

Introdução ao Vedanta - Curso em 14 lições

Baseado no livro "A Essência da Iluminação"
de James Swartz

Lição 1

O Que Eu Quero?



[FACEBOOK.COM/SHININGWORLDBRASIL.VEDANTA](https://facebook.com/shiningworldbrasil.vedanta)

CAPÍTULO 1 - O QUE EU QUERO?

Motivações

Imagine-se na primavera, em um vale de montanhas. Muitas belas flores estão florescendo. Cada uma tem a sua própria beleza, mas se você as organiza num buquê, o todo se torna mais do que a soma de suas partes. Vedanta toma todas as nossas experiências e as organiza numa maneira que nos dê uma perfeita apreciação de nossa verdadeira natureza e propósito de vida.

Muitas coisas – maravilhosos arranha-céus e pontes, celulares e a internet – são o resultado do conhecimento coletivo da humanidade. Similarmente, nossa experiência e conhecimento coletivo espiritual, tem se fundido num perfeito buquê de ensinamentos que tem o poder de nos libertar. Isto não pertence a ninguém porque pertence a todos. Este buquê perfeito, este veículo mais refinado, é Vedanta*, o conhecimento que termina a procura pelo sentido da vida.

O coração humano não descansará até compreender quem, e o que ele é. Sem a visão de não-dualidade, você será forçado a continuar procurando. Se você quer compreender quem você é, e viver livremente, você precisa estar aberto para a lógica que se desenrola neste livro. Se você não pode aceitar este primeiro ensinamento, você não poderá se beneficiar do segundo. Se você não pode assimilar o segundo, o terceiro não fará sentido. Cada ensinamento se encaixa perfeitamente em todos os outros, porque a realidade é uma consciência plena. Vedanta é a sua ciência. Para tirar o máximo proveito dela você precisa ser paciente, porque não-dualidade é desafiadora. Conhecimento pode surgir num flash, mas ele não permanece sem uma constante exposição aos ensinamentos. Progressivamente, a visão de não-dualidade se fundirá na sua mente. Então, leia cuidadosamente. Sem pressa. Você não ficará desapontado.

É muito importante ver a realidade como ela é, não como você pensa que é ou quer que seja. Todos são orgulhosos de seus conhecimentos espirituais, então você terá a tendência de avaliar o Vedanta de acordo com suas próprias ideias, mas isto não funciona. Uma vez que você tenha escutado os ensinamentos, você deverá avaliar o que sabe usando como referência o que tiver escutado, não o contrário. Se você avaliar o ensinamento usando como referência suas crenças e opiniões, você falhará. Suas sensações de incompletude, separação e limitação permanecerão.

* *Veda* significa conhecimento em Sânscrito, e *anta* significa fim. A palavra composta Vedanta tem dois significados: 1) o conhecimento que finaliza a procura por conhecimento, e 2) o conhecimento consagrado no final de cada um dos quatro Vedas. Os Vedas são os mais antigos textos existentes, sobre o tema da consciência plena, o ser.

A Lógica Não-Examinada de Sua Própria Experiência

Vedanta é um método impessoal de auto-investigação. O primeiro estágio é escutar com uma mente aberta, deixando de lado seus pontos de vista. Escutar sem julgamento é difícil, mas não impossível. Se você estiver decidindo se gosta ou não do que escuta, você não está escutando. Não há nada o que gostar ou desgostar, há somente algo para conhecer. Se você escutar sem preconceito, as palavras farão completo sentido, mas se você estiver somente procurando por uma explicação da realidade que se encaixe na sua visão, Vedanta não é para você.

Uma vez que você tenha escutado um ensinamento na totalidade, como ele é, pode deixar suas crenças e opiniões interagirem com a verdade, mantendo aquelas que fazem sentido e descartando aquelas que não fazem. Este, o segundo estágio da auto-investigação, é a reflexão ou contemplação. Se você se render a este processo, terá êxito.

Você pode compreender um ensinamento em particular muito bem, mas para ter sucesso com a auto-investigação, você precisa compreender a verdade que liga todos os ensinamentos juntos num lindo colar de significados, como pérolas num cordão. A visão de não-dualidade não é obtida pela sintetização dos ensinamentos a partir de diferentes tradições. Ela é, entretanto, facilmente obtida se você constantemente expuser sua mente a ela.

Eu introduzirei uns poucos termos em Sânscrito, para que você compreenda que isto não é meu ensinamento. Eu não tenho ensinamentos. Eu simplesmente sou uma pessoa que foi ensinada. Eu não quero que você acredite em mim ou que dependa de mim. Eu peço somente que você escute com uma mente aberta a esta grande sabedoria. Você não ficará desapontado nem se sentirá enganado, porque eu sigo as regras da tradição. Eu não tenho um interesse pessoal. Professores fora da tradição, mesmo aqueles sinceros, são comumente guias não confiáveis para a verdade, porque eles sabem somente aquela parte da realidade revelada pela sua própria experiência.

Você não obterá conhecimento parcial ou será induzido ao erro por uma pessoa “iluminada” se você escutar o Vedanta, porque ele é uma tradição comprovada pelas escrituras. Se você conhece a fonte de sua grande sabedoria, você pode checar e ver se eu estou ensinando a verdade, ou meramente o que eu penso ou acredito. Ensinar as escrituras me protege, também. Se você tiver algum desentendimento sobre algo que você escutar, o desentendimento será com o ensinamento, e não comigo. Ouvir coisas que você não goste será inevitável. Por favor, não me culpe. Eu sou uma boa pessoa e não desejo aborrecê-lo, mas algumas vezes tenho que dar más notícias.

Eu Quero Segurança, Prazer e Virtude

A primeira busca do Vedanta é: o que eu realmente quero na vida? É claro que eu não quero ser infeliz. Se a infelicidade vem – e isto acontece – não é porque eu a quero. Provavelmente é porque eu sou incompetente ou ineficiente na minha busca, devido à falta de compreensão a meu respeito e do mundo no qual eu vivo.

Todos querem ser livres e felizes, se sentir plenos e completos. Se você pensa que há outra razão para você estar aqui na terra, neste corpo, auto-investigação não é para você. Quando as pessoas querem ser livres e felizes, elas procuram por coisas que elas acreditam que as farão livres e felizes.

A primeira coisa que nós procuramos é segurança. É lógico, porque a vida é insegura. Você não pode esperar que qualquer coisa dure. Existem muitas formas de segurança, a mais óbvia delas é a segurança financeira. Poucos sentem que tem dinheiro suficiente. É um fato que todos querem mais dinheiro, porque os desejos são infinitos e dinheiro é necessário para se obter o que quer. É natural acreditar que quanto mais dinheiro você tem, mais seguro você será, mas isto não é verdade.

A busca é baseada na sensação de insegurança, e insegurança tem muitas faces. Se você está financeiramente seguro, tenha certeza de que você sentirá insegurança em outras áreas da vida. Você pode estar inseguro socialmente ou moralmente. Quando eu pergunto se alguém tem amor suficiente, quase nenhuma mão se levanta. Você sempre acredita que poderia se amar mais ou receber mais amor. Se você quer atenção, isto significa que você é emocionalmente inseguro. Antes que eu vá enumerando as coisas que você busca, você pode saber que nem tudo, necessariamente, se aplica a você. Esta é apenas uma lista geral com base na qual nós estamos expondo certos fatos a respeito da realidade das atividades mundanas.

Existe um famoso livro na tradição Vedica, sobre o tema do prazer, o *Kama Sutra*. Famoso porque prazer é algo que as pessoas sentem que elas precisam conhecer. Uma vez que você está financeiramente seguro, você quer desfrutar a vida, então, várias formas de prazer podem tornar-se seu objetivo. Sociedades ocidentais são financeiramente bem-sucedidas e, portanto, nós somos obcecados por diversão. Segurança é uma necessidade; prazer é um luxo. A maioria dos ocidentais não vê pessoas dormindo nas ruas como os cidadãos da Índia, onde luxos são virtualmente inexistentes, e as pessoas não tem tempo para perseguir prazer. Em nosso mundo, luxos tem se tornado necessidades.

Quando você está emocionalmente inseguro, você quer se divertir. Veja quanta energia é colocada em diversão: internet, esportes, jogo, viagem, música, sexo, drogas – diga você. Nós realmente não precisamos destas coisas, mas elas estão disponíveis, então nós as queremos. Sundari, minha esposa, as chama de “armas de distração em massa”. Eu passo por aeroportos todo o tempo e tenho que andar por uma provação de lojas com todo o tipo de coisas tentadoras: bolsas de milhares de dólares, montanhas de chocolates e brinquedos eletrônicos, muito numerosos para mencionar. Uma pessoa não precisa nem mesmo de um destes itens. Eu comprei uma pequena balança digital no avião ontem, para pesar minha

bagagem, para que eu não seja cobrado a mais por carregar meus luxos inúteis de um país para outro.

Prazer não é um objetivo que conduz à felicidade, porque momentos de prazer requerem três fatores que nem sempre estão disponíveis: (1) *um objeto capaz de dar prazer*: algumas vezes eu estou ao ar livre em uma bela paisagem cercado por mosquitos; (2) *um instrumento apropriado, efetivo para a apreciação do dito objeto*: algumas vezes uma bela música está tocando mas eu estou com dor de cabeça; e (3) *a presença de uma estrutura mental adequada para apreciação*: algumas vezes eu estou me sentindo excitado na presença de uma pessoa sexy, desejável, mas eu estou preocupado em perder o meu emprego. Já que o prazer é dependente destes fatores sempre mutáveis, momentos de prazer são ocasionais e fugazes. Este fato deveria – se eu sou uma pessoa que pensa – me levar a concluir que deve haver buscas mais frutíferas.

Digamos que você está seguro financeiramente, e você está desinteressado em prazer porque sua vida é boa pelos critérios habituais. Entretanto, você não sente que seja bom o suficiente como pessoa. Você se sente egoísta, fútil, arrogante e auto-indulgente; talvez você seja cruel ou não muito honesto. Você sabe que tem um problema moral, e você se sente culpado. Consequentemente, você gostaria de ser mais honesto, puro, espiritual, doce, generoso e amável. O que você faz? Você persegue a virtude.

Em culturas Cristãs você aprende que é um pecador tão logo sai do ventre. Sim, existe um prazo de carência quando Mamãe e Papai pensam que você é um presente de Deus para a raça humana e te enchem de afeição. Mas não demora muito para que eles comecem a te dizer que algo está errado com você. Isto é novo para você, um rude despertar. Antes que perceba, você começa a ter um complexo. Você acredita, sem um fiapo de evidência, que não é bom o suficiente. Nestes dias, muitas pessoas com baixa auto-estima trabalham duro para tornarem-se piedosos e bons. Este esforço para ser virtuoso é muito triste, porque nada está realmente errado com você.

Algumas pessoas se sentem fracas e partem para buscar poder. Eles tendem a fazer as vidas dos outros infeliz, porque eles se sentem infelizes por dentro. Pessoas querem muitas outras coisas, mas a última que eu mencionarei é fama ou reconhecimento. Você se sente pequeno e desimportante porque existe uma pequena pessoa dentro de você – uma criança interna que nunca cresce, uma pequena pessoa que quer ser notada e apreciada. Então você se torna uma praga carente, sempre procurando atenção. Você desenvolve estratégias sofisticadas para levar as pessoas a notá-lo.

Não existe necessidade de discutir todas as buscas humanas; estas são as básicas. Todas são destinadas a fazê-lo se sentir adequado, pleno, completo, feliz e livre. Vamos ver se elas funcionam.

Nós chegamos agora a um ponto muito importante de nossa primeira investigação. Alguma parte de você não vai gostar do que vem a seguir, mas tente admitir isso. Examine a lógica cuidadosamente. Incapacidade de compreender o próximo ensinamento pode desqualificá-lo para a iluminação.

Existe Felicidade?

Todo mundo tem sido feliz por um minuto ou dois, uma hora, uma semana ou um mês. Isto prova que felicidade existe. Mas de onde ela vem?

Ela está em Objetos?

Quando você consegue o que quer, você se sente livre, feliz, completo e pleno. Isto significa que o sentimento de felicidade-plenitude-perfeição-liberdade vem de um objeto? Você não persegue coisas para fazer você mesmo infeliz. Você persegue o que persegue porque acredita que a alegria está de alguma maneira contida nos objetos.

Mas isto é verdade? Existe felicidade em objetos? Se isto é verdade, o mesmo objeto daria felicidade para todo mundo. Uma vovó que tricota meias e pequenos gorros de lã para seus netos, não vai apreciar bungee jumping. Você pode ver a vovó parada na borda de uma ponte com cordas de bungee jumping atadas às suas pernas? E quão feliz ficará seu neto adolescente, que ama pular de pontes, tricotando meias?

Se objetos são a fonte de alegria, é razoável perseguir coisas no mundo. Vamos analisar a situação e ver onde a alegria reside.

Você tem uma fantasia bem desenvolvida a respeito da pessoa perfeita – sua alma gêmea. Você acredita que sua solidão terminará e a felicidade virá quando ela aparecer. Você vai a um encontro. Você vê alguém que se encaixa em sua fantasia. Seus olhos se encontram através da sala. Você sente uma emocionante excitação.

O que acontecerá com a fantasia quando você realmente se conectar com a pessoa? Ela desaparece! Por que? Porque o objeto está presente. Um grande sentimento de amor e felicidade jorra sobre você. Você presume que a alegria está vindo do objeto e imediatamente se torna apegado a ele. Mas sua suposição está incorreta. O que de fato acontece é que ***quando o desejo pelo objeto desaparece, o amor que é a natureza do ser, imediatamente inunda a mente.*** O objeto não é a fonte do sentimento; ele é apenas o catalisador que libera sua alegria inerente. A única conclusão razoável que eu posso traçar me leva a perguntar: se felicidade/amor é minha natureza, por que eu estou procurando por isto em objetos?

Se você não pode aceitar este fato agora, nós ainda podemos te ensinar. Vamos aceitar a sua argumentação de que a felicidade está em objetos. Antes que nós continuemos, deixe-me fazer esta pergunta: que tipo de felicidade ela é? Você não pode reivindicar que ela é uma felicidade permanente. Quando a experiência termina, sua sensação de incompletude retorna e você tenta reconectar com o mesmo objeto, ou então procura um novo objeto. Você pode argumentar que felicidade objetiva funciona se você puder permanecer conectado com as coisas que parecem fazê-lo feliz. Mas objetos vem e vão. Nenhum objeto fica permanentemente na sua vida. A única constante sou eu, o sujeito. Vedanta afirma que a natureza do sujeito é êxtase ilimitado. É uma afirmação que iremos provar de várias maneiras. Mas se você está apegado à sua crença no valor de objetos para felicidade, por favor,

experimentalmente, aceite nossa visão como uma hipótese de trabalho e escute estes ensinamentos. Pode ser que você mude de ideia.

Objetos não funcionam como fonte de felicidade, por uma razão muito simples: eu busco por plenitude quando eu já sou completo. Eu faço isto porque eu não sei quem eu sou.

Nós podemos considerar um triste fator a mais, a respeito de objetos: você não se livra da procura quando consegue o que quer, porque o esforço que foi usado em obter o objeto é requerido para mantê-lo. Está tudo indo por água abaixo, o tempo todo. Se você consegue um bom trabalho, seus problemas apenas começaram; você tem que trabalhar duro para mantê-lo. Se você é sortudo o suficiente para que alguém se apaixone por você, você precisa corresponder mais ou menos constantemente, ou o amor irá para outro lugar.

Finalmente, não somente os objetos são inerentemente falhos em termos de seu conteúdo de felicidade, mas o campo no qual os objetos aparecem está estabelecido de tal maneira, que a felicidade permanente é impossível. O campo de minha experiência, o qual é apenas a minha mente, é a dualidade. Isto significa que porque eu não conheço a natureza não-dualista da realidade, eu penso em termos de opostos. Para cada subida existe uma descida. Cada ganho acarreta uma perda. Por exemplo, você se apaixona e descobre intimidade. Mas você também sofre por apego. Viver na casa de seus sonhos faz você feliz, mas para tê-la você tem que fazer uma hipoteca e pagar uma boa quantia por trinta anos, o que não o faz feliz. A vida é assim. Não existe maneira de derrotar o sistema e conseguir somente o lado positivo de suas experiências de vida. Como diz o poeta, vida é “alegria e tristeza misturados. Ela é um jogo de soma zero.

Definições de um Objeto

Um objeto é qualquer outra coisa além de mim, o sujeito. Meu corpo aparece como um objeto para mim. Meus sentimentos aparecem em mim e são conhecidos por mim. Eles também são objetos, como são meus pensamentos, crenças e opiniões. Definitivamente, qualquer coisa que eu experiencio é um objeto, incluindo o passado, presente e futuro. A própria experiência é um objeto conhecido por mim. Por favor não se esqueça dessa definição, porque ela é a essência da auto-investigação; você precisará dela até o fim de sua investigação – e além. Esta é a base da prática que libertará você.

Eu Não Sou um Objeto

Se algo é conhecido por mim, ele não pode ser eu. Objetos físicos, pensamentos e emoções e minhas experiências no mundo, são objetos conhecidos por mim.

Eu Sou Separado dos Objetos?

Vamos aprofundar nossa investigação. Onde é que eu termino e os objetos começam? Existe uma separação? Se existe, qual é o tipo de separação? Se você analisar a percepção, você verá que os objetos não são realmente separados do sujeito, eu.

A luz atinge objetos e viaja através dos olhos, e a experiência e o conhecimento do objeto acontece na mente. O conhecimento do objeto é verdadeiro para o objeto. Se um cachorro está andando diante de você, você não vê um gato. Do que a experiência do cachorro é feita? Ela é feita da sua mente, o instrumento de percepção. A mente é sua plena consciência tomando a forma dos vários objetos. Ela pode conhecer qualquer coisa porque ela é sem forma e ilimitada. Se você pensar a respeito da experiência do cachorro, você pode ver que a partir de um ponto de vista experiencial, o cachorro está, na realidade, em sua mente, não do lado de fora andando na rua. Ele aparece como se estivesse fora, mas se você tentar experienciá-lo fora, você não pode. Não interessa o quão próximo você se aproxima do cachorro, ele é sempre um objeto. Você não pode simplesmente pular fora do seu corpo e experimentar objetos, porque objetos não estão localizados onde eles parecem estar. Eles sempre parecem estar longe de nós, mas eles não estão.

Aqui está uma das afirmações contra intuitivas do Vedanta: objetos não são reais. Quando nós dizemos que eles não são reais, nós queremos dizer que eles nunca permanecem os mesmos de segundo a segundo, e eles são feitos de partes. Qual parte do cachorro é realmente o cachorro? O pelo, os dentes, as patas, o nariz? E se o cachorro é o nariz, o que é o nariz? Ele é uma agregação de partículas mudando de acordo com as várias leis naturais. Então, qual partícula é a partícula do nariz? Quando você chega muito perto do cachorro, o cachorro é apenas um remendo de pelos.

Quando você investiga, todos os objetos, em última análise, se resumem ao espaço no qual as partículas e o observador desse espaço aparecem. O observador é consciente do espaço e dos objetos que aparecem nele, do contrário eles não poderiam ser conhecidos. E a consciência plena do observador é a consciência plena que conhece tudo.

Definição do Real

Algo é real se ele nunca muda. Objetos não são reais porque eles mudam. Se você pensar sobre isto cuidadosamente, este fato o incomodará porque você não iria perseguir objetos se você soubesse que eles são irreais.

De qualquer forma, nós estamos tentando determinar onde os objetos estão localizados e o relacionamento que eu tenho com eles. Aqui está outra detalhada análise do relacionamento entre o sujeito, eu, e os objetos que se apresentam para mim. Esta investigação mostra que os objetos que nós identificamos e imaginamos estar experienciando através de percepções sensoriais, são essencialmente nada mais do que sensações específicas criadas pelos órgãos dos sentidos. As sensações que nós experienciamos não constituem a totalidade do objeto, com o qual as associamos. Por exemplo, a dureza que nós sentimos em nossa extremidade traseira quando sentamos numa cadeira de madeira, não constitui o conhecimento de toda a cadeira. A cadeira torna-se uma cadeira somente porque nós fazemos uma dedução baseada numa ideia do que é uma cadeira. O que nós experienciamos são apenas algumas sensações distintas no corpo, as quais por sua vez são interpretadas pela mente para significar algo. Tanto a mente quanto o corpo, aparecem como um objeto em mim, consciência. Estas sensações e o conhecimento que surge com elas, não são iguais nem à experiência da cadeira nem ao conhecimento da cadeira. Tudo o que nós experienciamos é dureza ou maciez (se a

cadeira é estofada), e uma ideia de cadeira. O livro de Greg Goode, *The Direct Path (O Caminho Direto)*, apresenta muitos experimentos concretos que provam que objetos parecem estar lá fora, mas não estão realmente localizados onde eles parecem estar.

Se você investigar mais profundamente, verá que a cadeira não é nada além da experiência de um órgão sensorial em particular, através do qual ela é percebida. Além disso, a existência independente de qualquer sensação, não pode ser verificada por um outro órgão que não seja o próprio que a experiencia. Para a cadeira ser um objeto sujeito ao conhecimento comum, ela deve ter sido verificada por algum outro órgão de percepção. Mas é somente quando uma dada sensação aparece em mim que eu experiencio o que é chamado visão, audição, gosto, tato, ou cheiro.

Continuando a investigar, nós descobrimos que órgãos sensoriais são essencialmente nada mais do que eu, a consciência que os vê. Eu não os experiencio como instrumentos, parados, esperando serem usados por mim. Eu não penso “eu quero cheirar uma rosa. Onde será que deixei meu nariz? Eu o tinha comigo ontem, mas parece que ele está perdido. Me deixe chamar minha esposa, talvez ela o tenha colocado no lugar errado”. A análise revela que cada órgão tem uma única função de consciência, através da qual um tipo particular de percepção acontece.

Finalmente, já que a consciência é necessária, ou os órgãos sensoriais não podem sentir, é claro que os sentidos são dependentes da consciência plena para sua própria existência – mas a consciência não depende deles. Você, consciência, existe, esteja ou não sentindo os objetos, como em sono profundo, por exemplo. Se os objetos que os sentidos parecem reportar, não tem uma existência independente – a qual é a base de nosso conhecimento sobre eles – esses objetos não tem existência à parte de mim, a consciência que testemunha, sobre a qual muito será dito conforme prosseguirmos. Se os objetos existem somente como sensações, e sensações existem somente em mim, a alegria que é aparentemente causada pelo contato com objetos, está vindo somente de mim. Se nós pensarmos um passo além, ficará claro que eu não posso separar a felicidade que eu sinto, de mim - o sujeito. Assim como uma onda nunca está separada do oceano no qual ondula, a alegria que “ondula” em mim quando eu consigo o que desejo é simplesmente eu, consciência.

Então nós vemos que objetos não estão afastados de nós num mundo “lá fora”. Eles são experienciados e conhecidos “em” nós. Se nós levarmos nossa investigação um pouco mais a fundo, nos encontraremos com o fato que é a base do Vedanta, o conhecimento que nos libertará da dependência de objetos: nós descobrimos que a realidade é não-dual, e que nós não podemos depender de objetos, porque eles são o que nós somos. Se nossa análise é verdadeira – e ela é – então, os objetos que nós experienciamos não são separados da consciência plena que faz a experiência deles possível*.

* As palavras consciousness (plena consciência) e awareness (consciência) são sinônimas. Ambas referem-se mim, o sujeito. Eu tenho propositalmente evitado usar os termos Sânskritos, Brahman e Atman, porque nós não temos meio de avaliá-los fora da tradição do Sânscrito. Ambas palavras se referem a plena consciência (*chaitanyam*, *chetana*) visualizadas a partir de ângulos levemente diferentes. E não há diferença entre elas. Eu tendo a favorecer a palavra awareness, porque a mente Ocidental tende a visualizar ‘plena consciência’ como um objeto subjetivo aparecendo na consciência. Isso cria um problema, porque o ponto básico da auto-investigação é distinguir plena consciência dos objetos.

Os Objetos Sou Eu

Deixe-me fazer a pergunta de um milhão de dólares. Quão distante você está de sua da sua consciência experienciadora? E a resposta é: você não está nada distante. De fato, não há diferença entre o você real, a consciência testemunha não experienciadora, e sua consciência experienciadora - a pessoa que você pensa ser. Embora a pessoa que você pensa que você é, seja um objeto conhecido por você, tal como os objetos físicos são conhecidos, ela não é separada de você, a testemunha não-experiencial – o você real – assim como um anel feito de ouro não está separado do ouro.

Se isto é verdade, os objetos são você! Isto é o que nós queremos dizer quando usamos a palavra *não-dualidade*. Dualidade, a distinção entre o sujeito e o objeto, se desmonta quando você investiga a natureza da percepção.

Mas Eu Não Sou um Objeto

A mosca na sopa da dualidade é esta: o corpo não pode ser você, porque ele é um objeto conhecido por você, da mesma maneira que qualquer outro objeto é conhecido por você. Como o corpo, você não é suas emoções ou seus pensamentos ou qualquer coisa que aconteça com você, porque todos estes objetos são conhecidos por você. Minha mão é minha, mas eu não sou minha mão. Se minha mão é removida, eu ainda sou o mesmo. É claro que, se eu sou o corpo, eu não sou o mesmo. Eu sou então um corpo sem uma mão.

Este é um fato inacreditável para se apreciar, porque significa que eu nunca estou em conflito com os objetos e que ao mesmo tempo, sou livre deles – particularmente daqueles desagradáveis.

Definição de Não-Dualidade

No início do ensinamento, é de vital importância compreender o significado de não-dualidade. É fácil compreender quando você empreende a investigação sobre a percepção, mas é muito difícil aceitar, porque a experiência contradiz essa percepção. Nós não pensamos profundamente a respeito do processo da experiência como a experienciamos. Nós tomamos a aparência da experiência – a de que o sujeito e o objeto são separados – como se fosse a realidade e construímos nossa vida ao redor disso, quando de fato absolutamente nada está separado de nós.

Faz uma grande diferença saber que tudo é na verdade você, não alguém ou alguma outra coisa. O conflito virtualmente desaparece, e os pequenos conflitos que se desenvolvem são facilmente resolvidos. Além disso, faz uma igualmente grande diferença saber que você é livre de objetos.

Finalmente, a cereja do bolo da vida é o fato de você ser a própria felicidade. Se felicidade não está nos objetos e existem somente duas categorias na existência, o sujeito e os

objetos, então a felicidade somente pode ser você. Quando você aprecia a si mesmo como o sujeito, você fica extasiado porque você está sempre presente.

Se eu não sou feliz, não é devido à presença ou ausência de um objeto, é devido à falha de distinguir eu mesmo dos objetos que aparecem em mim. Vedanta é um método de trabalho que serve para descobrir tanto nossa unicidade com tudo, quanto a nossa liberdade de tudo.

Não-dualidade não significa que você ande por aí, em algum tipo de torpor espiritual, estático, orgásmico, incapaz de distinguir você próprio dos objetos e da plena consciência experimentada – o “pequeno” você. Isto não significa que a pessoa que você tem tomado como você mesmo, por tanto tempo, não esteja lá. Você escuta pessoas espirituais dizendo que um “ser iluminado” em particular está “tão fora”, como se houvesse alguma virtude em estar não-existente.

Fique sabendo que, aquela pessoa – aquela que você está tentando mudar ou livrar-se – permanece quando você sabe quem você é. Ela é conhecida apenas como sendo um objeto não separado de você, consciência, a testemunha não-experimentada. Aquela pessoa, aquela que dá a você tanto trabalho, é um problema somente porque você se identifica com isto. Quando você compreende claramente que você não é exclusivamente aquela pessoa, e se identifica com quem você realmente é, ela aparece como um bom amigo, um inimigo sem dentes, ou na pior das hipóteses, apenas um pacote divertido de tendências irracionais.

Você pode se sentir um pouco tolo quando percebe que foi enganado pela dualidade, e que você é na realidade consciência, a testemunha não-experimentada. Não se repreenda por ter pensado que fosse a consciência experiencial por tanto tempo. Todos são enganados pela dualidade.

Até agora eu tenho equiparado a compreensão da natureza não-dualística da realidade com a palavra felicidade. Talvez felicidade não seja uma palavra precisa para descrever o resultado da discriminação entre o sujeito e os objetos. A felicidade de que nós estamos falando a respeito não é o resultado de um acontecimento, obtendo o que você quer ou evitando o que você não quer. Não é uma felicidade tipo “hahaha”, ou felicidade tipo “eu ganhei na loteria e me apaixonei”. O tipo de felicidade, que é a natureza do ser, é a sensação simples e sutil de plenitude e perfeição, um contentamento silencioso nascido de um sentido inquestionável de auto-confiança: sabendo que não interessa o que aconteça, bom ou mal, eu estou sempre bem porque eu sou uma plenitude indivisível. Eu sou adequado. Não há divisões em mim, sem limites ou fronteiras me separando de tudo.

Então o processo de auto-investigação se resume a determinar se eu sou pleno e completo – e, portanto, livre – ou se eu sou incompleto – e, portanto, não livre. Se eu sou completo, então eu não preciso perseguir objetos. Se eu sou incompleto, eu devo continuar perseguindo objetos.

Auto-investigação é existencial, não uma questão filosófica, intelectual, religiosa ou mística. A questão básica é: o que eu estou fazendo aqui na Terra neste tubo de carne? Quem eu sou? Qual é a razão da vida? Se eu pudesse descobrir isto por mim mesmo, eu já o teria feito a essa altura. Mas o problema é muito complicado. Eu preciso de ajuda. Eu preciso de

meios de auto-conhecimento. Vedanta é um meio de auto-conhecimento. Ele revela a lógica escondida de nossa própria experiência e nos convence que, se formos racionais, é nossa vantagem abandonar a perseguição de objetos e seguir para a liberdade diretamente.

Nós estamos quase no fim do primeiro ensinamento. Se você quer seguir para o segundo, precisa ter assimilado esta lógica até agora. Se você não pode aceitá-la, o próximo ensinamento não fará sentido, porque você estará ainda esperando algum tipo de objeto – normalmente circunstâncias diferentes – para fazê-lo feliz. Se esta lógica não é suficiente – e ela frequentemente não é, devido ao insistente ego cabeça-dura pensando que objetos são a fonte de felicidade – por favor considere um último fato...

A Vida É um Jogo de Soma Zero

Como mencionado previamente, a tampa sobre o caixão da ideia da felicidade estar em objetos, é o triste fato de que a vida é um jogo de soma zero (para cada ganho, existe uma perda, resultado: zero). É um jogo de soma zero porque o mundo dos objetos é uma dualidade. Você não pode vencer toda vez. Você perde tanto quanto você ganha. Eu preciso de dinheiro para segurança, mas meu desejo por gastá-lo (de que adianta o dinheiro, se eu não posso gastá-lo) me deixa inseguro. Quanto mais prazer eu tenho, mais prazer eu quero. A espera é dolorosa. Eu quero o poder para ser livre de minha sensação de inadequação e pequenez, mas o poder depende de circunstâncias que não estão sob o meu controle, me fazendo sentir impotente. Eu quero ser perfeito, mas quanto mais perfeito eu me torno, mais imperfeições escondidas vem à luz. Eu quero apreciar a intimidade de um relacionamento, mas para obter isto eu preciso estar apegado ao objeto, então eu perco minha liberdade. Se eu quero ser livre, eu tenho que sacrificar a intimidade. E a lista continua.

A Quarta Busca

Nós dividimos a experiência em três buscas básicas: segurança, prazer e virtude. Objetos podem nos dar as duas primeiras, e a maneira pela qual nós procuramos objetos pode nos dar a terceira. Mas, realmente, existe somente uma busca, a busca da liberdade. Por que? *Porque eu quero um objeto em função da liberdade que vem quando o desejo pelo objeto vai embora.* Eu não quero segurança. Eu quero ser livre da insegurança. Eu não quero prazer, eu quero ser livre de sofrimento. Eu não quero virtude, eu quero ser livre de pecado.

Nada está errado com os objetos, em si. Mas eles são somente um meio indireto de felicidade temporária. Já que a real finalidade de busca por objetos é a liberdade, eu preciso de um caminho direto. Neste caminho, eu vou diretamente para a felicidade. Eu compreendo claramente que os objetos não ajudarão. Você não é uma pessoa madura, espiritualmente saudável, aquela qualificada para investigação, a menos que você compreenda este ensinamento sobre objetos.

Este é o ponto onde o pneu encontra a estrada, espiritualmente. Todo mundo quer liberdade, certo. Mas eles querem liberdade *mais* objetos. Eles querem manter todas as suas coisas, e adicionar o objeto liberdade na sua pilha de objetos. Isto não funciona, mas isto não os faz parar de pensar que funcione. Isto não funciona, porque liberdade não é um objeto que nós podemos obter como uma experiência. Se nós pudéssemos, então isto não seria liberdade de forma alguma, porque todas as experiências chegam a um final, um belo dia.

Compreender que existe um caminho direto para liberdade, é talvez o mais importante momento da vida. Para buscar algo corretamente, quer seja segurança, prazer ou virtude, você deve se comprometer com isto 100%. Quanto mais coisas você busca, menos provável é que você obtenha qualquer uma delas. Você consegue chegar apenas até certo ponto com um desejo em particular, antes que ele entre em conflito com outro desejo. O próximo objetivo parece mais atingível, então você larga o primeiro. Pessoas pulam de uma coisa para outra, nunca encontrando sucesso em um objeto, porque elas acreditam que algum outro objeto funcionará melhor, ou mais rápido.

Se você é realmente consciência, e não a carente criatura insuficiente que você pensa que é – e consciência é não-dualista e sempre livre dos objetos conhecidos por ela – buscar qualquer outra coisa não irá funcionar. Se você quer buscar segurança, prazer, ou virtude, ou poder, ou fama, ou seja o que for, então vá em frente. Mas não existe substância nessas coisas. Elas oferecem prazer e dor intermitentemente, mas não a felicidade auto-confiante que vem de saber que liberdade é a sua natureza.

Perguntas:

- 1) O que distingue o Vedanta dos modernos ensinamentos não duais?
- 2) Qual é o primeiro estágio da investigação?
- 3) Por que ela é difícil?
- 4) Qual é o segundo estágio?
- 5) Porque ler textos de Vedanta não funciona?
- 6) Quais são as três buscas humanas básicas?
- 7) Por que nós as perseguimos?
- 8) Por que a busca é inerentemente frustrante?
- 9) Qual é a definição de um objeto?
- 10) Por que a felicidade não está nos objetos?

- 11) O que de verdade eu quero quando desejo um objeto?
- 12) Qual é a definição de realidade no Vedanta?
- 13) Por que os objetos não são reais?
- 14) Por que os objetos não são separados do sujeito?
- 15) O que faz com que os objetos pareçam ser separados do sujeito?
- 16) Qual é o relacionamento entre o sujeito e o objeto?
- 17) Por que o sujeito e o objeto são iguais, mas diferentes?
- 18) O que é a liberdade?
- 19) Por que o sujeito, o ser, é livre?
- 20) Por que você não pode “vencer” na vida ao perseguir objetos?
- 21) Qual o caminho direto para a liberdade?

Respostas

- 1) Vedanta é um meio completo de auto-conhecimento. Ele te entrega a lógica completa ao costurar tudo, o conhecimento individual e a experiência, em uma única visão: a visão da não-dualidade. É um ensinamento impessoal e científico, e ainda evita a armadilha do investigador ser conduzido ao erro pelas opiniões e crenças de professores cuja iluminação é baseada em sua experiência pessoal.
- 2) Ouvir com uma mente aberta.
- 3) Porque o buscador tem uma tendência de interpretar o que é ouvido à luz do que ele acredita e portanto não irá ouvir o que realmente está sendo ensinado.
- 4) Olhar para o que se acredita à luz do real significado do ensinamento, não julgando o ensinamento de acordo com o que se pensa ou sente. Para que a investigação dê frutos, o investigador precisa estar disposto a renunciar a noções errôneas. Isso é difícil porque ele/ela assumiu a ignorância como se fosse conhecimento e se tornou apegado à ela.
- 5) Porque você não sabe quem é, sua ignorância de sua natureza irá provocar uma interpretação equivocada do significado dos ensinamentos.
- 6) Segurança, Prazer e Virtude.
- 7) Porque acreditamos que ao obter essas coisas, elas irão nos preencher, nos completar, nos fazer feliz.
- 8) Porque o mundo de objetos está num estado de fluxo constante; Porque a mente não está satisfeita com felicidade temporária; Porque a vida é um jogo de soma zero: para cada ganho há uma perda; Porque o ambiente no qual eu estou buscando felicidade não contribui; Porque

minha mente não está num estado que me permita desfrutar do objeto de meu desejo; Porque existe um defeito em um dos meus instrumentos de desfrute.

9) Qualquer coisa que não seja o sujeito, eu, consciência.

10) Se estivesse, um objeto daria felicidade a qualquer um que o contatasse e possuísse.

11) Liberdade do desejo pelo objeto.

12) Aquilo que nunca muda.

13) Porque mudam.

14) Porque eles são experienciados no sujeito, consciência e consciência não é um objeto.

15) O sujeito, eu, se identifica com o corpo. Os objetos não estão “lá fora” no mundo físico. Eles são projetados pelos órgãos sensoriais.

16) Os objetos dependem do sujeito, mas o sujeito não depende dos objetos.

17) Porque o objeto é o sujeito, mas o sujeito não é o objeto.

18) A não dependência de objetos para a sua felicidade.

19) Porque não depende de objetos para a sua felicidade. Ele (isso) é a própria felicidade.

20) Porque a vida é um jogo de soma zero.

21) A busca pelo conhecimento do ser.