

## REALIZEM O RAMA CHITANA<sup>1</sup>

Data: 28 de junho de 2008 – Ocasão: Sri Ramachandraswamy Pattabhisheka Mahotsavam – Local: Prasanthi Nilayam

### **Manifestações do Amor Divino!**

O *Ramayana Saptaha* (os sete dias de entoação do divino Nome de Rama) foi realizado com grande alegria e devoção nos últimos sete dias. Todos vocês participaram deste grande evento. Os sacerdotes (*purohiths*) que conduziram o *Saptaha*, com grande devoção e sinceridade, e os palestrantes de diferentes lugares que participaram dele o tornaram um evento de grande sucesso. Setty Garu, quem organizou tudo, cuidou para que os sacerdotes e os devotos ficassem confortáveis e deixou todos felizes.

A contemplação constante sobre o *Ramayana* e o cântico da glória do divino Nome Rama confere bem-aventurança, paz e prosperidade para todos. Há duas maneiras de contemplar com o Nome divino e cantar a Sua glória: a prática espiritual (*sadhana*) individual e a coletiva. Dentre os dois, o *sadhana* coletivo é melhor. Foi o Guru Nanak quem iniciou a prática de cantar em grupo a glória do Nome divino.

Na verdade, o cântico individual do divino Nome não é suficiente. Se milhares de pessoas se juntarem e cantarem a glória do Nome divino em uma só voz, as preces de pelo menos um ou dois indivíduos comoverão a Divindade. Portanto, é melhor seguir o método coletivo. Onde quer que estejam, cantem a glória do divino Nome de Rama em grupo. A contemplação em *Ramanama* (repetição do Nome Rama) traz paz e felicidade. É uma disciplina espiritual Universal.

O Nome Rama não se limita a uma forma em particular. Habita em todos os indivíduos como *Atma Rama*. O *Atma*, que habita em todos os seres, possui o Nome de Rama. Portanto, desde uma criança até um adulto, todos devem realizar o exercício individual de contemplar constante o *Ramanama*. Frequentemente, vemos até mesmo cegos contemplando em *Ramanama* dizendo “Rama, Rama”.

Apenas o Nome divino pode conferir paz e felicidade. Nada mais, nem mesmo a riqueza e a prosperidade podem trazer paz e felicidade. A contemplação permanente do Nome divino pode remover todas as preocupações.

*Nascer é uma preocupação.  
Viver neste planeta é uma preocupação.  
O mundo é uma fonte de preocupações.  
A morte também é uma preocupação.  
Todas as ações e dificuldades causam preocupação.  
A devoção ao Senhor Rama é o alívio para todas as preocupações.*

(Poema em télugo)

Assim, realizem a contemplação do Nome divino de Rama (*Ramachintana*) sempre que estiverem rodeados de preocupações. O *Ramanama* existe no coração das pessoas há milênios.

Na Treta Yuga<sup>2</sup>, o rei Dasaratha de Ayodhya queria filhos para dar continuidade à dinastia Ikshvaku. Ele fez um *yaga*<sup>3</sup> chamado *Puthra Kameshtiyaga*<sup>4</sup>, orando para que fosse abençoado com um filho. O rei Dasaratha teve três esposas: Kausalya, Sumitra e Kaikeyi. Primeiro, ele teve com Kausalya uma filha chamada Santha, a, quem deu para um amigo adotar. Ela se casou com o sábio Rishyasringa.

O *Puthra Kameshti yaga* foi conduzido sob a orientação desse casal. No final do ritual, Agni Deva, o deus do fogo, emergiu do sagrado *homakunda*<sup>5</sup> com um recipiente contendo *payasam* (pudim sagrado). Ele o deu a Dasaratha para ser distribuído igualmente entre as suas três esposas. Kausalya e Kaikeyi receberam a sua porção com felicidade e a levaram aos seus quartos de *puja* (adoração). Ambas estavam muito contentes porque o filho que estava por nascer seria o herdeiro do trono de Ayodhya. Suas aspirações eram genuínas, já que Kausalya era a rainha mais velha e o pai de Kaikeyi, na época

<sup>1</sup> Chintana = pensar constantemente. Rama Chintana = pensar constantemente em Rama.

<sup>2</sup> A cosmogonia hindu divide a criação em ciclos. O universo criado surge e desaparece num processo contínuo de criação e dissolução, uma espécie de pulsação. Esse processo leva várias Eras ou Yugas. A primeira é a Sathya Yuga, a Era de Ouro ou Era da Verdade, onde todo o Universo é permeado pela Virtude (pelo *dharma*). A Era seguinte é a Treta Yuga, na qual  $\frac{3}{4}$  do Universo estão envolvidos no *dharma*; segue-se a Dvapara Yuga, onde somente metade do Universo está permeado pelo *dharma*. E, finalmente, na Kali Yuga apenas  $\frac{1}{4}$  do Universo é Virtude e os outros  $\frac{3}{4}$  estão tomados pelo vício.

<sup>3</sup> Ritual de sacrifício. O mesmo que Yajña.

<sup>4</sup> Sacrifício prescrito para aqueles que desejam conceber filhos do sexo masculino.

<sup>5</sup> Altar do fogo.

de seu casamento, obteve do rei Dasaratha a promessa de que o filho que nascesse da união dos dois seria o rei de Ayodhya. Dasaratha não podia voltar atrás em sua palavra, para honrar a tradição da família Ikshvaku.

No entanto, Sumitra não tinha esse desejo. Ela levou a sua tigela de pudim para o terraço e a colocou sobre o parapeito enquanto secava o seu cabelo ao sol. Ela estava absorta em seus pensamentos, considerando que seria inútil comer o pudim, já que o filho que nasceria dela não poderia reivindicar o trono como os filhos de Kausalya e Kaikeyi. Enquanto pensava sobre o futuro, uma águia desceu e levou a tigela contendo o pudim sagrado.

Ela ficou chocada e transtornada, temendo a reprimenda que levaria de seu marido por ser descuidada. Ela desceu correndo as escadas e informou Kausalya e Kaikeyi sobre o que lhe havia acontecido. Elas abraçaram Sumitra e a consolaram, dizendo: “Irmã, por que você está tão transtornada? Nós três somos uma, e compartilharemos a nossa porção de pudim com você”.

Dizendo isso, trouxeram as suas tigelas e colocaram uma porção de cada uma de suas tigelas em outra tigela e a ofereceram a Sumitra. Muito diferente do que ocorre atualmente, naqueles tempos a harmonia entre as mulheres era perfeita. Assim, as três rainhas tiveram prontas as suas tigelas contendo o pudim sagrado e as levaram ao sábio Vasishta, obtendo as suas bênçãos. Depois, ofereceram os seus *pranams*<sup>6</sup> ao rei Dasaratha e comeram alegremente o pudim sagrado. As três rainhas ficaram grávidas.

No devido tempo, Kausalya, a rainha mais velha, deu à luz um menino lindo, a quem chamou de Rama. O *Atma* Universal se manifestou no ventre de Kausalya. Ele foi chamado de Rama, que significa aquele que faz a todos felizes. Kaikeyu também deu à luz a um menino, que foi chamado de Bharata. Sumitra, no entanto, deu à luz a dois filhos chamados de Lakshmana e de Satrughna. Lakshmana nasceu da porção do pudim dada por Kausalya e Satrughna daquela oferecida por Kaikeyi. Assim, Lakshmana sempre seguiu Rama, enquanto Satrughna seguia Bharata.

Os dois filhos de Sumitra, Lakshmana e Satrughna, choravam todo o tempo, dia e noite, sem querer se alimentar. Sumitra não podia suportar o sofrimento de seus filhos. Ela procurou o sábio Vasishta e explicou o seu problema.

O Sábio Vasishta fechou os seus olhos e meditou por algum tempo. A sua visão de iogue lhe permitiu perceber a verdade. Ele explicou a Sumithra “Já que você compartilhou o pudim sagrado de Kausalya, você deu à luz a Lakshmana, que é uma *amsa* (parte) de Rama. Do mesmo modo, Satrughna nasceu da porção dada por Kaikeyi. Assim, ele é uma parte de Bharata. Coloque Lakshmana ao lado de Rama e Satrughna ao lado de Bharata. Assim eles poderão descansar serenamente”. Tão logo Sumitra fez o que lhe disse o Sábio, os bebês se acalmaram. Com o passar dos anos, os quatro irmãos cresceram muito felizes juntos.

Voltemos à história da águia que levou a tigela contendo o pudim sagrado de Sumithra enquanto ela secava o seu cabelo ao sol. A águia levou a tigela e a despejou no chão, no lugar onde Anjanadevi estava meditando, em uma zona montanhosa. Ela recolheu a tigela e alegremente comeu o pudim sagrado que ela continha. Como resultado, ela deu à luz ao grande herói do Ramayana, chamado Hanuman<sup>7</sup>.

Enquanto Rama e Lakshmana andavam na região do monte Rishyamuka procurando por Sita, Hanuman se aproximou deles, sob as ordens de Sugriva, o rei Vanara<sup>8</sup>. Depois de perguntar o motivo de sua busca, Hanuman os levou até Sugriva e os apresentou. Ele persuadiu Rama a procurar a amizade de Sugriva e o ajudou na busca por Sita. O voto de amizade eterna foi selado diante de um fogo ritual.

Sugriva, então, trouxe um pacote de jóias enroladas em um pano, que foram lançadas por Sita do *Pushpaka Vimana*<sup>9</sup> de Ravana, que a levou para Lanka<sup>10</sup>. Sugriva colocou o pacote diante de Rama para que as jóias pudessem ser identificadas como pertencendo a Sita. Rama chamou Lakshmana a seu lado e lhe pediu que identificasse as jóias. Lakshmana, ao ver as jóias, expressou a sua incapacidade, dizendo: “Oh Rama, eu lhe peço perdão; não conheço qualquer jóia que a mãe Sita usava. No entanto, posso identificar as suas tornozelas, já que me prostrava aos seus pés diariamente para prestar minhas homenagens”.

<sup>6</sup> Saudação reverencial que expressa um profundo respeito.

<sup>7</sup> O deus macaco aliado de Rama na guerra contra o demônio Ravana.

<sup>8</sup> *Vanara*, em sânscrito, quer dizer habitante da floresta (*vana* = floresta, *nara* = criatura), no épico Ramayana, os *vanaras* formam uma raça de símios humanóides que se tornam aliados de Rama para o resgate de Sita e destruição do demônio Ravana.

<sup>9</sup> Veículo voador que, além ser capaz de voar na atmosfera terrestre, também viajava pelo espaço e sob a água.

<sup>10</sup> Atual Sri Lanka.

Durante a permanência de Rama e Sita em um eremitério construído por Lakshmana na região de Panchavati, certo dia, sob ordens de Ravana, o demônio Maricha assumiu a forma de um cervo dourado e começou a caminhar pela vizinhança do *ashram*. Sita ficou fascinada pela beleza do cervo dourado e persuadiu Rama a capturá-lo e trazê-lo para o *ashram* para que ela pudesse brincar com ele. Rama decidiu atender ao seu pedido, pois isso fazia parte do plano divino. No entanto, ele pediu para Lakshmana ficar para trás e proteger o *ashram* e Sita dos astutos demônios durante a sua ausência.

Enquanto perseguia o cervo dourado, Rama se embrenhava cada vez mais na floresta. Finalmente, Rama pegou o seu arco e lançou uma flecha fatal no cervo. Maricha, disfarçado de cervo dourado, finalmente caiu morto, assumindo a sua forma real. Contudo, antes de exalar o seu último suspiro, ele gritou em agonia, imitando a voz de Rama "Ah, Sita! Ah Lakshmana!".

O grito chegou aos ouvidos de Sita e Lakshmana. Sita, ao ouvir o grito, implorou a Lakshmana que fosse procurar Rama imediatamente. Lakshmana consolou Sita dizendo-lhe que nenhum perigo jamais poderia ocorrer a Rama e que tudo não passava de um plano dos ardilosos demônios. Sita não se convenceu. Ela até usou palavras duras que feriram Lakshmana, enquanto o convencia a ir socorrer Rama. Claro que isso também fazia parte do plano divino que se desenrolaria no futuro.

Sem outra opção, Lakshmana concordou em procurar Rama. Todavia, antes de deixar o *ashram*, ele traçou uma linha ao redor do eremitério e pediu a Sita que não saísse daquele círculo sob nenhuma circunstância até que ele e Rama retornassem.

Assim que Lakshmana saiu do eremitério à procura de Rama, Ravana se aproximou do *ashram* disfarçado de *rishi* (sábio). Ele parou em frente do *ashram* e pediu comida, dizendo "Ó mãe, dê-me comida!" (*Bhavathi bhiksham dehi*).

Ao ouvir isso Sita decidiu dar-lhe comida. Ela pegou a comida no interior do *ashram* e tentou dá-la a Ravana permanecendo dentro do círculo traçado por Lakshmana. Mas Ravana insistiu para que ela se aproximasse, cruzando a linha, e oferecesse a comida a ele. Ele fingia não poder mais suportar as dores da fome.

No fim, Sita concordou e saiu do círculo feito por Lakshmana para dar a esmola a Ravana. Exatamente naquele momento, Ravana assumiu a sua forma real e a seqüestrou em sua carruagem. Ravana levou Sita para Lanka e a manteve reclusa sob uma árvore no Asokavana (um bosque de árvores asoka<sup>11</sup>).

Sita lamentou o seu ato imprudente de ficar fascinada por um cervo dourado e as conseqüências que o seguiram. Ela lamentou "Oh, por que aquele animal pernicioso (cervo dourado) veio para a vizinhança de nosso eremitério? Por que fiquei tão fascinada por aquele cervo dourado? Por que pedi a Rama que o capturasse e o trouxesse para mim? Para que serve todo este arrependimento a estas alturas?". Ela se encontrava no cativeiro em Lanka.

Ravana manteve três mulheres vigiando Sita durante seu encarceramento em Asokavana. Uma delas era Sarama, a mulher de Vibhishana, irmão mais jovem de Ravana. As outras duas mulheres eram Ajata e Trijata, que eram filhas de Sarama. Elas eram muito atenciosas com Sita, mantendo elevada a sua disposição de ânimo durante todo o tempo com as suas palavras de conforto. Sita se perguntava se essas pessoas boas existiriam também em Lanka. Na verdade, foi graças às palavras de consolo e da proteção delas que Sita pôde suportar valentemente a sua provação.

Apesar de que Sita estar presa em Lanka, Ravana não ousou tocar nela. Ele sabia que seria reduzido a cinzas se a tocasse sem o consentimento dela. O tempo todo, ele suplicava para que ela o aceitasse. Quando Ravana se rebaixou a ponto de denegrir Rama e de ameaçar Sita, ela, sem sequer olhar para seu rosto, colheu uma folha de grama e a jogou diante dele, dizendo "Você é uma pessoa má. Você não vale sequer esta folha de grama. Como ousa falar mal de Rama diante de mim, seu infeliz, vil e depravado?"

Sita tinha outro nome, Vaidehi, significando aquela que não tem apegos ao corpo. O rei Janaka era o seu pai adotivo. Ele a criou amorosamente e a deu, em casamento, a Rama. Há diversos significados ocultos e sutis na história do Ramayana. Na verdade, Sita não era a irmã de Rama, como aparece em alguns textos. Se ela fosse irmã de Rama, como poderia o rei Janaka oferecê-la como noiva para Rama? Infelizmente, as pessoas não percebem esses significados ocultos.

Hanuman foi um grande herói na história do Ramayana. Ele liderou um exército de *vanaras* (macacos)

---

<sup>11</sup> Árvore considerada sagrada na Índia e no Sri Lanka, onde é encontrada. Muito valorizada por suas belas flores e folhagem. Consta que, sob uma dessas árvores, Buddha nasceu e Mahavira renunciou ao mundo.

na sagrada missão de procurar o paradeiro de Sita, que era mantida em cativeiro em Lanka por Ravana. Ele foi um servo muito inteligente e fiel a Rama. Foi uma pessoa de qualidades nobres e grande força física. Em suas qualidades nobres e força, ele era inigualável. Na verdade, um capítulo inteiro do Ramayana, chamado Sundara Kanda, foi dedicado à descrição de suas qualidades da mente e do coração.

Enquanto embarcava em sua missão sagrada de encontrar Sita na cidade de Lanka, Hanuman recebeu algumas pistas para identificar Sita. Disseram-lhe que Sita era uma mulher de qualidades nobres e beleza divina e que não se misturava com as mulheres *rakshasa* (demônios). Ele procurou por Sita em todas as esquinas recantos de Lanka, incluindo as câmaras internas do palácio onde ficavam as rainhas de Ravana e as suas criadas. Durante a sua busca, ele encontrou mulheres escassamente vestidas, caídas em suas camas, intoxicadas pela bebida e pela dança. Mas ele ficou totalmente impassível diante dessas formas obscenas, mantendo sempre em mente as características e excelência de Sita que Rama lhe havia descrito. A sua suprema estabilidade mental em tal ambiente fazia jus a seu verdadeiro status de *brahmachari* (celibatário). Não é possível encontrar alguém parecido ao Senhor Rama e a seu nobre servo Hanuman neste mundo. Ambos são únicos.

Os rapazes cantaram, agora mesmo, uma canção devocional (*bhajan*) muito bonita: "*Rama Lakshmana Janaki jai bolo Hanuman ki*". Enquanto cantavam, o nome de Hanuman foi pronunciado depois de uma pequena pausa, indicando a importância de Hanuman. Apenas quando as pessoas como Hanuman são adoradas e suas qualidades são imitadas, podemos cultivar bons pensamentos, bons hábitos, boas qualidades e bom comportamento.

Costuma-se dizer que "O fim da educação é o caráter". Apenas podemos encontrar esse caráter em Rama e Hanuman. Logo, contemplem constantemente em Rama e Hanuman e suas qualidades nobres.

Os diferentes Nomes como Rama, Krishna, Hanuman, Shiva, Vishnu, etc, representam a divindade única que permeia tudo. Deus é um, os nomes e as formas diferem.

*Deus é um; os enfeites são diferentes.  
As religiões são várias; a Divindade é uma só.  
As vacas possuem muitas cores; mas o leite é um só.*

(Poema em télugo)

Da mesma forma, Deus é um, apesar de possuir diversos nomes e formas. Pessoas diferentes, quando lhes perguntam os seus nomes, respondem: "Eu sou Ramaiah", "Eu sou Lakshmaiah", "Eu sou Govindappa", etc. Mas a resposta verdadeira deveria ser "*Aham Brahmasami*" (Eu sou Brahma). Não existem outros nomes. Todos são manifestações do Ser divino. O *atma* não possui *gunas* (qualidades). Não tem formas ou atributos.

*O Atma é a encarnação da bem-aventurança eterna, da sabedoria absoluta,  
além dos contrários, expansivo, permanente e penetrante como o céu,  
o objetivo indicado pelo aforismo Tattvamasi, o um sem segundo, eterno, puro,  
imutável, testemunha de todas as funções do intelecto, além de todas as condições  
mentais e dos três atributos de satvas, rajas e tamas.<sup>12</sup>*

(Verso em sânscrito).

Estritamente falando, Deus não tem nome ou forma, apesar de que dizemos "Deus existe na forma humana" (*Daivam manusharupena*). Ele não tem nascimento ou qualidades. Ele não tem formas nem atributos.

Quando alguém pergunta "Quem é você?", vocês deveriam responder "Eu sou Deus".

Os nomes como Ramaiah, Lakshmaiah etc. são apenas os nomes dados por seus pais quando nasceram. Na verdade, vocês não têm um nome específico. Todos são encarnações do Ser divino. Ainda que desempenhem o papel de Ramaiah ou Krishnaiah, vocês são essencialmente o mesmo Ser divino. Apenas os papéis diferem.

Deus é imanente em todos os seres; não, todos os seres vivos são manifestações do *Atma* - *Atmasvarupa*. "*Ekatma sarvabhuthantharatma*". O único Deus está em todos os seres humanos e todos os seres vivos. Os nomes e formas podem parecer diferentes. Vocês devem desenvolver uma fé firme na unidade da Divindade.

---

<sup>12</sup> *Nityanandam parama sukhadam kevalam jñanamurtim dvandvatitam gagana sadrisham tattvamasyadi lakshyam ekam nityam vimalam achalam sarvadhī sakshibhutam bhavatitam trigunarahitam (...)*

Ofereçam seus *pranams* a todas as pessoas com quem se encontrarem. Prestem homenagem até a um mendigo. Ele pode ser um “mendigo” como entidade física, mas na verdade é uma encarnação do Ser divino.

Não alimente o ódio por ninguém. Não considerem ninguém como seu inimigo. Na verdade, todos são reflexos de seu próprio ser divino. Todos repetem “Eu”, “Eu”. Todos proclamam “este é meu corpo, minha mente, meu intelecto, e minha Consciência - *chittha*. Então, “Quem sou eu?”. Esse “Eu” é a Divindade, em essência. O mesmo “eu” recebe vários nomes. O símbolo do cristianismo, a cruz, significa cortar o ego individual (*ahamkara*).

Nós dizemos “Eu venho, Eu vou”, etc. O que é esse “eu”? Representa o próprio Ser Divino. Vocês precisam desenvolver esse *Ekatmabhava* - sentimento de que o mesmo *Atma* divino permeia todo o Universo. Essa é a devoção real. Não diferenciem entre “eu” e “você”. Aqueles que querem atingir a realização devem extinguir essa diferença. Devem livrar-se desse sentimento de “eu” e “meu”. Todos somos um. “Todos somos um, sejam bons com todos”. Essa é a essência de toda a filosofia. Sejam felizes.

---

**Tradução e revisão da Coordenação de Publicações/Conselho Central do Brasil**  
**Fonte: [www.sathyasai.org](http://www.sathyasai.org)**