

# A SÍNTESE DO IOGA

Sri Aurobindo

**03 – O Princípio do Ioga Integral - 13.12.20**

(Parte IV – Capítulo I)

- A Aventura da Consciência e da Alegria -

Ciclo de Estudos da CASA Sri Aurobindo

2020 - 2022

O princípio do Ioga é  
tomar um só poder,  
ou todos os poderes de nossa existência humana  
e fazer deles um meio para alcançar o Ser divino.

Em um Ioga comum  
um só dos poderes principais de nosso ser,  
ou um grupo de seus poderes,  
serve de meio, de veículo, de via.

Em um Ioga sintético  
todos os poderes serão combinados e incluídos nos  
instrumentos de transmutação.

# O Princípio do Ioga

- Tornar um ou alguns poderes da existência humana em um meio de alcançar o Ser divino

<b>Yoga</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Método</b>	<b>Caráter</b>
Hatha	corpo e vida	ásana e pranayama	psico-físico
Raja	mente	concentração, meditação	mental e psíquico
Karma	vontade	ação não egoística	espiritual e dinâmico
Bhakti	emoção e estética	devoção e entrega	espiritual, emocional, estético
Jnana	razão e visão mentais	conhecimento, cultura	espiritual e cognitivo
Integral	todos os poderes serão combinados e incluídos na instrumentação transmutadora		

Todo poder é, em realidade, Poder-de-Alma

- Quando um desses poderes é retirado da ação dispersa e distributiva, elevado a seu mais alto grau, concentrado, ele se torna Poder-de-Alma manifesto e revela a unidade essencial.

Portanto, o processo hatha-ióguico também tem seus resultados psíquicos e espirituais puros;

o processo raja-ióguico, por meios psíquicos, alcança uma consumação espiritual.

A via tripla pode parecer completamente mental e espiritual por seu método de busca e seus objetivos,

mas pode ser acompanhada de resultados que são mais característicos das outras vias,

(*resultados*) que se oferecem em  
um florescer espontâneo e involuntário e,  
pela mesma razão,

porque o poder da alma é o poder de tudo,

e quando toca seu cume em uma direção,  
suas outras qualidades também começam  
a revelar-se de fato  
ou em potencialidade nascente.

Essa unidade do poder deixa logo entrever  
a possibilidade de um loga sintético.

A disciplina tântrica, em sua natureza, é uma síntese.  
Ela pegou uma vasta verdade universal, a saber,  
que existem dois polos no ser  
cuja unidade essencial é o segredo da existência

– Brahman e Shakti, Espírito e Natureza –  
e que a Natureza é o poder do espírito  
ou, antes, é o espírito enquanto poder.

Elevar a natureza do ser humano  
e fazer dela um poder manifesto do espírito  
é seu método,  
e é a natureza inteira que ela reúne  
para a conversão espiritual.

Seu caráter sintético  
amplia o domínio do método ióguico em duas direções.

Primeiro, com firmeza, ela toma em mãos  
a maioria das fontes principais  
do desejo, da ação e das qualidades humanas  
e os submete a uma disciplina intensiva,

cujo primeiro objetivo  
é a mestria da alma sobre suas motivações  
e como realidade final  
elevá-las a um nível espiritual  
mais divino.

Ademais, o objetivo de seu ioga inclui não apenas a libertação, mukti, que é a preocupação única, e principal, dos diversos sistemas específicos, mas também uma fruição cósmica, bhukti, do poder do Espírito, que os outros iogas acolhem, talvez incidentalmente, no caminho, de maneira parcial, acidental, mas evitam fazer dele um motivo ou um objetivo. Esse é um sistema mais vasto e mais audacioso.

## 1.1- Disciplina Tântrica

- É em sua natureza, uma síntese - baseia-se na unidade fundamental de Brahman e Shakti
- Método: elevar a natureza no homem em um poder manifesto do Espírito
- Inclui os processos do Hatha, Raja, Karma, Jnana e Bhakti Yogas
- Amplia o método Yóguico por:
  - a) disciplina intensiva: - domínio da natureza pela alma,  
- sua elevação a um nível espiritual divino;
  - b) inclui como meta: - libertação,  
- deleite cósmico do Poder do Espírito.



No método de síntese que seguimos,  
um outro princípio-chave foi adotado.

Partimos do método do Vedanta  
para chegar ao objetivo do Tantra.

No método tântrico, a Shakti tem toda importância,  
ela se torna a chave da descoberta do espírito;

em nossa síntese, o espírito, a alma é o mais importante,  
ela se torna o segredo que permite possuir a Shakti.

O método tântrico  
parte de baixo  
e sobe os degraus da ascensão,  
até o cume;

sua insistência inicial é  
na ação da Shakti desperta  
no sistema nervoso do corpo  
e em seus centros;

a abertura dos seis lótus  
é a abertura aos diversos níveis  
do poder do Espírito.

O sistema tântrico faz da libertação o objetivo final,  
mas não o único;

em seu caminho, ele aceita a perfeição e a fruição totais  
do poder, da luz e da alegria espirituais na existência humana,  
e tem mesmo um vislumbre de uma experiência suprema  
em que a libertação, a ação e a fruição cósmicas  
são unificadas em uma conquista final  
de todas as oposições e de todas as dissonâncias.

É dessa visão mais vasta de nossas potencialidades espirituais  
que começamos,  
mas acrescentamos uma outra ênfase,  
que lhe dá um significado mais completo.

Nossa síntese considera o ser humano  
um espírito na mente,  
muito mais do que um espírito em um corpo,  
e supõe que há nele  
a capacidade de começar,  
a partir desse nível,  
a espiritualizar seu ser  
pelo poder da alma na mente  
e a abrir a mente diretamente  
a uma força e existência espirituais superiores,  
a aperfeiçoar sua natureza inteira  
por essa força superior assim possuída,  
e levá-la a agir.

Por essa razão,  
nosso destaque inicial adotou  
a utilização dos poderes da alma na mente,

a fim de girar a chave tripla  
do conhecimento, das obras e do amor  
na fechadura do espírito;

os métodos hatha-ióguicos podem ser dispensados  
– embora sem objeção para seu uso parcial –

e os métodos raja-ióguicos intervirão  
apenas como um elemento irregular.

O princípio que seguimos é a auto entrega,  
um doar-se do ser humano ao ser do Divino,  
à sua consciência, ao seu poder, ao seu deleite;  
uma união ou uma comunhão  
em todos os pontos de encontro  
na alma humana, no ser mental,  
a fim de que o próprio Divino,  
diretamente e sem véu,  
mestre e possuidor de seu instrumento possa,  
pela luz de sua presença e de sua guiança,  
aperfeiçoar todas as forças da Natureza no ser humano  
a fim de prepará-lo para uma existência divina.

O propósito inicial comum a todos os iogas  
é a libertação, da alma do ser humano,  
de sua presente ignorância  
e de suas limitações naturais,  
o que o conduzirá ao ser espiritual,  
à sua união com o self superior e com a Divindade.

Mas, em geral,  
essa libertação se torna não só o propósito inicial,  
mas o objetivo completo e final:  
há a fruição do ser espiritual, mas em uma dissolução  
do humano e do indivíduo no silêncio do ser puro,  
ou em um plano superior em outra existência.

Nós consideramos que o espírito no ser humano ...  
é um ser universal capaz de unir-se ao Divino  
em todas as almas e em toda a Natureza.

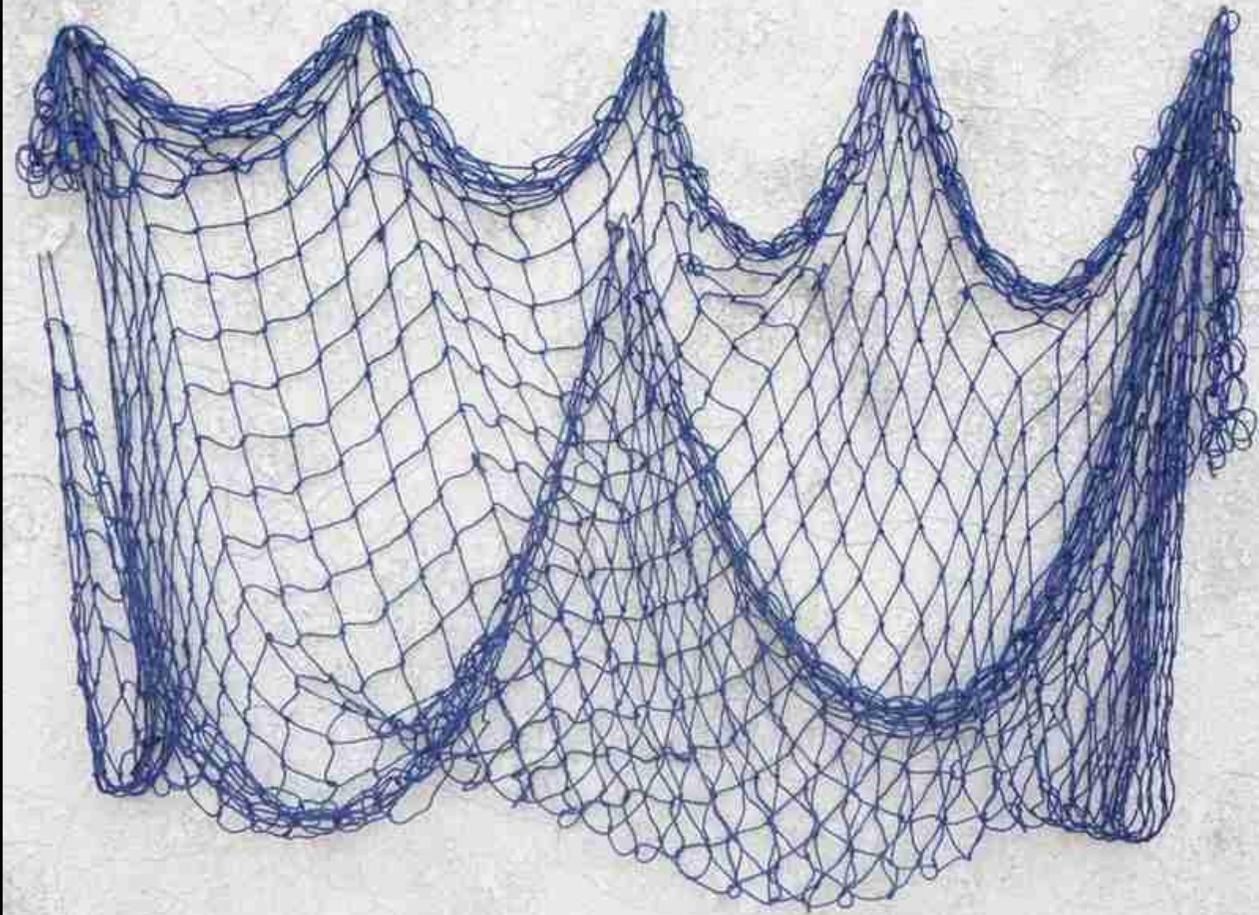
A libertação individual da alma humana  
e a fruição da união com o Divino  
na existência, na consciência e no deleite espirituais  
devem ser sempre o primeiro objetivo do loga;

sua livre fruição  
da unidade cósmica do Divino  
torna-se o segundo objetivo;

mas um terceiro objetivo surge dos dois primeiros:  
a realização prática do significado da unidade divina  
com todos os seres  
por uma simpatia pelo propósito espiritual do Divino na humanidade  
e por uma participação nesse propósito.

O ioga individual, então, sai de seu isolamento  
e se torna uma parte do ioga coletivo da Natureza divina  
na espécie humana.

O ser individual, libertado, unido ao Divino no self e no espírito,  
torna-se, em seu ser natural,  
um instrumento que se aperfeiçoa  
para o desabrochar do Divino na humanidade.



Em outras palavras, uma perfeição cujo objetivo consiste em elevar a natureza mental e transformá-la por completo em uma natureza espiritual e supramental.

O ser mental deve, primeiro, ampliar-se e entrar na unidade do Divino, antes que o Divino aperfeiçoe na alma do indivíduo Seu desabrochar gnóstico.

Essa é a razão pela qual a via tripla de conhecimento, trabalho e amor se torna o princípio básico de todo o loga, pois é o meio direto da alma na mente de elevar-se às suas intensidades superiores, de onde passará à unidade divina.

Mas a vida gnóstica é  
uma alegria e posse completas do Divino  
e da natureza espiritual;

e é uma elevação completa da natureza humana inteira  
e de seu poder divino e espiritual na existência.

A integralidade se torna, então,  
uma condição essencial desse ioga.

Ao mesmo tempo, vimos que cada uma das três vias,  
se é seguida com certa amplidão  
pode, em seu cume, incluir os poderes das outras duas  
e conduzir à sua consumação.

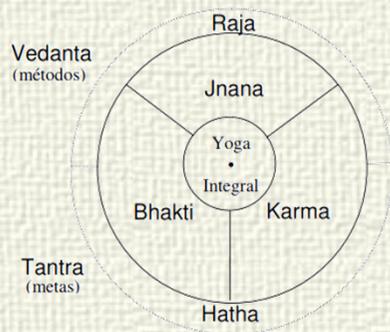
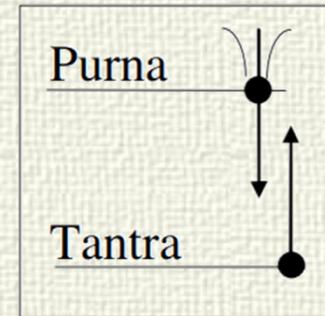
É suficiente, portanto, começar por uma delas  
e achar o ponto em que ela encontra as outras linhas de progressão,  
no início, paralelas, para alargar-se e fundir-se nelas.

Mas um outro processo, mais difícil, mais complexo  
e mais completamente poderoso,  
seria começar pelas três linhas ao mesmo tempo,  
em uma roda tripla de poder da alma, por assim dizer.

Mas veremos que  
o loga da autoperfeição  
não necessita ser adiado por completo,  
pois certa preparação para ele  
e certa iniciação a ele,  
faz parte do desenvolvimento  
das obras,  
do amor e  
do conhecimento  
divinos.

## 1.2- Yoga Integral

- Método do Vedanta: ação - devoção - conhecimento
- Metas: a) libertação individual / desfrutar da união da alma com o Divino;  
b) livre desfrutar da unidade cósmica do Divino;  
c) unidade divina com todos os seres: Yoga coletivo da Natureza.
- 1º Passo: crescimento em espírito - o ser mental ampliando a si próprio em unidade com o Divino, através de ação, devoção e conhecimento.
- Espírito na mente: segredo do domínio da Shakti - abrir a si próprio diretamente a um Ser e Força espirituais superiores.



**Meditação** significa propriamente a concentração da mente em uma única sequência de ideias que elaboram um único tema.

## **Dhiana**

**Contemplação** significa considerar mentalmente um único objeto, imagem, ideia, de modo que o conhecimento sobre o objeto, imagem ou ideia possa surgir naturalmente na mente pela força da concentração.

Meditação dinâmica é uma meditação que tem o poder de transformar seu ser.

A coisa mais importante é saber por que você medita,  
pois é isso o que dá a qualidade da meditação.

Você pode meditar para abrir-se à força divina;  
Você pode meditar para rejeitar a consciência ordinária;  
Você pode meditar para entrar nas profundezas de seu ser;  
Você pode meditar para aprender como entregar-se ao Divino;  
Você pode meditar para entrar na Paz, na Calma e no Silêncio.

Finalmente, você pode meditar para receber a Força para a transformação,  
para encontrar os pontos a serem transformados,  
para demarcar o caminho do progresso.

Mas se você quer que sua meditação seja dinâmica,  
você deve ter uma aspiração para o progresso  
e sua meditação deve almejar o auxílio e o cumprimento dessa aspiração.

