

## A PRÁTICA DO “QUEM SOU EU”

### A TÉCNICA DE RAMANA

AUTOR: V. GANESAN

“Embora as Escrituras proclame “Tu és Aquilo”, seria fraqueza meditar: “Não sou isto, mas Aquilo”, ao invés de se perguntar o que se é e assim permanecer, pois somos sempre Aquilo”.

QUARENTA VERSOS SOBRE A REALIDADE, verso 32.

Dividi minha dissertação em três partes:

- 1) Perspectiva geral
- 2) A essência do “quem sou eu”
- 3) O inigualável Caminho de Ramana

#### 1 – PERSPECTIVA GERAL

Diz um velho ditado, que “Deus fez o Homem à sua própria Imagem”. Portanto, o Homem é constituído, primordialmente, somente de divina essência. Mas, envolvido pela Ignorância, tornou-se apartado do conhecimento dessa divina essência nele. O Instinto divino no Homem é irradicável; pode ser encoberto por algum tempo, mas ressurgirá sempre. Os movimentos do Homem são geralmente dirigidos apenas para fora, pois todos os sentidos de seu corpo estão voltados para seu exterior, afinados somente para absorver as coisas que lhe chegam externamente. Quando suas atividades passam a ser direcionadas para o interior e se voltam para o interior, ele se apercebe de uma natureza completamente diferente nele. Afastado de tudo que é externo e dirigindo a atenção para o “interior”, apercebe-se de sua natureza divina, revelando-se em todo seu esplendor. Qualquer um que se volte para o interior, tende a realizar essa verdade eterna em si mesmo; ninguém está excluído dessa consciência divina. Ao voltar sua atenção para o exterior, o Homem, pela própria ação, se exclui de experienciá-la conscientemente, embora todo Homem, mesmo em sua ignorância, esteja capacitado a vivenciar essa consciência divina. Tenha ou não conhecimento, todo Homem está preenchido dessa Consciência Pura, desse Puro Conhecimento. O que encobre tal conhecimento de sua experiência consciente é o seu hábito de se apegar às coisas externas, que o leva à insatisfação, falibilidades, escuridão e medo. Se o Homem olhar em direção a seu interior, mais profunda e longamente, sem dúvida se aperceberá do chamado “escondido e misterioso Ser habitando em seu âmago, a fonte de sua existência. O fato de se voltar para o interior, abandonando as coisas externas e prestando total atenção a essa fonte, traz uma tremenda mudança na vida do Homem, pois, pela primeira vez, reconhece que possui em si a divina essência. Compreende a fala das Escrituras, “Tu és Aquilo” – que significa, “Tu próprio és Aquela Essência Divina.” O Conhecimento Absoluto, o EU SOU em cada um, é essa essência de Deus. Essa realidade que existe em cada um é a Consciência ou Conhecimento. Nenhum Homem pode dizer que a desconhece. Pelo próprio ato de negar conhecê-la, declara sua presença! As características da Realidade são de que ela sempre existiu e está apta a existir por si e em si própria. A consciência no Homem existe sempre, por si e em si própria. Portanto, cada um tem ao próprio alcance o caminho para essa eterna Luz interior. Uma vez que alguém tenha um relance dessa experiência, do verdadeiro Ser Interno, que bilha independentemente, não necessitando de seu

esforço ou suporte para existir – todas as suas atividades necessitam de seu esforço para frutificar – vai compreender que alcançou um estado maravilhoso, independente de seus cinco sentidos. Esta é uma experiência pela qual nunca passou antes. Uma experiência que foi obtida sem a ajuda, sem o auxílio dos cinco sentidos e que também nele e por ele é verdadeiramente única. Este dia, quando tal visão de si mesmo for alcançada, será o dia mais iluminado de sua existência, pois naquele dia o indivíduo será uno com a eternidade. Quem quer que se entregue a essa busca interior não é um sonhador; “unicamente antecipa para hoje o que uma multidão de homens terão necessariamente que alcançar amanhã”. O Homem é assim, um ser espiritual, que possui a capacidade de deter a sabedoria. Ele respira esta verdade a cada momento! Ele detém esta divina infinidade de si próprio. Esta consciência infinita é experienciada como um sentimento perene de felicidade sem causa – o aspecto “ananda” da eterna verdade de Satchidananda. Mas, ao declararmos a verdade de nosso ser interior desta forma, ou seja, a “cara” da moeda, não deveríamos também observar a “coroa”? O mundo exterior com suas atrações e distrações devora a atenção do homem de maneira absorvente e total. A velocidade complicada do mundo exterior ao qual o sistema humano está fortemente ligado, apenso, sempre puxa o Homem mais e mais para envolvê-lo com fatos, objetos e atividades externas a cada um. O tempo também corre como um rio caudaloso levando em suas águas a raça humana, afogando-a em seu fluxo. Em tal batalha – todo o tempo forçado a correr para fora e para frente infundavelmente, tanto física quanto mentalmente – se o Homem for suscitado a dar um pulo para trás para mergulhar em si próprio, não o fará tão simplesmente quanto uma proeza de ginástica. Dizer a este Homem, totalmente claudicante da divina consciência, da necessidade de se voltar para seu interior, seria ver tal esforço por ele considerado como “alucinação da fantasia humana e idealismo infantil.” Se o Homem quiser se interessar em dar uma guinada em sua vida, ou seja, voltar sua atenção consciente das atividades externas para a introspecção, precisará de uma boa causa. Qual é esta causa iminente? Sem compeli-lo mais a se envolver externamente, ainda que em nome de disciplinas espirituais, códigos éticos, regras ritualísticas, ele deve ser dirigido suave mas firmemente a se voltar a seu interior, sendo-lhe exposta a verdade do seu Ser. Bhagavan Sri Ramana Maharshi abre esse Caminho Real para atingir o “mergulho interior”, da maneira mais fácil, mais direta e mais simples. Para entendê-lo claramente, teremos que nos ater a um ponto de vista microscópico, pois até agora estamos fazendo apenas uma observação de caráter geral. Ou seja, do ponto de vista da “raça humana”, vamos pois, voltar nossa atenção para o “indivíduo”.

## 2 – A ESSÊNCIA DO “QUEM SOU EU”

Como o indivíduo, como cada indivíduo nessa qualidade refere-se a si mesmo? Cada um refere-se a si mesmo como “eu” somente. Toda a vasta população, milhões e milhares deles, em todo o tempo, quando se referem a si mesmos dizem somente “eu”, “eu”. Existem tantos milhões de “eus”? Inversamente, existe somente um “EU” ao qual um incontável número de corpos se refere! Não é estranho que toda multiplicidade esteja reduzida a uma simples sílaba? Sim o “EU” é um monossílabo que representa algo incomensurável mente mais amplo do que ele mesmo. Embora cada um diga “eu”, “eu” somente, estranhamente, no entanto, não muitos fazem esforço para conhecer exatamente esse “EU” ou o que ele significa. De maneira primária, com esse “EU” tendemos visivelmente a identificar o corpo, mas, numa análise mais profunda, tendemos a identificar as faculdades de pensar, sentir e querer. Podemos facilmente chegar à conclusão de que o corpo não é esse “Eu” pois é insensível. Queremos dizer, com insensibilidade, que o corpo é aquele que é conhecido e nunca o princípio conhecedor. Disse o grande sábio “Allama Prabhu”: “Conheça-se a si mesmo sem perder a consciência. Se o corpo

fosse você, porque diria “meu corpo?” Todos falam de seus pertences, tais como minhas roupas, meu dinheiro. Alguém já se identificou dizendo “eu sou a roupa” ou “eu sou o dinheiro”? Enganamo-nos por uma superposição de um fato, ao considerarmos o corpo como sendo o Ser. Então, o que é esse “Eu”? No corpo, que é insensível, surge um sentido de alerta, uma sensação do “Eu”. Isto é chamado “mente”. Bhagavan Ramana diz que se alguém investigar a mente, verá que é apenas um punhado de pensamentos. A mente é, além disso, uma função onde o “Eu” funciona como base de todos os pensamentos. Todos os pensamentos existem com relação a nós. Os pensamentos existem com relação a nós ou estão conexos com nossa pessoa com relação a indivíduos, objetos, coisas, eventos e opiniões. Todos estão enraizados no seu “Eu”; assim, o eu em nós é somente o pensamento – “Eu”; a base para uma inteira gama de incontáveis pensamentos. Vamos olhar isso ainda mais de perto. Cada dia, o primeiro pensamento ao acordar é o pensamento – “eu”. No sono estamos alheios a tudo, inclusive ao “eu” com o qual nos referimos a nós mesmos. Esse “eu” ou pensamento-“eu” está completamente apagado no sono profundo junto com a cadeia de outros pensamentos. Se observarmos mais cuidadosamente veremos que o último pensamento antes do sono é este pensamento “eu” que é também o primeiro a surgir quando acordamos na manhã seguinte! Onde este “eu” mergulha e de onde este “eu” surge? É uma necessidade imediata procurar e encontrar a fonte desse “eu”, que “morre” todas as noites em nosso sono e novamente nasce na manhã seguinte. Em acréscimo à nossa perseverança em encontrar essa fonte temos a certeza do auxílio de Sri Bhagavan, que nos impulsiona quando diz que existe um eterno “Eu”, subjacente ao conhecido “eu” e no qual esse “eu” ou pensamento-“eu” mergulha e emerge diariamente, pois é a fonte. É importante deixar aqui gravado que as Escrituras declaram que o primeiro Nome de Deus é “Eu”. Elas devem se referir certamente, ao eterno “Eu”, a fonte do Ser e não ao “eu” do nosso conhecimento diário. Moisés obteve uma resposta verbal de Deus quando perguntou qual era o seu nome “Meu nome é EU SOU, EU SOU”. Portanto, tanto das afirmações dos sábios quanto das declarações das Escrituras e também por experiência própria comum, podemos facilmente chegar à conclusão de que existe um eterno “Eu” por trás do “eu” a que nos referimos a cada dia. Esse “Eu” nos impulsiona adiante, para o despertar do conhecimento desta verdade nua da Consciência, que está escondida, inatingida, no interior. Portanto, é essencial que observemos minuciosamente o pensamento-“eu”, que é a ligação entre o corpo e o eterno “Eu”, que as Escrituras dizem estar escondido no interior. Precisamos seguir o “pensamento-“eu” até a sua fonte, prestando total atenção nele e de onde ele surge. Como fazê-lo? Assim: Quando outros pensamentos surgirem devemos centralizar nossa atenção no pensamento-“eu”. Todo o tempo a atenção deve ser dirigida, sem qualquer interrupção, ao sentimento “eu” ou ao pensamento-“eu”. Quando nossa mente estiver plena de pensamentos, se fizermos a pergunta “a quem ocorreu este pensamento?” A resposta viria “a mim”. Então perguntaremos: “quem sou eu?” Esta pergunta “quem sou eu?” volta nossa atenção novamente ao “eu” e essa atenção nos conduz até a Fonte. Assim, focalizar nossa atenção em nós mesmos é o único esforço que alguém tem que fazer para descobrir sua verdadeira identidade. Quando estivermos investigando em nosso interior, inquirindo no “eu” através de persistentes perguntas “quem sou eu?” entraremos em contado direto com a Realidade interior, o Eterno “Eu”. Na medida da seriedade e unidirecionamento com que mergulhamos em nosso interior para ser “EU SOU”, é também a medida da recompensa que recebemos. Ser o “SER” não é somente o caminho mais direto, mas também o mais fácil, pois não precisamos de nenhum outro auxílio externo. Portanto, conforme Sri Bhagavan explicou, podemos concluir, que qualquer ato que dirija ou canaliza a mente tende às externalidades para o interior, até a sua fonte – o Eterno “EU” é espiritual, como também, Bhagavan Ramana abriu um caminho para nos despertar para essa verdade da felicidade interior, que se propagará por todo o mundo. Este caminho suportará

o teste do tempo, da análise lógica e da aplicação prática. Os pesquisadores da verdade vão se ater a ele e assim manter a tocha da verdade silente mais firmemente acessa pelos séculos que virão. Qualquer um pode seguir este caminho silencioso e interior de Ramana onde quer que esteja e em qualquer etapa da vida por que esteja passando, sem qualquer dependência ou abalo aos desafios dos ambientes complexos. Assim, este caminho de introspectiva autoinvestigação está sempre aberto e portanto, qualquer um pode trilhá-lo. Ele é simples, direto, racionalmente fundamentado na intuição e completamente livre de qualquer influência externa, seja de religião ou de dogma. Logo, este caminho é dirigido para o comerciante, para o trabalhador em escritório ou em fábricas, para profissionais em geral, tanto quanto para aqueles de mente com inclinações monásticas, que se encontram prontos a renunciar ao mundo. O que faz o método de Bhagavan inigualável é o fato de que se baseia na intuição que é controlada pela razão; da mesma forma esse puro raciocínio é empregado na investigação do SER somente através da intuição iluminada. Então, para resumir, vamos citar as próprias palavras de Sri Bhagavan: “O estado de permanência no “EU” é o estado do PURO SER, Consciência Pura”. (Coração é a palavra usada por Bhagavan para essa Realidade Pura existente em nosso interior). Tal pode ser alcançado somente através da pergunta “quem sou eu?” Tal como o homem que mergulha para apanhar algo que caiu ao mar, devemos mergulhar em nós mesmos com unidirecionamento imutável e encontrar o lugar de onde o “eu” surge. A única investigação que leva ao conhecimento do Ser é a busca do sentimento “Eu”. Se perguntarmos – “quem sou eu?”, interiormente, o “eu” individual, o “eu” limitado cai por terra arrasado, tão logo se alcance o coração. Imediatamente a Realidade se manifesta espontaneamente como “EU,EU”. Embora se revele como “EU” não é o “eu” limitado por nós conhecido, mas o perfeito Ser, o Eterno “EU”, a Divina Essência em nós. O SER, a verdade que procuramos conhecer está portanto em nós mesmos. Quando uma vez Sri Muruganar fez uma pergunta a Sri Bhagavan sobre o que deveria fazer para alcançar a verdade última, Sri Bhagavan respondeu: “SEJA COMO É”.

### 3 – O INIGUALÁVEL CAMINHO DE RAMANA

O termo autoinvestigação ou ATMA VICHARA é encontrado em muitas das antigas Escrituras da Índia. No seu grande trabalho “Vivekachudmani” Sri Adi Sankara diz que a liberação não pode ser alcançada por nenhum tipo de ação, mas somente através da autoinvestigação. Em “Jnana Vasishta” o sábio Vasistha proclama: “brilhando em cada um como “EU-EU” nada mais existe além do SER, sobre que temos que meditar... com o cajado da investigação; abatemos a mente feroz e os sentidos que serpenteiam, e os fazemos habitar o Coração”. “Kaivalya Navanceta” declara: “Somente a investigação pode conduzir ao conhecimento revelado nos Vedas. O conhecimento do SER não pode ser obtido pelo estudo”. “Srimad Bhagavad Gita” diz: “Fixe a mente firmemente no Ser”. Então, indaga-se qual seria a nova revelação feita por Bhagavan, considerando-se que a autoinvestigação já é mencionada pelas Escrituras? A resposta é fácil e pronta para aqueles que têm olhos de ver e ouvidos de ouvir. Embora a autoinvestigação seja mencionada pelas Escrituras, o atual método de praticá-la não é claramente indicado. As Escrituras dão pistas, é verdade, como: “Não és o corpo, nem o prana, nem a mente, etc. Tu és Brahman”, mas essas indicações não enfatizam como colocar em prática o ensinamento. Este tipo de meditação enseja novamente outra atividade da mente e qualquer ação da mente, prende o indivíduo. Começamos com a meditação, mas logo nos

encontramos de volta ao lugar onde começamos. Talvez, observando esse constante labirinto que persiste, apesar da existência dos ensinamentos das Escrituras, a Suprema Realidade que outorgou essas Escrituras, pela profunda compaixão à raça humana, voltou na humana forma de Bhagavan Ramana, para dar pistas mais fáceis para se encontrar a verdade, que podem ser facilmente compreendidas, praticadas e realizadas até mesmo pelo homem comum. O aspecto inigualável do ensinamento de Bhagavan consiste no fato de não se limitar a categorias mentais. Na verdade, Bhagavan é o grande Mestre que tratou exclusivamente do alcance, escopo e futilidade máxima em tentar se livrar das armadilhas da mente através de métodos mentais. Quando investigada, a mente imergirá na sua fonte e uma nova dimensão de seu funcionamento surgirá. No primeiro verso benedictório de “ULLADU NARPADU”, Sri Bhagavan ressalta a futilidade da meditação (no sentido em que este termo é geralmente entendido) perguntando: “Considerando que a realidade existe no Coração, além do pensamento, que pode e como se pode meditar sobre a Realidade, que é denominada Coração?” Isto quer dizer, se a meditação é entendida no seu sentido usual, ou seja, um processo de pensamento, não é quantidade de meditação que vai habilitar alguém a conhecer ou realizar a Realidade, que está além do pensamento. Como poderia então quantidade de pensamento capacitar alguém a realizar algo que está além do alcance do pensamento? Então, como se deve realizar a Realidade? A resposta é dada pelo próprio Bhagavan na parte restante do mesmo verso: “Ser como a Realidade é no Coração, é verdadeira meditação. Em outras palavras, considerando que a Realidade está além do pensamento, permanecer como essa Realidade, sem pensamento, é a única maneira de meditar sobre ela e realizá-la, tal como É. Mas, como permanecer assim sem pensamento? O que é que nos impede de permanecer sem pensamento, como a Realidade? A Realidade ou SER, brilha no Coração, além do pensamento, como o puro e sem atributos “EU SOU”. Mas ao invés de permanecermos como esse “EU SOU”, surgem um ego, um indivíduo separado que sente “eu sou esse corpo”, “eu sou isso ou aquilo”. Este ego é a primeira raiz do pensamento o “pensamento-eu”; sem ele, nenhum outro pensamento pode existir, com já vimos. Além disso, esse eu individual é que assume as formas pensamento, como “corpo”, “mundo”, etc., que obstruem nossa permanência natural no “EU SOU”. Daí, se desejarmos permanecer sem pensamento, como o SER, e dessa forma realizar a Realidade como ela é, necessitaremos apenas remover esta obstrução, o primeiro pensamento ou o ego. Esta é a razão porque muitos dos versos do “ULLADU NARPADU” analisam e descrevem a natureza do ego e seus sub-produtos – o corpo e o mundo – pois somente quando entendermos a sua natureza, saberemos removê-los. (ULLADU NARPADU – quarenta versos sobre a Realidade). Qual a natureza desse ego e como evitaremos que ele se sobreponha? A resposta a essa pergunta está nos inigualáveis ensinamentos de Bhagavan. No verso 24 do “ULLADU NARPADU”, Ele nos diz que o corpo insensível não pode por si próprio dizer “eu” e que o real e eterno “EU” não surge ou desaparece, mas que entre eles surge um falso “eu” que é limitado pelo corpo e este é o ego, também conhecido como CHIT-JADA-GRANTHI, o nó entre o SER sensível e o corpo insensível – escravidão, alma individual, mente e assim por diante. No verso seguinte, Sri Bhagavan nos diz: “Este ego fantasma e sem forma passa a existir tomando uma forma (o corpo); tomando forma ele permanece, se alimenta das formas que vê e cresce; deixando uma forma, toma outra”. Como então removeremos esta única obstrução que nos impede de feliz e pacificamente permanecer como o Ser? A resposta é dada por Bhagavan no mesmo verso (25) “Quando o ego é procurado ele desaparece!” Esta é uma outra pista inigualável revelada por Bhagavan. Ele a ilustrou com uma história. Um homem fingiu ser amigo tanto da família do noivo quanto da noiva, numa festa de casamento. Enquanto acreditavam nele, teve sucesso sem sua empreitada, imperando entre as famílias, participando suntuosamente do festejo. Mas, tão logo começaram a investigá-lo, tão logo as famílias tentaram descobrir quem era ele, ele fugiu e

desapareceu. Tal é o caso do ego, que da mesma forma finge ser o SER e o CORPO; ele é dotado de consciência e brilha como “EU”, que é a característica do SER e ao mesmo tempo está limitado à forma e surge e desaparece, o que é a característica do corpo. Enquanto não investigarmos quem é, esse ego prevalecerá sobre nós e se banqueteará no conhecimento dos objetos que nos chegam através dos cinco sentidos. Mas, ao iniciarmos a autoinvestigação e tão logo tentemos saber quem é esse ego, ele fugirá e desaparecerá. Por que, alguns podem se perguntar, o ego desaparece quando é procurado ou quando sobre ele se concentra a atenção? Conforme Sri Bhagavan explica, o ego somente passa a existir ao tomar uma forma e assim permanece tomando formas, se alimentando e obtendo força através das formas. Sem as formas a se ater, o ego não pode subsistir. Todos os pensamentos, todos os objetos, todos os conhecimentos de segundas e terceiras pessoas são apenas formas. Por isso, enquanto o ego se atém a objetos, a segundas e terceiras pessoas ele se fortalece e cresce. Mas, o ego em si, não tem forma; então ao tentar voltar-se para si mesmo, à primeira pessoa ou à primeira matéria, ele perderá sua força, perecerá e desaparecerá. Então o ego retorna à sua fonte, no Coração. Enquanto se ativer as segundas e terceiras pessoas ele parecerá existir, mas, ao tentar voltar-se para si mesmo, na pergunta “Quem sou eu”, verificará que é não existente. Esta verdade é claramente expressa por Bhagavan no verso 17 do “UPADESA SARAM”: “Se investigarmos com atenção sobre a forma da mente (ou ego), será verificado que não existe o que chamamos mente! Este é o caminho direto para qualquer um e para todos!” “Quando o ego, portanto, desaparece, verificada sua não existência, o que resta? Somente o SER, a REALIDADE! Este, por isso, é o caminho direto que nos capacita a permanecer no Coração como É”, como Bhagavan diz no primeiro verso benedictório do “ULLADU NARPADU”. Outra contribuição inigualável de Sri Bhagavan é a Sua clara explicação no sentido de que não existem dois “EUS” – um deles o ego e o outro o Ser – “dualidade durante a prática e não dualidade no alcance da meta – e que o Ser é o único Eu real. Só que – como neste oceano de “EU SOU” surgem todas as emoções, sentimentos e pensamentos, predicativos do indivíduo, isto faz com que sintamos que ele, o ego, é o Eu real. Entretanto, se atentamente nos fixarmos neste “EU” constataremos que não é o ego mas somente o Ser real. Este é o motivo pelo qual, ao ensinar a prática da autoinvestigação, Sri Bhagavan não discrimina dois “eus”, o ego e o Ser. Ele apenas diz: investigue “Quem sou eu?” em outras palavras volte-se para aquilo que sente ser o “Eu”. Se aquilo que sentimos como “Eu” é o Ser, ao nos fixarmos nele, o conheceremos tal como É. Se o que sentimos como Eu é o ego, ao nos fixarmos nele, ele desaparecerá e apenas o Ser será então conhecido. Assim, seja o “eu” que buscamos, o ego ou o Ser, o resultado será o mesmo: somente o SER, o eterno Eu, a substância e a base do falso eu, permanecerá brilhando. Outro aspecto incomparável no ensinamento de Bhagavan é que Ele revelou a importância de ser atento. Podemos então corajosamente dizer que a técnica correta da autoinvestigação como ensinada por Bhagavan é a concentração total da atenção ao sentimento “EU”. Enquanto tentamos alcançar o sentimento “EU” todo tipo de pensamento surge e distrai nossa atenção. Entretanto, é interessante observar que pensamentos não surgem espontaneamente, eles surgem porque pensamos neles. Além disso, os pensamentos não possuem força por si próprios, eles ganham força somente quando nos fixamos neles. Se não nos fixarmos nos pensamentos que surgem, eles perecerão por si próprios. Bhagavan diz: “Se negarmos o ego e o eliminarmos, ignorando-o, ficaremos livres. Se aceitarmos o ego, ele nos imporá limitações e nos lançará numa luta vã para transcendê-las. Devemos, portanto, colocar de lado a concentração nos pensamentos e retornar à concentração no Ser. Este método de concentração é claramente ensinado por Sri Bhagavan no pequeno livro “QUEM SOU EU” onde Ele diz: “Se outros pensamentos surgirem, devemos sem qualquer tentativa de completá-los, perguntar: a quem eles ocorrem?” O que importa, porém, se muitos pensamentos surgirem? No mesmo momento em

que cada pensamento surge, se diligentemente perguntarmos “Quem sou eu?”, a mente (nossa força de concentração) nos trará de volta (do pensamento) à fonte, o SER; (então como nada existirá para fortalecê-lo) o pensamento que surgiu, também perecerá. “Pela repetição desta prática, a força da mente em permanecer em sua Fonte aumenta” Esta é uma grande pista para os praticantes sadhaks (aspirantes): enquanto a atenção está voltada ao sentimento “Eu” não poderemos conhecer ou nos atermos a qualquer outra coisa. O único propósito da pesquisa é voltar nossa atenção em direção ao “Eu”. O SER só pode ser conhecido através da autoinvestigação e a autoinvestigação não é uma atividade da mente, mas, o estado de inação da mente. Conforme Bhagavan diz no verso 26 do “UPADESA SARAM” “Conhecer o Ser é ser o Ser, pois não há dois Seres separados. Isto é permanência no Ser”. No verso 27 do “ULLADU NARPADU” Bhagavan declara que a menos que nos concentremos no Ser não poderemos atingir o estado de ausência do ego no qual o “eu” não surge; e a menos que alcancemos este estado de ausência de ego, não poderemos permanecer no nosso verdadeiro estado de unidade com a Realidade. Porque deve ser assim? Porque outras sadhanas também não nos permitiriam realizar o Ser? A razão é lucidamente explicada por Bhagavan no “Evangelho de Maharshi” (Maharshi Gospel) – (Livro II Cap. I) “Somente a autoinvestigação é o meio direto para a realização do Ser, pois qualquer outra espécie de sadhana, pressupõe a retenção da mente como instrumento de executar a sadhana e sem a mente, esta não pode ser praticada. Além disso, a tentativa de destruir o ego ou mente através de sadhanas outras que não a autoinvestigação, é semelhante ao ladrão que se faz passar por polícia, fingindo que tenta apanhar o ladrão. Somente a autoinvestigação pode revelar a verdade de que nem o ego, nem a mente realmente existem separados do EU e apenas a autoinvestigação pode nos capacitar a realizar o Ser”. Bhagavan também utilizou outra analogia: Ele costumava explicar que tentar matar a mente através de outras sadhanas é como tentar enterrar a própria sombra. Se a mente fosse real, poderia talvez eliminar-se a si mesmo. Mas, a verdade é que a mente é não-existente, daí porque não pode se eliminar a si mesmo tal como o homem não pode enterrar sua própria sombra! Sri Bhagavan enfatizou categoricamente em “ATMA VIDYA” que a autoinvestigação é o mais fácil de todos os caminhos. Vamos verificar porque Bhagavan qualificou de “o mais fácil”. Que significam os termos “fácil e difícil”? Nas palavras de Sri Sadhu OM: “o que não gostamos, o que não podemos fazer e o que não conhecemos denominamos “difícil”, enquanto que tudo o que gostamos, o que já fizemos e o que já conhecemos, denominamos “fácil”. Ou seja, se algo está ao alcance de nossa potencialidade de amar, de fazer ou de saber, sentimos que é fácil; mas quando não está ao alcance de nossa potencialidade de amar, de fazer ou de saber, sentimos que é difícil. Com esta simples definição verifiquemos se a autoinvestigação é fácil ou difícil. Existe alguém que possa dizer que não ama a si mesmo? Não, dentre todas as coisas que amamos, somos aquilo que mais amamos. Existe alguém que possa dizer que não conhece a si mesmo? Não, porque antes que conheçamos qualquer outra coisa, precisamos primeiro nos conhecer; quando dizemos “conheço isto e aquilo” não é uma prova de que conhecemos o sentimento “Eu”? E existe alguém que diga que não está apto a remover todos seus atributos, tais como corpo e mente e permanecer como si próprio? Não, porque, a cada dia, no sono profundo, renovamos naturalmente e sem esforço estes atributos e permanecemos na nossa verdadeira natureza. Então é claro que amamos nosso Ser, que conhecemos nosso Ser e que somos capazes de permanecer no Ser. Em outras palavras o iccha-sakti (o poder de amor) kriya-sakti (o poder de fazer) e jnana-sakti (o poder de conhecer) necessários para a autoinvestigação são inerentes a nós. Por isso, a autoinvestigação é o meio mais fácil. Tudo que Sri Bhagavan nos pede para fazer é: “Ame a si mesmo, conheça a si mesmo e seja você mesmo”. Como isto pode ser qualificado de difícil? Quando Bhagavan afirma que a autoinvestigação é o meio mais fácil, Ele nos deixa aí sutilmente uma pista. Sua afirmação significa que não estaremos sozinhos no nosso

esforço, mas que Sua Graça é sempre presente a nos ajudar. Tendo Sua Graça nos conduzido, a todos, a Seus pés de Lótus, não iria Ele nos auxiliar a atingir a meta mais nobre e que valesse mais a pena, ou seja, o sucesso na autoinvestigação?

- Vamos orar a Deus, que abriu esse caminho real e que também nos assevera, nas últimas linhas do ATMA VIDYA: “Quando a mente voltar a atenção para o interior e permanecer como É, sem pensar em mais nada, Arunachala, que brilha como o Ser, será alcançada. Graça é o que mais necessitamos; por isso vamos dirigir nosso Amor ao Ser e a Graça será por nós vivenciada.”