

JORNAL DA KRIYA YOGA DE BÁBAJI

Volume X Número Y

Inverno de 2014

Publicado trimestralmente por Babaji's Kriya Yoga and Publications, Inc.

196 Mountain Road P.O. Box 90

Eastman, Quebec, Canada J0E 1P0

Telefone: 1-450-297-0258. Fax: 1-450-297-3957

e-mail: info@babajiskriyayoga.net

Home page: <http://www.babajiskriyayoga.net>

Sumário

1. Editorial: A Divina Maya, por M. G. Satchidananda
2. Entrevista: Siddhantha, Advaita e Yoga, com M. G. Satchidananda
3. Laya Yoga e os Cinco Elementos, por M. G. Satchidananda
4. Notas e notícias

1. Editorial: A Divina Maya

Por M. G. Satchidananda

“Iludido pelos três modos dos gunas, o mundo inteiro não Me reconhece além deles, supremo e inesgotável” (Gita VII. 13)

Você, que aspira realizar a verdade de sua existência, deve entender o princípio da natureza conhecido como *Maya*, o poder da ilusão que faz o Um parecer muitos, por meio da separação, no interior de seu Eu, do sujeito (aquele que vê) e do objeto (o que é visto). Esse poder atua sobre seu corpo, seus órgãos dos sentidos e sua mente,

obscrecendo a visão da Presença Divina. Os *gunas*, referidos no verso em epígrafe, são os modos ou qualidades da natureza: *tamas* (imobilidade, apatia, entorpecimento), *rajas* (ação, paixão, agitação) e *sattva* (equilíbrio, calma, clareza). Você oscila diariamente, como um pêndulo, entre *tamas* e *rajas*, entorpecimento e agitação. Somente durante raros momentos, quando *sattva* predomina e transcende-se essa dualidade, é possível começar a perceber a Presença, infinita e eterna, além dos dramas da vida cotidiana.

Caso contrário, encantado pelo jogo de *Maya*, são duas as tendências. Uma delas é correr, impulsionado por *rajas*, depois de momentos fugazes de felicidade, que são fruto da realização de desejos materiais efêmeros. Pressionado pelo tempo, você quer poder ou dinheiro, fica preso aos hábitos e limitado pelas consequências de suas ações passadas. A segunda tendência é o colapso em *tamas*, ou seja, na fadiga, na dúvida, no desânimo. Você é uma marionete dessas três forças da Mãe Natureza, mas, cego pelo egoísmo, acredita que as controla.

Toda prática iogue, cada *kriya*, tem como objetivo aumentar a presença de *sattva* e diminuir as de *rajas* e *tamas*. Por exemplo, quando você consegue superar a fadiga (*tamas*), praticando *asanas* ou *pranayamas* vigorosamente. Ou quando consegue aquietar a agitação nervosa (*rajas*) por meio da respiração lenta e profunda ou da prática de posturas de maneira mais relaxada. Ou quando, com a meditação, “deixa ir” o que está incomodando, desenvolve um olhar sobre a fonte de seu sofrimento existencial e cultiva a perspectiva da testemunha em relação à vida diária. Ao lembrar-se de tudo isso como propósito da prática, o Yoga torna-se um caminho para a iluminação espiritual e a libertação da ilusão de *Maya*.

Os agentes ou invólucros de *Maya*

De acordo com o Siddhantha, os ensinamentos dos Siddhas, a visão da Presença Divina é obscrecida pelos seguintes agentes ou “invólucros” de *Maya*:

1. *Kaala*: tempo. Enquanto o Divino vive na eternidade, você crê que está limitado pelo tempo. Consequentemente, sente que lhe falta tempo para fazer o que é exigido ou para satisfazer os desejos do ego. Vive com medo da morte, o fim dos tempos. Também se

sente estressado pela falta de tempo ou sofre de tédio quando não sabe o que fazer com o tempo que tem.

2. *Niyati*: causalidade. É o destino; oposto à liberdade eterna do Ser Supremo. Enquanto seus pensamentos, palavras e ações forem limitados pelos hábitos – *samskaras*, cuja soma resulta no carma individual –, você não terá a verdadeira liberdade. O destino limita suas melhores intenções e esforços.

3. *Kalaa*: criatividade limitada. A palavra *kalaa*, que significa “parte”, refere-se ao funcionamento parcial ou aos poderes limitados. Diferentemente do Divino, que é onipotente, seu poder é restrito pelas consequências de seus pensamentos, palavras, ações, de seus méritos e deméritos.

4. *Vidya*: conhecimento limitado. Diferentemente do Divino, que é onisciente, o que você sabe é muito limitado, confinado pelo que captam os cinco sentidos, a memória ativa ou as inferências. Por isso, não consegue ver as coisas a partir da perspectiva do Todo, do ponto de vista do Divino. O desconhecido gera medo, dúvidas e mal-entendidos.

5. *Raga*: paixão. Desejo, apego ou aversão. Pequenos ou grandes gostos ou desgostos. Trata-se da busca constante pela felicidade emocional em novas experiências, incluindo emoções como medo, raiva, luxúria, orgulho, tristeza, depressão, coragem, aceitação e paz. Sim, às vezes, você gosta de chafurdar em estados emocionais negativos, pensando perversamente que, depois de se entregar a eles, haverá algum tipo de mudança positiva. Ou que eles são como o clima e não se pode fazer nada para deixá-los ir.

Logo, você não desfruta da Unidade, da permanência Naquilo que está além de nomes, formas e de todas limitações de espaço e tempo. Em vez disso, procura evitar o sofrimento existencial, que se manifesta por meio de vários estados emocionais. Tenta desviar-se deles, buscando novas experiências, fontes efêmeras de prazer, grandes ou pequenos. Você vive atormentado por dúvidas, sente-se só e limitado no seu poder de saber e agir.

Os três *malas*, grilhões ou manchas

Os Siddhas referem-se a três *malas*, grilhões ou manchas, que atam a alma: *Avidya* (ignorância em relação à própria identidade, egoísmo), *Carma* (consequência dos pensamentos, palavras e ações) e *Maya* (ilusão). A prática de Yoga tem como objetivo a purificação dessas três manchas em nossa alma. *Maya* não significa que o mundo da natureza não exista ou que você lida com irrealidades, mas que a natureza mais baixa, agindo por meio dos seus três modos, ou *gunas*, confunde seu conhecimento e cria falsos valores. Assim, *Maya* enreda a pessoa no ego, na mentalidade, no sentido físico e na inteligência limitada. *Maya* oculta de você a verdade suprema de sua existência: esconde o Divino que é você, o espírito infinito.

Se você pudesse ver que o Divino é a verdade de sua existência, todo o resto, aos seus olhos, também mudará, assumindo seu real caráter. Sua vida e suas ações irão adquirir valores sublimes e se mover conforme a lei da Natureza Divina.

Por que é tão difícil superar *Maya*?

Porque ela é a *Maya* do Divino. Ela mesma é uma manifestação da natureza do Divino, em seus aspectos cósmicos inferiores, objetivos e subjetivos: *satívico*, *rajásico* e *tamásico*.

“Esta é Maya Divina dos gunas, e é difícil superá-la; aqueles que sozinhos conseguem cruzá-la vêm a Mim” (Gita VII.14)

Maya é um véu cósmico com o qual o Divino recobre nosso entendimento. Você deve trabalhar esse véu em si mesmo, deixar para trás sua natureza inferior, e voltar-se à Divindade original e suprema.

O *Gita* não se refugia na visão do *Vedanta* de que o mundo é uma ilusão, um sonho, que só parece ser real quando não é visto da perspectiva do Eu espiritual. Apesar da enorme dificuldade lógica que essa noção implica, incluindo a falha em esclarecer a origem da ilusão, o *Gita* diz apenas que é tudo uma consciência parcial, misteriosa e incompreensível, que não apreende a realidade completa, vive no fenômeno móvel da Natureza e não enxerga o Espírito do qual ela é o poder ativo. Quando você transcende

Maya, na calma de sua alma, o mundo não desaparece; apenas muda essencialmente o seu significado. Na visão espiritual, você não acha que as coisas não existem; mas elas passam a ter um significado bem diferente do que tinham antes: tudo é o Eu, alma e natureza da Divindade. Tudo é *Vasudeva*. O mundo para o *Gita* é real, uma criação do Senhor, um poder do Eterno, uma manifestação de *Parabrahman* (Ser Supremo). E até mesmo a natureza inferior tripla de *Maya* (Eu sou o corpo; Eu sou a personalidade; Eu sou a alma) é uma derivação da Natureza Divina.

Você, no entanto, não pode refugiar-se completamente nessa distinção da dupla realidade: a realidade inferior, ativa e temporal; e a realidade superior, calma e eterna, além da ação. Tampouco em que a liberação (do sofrimento ou da reencarnação) está em passar da parcialidade para a grandeza, da ação para o silêncio. Pois o *Gita* insiste em que você pode e deve, enquanto viver, ter consciência do Eu, no seu silêncio, e, ainda assim, agir com poder no mundo da Natureza. A obra dá o exemplo do próprio Divino, que não é preso à necessidade de nascer, mas livre, superior ao cosmo, e, mesmo assim, permanece eternamente em ação. Portanto, é na semelhança com a Natureza Divina que a unidade dessa experiência dupla se torna inteiramente possível.

Mas como? O *Gita* ensina que você será facilmente liberado das aparências da Natureza mais baixa e ascenderá ao ser Divino quando, estabelecida em perfeita igualdade, sua visão se tornar fixa no chamado *Purushottama*, a Divindade Suprema. É *Ishvara*, o Eu especial, não afetado pelo desejo, pelas causas de sofrimento e nem mesmo pelo carma. É também a alma de todas as almas, o Eu imutável, não invadido pelo poder do seu próprio ser, não perturbado pelo jogo das qualidades da natureza, os *gunas*. Isso é expresso pela imagem de Shiva deitado de costas, com Kali (a Mãe Natureza, *Maya*), em pé sobre ele, com um pé levantado, mas sem tocá-lo.

Superior tanto ao espírito mutável quanto ao imutável, o Ser Supremo é eminente e apoia a criação da natureza (*Gita* XV. 17-18). Aqui, é necessário delinear a análise que o *Gita* faz da Natureza e do Espírito, *Prakriti* e *Purusha*.

Originalmente, o *Samkhya*, o sistema filosófico do Yoga Clássico, refere-se a *Purusha* no singular. Já os *Upanishads*, origem do Yoga Vedântico, descrevem, em um verso, os *Purushas*, como dois pássaros em uma árvore, companheiros eternamente

emparelhados. Um deles come os frutos da árvore – o *Purusha* na Natureza, apreciando seu cosmo – e o outro não come, mas observa seu parceiro – a Testemunha silenciosa, retirada do prazer. Quando o primeiro vê o segundo e compreende que tudo é grandeza dele, então se liberta da tristeza. Assim, indica que, no seu estado mais elevado de unidade, o Eu é sempre livre, desapegado e inativo, ainda que desça a seu ser inferior, na multiplicidade dos entes de *Prakriti*, e retorne de qualquer criatura individual para o status elevado.

Isso se refere à noção do duplo status da alma consciente: o mutável *Purusha*, envolvido com a Natureza, as formas e a multiplicidade do Divino; e o imutável, *Purusha*, o Eu silencioso, a unidade do Divino, testemunha da Natureza, mas não envolvido nos seus movimentos, livre de *Prakriti* e suas obras. Desenvolvendo o pensamento de outras passagens dos *Upanishads*, a esses dois status o Gita acrescenta mais um: o supremo *Purushottama*, que é o *Purusha* mais elevado, cuja grandeza é toda a criação. Este possui tanto a multiplicidade mutável como a unidade imutável.

Ele revela que há uma Natureza superior, consciente e divina, pela qual o Senhor se torna a alma individual, o *Jiva*. Na natureza inferior, cada ser individual aparece como ego; na natureza superior, você é *Purusha*. Em outras palavras, a multiplicidade é parte da natureza espiritual do Um. Essa alma individual sou Eu Mesmo; na criação, é uma manifestação parcial de Mim.

“É uma parte eterna de Mim que se torna Jiva no mundo dos seres vivos e cultiva os poderes subjetivos de Prakriti, a mente e os cinco sentidos” (Gita XV.7)

Essa ideia do *Purushottama* é o fundamento da mais alta *Bhakti Yoga*, que afirma ultrapassar as rígidas definições da filosofia monista. Por meio da adoração do *Purushottama* e da união com Ele, você pode desfrutar completamente de sua Natureza Divina.

Por que Deus, que é bom, permite que exista tanto sofrimento no mundo?

Quando você olha para os dramas da vida a partir da perspectiva do ego, essa dúvida frequentemente repetida torna-se um enigma. Mas, quando você entende que o

sofrimento ocorre por causa do poder de *Maya* de iludir sua mente, e começa a enxergar esses mesmos dramas por meio do olhar do Eu que testemunha, então pode apreciar o ensinamento dos *Siddhas* de que “tudo é uma expressão da Graça do Senhor”. Nada está acontecendo ao verdadeiro Eu.

Mudanças reais no mundo só ocorrem quando há uma transformação coletiva de consciência. Então, devido à natureza do homem, é preciso superar uma série de dificuldades e penosos desafios. “O sofrimento é o maior professor”, porque somos aprendizes lentos. Quando algo inesperado acontecer, pergunte a você mesmo: “Quem sofre? ”. Imediatamente, essa questão irá jogá-lo de volta à perspectiva do Eu. Sim, pode haver uma grande dor no corpo físico ou no coração emocional. Assim como pode haver decepção, frustração ou raiva. Mas a verdade é que Você não é a dor nem as emoções. Elas vêm e vão, mas você permanece como a Eterna Testemunha. Você carrega em si o poder e a consciência para amar em vez de odiar, para criar o que é bom onde houver o mal, para buscar e encontrar a Verdade no que é falso e confuso.

Os cinco Poderes Divinos

O obscurecimento, um dos cinco Poderes do Senhor descritos no *Tirumandiram*, obriga você a ver através do véu de *Maya*, a buscar o Senhor além dos sentidos, além dos *gunas*. Os outros poderes são Criação, Preservação, Dissolução e Graça. De acordo com o *Siddhanta*, os ensinamentos dos *Siddhas*, o Senhor cria as condições em que cada alma individualmente encarna e trabalha por meio das consequências cármicas e suas lições. Ele preserva a vida e alguns relacionamentos por tempo suficiente para a alma encarnada adquirir sabedoria depois de experimentar as limitações do egoísmo, o desejo de prazer e a aversão à dor. Ele dissolve essas condições e abre caminho para que a alma tenha relacionamentos novos e edificantes. Também para que, ao fim da vida, ela possa descansar dos desafios da encarnação. Ele obscurece ou esconde sua Presença atrás da aparência do mundo, com o objetivo de obrigar a alma a buscar o conhecimento e transcender as limitações do ego. A graça é a resposta do Senhor ao chamado da alma, quando ela busca libertar-se dos sofrimentos do ego para perceber, por meio do poder do Amor, sua unidade com tudo. “Ele nem sempre dá o que você quer, mas dá aquilo de que você precisa”.

A graça, na verdade, manifesta-se em todos os poderes do Senhor, incluindo a criação, a preservação, a dissolução e o obscurecimento. Sabedoria é ter conhecimento disso e se dar conta das lições potenciais de cada experiência. A graça, ao contrário do *carma*, não é outorgada por mérito. Ela expressa o amor do Senhor pelas almas e guia cada um de nós da solidão para a Unidade Total. A graça é infinitamente paciente e dá oportunidade ilimitada de aprender, com as experiências da vida, quem nós realmente somos.

2. Entrevista: Siddhantha, Advaita e Yoga

com M. G. Satchidananda

Por que decidiu conceder esta entrevista? Qual é o seu objectivo?

Satchidananda: Para conhecer a verdade e evitar o sofrimento, você precisa se colocar algumas questões fundamentais, tais como: Deus existe? Se sim, como posso conhecer Deus? Tenho uma alma? Por nasci? Qual é o propósito da minha vida? Por que há sofrimento no mundo? O objetivo desta entrevista é ajudar o leitor a melhorar sua compreensão destas questões, na perspectiva das tradições que me informaram em meu caminho espiritual. A maioria dos aspirantes ocidentais não tem conhecimento dessas tradições espirituais, nem dos seus requisitos. Palavras (independentemente do seu numero) não revelam a verdade, mas podem sinalizar a verdade e fornecer um vislumbre. No entanto, é preciso ir além das palavras. É no silêncio que a verdade pode ser compreendida. E é esta a abordagem de todas as tradições espirituais. O espírito não tem forma, por isso não pode ser capturado em palavras. Só em silêncio. Mas não se deve cometer o erro de muitos aspirantes espirituais ocidentais. Hoje em dia os aspirantes têm tanta pressa para se tornarem “iluminados” que ignoram ou dispensam estas perguntas. Espiritualidade não significa ser-se “anti-intelectual”. Também não significa que a pessoa só tem que encontrar a técnica mais eficiente, o melhor professor, ou fugir do mundo.

Qual é a relação entre Siddhantha, Advaita e Yoga?

Satchidananda: O meu professor, o iogue Ramaiah, costumava dizer que o Siddhantha começa o Advaita termina. E acrescentava que a Kriya Yoga de Babaji é a destilação prática do Siddhantha. Mas, antes de responder a esta pergunta, será necessário discutir cada um dos conceitos separadamente.

Pergunta: O que é Siddhantha?

Satchidananda: A palavra “Siddhantha” refere-se à essência dos ensinamentos de um conjunto de iogues indianos adeptos do Tantra, conhecidos como “Siddhas”, ou mestres perfeitos. Os Siddhas atingiram um certo grau de perfeição ou poderes divinos conhecidos como “siddhis”. Os Siddhas, também encontrados no contexto do budismo tibetano, eram místicos que enfatizavam a prática de Kundalini Yoga para realizar a sua divindade potencial em todos os cinco planos da existência. Eles condenavam a religião institucional com a sua ênfase na adoração de ídolos, o ritualismo, o sistema de castas e a dependência em relação às Escrituras. O que eles ensinavam era o resultado de sua própria experiência, que é, segundo eles, a fonte mais confiável de conhecimento e sabedoria. Para adquirir esse tipo de conhecimento e sabedoria precisamos nos voltar para dentro, para as dimensões sutis da vida, usando para isso as técnicas do yoga e da meditação. A maioria de suas obras literárias foi escrita há 800-1600 anos, e outras podem ter sido escritas no século II d.C. O sufixo “anta” significa “fim último”. Siddhanta constitui, portanto, a meta final, a conclusão ou a consecução dos objetivos dos Siddhas, os mestres perfeitos. A palavra também pode ser lida como uma contração dos termos *citta* e *anta*, referindo-se, neste caso, ao fim da faculdade de pensar. Por conseguinte, este seria o estado atingido quando a consciência vai além do pensamento.

Os Siddhas existiram por toda a Índia e até mesmo no Tibete, mas a tradição a que pertencemos, e cujos escritos temos estudado, traduzido e publicado desde a década de 1960, é do sul da Índia, e é conhecida como “Kriya Yoga Siddhantha Tâmil”. Os escritos dos Siddhas tãmeis foram realizados na forma de poemas, na língua vernacular do povo, em vez de o serem no tradicional sânscrito, que era conhecido apenas pela casta sacerdotal dos brâmanes. Em nenhuma parte dos seus escritos pode-se ler os Siddhas cantarem louvores a qualquer divindade. Teologicamente, seus ensinamentos podem ser classificados como “teísmo monista”. Mas os Siddhas não tentam nas suas escrituras criar um sistema filosófico ou uma religião. Eles procuram oferecer ensinamentos práticos, particularmente relacionados com a prática de Kundalini Yoga, ajudando-nos a receber a Verdade diretamente, e a perceber o que se deve evitar no caminho espiritual.

Filiação sectária não tem importância para os Siddhas. Eles se sentem à vontade entre pessoas de todas as crenças. A sua abordagem em direção à Verdade é, primeiro, experimenta-la em Samadhi, a comunhão mística de absorção cognitiva; e, em seguida, render-se gradual e completamente à Experiência, até que esta se torna o estado permanente de consciência do aspirante. A abordagem dos Siddhas não inclui tentativas de construção de sistemas filosóficos ou de crenças religiosas. Os poemas dos Siddhas não mostram nenhum vestígio de opiniões compartilhadas ou de pensamento coletivo. Bem ao contrário, a sua perspectiva é a de uma “filosofia aberta”, em que todas as expressões da Verdade são valorizadas. Seus poemas e canções não pregam qualquer doutrina; apenas sugerem uma direção por meio da qual o aspirante espiritual pode ter a experiência pessoal, direta, intuitiva e profunda da Verdade Divina.

Os Siddhas, no entanto, usaram uma linguagem forte, projetada para chocar as pessoas de moralidade convencional e tendência egoísta. Empregaram o idioma comum do povo, ao invés do sânscrito elitista. Exortaram seus ouvintes ou leitores a se rebelar contra os pretensiosos, as crenças e práticas ortodoxas vazias, incluindo a adoração nos templo e os rituais, o sistema de castas, e a petição na forma de orações. Ensinarão que, uma vez que o ego se rende completamente, a experiência pessoal toma o lugar das Escrituras, tornando-se a autoridade suprema, expressão da própria Verdade. O Siddha é um pensador livre e revolucionário que recusa a se deixar levar por qualquer dogma, escritura ou ritual. O Siddha é um radical, no verdadeiro sentido do termo, pois ele próprio já foi à “raiz” das coisas.

Pergunta: Por que o Siddhantha é “novo”?

Satchidananda: Tirumular, provavelmente o mais velho dos Siddhas tâmeis, afirma em sua obra *Tirumandiram*, escrita no século V d.C., estar revelando uma “nova yoga” (*nava yoga*) que trará a transformação completa da condição humana, incluindo o corpo físico. Os Siddhas que viveram mais tarde referem-se a essa nova yoga como Kundalini Yoga. Durante o primeiro milênio da era cristã, os Siddhas inventaram a Kundalini Yoga, considerado-a um poderoso meio de autorrealização. Era um produto de seus esforços experimentais para encontrar formas mais eficazes para conhecer a verdade das coisas que se pudesse acrescentar aos caminhos fortemente intelectuais, ritualísticos, devocionais ou ascéticos, e para transformar a natureza humana.

É “novo” hoje porque o *Tirumandiram* e outros escritos dos 18 Siddhas tâmeis eram desconhecidos fora do contexto da língua tâmil, falada no sul da Índia e no Sri Lanka, até que essas obras foram pela primeira vez traduzidas por nós. Tais obras foram ignoradas ou mal interpretadas pelos eruditos e especialistas por causa de sua deliberadamente obscura “linguagem crepuscular”. Os Siddhas condenaram os *pandits* e sacerdotes *brahmins* ortodoxos, incorrendo na ira dos membros dessas comunidades, que os viam como mágicos ou algo pior. Consequentemente, os seus manuscritos não foram preservados nos repositórios institucionais tradicionais, como os templos e as bibliotecas, mas apenas por famílias de médicos, os *Siddha Vaidhyas*, que mantiveram as obras secretamente, e aplicavam os seus ensinamentos apenas para fins medicinais.

Por causa da ignorância generalizada em relação aos seus ensinamentos e da associação popular dos Siddhas com “mágicos” pela comunidade ortodoxa, até há bem pouco tempo estas obras não tinham sido levadas em consideração em vários círculos da sociedade indiana. Posso recordar vividamente a resposta sarcástica e emocional de um famoso professor de Vedanta, um *swami* renomado e membro da comunidade *brahmin*, cuja língua materna era o tâmil, quando, em 1986, lhe perguntei a sua opinião sobre os escritos dos Siddhas tâmeis. Também me lembro da resposta típica de muitas pessoas no norte da Índia, quando eu mencionei que o nosso guru era Babaji Nagaraj. Se tivessem lido o livro *Autobiografia de um iogue*, perguntavam: “Ele ainda está vivo?”. Se não tivessem lido e nós mencionássemos que ele tinha vários séculos de vida, diziam algo como: “Oh, ele deve ter muito mau carma por ser obrigado a permanecer neste mundo de sofrimento por tanto tempo”.

Mesmo os líderes de outras linhagens da tradição da Kriya Yoga têm sido incapazes de apreciar o “novo” no que diz respeito a Babaji e aos Siddhas. Sri Yukteswar disse com relação a Babaji: “Ele está além da minha compreensão”. Isto é, seu estado não poderia caber dentro do paradigma do Vedanta, no qual Sri Yukteswar foi educado. Yogananda e outros só poderiam concebê-lo como um “Avatar”, uma encarnação do próprio Deus, ou como “Cristo”, mas Babaji nunca referiu a si mesmo nesses termos. Yogananda na sua autobiografia menciona, na primeira página do capítulo em que apresenta Babaji ao leitor, que, como o Siddha Agastyar, Babaji vive há milhares de anos. Yogananda não captou o quão próximo estes dois Siddhas realmente eram, e que, tal como Agastyar, Babaji também foi um ser humano que se tornou Siddha, e não Deus que se tornou um

Avatar. Avatares são extremamente raros. Eles não são encontrados dentro da tradição Shaiva, mas apenas na tradição Vaishnava (com dez avatares sucessivos, incluindo Rama e Krishna). Todas essas afirmações refletem as perspectivas limitadas aos conhecimentos dos filósofos do Vedanta, do Samkya, cristãos ou vaishnavas. Sri Aurobindo é um dos poucos sábios dos tempos modernos que poderia apreciar o que os Siddhas foram, inclusive Tirumular, Babaji e Ramalinga.

O que é que o Siddhantha nos diz sobre a alma e sua relação com o corpo?

Satchidananda: Qualquer metafísica tem que lidar com três conceitos: Deus (*pati*), alma (*pasu*) e mundo (*pāsam*) e a inter-relação entre eles. Está claro que o corpo faz parte do mundo. O Siddhantha, conforme elaborado na literatura tâmil do sul da Índia, ensina que, por emanção de si mesmo, Shiva, isto é, Deus, criou tudo – o mundo, todas as coisas do mundo, e todas as almas – e que cada alma está destinada, em última instância, a se fundir em união adváitica com Deus, tal como um rio se funde com o mar, ou uma onda retorna ao oceano.

Shiva, ou Deus, criou e está constantemente criando, preservando e reabsorvendo todas as coisas que emanam de si mesmo: a alma individual do homem, todos os mundos e seus conteúdos. Ele é o princípio e o fim, o autor da existência. Ele é, ao mesmo tempo, a causa material e eficiente, e, portanto, seu ato de manifestação pode ser comparado às centelhas emitidas por uma fogueira ou aos frutos que surgem de uma árvore. A alma individual é, em essência, *Sat-Chit-Ananda*, que significa: existência, consciência e bem-aventurança ou felicidade incondicionais. Essa essência da alma não é diferente da de Deus. Não é uma coisa, não é um objeto. A alma individual é a observadora, não o observado. É o sujeito. A alma é um ser resplandecente, um corpo de luz, anandamayakosha. É criada, evolui como um ser aparentemente separado e, finalmente, se funde em união indiferenciada com Deus, formando a unidade que pode ser chamada de identidade.

Mas o Siddhanta monista também ensina que a alma é, de forma temporária, diferente de Deus. Essa diferença existe devido à individualidade da alma, e não à sua essência. O corpo da alma, anandamayakosha, composto de pura luz, é criado e limitado. A alma não é onipotente ou onipresente na sua concepção. Pelo contrário, ela é limitada e

individual, mas não imperfeita. É isso que permite a evolução. E é esse o propósito por trás dos ciclos de nascimento e morte (*samsara*): levar o corpo da alma individual à maturidade. As várias faculdades da mente, percepção, discriminação, que não são a alma, mas “cercam” a alma, são ainda mais limitadas do que o corpo da alma. Por isso seria uma insensatez equiparar essas faculdades com Deus. Depois de muitos nascimentos e evolução, que resultam da existência terrena, o corpo da alma funde-se com Deus. Essa fusão é chamada *vishvagrasi*. Depois dessa fusão, a alma não pode dizer: “Eu sou Shiva”, pois não há um “eu” para fazer esta reivindicação. Há apenas Shiva.

O mundo e a alma são, na verdade, várias formas de Shiva. No entanto Shiva transcende sua criação e não é limitado por ela. Além disso, o mundo e a alma não podem existir independentemente de Shiva, fato que deixa claro que eles são manifestações e não entidades eternas. Quando mundo e alma são reabsorvidos no Divino, isto é, no momento da *Mahâpralaya* – o fim de um ciclo criacional cósmico –, os três *malas* (*anava*, *karma* e *maya*) são removidos por meio da Graça Divina. A alma deixa de existir como ente individual, perdendo a sua separação por meio da união e realização em Shiva. Após *Mahâpralaya*, só existe Shiva. E tal situação manter-se-a até que Shiva recomece um novo ciclo cósmico.

Qual é a concepção de Deus dos Siddhas?

Satchidananda: Eles se referiam a Deus como *Śivam*, sem quaisquer limitações ou atributos. *Śivam* é gramatical e filosoficamente uma concepção impessoal. Os Siddhas mantêm que o nome ideal para o *Śivam* é *Tat* (“Isso”), *Parâparam* (“Realidade Última” ou “Além do Além”), *Sat-Chit-Ananda* (“Ser-Consciência-Beatitude” irrestritos). *Śivam* não é um Deus pessoal. É uma prática, uma porta de entrada. É consciência ou percepção fundamentais. A obtenção da “Consciência de *Śiva*” ou “*Śiva*-Consciência” é chamada de *Mukti* ou “Libertação”. É certo que Tirumular referiu-se ao aspecto religioso de Deus, mas ele acreditava em uma “Suprema Abstração” ou “Unidade Absoluta”. Sua expressão para isso era *taṇi-urṛa-kevalam* (*Tirumandiram*, *Mandiram* 2450). Um estudo mais aprofundado do conceito de *Śivam* mostra que existem dois canais no pensamento indiano: um teísta, com um relacionamento pessoal ou devocional a Deus, baseado na *Bhakti Yoga*; outro tântrico ou absolutista, baseado na *Kundalini* e *Jñāna Yoga*. O método da *Bhakti* é pluralista, conforme refletiu-se na

escola do *Śaiva Siddhānta*. O método absolutista é monista, conforme refletiu-se no *Tirumandiram*.

Seus poemas referiram-se às cinco ações cósmicas de *Śivam* como sua dança bem-aventurada, realizada por meio de sua Sakti ou poder, devido ao seu amor pelas almas:

1. Criação: do mundo, de modo a proporcionar às almas os meios para crescer em sabedoria e, em última instância, perceber sua unidade na diversidade;
2. Conservação: como almas se enredam na ignorância, na ilusão e no karma, elas são protegidas e sustentadas por vários meios e relações, para sua edificação;
3. Dissolução: quando as almas são removidas da encarnação neste mundo, elas obtêm um alívio temporário de seu sofrimento, durante o qual se preparam para a próxima encarnação;
4. Obscurecimento: O poder que esconde a Unidade da alma com *Sivam*, e que, de fato, obriga as alma a procurar a sabedoria, a verdade além da ilusão mental e do véu de *Maya*;
- 5 Graça: A remoção dos três grilhões ou manchas da alma: a ignorância, a ilusão e o karma.

Na verdade, a graça e o amor de *Sivam* para com todas as almas são concedidos em todas as cinco ações cósmicas, ajudando cada alma a crescer em maturidade, e conduzindo-a à libertação.

Por meio destes ciclos cósmicos de involução e evolução, esta dança continua ao longo dos éons. O objetivo final dança continua sendo um mistério até que a alma seja libertada e se reúna com o secreto Eu, *Sivam*.

Pergunta: Qual é o objetivo do *Siddhantha*?

Satchidananda: De acordo com os *Siddhas* ou almas realizadas, o objetivo final da vida é a “entrega total”. Isso inclui a realização de *Vettivel*, o Vasto Espaço Luminoso [leia artigo sobre o conceito de *Vettivel* na edição anterior, de outono, do *Jornal*] , a Consciência Cósmica, e uma transformação progressiva de nossa natureza humana em todas as dimensão, formando o Corpo Divino, ou *Divya Deha*.

Os *Siddhas* tâmeis consideravam ambos, o esforço do indivíduo e a Graça Divina, como importantes fatores no caminho da libertação. Esse esforço, essa aspiração é representada pelo triângulo que aponta para cima. Enquanto que a Graça Divina é representada pelo triângulo que aponta para baixo. A combinação e interseção desses dois triângulos forma a base do *yantra* (objeto geométrico de concentração) mais importante da *Tradição Siddha* tâmil, representando a integração dos níveis material e espiritual da existência. Os *Siddhas* insistem no valor do *Tantra Yoga* como meio para atingir a liberdade e a imortalidade da alma durante a presente vida terrena, em vez de esperar pelo Paraíso. Libertação, *Mokṣa* (em sânscrito) ou *Vidu* (em tâmil) é um estado místico que Tirumular chama de *Samādhi Ióguico*.

“No interior do Samadhi Ióguico há espaço infinito;
No interior do Samadhi Ióguico há luz infinita;
No interior do Samadhi Ióguico há energia onipotente
Samadhi Ióguico é aquilo que os siddhas amam”

(Mandiram 1490)

Não é a liberdade ou a libertação do ciclo das encarnações, mas a liberdade ou libertação dos *malas*, isto é, das três manchas ou grilhões que prendem a alma humana, limitando as qualidades inerentes de *Sat Chit Ananda*:

1. *Anava*: A ignorância da verdadeira identidade, e, conseqüentemente, o egoísmo;
2. *Karma*: As conseqüências de ações, palavras e pensamentos passados;
3. *Maya*: A ilusão e os seus agentes (o conhecimento parcial, o poder parcial, os desejos, o tempo e o destino).

Para continuar a ler, acesse: <http://www.babajiskriyayoga.net/english/pdfs/Siddhantha-questions-and-answers-en.pdf>

3. Laya Yoga e os Cinco Elementos

Por M. G. Satchidananda

Hoje em dia, o Yoga é apresentado, principalmente, como uma forma de melhorar a saúde física ou mental. Mesmo isso sendo compreensível em nossa cultura materialista, qualquer um que busque realizar o objetivo original do Yoga – a realização espiritual do Eu e a superação do sofrimento existencial – precisa ter um conhecimento básico dos princípios subjacentes à natureza humana e de Kundalini ou Laya Yoga, tais como foram concebidos pelos Siddhas, os criadores do Yoga.

Laya Yoga é o Yoga da dissolução e um componente integrante de Kundalini Yoga, descrito na literatura tântrica dos Siddhas. Kundalini Yoga refere-se às várias *kriyas* (técnicas práticas de Yoga) que envolvem *pranayamas*, *mantras*, *chakras*, *bandhas*, *mudras* e *asanas* que ativam a *Kundalini* – o potencial de poder e consciência de cada um. Laya Yoga refere-se à dissolução da identificação habitual com o complexo corpo-mente, resultando na realização de nosso Eu verdadeiro. Conforme a classificação dos *tattvas*, ou princípios da natureza, proposta pela filosofia *samkhya*, cada um dos cinco elementos (*bhutas*) está associado a uma área diferente do corpo e a um dos *chakras*:

1. O “elemento terra” está associado ao *chakra muladhara*, localizado na região do períneo, na base do tronco. É o meio da sobrevivência física, caracterizado pela inércia.
2. O “elemento água” está associado ao *chakra svadhisthana*, localizado na região do osso sacro. É o meio das emoções.
3. O “elemento fogo” está associado ao *chakra manipura*, localizado na região do ponto oposto ao umbigo. É o meio do desejo, da percepção sensorial, do sistema nervoso autônomo e da mente inferior.
4. O “elemento ar” está associado ao *chakra anahata* (localizado na região do osso esterno, no centro do peito) e ao *chakra vishuddha* (localizado na região da garganta). É o meio da comunicação, da razão e do intelecto.
5. O “elemento éter ou espaço” está associado ao *chakra ajna* (localizado na região da testa, entre as sobrancelhas) e ao *chakra sahasrara* (localizado na região da coroa, no topo da cabeça). É o meio da intuição e da superconsciência.

Normalmente, identificamo-nos com o corpo físico, as emoções e os movimentos da mente e do intelecto, devido aos princípios limitantes da natureza humana, conhecidos como *ahamkara* (egoísmo), *maya* (ilusão) e *carma* (consequências dos pensamentos,

palavras e ações, dirigidas por hábitos *ousamskaras*). O Yoga Clássico de Patanjali prescreve Kriya Yoga para a purificação do egoísmo, ou o hábito de se identificar com o que não se é (*Yoga Sutras* I.12), a prática contínua do desapego em relação a esses movimentos para poder realizar o Eu, a Pura Consciência da Testemunha. Como muito poucos estão preparados para praticar assim continuamente, ele recomenda e descreve, como preparação, o Ashtanga Yoga, ou Caminho Ótuplo (*Yoga Sutras* II.29).

Posteriormente, os *Siddhas* fizeram experiências com muitas técnicas energéticas para ativar a *Kundalini*, entendendo que “a consciência segue a energia e que a energia segue a consciência”. Eles descobriram o princípio básico do *Tantra*: que a transformação da natureza humana (o que se distingue de pretender escapar dela) exige que se direcione a consciência e a energia a partir dos centros psicoenergéticos (*chakras*) inferiores para os superiores.

Trata-se de um processo de sublimação da energia sexual, conhecida como *bindu*, associada ao *chakra muladhara*, em energia espiritual, conhecida como *ojas*, associada ao *chakra sahasrara*. Na literatura siddha, este processo de sublimação é descrito como um tipo de alquimia interna. Alquimia é um processo esotérico de transformação de metais vulgares, como o cobre, em ouro. Os Siddhas nos informam que quando esta alquimia interna se completa, o corpo físico brilha como ouro. Eles descreveram a realidade resultante como “Vasto Espaço Luminoso” ou *Vettivel* (veja artigo sobre esse assunto na edição anterior do Jornal de Kriya Yoga). Éter ou espaço, o “quinto elemento”, não tem limites e, por isso, serve de metáfora para *Kaivalya* ou “Liberdade Absoluta”, que é o título do capítulo final dos *Yoga Sutras*. Isso inclui libertar-se do egoísmo, dos desejos, apegos e aversões de todos os tipos, do *carma* e de *maya*.

Procurando ganhar vantagem em relação a esses obstáculos formidáveis, os Siddhas experimentaram e desenvolveram muitas *kriyas*. Qualquer pessoa que tenha tentado superar um mau hábito, apego ou aversão, consegue entender como isso é difícil, devido à resistência inerente à nossa natureza humana, dirigida pelos hábitos. Os Siddhas descobriram como alavancar cada uma das qualidades inerentes a cada elemento para dissolver ou sublimar um elemento no outro, progressivamente.

1. Para dissolver a terra, por exemplo, precisamos da água. As qualidades da terra, de inércia e hábito, dissolvem-se pelas emoções positivas da água tendentes à mudança, incluindo motivação e aspiração e as *kriyas* que movimentam o corpo.
2. Para dissolver água em vapor, precisamos do fogo. Todas as emoções são instáveis, e a maioria delas é negativa. No máximo, elas nos dão apenas movimentos voláteis de alegria no corpo vital. A prática respiratória dos *pranayamas* ajuda a acalmar as emoções.
3. Para dissolver o fogo precisamos do ar. As emoções que envolvem resistência à prática, aos princípios do Yoga (os *yamas*), à purificação dos desejos, apegos e aversões originam calor. Os desejos, apegos e aversões são eliminados quando aplicamos nossa força de vontade e perseveramos, com controle e concentração mental, guiados pela inteligência, razão e compreensão, apesar da resistência.
4. Para dissolver o ar precisamos do espaço, o quinto elemento. Quando dirigimos nossa respiração e a concentração para os chakras situados na cabeça, podemos aquietar os movimentos da mente e entrar no silêncio do *samadhi*.

As *kriyas* usadas em Laya Yoga envolvem as práticas mais importantes da Kriya Yoga de Babaji: *kriya kundalini pranayama*; *bandhas* (travas musculares); *mudras* (gestos psicofísicos); as 18 *asanas* de *kriya hatha yoga* (praticadas com consciência em seus efeitos energéticos); meditação nos *chakras*; repetição de *mantras* dos *chakras*; prática simultânea de concentração nos *chakras*, repetição de *mantras* dos *chakras*, visualizações *easanas*. Esses métodos são ensinados apenas em iniciações para que possam ser aprendidos corretamente e na ordem e no contexto corretos. Eles geram um desenvolvimento integral em todos os cinco planos de existência. Além disso, muitas outras coisas integram Laya ou Kundalini Yoga;

1. Uma dieta *satívica*, calmante e equilibrada.
2. A observância dos *yamas* ou restrições sociais (*Yoga Sutras* II.30), incluindo:
 - a. *Ahimsa* – não violência, em pensamentos, palavras e ações;
 - b. *Satya* – ser verdadeiro/a, evitar exageros, falar apenas o que é necessário e útil;
 - c. *Brahmacharya* – ser casto/a, em pensamentos, palavras e ações.Idealmente, inclui o celibato ou abstinência de atividade sexual, até que e a não ser que a pessoa já tenha se purificado do desejo sexual, e possa ser treinada para

participar de práticas tântricas com um parceiro/a, mantendo a consciência da testemunha.

d. *Asteya* – não roubar, pois “a riqueza vem para aqueles estabelecidos em não roubar”.

e. *Aparigraha* – ausência de ganância.

3. O cultivo da aspiração, a rejeição daquilo que resiste à purificação do egoísmo em todas suas manifestações e a entrega ao Ser Supremo. Para os Siddhas, o Ser Supremo é a Abstração Suprema ou Ishvara, que significa literalmente “O Eu Especial”, que Patanjali diz ser a parte de cada um de nós que é “intocada por qualquer uma das aflições, ações, frutos das ações ou por quaisquer impressões de desejo”. Aspiração é o oposto de desejo. É o chamado de nossa alma para se libertar das manifestações do egoísmo (luxúria, raiva, orgulho, ganância) e realizar a Unidade com Tudo e com o “Verdadeiro, o Bom e o Belo.”

4. A prática de Karma Yoga, que envolve ação ou serviço hábil sem interesse pessoal, sem apegos aos resultados. Isso possibilita canalizar a energia da *Kundalini*, desperta com amor, para todos os esforços humanos. Também evita as armadilhas do egoísmo espiritual, a busca de poderes espirituais e outras manifestações de egoísmo.

Unindo o conhecimento à prática, com devoção, “eles vêm até Mim”, diz Krishna na *Bhagavad Gita*. Possam todos os leitores colocar em prática as técnicas de Laya Yoga, com Amor em seus corações e informados pela sabedoria dos Siddhas.

4. Notas e notícias

Anatomina Funcional e Yoga, com o Dr. Laurier-Pierre Desjardins. O curso, de três dias, fará parte de nosso Deepening Your Practice Teacher Training. De 27 de agosto, quarta-feira, 10h, até o jantar do dia 29, sexta-feira, no ashram de Quebec, Canadá.

Decidimos abrir esses três dias como um programa separado para os estudantes de Kriya Yoga de Babaji. Desjardins é um envolvente e dinâmico orador e iogue. O profundo conhecimento do corpo e a consciência intuitiva que ele tem certamente

aumentarão sua compreensão de como o Yoga funciona no corpo físico e irão inspirar a sua prática.

Esse workshop será uma experiência incrível de conhecimento sobre o corpo físico vivo, sua construção, e sobre como relacionar isso ao Prana e à prática adequada de Yoga. Vamos navegar entre o que temos agora e o que é possível ter, por meio de conexões entre a prática de Yoga e o potencial humano. Também vamos estudar os conceitos de Prana e as formas de melhorar a saúde em todos os níveis do ser, aplicando esse conhecimento à nossa prática. Você será apresentado ao conceito de cocontração, para desenvolver mais flexibilidade, elasticidade e força e liberar seu interior. Também vai aprender a trabalhar com suas limitações, aprofundar suas posturas e cuidar de uma lesão, caso seja necessário. A oficina, interativa, oferece exercícios e práticas para a saúde e experiências de cura.

Desjardins é um osteopata e professor altamente respeitado. Anualmente, ele ministra cursos avançados de anatomia funcional em escola de Yoga no Canadá e na Alemanha. Pratica Kriya Yoga há mais de 25 anos e desenvolveu esse curso especialmente para nós.

O preço dos três dias, incluindo hospedagem e refeições, é de \$300. Esperamos por você! Qualquer dúvida, entre em contato com Durga pelo e-mail durga@babajiskriyayoga.net. Inscrições podem ser feitas no ashram, por telefone (450.297.0258) ou email (info@babajiskriyayoga.net).

Peregrinação a Badrinath, no Himalaia, de 24 de setembro a 12 de outubro de 2014. Junte-se a nós para uma peregrinação inesquecível que mudará sua vida, para o local onde Bábaji atingiu *soruba samadhi*, o último estágio da iluminação. Visitaremos o novo ashram em construção em Badrinath, onde faremos um mantra yagna. Veja detalhes em <http://www.babajiskriyayoga.net/english/Pilgrimages-himalayas.htm>

Segunda Iniciação, com M.G. Satchidananda, em Quebec (24-26 de outubro de 2014).

Terceira Iniciação, com M.G. Satchidananda, na Estônia, (14-21 de agosto); em Dole, na França (22 de agosto a 1 de setembro); e em São Francisco Xavier, no Brasil (16 a 23 de novembro). Alcance o objetivo da autorrealização com as poderosas kriyas para acordar os chakras e entrar no estado sem respiração de *samadhi*.

Dois novos vídeos com seminários em inglês do Dr. Georg Feuerstein: Bhagavad Gita e Tantra. Gravações raras, estes seminários têm cerca de seis horas e meia de duração com talvez o maior estudioso ocidental do Yoga em tempos modernos: o falecido Dr. Georg Feuerstein (1947-2012). Aqueles que desfrutaram da leitura de algum dos seus mais de trinta livros sobre temas relacionados ao Yoga vão gostar ainda mais de ouvir e ver alguém cuja grande erudição foi construída unicamente a partir da experiência com as dimensões mais profundas do Yoga.

Bhagavad Gita: Valores para o século 21 – Um seminário com o Dr. Georg Feuerstein. Gravado no Ashram de Kriya Yoga de Bábaji em Saint Etienne de Bolton, Quebec, Canadá, em 30 de junho de 2001. 6 horas e 22 minutos. Preço: 29,95 dólares. A Bhagavad Gita, ou Canção do Senhor, é um dos textos sagrados mais importantes do mundo. Ela celebra a relação do homem com Deus, a alegria intensa do Amor Divino e a realização do Eu por meio da Yoga. Em forma de diálogo, à véspera de uma batalha, Krishna ensina ao temeroso Arjuna a necessidade de ação e a exigência de que ele – como toda a humanidade – ocupe o seu lugar no mundo com fé e amor.

Tantra: um seminário com Dr. Georg Feuerstein. Gravado no Ashram de Kriya Yoga de Bábaji em Saint Etienne de Bolton, Quebec, Canadá, em 1 de julho de 2001. 6 horas e 24 minutos. Preço: 29,95 dólares. A tradição espiritual conhecida como Tantra, frequentemente associada à Kundalini Yoga, ensina que a iluminação deve abraçar todas as dimensões da nossa existência, incluindo a física. Envolve a remoção de obstáculos do subconsciente a partir de diversos métodos, como mantras, hatha yoga, respiração de kundalini e o culto à shakti divina ou poder, primeiro externamente, depois internamente.

Para adquirir os DVDs, acesse www.babajiskriyayoga.net.

Tirumandiram. A segunda edição, em seis volumes, com um total de 3.770 páginas, agora está disponível para encomenda em www.babajiskriyayoga.net/english/bookstore.htm. O *Tirumandiram*, escrito pelo Siddha Tirumular, é uma obra sagrada monumental da sabedoria filosófica e espiritual apresentada em forma de verso. Sua tradução para o inglês tem comentários explicativos sobre o significado de cada verso. Enciclopédico por seu vasto escopo, aborda diferentes aspectos do Yoga, do Tantra e da filosofia dos Yoga Siddhas: Shaiva Siddhanta. O último volume também contém uma apresentação de duas escolas do Shaiva Siddhanta, um glossário, bibliografia e índice.

Visite nosso site de e-commerce www.babajiskriyayoga.net para comprar todos os livros e outros produtos vendidos pela *Babaji's Kriya Yoga Publications* ou para fazer doações à Ordem dos Acharyas com cartão de crédito (VISA, American Express e Master Card). As informações do seu cartão são criptografadas e seguras. Confira!

Visite o blog de Durga: www.seekingtheself.com

Aviso aos assinantes do Jornal de Kriya Yoga: O jornal pode ser enviado para qualquer pessoa que tenha um endereço eletrônico (e-mail). Pedimos que nos informe para qual e-mail gostaria que enviássemos o jornal, e, caso o destinatário utilize um bloqueador antispam, peça-lhe que coloque nosso endereço info@babajiskriyayoga.net na lista de exceções. O jornal será enviado com as fotos na forma de anexo PDF, podendo ser lido por meio do Adobe Acrobat Reader. De outra forma, peça o seu exemplar na forma de arquivo Word, não formatado e sem fotos.