa, comprometidos, heróicos, conhecedores das escrituras, perseverantes, livres dos efeitos das emoções cegas, que não se deixam confundir, cheios de disposição, moderados em sua dieta, que dominam seus sentidos, destemidos, limpos, hábeis, caridosos, bem dispostos para ajudar o próximo, competentes, firmes, talentosos, que cultivam o contentamento, que sabem perdoar, que são de boa índole, devotos, que sabem manter seus objetivos em segredo, eloqüentes, pacíficos, que têm confiança nas escrituras e adoram Ishvara e o *guru*, que têm aversão a desperdiçar seu tempo e são livres de doenças, que conhecem os deveres do *adhimatras* e praticam todos os Yogas. Sem dúvida, tais praticantes obtêm o êxito na prática em três anos. [Estes são considerados os mais ardentes, e] estão capacitados para serem iniciados em todas as formas de Yoga, sem dúvida'. V:15.

Para quem é a prática de Hatha Yoga?

O leitor pode considerar as exigências e qualidades que se esperam do praticante ideal um tanto exageradas. Porém, o fato é que a maior parte das condições aqui listadas são essenciais para ter-se sucesso na prática. Mesmo se para o praticante da atualidade for difícil de aceitar isso, desde o tempo das Upanishads o caminho do Yoga sempre foi descrito como um caminho estreito e difícil. Aliás, desde o início dos tempos o Yoga foi considerado um caminho para muito poucos, como a própria *Shiva Samhita* aponta numa outra passagem:

'Este *Yogashastra* aqui exposto é uma doutrina muito secreta, que deverá somente ser revelada nestes três mundos ao devoto de alma elevada'. I:19.

Pela afirmação acima, podemos deduzir que o ensinamento aqui contido não se destina a qualquer um, nem é para iniciantes. Pelo menos, segundo os autores destes textos antigos. Se o praticante não estiver preparado para cultivar as virtudes anteriormente listadas, que são condições *sine que non* para se fazer merecedor e receber o ensinamento do Yoga, seja do tipo que for, este ficará sempre fora do alcance dele.

Condições para se ter sucesso na prática.

'O *yogi* deve renunciar ao seguinte: 1. alimentos ácidos, 2. adstringentes, 3. substâncias pungentes, 4. sal, 5. mostarda, e 6. alimentos amargos. 7. Andar demasiado, 8. tomar banho antes do amanhecer, e 9. alimentar-se com frituras. Ele deve evitar: 10. roubar, 11. matar [até mesmo animais], 12. cultivar inimizades, 13. o orgulho, 14. a ambigüidade e 15. a desonestidade. Igualmente, deve evitar 16. jejuar, 17. mentir, 18. pensamentos alheios à libertação dos condicionamentos (*moksha*), 19. crueldade em relação aos animais, 20. companhia de mulheres, 21. ficar demasiado perto do fogo, 22. falar demais, sem medir as conseqüências das próprias palavras e, finalmente, 23. comer demais'. III:33.

Shiva Samhita: Capítulo I

tradução por Pedro Kupfer
28 de Julho de 2005

Prathamah patalah

A Existência é Una.

Somente o Conhecimento (*Jñana*) é eterno. Ele não tem início nem fim. Não existe nada fora ele. A aparente diversidade do mundo é resultante da limitação dos sentidos. Quando esta limitação desaparece, apenas o Conhecimento, e somente ele, resplandece. 1.

Eu, Ishvara, amante de meus devotos e doador de emancipação espiritual a todas as criaturas, declaro assim a ciência do ensinamento do Yoga (*Yoganushasanam*). 2.

Nele, são descartadas todas as doutrinas que conduzem ao Conhecimento errôneo. Ele é adequado para a emancipação espiritual daquelas pessoas cujas mentes não se distraem, e que permanecem completamente focadas em Mim. 3.

Diferentes pontos de vista.

Alguns enaltecem a verdade, outros, a purificação e o ascetismo. Alguns enaltecem o perdão, outros a justiça e a sinceridade. 4.

Alguns pregam o altruísmo e outros oferecem sacrifícios. Alguns pregam a ação, outros dizem que o desapego é o melhor [caminho]. 5.

Alguns sábios pregam sobre os deveres do chefe de família. Outros sustentam que o agnihotra é a prática mais elevada. 6.

Alguns falam do Mantra Yoga, outros visitam lugares sagrados. Diversos são os caminhos que se oferecem para a emancipação. 7.

Agindo desta forma no mundo, até mesmo aqueles que conhecem a diferença entre as ações corretas e as incorretas, embora livres do erro, permanecem sujeitos à confusão. 8.

As pessoas que seguem essas doutrinas, havendo realizado ações corretas e equivocadas, vagueiam constantemente nos mundos, no ciclo de nascimentos e morte, condicionadas por suas duras necessidades. 9.

Outros, mais sábios que os demais, devotamente dedicados à investigação da verdade, declaram que as almas são muitas, eternas e onipresentes. 10.

Outros dizem: 'Somente existe aquilo que é percebido pelos sentidos. Nada existe além deles. Onde estão o céu ou o inferno?'. Essa é sua firme crença. 11.

Outros acreditam que o mundo é um processo fluido de consciência, sem realidade material. Alguns enaltecem o vazio, considerando-o o princípio maior. Outros acreditam em duas essências, o Ser e a Natureza (Purusha e Prakriti). 12.

Assim, acreditando em tão diversas doutrinas, mas afastados do objetivo supremo, eles pensam, de acordo com seu entendimento e educação, que neste Universo não existe Ishvara. 13.

Outros acreditam que Ele exista, baseando suas asserções em diversos argumentos irrefutáveis, sustentados pelos textos sagrados, declarando a diferença entre a alma individual e Ishvara, ansiosos por justificar a existência Dele. 14.

Estes e muitos outros sábios de várias diferentes denominações, foram descritos nas escrituras como guias da mente humana em direção à Ilusão. 15.

Não é possível descrever por completo as doutrinas de todas essas pessoas, tão centradas nas disputas e discussões. Tais pessoas vagueiam neste mundo, completamente afastadas do caminho da emancipação. 16.

Havendo estudado todas as escrituras, e havendo ponderado detidamente sobre elas, vezes e mais vezes, esta tem sido considerada como a única verdadeira, a mais firme das doutrinas. 17.

Desde que este [Conhecimento] for considerado verdadeiro, todo esforço deve ser feito no sentido de adquirí-lo. Assim sendo, qual é a necessidade de quaisquer outras doutrinas? 18.

Este *Yogashastra* aqui exposto é uma doutrina muito secreta, que deverá somente ser revelada nestes três mundos ao devoto de alma elevada. 19.

Ritualismo e Conhecimento.

Existem dois caminhos [que são ensinados nos Vedas]: o Ritualismo e o Conhecimento (*karma kanda* e *jñana kanda*). Cada um deles, por sua vez, está dividido em duas partes. 20.

O caminho do ritualismo é duplo, e consiste de prescrições e proscricções. 21.

Quando atos não recomendados forem realizados, certamente irão trazer resultados indesejáveis. Quando atos meritórios forem realizados, eles trarão efeitos benéficos. 22.

As prescrições constituem um caminho tríplice: existem as regulares, as ocasionais e as opcionais (*nitya*, *naimittika* e *kamyā*). Ao não realizar os ritos cotidianos, a pessoa acumula *karmas* indesejáveis. Porém, a sua realização não é garantia de obter-se mérito. Por outro lado, os deveres ocasionais e opcionais, ao serem realizados ou não, produzem mérito ou demérito, respectivamente. 23.

Conseqüências dos diferentes tipos de karma.

Os frutos das ações são de dois tipos: desejáveis ou indesejáveis. Os desejáveis podem ser de vários tipos. Os indesejáveis são igualmente diversos. 24.

As ações corretas são de fato celestiais. As ações errôneas são demoníacas. A criação é a conseqüência natural do *karma*, e de mais nada. 25.

As criaturas deleitam-se nos prazeres celestiais [advindos das ações meritórias] ou sofrem com [os resultados das] suas ações não meritórias. 26.

Das ações errôneas resulta o sofrimento. Das ações meritórias, a felicidade surge. Por amor à felicidade, o homem busca realizar constantemente ações meritórias. 27.

Quando se manifesta o sofrimento resultante das ações errôneas, a conseqüência certa é mais renascimentos. Quando os frutos das ações corretas for esgotado, o resultado, certamente, será o mesmo. 28.

Até mesmo nos mundos celestiais existe a experiência do sofrimento, ao se perceber o desfrute dos demais. Certamente, não existe dúvida sobre o fato de que o Universo inteiro está permeado pelo sofrimento. 29.

Aqueles que estudaram o *karma*, o dividiram em duas partes: ações meritórias e ações errôneas. Estas são as fontes reais de escravidão das almas encarnadas, cada uma agindo em seu devido momento. 30.

Aqueles que tiverem se livrado do desejo de desfrute de suas ações nesta encarnação ou na seguinte, devem renunciar igualmente a todas as ações que tiverem sido realizadas tendo como objetivo seus eventuais frutos. Da mesma maneira, havendo descartado o apego às ações cotidianas e às ocasionais (*nitya* e *naimittika*), devem engajar-se na prática do Yoga. 31.

O conhecimento.
O *yogi* sábio, havendo realizado a verdade, deve renunciar [ao fruto dos *karmas*]. Havendo transcendido o mérito e o demérito, concentra-se no Conhecimento. 32.

Afirmações védicas como 'o Ser deve ser conhecido', 'Palavras sobre Ele devem ser ouvidas' e outras, são as reais salvadoras, doadoras de Conhecimento verdadeiro. Estas afirmações védicas devem ser estudadas com grande atenção. 33.

Eu sou a Inteligência, que propulsiona as ações no caminho do mérito ou no caminho do demérito. Todo este Universo, o que se move e o que permanece imóvel, deriva de Mim. Toda a criação é preservada por Mim. Toda a criação é absorvida em Mim no momento da dissolução final, pois somente o Ser existe, e Eu sou esse Ser. Não há nada que exista separado do Ser. 34.

O Ser permeia toda a Criação.

Podem ser observados muitos reflexos do sol em diversos recipientes de água. Os indivíduos, como os recipientes, são inúmeros, embora Paramatman, como o Sol, seja um só. 35.

Durante o sonho, o indivíduo cria diversos objetos por sua vontade, que desaparecem quando ele acorda. Da mesma forma acontece com este Universo. 36.

Ignorância e Conhecimento.

Assim como, através da Ilusão, uma corda aparenta ser uma serpente ou a madrepérola parece ser prata, similarmente, todo este Universo está contido dentro do Ser. 37.

Quando o Conhecimento verdadeiro sobre a corda aparece, a noção errônea dela como sendo uma serpente desaparece. Da mesma forma, ao surgir o Conhecimento do Ser, a idéia do Universo baseada na Ilusão, desaparece. 38.

Quando o Conhecimento sobre a madrepérola é obtido, a visão errônea dessa substância como sendo prata, desaparece. Da mesma forma, através do Conhecimento do Ser, o mundo revela-se como uma Ilusão. 39.

Assim como quando um homem passa em suas pálpebras o colírio preparado com a gordura das rãs, um bambu aparenta ser uma serpente, da mesma maneira, o mundo aparece como uma entidade separada do Ser, sob o pigmento ilusório do hábito e da imaginação. 40.

Assim como, através do Conhecimento da corda, a serpente revela-se como uma ilusão, similarmente, através do Conhecimento espiritual, o mundo revela-se [igualmente como uma ilusão]. Assim como, para alguém com icterícia, a cor branca parece ser amarela, similarmente, através da doença chamada Ignorância, este mundo aparenta ser uma entidade separada do Ser. Esse é um erro muito difícil de ser removido. 41.

Assim como quando a icterícia é curada, o paciente percebe a cor branca do jeito que ela é, da mesma forma, quando a Ignorância ilusória é destruída, a natureza real do Ser torna-se manifesta. 42.

Assim como uma corda nunca pôde se transformar em serpente no passado, não pode se transformar no presente, nem poderá se tornar serpente no futuro, o Ser, que está além dos *gunas* nunca se transforma no Universo [pois Ele **já é** o Universo]. 43.

Alguns sábios versados nas escrituras, havendo recebido o Conhecimento sobre o Ser, têm declarado que até mesmo os *devas* (semideuses) como Indra e os demais, são não eternos, sujeitos a renascimentos e mortes, e passíveis de serem destruídos. 44.

Como uma bolha no mar, surgida do vento, o mundo transitório surge do Ser. 45.

O Ser é ilimitado.

A Unidade existe sempre. A diversidade não: há um momento em que ela cessa. A dualidade e as demais precepções do mesmo tipo surgem somente da Ilusão. 46.

Tudo o que foi, é ou será, com ou sem forma, todo este Universo está permeado pelo Ser. 47.

A Ignorância é um produto da imaginação. Ela nasce da falsidade, e sua própria essência é irreal. Como este mundo pode ser considerado real, partindo-se dessa premissa? 48.

Todo este Universo, o que se move e o que permanece imóvel, surgiu da Inteligência. Renunciando a qualquer outra coisa, refugie-se nela. 49.

Assim como o espaço permeia um jarro por dentro e por fora, similarmente, aquém e além deste Universo sempre mutante, existe o Ser. 50.

Assim como o espaço, permeando os cinco estados aparentes da matéria, não se mistura com eles, da mesma maneira o Ser não se mistura com o sempre mutante Universo. 51.

Desde os *devas* até o mundo material, tudo está permeado pelo Ser. Somente existe Satchitananda, onipresente e ímpar.

Não sendo iluminado por nenhum outro agente, Ele é auto-efulgente. Por causa dessa auto-efulgência, a natureza verdadeira do Ser é a luz. 53.

Não estando o Ser limitado por tempo nem espaço, Ele é infinito, onipresente e pleno. 54.

O Ser não é como este mundo, composto por cinco estados aparentes da matéria e sujeito à destruição. Ele é eterno; nunca será destruído. 55.

Não existe outra substância além d'Ele. Fora Ele, o resto é aparência. Ele de fato é a Verdadeira Existência. 56.

Neste mundo, criado pela Ignorância, a destruição do sofrimento implica na conquista de felicidade. Através do Conhecimento, surge a proteção contra todo tipo de sofrimento. Da mesma maneira, o Ser é pura felicidade (*ananda*). 57.

Através do Conhecimento é destruída a Ignorância, causa material do Universo. O Ser é Conhecimento. Esse Conhecimento, conseqüentemente, é eterno. 58.

No tempo, este Universo múltiplo tem sua origem. Igualmente, existe Uno que é realmente o Ser, eterno através do tempo. Ele é Uno, e inconcebível. 59.

Todas estas substâncias externas irão desintegrar-se no tempo. Porém, o Ser, que não pode ser conhecido pela palavra, sempre existirá. 60.

Nem o espaço, nem o ar, nem o fogo, nem a água, nem a terra, nem suas diversas combinações, nem os deuses, são perfeitos. Somente o Ser é perfeito. 61.

Havendo renunciado a todo falso desejo e havendo abandonado as correntes mundanas, o *yogi* percebe o Ser em seu próprio espírito. 62.

Havendo percebido o Ser, que traz felicidade, como sendo sua própria essência, [o *yogi*] deixa de lado o mundo [banal] e desfruta a plenitude inefável da mais profunda meditação. 63.
A ilusão como força criativa.

A Ilusão é a mãe do Universo. Este não surgiu de nenhum outro princípio. Quando a Ilusão é destruída, o mundo certamente revela-se como não tendo existência [separada do Ser]. 64.

Aquele para quem este mundo não passa de um campo do jogo de *Maya* (o Aparente), não encontra a felicidade nas riquezas, nem no próprio corpo, nem em outros prazeres. 65.

Este mundo revela-se sob três diferentes aspectos para os homens: amistoso, hostil ou indiferente. É assim que sempre se percebem as interações. Existe ainda uma diferenciação nas manifestações materiais, que podem ser percebidas como prazerosas, dolorosas ou indiferentes. 66.

O Ser, através da superimposição (*adyarupa*), torna-se [diferentes papéis]: filho, pai, etc. As escrituras demonstraram que o mundo visível é o jogo de *Maya*. O *yogi* destrói este mundo fenomênico pela refutação de falsos argumentos (*apavada*) e tornando-se consciente de que ele é apenas o resultado de *adyarupa*, a superimposição [de *Maya* sobre o Ser]. 67.

Quando a pessoa fica livre das infinitas distinções e estados de existência como posição social, individualidade, etc., então, ela pode afirmar que é Inteligência Indivisível, Pura Unidade. 68.

A emanção da Criação.

O Senhor desejou criar Suas criaturas. Desse Seu desejo surgiu a Ignorância, mãe do Universo aparente. 69.

Foi assim que tomou forma a conjunção entre o puro Brahman (Parambrahman) e *Avidya*, da qual surgiu Brahma, o Criador. Deste, surgiu posteriormente o espaço. 70.

Do espaço emanou o ar; do ar veio o fogo; do fogo, a água, da água veio a terra. Esta é a ordem da emanção sutil. 71.

Do espaço, o ar; do ar e o espaço, combinados, veio o fogo; do composto triplo, espaço, ar e fogo, surgiu a água. Da combinação de espaço, ar, fogo e água, veio a terra. 72.

A qualidade sensível do espaço é o som; a do ar, o movimento; a do fogo, a forma; a da água, o gosto; a da terra, o cheiro. Não há nenhuma subjetividade nisto. 73.

O espaço possui uma qualidade sensível. O ar, duas. O fogo, três. A água, quatro, e terra, cinco. Audição, toque, sabor, forma e cheiro. Assim nos ensinaram os sábios. 74.

A forma é percebida através do olhar. O cheiro, através das narinas. O sabor, pela língua. O toque, pela pele. O som, pela audição. 75.

Estes são, de fato, os órgãos da percepção. 76.

Da Inteligência surge este Universo, o que se move e o que permanece imóvel. Mesmo se sua existência não puder ser provada, essa Inteligência existe. 77.

A terra torna-se sutil e dissolve-se na água. A água dissolve-se no fogo. O fogo, similarmente, funde-se com o ar. O ar é absorvido pelo espaço. O espaço dissolve-se na Ignorância que, por sua vez, dissolve-se no Grande Brahman. 78.

Os três atributos da Natureza.

Existem duas forças: a força de expansão e a de transformação (*vikshepa* e *avarana*). Estas forças têm grande potência e poder, e sua manifestação é a felicidade. A grande Ilusão (*Maya*), embora não tenha inteligência nem matéria, possui três atributos: ritmo, energia e estabilidade (*sattva*, *rajas* e *tamas*). 79.

A forma não-inteligente da Ilusão, revestida pela força de transformação (*avarana*), e através da força de expansão (*vikshepa*), manifesta-se como o próprio Universo. 80.

Quando, dentro de *Avidya*, manifesta-se um excesso de inércia (*tamas*), ela se manifesta como Durga. A energia que rege sobre Durga é chamada Ishvara. Quando, dentro de *Avidya*, manifesta-se um excesso de harmonia (*sattva*), ela se manifesta como a bela Lakshmi. A energia que rege sobre Lakshmi é chamada Vishnu. 81.

Quando, dentro de *Avidya*, manifesta-se um excesso de movimento (*rajas*), ela se manifesta como a sábia Sarasvati. A energia que rege sobre Sarasvati é conhecida como Brahma. 82.

Deuses como Shiva, Brahma, Vishnu e os demais, podem ser percebidos em Paramatma?. Os corpos, e todos os objetos materiais, são os diversos produtos de *Avidya*. 83.

Os sábios ensinaram desta maneira a criação do universo. Os elementos e os não-elementos são gerados desta maneira, e de nenhuma outra. 84.

Todos os objetos são percebidos como sendo finitos, [dotados de qualidades e outras características]. Porém, essa aparente distinção é feita meramente de palavras e nomes. Não há nenhuma diferença real [entre os objetos e o Ser]. 85.

Portanto, os objetos não têm existência [real, separada do Ser]. O grande e glorioso Uno, que se manifesta através deles, é o Único que verdadeiramente existe. Embora os objetos sejam falsos e irrealis [i. e., dependem do Ser], como reflexos do Real, por um tempo limitado, aparentam eles próprios serem reais. 86.

O Conhecimento libertador.

A Entidade Única, em plenitude, íntegra e onipresente, é a única existente. Nada existe além dela. Aquele que percebe constantemente este conhecimento torna-se livre da morte e do sofrimento da roda do mundo (*samsara*). 87.

Através da compreensão de que tudo é uma percepção ilusória (*aropa*), e através da refutação das doutrinas falsas (*apavada*), este Universo resume-se no Único, revela-se como o Uno, e mais nada. Então, esta constatação é claramente percebida pela consciência. 88.

O corpo humano.

Através do veículo físico (*annamayakosha*) de seus genitores, e de acordo com suas experiências passadas, a alma humana reencarna. Portanto, os sábios consideram este belo corpo como um castigo, para viver os efeitos dos *karmas* passados. 89.

Este templo de sofrimento e desfrute (o corpo humano), feito de carne, ossos, nervos, medula, sangue, veias e outros componentes, existe apenas para sofrer a dor. 90.

Este corpo, a morada de Brahma, composto pelos cinco elementos e conhecido como Brahmanda (o microcosmos), foi feito para o desfrute do prazer ou o sofrimento da dor. 91.

A Criação.

A partir da auto-combinação do Espírito, que é Shiva, com a Matéria, que é Shakti, e, através da interação inerente a ambos, todas as criaturas nascem. 92.

Da quántupla combinação dos elementos sutis, neste universo, inúmeros objetos densos são produzidos. A Inteligência confinada neles, agindo através do *karma*, é chamada *Jiva* (ser vivente). Todo o Universo deriva dos cinco elementos. *Jiva* é aquele que usufrui os frutos das ações. 93.

Em conformidade com os efeitos das ações passadas dos seres viventes, Eu regulo seus destinos. O ser vivente (*Jiva*) é imaterial, e está presente em todas as coisas. Porém, ele entra no corpo material para usufruir os frutos das próprias ações. 94.

Preso nas correntes da matéria pelo *karma*, o ser vivente recebe diferentes [formas e] nomes. Ele retorna vezes e mais vezes para este mundo, para realizar as conseqüências de suas ações. 95.

Quando os resultados das ações tiverem sido fruídos [e esgotados], *Jiva* é absorvido [em Parambrahman]. 96.

Tradução de Pedro Kupfer

<http://www.yoga.pro.br/artigos/449/1/shiva-samhita-colecao-de-ensinamentos-de-shiva>

<http://www.yoga.pro.br/artigos/463/3035/shiva-samhita-capitulo-i>