

COMPREENHAM ATMA THATHWA¹ ATRAVÉS DE UMA PRÁTICA CONSTANTE

Data: 20 de julho de 2009 - Ocasião: discurso - Local: Prasanthi Nilayam

Encarnações do Amor Divino!

Muitos indagam: “Swami, onde está o *Atma*?” Não entendem o que é o *Atma*. As Upanishads² tratam longamente do princípio do *Atma*. Infelizmente, as pessoas, hoje, não estão preparadas para interpretar os ensinamentos das *Upanishads* de maneira adequada. Os ensinamentos da *Bhagavad Gita*³, do *Ramayana*⁴ e do *Bhagavata*⁵ tiveram as suas origens nas *Upanishads*. Os nossos sábios dos tempos antigos faziam intensos *tapas* (penitências) para compreender a natureza do *Atma* e, finalmente, declararam que *Atma* era a base fundamental de tudo no Universo. Assumindo a forma física, mesmo quando o corpo passa por mudanças constantes, desde o nascimento até a morte, o *Atma* permanece como o princípio eterno e imutável. O *Atma* é a fonte e a sustentação de tudo. Não tem nascimento ou morte.

As pessoas costumam celebrar diferentes festivais com grande entusiasmo. Celebram, por exemplo, o festival de Mahashivarathri. Isso significa que o Senhor Shiva nasceu nesse dia? Não. O nome Shiva significa auspicioso. O princípio Shiva é onipresente. É :

*Sarvatah Panipadam Tat SarvathokshiSiromukham
SarvatahSruthimalloke Sarvamavruthya Tishthati*

*Com mãos, pés, olhos, cabeça, língua e ouvidos impregnando todas as coisas,
Ele permeia o Universo inteiro.*

(verso em sânscrito)

Tudo o que é visto pelos olhos, percebido pelos ouvidos, e mesmo as palavras que são ditas – tudo é Brahman⁶. Nada há no Universo que não seja Brahman. Eis por que é descrito como:

*Sabda Brahmamayi, Characharamayi, Jyotirmayi, Vangmayi,
Nityanandamayi, Paratparamayi, Mayamayi and Sreemayi*

*Encarnação do som, mobilidade e imobilidade, luz, palavra, bem-aventurança eterna, perfeição,
ilusão e riqueza.*

(Verso em sânscrito)

Ninguém pode dizer: “Isto é Brahman e isto não é”. Por exemplo, este lenço também é Brahman. Como se originou este lenço? Ele é feito de fios. Os fios, por sua vez, vieram do algodão. Assim, os fios foram entrelaçados e assumiram a forma de tecido. O tecido, feito de fios de algodão, pode se transformar em um *dhoti*⁷, em um *sári*⁸ ou em uma camisa.

Algumas pessoas dizem que a mente é a origem de todo Universo. Isso não é verdade. Mesmo a mente tem uma fonte da qual depende. Não há dúvida de que a mente é muito forte e poderosa, mas até mesmo tal mente tem a sua origem apenas no *Atma*. A mente dirige toda atividade no mundo físico. É muito instável e muda constantemente. Eis por que é chamada de “mente de macaco”.

O *Atma* é a fonte e a sustentação para o corpo, mente, intelecto, *chitta* (consciência), *viveka* (discriminação), *vijnana* (suprema sabedoria) e *sujnana* (a ciência da consciência). Tudo se originou do *Atma* somente. Tudo isso assume uma forma particular em uma determinada época, como um bebê, uma criança, um menino, um jovem, uma pessoa idosa na vida de um ser

1 O princípio *Atmico*; a natureza do *Atma*.

2 Textos sagrados do hinduísmo que interpretam os Vedas.

3 A Canção do Senhor. A *Gita* está contida no *Mahabharata* e conta a história da batalha de Kurukshetra. Os 700 versos da *Gita* constituem o ensinamento espiritual dado por Krishna ao seu discípulo Arjuna no campo de batalha.

4 *Ramayana*, literalmente: “As Aventuras de Rama”. Érico hindu que conta a história de Rama, um dos avatares do Senhor Vishnu, e seus irmãos, bem como de sua luta contra o demônio Ravana, Rei de Lanka, para libertar a sua esposa Sita.

5 O *Bhagavata Purana* versa principalmente sobre as atividades de Krishna, avatar de Vishnu, desde o seu nascimento em Mathura até o seu desaparecimento nas imediações de Dvaraka. Foi escrito pelo sábio Vyasa.

6 O Absoluto, o Espírito Universal, o Ser Supremo, a principal fonte e objetivo de todos os seres.

7 Tradicional peça do vestuário masculino indiano.

8 Vestimenta típica das mulheres indianas.

humano. Essas formas diferentes em diferentes estágios não têm existência independente. É a transição de um estágio para outro. O *Atma*, no entanto, é a fonte e a sustentação para todas essas etapas. É o princípio fundamental.

Para entender esse princípio fundamental, as pessoas atribuem a ele nomes diferentes. Alguns o chamam de **AUM**, o som primordial. Outros, de *Thathtwamas*⁹ (Tu és Aquele). Outros ainda, o chamam de Brahman. Alguns outros dão a ele nomes como Rama, Krishna, Alá, Easwara¹⁰ e Jesus. Esses diferentes nomes e formas são dados com o propósito único de identificação. A Divindade, contudo, não tem nome ou forma. Os nomes e formas atribuídos a Deus são baseados, unicamente, na preferência de cada um por um nome ou forma particular.

Algumas pessoas desejam adorar a Deus como *Venkateswara*¹¹ e O concebem naquela forma. Quem criou essa forma? Foi a mente humana que imaginou Deus naquela forma, como, por exemplo, pintores como o famoso Ravi Varma¹². Ele pintou Deus em diferentes formas – Rama, Krishna, etc. – que são, apenas, feitas pelo ser humano, mas não, originais. Vocês podem adorar a Deus como *Rama, Krishna ou Shiva*, e concebê-Lo nessas formas. Mas, fundamentalmente, Deus é Um e somente Um. Ele é Brahman sem forma, sem nome e o sem atributos. Essa verdade fundamental foi explicada no aforismo *Ekameva Adviteeyam Brahma* (Deus é Um sem um segundo).

E ainda, pessoas diferentes, em épocas diferentes, são iludidas pelos nomes e formas. Pode-se dizer que tudo é a imaginação delas. De fato, a imaginação é a origem das dificuldades no mundo. Embora nomes e formas sejam diferentes, Deus é Um.

Vocês pensam que isso ou aquilo é ruim e que ele parece mau. Por outro lado, se vocês acham que ele é uma boa pessoa, ele realmente se mostrará bom. São os seus sentimentos em relação a ele que fazem toda a diferença entre bom e mau. Todos nasceram de seus pensamentos, para os quais a mente é a fonte. Portanto, devem aceitar as coisas do jeito que são.

Vocês acham que estão meditando em uma determinada forma ou objeto. Falando francamente, isso não é meditação. A forma ou objeto, na qual supõem estar meditando, poderá mudar depois de algum tempo. Portanto, não é a meditação em seu verdadeiro sentido. Não é concentração tampouco. É somente contemplação por um determinado tempo. Quando o objeto permanecer estável, após a prática regular, vocês poderão meditar.

É impossível para qualquer um meditar no momento em que se senta para meditação. Ninguém jamais foi bem-sucedido em tal tentativa. As pessoas dizem até que estão meditando, mas é artificial. A meditação artificial é realmente ruim. Há três etapas no processo: concentração, contemplação e meditação. É um processo gradual alcançado através da *abhyasa* (prática) sistemática e regular. Esse *abhyasa yoga* e a conseqüente paz alcançada pela pessoa são belamente explicados na *Bhagavad Gita*:

*Sreyohi Jnanamabhyasat,
Jnanaddhyanam Vishishyate,
Dhyanat Karmaphala Thyaga,
Thyagat Santhiranantaram.*

*Realmente, o conhecimento é melhor do que a prática.
Melhor do que conhecimento é a meditação em Deus.
Porem, melhor do que a meditação é a renúncia aos desejos pelos frutos das ações.
Para obter paz siga a paz imediatamente.*

(verso em sânscrito)

Uma criança recém-nascida não se torna um adulto imediatamente, mas, de modo gradual, transforma-se em adulto. É um erro pensar que aquilo que vocês desejam torna-se frutífero. Se

9 *Thathtwamas* (*Thath twam asi*) - Eu sou Aquele. Uma das quatro grandes declarações que expressam a identidade da alma individual com Brahman, o absoluto Ser supremo.

10 Deus, o Ser Supremo, o Morador no coração de todas as criaturas.

11 Em sânscrito: *ven* = pecado, *kata* = destruidor e *ishwara* = o Senhor Supremo; o Senhor Supremo que destrói os pecados. É uma forma do deus Vishnu. Conforme as escrituras sagradas hindus, Vishnu, por amor aos seus devotos, encarnou como Venkateshwara para a salvação e elevação da humanidade nesta *Kali Yuga*.

12 Raja Ravi Varma (1848-1906), rei e pintor indiano que ficou famoso por suas representações de cenas dos épicos *Mahabharata* e *Ramayana*.

fosse assim, nenhum esforço humano seria necessário! A existência humana não teria significado.

Assim, em primeiro lugar, concentrem-se no princípio do “Eu”. Contemplem-no no aforismo “Eu sou o *Atma*”. Você e o *Atma* são somente um e não duas diferentes entidades.

Atualmente, cada ação do ser humano leva à confusão, o que, por sua vez, conduz à depressão. Qual é a razão para essa sequência de eventos? A sua própria natureza inconstante. Na verdade, todo o meio ambiente do mundo está em constante mudança. Há mudanças na água, no ar, nas nuvens, e até nos alimentos. Se tudo à sua volta está-se transformando, isso naturalmente os afetará. Sua mente também sofrerá mudanças em sintonia com as mudanças ao redor. Há apenas um princípio imutável: a consciência total e constante (*Prajñanam*).

As *Upanishads* declaram *Prajñanam Brahma* (Brahman é a consciência Suprema). Se vocês desejam alcançar esse estado, devem desenvolver *Ekatmabhava* (sentimento de unidade). Embora os corpos sejam diferentes, apenas um único *Atma* habita em todos os seres humanos. Os corpos humanos são como potes, e a mente, nesse contexto, é a água. Uma única lua reflete-se em todos os potes. É somente reação, reflexo e eco em toda parte.

Queridos filhos!

Vocês não podem compreender o *Atma Thathwa* (Princípio do *Atma*). Não é somente uma palavra formada por letras. Isso implica o desenvolvimento de *Ekatmabhava*. Todos são apenas um; sejam iguais a todos. Como poderão desenvolver a fé nesse aforismo? Um pequeno exemplo: vocês estão realizando um determinado trabalho; seu vizinho pode ter um emprego diferente; embora vocês dois possam ter empregos diferentes, o meio ambiente em que vivem e trabalham é o mesmo. O *Atma* é a consciência que permeia tudo. Esse princípio que a tudo permeia é a Verdade.

*A criação emerge da Verdade e submerge na Verdade.
Existirá um lugar no cosmos em que a Verdade não exista?
Imagem essa verdade pura e imaculada.*

(Poema em télugo)

O Universo inteiro é permeado pela Verdade. Ela está acima, abaixo e em todos os lados. Essa *Sathya* (Verdade) é o *Atma*. Ele é eterno e imutável. O épico *Bhagavata* nos ordena a falar a verdade de forma doce e suave. *Sathyam bruyath, priyam bruyath, na bruyath sathyamapriyam* (Digam a verdade, falem suavemente, não digam a verdade de forma ofensiva). A Verdade é a fonte e a sustentação de tudo no Universo. Onde há *Sathya*, haverá *Dharma*. Onde *Sathya* e *Dharma* estiverem juntos, a paz será o resultado. Onde houver paz, não haverá *krodha* (raiva), *tapa* (agitação), *irshya* (inveja), *asuya* (cobiça) e *damba* (arrogância). Essa paz, desprovida dessas qualidades más, transforma-se em puro Amor.

Certa vez, Hanuman¹³ entrou na cidade de Lanka procurando por Sita, raptada por Ravana e mantida em cativeiro lá. Procurou por Sita em cada rua e em todos os edifícios, mas sem encontrá-la. Conseguiu, entretanto, encontrar as mulheres *rakshasa*¹⁴ em atitudes vergonhosas. Decidiu por si mesmo que Sita era uma nobre senhora e não desceria a um nível tão baixo. Incapaz de encontrar Sita em qualquer lugar, Hanumam lamentou: “Procurei em cada casa e até nos jardins floridos. Estou ansioso para vê-la”.

Depois, foi ao *asokavana*¹⁵ e encontrou Sita sentada debaixo de uma árvore. Sentiu-se extremamente feliz por encontrá-la e, nessa euforia, começou a derrubar as árvores frutíferas e a desfigurar o bellissimo jardim. Esse ato de impertinência de Hanumam enfureceu os demônios que o levaram devidamente amarrado para a corte de Ravana. Na corte real do rei-demônio Ravana, ergueu-se e discutiu com ele sobre a indignidade do seu abominável ato de raptar Sita. Dirigiu-se a Ravana de maneira muito humilhante.

Ravana não pôde tolerar o comportamento arrogante e impertinente de Hanumam. Enfureceu-se e

¹³ É um representante da raça dos *vanaras*, ou homens-macacos, que ajudou o Senhor Rama a resgatar a sua consorte Sita, raptada pelo rei-demônio Ravana. É o símbolo máximo da devoção por sua total dedicação a Rama. O deus-macaco foi aliado de Rama na guerra contra o demônio Ravana.

¹⁴ Raça de seres demoníacos, de aspecto horripilante, canibais e de mente perversa. O *rakshasa* mais célebre foi *Ravana*, que se tornou rei de Lanka.

¹⁵ Jardim ou bosque da árvore *asoka*, considerada sagrada na Índia e no Sri Lanka.

admoestou-o: “Ouça, macaco! Ninguém, nem mesmo os reis, ousa dirigir-se a mim em linguagem tão humilhante. Cuidarei para que sua boca seja fechada agora mesmo.”

Hanumam retorquiu: “Você é um demônio, ao passo que eu sou o servo do Imperador que governa os quatorze *lokas* (mundos). Nada pode fazer contra mim”.

Ravana não pôde mais conter-se e ordenou que envolvessem a cauda de Hanumam com pano embebido em óleo e ateassem fogo. Imediatamente, os demônios trouxeram roupas velhas, amarraram a cauda de Hanumam com elas, jogando óleo e ateando fogo. Hanumam, então, pulou de um prédio para outro, com sua cauda em chamas, colocando fogo em todos os prédios de Lanka. Rapidamente, as chamas espalharam-se por toda parte e parecia que a cidade inteira incendiava-se. Seus habitantes saíram às ruas em grande pânico. Estavam surpresos e conversavam entre si: “Quem é esse macaco? De onde ele veio? Quem o enviou? A nossa cidade inteira está em chamas. Para onde iremos agora?”

Nem mesmo o palácio de Mandodari¹⁶ foi poupado. Toda a cidade, incluindo casas e objetos pessoais dos habitantes, foi reduzida a cinzas. Somente uma casa em Lanka, a de Vibhishana¹⁷, foi salva. Dessa maneira, os moradores de Lanka pagaram pelos seus pecados. A Lei do Karma¹⁸ é imutável e implacável. As pessoas devem sofrer as consequências de seus atos.

*Tudo o que uma pessoa faz, bom ou mau, voltará para ela.
Quando o homem emerge do útero materno,
não encontra guirlanda alguma em volta do seu pescoço.
Não há jóias feitas de pérolas,
nem brilhantes adornos de ouro.
Não há colares de pedras preciosas,
como esmeraldas e diamantes.
Poré, há uma guirlanda em volta do seu pescoço.
Brahma amarra as consequências de suas ações passadas
em uma pesada guirlanda e a coloca em volta do seu pescoço no momento do seu nascimento.*
(Poema em télugo)

Assim, o resultado de nossos *karmas* (ações) passados persegue-nos. Suponhamos que vocês comeram *pakoda*¹⁹ em suas casas. Depois de algum tempo, arrotarão somente *pakoda*. Similarmente, obterão somente o resultado de suas ações passadas. Dessa forma, as suas ações devem ser sempre boas.

Com o objetivo de realizar sempre bons *karmas* (ações), vocês devem cultivar *daiva preeti, papa bheeti e sangha neeti* (amor a Deus, temor ao pecado e moralidade na sociedade). Se puderem cultivar esses três, serão capazes de manterem-se afastados das más ações. Amor a Deus, temor ao pecado e moralidade na sociedade são interdependentes. Um segue o outro. *Namasmarana* (repetição do nome de Deus) ajuda a cultivar essas nobres qualidades. Eis por que Eu, repetidamente, os encorajo a fazer *namasmara* incessantemente. *Namasmarana* e o meio com o qual se pode cruzar o oceano do *samsara*²⁰ (o mundo objetivo).

Se compreenderem o *Atma Thathwa*, poderão buscar refúgio somente no *Atma*. Uma vez que entendam o *Atma Thathwa*, vocês mesmos se tornarão *Atma*. Vocês devem contemplar constantemente na declaração das *Upanishads*, *Aham Brahman* (Eu sou Brahman). Devem lembrar-se sempre, “Eu não sou um ser humano, Eu não sou um *rakshasa* (demônio). Eu sou *Atma*”.

Desejo que os estudantes, gradualmente, abandonem as conversas inúteis e as atividades desnecessárias. As suas palavras devem ser boas, devem ver somente o bem; seus pensamentos também devem ser bons. Somente quando pensamentos, palavras e ações forem bons e em

¹⁶ Bela e piedosa Rainha de Lanka, esposa de Ravana. Mandodari era mãe do Indrajit (o nome original dele era Meghnath). Meghnath adquiriu o nome Indrajit após ter derrotado Indra, o rei dos deuses, numa batalha furiosa. Indrajit significa aquele que venceu Indra. Derrotar Indra não era para qualquer um.

¹⁷ Irmão mais novo de Ravana, pessoa de bom caráter, que aconselhou o irmão a devolver Sita ao Senhor Rama. Por desaprová-las ações do irmão, juntou-se ao exército de Rama, que, após vencer Ravana, coroou-o Rei de Lanka.

¹⁸ Lei da ação e reação, e causa do ciclo de nascimentos e mortes a que o ser humano está sujeito, até que alcance a Liberação.

¹⁹ Tradicional prato indiano que consiste em ricota ou legumes empanados e fritos.

²⁰ Roda de nascimento e Morte, causada pela ilusão da Criação. Literalmente, rotação. Refere-se à roda *kármica*, à recorrência de vidas e mortes, à roda simbólica das reencarnações.

perfeita harmonia, vocês se tornarão boas pessoas. Os textos sagrados como *Ramayana*, *Mahabharata* e *Bhagavad Gita* ensinam a mesma coisa – primeiramente, desenvolvam o amor a Deus. Se apenas amarem a Deus, isso equivale a ter todas as coisas.

Se desejarem alcançar *Atma Thathwa*, devem contemplar o *Atma* constantemente. Uma vez que experimentarem *Atma Thathwa*, vocês mesmos se transformarão em Brahman. Para conseguir essa experiência, deve haver uma prática regular. As pessoas praticam muito para alcançar coisas simples na vida cotidiana. Sem a prática, nada pode ser alcançado na vida; vocês cometerão erros.

Antes de tudo, aprendam a viver como verdadeiros seres humanos, lembrando-se constantemente disto: “Eu sou um ser humano, não sou um animal, não sou uma fera cruel”. Os seres humanos precisam elevar-se ao nível da Divindade. Não desçam ao nível dos animais ou das feras. De fato, todos os *Avatares*²¹ vieram só para elevar o nível da consciência dos seres humanos ao nível da Divindade, só para transformar os seres humanos em seres divinos.

Quando seguirem as instruções de Deus de maneira meticulosa e praticarem atividades que agradem a Ele, vocês certamente se transformarão em Deus verdadeiramente. Não é uma tarefa difícil. A prática constante os capacitará a alcançar o objetivo. Por outro lado, se seguirem pessoas más, vocês também se tornarão pessoas más. “Digam-me com quem andam e direi quem são” é o ditado. Como é a sua companhia, assim você se tornará.

Tradução e revisão da Coordenação de Publicação/Conselho Central
Fonte: <http://www.sathyasai.org/discour/2009/d090720.html>

²¹ Literalmente, *descida*. É a descida da Divindade desde os planos sutis até a esfera física da existência. Designa de uma Encarnação Divina.