



A VERDADEIRA VIAGEM: *Avançar no Caminho do Amor*

Caros amigos,

Todas as pessoas que procuram um caminho espiritual têm um objetivo comum: a transformação pessoal. Muitos dos caminhos espirituais defendem a obediência a um Guru mas, na verdade, a transformação é impossível enquanto dependermos de terceiros. Apenas quando assumimos a nossa responsabilidade pessoal e estamos preparados para agir, é que a transformação se torna possível. Depender, mesmo que seja de Deus, é desresponsabilizarmo-nos.”

Se considerarmos que o nosso Guru, ou qualquer outra pessoa, é responsável pela nossa evolução ou transformação, essa transformação não irá acontecer. A razão é simples: Deus e o Guru já fizeram o que era necessário. Agora, é nossa responsabilidade reconhecermos as sementes que nos foram colocadas no coração e permitirmos que essas sementes germinem e floresçam. Depender do destino é ainda mais inútil, embora seja verdade que, de certa forma, criamos o nosso destinos através do karma (ação).

Ao termos uma grande vontade de nos transformarmos, descobrimos que em espiritualidade (especialmente na tradição indiana) há *Karma* (*Yoga* da ação), *Jnana* (*Yoga* do conhecimento), ou *Bhakti Yoga* (*Yoga* da devoção). O caminho do Heartfulness é uma bonita fusão dos três. No entanto, mesmo neste caminho, vamos encontrando várias armadilhas, porque damos demasiada importância às abordagens do *Karma* e da *Jnana*. Quando exagerados, eles entram em contradição com a sutileza deste caminho.

Já devem ter ouvido falar de brahmins (pessoas que ganharam auto-conhecimento Supremo) a cair de dimensões espirituais para se tornarem *brahm-rakshashas* (pessoas que utilizaram indevidamente o conhecimento), e iogues a cair de dimensões espirituais para se tornarem *yog-bhrasht* (pessoas que fizeram uma utilização indevida do *Yoga*). O caminho do *Yoga* é incompleto para todos eles por inúmeras razões. *Jnanis* (os adeptos do *Yoga* do conhecimento) e *karmis* (os que



Deus irá proteger todos os que tenham atingido saranagati, ou seja, que se tenham verdadeiramente entregue com extrema admiração. Os problemas só começam quando nos tornamos karta (focados em fazer). Nenhum bhakta (devoto) jamais experienciou uma queda espiritual; simplesmente nunca pode acontecer.

praticam o *Yoga* da ação) podem cair, mas já alguma vez ouviram falar da queda de um *bhakta*, um devoto? O termo *bhakti-brasht* não pode existir, pois um *bhakta* (devoto) está ao cuidado de Deus.

Deus irá proteger todos os que tenham atingido *saranagati*, ou seja, que se tenham verdadeiramente entregue com extrema admiração. Os problemas só começam quando nos tornamos *karta* (focados em fazer). Nenhum *bhakta* (devoto) jamais experienciou uma queda espiritual; simplesmente nunca pode acontecer. Pode parecer possível mas na verdade apenas revela uma falta de verdadeiro *bhakti* (devoção, Amor) ou *saranagati* (entrega).

Como é que nos separámos Dele em primeiro lugar, de forma a termos agora a necessidade de O procurarmos? Para restabelecermos essa ligação perdida, devemos identificar e eliminar os fatores que causaram a separação. Este é o início da verdadeira viagem.



Quando fui apresentado pela primeira vez ao Sahaj Marg, a minha preceptora, a irmã Draupadi, fez-me uma pergunta fundamental: “*Aap kyun meditação karana chahate ho?*” que significa: “Porque queres meditar?”

“Estou à procura de Deus”, respondi eu.

Hoje, ao refletir sobre algumas das minhas crenças pessoais, vejo as coisas de forma diferente, e apercebo-me de como estava errado nessa altura. A maioria de nós diz que está à procura de Deus mas isso agora soa hilariante aos meus ouvidos. Coisas mais pequenas podem não ser visíveis aos nossos olhos, mas como podemos não notar um ser que é omnipresente? Não o vemos quando está em todo o lado, tal como um peixe não tem ideia do oceano em que passa toda a sua vida. Ou então, imaginamos Deus como uma dimensão infinita e ficamos confusos, pois nunca vimos nem podemos conceber os aspetos mais longínquos da existência. O Divino adquire uma invisibilidade ainda maior a níveis infinitesimais.

Mesmo que eu começasse a procurá-Lo, como perceberia o Infinito com a minha perceção limitada, a menos que houvesse também algum nível de diligência do Seu lado? O Infinito está para além da compreensão: teríamos que entender que é menor do que o menor e maior do que o maior. Temos essa limitação na compreensão porque o grosseiro nunca pode apreciar o subtil.

Portanto, a ideia de *saranagati* (entrega) com reverência e admiração é a única forma:

वो दिल कहां से लाऊं, जो तुझे पहचाने !

Como preparar um coração que O possa reconhecer?

Mas, principalmente, o enigma a resolver é: Como é que nos separámos Dele em primeiro lugar, de forma a termos agora a necessidade de O procurarmos? Para restabelecermos essa ligação perdida, devemos identificar e eliminar os fatores que causaram a separação. Este é o início da verdadeira viagem.

Imaginem que estão na praia a apreciar as ondas. Não conseguem ver as profundezas do oceano, porque só conseguem ver as ondas à superfície. As ondas perguntam também: “Onde está o oceano?”. Estão inquietas na sua busca. Mas no momento em que abrandam e param, as ondas tornam-se um com o oceano e aí têm a resposta.

As ondas esquecem-se de que a sua origem é o oceano, que nascem lá e voltam a fundir-se lá. Para que as ondas e o oceano se tornem um só, o segredo é abrandar, parar. O derradeiro parar é a morte.

Se conseguirmos imitar e assimilar os atributos da morte, tornando-nos मरजीवा, (*marjeeva* ou “mortos-vivos”), a aceitação nascerá automaticamente nos nossos corações. O momento auspicioso de ser um com o oceano original irá assim começar. Falamos de um estado que é semelhante ao estado original do *Samadhi* (um estado elevado de meditação, no qual experienciamos a união com o universo).



Se conseguirmos imitar e assimilar os atributos da morte, tornando-nos मरजीवा, (marjeeva ou “mortos-vivos”), a aceitação nascerá automaticamente nos nossos corações. O momento auspicioso de ser um com o oceano original irá assim começar. Falamos de um estado que é semelhante ao estado original do Samadhi (um estado elevado de meditação, no qual experienciamos a união com o universo).

A morte física não resolve o problema. Na verdade, o problema continua oculto no nosso corpo sutil, perpetuando o ciclo de nascimento e morte indefinidamente.

A arte de parar, de nos rendermos ao amor por Deus, é *bhakti* (devoção, Amor). É precisamente quando nos transcendemos a nós próprios que encontramos a solução.

जब मैं था तब हरि नहीं, अब हरि है मैं नाही ।
सब अँधियारा मिट गया, दीपक देखा माही ॥

Quando ‘eu’ estava presente, Hari não estava; agora Hari ‘é’ e ‘eu’ não sou. Toda a escuridão [ilusões] diminuiu quando eu vi a luz [iluminação] dentro de mim.

Bhakti, amor intenso pelo Divino, remove os picos das ondas de emoções que decorrem do “sermos” e nos “irmos tornando”, ficando apenas o Divino, uniforme. Ao contrário, se nos afastarmos da consciência do Divino geramos dor e miséria.

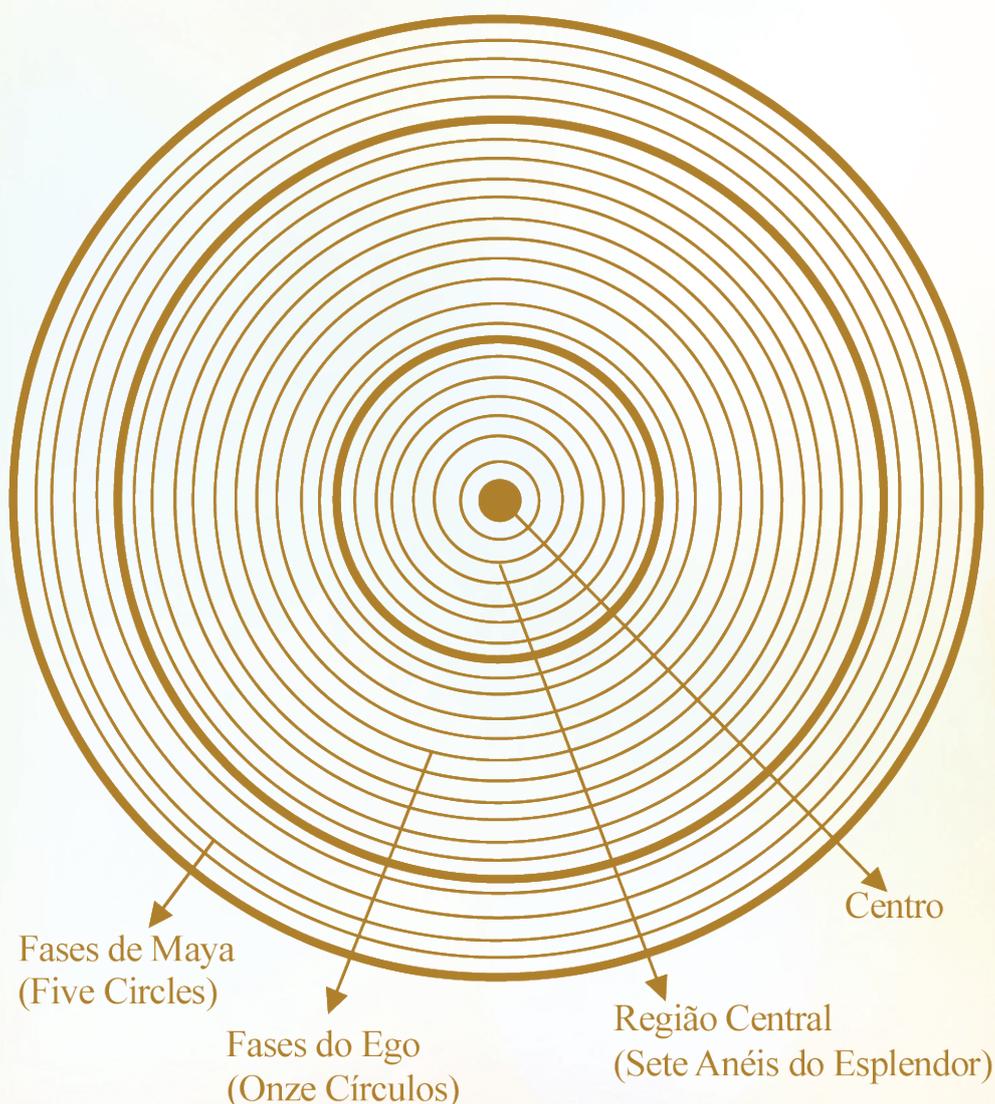


A ilusão do ego é a escuridão que nos impede ver Deus. Quando Ele está presente no coração, só há luz e a escuridão da nossa própria presença permanece ausente.

A última fronteira da consciência é a total divinização. Os níveis e diferentes profundidades da percepção podem ser encontradas no próprio Mar da consciência. Percebemos assim o significado da pergunta incisiva do querido Babuji: “O que sustenta esta consciência?” Quando recusamos o Sublime e o Amor perdemos a visão dos níveis e diferentes profundidades do nosso próprio ser, deixando-nos numa faixa estreita de consciência.

Ninguém é mais pobre (*tuchch*, mais miserável e desolado; insignificante) do que a pessoa que perdeu a sua bússola interior, ou cuja bússola interior está focada numa direção diametralmente oposta ao Divino.

Bhakti, amor intenso pelo Divino, remove os picos das ondas de emoções que decorrem do “sermos” e nos “irmos tornando”, ficando apenas o Divino, uniforme. Ao contrário, se nos afastarmos da consciência do Divino geramos dor e miséria.



O Caminho Para a Libertação

A tradição judaica é bastante específica na sua definição de ‘pecado’ ao o definir como sendo o afastamento do que é sujeito a adoração. O Babuji diz que a ingratidão é pecado. É precisamente quando nos tornamos ingratos que nos começamos a desviar de várias formas da verdadeira relação. A ingratidão é o início do afastamento, por conseguinte, é pecado. O amor torna-se inexistente e a relação termina. Para onde vamos ao terminar a relação? Imagine se perguntássemos a uma onda: “Querida e poderosa onda, para onde te irás afastar deste Oceano?”.

Qualquer afastamento criado devido à identificação da nossa consciência com bens materiais, com o corpo, com a mente, o intelecto ou o ego, é o mesmo que nos desviarmos do Centro, da Fonte da Vida, o *atman*. Vemos a beleza na forma com que o Babuji simplifica esta identificação do ser com o ego e *maya* (a ilusão do mundo material), ao criar uma representação esquemática de 23 círculos. Nesse diagrama, há apenas 5 círculos relativos a *maya*, e 11 do ego. Significa que é o ego, *ahankar*, que nos conduz para a circunferência, para longe do Centro. *Ahankar* (ego) é um bloqueio no caminho muito mais poderoso do que *maya*. É uma espécie de ilusão.

Uma vida levada sob a sombra da ilusão, ignorância, escuridão e inconsciência é como viver no inferno, enquanto uma vida levada com clareza, inocência e alegria é uma vida celestial. Esta é a beleza de bhakti (devoção, Amor) e do que ela desencadeia no caminho.



O sábio Patanjali chama-lhe *bhrantidarshan*, que significa mal-entendido. Não sou contra a aquisição de objetos materiais, mas identificarmo-nos com a prosperidade e os bens exteriores é um reflexo da *daridrata* (elevada pobreza) interior. Tal riqueza apenas cria *bhranti*, ou seja, uma ilusão ou insegurança. A vida prossegue sob a falácia causada por esta identificação. Mesmo os melhores entre nós não se conseguem aperceber desta realidade.

Uma vida levada sob a sombra da ilusão, ignorância, escuridão e inconsciência é como viver no inferno, enquanto uma vida levada com clareza, inocência e alegria é uma vida celestial. Esta é a beleza de bhakti (devoção, Amor) e do que ela desencadeia no caminho.

No dia em que estivermos verdadeiramente cansados de levar um estilo de vida na escuridão, declaramos, por pura frustração: “Daqui em diante vou adotar um estilo de vida que promova a conexão interior.”



Bhakti também significa levar uma vida na luz da consciência, plenamente conscientes de passarmos por todos os opostos na vida com aceitação. A meditação não é apenas atividade mental, mas algo que transcende a mente e o corpo. Muitos queixam-se que a meditação é frequentemente descarrilada por distrações várias, mas a meditação feita com bhakti faz-nos perceber o “invisível” mais facilmente, uma vez que faz com que a mente permaneça livre de qualquer influência de pensamentos e impulsos.

Este é o início do cessar das ondas à superfície do Oceano. As dificuldades que surgem dos esforços diários podem tornar-se numa espécie de *tapasya* ou penitência. Se é uma *tapasya* (penitência), então sabemos que temos de passar de um simples cumprimento de tarefas para o cumprimento dessas tarefas com amor, em nome do Divino. Essa trajetória pode então consolidar em *bhakti* (Amor) imaculado.

Bhakti também significa levar uma vida na luz da consciência, plenamente conscientes de passarmos por todos os opostos na vida com aceitação. A meditação não é apenas atividade mental, mas algo que transcende a mente e o corpo. Muitos queixam-se que a meditação é frequentemente descarrilada por distrações várias, mas a meditação feita com bhakti faz-nos perceber o “invisível” mais facilmente,

uma vez que faz com que a mente permaneça livre de qualquer influência de pensamentos e impulsos.

As distrações são o resultado de vários tipos de divagações mentais. Estas divagações mentais são o resultado do nosso próprio condicionamento, a que chamamos *samskaras*.

Dominar a mente, ao mesmo tempo que libertamos lentamente as *samskaras* (impressões), é um processo lento na maior parte dos casos. Demoramos muito tempo a adaptar-nos ao ambiente interior, enquanto as *samskaras* vão saindo e lentamente dando lugar a que haja um espaço interior. É aí que vemos que temos limitações não só em lidar com a dor, mas também com a satisfação.

Sermos variáveis às emoções de estarmos contentes ou tristes com a prática e com quem dá a prática, só traz problemas. Se os nossos desejos forem satisfeitos, desenvolvemos uma fé maior. No momento em que um desejo fica em lista de espera durante um período considerável de tempo, começamos a desconfiar da organização, da prática, ou do Guru. Vejo isto todos os dias. Dou um exemplo. Um praticante escreveu: “Daaji, a minha condição tem sido muito boa. A minha filha está agora casada com a vossa bênção e eu estou totalmente livre. Não tenho mais preocupações e decidi servir-vos durante toda a minha vida.” Algumas semanas mais tarde, a mesma pessoa queixou-se, acusando-me de ser parcial! Quando perguntei sobre as razões da desavença, ele disse sem rodeios: “O senhor não ajudou a minha mulher durante a sua doença. Agora ela já não está cá. Rezei-lhe com todo o meu coração e veja o que aconteceu. Agora perdi a fé e sou incapaz de meditar. Quem me dera que o Babuji estivesse por perto. Ele teria certamente curado a minha mulher.”

Mas uma pessoa preenchida por bhakti, com fé absoluta, deposita totalmente a confiança no Divino. Uma tal entrega enobrece e eleva. A confiança de um bhakta nunca diminui, está sempre a aumentar.



Ao testemunhar estas situações diariamente, podemos apreciar a sabedoria do Narada Bhakti Sutra, 54:

गुण-रहितं कामना-रहितं प्रतिक्षण-वर्धमानं,
अविच्छिन्नं सूक्ष्मतरं अनुभव-रूपम् ।
(नारदभक्तिसूत्राणि ५४)

Bhakti é desprovido de qualidades materiais e de realização sensorial. Está sempre a aumentar, de uma forma muito subtil e que se pode experienciar.

O verdadeiro *bhakti* não varia consoante a existência ou falta de recompensa. Aumenta sempre. Não vos impede de desfrutarem do vosso casamento e dos vossos filhos. Quando a adversidade aparece, é aceite com graça e gratidão. *Bhakti* nunca é condicional. Transcende tanto a mente como o coração, a lógica ou os



Todas as nossas práticas são dedicadas a preparar corações reverentes e rendidos. É este estado do “coração vazio” que atrai o Divino. O culminar, acontece pela compaixão e misericórdia Divinas, não porque estamos preparados.

sentimentos. Bhakti é o fator mais influente para melhorarmos a nossa vida: chegar à consciência pura.

O amor é a prerrogativa de um bhakta (devoto, quem ama). O amor significa dar. A compaixão é dar. A paixão, pelo contrário, implica agarrar e tirar proveito dos outros. Um coração compassivo sabe esperar, enquanto uma pessoa apaixonada não consegue gerir a espera. É seguro concluir que existe apenas um fenómeno eterno, seja durante o *Kali Yuga* (era; acredita-se que seja a era atual, cheia de conflitos e pecados) ou o *Sat Yuga* (era em que a mentira e o mal não eram conhecidos, apenas a bondade e a virtude prevaleciam): uma pessoa dominada pela paixão nunca pode confiar em si própria. Uma pessoa em que o amor se está

a desenvolver ainda se sente insegura, confiando em si própria umas vezes e outras vezes confiando mais nos outros (o que também significa que por vezes não confia em si própria e nem sempre confia nos outros).

Mas uma pessoa preenchida por *bhakti*, com fé absoluta, deposita totalmente a confiança no Divino. Uma tal entrega enobrece e eleva. A confiança de um *bhakta* nunca diminui, está sempre a aumentar.

Quando estive em Ahmedabad em 1981, o Babuji partilhou uma mensagem simples. Estava a caminho da África do Sul com o Shri Khusalbhaj Patel e ficou conosco duas noites. A mensagem ainda está presente na minha memória:

राहें तलब में ऐसे बेखबर हो गए,
मंज़िल पे आके मंज़िल को ढूँढते हैं।

Ficaram tão confusos na procura que, mesmo quando chegaram ao destino, continuaram a fazê-lo!

Fiquei em êxtase ao ouvir estas palavras. Assegurou-nos que tínhamos chegado ao destino! Para um devoto, o caminho pode de facto tornar-se o destino, e isto é certamente um resultado da Sua Graça e Misericórdia. Do nosso lado, não fazemos absolutamente nada.

E quanto ao Guru e Deus? Se Deus tem exigências, então também Ele é um pedinte. Não o podemos descer ao nosso nível. Será que um Guru que transcendeu os opostos, que atingiu o estado de “morto-vivo” e que se fundiu com o Divino, iria permitir que os seus discípulos o adorassem? Ele não procura a realização pela vangloriação própria, nem pela fama ou visibilidade. Ter em mente estas qualidades de um Guru digno, pode salvar-nos de cair em armadilhas. Como devotos, devemos aprender a ressoar com aquele que achamos digno da nossa atenção, da nossa veneração e amor.

O que quer que alcancemos através dos nossos próprios esforços, será sempre pouco em comparação com o que o Divino nos oferece. Mesmo com a nossa prática dedicada ao longo dos anos e as nossas penitências, não podemos exigir que o Divino venha na totalidade aos nossos corações. Todas as nossas práticas são

dedicadas a preparar corações reverentes e rendidos. É este estado do “coração vazio” que atrai o Divino. O culminar, acontece pela compaixão e misericórdia Divinas, não porque estamos preparados. É aqui que apreciamos a sabedoria no famoso *sloka* (verso) do Bhagavad Gita, capítulo II, versículo 47:

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ।
मा कर्मफलहेतुर्भुमा ते संगोऽस्त्वकर्मणि ॥

Tens o direito de cumprir o teu dever prescrito, mas não tens o direito aos frutos da ação. Nunca se considerem como sendo a causa dos resultados das vossas ações, mas também não fiquem dependentes se não cumprirem o vosso dever.

Com orações sinceras,

Kamlesh

24 de Julho de 2021
Kanha Shanti Vanam

Por ocasião do 94º aniversário do nascimento do

Pujya Shri Chariji Maharaj

24 DE JULHO DE 2021

heartfulness
advancing in love

