



# PUREZA É ILUMINAÇÃO

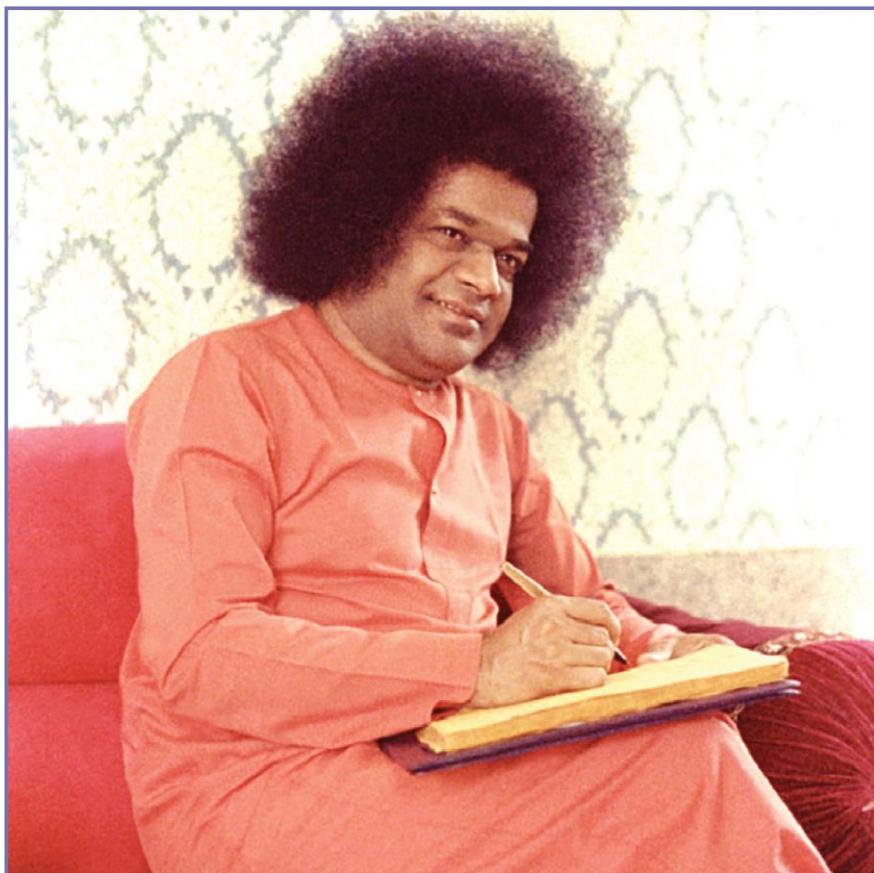
GUIA DE ESTUDO



Organização Internacional Sathya Sai



©2019 Sathya Sai International Organisation  
Todos os direitos reservados  
[sathyasai.org](http://sathyasai.org)



Dedicado com amor e reverência  
aos divinos Pés de Lótus de

**BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA**

A PERSONIFICAÇÃO DO AMOR DIVINO

## TABELA DE CONTEÚDO

|                  |     |
|------------------|-----|
| Prefácio .....   | iii |
| Introdução ..... | 1   |

### SEÇÃO I

|   |    |
|---|----|
| 1. Por que a pureza é importante? .....                       | 3  |
| 2. Dois tipos de pureza: interna e externa .....              | 9  |
| 3. Como cultivar pureza? .....                                | 10 |
| 4. Quais são os fatores externos que afetam os impulsos?..... | 17 |
| 5. Como praticar pureza? .....                                | 23 |
| 6. Como saber se você desenvolveu pureza? – Armadilhas .....  | 30 |
| 7. Pureza nas relações no mundo .....                         | 33 |
| 8. Pureza na Natureza .....                                   | 35 |
| 9. Pureza na Organização Sathya Sai .....                     | 37 |
| 10. Exemplos de Pureza .....                                  | 41 |

### SEÇÃO II

|  |    |
|--|----|
| Um imperador justo e súditos virtuosos .....                 | 45 |
| Estudantes e pureza sátvica .....                            | 52 |
| Pureza de coração é a verdadeira disciplina espiritual ..... | 56 |
| Três bens que você deve proteger .....                       | 62 |

# Prefácio

“Pratique o que eu ensino; isso é o suficiente. Isso é tudo o que eu peço”.

–Sathya Sai Baba, 20 de outubro de 1963

Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, o mestre universal, a personificação do amor e verdade, ensina-nos como alcançar o objetivo último e supremo da vida humana – a saber, tomar consciência da nossa divindade inata, assim como da divindade inerente em toda a criação. Em Seu amor por nós, deu-nos dois aforismos-chave: Unidade é Divindade e Pureza é Iluminação. Para alcançar unidade e pureza, Ele também nos deu quatro mandamentos divinos para praticar – Ame a Todos, Sirva a Todos e Ajudar Sempre, Ferir Jamais.

Baba concordou em emprestar Seu sagrado nome à Organização Sathya Sai, na qual, como irmãos e irmãs, podemos nos unir para alcançar o objetivo da vida facilmente ao seguir tais aforismos e mandamentos. Ele disse que podemos alcançar o *summum bonum* da existência se seguimos seus ensinamentos imediatamente, implicitamente e completamente, com sinceridade e fé absoluta.

Em conformidade com isso, a 11ª Conferência Mundial da Organização Internacional Sathya Sai (OISS) terá como foco dois ensinamentos fundamentais de Bhagavan, com o tema: **Unidade é Divindade & Pureza é Iluminação**. Para auxiliar os devotos de Sathya Sai em todo o mundo na sua jornada espiritual, dois guias de estudo, os quais são compilações dos ensinamentos essenciais de Baba sobre Unidade e Pureza, foram elaborados.

## Unidade É Divindade

O primeiro Guia de Estudo se refere ao aforismo “Unidade é Divindade”. Swami fala que, assim como vemos diferentes reflexos de nós mesmos quando estamos rodeados de espelhos, a aparente multiplicidade que nos cerca é somente os muitos reflexos do Ser único, que é a nossa realidade. Tomar consciência desta unidade fundamental leva à pureza da mente. Através desta pureza, somos iluminados e nos conscientizamos da nossa divindade inata, e que tudo e cada ser é divino.

Baba diz que somos reflexos da divindade única, facetas do Ser imortal único, e nossa essência é amor – o qual é a nossa própria natureza verdadeira, o *Atma* ou Ser divino. Embora fundamentalmente Una, a unidade se manifesta de muitas maneiras. No nível fundamental, tudo é Deus - *Isavasya Idam Sarvam*. O nível seguinte é a unidade na Natureza – Deus é a Natureza; a Natureza é Deus. A divindade única está manifesta em toda a multiplicidade da natureza, e a humanidade é uma parte integral dela. A unidade também pode se manifestar nos níveis do indivíduo, da família, da Organização Sathya Sai e da sociedade. Bhagavan nos lembra de que o Homem (*vyakthi*) é parte da Sociedade (*samashiti*), que é parte da Criação (*srushti*), que é parte de Deus (*Parameshti*). O Guia de Estudo explora as relações, princípios e práticas para ver a unidade em todas estas manifestações.

## Pureza É Iluminação

O Segundo Guia de Estudo trata do aforismo “Pureza é Iluminação”. Swami diz que a pureza é essencial para experimentarmos a divindade e a bem-aventurança eterna. Não é possível ter a experiência da divindade se não formos puros – na verdade, Swami diz que todos os exercícios espirituais, tais como serviço desinteressado, atividades devocionais e educação, são realizados para purificar a mente.

Como desenvolver pureza? Este é um assunto crucial, e Swami de maneira linda explica sobre a importância de desenvolver a pureza desde muito jovem, e os vários aspectos da pureza externa e interna. Pureza externa se refere à pureza no nível do corpo, o que inclui pureza do alimento, fala e

ação e pureza do local e meio ambiente. No entanto, não é suficiente que o corpo esteja limpo – a pureza do coração e da mente é essencial e os ensinamentos de Swami sobre o desenvolvimento da pureza interior (*antahkarana suddhi*) estão listados nesta seção. Em Sua compaixão infinita, Bhagavan recomenda passos específicos para desenvolvermos dez tipos de pureza na vida diária, e dá diretrizes sobre práticas espirituais como *namasmarana*, serviço desinteressado, etc. e como elas devem ser realizadas.

O Guia de Estudo também trata das advertências de Swami sobre as armadilhas no processo de desenvolvimento da pureza. Ele nos previne sobre os obstáculos quando realizamos disciplinas espirituais como canto devocional, atividades de serviço, círculos de estudo etc., e propõe soluções práticas para superá-los. Ele nos guia à prática da pureza em pensamento, palavra e ação no nosso dia-a-dia.

O Guia de Estudo expõe sobre o amor como a base para desenvolver a pureza. Quanto mais desenvolvemos amor, mais nos tornamos puros. Finalmente, há uma breve discussão a respeito do que podemos aprender dos exemplos de vários mestres espirituais, sábios e santos que alcançaram a pureza.

## **Conclusão**

A simplicidade e beleza dos conselhos práticos dados pelo Senhor são de valor efetivo para todos os devotos engajados no progresso espiritual, em todos os tempos, onde quer que estejam. Também têm valor prático para sustentar a paz e a prosperidade na sociedade e no mundo como um todo.

Vamos estudar Suas palavras, que são como o néctar, entendê-las através de discussões, círculos de estudo e seminários, e praticá-las sinceramente. Vamos tomar a decisão de avançar com unidade, alcançar pureza e experimentar a divindade nesta mesma vida.

*Jai Sai Ram.*

No Serviço Amoroso a Sai,  
Narendranath Reddy, M.D.  
Chairman, Conselho de Prasanthi  
Organização Internacional Sathya Sai

# PUREZA É ILUMINAÇÃO

## Introdução

No Guia de Estudo sobre a Unidade, Bhagavan Sri Sathya Sai Baba elabora de forma bela a respeito do primeiro aforismo – “Unidade é Divindade”. Agora vamos ao segundo aforismo, “Pureza é Iluminação”. A fim de compreendermos o tema, novamente nos voltamos para a mensagem do nosso amado Mestre.

Todos entendemos de algum modo a palavra “pureza”. Esta pureza pode ser entendida de várias perspectivas. Cada religião/filosofia deu ênfase à importância da pureza na nossa vida diária, bem como para o progresso espiritual dos seres humanos. No entanto, pode haver dúvidas, e conseqüente necessidade de esclarecimentos, sobre por onde começar e como desenvolver a pureza. Quais são as etapas neste caminho? Quais os frutos que recebemos em cada estágio e quais as armadilhas que podemos encontrar nesta busca? Este Guia de Estudo nos dá as respostas para tais perguntas.

Este livro é uma compilação de citações dos Divinos Discursos de Bhagavan Baba, selecionados como um rio purificador de sabedoria Divina, sobre o tema “Pureza é Iluminação”. Esta oferta foi compilada com a intenção de ajudar na compreensão dos devotos a respeito deste aspecto tão importante dos ensinamentos de Sathya Sai Baba.

Os tópicos a serem estudados são os seguintes:

1. Por que a pureza é importante?
2. Dois tipos de pureza – externa e interna
3. Como desenvolver a pureza?
4. Quais são os fatores externos que afetam os impulsos?
5. Como praticar a pureza? – Pureza como um *sadhana*
6. Como saber se você desenvolveu pureza? – Armadilhas
7. Pureza nos relacionamentos mundanos
8. Pureza na Natureza
9. Pureza na Organização Sathya Sai
10. Exemplos de pureza

No primeiro capítulo, os ensinamentos de Sathya Sai Baba nos ajudam a compreender por que a pureza é importante. Baba disse que a pureza é a principal característica do nascimento humano. Ele também afirmou que a pureza é essencial para se experimentar bem-aventurança eterna, e que a eterna bem-aventurança é a Divindade – a própria iluminação. Ele explica tanto a pureza externa como a interna, e como a pureza externa influencia a interna.

Depois de estabelecer a importância da pureza, passamos ao próximo capítulo, que é “Como desenvolver a pureza?” Esta é a questão essencial para todos nós. Baba fala sobre a importância de se desenvolver a pureza na juventude. Bhagavan Baba nos dá Sua preciosa orientação sobre como praticar a pureza na vida diária. Baba também apresenta várias orientações sobre disciplinas espirituais (*sadhana*) como *namasmarana* (repetição do nome de Deus), *seva* (serviço desinteressado), meditação, etc. e como elas devem ser realizadas.

Cada um de nós tem encontrado armadilhas no caminho do desenvolvimento da pureza. A orientação amorosa de Sathya Sai Baba a respeito dos obstáculos que podemos encontrar no processo de desenvolvimento da pureza é dada no capítulo seguinte. Este é especificamente importante para nós enquanto devotos na Organização Sathya Sai. Nós praticamos vários *sadhanas*, tais como canto devocional, atividades de serviço desinteressado, círculos de estudos, etc. Quais são as armadilhas que encontramos nesta jornada e como devemos superá-las? Sathya Sai Baba nos dá a solução para tais perguntas.

Sathya Sai Baba disse que o Amor é a base para a pureza. Quanto mais desenvolvemos amor em cada aspecto de nossas vidas, mais a nossa pureza cresce. Baba explica como a pureza pode ser desenvolvida pela prática do amor desinteressado – amor por todos os seres igualmente; amor que vê a Divindade em todos; amor que não espera nada como recompensa. Manifestar tal tipo de amor trará sucesso a todos os esforços nas nossas relações com o mundo.

Amor por todos os seres significa amor pela manifestação de Deus como Natureza. Baba mostrou que todos os elementos naturais dos quais dependemos para a sobrevivência estão sendo poluídos pelo egoísmo humano. No próximo capítulo, Sathya Sai Baba nos diz como podemos ajudar a purificar a Natureza, a qual tem sido poluída através do uso excessivo dos seus recursos pela humanidade.

Para os membros da Organização Sathya Sai, o capítulo seguinte é altamente relevante e prático. Nele, Sathya Sai Baba explica a importância da pureza na Organização Sathya Sai, no que diz respeito ao serviço, atividades devocionais e o uso do Seu Nome.

O capítulo final reconta histórias por Bhagavan Baba de pessoas que praticaram a pureza em suas próprias vidas, assim como exemplos de Sua própria vida. Estes exemplos são valiosos e inspiradores para todos nós que estamos trilhando o caminho de pureza que conduz de volta a Ele.

# 1.

## Por que a pureza é importante?

### **Pureza é a marca do Nascimento Humano**

“*Vyakti*” é o termo apropriado para se referir ao ser humano, individualmente. Esse termo sânscrito significa “aquele que tem em si a Divindade manifestada” – essa é a resposta. Com a pesada cobertura da disciplina espiritual (*sadhana*), aquilo que é imanifesto (*a-vyakta*) se torna manifesto (*vyakta*). Aquele que alcançou esta manifestação pode ser chamado de “*vyakti*”, e nem todos os seres humanos estão qualificados para isso. Mantenha o espelho do coração livre da mancha do desejo (*kama*) e seu acompanhante principal, a raiva (*krodha*), e então o Deus interior reluzirá a partir de dentro.

Sathya Sai Speaks Vol. 11, Cap. 21: 18 de abril de 1971

Assim como a brasa se torna simples carvão se perder o calor, e um pedaço de rapadura vira um bloco de argila se perder a doçura, também o homem só permanece verdadeiramente humano enquanto adere ao *dharma* eterno (que é representado pela pureza de pensamento, palavra e ato – *trikarana suddhi*). Sem esta qualidade básica, ele só é humano na forma, mas não em sua real natureza.

Sathya Sai Speaks Vol. 23, Cap. 32: 21 de novembro de 1990

Caráter não significa apenas uma boa conduta. O indivíduo deve considerar todos os seres humanos como seus irmãos e irmãs. Deve desenvolver pureza de sentimentos (*bhava suddhi*), a qual o conduzirá, finalmente, a alcançar a iluminação (*jnana siddhi*).

Sathya Sai Speaks Vol. 38, Cap. 6: 16 de março de 2005

A qualidade mais importante é a pureza. Hoje tudo está poluído. A água, o ar e todos os cinco elementos estão poluídos. Como resultado, a mente do homem também está poluída. Como a pureza pode ser conquistada? Enchem suas mentes com pensamentos de Deus, dediquem todas as suas ações a Deus e considerem Deus como o motivador interno.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 36: 23 de novembro de 1993

Pureza (*pavithram*) é a real característica de um ser humano. Esta pureza deveria se manifestar em tudo que ele faz: nos seus pensamentos, naquilo que vê ou diz e em todas as suas ações. Só quando vocês exibirem esse tipo de pureza, poderão se tornar encarnações do divino *Atma*. Então, a distinção entre divino e mundano desaparecerá. Tudo será divinizado. A diferença entre objeto e sujeito também irá embora. Tudo, então, se tornará pleno (*purnam*). A percepção dessa plenitude é o verdadeiro *Guru Purnima*, não o ritual de homenagear os pés (*padapuja*) de algum guru para que ele lhes ensine um mantra. Decidam-se, no dia de hoje, a dirigir seus pensamentos para Deus, a lutar pela purificação de seu coração e a buscar a autorrealização.

Sathya Sai Speaks Vol. 17, Cap. 14: 13 de julho de 1984

Deus não considera o quanto você é rico ou erudito; Ele só se interessa pela sinceridade e pureza da sua mente e coração, e quão sincero e genuíno é o seu amor. Valmiki era um caçador. Nanda era um intocável. Kuchela era um mendigo. Dhruva e Prahlada eram simples crianças de cinco anos de idade. Sabari era uma mulher tribal, iletrada e incivilizada. Porém, todos eles conquistaram a graça de Deus em abundância, devido à sua devoção, amor e entrega incondicionais. Sigam o exemplo de Sabari, que sempre pensou em Sri Rama e na felicidade Dele, dedicando somente a Ele todos os seus pensamentos, palavras e atos, a tal ponto que cada ação sua se transformava e sublimava na mais elevada penitência (*tapas*). A partir do exemplo dela, devem aprender a lição de que meditação não significa se sentarem inertes em uma postura corporal qualquer, como se estivessem posando para uma fotografia. Como no caso dela, sua vida deve se tornar uma meditação contínua, onde quer que estejam e o que quer que façam. Tudo que comerem ou beberem deve ser oferecido a Deus como *naivedya* ou uma oferenda sagrada. Desta maneira, se oferecerem tudo ao Senhor, naturalmente evitarão envolver-se em más ações ou maus caminhos em sua vida.

Chuvvas de Verão em Brindavan 1990, Cap. 16: 3 de junho de 1990

Se vocês desejam ver Deus, devem alcançar a pureza de coração. Vocês se referem a um determinado indivíduo e dizem que ele é seu pai. Mas o pai fica envergonhado com tal referência, pois ele é, na realidade, o mesmo *Atma tatva* que está presente em todos os seres humanos. Você se casa com uma garota e refere-se a ela como sua esposa. Mas ela é, na realidade, a encarnação do divino *Atma*. Da mesma forma, vocês acariciam um filho carinhosamente, chamando-o de seu filho. Mas a mesma criança pode dizer-lhes que não é seu filho na realidade, mas a encarnação da divindade. Assim, todas as relações, neste mundo, são na realidade apenas relacionamentos do *Atma*.

Sathya Sai Speaks Vol. 38, Cap. 24: 9 de outubro de 2005

Este corpo está fadado a perecer. Diz-se que o tempo de vida do homem é de cem anos, mas ninguém pode garantir quando o fim chegará – na infância, juventude ou velhice, na cidade, floresta ou na água. A morte é certa. As pessoas deveriam conhecer Deus enquanto possuem um corpo. Esta vida humana sagrada é concedida com o único propósito de se alcançar a Divindade.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 43: 10 de abril de 1993

Os relacionamentos mundanos, como pai, mãe, filho e filha, são baseados somente em sentimentos. O indivíduo desenvolve apego a tais pessoas por causa de seus nomes e formas. Antes do nascimento, quem é pai e quem é filho? Antes do casamento, quem é marido e quem é esposa? Essas relações são temporárias, como nuvens passageiras. Todas surgem no decorrer da vida e depois desaparecem.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 42: 9 de abril de 1993

Só o *Atma* é verdadeiro, eterno e imutável. Os Vedas também declaram que ele é isento de atributos (*nirguna*), imaculado (*niranjana*), eterno (*sanathana*), a morada final (*niketana*), permanente, puro, iluminado, livre e a personificação da santidade (*nitya, suddha, buddha, mukta, nirmala, swarupinam*). Assim é o *Atma*.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 42: 9 de abril de 1993

## **Pureza é Essencial para se Desfrutar de Felicidade Permanente**

Todo indivíduo deveria considerar a investigação sobre a natureza do *Atma* como o propósito primário da vida. Pureza de pensamento, palavra e ação é essencial para esta investigação.

Sathya Sai Speaks Vol. 18, Cap. 3: 20 de janeiro de 1985

O homem sempre anseia por felicidade. O primeiro requisito para se alcançar *Brahmananda* (Suprema Felicidade, Iluminação) é um coração puro. O coração do homem, que deveria ser branco como o leite em sua pureza, está repleto de maus pensamentos e sentimentos. A disciplina espiritual (*sadhana*) começa com a purificação do coração e sua transformação em um oceano de leite. Quando o coração está cheio de qualidades puras (*sátvicas*), torna-se como um oceano de leite. Só então se converte em um abrigo digno do Senhor (*Vishnu*), cuja morada é descrita como *kshirasagara* (oceano de leite).

Sathya Sai Speaks Vol. 20, Cap. 9: 3 de maio de 1987

Qual é a causa para a miséria, o conflito e o sofrimento no mundo de hoje? É a ausência de pureza nos corações de homens e mulheres. O comportamento de homens e mulheres é o responsável pela ascensão ou a queda de uma nação. Não faltaria nada ao país se existissem homens e mulheres com corações puros. Mas hoje os corações estão completamente poluídos. Eis um pedaço de papel branco puro. Mas o que é escrito em um lado o faz parecer sujo. Este também é o caso do coração do homem: os sentimentos sujos o poluem. O jornal de hoje se torna papel usado amanhã. O papel por si só não tem nenhum cheiro. O mesmo papel, quando usado para embrulhar flores de jasmim, se impregna com o perfume delas; ele cheirá a *pakodas* (bolinho frito indiano) ou mesmo a peixe seco, se for usado para embrulhá-los. Quando o coração é purificado, brilha com compaixão. Os sentimentos e pensamentos maus poluem o coração do homem.

Sathya Sai Speaks Vol. 34, Cap. 19: 19 de novembro de 2001

Se você deseja desfrutar de felicidade duradoura, precisa preencher sua mente com pensamentos puros e cultivar bons sentimentos em seu coração. Através de bons pensamentos e atos bons e gentis, o coração se purifica e se santifica. Na jornada da vida, o corpo é como uma carroça, e o coração, um cavalo. A menos que você alimente bem o coração, a jornada não poderá prosseguir. O coração precisa receber uma boa ração, na forma de boas companhias (*satsang*), boa conduta (*satpravartana*) e bons pensamentos. E tudo que for feito deveria ser uma oferenda a Deus.

Sathya Sai Speaks Vol. 20, Cap. 9: 3 de maio de 1987

Como a paz pode ser alcançada? O primeiro requisito é a purificação da própria visão. O segundo é o cultivo de sentimentos sagrados, que proporcionarão a pureza nas palavras. A harmonia promoverá um clima de paz. O bem-estar da sociedade depende da transformação dos indivíduos que a compõem. Só os indivíduos virtuosos podem construir uma comunidade virtuosa. Uma mente pura é essencial para pensamentos puros, visão e fala puras.

Sathya Sai Speaks Vol. 31, Cap. 3: 5 de fevereiro de 1998

## **Pureza é o Caminho para a Divindade**

A pureza segue da unidade e, da pureza, alcança-se a Divindade. Para chegar à Divindade, você precisa cultivar pureza e, para tanto, deveria viver em harmonia com todos.

Sathya Sai Speaks Vol. 33, Cap. 21: 23 de novembro de 2000

Onde houver unidade, haverá pureza. Onde há pureza, aí está a Divindade. Todos vocês devem conduzir as suas vidas mantendo em vista os três aspectos de unidade, pureza e Divindade. Não fiquem alheios às dificuldades e sofrimentos dos outros. Considerem o sofrimento deles como se fosse o seu. O Deus único habita o coração de todas as pessoas: *Isvarah sarvabhuthanam*. Deus é imanente até mesmo nas formigas e nos mosquitos. Deve haver compaixão em seus corações.

Sathya Sai Speaks Vol. 41, Cap. 11: 20 de julho de 2008

Deve-se dar ênfase à disciplina espiritual da pureza e do sacrifício. Pureza é Divindade. Através do sacrifício, consegue-se pureza de mente e coração. Pela pureza, percebe-se a Divindade. Sacrifício é oferecer-se, render-se ao Senhor, dedicar-se a Ele. O que deve ser sacrificado ao Senhor é o sentimento de ego, de “meu”. Uma vez que todo sentido de ego tenha sido sacrificado ao Senhor e entregue a Ele, o coração e a mente se livram dos atributos do ego e a Divindade pode ser alcançada.

Conversações com Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, págs. 214-215

## **Pureza é o Caminho para a Iluminação**

Aquele que aspira compreender o princípio do Ser e ensiná-lo aos outros deveria, em primeiro lugar, desenvolver pureza de coração. Quem não tem pureza no coração não é digno de conhecer o Ser e ensinar o caminho aos outros. O princípio do Ser não pode ser alcançado simplesmente pela educação, erudição e inteligência. Pureza de coração é fundamental para este fim.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 9: 2 de setembro de 1996

Só quando um homem é puro, sua inteligência floresce. Só com o florescimento da inteligência, ele alcança *siddhi* – a meta espiritual ou iluminação.

Sathya Sai Speaks Vol. 25, Cap. 27: 31 de agosto de 1992

O que é sabedoria? Pureza de pensamento, palavra e ação é a verdadeira sabedoria. Seu corpo, sua mente e suas ações devem ser puros. Com base nisso, diz-se que o objeto apropriado de estudo para a humanidade é o homem. Significa que a unidade de pensamento, palavra e ação é a verdadeira característica humana.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 22: 23 de novembro de 2002

O indivíduo deve desenvolver pureza de sentimentos (*bhava suddhi*), a qual, enfim, o levará à meta da iluminação (*jnana siddhi*).

Sathya Sai Speaks Vol. 38, /Cap. 6: 16 de março de 2005

Viva de acordo com a convicção de que o Divino é eterno e onipresente. Mantenha pureza e harmonia em seus pensamentos, palavras e atos. Este é o modo de garantir que conquistará a iluminação (*jnana-siddhi*).

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 48: 3 de outubro de 1996

A Divindade se manifesta em cada ser vivo. O mesmo Princípio *Átmico* (*Atma tatva*) está presente não só nos seres humanos, mas em cada ser vivo no universo. No entanto, devemos ter um coração puro e altruísta para compreender essa verdade. Para perceber essa verdade, todo ser humano deve contemplar Deus constantemente. Ao fazê-lo, seu coração se tornará puro e pacífico. No momento em que vocês atingirem essa fase, Deus certamente se manifestará perceptivelmente em vocês.

Sathya Sai Speaks Vol. 38, Cap. 24: 9 de outubro de 2005

Se você descartar seu ego e experimentar a Divindade, ficará livre de suas dores e desfrutará de felicidade duradoura. As *Upanishads* ensinam verdades sutis através de histórias. Você deveria entender seu significado interno e provar de sua doçura incomparável. Isto só é possível quando há pureza interior (*bhava-suddhi*). A pureza de coração leva a *siddhi* – a Autorrealização.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 33: 20 de outubro de 1993

Um espelho limpo reflete os raios do sol. Podemos ver a imagem do sol refletida na calma superfície da água límpida. Do mesmo modo, a visão sagrada do Ser Supremo (*Paramatma*) se revela a uma mente tranquila e imperturbável, na qual todas as ondas de pensamentos se acalmaram. Um coração puro e santo refletirá a Divina Glória de *Paramatma*.

Chuvas de Verão em Brindavan 1979, Cap. 3

A meditação visa à aquisição de pureza do coração espiritual, pois, se ela não for adquirida, a morada da consciência Divina não poderá ser alcançada. Logo, todos devem lutar para atingir a pureza do coração espiritual. Que tipo de disciplina espiritual fez Kamsa na Dvapara Yuga? Na verdade, ele estava constantemente insultando o Senhor Krishna. Entretanto, o Senhor Krishna foi tão compassivo que lhe concedeu o Seu *darshan* (visão do Senhor). Nenhuma disciplina espiritual ajudará na percepção de Deus, se a pessoa for desprovida da pureza de coração. Os diferentes tipos de disciplina espiritual como jejum, meditação etc. podem contribuir para o desenvolvimento da fé no Deus onipresente que, na verdade, reside como o morador interno dentro de vocês. As pessoas geralmente pensam que Deus deu *darshan* a esta ou àquela pessoa. Mas a verdade é que Deus nunca dá *darshan* às pessoas que não têm pureza de coração. Logo, se vocês quiserem receber o *darshan* de Deus, deverão desenvolver a pureza de coração. Todos os tipos de disciplina espiritual (*sadhana*) servem apenas para atingir a pureza. No momento em que vocês atingirem a pureza de coração, o onipresente Deus manifestar-se-á na sua frente. Infelizmente, há no mundo de hoje uma escassez de mestres que podem conduzir firmemente o aspirante espiritual no caminho da pureza. Eles se limitam a fornecer algumas técnicas mecânicas de meditação em troca de dinheiro.

Sathya Sai Speaks Vol. 38, Cap. 24: 9 de outubro de 2005

O *dharma* (retidão) conduz à percepção do *Atma*, sem que qualquer bruma ou neblina bloqueie sua visão. A prática do *dharma* proporciona a experiência; através desta, a verdade se estabelece. A verdade revela claramente e a visão concede a liberação. As pessoas que estão livres desses impedimentos internos que escondem o *Atma* podem pertencer a qualquer casta ou estágio de vida; não importa; elas chegarão à liberação. Esta pureza mental (*anahkarana suddhi*) é o que as escrituras exaltam quando falam em salvação.

Dharma Vahini, Cap. 8, pg. 35

## 2.

# Dois tipos de pureza: interna e externa

Pureza (*soucham*) é de dois tipos – externa e interna. No aspecto interno da pureza, deve-se notar que a mente se deixa poluir por maus pensamentos e maus desejos, por apegos e aversões. Você precisa se esforçar para preencher a mente com pensamentos bons e sagrados. Qualidades como amor, gentileza, compaixão, tolerância e simpatia devem ser desenvolvidas para eliminar pensamentos maus e negativos.

Sathya Sai Speaks Vol. 22, Cap. 26: 3 de setembro de 1989

Tanto a pureza interior quanto a pureza exterior são essenciais para a saúde física e mental do homem. Muitas pessoas só se preocupam com a limpeza externa, do físico. Tendem a ignorar a pureza interna, acreditando que o coração e a mente são invisíveis para os outros. Elas deveriam perceber que o corpo físico é feito dos cinco elementos e retornará ao pó mais dia menos dia. O estado do espírito é o que importa. Até mesmo o corpo deveria ser tratado como morada do Espírito e conservado como tal.

Sathya Sai Speaks Vol. 20, Cap. 9: 3 de maio de 1987

Deveria haver pureza, tanto interior quanto exterior. A pureza do corpo se relaciona com o nível físico. Abrange atos de purificação como banho, uso de roupas limpas, ingestão de alimentos puros e coisas do tipo. Mesmo ao estudar, os livros devem ser saudáveis e inspiradores. Porém, a simples limpeza sem pureza interna não tem valor. Todos, do intelectual ao homem comum, só se importam com a limpeza eterna, sem ligar para a pureza do coração. Não importa quão puros sejam os ingredientes; se o recipiente no qual são cozinhados não estiver limpo, a comida se estragará. Para um homem, seu coração é o recipiente, e ele deve cuidar para que permaneça limpo e puro. Para purificar o coração, todos deveriam praticar serviço altruísta. Só quando o coração está puro é que se pode prestar serviço altruísta. Portanto, tanto a pureza do corpo quanto a da mente são essenciais para um bom devoto.

Sathya Sai Speaks Vol. 23, Cap. 31: 20 de novembro de 1990

# 3.

## Como cultivar pureza?

### Pureza desde a Juventude

O período de vida do homem na *Kali Yuga* (Era de Kali – a época atual) é muito curto. Na *Dwapara Yuga* (a Era anterior), ele era muito mais longo. Na época da Guerra do *Mahabharata*, Krishna tinha 76 anos de idade, Arjuna tinha 74 e Bhishma, comandante-em-chefe do exército Kaurava, tinha 112 anos. Vejam! Na *Dwapara Yuga*, um homem de 70 anos era considerado jovem, um garoto. Hoje em dia, no entanto, até um rapaz de 17 anos é fraco como um homem idoso. Qual é a razão? Naqueles tempos, o coração das pessoas era muito sagrado porque elas praticavam os três “P”: Pureza, Paciência e Perseverança. Por conta desta prática, elas se conservavam jovens. Portanto, em vez de apenas ensinar e propagar a verdade e a retidão, vocês deveriam colocá-las em prática na sua própria vida.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 75: 24 de julho de 1996

A juventude é muito importante e sagrada. De fato, é a idade de ouro. Ela deveria ser livre da ferrugem e do pó das más qualidades. Os estudantes deveriam ter boas qualidades. Tudo que veem, falam, escutam e fazem deveria ser sagrado. Por esta razão, é necessário, em primeiro lugar, que encham seus corações de amor por Deus.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 59: 8 de julho de 1996

Os estudantes de hoje em dia, porém, só dão atenção à *arte*, não ao *coração*<sup>1</sup>. O coração está dentro; a arte está do lado de fora. Arte é mundana; coração é divino. Arte se relaciona com a materialidade (*pravritti*), enquanto o coração se relaciona com a espiritualidade (*nivritti*). O princípio de *nivritti* é o mais sagrado e sublime. É descrito no Vedanta como: sem atributos, imaculado, eterno, a morada final, puro, iluminado, livre e a encarnação da santidade (*nirgunam, niranjanam, sanathana nikanam, nitya, shuddha, buddha, mukta, nirmala swarupinam*).

Ao cultivar amizades, não odeiem ninguém. Não magoem ninguém. Bhagavan quer que vocês todos adquiram este tipo de educação, com mente ampla e pureza, tornando-se modelos para a humanidade. Esta é a Minha bênção para vocês.

Sathya Sai Speaks Vol. 32-2, Cap. 15: 22 de novembro de 1999

Todo estudante deveria realizar boas ações (*satkarmas*) que levem à pureza mental (*chitta suddhi*). Onde houver pureza, haverá iluminação (*jnana siddhi*). Tudo isto só se encontra dentro de vocês. Não precisam procurar em nenhum outro lugar fora de vocês.

Chuvadas de Verão em Brindavan 1990, Cap. 16: 3 de junho

---

<sup>1</sup> Jogo de palavras em inglês com as palavras *art* (arte) e *heart* (coração), que possuem uma sonoridade semelhante.

Shankara sugeriu boas companhias como o primeiro passo na disciplina espiritual. A companhia dos sábios e dos bons os levará ao desapego e ao amor pelo silêncio e a solidão. Isto promoverá o desaparecimento da ilusão (*moha*); desaparecimento esse que, de acordo com Arjuna, é o resultado de se escutar a *Bhagavad Gita*. Quando isto ocorre, o indivíduo se estabelece firmemente na realidade disto e daquilo, na identidade disto com aquilo (*Tat-tvam*). Bem, o reconhecimento desta identidade é a conquista da liberação.

Sathya Sai Speaks Vol. 3, Cap. 12: 28 de abril de 1963

O Deus que é a origem e a meta só pode ser conhecido pela consciência pura, depois de se haver conquistado a pureza mental (*chitta suddhi*). E, para purificar a consciência, deve-se começar cedo. Ganha a corrida aquele que começa cedo, dirige devagar e chega em segurança; não de outro modo. Dê o primeiro passo no caminho de Deus; a alegria dos primeiros passos o levará adiante.

Sathya Sai Speaks Vol. 10, Cap. 8: 12 de maio de 1970

### **Desenvolvendo Pureza Externa**

A transformação individual é absolutamente essencial. Mas hoje o homem está desperdiçando seu tempo em práticas malignas. Ele se dedica diariamente a atividades profanas. Deixa-se rebaixar pelos seus hábitos ruins. Mata animais e come sua carne. Em vez de purificar sua mente, ele a destrói usando drogas. Ele profana o tempo, que é a verdadeira forma da Divindade, em jogos de azar. Ele nutre más qualidades se entregando a atividades maléficas. Além disto, envolve-se em atividades degradantes como roubar e difamar os outros. Lê livros vulgares, que lhe provocam pensamentos maus e sentimentos violentos. Como se dedica cada vez mais a atividades malignas, ele também polui e corrompe a sociedade. Quando os indivíduos trilham caminhos ruins, a sociedade inteira se degenera. Ensinar e propagar a espiritualidade é essencial para a purificação do indivíduo e da sociedade.

Sathya Sai Speaks Vol. 32-1, Cap. 13: 28 de abril de 1999

Atualmente, tudo está poluído, o ar que respiramos, a água que bebemos, os sons que agredem nossos ouvidos e a comida que consumimos. Por causa desta poluição generalizada, o homem tem sua saúde afetada. Além disto, a mente humana também está poluída, tornando-o suscetível a doenças. O ser humano deveria se empenhar em levar uma vida serena e pura. Deveria reconhecer a verdade de que os problemas e tribulações são temporários, como nuvens que passam. Não há espaço para o surgimento de agitações para quem reconhece esta verdade.

Sathya Sai Speaks Vol. 27, Cap. 3: 21 de janeiro de 1994

O corpo é o templo onde Deus reside, e Ele se instala no coração. Não basta, porém, que você saia por aí repetindo esta ideia agradável, fingindo que agora faz parte das fileiras do bem. Fazer esta declaração é uma grande responsabilidade, pois você precisa se comportar a cada instante como se percebesse Deus dentro de si. O sacerdote do templo, em primeiro lugar, limpa o altar, depois lustra os vasos usados no culto; em seguida, derrama a água santificada com mantras para purificar o ídolo e, finalmente, oferece-lhe adoração com flores e perfumes, recitando os nomes de Deus cheios de significado.

Sathya Sai Speaks Vol. 11, Cap. 21: 18 de abril de 1971

Todos precisam cuidar da pureza do corpo, das vestimentas e do comportamento. Esta é a pureza externa. Ela, entretanto, não é suficiente. A mente também deve ter sua pureza mantida. Os pensamentos devem ser limpos. É preciso manter tanto a higiene interna quanto a externa. Como se consegue pureza interior? É fácil manter a limpeza externa lavando e removendo a sujeira. Como reconhecer a impureza dentro de si mesmo e removê-la? Só há um jeito: reconhecer que, em todos os seres, do menor inseto ao maior animal, existe Deus. Esta percepção manterá a pureza da mente.

Sathya Sai Speaks Vol. 22, Cap. 13: 20 de junho de 1989

Num dia de festival, todas as pessoas da casa tomam banho de óleo bem cedo pela manhã. A limpeza pessoal proporciona boa saúde. Ademais, como o Divino mora tanto dentro quanto fora do corpo, a pureza externa também é importante. Para obter pureza interna, o indivíduo precisa se livrar de todas as más qualidades e cultivar boas qualidades. O sentido de se usar roupas novas nos dias de festival é trocar o tecido sujo da mente pelos bons pensamentos. O coração se chama *vastra*, um termo que também significa roupa. Então, a pureza interna deve ser alcançada pela purificação do coração. O uso de roupas novas deve servir como prelúdio para a purificação do coração. Deste modo, as diferentes práticas festivas têm um significado interno, além da observância exterior.

Sathya Sai Speaks Vol. 25, Cap. 27: 31 de agosto de 1992

Vocês também precisam purificar os sentidos, os instrumentos de ação e conhecimento, removendo deles toda a sujeira dos maus hábitos, más tendências, maus sentimentos e pensamentos. Tornem-se puros, firmes e altruístas. Só então merecerão ter a chance de adorar Deus dentro de si. Até lá, o templo estará em ruínas, infestado de morcegos que gostam de viver na escuridão.

Sathya Sai Speaks Vol. 11, Cap. 21: 18 de abril de 1971

Deve-se libertar o corpo da mancha da violência e da maldade. Os homens cometem muitos atos violentos e perversos com suas mãos. O corpo foi dado ao homem primeiramente para praticar a retidão (*dharma*). É uma dádiva sagrada que deve ser usada apenas para prestar serviço aos outros e realizar ações divinas. Este é o caminho para a purificação do corpo. Quando a fala, a mente e o corpo estão purificados, a pureza interior é garantida. *Suchi* (pureza) requer, assim, tanto a pureza interior quanto a limpeza externa.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 29: 30 de agosto de 1993

Ninguém deveria se orgulhar de sua beleza, força e juventude. As ruínas da idade avançada estão adiante e irão sobrepujá-los. Até mesmo quando vocês se sentem inflados por sua força e energia enquanto jovens, a idade arrasta-se sobre vocês irrevogavelmente. Com o corpo arqueado, rugas na face e olhos turvos, o homem idoso se torna alvo de piada dos adolescentes, que o chamam de macaco velho. Qual é a durabilidade de tudo isto? Tudo está sujeito à mudança e ao decaimento neste mundo. Tanto objetos físicos quanto indivíduos são transitórios e impermanentes. Nada é duradouro. Apenas a sua pureza é permanente. A pureza é a natureza essencial do ser humano. Ao levar uma vida poluída, o homem degrada a si mesmo.

**Necessidade de Purificar o *Antahkarana* (os Instrumentos Internos)**

Não é suficiente o corpo estar limpo; a pureza interior é essencial. Aliás, ela é mais importante do que a primeira. A pureza da mente é essencial para que haja o adequado aproveitamento de todas as coisas. Se não houver pureza na mente e no coração, qualquer ação efetuada no mundo exterior, por mais sagrada que seja, não terá valor. O alimento cozido numa panela suja ficará estragado, mesmo que todos os ingredientes sejam bons. De modo semelhante, a vasilha do coração deve ser purificada pelo amor. Então, tudo o que for consumido será salutar. Por isso, a pureza é vital para todos os aspirantes; sem ela, todas as ações serão maculadas. Ações praticadas com um coração impuro só podem produzir resultados indesejáveis.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 1: 1 de janeiro de 1993

Se você jogar uma pedra num poço, ela produzirá ondas. Até onde essas ondas vão? Elas se espalharão pela superfície da água até as bordas do poço. Do mesmo jeito, quando você joga a pedra de um bom ou mau pensamento no lago de sua mente, seu efeito se faz sentir em todo o seu corpo. Se for um mau pensamento, seus olhos, ouvidos e sua língua vão ver, ouvir e falar sobre o mal. Suas mãos também praticarão más ações e seus pés o levarão a lugares impróprios. O efeito dos seus pensamentos se espalhará por todo o seu ser, da cabeça aos pés. Por isso o coração é tão importante.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 59: 8 de julho de 1996

A santificação dos cinco sentidos é o caminho para a verdade. Se os sentidos forem poluídos, qual é a utilidade dos exercícios espirituais? Quando a água em um tanque está suja, todas as torneiras fornecem apenas água suja. Seu coração é o tanque. Sua visão e pensamentos estão impuros. Suas palavras são grosseiras. Com o coração poluído desta maneira, os sentidos só podem ser maculados.

Sathya Sai Speaks Vol. 31, Cap. 3: 5 de fevereiro de 1998

Para desenvolver um comportamento espiritual e inspirar os demais, é preciso possuir pureza mental. A sabedoria espiritual só chega quando há pureza no coração. Assim como é necessário remover as ervas que cobrem a terra, espalhar as sementes e regá-las antes que a colheita possa ser efetuada, o campo do coração humano tem que ser limpo dos maus pensamentos e maus sentimentos, ser regado com amor, ser cultivado por práticas espirituais e ser semeado com as sementes do nome Divino. Só então alguém estará capacitado a colher os frutos da divina sabedoria. É essencial uma pureza total para todos os exercícios espirituais. Para alcançá-la, deve-se compreender a diferença entre o caminho da bondade e o caminho do prazer.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 31: 7 de outubro de 1993

Verdade, retidão, paz e amor se unem aos sentidos de ação e cognição, adentram o *antahkarana* (instrumentos internos) com a ajuda da força vital chamada vibração, e vivem ali. Assim, a Divindade que existe em todo indivíduo está associada com os cinco sentidos cognitivos - audição, tato, visão, paladar e olfato. Para reconhecer a natureza desta verdade, o homem deveria alcançar inicialmente a

unidade de pensamento, palavra e ação e harmonizá-los completamente. Esta é a prática espiritual verdadeira.

Sathya Sai Speaks Vol. 32-1, Cap. 13: 28 de abril de 1999

### **O que é *Antahkarana*?**

*Antahkarana* é um termo usado tanto na linguagem comum como no linguajar espiritual. Qual é a sua forma, sua natureza, sua qualidade especial e seu propósito? Quando investigamos seguindo essas linhas, descobrimos que é a própria mente que assume a forma sutil de *antahkarana* (o ativador interno). A mente assume quatro formas: *manas*, *buddhi*, *chitta* e *ahamkara* (mente, inteligência, memória e ego). *Buddhi*, *chitta* e *ahamkara* são três formas sutis da mente.

Conforme a função desempenhada, a mente recebe um nome distinto. O mesmo brâmane, quando exerce sua função em um templo, é chamado de *pujari* (sacerdote) brâmane; quando trabalha na cozinha, chama-se cozinheiro brâmane; quando ensina os estudantes, é o professor brâmane e quando interpreta o almanaque *panchanga*, chama-se brâmane *panchanga*. O mesmo acontece com a mente: quando está engajada no processo de pensar, chama-se *manas*. Quando se dedica a investigar e discernir entre o certo e o errado, chama-se *buddhi* (inteligência). O terceiro nome é *chitta*, a vontade ou a função de tomada de decisão. Também tem a função da memória. Quando a mente se identifica com o corpo em ação, ela se chama *ahamkara* (o sentimento de “eu sou o agente”).

Cursos de Verão, 24 de maio de 1990

*Antahkarana* é o nome coletivo para mente (*manas*), inteligência (*buddhi*), vontade (*chitta*) e sentido do ego (*ahamkara*).

Simpósio Nacional sobre Orientação em Valores, 24 de setembro de 1987

Com base nas diferenças de comportamento, a psique interna (*antahkarana*) recebe quatro nomes distintos. Quando está envolvida em pensamento, chama-se “mente” (*manas*). Quando está inquieta e oscilante, chama-se “consciência” (*chitta*). Quando se dedica a investigar e compreender, chama-se “intelecto” (*buddhi*). Quando se associa com o sentimento de possessividade, chama-se “egoísmo” (*ahamkara*). Por que são atribuídos quatro nomes diferentes para a mesma entidade – o *antahkarana*? A mente se preocupa com distinções e diferenças. O intelecto se ocupa da essência única e revela a Unidade por detrás da diversidade. Todos os nossos esforços devem ser dirigidos para a descoberta da Unidade subjacente à diversidade, e não a tentativas de dividir o Uno nos muitos.

Sathya Sai Speaks Vol. 17, Cap. 3: 1983

Todos os nossos órgãos sensoriais são visíveis e funcionam externamente: olhos, ouvidos, etc. A mente, o intelecto e a vontade operam internamente e são instrumentos internos. Por isso se chamam *antahkarana* (instrumentos internos). Renunciar às respostas dos órgãos internos, ao desfrute dos objetos percebidos pelos sentidos exteriores, é uma forma de sacrifício. Por isso, a primeira tarefa é purificar o *antahkarana*. Este processo de purificação requer ações apropriadas. *Chitta* (consciência) não pode ser purificada, exceto pela ação correta. “*Chithasya suddhaye karmah*”, declaram os Vedas: *karma* (as ações prescritas) deve ser realizado para purificar a mente. Isso significa que as boas ações

individuais (*satkarmas*) devem ser realizadas sem o desejo pelos seus resultados. Não deve haver qualquer traço de interesse pessoal. Isso é descrito como *nishkama karma* (ação isenta de desejo). Também é chamado de prazer aliado à renúncia.

Curso de Verão, 24 de maio de 1991

### **A Purificação dos Impulsos leva à Pureza do *Antahkarana***

Embora o corpo seja mortal, os pensamentos são imortais. O poder das vibrações dos pensamentos percorre o mundo. Como ondas de calor, ondas elétricas e de luz se irradiam, também as ondas mentais irradiam. As vibrações dos pensamentos causam a alegria e a tristeza do homem, sua saúde e doença, dor, fraqueza, nascimento e morte. A vida do homem passa a ter sentido quando ele se conduz na percepção completa do poder das vibrações dos pensamentos. O mundo inteiro é permeado por vibrações mentais. De fato, todo ele é a própria manifestação das vibrações mentais. Assim sendo, é necessário dirigir nossos pensamentos por caminhos nobres. A mente humana brilha com reluzente pureza quando cultiva pensamentos, ideias e sentimentos nobres. Só através do desenvolvimento da pureza mental, podemos garantir pureza na ação. Só os atos puros podem produzir resultados puros.

Chuvas de Verão em Brindavan 1993, Cap. 5

Não se deve agir ao sabor das próprias fantasias. Antes de fazer qualquer coisa, o indivíduo deve considerar se a ação é adequada ou inadequada. Nada deveria ser feito com pressa, sob o impulso do momento. Só assim as ações serão puras (*sátvicas*) e livres de sentimentos excitantes (*rajásicos*) ou insensíveis (*tamásicos*).

Sathya Sai Speaks Vol. 20, Cap. 9: 3 de maio de 1987

*Suchi* significa pureza. Esse termo não se refere somente à limpeza externa do corpo físico, mas à pureza interna de que os aspirantes espirituais também necessitam. Quais são as implicações da pureza interior? As ações do homem brotam de impulsos internos e não de forças externas. Elas são um reflexo de seu ser interior. Quando um homem tem sentimentos puros dentro de si, suas ações também são puras. Quando ele está poluído interiormente, suas ações são impuras.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 29: 30 de agosto de 1993

Os impulsos operam de forma muito sutil e poderosa. Assim como a semente contém dentro de si o tronco, os galhos, os ramos, as folhas, as flores e os frutos, do mesmo modo, tudo se encontra adormecido em um impulso. Os impulsos são a causa de toda infelicidade objetiva. Se estiverem ausentes, a mente será suave e pura. Se estiverem presentes, toda a pureza se arruinará; eles são obstáculos no caminho da verdade, do *Atma*, da imortalidade. A mente livre de impulsos se transmuta; não será mais mente como tal.

Dhyana Vahini, Cap. 11, pg. 40

A Natureza (*prakriti*) é o mundo dos impulsos (*vasanas*). A mente se deixa atrair pela Natureza e pelos objetos externos do mundo por meio de sua tendência a se apegar e começa a contemplar os objetos, demorando-se nas suas qualidades, por conta desses impulsos. Sem eles, a mente não será afetada pelo mundo objetivo de maneira alguma. A mente é como um pedaço de pano; assume qualquer cor com a

qual seja tingida. Impulsos puros (*sátvicos*) a tornam branca; impulsos estimulantes (*rajásicos*) a tornam vermelha, enquanto os impulsos ignorantes (*tamásico*) a tingem de preto. A mente é moldada pelo tipo de impulso com o qual é preenchida. A pessoa deve praticar meditação e concentração (*dharana*) para destruir esses impulsos. A mente não passa de um emaranhado de impulsos.

Dhyana Vahini, Cap. 11, pg. 40

Ao ceder aos impulsos de embotamento (*tamásicos*) e excitação (*rajásicos*), o homem moderno tornou seu coração um “oceano salgado” (*ksharasagara*). Nesse oceano, temos tubarões e baleias. Do mesmo modo, no coração dos que só pensam no mal, florescem características como luxúria, ira, ganância e inveja. É loucura ceder a essas forças maléficas. Elas precisam ser totalmente removidas para que o Senhor encontre Seu lugar de direito, num coração puro e santo, repleto de qualidades puras (*sátvicas*). Cada indivíduo deveria examinar perpetuamente se bons pensamentos e impulsos estão sendo cultivados em seu coração ou se maus pensamentos estão se enraizando. Ao fazer sua adoração diária, ele deve invocar a presença de várias deidades através de mantras (fórmulas sonoras santificadas) apropriados. Simultaneamente, deve convocar as forças demoníacas a deixar o recinto.

Sathya Sai Speaks Vol. 20, Cap. 9: 3 de maio de 1987

Aquele que é escravo dos impulsos e tendências (*vasanas*) é desprovido de sabedoria (*jnana*). Tal indivíduo é, na verdade, um fraco! Mas, deixe-me assegurar-lhes que não há motivo para alarme. Tão logo os impulsos sejam arrancados pela raiz, essa pessoa poderá recuperar sua natureza divina, que foi perdida por negligência.

Dhyana Vahini, Cap. 11, pg. 40

É por causa do ego que vocês não são capazes de visualizar a divina chama da sabedoria (*divya jnana jyoti*). Como o ego penetra em sua mente? Isso ocorre quando vocês desistem do caminho da verdade. Tornam-se egoístas quando não conhecem o seu verdadeiro Ser e desenvolvem pensamentos e sentimentos mundanos. Para afastar o ego, vocês devem manter seus pensamentos e sentimentos mundanos sob controle. É impossível adquirir sabedoria sem se livrar do ego. Para ter a visão da luz brilhante do *Atma* vocês precisam remover a fuligem do ego que encobre a sua mente.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 22: 23 de novembro de 2002

Shankara sabia que o não dualismo requer intensa vontade e esforço espiritual para remover todo vestígio de ego, toda ideia de dualidade da mente do ser humano. Então, como disciplina preparatória para o despertar da consciência da real unidade de cada um com a substância do universo, ele ensinou as regras da *yoga* (união com o Divino), da devoção e do *karma* (ação). Essas, de acordo com ele, iluminam o intelecto, saneiam as emoções e purificam o coração.

Sathya Sai Speaks Vol. 3, Cap. 12: 28 de abril de 1963

## 4.

# Quais são os fatores externos que afetam os impulsos?

### A Importância do Alimento na Busca da Pureza

Qual é o significado de alimento *sátvico* (puro)? A noção predominante é que as frutas e o leite constituem alimentos *sátvicos*. Porém, isso não é tudo. Aquilo que é consumido pela boca não é o único alimento que entra no corpo. Os outros órgãos dos sentidos, como os olhos, os ouvidos, o nariz e as mãos, também consomem objetos do mundo exterior. Então, só porque uma pessoa consome frutas e leite através de um de seus cinco órgãos dos sentidos, isso não significa que ela possa declarar que consumiu alimentos *sátvicos*, a menos que o alimento consumido por ela através de todos os cinco sentidos seja *sátvico* em sua natureza. Quando você se livrar dos cinco males associados com a poluição da fala, da visão, da audição, do pensamento e da ação, você será capaz de perceber sua própria Divindade e se tornará *Paramatma* (Alma Suprema). Se os sentidos são alimentados com alimento poluído, você não pode se tornar puro meramente tomando leite e comendo frutas. Você deve consumir puro alimento *sátvico* através de todos os cinco órgãos dos sentidos.

Chuvras de Verão em Brindavan 1990, Cap. 2: 20 de maio de 1990

Esforcem-se para alcançar a pureza de coração. Façam com que esse seja seu principal esforço. Com pureza de coração, vocês podem alcançar qualquer coisa. A fim de alcançar a pureza de coração, vocês devem consumir alimento sagrado.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 22: 23 de novembro de 2002

Krishna respondeu imediatamente. (...) “Existem três tipos de qualidades (*gunas*): as puras, as estimulantes e as que criam inércia (*sátvicas*, *rajásicas*, *tamásicas*). Elas são baseadas na consciência interior (*antahkarana*). Isso também depende do alimento ingerido. Você é o que você come e suas atividades modelam a sua natureza. Assim, pelo menos nesta existência, controlando o alimento e a recreação, as pessoas podem superar as tendências demoníacas (*rajásicas* e *tamásicas*) que tendem a prevalecer nelas. Através do próprio esforço planejado, elas podem promover tendências em direção à pureza”. Este conselho foi oferecido amorosamente pelo Senhor ao ansioso inquiridor, Arjuna.

Gita Vahini, Cap. 26, pg. 114

Alimentem-se somente depois de rezar e de oferecer o alimento a Deus. Somente então o alimento se tornará santificado e iluminará o seu intelecto. Antes de ingerir o alimento, vocês devem rezar: *Brahmarpanam Brahma Havir Brahmagnou Brahmanahutam Brahmaiva Thena Ganthavyam Brahma Karma Samadhina* (O ato de oferecer é Deus. A oferenda é Deus. Através de Deus ele é oferecido para o Fogo de Deus. Deus é Aquele que deve ser alcançado por quem realiza ação que pertence a Deus). Se vocês rezarem com sentimentos sagrados, o alimento se tornará santificado.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 22: 23 de novembro de 2002

Aqueles que desejam desenvolver pureza de coração devem ser cuidadosos com relação à sua alimentação e hábitos. O corpo humano digere o alimento; a parte sutil se transforma em ossos, músculos e sangue, e a parte mais sutil do alimento se torna a mente. Portanto, o alimento é responsável pela boa e pela má natureza da mente. Do jeito que é o alimento, assim é a mente. Então, é necessário comer alimento puro, sagrado (*sátvico*) e saudável com moderação. Nos tempos de outrora, sábios e santos viviam nas florestas comendo somente frutas e tubérculos para se sustentarem. Devido a esse alimento puro (*sátvico*), eles podiam levar suas vidas em paz.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 90: 2 de setembro de 1996

Antes de ingerir o alimento, entoe este mantra sagrado. Então, nada contrário à sacralidade entrará no seu coração. *Annam Brahma; Raso Vishnuhu; Bhokta devo Maheswarah* (O alimento é Brahma; a essência é Vishnu; aquele que ingere é Maheshwara). Estes três correspondem ao corpo, à mente e à ação, respectivamente. Pureza de pensamento, palavra e ações é a verdadeira sabedoria. Vocês não precisam realizar nenhuma outra prática espiritual. As pessoas realizam diversos *sadhanas* (práticas espirituais). Porém, eles conferem somente satisfação temporária. Por outro lado, quando vocês têm pureza de pensamento, palavra e ação, vocês experimentam eterna felicidade.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 22: 23 de novembro de 2002

A fim de assegurar saúde perfeita, é essencial livrar-se das impurezas internas e ingerir apenas alimento saudável. Da mesma forma, para preservar a saúde mental, é necessária uma ação dupla semelhante. Vocês devem se livrar dos males que afetam a mente eliminando os maus pensamentos e purificando a mente.

Sathya Sai Speaks Vol. 20, Cap. 9: 3 de maio de 1987

Aquele que compreende profundamente esta verdade não permitirá que sua mente seja influenciada pelas paixões da raiva, da crueldade, etc. As paixões produzem apenas satisfação temporária, mas provocam sérias perturbações emocionais. Assim, é imperativo por parte do homem não ceder a quaisquer paixões impróprias enquanto consome o alimento. A observância dos três Ps, ou seja, pureza, paciência e perseverança, garante a felicidade permanente e a boa saúde livre de doenças.

Sathya Sai Speaks Vol. 27, Cap. 3: 21 de janeiro de 1994

Aquele que cozinha deve ter sentimentos sagrados. Antigamente, os brâmanes ortodoxos costumavam insistir em comer o alimento preparado somente por suas esposas. A razão é que as mães de família desejam o bem-estar de toda a família enquanto preparam o alimento. Por outro lado, se vocês empregam cozinheiros, somente Deus sabe quais os sentimentos deles enquanto preparam os alimentos! Os pensamentos que não sejam sagrados do cozinheiro penetram no alimento, o qual, por sua vez, envenena a sua mente. *Annam Brahma* (o alimento é Deus). Portanto, ele deve ser preparado com sentimentos sagrados. A mera limpeza física não é suficiente, a mente também tem de estar pura. Vocês devem cuidar para que os vegetais usados no preparo dos alimentos sejam adquiridos de maneira apropriada. Por exemplo, o marido traz os vegetais do mercado. Talvez ele tenha usado mal a sua posição de autoridade e não tenha acertado o pagamento devido, ou os vendedores talvez os tenham

buscado através de meios ilícitos. Quando esses vegetais são consumidos, a sua mente fica poluída. Vocês nem cogitam que o alimento que ingerem é o responsável pelos atos que realizam. O alimento que não é sagrado os faz realizar atos que não são sagrados.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 22: 23 de novembro de 2002

### **A Pureza da fala leva à Pureza dos Impulsos**

Como podem ser purificados os impulsos internos? Estes se relacionam à mente, à palavra e ao corpo. Dos três, a palavra é o elemento mais importante. Como a pureza na palavra pode ser alcançada? Diz a Gita: “Nenhuma palavra proferida deve causar tensão ou agitação, ela deve ser verdadeira e agradável”. Existem quatro fatores que causam a impureza da língua: o primeiro é pronunciar falsidade; o segundo, falar em excesso; o terceiro, falar mal dos outros; o quarto, ofender ou criticar os outros. A língua é propensa a cometer esses quatro tipos de ofensas. Lamentavelmente, na Era de Kali, essas quatro tendências estão desenfreadas: a mentira se tornou onipresente, as pessoas se permitem caluniar os outros livremente, as fofocas crescem e a propensão à loquacidade está se espalhando. Só quando estiver livre dessas quatro tendências ruins é que a palavra do homem se tornará pura e límpida. Assim, a primeira tarefa é purificar a fala.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 29: 30 de agosto de 1993

Os antigos praticavam três tipos de silêncio. O primeiro era o silêncio na fala, o segundo era o silêncio na mente e o terceiro era o supremo silêncio.

Silêncio na fala significa que a pessoa confinava seu discurso ao limite e às necessidades da ocasião. Através desta disciplina, a fala excessiva era evitada. Como resultado, o poder do discurso era conservado e ampliado. A disciplina na fala também resultava em veracidade. Falar a verdade servia para purificar seus pensamentos. Dessa maneira, eles adquiriram a mais alta sabedoria. Portanto, a pureza na fala é vital. Ela deve ser alcançada por meio da moderação ao falar.

Depois, há o silêncio da mente. A mente é um pacote de pensamentos e fantasias. Estes pensamentos têm que ser reduzidos gradualmente. Quando os pensamentos são reduzidos, a mente fica naturalmente sob controle, como um relógio que fica sem bateria. Quando a atividade da mente é reduzida, o poder do *Atma* se manifesta. Como consequência, o intelecto se torna mais ativo do que os sentidos.

Quando o controle da fala e o controle da mente tiverem sido alcançados, o estado de supremo silêncio é facilmente executado. Os estudantes devem se esforçar para alcançar o terceiro estágio através da disciplina dos dois primeiros estágios.

Sathya Sai Speaks Vol. 27, Cap. 7: 3 de fevereiro de 1994

Quando o coração estiver preenchido com bons pensamentos e sentimentos, tudo o que vier dos sentidos – fala, visão, ações – será puro.

Sathya Sai Speaks Vol. 31, Cap. 3: 5 de fevereiro de 1998

## **Outros Fatores Externos que afetam os Impulsos Internos**

Aparelhos de TV são instalados em cada cômodo nas casas dos ricos. Desde o momento em que apareceu a televisão, a mente do homem ficou poluída. Antes do advento da TV, a mente dos homens não era tão poluída. Anteriormente, atos de violência não eram tão desenfreados. Hoje, existe uma televisão instalada em cada cabana. As pessoas assistem à TV até mesmo enquanto se alimentam. O resultado é que todas as coisas tolas vistas na TV estão sendo consumidas pelo espectador. A concentração na televisão afeta a visão da pessoa sobre o mundo. As cenas, pensamentos e ações demonstradas na TV enchem as mentes dos espectadores. Sem perceber, agitações e mal-estar entram nas suas mentes. Com o tempo, isso se enraíza e cresce.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 3: 15 de janeiro de 1996

Os desejos são a causa da falta de paz. Sem purificar o coração, todos os desejos só podem levar ao desassossego. Além do mais, a impureza no coração é a fonte de muitas doenças. Quando o coração for puro, o homem estará livre das doenças. Como, então, o coração deve ser purificado? Não há outro modo a não ser cultivando bons pensamentos. Todos os outros rituais não são de nenhuma valia a não ser proporcionar satisfação mental temporária. Todavia, a mente não se satisfaz facilmente. Ela está continuamente vacilante e é incontrolável. O que deve ser feito é voltar a mente em direção a Deus.

Sathya Sai Speaks Vol. 30, Cap. 10: 11 de abril de 1997

As mãos não são os únicos membros ou agentes envolvidos na atividade humana (*karma*). O que quer que seja feito, o que quer que seja visto, o que quer que seja ouvido, a pessoa deve estar vigilante sobre sua pureza. Pensamento, palavra e ação devem estar livres do orgulho, da ganância e do ódio. As palavras que uma pessoa profere devem estar livres dessas faltas; as coisas que uma pessoa anseia escutar devem estar livres desses aspectos superficialmente atraentes; os prazeres que uma pessoa busca não devem ser poluídos pelo mal.

Vidya Vahini, Cap. 19, pg. 53

Vocês devem exercer controle sobre os seus desejos. De fato, deveria haver limite para tudo na vida. Mas o homem hoje se conduz sem qualquer restrição. O mundo hoje oferece ao homem vários confortos modernos. Sem dúvida, eles tornaram sua vida fácil e confortável, mas, ao mesmo tempo, essas mesmas coisas o estão conduzindo ao caminho profano e pecaminoso. Vocês sabem que possuir um telefone celular tornou-se uma obsessão entre os jovens modernos. O próprio governo encoraja o uso de celulares, por considerá-los o mais conveniente meio de comunicação. Porém, ninguém está investigando o impacto negativo que eles têm sobre os estudantes. Uma vez que você possui um celular, você pode falar com qualquer um, sobre qualquer assunto, em qualquer lugar, a qualquer hora. Quando os jovens têm uma liberdade assim, eles acabam por abusar do celular e se arruinam. Até mesmo jovens inocentes são atraídos para o caminho errado devido ao uso de telefones celulares. Se não colocarmos os estudantes no caminho correto e não lhes transmitirmos virtudes, essas engenhocas e itens de conforto certamente estragarão suas mentes, fazendo-os cometer graves erros. Levará bastante tempo para eles corrigirem seus erros e trilharem o caminho em direção a Deus.

Sathya Sai Speaks Vol. 39, Cap. 8: 6 de maio de 2006

A ciência trouxe para o homem o rádio, a televisão e o cinema. Cada um desses meios é útil e produtivo se for desenvolvido por pessoas com uma consciência social pura e com amor em seus corações. Todavia, eles estão agora nas mãos de pessoas com baixos padrões morais, as quais encontram nesses meios, ferramentas para acumular dinheiro e, assim, eles se tornaram inimigos do progresso humano. As mentes delicadas das crianças ficam poluídas por estes meios de comunicação.

Sathya Sai Speaks Vol. 14, Cap. 15: 7 de dezembro de 1978

Quero mencionar mais uma coisa neste contexto. Eu vejo diversos rapazes guardando celulares em seus bolsos. Eles pensam que estão guardando os celulares para a sua conveniência e facilidade de comunicação. Não compreendem os efeitos prejudiciais desses aparelhos. Telefones celulares são frequentemente mal utilizados para propósitos indesejáveis, como para estabelecer contato entre rapazes e moças. Eles desenvolvem maus pensamentos e más relações entre eles.

Sathya Sai Speaks Vol. 41, Cap. 16: 9 de outubro de 2008

Eles ligam a televisão ou o rádio, poluindo desse modo suas próprias mentes além de perderem tempo. Muito do que é visto na televisão são coisas lascivas, nojentas, imorais e vis. Tais são as coisas indesejáveis sendo mostradas... Isso torna impuros, perversos e repugnantes os corações puros, firmes e altruístas dos jovens.

Chuvas de Verão em Brindavan 2002, Cap. 12: 27 de maio de 2002

O que as pessoas estão fazendo hoje? Elas estão ouvindo o que é indesejável. Elas estão olhando para cenas feias. Como, então, elas podem esperar alcançar paz? Somente com a harmonia da mente, do coração e da língua. Deve haver unidade em pensamento, palavra e ação.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 14: 15 de maio de 1996

Queridos estudantes! Enquanto vocês estão aqui (Prasanthi Nilayam), vocês estão a salvo e seguros. Quando voltarem para suas casas, serão assaltados por várias distrações como televisão, vídeo, cinema, etc. Tudo isso polui seus corações. Os programas na televisão são muito atraentes, mas vocês têm que perceber que eles não são apresentados a vocês para seu proveito, mas para o benefício de patrocinadores e anunciantes. Assistam somente a programas relacionados à educação ou dedicados aos valores morais. Na realidade, a TV se tornou uma doença dos tempos modernos. Assim, ela não é TV mas TB (tuberculose). Se não há pensamentos morais em vocês, o que acontecerá quando tais programas forem assistidos?

Sathya Sai Speaks Vol. 32-2, Cap. 15: 22 de novembro de 1999

Para evitar que maus pensamentos entrem em suas mentes, evitem totalmente tais conexões. Diz-se: “A mente é a causa da escravidão e da libertação (*Manah eva manushyanam karanam bandhamokshayo*)”. É um hábito comum dar o nosso número de telefone a todo mundo. O que acontece depois? Desenvolvem-se maus contatos. Chamadas desnecessárias de todo tipo são feitas para verificarem se as atendemos ou não. Assim, rapazes e moças desenvolvem contatos desnecessários e estabelecem relações indesejáveis entre si. Portanto, Eu os advirto firmemente a não

fazerem uso de celulares. Eles podem ser convenientes no início, mas gradualmente levarão a maus caminhos.

Sathya Sai Speaks Vol. 41, Cap. 16: 9 de outubro de 2008

A sexta qualidade é *sarvarambha parithyagi* (renúncia de todos os empreendimentos). Isto significa que não deve haver nenhuma ostentação ou exibição por um devoto a respeito de suas realizações. A menos que você desista da ostentação, o egoísmo não desaparecerá. O ego deve ser eliminado a fim de purificar o coração. Nenhuma boa ação pode ser feita sem pureza no coração. É através de ações sagradas que o coração é purificado.

Sathya Sai Speaks Vol. 23, Cap. 31: 20 de novembro de 1990

# 5.

## Como praticar pureza?

### **A Pureza como um *Sadhana***

A pessoa centrada em Deus (*sadhaka*) possui três qualidades: Pureza, Perseverança e Paciência. Sem essas qualidades, o homem é um fraco. Porém, com elas, ele possui toda a força e coragem de que necessita para enfrentar qualquer desafio.

Sathya Sai Speaks Vol. 19, Cap. 23: 11 de outubro de 1986

*Manasyekam vachasyekam karmanyekam mahatmanam* (Aqueles cujos pensamentos, palavras e ações estão em completa harmonia são nobres pessoas). A unidade de pensamento, palavra e ação é *ritam* (sinceridade). Eles representam a Trindade de Brahma, Vishnu e Maheshwara. Portanto, todos devem se esforçar para manter puros os pensamentos, palavras e ações. Vejam por exemplo uma proteção de vidro colocada sobre uma lâmpada. Após algum tempo, uma camada fina de fuligem se acumula no vidro. Consequentemente, a luz é obscurecida. Somente quando você limpar o vidro, você poderá ver a luz com clareza. É isso que se espera que vocês façam. A fuligem que vocês encontram no vidro pode ser comparada ao ego que envolve sua mente.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 22: 23 de novembro de 2002

### **Começando o Dia**

Logo que você se levanta da cama de manhã, examine por alguns momentos os seus pensamentos, planos, hábitos e atitudes para com os outros, os quais estão prestes a atacá-lo, e decida o formato das coisas que virão ao longo do dia. Identifique na multidão heterogênea o vicioso, o perverso, o mau, o prejudicial, aquilo que nasce da raiva, que produz a ganância e declare que você não está disposto a ser liderado por eles. Incline-se para o lado dos bons, dos construtivos, a fim de renunciar e fazer surgir um homem mais puro, mais forte e mais feliz do que aquele que foi dormir. Esse é o verdadeiro *sadhana*, não simplesmente passar alguns minutos observando sua respiração ou vagando sem lar e vivendo de esmolas.

Sathya Sai Speaks Vol. 11, Cap. 21: 18 de abril de 1971

O destino do homem é determinado por suas ações. Através de ações corretas, a mente é purificada, e uma mente pura resulta no despertar de *jnana* (conhecimento do Eu). Quando você oferece adoração a Deus de manhã, você deve oferecer sua reverência a qualquer trabalho que você se proponha a fazer. Você deve orar para a deidade que preside o *karma*: “Que eu realize hoje somente ações puras, significativas e úteis”.

Sathya Sai Speaks Vol. 20, Cap. 9: 3 de maio de 1987

Um aspirante espiritual (*sadhaka*) deve ter em mente quatro tipos de pureza: pureza do lugar, de sentimentos, de corpo e do Ser interior (*bhu shubhrata, bhava shubhrata, deha shubhrata e atma shubhrata*).

O que significa pureza do lugar? Você deve manter todos os lugares e arredores puros e limpos com a crença de que Deus está em toda parte. Além do mais, quando você vir Deus bem na sua frente na forma física, mantenha o lugar ainda mais limpo. Por exemplo, mantenha completamente limpo o lugar onde Swami esteja presente e mantenha perfeito silêncio. Esteja livre do ego e do apego. Isso é o que significa pureza do lugar.

A seguir vem a **pureza dos sentimentos**. Como você deve fazer isso? Deus é onipresente, eterno e incomensurável. Ele é a encarnação do amor, da compaixão e da bem-aventurança. Concentre-se sempre nesta verdade e medite sobre Ele. Seja lá qual for a forma que você O venere, Ele se manifestará diante de você exatamente naquela forma.

Qual é o significado de **pureza do corpo**? Você deve servir a todos com o sentimento de que Deus está presente neles. Ajude-os de todos os modos possíveis, compreendendo suas necessidades com relação à comida e abrigo. Isso é pureza do corpo.

Então, o que é **pureza do Ser interior**? “Com as mãos, os pés, os olhos, a cabeça, a boca e ouvidos em toda parte, Ele permeia o universo inteiro (*Sarvatah Panipadam Tat Sarvatokshi Siromukham, Sarvatah Srutimalloke Sarvamavrutya Tishtati*)”. O *Atma* está em toda parte. Quando você compreende profundamente esta verdade, você experimenta a verdadeira felicidade. Sempre que você serve alguém e o faz feliz, quem quer que seja, isso equivale a servir a Deus e fazê-Lo feliz.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 90: 2 de setembro de 1996

## **WATCH** (Vigilância)

A verdadeira câmera de vigilância é quando você mantém a vigilância (*watch*) sobre suas palavras (*Words*), ações (*Actions*), pensamentos (*Thoughts*), caráter (*Character*) e coração (*Heart*); não é aquilo que você usa para fazer a vigilância dos lugares. A câmera de vigilância pode ir para o concerto, porém a palavra “vigilância” nunca se estraga. Sempre irá trazer pureza de pensamento, palavra e ação.<sup>2</sup>

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 20: 20 de novembro de 2002

O primeiro requisito, portanto, é livrar-se de todos os maus pensamentos, do egoísmo, do orgulho e de outras qualidades indesejáveis que estejam dentro de seu coração, de modo que o espírito do amor possa encontrar seu lugar legítimo dentro dele. Somente um coração preenchido com amor é puro e sagrado. Conseqüentemente, você deve assumir as atividades de serviço em um espírito amoroso. Você não deve se preocupar com nome ou fama. A fama não é um produto comercial ou uma mercadoria que pode ser obtida de alguém. Ela flui espontaneamente como um rio, que começa pequeno, mas que

---

<sup>2</sup> (N.T.) No texto original, Sai Baba faz um trocadilho com a palavra “WATCH” que, em inglês, tanto significa VIGILÂNCIA, VIGIAR, como RELÓGIO DE PULSO. Em português não teria sentido. Por isso, preferimos fazer a comparação com a câmera de vigilância, mantendo um sentido próximo ao original.

ganha volume conforme continua. Não vá atrás de nome ou distinção. Concentre sua mente em alcançar os seus objetivos. Preencha seu coração com amor e engaje-se em serviço.

Sathya Sai Speaks Vol. 20, Cap. 26: 19 de novembro de 1987

Deus é onipresente. Assim, não aja de modo diferente quando você está longe da Minha presença. Esteja sempre e em todo lugar consciente da presença. Esteja vigilante, mesmo enquanto estiver envolvido em pequenas tarefas. Mantenha silêncio nos recessos do coração, assim como do lado de fora. A *Gita* diz que as Mãos e os Pés de Deus estão em todo lugar. Você pode ouvir Seus passos somente quando nenhum outro som vier atrapalhar. Deus, dentro de Sua infinita graça, assume a Forma que o devoto anseia ver. Ele é Pureza. Ele é a Suprema Sabedoria. Ele é eternamente livre, eternamente misericordioso. Desenvolva a percepção de Deus, veja-O e sirva-O em cada ser humano.

Sathya Sai Speaks Vol. 14, Cap. 59: 24 de novembro de 1980

A primeira das cinco restrições (*yama*) é a não violência (*ahimsa*). O que é a não violência? Isso significa não machucar nem prejudicar ninguém por pensamentos, palavras ou ações. Assim, a não violência equivale à pureza de pensamento, palavra e ação (*trikarana shuddhi*). Portanto, não use palavras que machuquem, não use esse corpo para fazer mal a ninguém e não admita maus pensamentos, como o ódio e a inveja, contra ninguém.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 44: 12 de abril de 1993

A mente está poluída por pensamentos errôneos e sentimentos ruins. O homem tem que lutar para manter afastados todos os maus pensamentos que invadem sua mente. Quando se está incessantemente dominado por maus pensamentos, só se pode colher más consequências. Para purificar a mente, os maus pensamentos têm que ser expelidos. Nenhum espaço deve ser dado a eles. Só então a mente estará totalmente purificada.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 29: 30 de agosto de 1993

A pessoa deve trazer a mente, a faculdade de raciocínio e os sentidos sob controle, pois eles vagueiam sem rumo atrás de prazeres objetivos. A pessoa deve treiná-los para assumirem a tarefa de concentrar toda a atenção na glória e majestade de Deus a fim de seguir um caminho sistemático de disciplina unidirecionada. Traga-os todos juntos e os leve em direção ao caminho mais alto. O comportamento ilícito deles tem que ser refreado. Eles devem ser educados através da repetição do Nome (*japa*), da meditação (*dhyana*), dos bons trabalhos ou através de alguma outra atividade elevada e altruísta que purifique.

Bhagavatha Vahini, Cap. 31, pg. 110

*Tapas* não significa apenas meditar em certas posturas. Penitência real consiste em lutar pela realização de seus objetivos mais elevados, mantendo a pureza de pensamento, palavra e ação e perseguindo os objetivos com concentração unidirecionada. “*Sathatham yoginah* (sempre esteja firme em *yoga*)”, diz-se. Você deve ansiar pela percepção do Absoluto Sem Forma. Esse anseio se transforma em penitência no devido tempo. Simplesmente ir para uma floresta e viver de raízes e folhas não constitui penitência.

A verdadeira penitência é se livrar de maus pensamentos e paixões e preencher a mente com sentimentos sagrados.

Sathya Sai Speaks Vol. 22, Cap. 26: 3 de setembro de 1989

Para aquele que reza com um coração puro, Deus responderá em segundos. Se a oração é apenas da boca para fora, Ele não vai responder nem mesmo em anos. Para aquele que reza a partir do coração, haverá ressonância, repercussão e reação imediatas.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 25: 2 de julho de 1996

Somente quando seu *antahkarana* for puro, você alcançará a sabedoria. Pureza da mente é de extrema importância. Mantenha sua mente pura, livre de todos os tipos de poluição. Sempre que os maus pensamentos entrarem em sua mente, lembre-se: “Isto não é bom; isto não é meu; não é meu”, e afaste esses maus pensamentos. Diga a si mesmo: “Isto não pertence a mim; o que pertence a mim são apenas os bons pensamentos e as boas ideias”. Lembre-se constantemente da verdade de que o amor é Deus. Viva em amor. Se você puder cultivar tais pensamentos positivos e nobres, tudo se tornará bom para você.

Sathya Sai Speaks Vol. 40, Cap. 13: 28 de julho de 2007

No momento em que se basearem na verdade de “Eu sou o *Atma*”, vocês alcançarão a libertação. Pensem sempre: “Swami está em mim, eu estou em Swami”. No entanto, de nada adiantará se simplesmente repetirem “Eu sou Swami, eu sou Swami” com uma mente inconstante. Desenvolvam uma fé firme: “Eu sou Swami, Eu sou Deus, Eu sou Deus”. Apenas quando desenvolverem essa firme convicção vocês chegarão à Divindade que é sem atributos, é imaculada, a última morada, eterna, pura, iluminada, livre e a encarnação do sagrado.

Sathya Sai Speaks Vol. 40, Cap. 13: 28 de julho de 2007

Os valores humanos podem ser listados como 50, 60, 70, 80 no total. Mas eles podem ser mais bem agrupados sob os três seguintes títulos: pensamentos puros, palavras puras, ações puras; sendo pensamentos, palavras e ações coordenados uns com os outros. Quando você lê apenas sujeira, sua consciência (*chit*) fica contaminada e seu Ser (*sat*) é desfigurado. Então, como pode *sathyam* (Verdade) ser revelada a você?

Sathya Sai Speaks Vol. 15, Cap. 20: 31 de agosto de 1981

### **O Guia dos Dez Passos**

Para desenvolver a força moral e mental, deve-se praticar *sadhana* (disciplina espiritual) para disciplinar a mente. Para este fim, deve-se promover dez tipos de pureza (*satva*).

O primeiro é a pureza do local onde vivemos. É necessário preencher o ambiente no qual se reside ou estuda com uma atmosfera *sátvica* (pura). Os quadros ou outros objetos que vocês veem devem inundá-los com paz e pensamentos puros. Objetos que suscitam agitação e maus pensamentos não devem ter lugar. O ambiente deve estar limpo e livre de qualquer coisa impura.

Em segundo lugar, na família em que se vive, deve haver compreensão mútua e cooperação, e um sentimento de harmonia. Não deve haver discórdia na família que possa criar uma má atmosfera. Uma atmosfera harmoniosa proverá uma verdadeira paz para a mente.

A terceira necessidade é alimentação *sátvica* (pura). Isso significa que nenhum dos itens ingeridos deve ser excessivamente ácido, amargo ou picante. Vocês devem evitar alimentos *rajásicos* (alimentos que excitam as paixões ou intoxicam) como peixe ou carne. Mesmo boa comida *sátvica* não deve ser ingerida em excesso. Algumas pessoas consomem tanta quantidade de comida *sátvica* que, mesmo esta sendo pura, desenvolvem qualidades *rajásicas*. O alimento só é *sátvico* quando vocês se sentam para comer com um estômago leve e se levantam com um estômago leve! Se vocês se sentam com um estômago leve e se levantam com um estômago pesado, ele se torna *tamásico* (letárgico).

Quarto, quaisquer fluidos que se tome também devem ser *sátvicos*. Vocês não devem tomar qualquer água que esteja disponível; deve ser água pura. Bebidas alcoólicas devem ser evitadas. Em quinto, pensamentos e sentimentos *sátvicos* são de grande importância. Os estudantes tendem a negligenciar este fator. Somente se seus pensamentos e sentimentos são puros, vocês podem usufruir completamente do benefício de um ambiente puro, uma boa família e uma alimentação pura.

Sexto, se vocês quiserem desenvolver sentimentos e pensamentos *sátvicos*, sua visão deve ser pura. Toda *srishti* (criação) está baseada sobre *drishti* (visão). É somente quando se tem visão incorreta que se tem pensamentos errados. Vocês devem olhar cada senhora como sua mãe, e todas as mulheres mais jovens como suas irmãs. Quando vocês estiverem imbuídos de tais pensamentos puros, vocês terão sentimentos puros. Já que vocês são estudantes, isto deve lhes ser dito. Imaginem como vocês ficariam ofendidos se alguém olhasse para a sua mãe ou irmãs com olhares maldosos. Ao conscientizar-se disto, vocês devem ter sentimentos puros com relação a outras mulheres. Vocês não devem cometer ofensas que não tolerariam nos outros.

Sétimo, quaisquer livros que vocês leiam ou o que quer que escrevam deve ser puro. Este é o *sadhana* relacionado ao estudo: *sahitya satvika* (pureza da literatura, daquilo que se lê). Se vocês leem ou escrevem o que não é puro, isto envolve a sua mente. Um bom livro contribui para uma boa mente. Qualquer livro que vocês leiam sobre Física, Química ou outras disciplinas não afetará o seu caráter. Mas livros literários nem sempre são boa literatura. Se livros impróprios forem exigidos para o estudo, tratem-nos como meros livros-texto e não atribuam a eles nenhum alto valor como guias para as suas vidas.

Oitavo, serviço *sátvico*. No que diz respeito ao serviço, vocês têm que decidir o que é *sátvico* e o que é *rajásico*. Nós limpamos ruas, construímos estradas nas aldeias ou cavamos poços, e fazemos tudo como serviço à comunidade. Mas o tipo de serviço que realizamos deve dar verdadeira felicidade às pessoas. Em nome do “serviço social”, a pessoa vai a um hospital e se aproxima de um paciente. Isto não é o real serviço. Qualquer pessoa que vocês desejem servir deve ser vista por vocês como uma personificação do Divino. Acudir o destituído e o negligenciado é prestar serviço a Deus. Narayana tem duas formas: uma é “Lakshmi Narayana” (Deus que reside no rico); a outra é “Daridra Narayana” (Deus que reside no pobre). Este “Lakshmi-Narayana” possui muita riqueza. Ele é capaz de ajudar qualquer quantidade de pessoas. Ele será capaz de conseguir muitas pessoas para servi-lo. Mas, para “Daridra Narayana”, não há ninguém que o sirva. É para essas pessoas que devemos prestar serviço *sátvico*.

Nono, *sadhana* (práticas espirituais). A disciplina espiritual deve ser pura. Algumas pessoas fazem *hatha yoga* (exercícios de *yoga*). Algumas lutam para desenvolver *kundalini shakti* (energia da Kundalini). Alguns invocam maus espíritos para fazer mal aos outros. Essas atividades não são *sadhana* de jeito nenhum. O indivíduo é *chit* (consciência), Deus é *sat* (o Eterno Absoluto). Quando *sat* e *chit* se combinam, vocês obtêm *ananda* (bem-aventurança). *Sat-chit-ananda* (Ser - Consciência - Bem-aventurança). Somente o *sadhana* adotado para perceber *Satchidananda* é verdadeiro *sadhana*. Onde está este *sat*? Este *sat*, o Divino, está em todos. Então vocês devem estar preparados para servir a todos, vendo cada um como o Divino. Vocês podem ter um relacionamento normal com seus amigos e parentes. Não há nada de errado nisso. Vocês devem realizar *sadhana* com o espírito de que o Uno permeia os muitos. Nesse processo, vocês têm que cultivar o sentimento de Amor. Não existe *sadhana* mais elevado do que cultivar o Amor!

Décimo, sua ocupação ou profissão. Qual é o tipo de trabalho que vocês devem realizar? Deve ser um trabalho que possa beneficiar a nação, a comunidade. A nação o habilita a ganhar a vida. Vocês devem pensar sobre o que podem dar como retorno para a nação. Vocês precisam se perguntar: que serviço, que ajuda eu posso dar à comunidade? Vocês devem zelar para que não haja nenhuma mentira em qualquer trabalho que façam, nenhuma injustiça, nenhuma fraude, nenhum motivo escuso.

Sathya Sai Speaks Vol. 18, Cap. 31: 29 de dezembro de 1985

Havia um pintor famoso que se aproximou de Krishna e apresentou diante dele todas as suas obras-primas e todos os seus títulos, medalhas e troféus. Ele se ofereceu para pintar um retrato de Krishna, uma oferta que foi aceita de bom grado. Foram concedidas sessões para que o artista executasse sua obra e o retrato estava pronto; contudo, todos que o contemplavam perceberam que o quadro tinha alguma coisa diferente do Krishna que tinha posado para o artista. Gentilmente, mais algumas chances foram dadas ao pintor; contudo, a cada vez percebia-se que seu quadro era diferente do objeto pintado, pois representava uma figura que, todos concordavam, não era a de Krishna que tinha posado. O orgulho do artista fora ferido e, balançando sua cabeça envergonhado, abandonou a cidade extremamente humilhado. Narada o viu nos arredores da cidade e, ouvindo seus lamentos, o sábio lhe disse: “O Senhor tem inúmeras formas; na verdade, todas as formas são formas Dele. Assim sendo, você não poderia captar uma forma Dele e conseguir pintá-la. Vou aconselhá-lo sobre como proceder”. E o levou para o lado. No dia seguinte, o pintor apareceu na corte com um grande “quadro” emoldurado coberto por um pano branco; o Senhor pediu-lhe que descobrisse o quadro e, quando o fez, descobriu-se que ele tinha trazido apenas um espelho. “Senhor! Milhares são as Suas formas; neste quadro, todas elas são refletidas instantânea e claramente”, disse o homem. Purifiquem suas mentes e transformem-nas em espelhos; então, a glória do Senhor lá se refletirá.

Sathya Sai Speaks Vol. 6, Cap. 9: 17 de março de 1966

Este processo de purificação dos instrumentos internos do homem no cadinho da fala, sentimento e atividade voltados unicamente para Deus é chamado de *tapas* (austeridade). Assim, a consciência interior ficará livre de todas as manchas e defeitos. Quando a consciência interior tiver se tornado pura e imaculada, Deus ali residirá. Por fim, a pessoa experimentará a visão do próprio Senhor, dentro de si mesma.

Bhagavatha Vahini, Cap. 31, pg. 110

## Pureza em Ação

Deve-se ter pureza mental (*chitta shuddhi*) para alcançar este *nivritti* (espiritualidade). Boas ações conferem pureza mental (*chittasya shuddhaye karmah*). Todas as ações que realizamos devem contribuir para a pureza do coração.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 59: 8 de julho de 1996

Executem todas as suas ações com pureza de coração. Ações realizadas sem um coração puro são inúteis. Mesmo que apenas um pouco de trabalho seja feito com um coração puro, este se torna frutífero.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 19: 19 de novembro de 2002

A pureza de coração é mais importante do que todos os rituais e penitências. Desenvolvam uma visão que irá ampliar seu coração e permitir que você ajude os outros e não os prejudique. Dedique todas as ações a Deus. *Tyaga* (sacrifício) é *yoga* (unificação com o Divino) de verdade. Apreciar as coisas (*bhoga*) sem compartilhar com os outros é uma doença (*roga*). Os Vedas declararam que a imortalidade só pode ser alcançada através do sacrifício e não por qualquer outro meio.

Sathya Sai Speaks Vol. 31, Cap. 10: 14 de abril de 1998

A visão pura leva a pensamentos puros. Pensamentos puros resultam em ações puras. A pureza em ação é essencial para a existência humana. A pureza nos pensamentos e a pureza no discurso deve conduzir à pureza nas ações. Esta é a pureza tripla saudada pelos sábios. Quando essa pureza se manifesta, a vida humana é redimida. O princípio “Ajudar sempre, ferir jamais” se torna o princípio que governa a vida diária.

Sathya Sai Speaks Vol. 31, Cap. 10: 14 de abril de 1998

A determinação (*daksha*) deve se restringir a ações puras, úteis aos outros, ações que elevem o homem. Nenhum ser humano pode se abster de agir nem por um momento. Porém, em nenhuma circunstância ele deve se engajar num ato impuro. Este é o caminho para se conseguir pureza através da firme determinação. Apenas tal pessoa pode ser chamada de *daksha* (resoluta).

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 29: 30 de agosto de 1993

A primeira das cinco restrições (*yama*) é a não violência (*ahimsa*). O que é a não violência? Isso significa não machucar nem prejudicar ninguém por pensamentos, palavras ou ações. Assim, a não violência equivale à pureza de pensamento, palavra e ação (*trikarana shuddhi*). Portanto, não use palavras que machuquem, não use esse corpo para fazer mal a ninguém e não admita maus pensamentos, como o ódio e a inveja, contra ninguém. Essa pureza total de pensamento, palavra e ação é não violência. Não apenas a pureza, a harmonia de todos os três. Isso é a verdadeira não violência.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 44: 12 de abril de 1993

## 6.

# Como saber se você desenvolveu pureza?

## – Armadilhas

Se vocês são verdadeiros devotos, examinem por si mesmos há quanto tempo vocês têm escutado os discursos de Swami. Anos se passaram. Até que ponto vocês cresceram espiritualmente? Até onde vocês colocaram em prática os ensinamentos de Swami? Para que serve apenas ouvir? Não é tudo um desperdício? Vocês estão ouvindo, mas não estão colocando os ensinamentos em prática. A fome só pode ser apaziguada quando o alimento preparado é comido. Só o devoto que pratica o que aprendeu é um verdadeiro devoto.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 1: 1 de janeiro de 1993

Se você não tem uma mente pura e um bom caráter, como você espera que Sai, o mantenedor da paz, do amor, da felicidade e da prosperidade, o aprecie? Como você espera que Prema Sai o trate como Seu?

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 10: 21 de julho de 2002

Apesar de todos os ensinamentos, nenhuma transformação verdadeira está ocorrendo no comportamento do homem. De que servem os *bhajans* e *satsang* (companhia dos bons) se a pessoa não se torna mais pura? Através da companhia dos bons, deve-se cultivar bons pensamentos, que, no devido tempo, levarão a *jivan mukti* (autorrealização nesta mesma vida).

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 14: 15 de maio de 1996

Suas práticas são diferentes dos preceitos. Vocês estão levando vidas egoístas e egocêntricas. Uma vida assim é como a de pássaros e feras. Até mesmo estes exibem altruísmo com frequência. Só o homem leva uma existência totalmente egoísta. É uma pena chamar essas pessoas de devotos. É preciso esforçar-se para praticar pelo menos um ou dois ensinamentos. Isso exige pureza de pensamento, palavra e ação. Sem essa pureza tripla, o homem deixa de ser humano.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 1: 1º de janeiro de 1993

Ainda hoje há muitos que cantam *bhajans* e dão palestras sobre questões espirituais, mas são incapazes de se livrar do mau cheiro dos desejos mundanos. Até que e a menos que desistam dos desejos mundanos, eles não podem atingir o estado de pureza. Eles estão acostumados a uma vida materialista. Eles cantam *bhajans*, meditam, etc., com o objetivo de preencher suas aspirações mundanas. Eles podem ser comparados à manteiga misturada com água. No caminho espiritual, não se deve dar margem para o mau cheiro dos desejos mundanos. Algumas pessoas chamam a si mesmas de “devotos”, mas estão se tornando más por causa de seus desejos. Essas pessoas podem ser chamadas

de devotos? Não, não. Se elas fossem realmente “devotos”, como poderiam emitir mau odor? Seu corpo, mente, intelecto e também suas ações estão contaminadas com impureza.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 11: 22 de julho de 2002

Qual é o *sadhana* (disciplina espiritual) que vocês deveriam empreender? Tornem seus corações puros. O santo Tirutonda Alwar disse uma vez: “Se falta pureza de coração a alguém, ele nem merece cantar o nome divino de Rama”. De que serve cantar o nome divino com a mente poluída? Hoje, o mundo está afligido com todos os tipos de poluição. Os pensamentos, palavras e atos do homem também estão poluídos. Como essa pessoa pode desenvolver *bhakti* (devoção a Deus)? Hoje as pessoas estão usando a máscara de *bhakti* e tentando ludibriar os outros. Não engane os outros. Ajudar sempre, ferir jamais: essa é a essência dos dezoito Puranas. Enganar os outros equivale a enganar a si mesmo.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 11: 22 de julho de 2002

Vocês estão fazendo muitos *sadhanas*. Devem fazer isso com pureza de coração. A maior disciplina espiritual é entoar o nome do Senhor e oferecer serviço aos seus semelhantes, que são personificações do mesmo *Atma* que está em vocês. Façam tudo como uma oferenda ao Divino. De que serve enviar milhares de rúpias e carregar as *padukas* (sandálias divinas) se vocês não compreendem seu significado interno e não têm pureza de coração?

Sathya Sai Speaks Vol. 28, Cap. 17: 8 de julho de 1995

Devoto: Swami, que tipo de atos deve ser feito e que tipo de atos deve ser evitado para a autorrealização? Somos ignorantes a esse respeito.

Swami: Não acredite no mesmerismo (espiritualismo, médiuns). Não tente aprender ou praticar isso. O que você vê, então, são espíritos malignos. Deus não é tão facilmente atingível. Deus, que é uma forma de *satva-guna* (pureza), nunca vai entrar nessas coisas inferiores e falar. O homem está sete degraus abaixo de Deus. Espíritos malignos estão seis degraus abaixo de Deus. A aura de Deus recai sobre todos esses degraus. Os espíritos malignos têm uma força ligeiramente maior do que a do homem. Com essa força extra, eles têm o poder de se mascarar como deuses. (Não seja enganado por esses espíritos. Cuidado!)

Sri Sathya Sai Anandadayi, pg. 292

Mude o ângulo da sua visão. Quando você praticar ver o mundo do ponto de vista da onipresença do Divino, você será transformado. Você experimentará o poder do Divino em tudo na criação. Você não pode esconder nada de Deus. Muitos imaginam que Swami não vê o que eles estão fazendo. Eles não percebem que Swami tem uma miríade de olhos. Até os seus olhos são divinos. Mas você não está ciente de sua verdadeira natureza. Quando você tiver fé em si mesmo, você terá fé em Deus. Perceba que não há nada além do poder de Deus. Ame a Deus com essa fé suprema. Então, você será atraído para Deus. Isso requer pureza. Um ímã não pode atrair um pedaço de ferro coberto de ferrugem. Da mesma forma, Deus não vai chamar a Si Mesmo uma pessoa impura. Assim, mude seus sentimentos e pensamentos e desenvolva a convicção de que Deus é tudo.

Sathya Sai Speaks Vol. 28, Cap. 4: 27 de fevereiro de 1995

Como você deve observar a pureza dos sentimentos? Deus é onipresente, eterno e imensurável. Ele é a personificação do amor, compaixão e felicidade. Sempre se concentre nessa verdade e medite sobre Ele. Em qualquer forma que você o adore, Ele se manifestará diante de você dessa mesma forma.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 90: 2 de setembro de 1996

Seu coração é como um grande tanque e seus sentidos são como as torneiras. Se você encher seu coração com a água do amor, a mesma água doce sairá das torneiras de seus sentidos. Do jeito que for seu coração, assim serão suas ações. Portanto, quando você encher seu coração de amor, todas as suas ações serão impregnadas de amor.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 59: 8 de julho de 1996

Você pode fazer maravilhas com pureza de coração. Qualquer trabalho que é iniciado com pureza de coração está fadado a ter sucesso. O dinheiro flui se o seu trabalho está impregnado de amor e sacrifício. As pessoas fornecerão recursos generosos para apoiar qualquer esforço nobre.

Sathya Sai Speaks Vol. 27, Cap. 3: 21 de janeiro de 1994

Sentir que o Senhor, que é imanente no universo, está também em você como o *Atma*: isso é o conhecimento direto. Se toda a atividade é movida por um espírito de dedicação, a mente (*chitta*) pode ser purificada. Somente aqueles que têm consciência pura podem reconhecer a natureza Divina do nascimento e da ação (*karma*) do Senhor, disse Krishna. Assim, nem todos podem reconhecê-los como divinos.

Gita Vahini, Cap. 8, pg. 36

Quando um devoto procura com humildade e pureza oferecer serviço e amor às Minhas criaturas que precisam de serviço altruísta, considerando-as como seus amados irmãos e irmãs, como as abençoadas manifestações de Minha Imanência, então, em cumprimento do meu papel como Sathya Sai, eu desço para ajudar, acompanhar e conduzir esse *yogi*. Estou sempre perto de tal *yogi* para guiá-lo e para verter Meu amor em sua vida.

Meu Baba e eu, pg. 170

# 7.

## Pureza nas relações no mundo

### **Amor – o Caminho Certo para a Pureza**

A pureza do ser humano manifesta-se quando as relações humanas são baseadas de coração para coração e de amor para amor. O amor tem a forma de um triângulo com três braços. *Prema* (amor divino) não procura por nenhuma recompensa. Onde um indivíduo oferece amor com a expectativa de retorno, o medo o domina. Quem ama sem expectativa de retorno está totalmente livre do medo. O amor sabe apenas dar, não receber. Tal amor é livre de medo. Para o amor verdadeiro, o amor é sua própria recompensa. Assim, o amor não busca retorno, está livre do medo e é sua própria recompensa. Essas são as características básicas do amor verdadeiro. Hoje, o amor está baseado no desejo de um benefício em retorno. Está cheio de medo e ansiedade. Desse modo, motiva-se o amor. Quando o amor se baseia no desejo por objetos transitórios e perecíveis, a vida se torna fútil. O amor deve ser sua própria recompensa.

Sathya Sai Speaks Vol. 21, Cap. 19: 12 de julho de 1988

O Amor pode conquistar qualquer coisa. O amor altruísta, puro e genuíno leva o ser humano a Deus. O amor egoísta e restrito liga a pessoa ao mundo.

Sathya Sai Speaks Vol. 28, Cap. 38: 25 de dezembro de 1995

O que é, então, o verdadeiro amor (*prema*)? O amor puro e altruísta para com todos os seres vivos, considerados encarnações do Divino, sem expectativa de recompensa, é o amor verdadeiro.

Sathya Sai Speaks Vol. 18, Cap. 10: 6 de maio de 1985

Vocês devem reconhecer esse amor como um reflexo de *Premaśvarupa* (a personificação do Amor), que é sua realidade, o Deus que reside em seu coração. Sem essa fonte de Amor que borbulha em seu coração, vocês não terão impulsos para amar de nenhum modo. Reconheçam esse manancial, confiem nele cada vez mais, desenvolvam suas possibilidades, tentem irrigar o mundo inteiro com ele, descartem dele todo toque pessoal, não procurem por nada em troca daqueles a quem vocês o estendem. Em seus assuntos diários, não criem facções, nem se deleitem com o ódio. Vejam o bem nos outros e as falhas em si mesmos. Reverenciem os outros como tendo Deus instalado neles; reverenciem-se também como a sede de Deus. Tornem puro seu coração para que Ele possa residir ali.

Sathya Sai Speaks Vol. 5, Cap. 17: 26 de março de 1965

A marca do amor é *tyaga* (sacrifício altruísta). O amor não busca nada de ninguém. Não tem má vontade para com ninguém. É totalmente altruísta e puro.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 22: 20 de junho de 1996

O amor não deve se basear em expectativas de recompensa ou retorno. O amor baseado nessas expectativas se converte em um negócio. O amor não é um artigo comercial. Não é como um empréstimo, que se recupera. É uma oferta espontânea. Um amor puro desse tipo só pode emanar de um coração puro.

Sathya Sai Speaks Vol. 28, Cap. 1: 14 de janeiro de 1995

## 8.

# Pureza na Natureza

### **Lições da natureza sobre Pureza**

Quando examinamos a vida e o comportamento dos animais, rotulados de “inferiores”, podemos aprender muitas lições para nosso próprio aperfeiçoamento. O elefante, a vaca e o cervo não prejudicam, ferem ou comem outros animais. Vivem de folhas, capim ou grãos. Levam uma vida *sátvica* (pura). Por esse motivo, recebem reverência e veneração do ser humano. Por outro lado, o tigre, o leopardo e o lobo têm naturezas cruéis; machucam outros animais; comem os animais que matam. Como consequência, o homem está sempre tentando manter esses animais *rajásicos* à distância.

Sathya Sai Speaks Vol. 14, Cap. 28: 19 de julho de 1979

Esforce-se: esse é seu dever. Anseie: essa é sua tarefa. Lute: esse é o trabalho que lhe foi designado. Se você fizer apenas isso com sinceridade e firmeza, Deus não poderá reter por muito tempo a recompensa da Realização. O rio esforça-se, anseia e luta para fundir-se com o mar de onde veio. Ele tem essa consumação sempre alerta em sua consciência. Ele tenta tornar-se puro e cristalino, para que seja bem-vindo em sua fonte. Ele supera todos os obstáculos do terreno a fim de viajar com sucesso em direção a seu objetivo. O ser humano também deve utilizar todas os recursos físicos, mentais, intelectuais, morais e materiais que Deus lhe concedeu para que possa caminhar até o objetivo da Realização.

Sathya Sai Speaks Vol. 13, Cap. 30: 16 de fevereiro de 1977

Outro elemento vital na natureza é a água, que também é uma das manifestações da Divindade. A lição que a água ensina é: “Filho! Por natureza, sou pura, doce e fresca. Pureza, paciência e perseverança são três boas qualidades que você precisa cultivar”.

Sathya Sai Speaks Vol. 30, Cap. 27: 8 de outubro de 1997

O Senhor Shiva reside no Himalaia, como declaram os Puranas (escrituras). O significado interno desta declaração é: o Senhor Shiva vive em corações tão puros, brancos e frescos quanto a neve (*hima*) e, também, tão firmes e imóveis (*achal*) quanto essas montanhas. Seu entorno, portanto, lhes está ensinando uma lição, sempre que vocês se voltam para ele. Ele os exorta a serem puros, sem mácula, confortando os angustiados, permanecendo indiferentes à sorte ou ao infortúnio.

Sathya Sai Speaks Vol. 13, Cap. 9: 4 de abril de 1975

### **Purifique o ambiente**

A tarefa primordial é purificar o ambiente que está afetado pela poluição do ar, da água e dos alimentos. Todos os cinco elementos são afetados pela poluição. Portanto, deve-se procurar reduzir a utilização de automóveis e controlar a emissão de efluentes industriais nocivos... As árvores têm um papel vital

no auxílio à humanidade, liberando oxigênio para a atmosfera enquanto absorvem o dióxido de carbono exalado pelos seres humanos. Portanto, os antigos estimulavam o cultivo das árvores para o controle da poluição atmosférica.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 4: 6 de fevereiro de 1993

Meu conselho aos trabalhadores dos escritórios e aos estudantes é que andem de bicicleta, no mínimo cinco ou seis quilômetros por dia. Esse exercício é muito útil, não apenas para manter a saúde, mas também para reduzir os gastos com os automóveis. Outra vantagem é evitar acidentes. Além disso, ele serve para reduzir a poluição do ar causada pela liberação de gases nocivos pelos automóveis. A fumaça de dióxido de carbono dos veículos motorizados e das fábricas já está poluindo o ar nas cidades e afetando a camada de ozônio sobre a Terra.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 4: 6 de fevereiro de 1993

No que diz respeito a *ahimsa* (Não violência), no contexto da gestão industrial, ela tem um significado social mais amplo do que simplesmente evitar causar danos a outras pessoas. Evitar a poluição da atmosfera ou de recursos naturais, como rios, é uma das maneiras pelas quais uma empresa pode praticar a Não violência. Dessa maneira, muito benefício pode ser trazido ao nosso povo e à nossa nação por gerentes de negócios que aderem aos valores humanos básicos e adotam uma abordagem espiritual para as tarefas do mundo dos negócios.

Sathya Sai Speaks Vol. 23, Cap. 3: 10 de fevereiro de 1990

### **Purifique a atmosfera cantando o Nome Divino**

A recitação dos nomes do Senhor ajudará a purificar a atmosfera como resultado das ondas sonoras sagradas sendo absorvidas na atmosfera. O poder das ondas sonoras é evidenciado pela maneira como as ondas de rádio são transmitidas e recebidas a longas distâncias. A atmosfera poluída por ondas sonoras impuras pode ser purificada pelo canto do Nome divino.

Sathya Sai Speaks Vol. 25, Cap. 8: 3 de março de 1992

A partir de hoje, aproveite o entusiasmo da juventude para levar a todas as ruas e becos a glória do Nome do Senhor! Toda a atmosfera está sobrecarregada com ondas eletromagnéticas. Por causa da poluição dessas ondas, o coração dos seres humanos também é poluído. Para purificar essa atmosfera, você deve cantar o Nome do Senhor e santificar as ondas de rádio. Há poluição no ar que respiramos, na água que bebemos e nos alimentos que consumimos. Toda nossa vida foi poluída. Tudo isso deve ser purificado, impregnando a atmosfera com o Nome divino. Cante o Nome com alegria em seus corações.

Sathya Sai Speaks Vol. 28, Cap. 1: 14 de janeiro de 1995

Todos que participam dos *bhajans* devem cantar o Nome do Senhor e, assim, prestar serviço na purificação da atmosfera e na promoção do bem-estar da nação.

Sathya Sai Speaks Vol. 25, Cap. 8: 3 de março de 1992

## 9.

# Pureza na Organização Sathya Sai

Os membros da Organização Sai e os que aderem ao caminho universal que conduz a Sai não se devem deixar levar por ideias de inferioridade ou superioridade baseadas em diferenças de religião, casta ou credo. Eles devem honrar as virtudes da fé, firmeza, sinceridade e pureza, onde quer que sejam encontradas.

Sathya Sai Speaks Vol. 11, Cap. 48: 17 de outubro de 1972

Para transformar o mundo de seu estado atual, não há necessidade de um novo sistema social ou uma nova religião ou credo. O que é essencial é um corpo de homens e mulheres com ideais sagrados. Quando existirem tais almas piedosas, o país desfrutará da dispensação Divina. Mas essas pessoas piedosas podem sobreviver apenas em uma sociedade em que haja pureza de espírito e bom caráter. Para esses dois florescerem, a base é a moralidade. Mas a moralidade não pode florescer sem a espiritualidade. Portanto, a mansão da boa sociedade deve ser construída sobre a fundação da espiritualidade, com os pilares da pureza e do caráter, e com a moralidade como o teto.

Sathya Sai Speaks Vol. 27, Cap. 21: 22 de julho de 1994

Cada membro do Centro Sathya Sai Baba deve trabalhar muito para purificar a qualidade de sua vida, e o objetivo deve ser levar uma vida perfeita, uma vida ideal; ser um exemplo ideal dos ensinamentos divinos de Bhagavan Sri Sathya Sai Baba. O mundo responderá à vida ideal de um devoto Sai. O mundo anseia pela vida ideal e, por sua própria vontade, adotará essa vida se ela se mostrar. Eles responderão e seguirão tal vida.

Conversações com Sathya Sai Baba Vol. B, pg. 180 e 181

O trabalho sem apego é o mais puro; não sobrecarrega a mente com entusiasmo ou decepção. “Eu fiz”, “isto é meu”: essas são as duas presas que tornam o indivíduo venenoso. Retire as presas, e a cobra pode ser manuseada e pode-se brincar com ela como um animal de estimação. Essas organizações devem estar vigilantes para garantir que o egoísmo e o senso de posse, de orgulho e de conquista não as invadam. Esse é o objetivo a ser mantido em vista.

Sathya Sai Speaks Vol. 7, Cap. 18: 21 de abril de 1967

### **Pureza no Serviço**

A adoração do ser individual (*jiva*), que é o outro nome para *seva*, só vale a pena quando o coração é puro. Todos os vários tipos de serviço sobre os quais alguém pode escrever e falar são meramente vanglória vazia se a mente do voluntário (*sevak*) não é pura. Um coração borbulhando de bem-aventurança (*ananda*) e uma mente saturada de amor podem produzir um pequeno *seva*, mas isso ganhará muito mais graça do que grandes projetos realizados com orgulho e pompa.

Sathya Sai Speaks Vol. 14, Cap. 13: 22 de novembro de 1978

Na Organização Sai, não há espaço para distinções de raça, religião, casta, classe ou comunidade. Todos devem se considerar filhos do Deus uno. Quando estão unidos por esse senso de parentesco divino, agem com amor a todos. Vocês devem abandonar todas as ideias estreitas e limitadas, e empenhar-se em servir com um coração cheio de amor por todos. O verdadeiro serviço altruísta (*seva*) só pode vir de um coração puro e amoroso.

Sathya Sai Speaks Vol. 17, Cap. 27: 18 de novembro de 1984

Deus não perguntará a você quando e onde você serviu. Ele perguntará: “Com que motivo você fez isso”? “Qual foi a intenção que o motivou”? Você pode pesar o *seva* e se gabar de sua quantidade. Mas Deus busca a qualidade, a qualidade do coração, a pureza da mente, a santidade do motivo.

Sathya Sai Speaks Vol. 15, Cap. 31: 19 de novembro de 1981

*Seva* (serviço altruísta) de Sai e *seva* dos devotos Sai são o mesmo. Quando servem os devotos Sai porque eles são devotos Sai, vocês veem Sai neles, vocês procuram agradar Sai neles, vocês reverenciam Sai neles. É como servir um templo onde Sai está instalado, uma sala onde um quadro de Sai é adorado. Ao longo desse período de *seva*, vocês pensam somente em Sai. Então, esse treinamento os ajuda a purificar seus impulsos, divinizar seus pensamentos, canalizar sua devoção e expandir seu amor. Esses são grandes passos no *sadhana* (disciplina espiritual), vitórias louváveis.

Sathya Sai Speaks Vol. 7, Cap. 14: 29 de março de 1967

Como um passo preliminar a qualquer *seva* (ato de serviço altruísta), você tem que erradicar todas as tendências egoístas, livrar-se de todo o senso de “meu” e “seu”, e queimar até as cinzas o orgulho que surge do sentimento de que você está oferecendo serviço a alguém mais pobre e menos afortunado.

Sathya Sai Speaks Vol. 14, Cap. 13: 22 de novembro de 1978

Como passo preliminar ao *seva*, você deve conquistar a pureza de coração. Você deve examinar seus motivos e habilidades, suas intenções e qualificações, e descobrir por si mesmo o que espera alcançar através do *seva*. Você deve desenterrar qualquer vestígio de egoísmo de desejo de fama ou mesmo de estar perto de Swami. Se você sente um desejo irreprimível de possuir coisas que contribuem para seu conforto ou para seu senso de superioridade sobre os outros que são seus amigos ou parentes, então quanto mais cedo você sair do *Seva Dal*, melhor.

Sathya Sai Speaks Vol. 14, Cap. 13: 22 de novembro de 1978

Ao avaliar o *seva* feito por um membro do *Seva Dal* (ala de serviço), não é a quantidade ou o número de instâncias individuais que importam; eles não contam nada. Julgue antes o motivo que o levou a servir, a genuinidade do amor e da compaixão com que o *seva* estava saturado.

Sathya Sai Speaks Vol. 14, Cap. 13: 22 de novembro de 1978

Através do sacrifício, você saberá que sua verdadeira natureza é a caridade. Caridade não significa que você deu algum dinheiro a um indivíduo ou a uma organização. A remoção de todos os maus

pensamentos que estão dentro de você é a verdadeira caridade. A caridade, por sua vez, lhe confere pureza. Uma vez que você tenha pureza, haverá unidade. E uma vez que você tenha unidade, poderá alcançar a Divindade.

*Sathya Sai Newsletter USA*, Vol. 13, nº 4, pg. 20

### **Pureza em Atividades Devocionais**

No início, o ego precisa ser destruído. Então, a raiva diminuirá. Façam seu dever. Não projetem seu ego. Desenvolvam um espírito de ajuda mútua. Continuem seu trabalho com alegria. Sejam amigáveis uns com os outros. Somente quando vocês se comportarem dessa maneira, perceberão os benefícios do *Likhita Japam* (escrita repetida do nome do Senhor como um exercício espiritual) (...) Por meio do amor, eliminem seus maus traços. (...) Os membros da Organização Sai que realizam atividades sagradas, como *Nama Likhita Japam* (...), devem desenvolver qualidades sagradas e purificar seus corações. (...) Enchem suas mentes com bons pensamentos e envolvam-se em boas ações. Cantem o nome do Senhor. Quando o éter é sobrecarregado com as vibrações do nome Divino, todo o ambiente é purificado. Quem respirar esse ar santificado terá pensamentos puros.

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 31: 7 de outubro de 1993

A prática de *Nama Likhita Japam* (escrita repetida do nome do Senhor como exercício espiritual) promove a harmonia de pensamento, palavra e ação (primeiro pensando no nome do Senhor, depois pronunciando-o e, em seguida, escrevendo-o). Todos esses três processos devem ser desenvolvidos com um coração puro. A pureza total é essencial em todos os *sadhanas* (disciplinas espirituais).

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 31: 7 de outubro de 1993

### **Pureza no Uso do Nome de Sai**

Hoje, mesmo no campo da espiritualidade, encontramos pessoas se entregando aos negócios. A espiritualidade visa promover o amor, não os negócios. Tudo será estragado se os negócios encontrarem seu caminho no campo da espiritualidade. Até o Nome de Deus será manchado. Ninguém gasta nada em Meu Nome e nem aceita nada dos outros.

Sathya Sai Speaks Vol. 34, Cap. 18: 9 de outubro de 2001

Hoje em dia, mesmo organizações declaradamente espirituais estão envolvidas em negócios. A Organização Sathya Sai nunca deve se tornar uma instituição comercial como essas. O único tipo de comércio ao qual ela pode se entregar é aquele de coração para coração, de amor para amor. É em uma troca tão sublime que ela deve participar. Ela não deve ter nenhum envolvimento financeiro ou material. As organizações que se enredam em dinheiro ou propriedade não crescem.

Sathya Sai Speaks Vol. 18, Cap. 22: 17 de novembro de 1985

Hoje, nossos antigos alunos se reuniram aqui. Eles estão realizando vários tipos de atividades de serviço em várias partes do país e até no exterior. Eles estão obtendo grande prazer com essas atividades de serviço. Em Minha opinião, eles devem se limitar a suas próprias regiões e prestar serviço à sociedade dentro de seus meios. Não é bom nem necessário associar outras pessoas a sua atividade

de serviço, o que a transformará em um negócio. Na medida do possível, eles devem realizar essas atividades em suas respectivas aldeias e levar a elas felicidade.

Sathya Sai Speaks Vol. 36, Cap. 1: 1º de janeiro de 2003

Existem algumas pessoas que estão fazendo negócios em nome de Sai. Elas estão enganando os outros, fingindo ser devotas de Sai. Eu não aprovo esse tipo de comportamento. Eles não são devotos. Eles estão indo a diferentes partes do país e também ao exterior para ganhar dinheiro em nome de Sai. É um grande crime. Eu não peço nem mesmo um único *paisa* (um centésimo de rúpia) aos outros. Eu nunca aprovo esse tipo de negócio. Quem quer que seja, se alguém se aproximar de você com um motivo tão grosseiro, diga-lhe para sair imediatamente. Não permita que os negócios entrem no campo da espiritualidade.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 11: 22 de julho de 2002

Pode-se fazer o que se deseja para a manutenção da família, mas ninguém deve fazer negócios usando o nome de Sai. Infelizmente, essa atividade está aumentando. Em muitas aldeias, encontramos pessoas usando mal o nome de Sai para seus ganhos egoístas. Isso está acontecendo mesmo em outros países, como Estados Unidos, Inglaterra, Japão, Alemanha, Cingapura e Malásia. Não se associem a essas pessoas más. Mantenham seus corações puros e sagrados. Caso contrário, vocês serão iguais a um cadáver vivo. Essas pessoas não devem ser respeitadas. É melhor realizar os ritos fúnebres dessas pessoas!

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 11: 22 de julho de 2002

O advento (deste Avatar) aconteceu sessenta e quatro anos atrás. Durante todos esses anos, esta mão não se esticou em nenhum momento para pedir algo de alguém. Eu nunca pedi nada a ninguém. Nunca pedirei nada a ninguém; nunca haverá uma ocasião para isso.

Sathya Sai Speaks Vol. 23, Cap. 34: 23 de novembro de 1990

Não procuro nada de ninguém. Não busquei nada por todos estes setenta anos. Minha mão sempre doa. A única coisa que busco de vocês é amor. Meu amor por vocês é puro, imutável e altruísta. Quanto vale sua vida se vocês não podem acreditar em tal amor? Acreditem nisso. Vocês confiam em hipócritas. Por que vocês não defendem a verdade que conhecem? Recebam Meu amor puro com um coração puro. Convertam-se em santos. Vivam no amor. Amor é Deus. Tenham em mente o que Swami disse e considerem as palavras de Swami como um farol para suas vidas. Com a luz dos conselhos de Swami em seus corações, vocês podem prosseguir na jornada da vida por qualquer período de tempo. Com amor, lembrem-se de Deus, que é tudo.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 9: 31 de março de 1996

# 10.

## Exemplos de Pureza

### **Bhagavan Baba**

Os *Avatares* que vieram e foram embora cortaram árvores porque estavam infestadas de cupins, mas este *Avatar* é diferente e único. Agora, os cupins são removidos, a árvore é salva, protegida, cultivada e incentivada a crescer. Eu não estou inclinado a punir; Eu sou o ourives que repara e reforma os ornamentos quebrados. Vocês não podem perceber o quanto o Senhor se importa com a sua segurança. A preocupação d'Ele é com sua falta de vontade e o desrespeito voluntário por Suas palavras, pois Ele está interessado em manter seus corações puros e imaculados. Estou muito ansioso para fazer com que todos vocês alcancem a meta. Minha tarefa é purificar seus corações.

Sathya Sai Speaks Vol. 2, Cap. 22: 25 de outubro de 1961

Swami é sempre a personificação da pureza. Tudo o que Swami faz é sempre para os outros e nunca para Si mesmo. A pureza presente em Swami não pode ser vista em nenhum outro lugar; é desse modo que o coração de Swami é puro. É essa pureza que atrai pessoas às centenas e milhares de todo o mundo para Swami. Nenhum convite é enviado para as pessoas virem aqui, e ainda assim elas se reúnem em números tão grandes; tal é o magnetismo de um corpo verdadeiramente puro.

Chuvas de Verão em Brindavan 2000, Cap. 5

Eu não preciso de nada, grande ou pequeno, neste universo. Em nenhum momento o desejo por alguma coisa ou atividade Me afetou. Eu sou alguém que veio para dar, não para receber. E o que você pode Me oferecer é exatamente isto: amor puro e inalterado.

Sathya Sai Speaks Vol. 12, Cap. 53: 23 de novembro de 1974

Mas Eu não preciso de nada. Eu não preciso de nada nos três mundos. Eu não preciso de nada para Mim. Ainda assim, estou envolvido em atividades do amanhecer ao anoitecer para estabelecer um ideal. Da cabeça aos pés, não há traço de egoísmo em Mim. Acredite ou não, Eu sempre dou, mas nunca recebo. Peço apenas uma coisa, e isso é puro amor.

Sathya Sai Speaks Vol. 31, Cap. 34: 29 de setembro de 1998

Pensamentos e sentimentos puros sempre nos manterão alegres. Eu estou sempre alegre. As pessoas se perguntam como Sai Baba pode estar sempre sorrindo. Não posso deixar de sorrir. Não tenho sentimentos negativos, maus traços, maus pensamentos, nem maus hábitos. Eu sou sempre puro. Você também deve seguir isso.

Chuvas de Verão em Brindavan 2002, Cap. 12: 27 de maio de 2002

## Personalidades das Escrituras

Deus não leva em conta quão rico ou instruído você é; Ele está preocupado apenas com a sinceridade e a pureza de sua mente e coração, e com o quão sincero e genuíno é seu amor. Valmiki era um caçador. Nanda era um intocável. Kuchela era um pobre. Dhruva e Prahlada eram meros garotos de cinco anos. Sabari era uma mulher tribal, analfabeta e incivilizada. Mas todos eles ganharam a graça de Deus em abundância por causa de sua devoção sincera, amor e rendição. Siga o exemplo de Sabari, que sempre pensou em Sri Rama e em Sua felicidade, e dedicou todos os pensamentos, palavras e ações somente a Ele, a tal ponto que todas as suas ações foram transformadas e sublimadas na mais alta penitência (*tapas*). Com o exemplo dela, você deve aprender a lição de que meditação não significa ficar sentado ocioso em uma determinada postura do corpo, como se estivesse posando para uma fotografia. Assim como ela, sua vida inteira deve se tornar uma meditação constante, onde quer que você esteja e o que quer que esteja fazendo. Tudo o que você come ou bebe deve ser oferecido a Deus como *naivedya* ou oferta sagrada. Dessa maneira, se você oferecer tudo ao Senhor, será naturalmente impedido de se engajar em más ações ou em maus modos em sua vida.

Chuvvas de Verão em Brindavan 1990, Cap. 16: 3 de junho de 1990

### Prahlada

Prahlada utilizou insistentemente a mesma verdade em seus argumentos com o pai. Prahlada se dirigiu ao pai e disse: “Ó pai! Você foi capaz de obter a vitória sobre todos os mundos em um momento, mas você não é capaz de conquistar o mundo dos seus sentidos e da sua mente. Embora você seja valente e poderoso, você não é capaz de conquistar forças que sufocam sua humanidade, as forças que aumentam sua bestialidade e que fazem você se afastar da Divindade. De nada servirá se você conquistar impérios terrestres, sem derrotar os inimigos internos ocultos. As más qualidades que ocultam sua verdadeira natureza e destroem sua pureza abundam em você. Mantendo-se assim, não adianta oferecer orações e adquirir poderes”.

Chuvvas de Verão em Brindavan 1979, Cap.6

### Dakshinamurthy

Dakshinamurthy (uma encarnação do Senhor Shiva) viu o vento trazer uma quantidade de resíduos e jogá-los ao mar. O mar imediatamente enviou onda após onda e empurrou o lixo para terra. Nem por um momento o mar estava pronto para levar o lixo para dentro. Dakshinamurthy se incomodou com a visão e questionou o mar: “Como você é egoísta! Você é insondavelmente profundo e é capaz de conter refugos infinitamente vastos dentro de si. Mas você não pode tolerar uma pequena quantidade de resíduos jogados em você. Que egoísta da sua parte, que é tão vasto, não acomodar o lixo! Como você é tacaño!” O mar deu uma resposta maravilhosa a Dakshinamurthy. “Dakshinamurthy! Claro, você o sabe. Se eu aceitar um pouco de impureza em mim, amanhã toda a sujeira será despejada em mim. Isso vai deformar minha aparência. Pouco a pouco, a sujeira se acumula e altera minha forma e minha natureza de maneira irrecuperável. Portanto, se desde o início eu tomar cuidado para não permitir nenhuma impureza em mim, ficarei limpo. Continuarei sendo a arca do tesouro que já fui”, disse o mar. Portanto, o homem deve tentar repelir imediatamente qualquer vestígio de pensamento impuro que entre em sua mente. Se você o negligenciar, assumindo que seja apenas um pouquinho, ele se

tornará um gigante, encobrirá seu Eu real e fará você esquecer sua natureza humana. Devemos afirmar nossas virtudes humanas e deixá-las florescer plenamente. Nesse esforço, se surgirem em nós pensamentos ruins, sentimentos ruins ou ideias ruins, devemos identificá-los de uma vez e nos esforçar para eliminá-los.

Discurso de Sathya Sai Baba para Estudantes, 18 de junho de 1989

## Os Pandavas

A harmonia em pensamento, palavra e ação é chamada de *trikarana shuddhi*. Irei relatar para vocês um exemplo do *Mahabharata* para ilustrar isso. Dharmaraja, o irmão mais velho dos Pandavas, era uma personificação de *sathya* (Verdade), *dharma* (Retidão), *shanti* (Paz interior), *prema* (Amor) e *ahimsa* (Não violência). Draupadi, nascida do fogo, representava o *prana* (a força da vida). Bhima, o filho do Deus vento, simbolizava *chaitanya shakti* (poder da consciência). Você sabe que a vida sem consciência é *jada* (inerte). Arjuna simbolizava o *antahkarana shakti* (poder do motivador interno). Nakula e Sahadeva representavam os *jnanendriyas* (órgãos de percepção) e *karmendriyas* (órgãos de ação), respectivamente.

Sathya Sai Speaks Vol. 32-1, Cap. 13: 28 de abril de 1999

Hoje, o indivíduo típico pensa uma coisa, fala outra e age de maneira totalmente diferente. “*Manasyanyat vachasyanyat karmanyanyat duratmanam* (Aqueles cujos pensamentos, palavras e ações não estão em harmonia são seres vis)”. Tal maneira de se comportar é típica de uma pessoa má. Arjuna era o epítome do *trikarana shuddhi* (pureza de pensamento, palavra e ação). Nakula e Sahadeva, que simbolizavam os sentidos de cognição e ação, forneciam os recursos corretos. Bhima, o filho do deus vento, estava ao lado de Dharmaraja. Sua presença era tão vital quanto a presença de oxigênio no ambiente. Draupadi simbolizava a força da vida. Somente com a ajuda dessa força vital, Dharmaraja poderia promover a verdade, a retidão, a paz e o amor. Os Pandavas representam, assim, o uso adequado de todos os poderes do corpo em pureza e harmonia.

Sathya Sai Speaks Vol. 32-1, Cap. 13 (28/4/1999) e Vol. 25, Cap. 11 (6/5/1992)

## Buda

Buda enfatizou a bondade em ação (*samyag-karma*). A marca da boa ação é a harmonia em pensamento, palavra e ação. Quando não existe essa harmonia, a ação desmente o que é dito ou pensado.

Sathya Sai Speaks Vol. 31, Cap. 3: 5 de fevereiro de 1998

Buda insistiu na declaração de que uma boa ação é propícia ao bom progresso espiritual (*samyag-sadhana*). Boas ações constituem espiritualidade genuína. A mera adoração formal ou práticas ritualísticas não constituem esforço espiritual. Essas práticas religiosas são boas de certa forma. Mas elas não constituem *sadhana* espiritual. A verdadeira espiritualidade consiste na unidade de pensamento, palavra e ação em toda a sua pureza e santidade.

Sathya Sai Speaks Vol. 31, Cap. 3: 5 de fevereiro de 1998

Buda declarou que, quando o esforço espiritual dessa natureza é completado, há *samyag-jivanam* (a condução de uma vida pura).

Sathya Sai Speaks Vol. 31, Cap. 3: 5 de fevereiro de 1998

Entre os ensinamentos de Buda para o mundo, o principal era *ahimsa* (não causar danos a ninguém). Não violência não é apenas abster-se de infligir ferimentos a outras pessoas com seus membros ou armas. A Não violência deve ser praticada com *trikarana shuddhi* (pureza da mente, língua e corpo). Não deve haver sentimentos ruins, que são uma forma de violência. Causar danos aos outros através do corpo também é *himsa* (violência). Ninguém deve ser prejudicado nem mesmo pela fala. A fala deve ser doce, agradável e saudável. Todas as ações devem ser úteis para os outros.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 14: 15 de maio de 1996

“Buda estabeleceu três regras para todas as ações. Todos os atos feitos pelas mãos devem ser bons. O ornamento apropriado para o pescoço (*kantham*) é a verdade. Para as orelhas, o melhor ornamento é ouvir o ensinamento sagrado. De que outros ornamentos alguém poderia precisar?” (verso em sânscrito).

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 14: 15 de maio de 1996

# Um imperador justo e súditos virtuosos

*Anapekshah suchihi-dakshah*

*Udaseenah gathavyathah*

*Sarvarambha parithyagi*

*Yo madhaktah sa mey pryah*

(Verso em sânscrito)

(O devoto que Me é querido é aquele livre de desejos, que é puro em corpo e mente, que é resoluto, despreocupado, livre de aflições e que renunciou a todo sentimento de apego às ações.)

A palavra *anapeksha* significa “aquele que é livre de qualquer tipo de desejo ou expectativa”. É possível, neste vasto mundo, que um homem seja livre de apegos? Algumas pessoas são atraídas por prazeres sensoriais, conforto e coisas mundanas; outras sentem-se atraídas por objetivos elevados (*sreshtha*), pelo que é não sensorial, não material, que está além do mundano. Quase todos os desejos recaem em uma dessas categorias. Então, é possível ser livre dos dois tipos de desejos? Sim, isso é possível.

Na Bhagavad Gita, o Senhor declarou que está presente em todas as ações corretas. Aqueles que praticam ações corretas podem desenvolver a ausência de desejo (*anapeksha*), pois quando um homem pratica ações como oferendas ao Senhor, elas se tornam ações desapegadas. O Senhor é Aquele que, interiormente, faz uma pessoa agir, falar, escutar, ver e praticar ações. Ele é o agente e o desfrutador de tais atos. Se uma pessoa realizar todas as ações com a convicção de que o Senhor Interno é o verdadeiro agente, então suas ações se tornam desapegadas. Por isso, todos devem efetuar suas ações como oferendas ao Divino.

## **Pureza Interna e Externa**

*Suchi* significa pureza. Esse termo não se refere somente à limpeza externa do corpo físico, mas à pureza interna de que os aspirantes espirituais também necessitam. Quais são as implicações da pureza interior? As ações do homem brotam de impulsos internos e não de forças externas. Elas são um reflexo de seu ser interior. Quando um homem tem sentimentos puros dentro de si, suas ações também são puras. Quando ele está poluído interiormente, suas ações são impuras.

## **Como a pureza na fala pode ser alcançada?**

Como podem ser purificados os impulsos internos? Estes se relacionam à mente, à palavra e ao corpo. Dos três, a palavra é o elemento mais importante. Como a pureza na palavra pode ser alcançada? Diz a Gita: “Nenhuma palavra proferida deve causar tensão ou agitação, ela deve ser verdadeira e agradável”. Existem quatro fatores que causam a impureza da língua: o primeiro é pronunciar falsidade; o segundo, falar em excesso; o terceiro, falar mal dos outros; o quarto, ofender ou criticar os outros. A língua é propensa a cometer esses quatro tipos de ofensas. Lamentavelmente, na Era de Kali, essas quatro tendências estão desenfreadas: a mentira se tornou onipresente, as pessoas se permitem caluniar os outros livremente, as fofocas crescem e a propensão à loquacidade está se espalhando. Só quando estiver livre dessas quatro tendências ruins é que a palavra do homem se tornará pura e límpida. Assim, a primeira tarefa é purificar a fala.

## Como purificar a mente e o corpo

Logo depois vem a mente. Em geral ela está poluída por pensamentos errôneos e sentimentos ruins. Por isso, o homem tem que lutar para manter afastados todos os maus pensamentos que invadem sua mente. Quando se está incessantemente dominado por maus pensamentos, só se pode colher más consequências. Para purificar a mente, os maus pensamentos têm que ser expelidos. Nenhum espaço deve ser dado a eles. Só então a mente estará totalmente purificada.

A seguir vem a pureza do corpo. Para obtê-la, é preciso libertá-lo da mancha da violência e da maldade. Os homens cometem muitos atos violentos e perversos com suas mãos. O corpo foi dado ao homem primeiramente para praticar a retidão (*dharma*). É uma dádiva sagrada que deve ser usada apenas para prestar serviço aos outros e realizar ações divinas. Este é o caminho para a purificação do corpo. Quando a fala, a mente e o corpo estão purificados, a pureza interior é garantida. *Suchi* (pureza) requer, assim, tanto a pureza interior quanto a limpeza externa.

*Daksha*: significa que o homem deve ter determinação firme ao agir. A determinação deve se restringir a ações puras, úteis aos outros, ações que elevem o homem. Nenhum ser humano pode se abster de agir nem por um momento. Porém, em nenhuma circunstância ele deve se engajar num ato impuro. Este é o caminho para se conseguir pureza através da firme determinação. Apenas tal pessoa pode ser chamada de *daksha* (resoluta).

*Udaseeno*: significa ser livre do apego a qualquer coisa. Significa permanecer sereno e tranquilo diante de perda ou ganho, de fama ou censura, de aflição ou prazer. Não se orgulhar com a prosperidade, nem se deprimir com o fracasso. Não se enaltecer com a fama, nem sucumbir à calúnia. A fama e a censura são como nuvens que passam. Deve-se observá-las como mera testemunha. Elas devem ser tratadas com equanimidade (*udaseeno*). Levá-las a sério é dar lugar à agitação na mente, o que provoca tendências maléficas.

## Liberdade da Preocupação

*Gathavyathah* (aquele que está livre de aflições mentais): *vyathah* (aflição mental) representa, atualmente, a maior fraqueza humana. O homem ignora os deveres que tem de cumprir no presente, preocupando-se com o que aconteceu no passado distante e permanentemente especulando sobre o que vai acontecer no futuro. De que adianta se preocupar com o futuro ou com o passado que está morto? O passado está além da possibilidade de retorno e não pode ser modificado. Esqueçam o passado. O futuro é incerto. Ninguém pode saber o que vai acontecer no dia seguinte. Não pensem sobre o futuro, já que não podem saber sobre ele. Concentrem-se no presente, que é o filho do passado e o pai do futuro. Esta atitude é representada pelo termo *gathavyathah*.

Ao preocupar-se com o passado e especular sobre o futuro, o homem falha com seus deveres no presente. Esta é a causa de sua infelicidade. Façam uso correto do presente e um bom futuro estará assegurado. O aspirante espiritual deve manter esta verdade na mente e concentrar sua atenção no presente. Preocupação mental com o passado ou o futuro é uma qualidade *rajásica* que deve ser descartada.

*Sarvambha parithyagi* (renúncia a todos os empreendimentos): essa qualidade requer a renúncia ao egoísmo (*ahamkara*) sob qualquer forma. O ego está enraizado no instinto de posse (*mamakara*). Quando o egoísmo e a possessividade se juntam, o homem fica absolutamente arruinado. É fundamental libertar-se do egoísmo e do apego.

As seis qualidades mencionadas acima são virtudes sagradas. Como é mencionado na Gita, um devoto com essas seis qualidades é querido ao Senhor.

### **Os seis inimigos do homem**

Além dessas seis qualidades, o homem tem seis vícios: luxúria (*kama*), raiva (*krodha*), ganância (*lobha*), ilusão (*moha*), vaidade (*mada*) e inveja (*matsarya*). Estes seis inimigos devem ser eliminados, ao passo que as seis boas qualidades devem ser cultivadas. Somente assim a vida humana pode ser significativa.

O Imperador Bali é um dos que foram dotados de nobres qualidades. Por essa razão, o Senhor veio à Terra e lhe pediu um presente. Existem muitos filantropos no mundo. Há pessoas que doam terra, gado, alimento, roupa e ouro, mas poucos são aqueles que estão preparados para ofertar a si mesmos. O Imperador Bali era um que estava pronto para se doar. Ele declarou “Ofereço a Ti, ó Senhor, tudo o que possuo, minhas riquezas, minha família. Somente o *Atma* permanece. Salve-me, busco refúgio em Ti. Dou minha palavra e dou meu reino. Neste momento, ofereço meu corpo a Ti”. Com essa declaração, Bali curvou-se diante de Vamana (*Avatar* do Senhor Vishnu).

Antigamente, existiam muitos governantes nobres e generosos. Bali era devotado à Verdade. Cuidava apenas do bem-estar de seu povo. Era um protetor da Verdade. Praticava a Retidão.

Ele recebeu todas as suas virtudes de seu avô, Prahlada, e reinava em Kerala naquele tempo. Entretanto, seu pai, Virochana, enredava-se em pensamentos fracos seguindo o exemplo de seu avô, Hiranyakasipu, pai de Prahlada. Os três antepassados pertenciam ao mesmo clã. Virochana tentou fazer com que Bali seguisse caminhos errados, porém bons e maus caminhos não podem ser impostos. As marcas do bom comportamento das pessoas refletem sua bondade inerente.

### **Prahlada como juiz imparcial e justo**

Certa vez, houve uma disputa entre Virochana, filho de Prahlada, e Sudhanya, filho do sábio Angirasa. Ficou acertado que quem quer que perdesse a disputa deveria oferecer sua vida ao vencedor. Ambos rogaram a Prahlada que atuasse como juiz, pois sabiam que ele seria totalmente imparcial e justo. Prahlada aceitou porque estava empenhado em defender a verdade, sem qualquer outra consideração. Depois de assistir a disputa, Prahlada declarou Sudhanya vencedor e seu próprio filho, Virochana, perdedor.

Incapaz de controlar sua alegria com o veredito, Sudhanya abraçou Prahlada e disse: “Prahlada, é por causa de inabaláveis defensores da verdade como você que o mundo brilha em sua glória. Se não houvesse pessoas de mérito sobre a terra, como haveria luz no mundo? Prahlada! Por causa de sua fidelidade à verdade, você deu o veredito contra seu próprio filho”. Prahlada sabia que quem perdesse a disputa deveria pagar com a vida, mas isso não o impediu de pronunciar o veredito contra seu filho. “Não existe *dharma* mais elevado que a verdade (*Sathyanasti Paro Dharmah*)”. Prahlada não foi dominado por nenhum apego de amor paternal. Não derramou lágrimas. Observou o resultado de seu julgamento com o senso de cumprimento do dever.

Reconhecendo sua total dedicação à verdade e à retidão, Sudhanya declarou: “Prahlada! Sua devoção à Verdade vai restaurar a vida de seu filho. Eu não vou exigir sua vida como prêmio pela vitória. Entrego de volta a você a vida de seu filho”.

## **O *dharma* protege aquele que protege o *dharma***

“O *dharma* destrói aquele que o fere. O *dharma* protege seu protetor. (*Dharma eva Adharmo hanti. Dharmo Rakshati Rakshitah*)”. “Prahlada! Você defendeu o *dharma*. Por isso, salvou seu filho”, Sudhanya exclamou, enaltecendo-o.

A vida de Prahlada foi um exemplo de inúmeras virtudes e ideais. Devido aos governantes virtuosos, naquele tempo o mundo foi abençoado com paz e prosperidade. Hoje em dia, por toda a parte, a desordem, o descontentamento, a falsidade, a injustiça, a indiferença ao que é bom e a condescendência com o que é ruim, o excesso de apego aos prazeres dos sentidos, o egoísmo e o egocentrismo abundam entre as pessoas. É lamentável que a Índia, que já foi famosa por sua moralidade e retidão, sua dedicação à verdade e ao *dharma*, tenha se degenerado aos níveis atuais. Isto é uma mácula não apenas para o país, mas também uma vergonha para o povo da Índia. Se atentarmos para o estado da sociedade, descobriremos que todas as suas atividades estão relacionadas com o autoenaltecimento, a crítica aos demais e a ambiguidade no discurso. Esse triplo vício é onipresente. A sociedade da Índia, que um dia foi tão gloriosa, está agora mergulhada na escuridão, envolvida na discórdia, agitação e poluição.

## **A poluição do coração é muito preocupante atualmente**

O homem percebe que o ar está poluído, a água está impura e que os sons chegam a níveis intoleráveis. Mesmo os alimentos estão poluídos. O próprio governo também considera o meio-ambiente poluído, gastando grandes somas para purificar o ambiente. Mas não é só a poluição ambiental que deve nos interessar, e sim, também, a poluição do coração. A mente e o coração do homem estão poluídos. Todos os seus sentimentos estão poluídos. É por causa desta poluição básica que todas as outras coisas se poluem.

Portanto, a necessidade primordial dos tempos atuais é a erradicação da poluição da mente humana. De que modo isso pode ser conseguido? A mente de hoje está imersa nos desejos e prazeres mundanos. Como resultado, surge a insatisfação mental e uma amarga frustração. A mente deve ser levada de volta à fonte de onde veio. Um peixe fora d'água tem que ser devolvido à água para recuperar a vida. Poderá ele sobreviver se for colocado num sofá e alimentado com café? Só se recuperará quando retornar ao seu lar de origem. Do mesmo modo, a mente do homem tem que ser restituída ao seu lar original: o Ser Interior (*Atma*). Sem isso, como conseguir a paz? A paz mental tem que vir do *Atma*. Isso quer dizer fazer a mente voltar-se para o *Atma* por meio do uso da consciência.

## **Sigam a consciência com autoconfiança plena**

Não ponham sua confiança no corpo, porque ele é uma bolha d'água. Não coloquem sua confiança na mente, que é como um macaco louco. Sigam a consciência. Quando a seguirem com total autoconfiança, poderão realizar qualquer coisa.

O Imperador Bali era uma pessoa que tinha essa autoconfiança. Quando seu preceptor, Sukracharya, quis dissuadi-lo de fazer a oferenda que Vamana pedira, argumentando que este jovem não era um simples sacerdote, mas a própria encarnação de Vishnu (a Divindade que a tudo permeia), Bali declarou: “Se o jovem rapaz é o próprio Vishnu como diz, essa é a maior razão para que eu mantenha o oferecimento que fiz. Se o suplicante é o Senhor Supremo, não é para mim uma grande fortuna estar na posição de ser um doador ao Senhor? Todos os seres humanos buscam favores do

Senhor. Quando o Divino se aproxima de mim pedindo três pés de terra, quão afortunado sou eu! Esta oportunidade veio a mim por causa de minhas boas ações em vidas passadas. Estou pronto para ir contra as recomendações de meu preceptor, mas não transgredirei as ordens do Senhor. A palavra empenhada será mantida. Pode-se ver dois objetos com os dois olhos e ouvir duas coisas diferentes com dois ouvidos, mas a língua é uma só. A palavra dada deve ser honrada. Não posso voltar atrás. O homem que não cumpre sua promessa é um pecador. Estou determinado a manter meu compromisso. Deus é a Pessoa Suprema e Senhor de todos os seres. Permanecerei fiel apenas às Suas palavras”.

O Imperador Bali era um governante resolutivo. Assim, assegurou uma gloriosa oportunidade. Entretanto, ele tinha uma ligação especial com seus súditos, que, por sua vez, também eram apegados ao Imperador. O povo era devotado ao governante, e este era apegado aos seus súditos. Essa relação mútua era profunda e indivisível. Por causa disso, o país era feliz e próspero.

### **Significado do dia de Onam**

Relutante em desamparar seus súditos e, ao mesmo tempo, impossibilitado de voltar atrás na promessa feita ao Senhor, Bali assumiu um compromisso com as pessoas, dizendo que as visitaria uma vez ao ano. O dia de Onam é a data auspiciosa da visita anual de Bali à Terra. É o dia sagrado em que o Imperador Bali retorna para abençoar seu povo. Isto acontece no mês de Sravana, quando a lua está mais próxima da presente constelação. Hoje esta combinação auspiciosa está presente. Como disse Sri Eradi (em seu discurso anterior), este é o vigésimo-quinto Festival de Onam celebrado com a presença de Bhagavan. Que lição podemos aprender com o jubileu de prata deste Festival? Nos últimos vinte e cinco anos vocês estiveram ouvindo os discursos de Bhagavan, experimentando sua presença e participando da celebração. Em que extensão vocês estão praticando os ensinamentos de Swami? Cada ser humano tem um coração. Este coração está cheio de amor. Com quantos estão compartilhando o amor que está em seus corações? Com ninguém. Então, qual a utilidade desse amor se ele não está sendo compartilhado? Vocês devem compartilhar esse amor, não somente com os seres humanos, mas com todos os seres na criação. O amor, que é uma dádiva de Deus, tem que ser compartilhado com todos no mundo.

### **Compartilhem o Amor com todos**

Todos os problemas humanos nascem da falha em compartilhar esse amor, devido ao egoísmo. As pessoas repetem a bênção “Que todos os seres do mundo sejam felizes”. Mas a quantas pessoas vocês estão dando felicidade? Vocês repetem as palavras mecanicamente ou pedem do fundo de seus corações pelo bem-estar do mundo? No fundo, estão preocupados apenas com interesses egoístas. Porém, no dia em que arrancarem o egoísmo de dentro de vocês, a Divindade brotará em seus corações.

Fala-se sobre *sakshatkaram* (autorrealização). O que é isso? Não é algo externo. É a contemplação do Divino durante todo o tempo, em todos os estados internos do eu. “Pensar em Deus o tempo todo, em todos os lugares, continuamente (*Sarvada, sarvakalesu sarvatra Hari chintanam*). As pessoas recitam o nome de Rama incessantemente. Mas será que a liberação pode ser atingida somente pela repetição do nome? Não. Para alcançar a liberação e ganhar a graça de Rama, não é suficiente apenas repetir seu nome. Também é preciso agir de acordo com os seus princípios. Rama sacrificou tudo em favor do *dharma*. Vocês têm que fazer um sacrifício semelhante! Mantenham o *dharma* como seu ideal. Engajem-se em atividades corretas. Só assim Rama derramará sua graça. Se,

ao contrário, agirem contrariamente ao *dharma* enquanto repetem o nome de Rama, o estarão insultando.

Da mesma forma, não há significado em apenas repetir o nome de Krishna. O que o devoto deve fazer é experimentar o êxtase da consciência de Krishna. E não é só isso: vocês devem desenvolver a mesma equanimidade mental de Krishna, que mantinha igual serenidade num campo de batalha (*yuddha-bhumi*), num cemitério (*sashana-bhumi*) ou durante os momentos em que se encontrava concentrado (*yoga-bhumi*). Ele estava sempre em estado de graça. Vocês devem aspirar pela experiência de tal bem-aventurança, pois só então poderão dizer ter experimentado a consciência de Krishna. Qualquer que seja a deidade cultuada, vocês devem experimentá-la dentro de vocês.

### **Amem as verdades de Sai preenchendo-se de amor**

O principal ensinamento de Swami é o Princípio do Amor. Todos vocês estão provando esse amor. Com quantos o estão dividindo? Por todo lado há ódio; o egoísmo está presente o tempo todo e a ostentação é mostrada sempre. De que modo, então, podem acreditar ter entrado em contato com a verdade que Sai ensina? Quem absorveu essas verdades tem que estar cheio de amor. Esta é a verdadeira marca da devoção.

O Imperador Bali possuía senso de justiça, tolerância, compaixão, verdade, retidão e devoção ao povo. Vocês estão cultivando pelo menos uma dessas boas qualidades? Bali prometeu aparecer a cada ano porque as pessoas no seu tempo possuíam todas essas qualidades. Hoje as pessoas são diferentes. Como podem saber se o Imperador Bali aparece? Todos celebram a visita de Bali com um Festival, porém Bali não vem. Por quê? Porque as qualidades das pessoas daquele tempo não estão presentes agora. Sem dúvida, Bali ama seu povo. Mas hoje em dia as pessoas precisam ter o poder de persuadi-lo a visitá-las, assim como um poderoso magneto atrai um pesado bloco de ferro. Só desta forma elas serão capazes de mover e derreter o coração do Divino. Todos são ímãs, sem dúvida nenhuma. Porém, têm que se purificar para aumentar seu poder magnético. A purificação consiste na tripla pureza da mente, da palavra e do corpo.

### **A Fusão com o Senhor**

Nada do que possam fazer pode diminuir o Divino. Tanto faz se O louvam ou O culpam; nada O afeta. No Mahabharata, certa vez Dharmaraja assistiu angustiado às acusações de Shishupala contra Krishna. Este as tolerou por algum tempo, mas, depois, arremessou uma lança contra Shishupala, golpeando sua cabeça. Neste momento Dharmaraja viu o sangue do corpo de Shishupala fluindo na direção de Krishna e a chama divina de seu corpo fundiu-se n'Ele.

Dharmaraja perguntou a Narada como a alma de uma pessoa ruim como Shishupala podia se fundir em Krishna. Narada explicou que a bondade ou a maldade, a reputação ou a culpa só dizem respeito ao corpo e não ao *Atma*. A fusão com o Divino para os devotos que louvam o Senhor em diversas formas acontece depois de um longo período de dificuldades e aflições, mas dura eternamente. Já no caso do homem perverso que lembra do Senhor constantemente com ódio, a fusão acontece rapidamente, mas permanece somente por um curto período. A fusão no Divino acontece por diferentes razões. No caso de Kamsa, foi o medo de Krishna, que lhe fazia se lembrar sempre d'Ele; em relação a Shishupala e Dantavakra, foi o ódio; no caso de Yashoda, que se fundiu em Krishna através do amor, foi o afeto maternal que gerou a fusão. As *gopikas* (vaqueiras de Vrindavan), por sua vez, fundiram-se no Senhor através de uma devoção unidirecionada, e Radha a conseguiu a fusão devido ao seu

intenso senso de unidade espiritual (*ekatma bhava*). Todos alcançaram a fusão, mas em cada caso isso ocorreu em um nível específico.

### **Cultivem o espírito de sacrifício**

Não sigam o corpo; sigam a mente e o *Atma*. Aquele que segue o *Atma* é o verdadeiro aspirante espiritual.

A contemplação de Deus com todo o coração, o canto de Seu nome e a entrega a Ele redimem as suas vidas. O nome e a glória de Deus não provêm do exterior. Não são criações de jornais e panfletos. Não se modificam por causa de qualquer circunstância. O nome e a glória do Senhor provêm de Sua santidade e amor. Portanto, não se preocupem com coisa alguma. Desenvolvam amor. Expressem sua natureza divina. Cultivem o espírito de sacrifício.

Discurso no Sai Ramesh Hall, Brindavan, 30 de agosto de 1993

Sathya Sai Speaks Vol. 26, Cap. 29: 30 de agosto de 1993

# Estudantes e pureza sátvica

*Um filho sem virtude,  
Uma educação sem objetivo,  
Uma vida sem justiça,  
Uma comunidade sem moralidade  
E uma noite sem a lua  
Não têm utilidade para o mundo.*

Queridos estudantes! Educação moral é o principal requisito na vida para cada estudante. É o seu dever fundamental. Em sânscrito, a personalidade é descrita como *pourusham*: a marca de um *purusha* (uma pessoa). Embora “personalidade” e *pourusham* possam ter a mesma tradução, são palavras de significado amplo. As pessoas que não conhecem o significado interno desses termos utilizam-nos de modo casual. Somente aquele que manifesta o morador interno, invisível, o princípio divino que vive dentro dele, está qualificado a descrever a si mesmo como *purusha* (uma pessoa). Ele deve manifestar o poder divino interior.

O termo sânscrito *pourusha* significa uma qualidade associada ao comportamento moral. A palavra “pessoa” é derivada do termo em latim “persona”. No período posterior a Cristo, o termo “persona” passou a ser usado para se referir ao Divino que assume a forma humana. No devido tempo, passou a designar todos os seres humanos como pessoas por serem inerentemente divinas.

## **O dever principal do homem**

O termo *pourusha* é usado vulgarmente com o sentido de ódio, raiva ou força. O significado verdadeiro, no entanto, é uma qualidade associada a *purusha*. *Purushatva* (o princípio de *purusha*, humanidade) não se refere ao externo, como vestimenta ou traços físicos. O sábio Narada se referiu a *purusha* como *puman*, e declarou que qualquer pessoa que alcance *Puman* (a Suprema Pessoa, o Senhor) torna-se saturada com bem-aventurança divina. Assim, o termo *purusha* pode ser aplicado somente ao Divino.

O principal dever do homem é manifestar em sua vida a divindade inerente em si. A história de vida de uma pessoa é vista como composta de infância, vida adulta, realizações, seus pensamentos e ideais. Mas o que é fundamental para a vida humana é a sua estatura moral. *Neeti* (moralidade) é derivada do sânscrito *nita*. *Neeti* significa conduta correta. É o caminho que conduz ao sublime. Bom caráter, pureza de pensamento e sacrifício são todos abrangidos por *neeti*. Compreende todas as boas ações. “Somente uma comunidade devotada à moralidade é uma comunidade verdadeira”, diz o adágio. Os antigos consideravam *neeti* como fundamental, sem a qual a sociedade se arruinaria. Para promover *neeti*, a Divindade que está em cada um tem que ser manifestada. Para tal propósito, até mesmo o corpo tem que se tornar puro, e para isso boa saúde é essencial.

A palavra “health” (saúde) é derivada da palavra anglo-saxônica “*helig*” que significa *paripurnamu* (totalidade) ou Espírito interno. Qual é a totalidade que deve ser alcançada? O corpo constitui-se dos órgãos dos sentidos, a mente, o intelecto, a consciência e o Espírito (o morador interno). “Totalidade” significa que todos estes elementos devem ser íntegros. A mente deve estar num

estado de plenitude. Ela não deve estar num estado de “saltos e solavancos”. Não deve haver qualquer espaço para confusão ou depressão.

### **Pratique *sadhana* para disciplinar a mente**

Para alcançar um estado mental assim, é necessário entender o significado de tudo e de toda situação. Por exemplo, se um estudante fracassou numa prova, ele não deve ficar deprimido. Em vez disto, ele deve examinar as razões para o seu fracasso; se ele não estudou adequadamente ou entendeu a matéria corretamente. Se ele chegar à conclusão de que o seu fracasso foi devido a uma preparação inadequada, ele deve se determinar a fazer melhor no futuro.

Para desenvolver a força moral e mental, deve-se praticar *sadhana* (disciplina espiritual) para disciplinar a mente. Para este fim, deve-se promover dez tipos de pureza (*satva*).

O **primeiro** é a pureza do local onde vivemos. É necessário preencher o ambiente no qual se reside ou estuda com uma atmosfera *sátvica* (pura). Os quadros ou outros objetos que vocês veem devem inundá-los com paz e pensamentos puros. Objetos que suscitam agitação e maus pensamentos não devem ter lugar. O ambiente deve estar limpo e livre de qualquer coisa impura.

**Segundo:** Na família em que se vive, deve haver compreensão mútua e cooperação, e um sentimento de harmonia. Não deve haver discórdia na família que possa criar uma má atmosfera. Uma atmosfera harmoniosa proverá uma verdadeira paz para a mente.

A **terceira** necessidade é alimentação *sátvica* (pura). Isso significa que nenhum dos itens ingeridos deve ser excessivamente ácido, amargo ou picante. Vocês devem evitar alimentos *rajásicos* (alimentos que excitam as paixões ou intoxicam) como peixe ou carne. Mesmo boa comida *sátvica* não deve ser ingerida em excesso. Algumas pessoas consomem tanta quantidade de comida *sátvica* que, mesmo esta sendo pura, desenvolvem qualidades *rajásicas*. O alimento só é *sátvico* quando vocês se sentam para comer com um estômago leve e se levantam com um estômago leve! Se vocês se sentam com um estômago leve e se levantam com um estômago pesado, ele se torna *tamásico* (letárgico).

**Quarto:** Quaisquer fluidos que se tome também devem ser *sátvicos*. Vocês não devem tomar qualquer água que esteja disponível; deve ser água pura. Bebidas alcoólicas devem ser evitadas.

**Quinto:** Pensamentos e sentimentos *sátvicos* são de grande importância. Os estudantes tendem a negligenciar este fator. Somente se seus pensamentos e sentimentos são puros, vocês podem usufruir completamente do benefício de um ambiente puro, uma boa família e uma alimentação pura.

**Sexto:** Se vocês quiserem desenvolver sentimentos e pensamentos *sátvicos*, sua visão deve ser pura. Toda *srishti* (criação) está baseada sobre *drishti* (visão). É somente quando se tem visão incorreta que se tem pensamentos errados. Vocês devem olhar cada senhora como sua mãe, e todas as mulheres mais jovens como suas irmãs. Quando vocês estiverem imbuídos de tais pensamentos puros, vocês terão sentimentos puros. Já que vocês são estudantes, isto deve lhes ser dito. Imaginem como vocês ficariam ofendidos se alguém olhasse para a sua mãe ou irmãs com olhares maldosos. Ao conscientizar-se disto, vocês devem ter sentimentos puros com relação a outras mulheres. Vocês não devem cometer ofensas que não tolerariam nos outros.

**Sétimo:** Quaisquer livros que vocês leiam ou o que quer que escrevam deve ser puro. Este é o *sadhana* relacionado ao estudo: *sahitya satvika* (pureza da literatura, daquilo que se lê). Se vocês leem ou escrevem o que não é puro, isto envolve a sua mente. Um bom livro contribui para uma boa mente. Qualquer livro que vocês leiam sobre Física, Química ou outras disciplinas não afetará o seu caráter. Mas livros literários nem sempre são boa literatura. Se livros impróprios forem exigidos para o estudo,

tratem-nos como meros livros-texto e não atribuam a eles nenhum alto valor como guias para as suas vidas.

**Oitavo:** Serviço *sátvico*. No que diz respeito ao serviço, vocês têm que decidir o que é *sátvico* e o que é *rajásico*. Nós limpamos ruas, construímos estradas nas aldeias ou cavamos poços, e fazemos tudo como serviço à comunidade. Mas o tipo de serviço que realizamos deve dar verdadeira felicidade às pessoas. Em nome do “serviço social”, a pessoa vai a um hospital e se aproxima de um paciente. Isto não é o real serviço. Qualquer pessoa que vocês desejem servir deve ser vista por vocês como uma personificação do Divino. Acudir o destituído e o negligenciado é prestar serviço a Deus.

Narayana tem duas formas: uma é “Lakshmi Narayana” (Deus que reside no rico); a outra é “Daridra Narayana” (Deus que reside no pobre). Este “Lakshmi-Narayana” possui muita riqueza. Ele é capaz de ajudar qualquer quantidade de pessoas. Ele será capaz de conseguir muitas pessoas para servi-lo. Mas, para “Daridra Narayana”, não há ninguém que o sirva. É para essas pessoas que devemos prestar serviço *sátvico*.

**Nono:** *Sadhana* (práticas espirituais). A disciplina espiritual deve ser pura. Algumas pessoas fazem *hatha yoga* (exercícios de *yoga*). Algumas lutam para desenvolver *kundalini shakti* (energia da Kundalini). Alguns invocam maus espíritos para fazer mal aos outros. Essas atividades não são *sadhana* de jeito nenhum. O indivíduo é *chit* (consciência), Deus é *sat* (o Eterno Absoluto). Quando *sat* e *chit* se combinam, vocês obtêm *ananda* (bem-aventurança).

*Sat-chit-ananda* (Ser - Consciência - Bem-aventurança). Somente o *sadhana* adotado para perceber *Satchidananda* é verdadeiro *sadhana*. Onde está este *sat*? Este *sat*, o Divino, está em todos. Então vocês devem estar preparados para servir a todos, vendo cada um como o Divino. Vocês podem ter um relacionamento normal com seus amigos e parentes. Não há nada de errado nisso. Vocês devem realizar *sadhana* com o espírito de que o Uno permeia os muitos. Nesse processo, vocês têm que cultivar o sentimento de Amor. Não existe *sadhana* mais elevado do que cultivar o Amor!

## A devoção das *gopikas* a Krishna

Uddhava era um adepto do caminho de *jnana yoga* (conhecimento e sabedoria). Ele queria ensinar às *gopikas* (pastoras) o caminho da sabedoria. Então ele se aproximou de Krishna. Krishna disse a Uddhava: “As *gopikas* são totalmente devotadas a Mim. Sua devoção é fundamental para suas vidas e atinge o Meu coração! Sua pureza e devoção são como uma luz que brilha! Você não pode entender o coração de devotas como elas! Eu estou totalmente instalado no altar de seus corações”. Uddhava duvidou de se as *gopikas* ignorantes e analfabetas poderiam entender o Divino. Para dissipar as dúvidas de Uddhava, Krishna o enviou a Repalle (Vrindavan). Uddhava chamou as *gopikas* e lhes disse: “Eu ensinarei a vocês o caminho de *jnana* (sabedoria) para alcançar o Divino”. As *gopikas* disseram a Uddhava: “Nós não estamos interessadas em aprender quaisquer *shastras* (escrituras)! Ensine-nos um meio simples através do qual possamos alcançar Krishna! Nós não temos conhecimento de nenhuma *yoga* (maestria sobre as dispersões da mente) ou *bhoga* (diversão) ou *mantra* (fórmula sagrada). Krishna é tudo para nós, nossa *yoga* ou *bhoga*. Portanto, por favor, conte-nos os meios pelos quais podemos obter Krishna! Não queremos perder nosso tempo com *yoga*.”

Uddhava perguntou às *gopikas*: “Como vocês podem se tornar unas com Krishna?” Uma *gopika* respondeu: “Se Krishna fosse uma flor, eu seria uma abelha circulando à sua volta. Se Ele fosse uma árvore, eu seria uma trepadeira enrolada em torno d’Ele. Se Ele fosse uma montanha, eu seria um rio descendo em forma de cascata do seu topo. Se Krishna fosse o ilimitado céu, eu seria uma

pequenina estrela brilhando no firmamento. Se Ele fosse o profundo oceano, eu seria um riacho me unindo ao oceano. Assim eu seria una com Krishna e me fundiria n'Ele". Outra *gopi* disse: "Se Krishna fosse uma flor, eu seria uma abelha sorvendo cada gota de mel na flor, saboreando o néctar que ali existe! Assim é a nossa proximidade com Deus". Logo, *sadhana* espiritual significa ver uma montanha, uma árvore, uma flor ou o oceano como um meio de chegar a Deus.

**Décimo:** Sua ocupação ou profissão. Qual é o tipo de trabalho que vocês devem realizar? Deve ser um trabalho que possa beneficiar a nação, a comunidade. A nação o habilita a ganhar a vida. Vocês devem pensar sobre o que podem dar como retorno para a nação. Vocês precisam se perguntar: que serviço, que ajuda eu posso dar à comunidade? Vocês devem zelar para que não haja nenhuma mentira em qualquer trabalho que façam, nenhuma injustiça, nenhuma fraude, nenhum motivo escuso.

### **Garantam liberação do nascimento pelo *karma* no presente**

Estes são os itens de pureza que vocês devem observar em suas vidas. Se vocês se engajarem em ação correta, vocês não estarão presos às consequências do *karma* (ações da pessoa e consequentes resultados). Por causa do *karma* do passado, vocês ganharam a vida presente. Pelo seu *karma* presente, vocês podem assegurar a liberação do nascimento. Através do amor, vocês desenvolvem fé; através da fé e da séria determinação, vocês adquirem conhecimento; através do conhecimento, vocês desenvolvem *sadhana* (práticas espirituais) e, através do *sadhana*, vocês alcançam a meta. Então, para praticar *sadhana*, se requer sabedoria; para adquirir sabedoria, o requisito é *sraddha* (firme determinação e fé), e para *sraddha*, vocês têm que cultivar amor. Logo, amor é o meio e, para isto, vocês têm que ter controle dos sentidos. Se gradualmente vocês reduzirem seus desejos, serão capazes de manter os sentidos sob controle.

Todo estudante deve preparar-se para servir à comunidade como uma pessoa ideal. Não deve haver espaço algum para discórdia entre vocês nem para o ódio ou má vontade. Vocês devem desempenhar seus deveres e satisfazer seus pais com a sua conduta. Esforcem-se para trazer crédito para a sua instituição educacional. Acima de tudo, tentem obter a graça de Deus por prestarem ajuda aos seus semelhantes. Apenas valores como esses constituem a verdadeira educação.

Os diferentes ramos do conhecimento são como rios, enquanto a educação espiritual é o oceano. Assim como os rios se fundem no oceano, todos os tipos de conhecimento se fundem no conhecimento espiritual.

Vocês devem considerar as companhias que mantêm. Kabir disse: "Eu saúdo o mau e, também, o bom"! Perguntaram-lhe: "Podemos entender que você cumprimenta os bons, mas qual o sentido de cumprimentar os maus"? Ele respondeu: "Quando cumprimento os maus, eu os estou saudando e pedindo, por favor, que se afastem da minha presença. Eu cumprimento os bons, dizendo, por favor, venham a mim"! Vocês devem evitar a companhia dos maus e cultivar a companhia dos bons. Associação com os bons (*satsang*) é pura *yoga*! Eu desejo que vocês sigam este tipo de *yoga* e proporcionem felicidade a todas as pessoas com as quais vocês se associem!

Vocês devem se esforçar para livrar-se de todos os maus pensamentos, abandonar os maus traços, desempenhar seus deveres para com os seus pais, prestar serviço desinteressado à comunidade e, através disso, redimir suas vidas e receber a graça de Deus. Esta é minha benção para todos vocês.

Discurso em Brindavan, 29 de dezembro de 1985

# Pureza de coração é a verdadeira disciplina espiritual

*Sem um trabalho verdadeiro, tagarelando o dia todo,  
Você acha que isso é disciplina espiritual (sadhana)?  
Seguindo um regime de alimentar o estômago três vezes ao dia,  
Você acha que isso é disciplina espiritual?  
Vigorosa atividade durante o dia e sono profundo à noite,  
Você acha que isso é disciplina espiritual?  
É para isso que Deus o criou?  
Você gasta muito tempo nesse tipo de rotina,  
Mas isso não é disciplina espiritual.  
Não desperdice o seu tempo dessa maneira.  
A partir deste momento, esforce-se para conhecer Deus.  
Isso por si só é disciplina espiritual.*

(Poema télugo)

Encarnações do Amor Divino! A consciência que tudo permeia é denominada Divindade. É também dito que a Divindade está presente em todos os seres vivos. Mas não há quem tenha visto essa onipresente Divindade.

Apenas um ser humano pode contemplar e compreender o Ser Cósmico. Na verdade, a própria vida humana é a manifestação do poder divino. Mas, algumas pessoas não concordam com essa declaração.

A Divindade se manifesta em cada ser vivo. O mesmo Princípio *Átmico* (*Atma tatva*) está presente não só nos seres humanos, mas em cada ser vivo no universo. No entanto, devemos ter um coração puro e altruísta para compreender essa verdade. Para perceber essa verdade, todo ser humano deve contemplar Deus constantemente. Ao fazê-lo, seu coração se tornará puro e pacífico. No momento em que vocês atingirem essa fase, Deus certamente se manifestará perceptivelmente em vocês.

Essa deve ser a sua prática espiritual (*sadhana*). Não é só através da prática da meditação (*dhyana*) que Deus pode se manifestar para o aspirante espiritual (*sadhaka*). Deus está presente indistintamente em todos como o morador interno: tanto nos seres humanos quanto nos insetos, pássaros e animais selvagens. Suponham que vocês perguntem: “Onde está Deus agora”? A resposta espontânea seria que Deus está presente em vocês também. Várias pessoas empreendem práticas espirituais como meditação para encontrar respostas para essas perguntas.

O sábio Narada afirmou que Deus poderia ser conhecido através de nove formas de devoção, a saber, escutando (*sravana*), cantando com devoção (*kirtana*), contemplando o Senhor (*Vishnusmarana*), servindo Seus Pés de Lótus (*Padasevana*), adorando (*vandana*), reverenciando (*archana*), adotando uma postura de servo (*dasya*), de amigo (*sneha*) e rendendo-se (*Atmanivedana*).

Não há ninguém neste mundo em cujo coração Deus não habite como o morador interno. Seria a meditação necessária para compreender esse Deus onipresente que permeia todas as coisas?

Existem, atualmente, muitas pessoas que ensinam diferentes técnicas de meditação. No entanto, meditação visa à aquisição de pureza do coração espiritual, pois, se ela não for adquirida, a morada da consciência Divina não poderá ser alcançada. Logo, todos devem lutar para atingir a pureza do coração espiritual.

Que tipo de disciplina espiritual fez Kamsa na Dvapara Yuga (a era que precedeu a Kali Yuga, em que Krishna nasceu)? Na verdade, ele estava constantemente insultando o Senhor Krishna. Entretanto, o Senhor Krishna foi tão compassivo que lhe concedeu o Seu *darshan* (visão do Senhor).

Nenhuma disciplina espiritual ajudará na percepção de Deus, se a pessoa for desprovida da pureza de coração. Os diferentes tipos de disciplina espiritual como jejum, meditação etc. podem contribuir para o desenvolvimento da fé no Deus onipresente que, na verdade, reside como o morador interno dentro de vocês.

As pessoas geralmente pensam que Deus deu *darshan* a esta ou àquela pessoa. Mas a verdade é que Deus nunca dá *darshan* às pessoas que não têm pureza de coração. Logo, se vocês quiserem receber o *darshan* de Deus, deverão desenvolver a pureza de coração. Todos os tipos de disciplina espiritual (*sadhana*) servem apenas para atingir a pureza. No momento em que vocês atingirem a pureza de coração, o onipresente Deus manifestar-se-á na sua frente. Infelizmente, há no mundo de hoje uma escassez de mestres que podem conduzir firmemente o aspirante espiritual no caminho da pureza. Eles se limitam a fornecer algumas técnicas mecânicas de meditação em troca de dinheiro.

Na verdade, não é necessário realizar qualquer sistema complexo de meditação. Todos podem empreender a simples prática espiritual da permanente contemplação da onipresença de Deus. Hoje em dia, poucos ensinam métodos tão simples. As pessoas ouvem e leem sobre vários e intrigantes tipos de meditação e iniciam uma prática espiritual que atende aos seus interesses ou imaginação.

Encarnações do Amor Divino! Se vocês desejam ver Deus, devem alcançar a pureza de coração. Vocês se referem a um determinado indivíduo e dizem que ele é seu pai. Mas o pai fica envergonhado com tal referência, pois ele é, na realidade, o mesmo *Atma tatva* que está presente em todos os seres humanos. Você se casa com uma garota e refere-se a ela como sua esposa. Mas ela é, na realidade, a encarnação do divino *Atma*. Da mesma forma, vocês acariciam um filho carinhosamente, chamando-o de seu filho. Mas a mesma criança pode dizer-lhes que não é seu filho na realidade, mas a encarnação da divindade. Assim, todas as relações, neste mundo, são na realidade apenas relacionamentos do *Atma*.

Para dizer a verdade, a verdadeira autorrealização (*Atmasakshatkara*) é a fusão do eu individual (*jiva*) com Brahman (o Ser Supremo). Qualquer um que vocês encontrem é verdadeiramente Deus. Como poderia haver seres humanos sem essa onipresente divindade?

O Senhor Krishna disse que encarnou diversas vezes sempre que houve redução na prática da retidão (*dharma*). Ele também declarou que era a semente (*bijam*) em todos os seres vivos. Embora envolvido intimamente com os *gopals* e as *gopikas* (vaqueiros e vaqueiras), Ele nunca foi limitado por esse relacionamento.

As *gopikas*, que estavam conscientes dessa verdade, contemplavam-No constantemente, repetindo o divino nome “Krishna! Krishna”! O mero nome “Krishna” trazia a encarnação do divino *Atma* para diante dos olhos delas. As *gopikas* eram almas altamente realizadas que tinham a firme convicção de que o mesmo *Atma tatva* estava presente não somente em cada indivíduo, mas em todo ser vivo. É por isso que elas podiam ver Krishna em cada indivíduo e em cada objeto do mundo.

Tudo o que vemos no mundo objetivo, vamos dizer, por exemplo, este salão, os edifícios ao redor, etc. não são realmente objetos. As pessoas são frequentemente iludidas a pensar assim ao ver as

suas formas externas. O *Atma tatva* universal está presente em todos esses objetos. Só as *gopikas* compreenderam, natural e espontaneamente, essa Verdade Suprema. Elas podiam ver Krishna em todas as pessoas e objetos.

Nós, muitas vezes, nos referimos a um indivíduo como “meu filho”, “meu irmão”, “meu pai”, “minha mãe”, “minha mulher” etc., tendo em vista os relacionamentos mundanos. Mas a verdade é que o mesmo Deus está se manifestando através de todos os indivíduos. Por isso, deve-se considerar todos os indivíduos como a encarnação da Divindade. Todo o universo é permeado por *Brahma tatva* (a Divina Essência). Todos os nomes e as formas atribuídos ao *Atma tatva* são de nossa própria criação.

Ramakrishna Paramahansa costumava realizar vários métodos ou modos de rituais (*puja*) para adorar a Mãe Kali durante todo o dia. Certa vez, a Mãe Divina apareceu diante dele e lhe disse: “Ramakrishna! Você está ficando mais louco a cada dia. Você Me adora sob uma forma particular. Por que você Me limita a essa ou àquela forma? Na verdade, todas as formas são minhas. Quem quer que você encontre, considere-o como encarnação da Divindade”.

Deus é puro e sem atributos. Tal Divindade sem atributos e imaculada está presente em cada ser humano. Na verdade, todos os seres humanos são reflexos dessa onipresente Divindade. Logo, cada ser humano deve ser considerado como a encarnação da Divindade e respeitado. Embora Deus seja onipresente, Ele assume uma forma particular e serve aos seres humanos de muitas maneiras. A partir de agora, compreendam a verdade de que todos os nomes e todas as formas são d’Ele. Qualquer um que vocês encontrarem, considerem-no como a encarnação da Divindade. Quando vocês desenvolverem tal atitude, vocês poderão ver Deus em qualquer lugar e por todo lado.

Vocês vão a Mathura ou Dvaraka (cidades em que Krishna viveu) e veem como as pessoas continuam a adorar o Senhor Krishna com o mesmo fervor devocional, apesar de ele ter abandonado o seu corpo mortal na Dvapara Yuga, cerca de 5.000 anos atrás.

Quando Deus encarna em forma humana, é natural considerá-Lo como um ser humano normal. Essa não é a abordagem correta. Reitero constantemente que sou Divino, mas recorde-lhes que vocês também são verdadeiramente Deus. Vocês não devem dar margem para qualquer confusão e diferença de opinião a esse respeito. Cada um de vocês é, realmente, a encarnação da divindade.

Quando vocês desenvolverem essa firme convicção, conseguirão ver Deus em cada ser humano. É somente de acordo com esse conceito que a expressão “Como é o sentimento, assim é o resultado” (*Yad bhavam tad bhavati*) é afirmada nas escrituras.

Como as pessoas não estão conscientes da verdadeira natureza da Divindade, referem-se a determinados indivíduos como pai, mãe, tio etc. tendo em conta as suas formas físicas e as suas relações com elas. Se as pessoas estão tão iludidas com base nas relações físicas, com certeza irão se confundir quanto à verdadeira natureza da Divindade.

O Senhor Krishna declarou uma vez, ao revelar a Sua onipresente divindade, que não havia nenhum outro além d’Ele, em todo o universo. A mesma verdade está contida na declaração “A verdade é só uma, mas os sábios referem-se a ela por vários nomes” (*Ekam sath viprah bahudha vadanti*). Por exemplo, o número 1 é apenas 1. Quando vocês lhe adicionam mais três números 1, ele se torna 4. Assim, vamos acrescentando números ao 1 e obtendo números diferentes. No entanto, o primeiro número continua a ser o mesmo, ou seja, o 1. Isso é Divindade. Isso é o que afirma a profunda declaração “O Uno desejou tornar-se muitos” (*Ekoham bahusyam*).

Com frequência, as pessoas utilizam dois termos, *Deva* (Deus) e *jiva* (ser individual). Na verdade, não existe *jiva*! Todos são encarnações de uma Divindade só!

Em seguida, surge a pergunta sobre o motivo da morte das pessoas. Posto que são incapazes de compreender a natureza imortal do *Atma* residente no corpo físico, as pessoas usam a palavra morte. O *Atma* não morre! É imortal. Aqueles que compreendem essa verdade fundem-se em Deus. Para aqueles que não podem perceber a verdade, *jiva* permanece como *jiva* e *Deva*, como *Deva*. A dualidade dos sentimentos persiste neles.

Qual é o significado subjacente à declaração “Deus é um sem um segundo” (*Ekameva advitiam Brahma*)? Uma vez que, neste universo, não existe outra entidade que não seja Brahman, declara-se isso. Essa é a declaração védica.

As Upanishads explicam a nossa verdadeira natureza no *mahavakya* (grande aforismo) “Tu és Aquele” - *Tat tvam asi*. Em outro *mahavakya*, elas declaram *Prajnana Brahma* (A Suprema Consciência é a Divindade Suprema). Para quem deve ser remetida essa declaração? Mais uma vez, é para o Deus Absoluto. Assim, todos os Vedas e as Upanishads proclamam o conceito não dualista da identidade entre *jiva* e *Deva*. Mas ninguém se esforça para compreender essa verdade. No final, as pessoas acham que Deus está separado delas.

As pessoas muitas vezes atribuem diferenças entre as distintas formas da Divindade, por exemplo, Rama, Krishna etc. Uma vez que tentam se identificar com uma determinada forma, elas nutrem sentimentos de diferença. Ao fazê-lo, elas se afastam de Deus e permanecem apenas como *jivas* (indivíduos). Todas essas diferenças existem apenas nos indivíduos. Deus é um só.

Na verdade, Ele não é diferente de você. Ele está em você; você é certamente Deus! Se não fosse assim, por que razão os Vedas declarariam “Tu és Aquele”?

Desenvolvam a firme convicção de que vocês e Deus são um só. Quando vocês atingirem essa firme convicção, vocês se tornarão unos com Deus.

Por exemplo, vocês mantêm uma série de fotos de Sai Baba em sua sala de orações. Mas, em todas as fotos, vocês encontrarão o mesmo Deus fotografado em diferentes poses. Quando vocês compreenderem a unidade da Divindade, não haverá espaço para a confusão. Vocês serão capazes de compreender a verdade. Tudo que Eu digo é unicamente a Verdade. Se não estiverem conscientes dessa verdade, vocês serão incapazes de crer nela.

Atualmente, várias pessoas alegam ser seres divinos e dão palestras intermináveis sobre esse conceito. Creiam-me, elas têm a intenção de confundir os devotos. Na verdade, quando desenvolverem uma fé inabalável na declaração de que Deus é apenas um, vocês serão capazes de compreender a verdade. Aquele que for capaz de compreender essa verdade não terá qualquer confusão e dúvida.

Não usem palavras duras sobre ninguém. Na verdade, não existem inimigos no mundo. Vocês não devem considerar alguém como um inimigo e insultá-lo. Um dia, alguém pode ser seu inimigo, mas vocês podem se tornar amigos no outro. Vocês não devem considerá-lo como alguém separado de vocês. Todos são amigos.

Encarnações do Amor Divino! Vocês estão venerando e orando a Deus com muito amor. Continuem a amar a Deus e desenvolvam fé n’Ele. Só então todas as suas dúvidas serão esclarecidas e vocês serão capazes de compreender plenamente a natureza da Divindade. A dúvida implica em dualidade, isto é, um sentimento de separação entre vocês e Deus. Na verdade, não existem duas entidades - Deus e vocês. Tudo é “Eu”, “Eu”, “Eu”. Agarrem-se à verdade de que “Deus é um sem um segundo” (*Ekameva advitiam Brahma*).

Por exemplo, quantas horas o relógio mostra? Doze horas. Quando o ponteiro das horas atravessa doze horas, ele se muda para uma hora outra vez. Quando cruza uma, ele passa para a próxima

hora. Assim, apenas quando o ponteiro passa de uma hora, ele se moverá para a seguinte. Do mesmo modo, não há nada que possa ser chamado de segundo. Deus é um só.

No entanto, quando alguém deseja se emaranhar em assuntos mundanos, a dualidade aparece. Na verdade, não existe uma dualidade no que diz respeito à Divindade. Às vezes eu acordo os estudantes dormindo no meu quarto e pergunto a eles: “Que horas são agora”? Eles respondem: “Swami! São 12 horas”. Eu novamente pergunto, “Trata-se de 12 horas do dia ou da noite”? Eles respondem: “Swami! 12 horas da noite”. Assim, quando as 12 horas do dia são adicionadas às 12 horas da noite, tornam-se 24 horas. Estritamente falando, não há 24 horas. É apenas porque o dia é seguido pela noite, que vocês pensam que se trata de 24 horas. Por isso, não façam distinção entre dia e noite. As pessoas que trabalham no transporte ferroviário são as que fazem essa distinção operacional para a sua conveniência. Para nós, a noite segue o dia e, novamente, o dia começa de novo após a noite. Ambos, dia e noite, são apenas um para nós.

Por conseguinte, desenvolvam uma fé inabalável no princípio da unidade em tudo o que vocês encontrarem no mundo. Deus é um e apenas um. Se vocês não tiverem uma fé firme nesse princípio, é possível que adorem uma forma de Deus e odeiem outra. Vocês devem sempre manter em vista o princípio da unicidade de Deus. Essa é a verdade.

Se vocês não são capazes de desenvolver essa fé, ignorem-na e não a tornem um assunto de disputa e conflitos. Nunca atribuam dualidade a Deus. Deus é sempre um e apenas um. Quando vocês forem capazes de compreender e desenvolver uma sólida fé na unicidade de Deus, sua vida seguirá suavemente.

(Segurando algumas flores diante da plateia, Swami perguntou) O que é isto? É um ramalhete. Há uma série de flores amarradas juntas com a ajuda de um fio, e, como resultado, elas assumiram a forma de um cacho. Embora as flores sejam de diferentes variedades, o fio que as mantém em conjunto é apenas um. O mesmo princípio foi explicado nos Vedas como “Deus é um sem um segundo” (*Ekameva advitiam Brahma*). O exemplo acima demonstra a unidade na diversidade.

Ao se referir a uma única pessoa, vocês dizem que a pessoa é um homem (ou uma mulher). Ao se referir a um agrupamento de pessoas, vocês as chamam de grupo. Embora haja uma grande diferença nas palavras quando estamos nos referindo a uma única pessoa e a um grupo de pessoas, existe uma unidade fundamental na classificação. Essa unidade é Divindade, que nunca deve ser esquecida.

Infelizmente, atualmente, as pessoas tendem a olhar para a aparente diversidade deste mundo objetivo, ignorando o princípio subjacente da unidade. Tomem, por exemplo, os Pandavas. Quem eram eles? Os cinco irmãos Pandavas eram os filhos de Kunti. Uma mãe, mas cinco filhos. No sentido comum, eles são cinco em número.

Vocês podem não ser capazes de compreender esse princípio da unicidade da Divindade, mas, no devido tempo, quando forem capazes de reconhecer o princípio com uma mente madura, entenderão que a verdade é uma e não duas.

Isto é um lenço (mostrando um lenço para a plateia). Existem várias linhas tecidas em conjunto. Uma vez que os fios são entrelaçados em urdidura e trama, o resultado obtido foi o de um lenço. O tecido é um, mas as linhas são muitas.

Há que se reconhecer o princípio da unidade na diversidade. Nós encontramos vários estudantes reunidos nesta sala. Cada um parece ser diferente. Mas todos eles são alunos da Faculdade Sri Sathya Sai. É necessário esforço para desenvolver essa unidade.

Queridos estudantes! Estou extremamente feliz em ver todos vocês. Eu Me dedico a uma série de tarefas e participo de muitos programas desde as primeiras horas da manhã até o momento de ir

para a cama. Sinto-Me muito feliz e energizado. Não há quem desfrute de mais bem-aventurança do que Eu. Estou sempre feliz e alegre.

Não dou atenção aos elogios ou ao desprezo, venham de onde venham. Eles são apenas a manifestação, em palavras, dos sentimentos de alguém. Não tenho nada a ver com eles. Não cultivo nenhum sentimento de diferenciação, de forma alguma. “Todos são um, tratem a todos igualmente”. (Bhagavan concluiu o Seu Discurso com a canção devocional: “*Govinda Krishna Jai...*”.)

Discurso de Dasara, Prasanthi Nilayam, 9 de outubro de 2005

Sathya Sai Speaks Vol. 38, Cap. 24: 9 de outubro de 2005

# Três bens que você deve proteger

*Gurur Brahma Gurur Vishnu  
Gurur Devo Maheswara  
Guru Sakshat Param Brahma  
Tasmai Sri Gurave Namaha.*

(O Guru é Brahma, o Guru é Vishnu, o Guru é Maheswara. O Guru é realmente o supremo Brahman. Portanto, saudações ao Guru.)

Brahma, Vishnu e Shiva são três diferentes nomes e formas da mesma Divindade. “Todos são um, sejam iguais para com todos”. Embora os nomes e as formas dos corpos físicos sejam diferentes, a Divindade em todos os seres é somente uma. Brahma é o Criador, Vishnu é o Protetor e Shiva é o Destruidor. Ainda assim, todos os três aspectos representam a Divindade única. O Deus único, quando em seu aspecto criador, é chamado de Brahma; quando está protegendo e sustentando os seres vivos, é Vishnu; e, finalmente, no ato de dissolução, é conhecido como Shiva. Para evitar a confusão criada pelo uso de diferentes nomes e formas da Divindade, Deus é referido como *Atma* ou o Absoluto Brahman (o sem nome, o sem forma, a Divindade sem atributos). O *Atma* único permeia todos os seres vivos.

*As religiões são diferentes; o caminho é o mesmo.*

*As roupas são diferentes; o algodão é o mesmo.*

*Os seres são diferentes; o Atma é único.*

*A nacionalidade e o estilo de vida são diferentes,  
o nascimento humano é o mesmo.*

Cada ser humano deve desenvolver três qualidades: amor a Deus, temor ao pecado e moralidade na sociedade. É somente a falta de temor ao pecado a responsável pela atual falta de moralidade na sociedade. O amor é o elemento de ligação que une as pessoas. Onde existir amor, a sociedade estará unida. Desprovido de moralidade, um indivíduo não merece ser chamado de ser humano. Portanto a moralidade é importante para tudo. Embora Deus derrame Seu amor sobre todos, é o ser humano que perdeu a sua preciosa qualidade de temor ao pecado. O homem, atualmente, está cometendo vários pecados com a crença de que Deus é bondoso e irá, no final, perdoar as suas transgressões. Com essa crença, ele está se entregando cada vez mais aos atos pecaminosos. Desenvolveu uma espécie de complacência a esse respeito e pensa que poderá escapar da punição. Mas o fato é o contrário. Embora Deus seja misericordioso e possa perdoar todos os atos pecaminosos, o ser humano deve, necessariamente, pagar pelos seus pecados. Portanto, cada ser humano deve desenvolver estas três qualidades: amor a Deus, temor ao pecado e moralidade na sociedade. Onde não existir temor ao pecado, não haverá moralidade na sociedade.

## **Quando a mente é saudável, pode-se desenvolver amor por Deus**

As pessoas estão se comportando irresponsavelmente e empreendendo várias atividades indesejáveis, guiadas pelo ego fora de controle. Não mais temem o pecado. Nem sequer pensam, por um momento, nas consequências de seus atos. A pessoa deve, portanto, evitar ver o mal, falar o mal e fazer o mal. Caso contrário, as consequências voltarão cedo ou tarde, como bumerangue, para a pessoa

que cometeu tais atos. É também possível que os resultados desses atos pecaminosos voltem para aquela pessoa na mesma hora, de um só golpe. Se o indivíduo estiver realmente interessado no bem-estar da sociedade, deverá trabalhar para desenvolver a moralidade nela.

Aquele a quem falta a moralidade não é, absolutamente, um ser humano, mas é, verdadeiramente, um animal. Dizer mentiras, cometer injustiças contra outras pessoas, ser indulgente com atos incorretos e práticas más é muito ruim. O indivíduo deve, portanto, levar sua vida guiando-se pelos três princípios: amor a Deus, temor ao pecado e moralidade na sociedade. É dito que aquele que não tem moralidade é pior do que um macaco. De fato, um macaco é bem melhor do que tal indivíduo. Ninguém respeitará um indivíduo que se entrega a atos imorais neste mundo. Somente uma pessoa que segue os princípios morais terá o respeito de todos. E aqueles que tentarem causar danos a tal pessoa serão contidos pelos outros com uma advertência: “Essa pessoa é boa. Não tente feri-la”. Aqueles que são desprovidos de moralidade são menosprezados pela sociedade como se fossem piores do que cães. Portanto cada ser humano deve desenvolver a moralidade e levar uma vida de princípios morais todo o tempo.

Há três *sadhanas* (práticas espirituais) pelos quais o amor a Deus, o temor ao pecado e moralidade na sociedade podem ser desenvolvidos. São eles: *bhakti* (devoção a Deus), *jnana* (o caminho do conhecimento) e *vairagya* (desapego). O *karma* (ação) é um atributo natural e essencial do corpo físico. É somente quando o corpo empreende boas ações que a mente funciona bem. Quando a mente está saudável, o amor a Deus pode desenvolver-se. Então, devoção, sabedoria e desapego estão conectados com o amor a Deus, temor ao pecado e moralidade na sociedade. São como as três pás do ventilador: somente quando as três giram é que podemos ter o ar refrescado. De outra forma, nos sentiremos desconfortáveis.

### **Pureza da consciência é sumamente importante**

Atualmente, as pessoas questionam por que devemos desenvolver o amor a Deus. O amor a Deus permite que a pessoa desenvolva o temor ao pecado, o que, por sua vez, desenvolverá a moralidade na sociedade. Todos precisam saber discriminar o bem do mal, o pecado da virtude. Tendo analisado, precisamos tentar fazer o bem somente. Sejam bons, façam o bem, vejam o bem; esse é o caminho para Deus. Desprovidos desses três, qualquer número de rituais e adoração, *japa* (recitar o nome de Deus) e *tapa* (penitência) será inútil.

São nove as formas de devoção: *sravanam* (ouvir), *kirtanam* (cantar), *Vishnusmaram* (contemplação de Deus), *Padasevanam* (servir aos Seus Pés de Lótus), *vandanam* (saudação), *archanam* (adoração), *dasyam* (servir) *sneham* (amizade) e *Atmanivedanam* (autoentrega). O primeiro passo é *sravanam* (ouvir). Depois, devemos analisar se o que foi ouvido é bom ou mau. Se vocês consideram que é uma sugestão ruim e, portanto, que não é do seu agrado, como poderão colocá-la em prática? Atualmente, é possível uma pessoa conseguir que um trabalho seja feito mediante mentiras e obter o sucesso sobre os outros por meios falsos e injustos. Assim, devemos nos indagar sobre a santidade de cada ato que realizamos. Não se pode ser complacente com as consequências que se seguirão; cedo ou tarde, o resultado de um ato pecaminoso aparecerá. Pode ocorrer agora ou um pouco mais tarde, a qualquer momento. Dessa forma, estejam preparados para somente realizar atos bons e nobres com a mente pura. Mais do que qualquer outra coisa, a pureza de consciência é de extrema importância. É o *Atma tatva* (Princípio *Átmico*).

Ninguém consegue entender o que é o *Atma*. Já que os corpos e as formas são muitos, alguns nomes devem ser dados para se fazer distinção entre eles. Contudo, o *Atma* ou *Brahman* não tem nascimento ou morte, como acontece com os corpos físicos. Portanto não pode ser identificado como sendo isto ou aquilo. O *Atma*, embora além da compreensão individual, tem sido descrito como *nitya, suddha, buddha, mukta, nirmala swarupinam* (eterno, puro, iluminado, livre e encarnação do sagrado). É imaculado e a morada eterna (*niranjanam, sanathana nikanam*). Há somente um *Atma*, que é imanente em todos os seres. Essa é a natureza essencial do *Atma*.

Um pequeno exemplo: quando colocamos cem potes com água sob o céu, em uma noite de luar, poderemos encontrar uma lua refletida em cada um dos potes. O corpo é como um pote. Está destinado a perecer a qualquer momento. Então, para onde irá a lua (*Atma*)? Não irá para lugar algum. Estará lá. Entretanto, quando não houver água (corpo), não haverá reflexo nela. Da mesma maneira, o *Atma* está presente em cada ser humano.

Uma pessoa que não tem bom caráter não tem moralidade. Uma pessoa sem moralidade não merece ser chamada de ser humano. Devemos conquistar honra e respeito para nós mesmos na sociedade. Contudo, atualmente, não encontramos pessoas preocupadas com a boa reputação na sociedade. Mas as pessoas estão particularmente interessadas em saber quem é rico e quem é pobre. O dinheiro vem e vai, a moralidade vem e se desenvolve, diz o ditado. Não é correto, entretanto, aspirar por riquezas, poder e outras coisas mundanas. Todos esses bens são transitórios. Vocês podem tentar agarrar-se firmemente a eles, contudo eles escaparão sem que vocês percebam. O *Atma*, todavia, é eterno. Não há ir e vir para o *Atma*. Ele permanece sempre uma testemunha eterna de tudo o que acontece neste mundo. Devemos desenvolver a fé nesse *Atma* eterno. Aqueles que desenvolvem a fé no *Atma tatva* não se sentirão perturbados pela injustiça, pelos erros e pelas práticas ruins.

### **Se desejam transformar a sociedade, deve haver pureza em seu coração**

Vocês dizem “meu corpo”, “meus sentidos”, “minha mente”, “meu intelecto”, etc., mas vocês não são nenhum deles. Por exemplo, vocês dizem: “Este é o meu livro”. O livro está em suas mãos nesse momento. No momento seguinte, alguém deseja dar uma olhada nele, e ele vai para as mãos dessa outra pessoa. Similarmente, vocês têm algum dinheiro em suas mãos. Após algum tempo, irá para as mãos de outra pessoa. Ele apenas vem e vai. A moralidade, todavia, vem e cresce. Ela não tem forma. Se alguém deseja melhorar a sociedade e o mundo, a moralidade deve ser desenvolvida, primeiramente, no indivíduo.

Atualmente, muitos partidos políticos estão prometendo melhorar a sociedade. Propõem transformar a sociedade. Contudo, eles falham invariavelmente porque o que pretendem é angariar votos para os seus objetivos egoístas. Não se preocupam com a sociedade. Se vocês desejam transformar a sociedade, deve haver pureza em seus corações. Primeiramente, o indivíduo; depois, a sociedade. Para que o indivíduo seja transformado, deve haver amor a Deus e temor ao pecado. Depois, vem a moralidade na sociedade. Os indivíduos fazem a sociedade. Então, se a unidade entre os indivíduos for desenvolvida, haverá pureza e Divindade. Unidade, Pureza e Divindade não podem ser alcançadas através da simples educação.

### **A meditação verdadeira é esquecer-se totalmente de si**

Suponham que vocês estejam sentados para a meditação, com os olhos fechados. No entanto, a mente vagueia por todos os lugares. Vocês tentam trazê-la de volta para o ponto inicial. Tudo isso é

uma questão de prática. Somente quando serenarem a mente é que a meditação será possível. Esse processo de acalmar a mente é chamado de concentração. A meditação só é possível após a concentração. A ordem apropriada é concentração, contemplação e meditação. Não acreditem naqueles que afirmam estar meditando no momento em que se sentam. Isso é um exercício artificial, não meditação. A verdadeira meditação é esquecer-se de si mesmo totalmente. É esquecer completamente o *dehatma bhava* (o sentimento de identificação com o corpo). É necessário abandonar totalmente o apego aos sentidos. Somente então a mente será estável.

Certa vez, havia um pai que tinha quatro filhos. Cada um queria seguir uma vocação diferente para ganhar dinheiro. Um queria dedicar-se aos negócios. O outro desejava abrir um pequeno armazém. O terceiro gostaria de arrumar um emprego. E o quarto tinha outra vocação. Embora ganhar dinheiro fosse o objetivo comum, cada um escolheu um caminho diferente. Finalmente, são os meios adotados para ganhar dinheiro que levam à acumulação de virtude ou de pecado. As pessoas cometem pecados até mesmo sem se darem conta disso. Os pecados cometidos continuarão a persegui-las.

Há algum tempo, houve uma enchente no estado de Orissa. Muitas vilas foram destruídas em quatro distritos. As casas, árvores, colheitas, até animais e algumas pessoas foram arrastados pela força das águas da enchente repentina. Centenas de aldeias foram inundadas, e as pessoas ficaram isoladas. A fúria da natureza deixou-as apavoradas. Então, mandei um telegrama: “Não se preocupem, fiquem tranquilos. Eu construirei casas para vocês”. O povo de Orissa veio ver-me, conseguindo um trem especial. O governo estava lá, os membros do Parlamento e da Assembleia Legislativa também, eram pessoas de quem o povo esperava obter auxílio para socorrê-lo naquela hora de necessidade. Mas ninguém se apresentou. Imediatamente lhes enviei dez crores (100 milhões de rúpias), providenciei a distribuição de material de ajuda e a construção de casas *pucca* (construídas com materiais de qualidade) para as pessoas atingidas.

Não estou interessado em acumular dinheiro. Quero, apenas, o amor de vocês. Sejam felizes. Desenvolvam a moralidade e o amor a Deus, pois o amor irá afastar as qualidades demoníacas de vocês.

### **Bons ou maus, o indivíduo obtém os frutos das suas ações**

Antes de a guerra entre Rama e Ravana começar, Hanumam entrou em Lanka como parte de sua missão de procurar o local onde estava Sita. Após encontrá-la, voltou para passar a informação a Sri Rama. Foi pego pelos demônios e levado para a corte de Ravana. Ravana ficou furioso em ver Hanumam, que, em seu retorno, havia destruído o belo bosque de árvores Ashoka. Ravana questionou Hanumam: “Quem é você? Como ousa entrar na cidade inexpugnável de Lanka?” Ravana subestimou o poder de Hanumam e zombou dele, dirigindo-se a ele como a um macaco comum.

Hanumam replicou no mesmo tom, como um igual, e disse a Ravana: “O Senhor que cortou as orelhas e o nariz de sua irmã enviou-me”. Ravana estava muito zangado, pois alguém ousara falar com ele desse modo tão desrespeitoso. Na verdade, Hanumam usou a mesma linguagem de Ravana, que se sentiu insultado. Hanumam não ficou nem um pouco aborrecido, porque estava, durante o tempo todo, recitando o nome de Rama (*Ramanama*), o que lhe dava coragem e força para enfrentar qualquer situação.

Ravana não podia tolerar a impertinência e arrogância de Hanumam. Ordenou, então, que a cauda dele fosse enrolada com tecido embebido em óleo, e ateou fogo nela. Hanumam não ficou parado. Com a cauda em chamas, pulou de um edifício para outro e colocou fogo na cidade inteira. Os

lindos palácios cobertos com pedras preciosas ficaram em chamas em pouco tempo. Até o palácio de Mandodari foi envolvido pelas chamas. Ela saiu. As pessoas corriam, apressadamente, de um lado para o outro. Nem um único prédio escapou das chamas. Hanumam, então, aconselhou Mandodari: “Mãe, é o pecado cometido por seu marido o responsável por essa devastação e conseqüente perda de tantas vidas e propriedades. Por favor, diga ao seu marido que não cometa novamente tão abomináveis pecados. Se puder, salve o seu marido, pois isso implica salvar a si mesma e ao clã *rakshasa*”.

As pessoas têm de sofrer as conseqüências de seus atos. Deus é somente a testemunha. Bons ou maus, cada um recebe os frutos de suas ações. Assim, antes de tudo, é necessário desenvolver a moralidade que é baseada no aprimoramento das qualidades humanas. Para que as qualidades humanas sejam desenvolvidas numa pessoa, ela deve ter amor a Deus, pois o amor a Deus, o temor ao pecado e a moralidade na sociedade são interdependentes. Quando houver moralidade na sociedade, todas as pessoas estarão protegidas.

Um ponto importante precisa ser lembrado nesse contexto. Vocês podem esconder os seus atos da sociedade, mas o Deus onipresente sabe de tudo. Vocês terão de sofrer as conseqüências de suas ações. É uma lei imutável. Portanto, se puderem ajudar os outros, então tudo bem. Caso contrário, fiquem em silêncio. Não causem danos a ninguém. Não cometam erros por pensamento, palavra ou ação. Algumas vezes, vocês podem não obter o resultado de suas ações imediatamente. Poderá levar algum tempo. Mas, certamente, o resultado virá.

As pessoas estudam textos espirituais como a Bhagavad Gita, mas falham em perceber a sua própria natureza inata. As Upanishads exortam: “Querido filho, tente compreender sua própria natureza primeiro. Conheça a si mesmo! Se puder fazer isso, será equivalente a conhecer todas as coisas”. O conhecimento do Eu Interior (*Atma Bodha*) leva à percepção: “Não sou o corpo, não sou a mente, não sou o intelecto, etc.”

A mente é como um tecido composto por fios entrelaçados. Quanto tempo o tecido durará? O tempo em que os fios permanecerem intactos. Uma vez removidos os fios, o tecido perderá a sua forma. Ou, se o colocarem no fogo, será reduzido a cinzas. As pessoas dizem: “Fulana é minha esposa, beltrano é meu filho, sicrano é meu genro, etc.” Essas relações são apenas ilusão. Quem são essas pessoas? Todas são propriedades de Deus. Tudo neste mundo é propriedade de Deus; ninguém tem qualquer direito, seja sobre o que for. As pessoas brigam entre si, reclamando por direitos, desperdiçando, assim, o seu tempo. Tempo perdido é vida perdida. De fato, não é o tempo que estamos perdendo; estamos desperdiçando a nossa preciosa vida.

Para concluir, Eu gostaria de enfatizar, mais uma vez, que vocês devem cultivar o amor a Deus, o temor ao pecado e a moralidade na sociedade. Esses são recursos valiosos que sempre devem ser resguardados. Se protegerem esses valores, em troca, eles os protegerão. Hoje, vocês pensam que devem entender o *Brahma tatva* (o Princípio de Brahma). Na verdade, *Brahman* não tem nome nem forma. É *nirgunam, niranjam, sanatha nikanam, nitya, suddha, buddha, mukta, nirmala swarupinam* (Deus é sem atributos, sem mácula, morada final, eterno, puro, iluminado, livre e encarnação do sagrado).

As crianças *Bal Vikas* vindas de Tamil Nadu estão esperando para apresentar um programa cultural. Assistam-no. Continuarei o meu discurso amanhã.

Sai Kulwant Hall, Prasanthi Nilayam, 6 de julho de 2009



[sathyasai.org.br](http://sathyasai.org.br)