

# A SÍNTESE DO IOGA

*Sri Aurobindo*

## 18 – A Via da Igualdade (I)

13.03.22

(Parte IV – Capítulo XII)

- A Aventura da Consciência e da Alegria -  
Ciclo de Estudos da CASA Sri Aurobindo  
2020 - 2022

1

A descrição, nos capítulos precedentes,  
da igualdade completa e perfeita  
nos mostrou que essa igualdade tem dois aspectos.

Podemos então chegar a ela por dois movimentos sucessivos.

Um, nos libera da ação da natureza inferior  
e nos conduz à calma paz do ser divino;

o outro, nos libera  
e nos faz viver inteiramente na natureza superior,  
com todo seu poder,  
e nos permite alcançar o equilíbrio estável  
e a universalidade de um conhecimento,  
de uma vontade de ação  
e de uma Ananda divinos e infinitos.

2

O primeiro movimento pode ser descrito como  
uma igualdade passiva ou negativa,  
uma receptividade igual que enfrenta de modo impassível  
os impactos e os fenômenos da existência  
e nega as dualidades das aparências  
ou das reações que os fenômenos nos impõem.

O segundo é uma igualdade ativa, positiva,  
que aceita os fenômenos da existência,  
mas apenas enquanto manifestações do ser divino único,  
e lhes responde sem se perturbar  
– uma resposta que vem da natureza divina em nós  
e que os transmuta em seus valores escondidos.

3

No primeiro movimento  
nós vivemos na paz do Brahman único  
e rejeitamos a natureza da Ignorância ativa.

No segundo, vivemos nessa mesma paz,  
mas também na Ananda do Divino.

A vida da alma na natureza leva consigo  
os sinais do conhecimento, do poder e da beatitude de ser divinos.

É essa orientação dupla,  
unida por um princípio comum,  
que determinará todo o movimento de igualdade  
no loga integral.

4

O esforço para alcançar uma igualdade passiva  
ou puramente receptiva  
pode começar a partir de três princípios diferentes,  
ou de três atitudes que conduzem ao mesmo resultado  
e à mesma consequência última:

persistência, neutralidade e submissão.

O princípio da persistência  
conta com a força do espírito em nós,  
a fim de que possamos suportar todos os  
contatos, impactos e sugestões da Natureza fenomênica  
que nos assaltam por todos os lados,  
sem sermos subjugados  
nem obrigados a tolerar efeito algum  
nos planos emocional, sensorial, dinâmico e intelectual.

5

A mente exterior na natureza inferior não tem essa força.

Ela tem a força de uma consciência limitada  
que deve fazer o melhor que pode  
com tudo que se derrama sobre ela ou a assalta  
nesse grande turbilhão de consciência e energia  
que a circunda neste plano da existência.

O próprio fato de que possa subsistir  
e afirmar seu ser individual no universo é, na verdade,  
devido à força do espírito nela,  
mas ela não pode trazer para a frente o todo dessa força  
ou a infinidade dessa potência  
para confrontar os ataques da vida;  
se pudesse, ela seria, ao mesmo tempo,  
o equivalente e o mestre de seu mundo.

6

De fato, ela deve manejar como pode:  
ela enfrenta certos impactos e é capaz de  
assimilá-los, equilibrá-los ou dominá-los  
de maneira parcial ou completa,  
por um tempo ou inteiramente  
e, então, nessa medida,  
ela tem reações emocionais e sensoriais,  
de alegria, prazer, satisfação, simpatia, amor, etc.,  
ou reações intelectuais e mentais de  
aceitação, aprovação, compreensão, conhecimento, preferência,  
das quais sua vontade se apropria com  
a atração, o desejo,  
a tentativa de prolongá-las, repeti-las, criá-las, possuí-las,  
fazer delas o hábito agradável de sua vida.

7

Essa mente exterior enfrenta outros impactos,  
mas os acha demasiado fortes para ela  
ou demasiado dessemelhantes ou discordantes,  
ou demasiado fracos para lhe dar satisfação;  
essas são coisas que ela não pode suportar  
nem igualar a si mesma ou assimilar,  
e é obrigada a responder com reações de  
pesar, dor, desconforto, desagrado, antipatia, desaprovação, rejeição,  
com uma incapacidade de compreender ou de conhecer,  
com uma recusa a admitir.  
Contra essas coisas ela busca proteger-se,  
escapar, evitar ou minimizar sua recorrência;  
em relação a essas coisas ela tem movimentos de  
medo, cólera, recuo, horror, aversão, desgosto, vergonha;

8

de bom grado se liberaria delas, mas não consegue desembaraçar-se,  
pois está amarrada a elas e mesmo convida suas causas  
e, portanto, os resultados;  
esses impactos fazem parte da vida,  
estão entrelaçados com as coisas que desejamos,  
e a incapacidade de lidar com eles faz parte da imperfeição de nossa natureza.

Há outros impactos que a mente normal  
consegue manter à distância ou neutralizar,  
e em relação a estes ela tem uma reação natural de  
indiferença, de insensibilidade ou de tolerância,  
que não é nem uma aceitação positiva e uma fruição,  
nem uma rejeição ou um sofrimento.

Em relação às coisas, às pessoas, aos eventos, às ideias, às ações  
e a tudo que se apresenta à mente,  
há sempre esses três tipos de reações.

9

Ao mesmo tempo, apesar de sua generalidade,  
eles não têm nada de absoluto;  
eles constituem um esquema de uma escala habitual  
que não é precisamente a mesma para todos,  
nem mesmo para a mesma mente,  
conforme diferentes momentos ou diferentes condições.

O mesmo impacto pode despertar na mesma mente,  
em um momento dado,  
reações agradáveis ou positivas,  
e em outro momento  
reações adversas ou negativas,  
ou indiferentes e neutras.

A alma que busca a mestria pode começar por opor a essas reações  
a força combativa de uma persistência firme e igual.

10

Em lugar de tentar proteger-se contra os impactos desagradáveis, de fugir e escapar deles, ela pode confrontá-los e aprender a tolerá-los com perseverança e fortaleza, uma equanimidade crescente ou uma aceitação austera e calma.

Essa atitude, essa disciplina, traz três resultados, três poderes da alma em relação às coisas.

Primeiro, percebe-se que aquilo que antes era insuportável, torna-se fácil de suportar:

a escala do poder que recebe os choques eleva-se em grau; é preciso o impacto de uma força cada vez maior ou uma incidência prolongada para causar agitação, dor, tristeza, aversão ou qualquer outra nota na escala das reações desagradáveis.

11

Em segundo lugar, percebe-se que a natureza consciente divide-se em duas partes:

uma, que pertence à natureza mental e emocional normal em que as reações costumeiras continuam a acontecer;

a outra, pertence a uma vontade e razão superiores, que observa e não é perturbada ou afetada pela paixão dessa natureza inferior, não a aceita como sua, não a aprova, não a sanciona e não participa dela.

Então, as reações da natureza inferior começam a perder sua força e seu poder, a submeter-se às sugestões de calma e firmeza da razão e da vontade superiores e, pouco a pouco, essa calma e essa firmeza tomam posse do ser mental e emocional, e mesmo do ser sensorial, do ser vital e do ser físico.

12

Isso traz o terceiro poder e seu resultado, isto é,  
por essa persistência e essa mestria,  
por essa separação da natureza inferior e sua rejeição,  
podemos agora nos desembaraçar das reações normais  
e mesmo, se quisermos,  
remodelar todos os nossos modos de experiência  
em acordo com a força do espírito.

Esse método aplica-se não só às reações desagradáveis,  
mas também às reações agradáveis;

a alma se recusa a abandonar-se a elas ou a ser levada por elas;  
ela se mantém calma diante dos impactos que trazem alegria e prazer,  
se recusa a deixar-se estimular por eles  
e substitui pela calma do espírito  
a alegria e a busca ávida da mente pelas coisas agradáveis.

13

Isso pode aplicar-se também à mente pensante,  
que aprende a receber com calma  
o conhecimento e a limitação do conhecimento,  
e se recusa a deixar-se levar pelo fascínio  
dessa ou daquela sugestão de pensamento atraente,  
ou sentir repulsa por essa ou aquela outra sugestão  
de pensamento inabitual ou desagradável;  
ela serve à Verdade com uma observação desapegada  
que lhe permite crescer em uma vontade e razão  
fortes, desinteressadas, mestras.

Assim, a alma se torna, de maneira gradual,  
igual em relação a todas as coisas, mestra de si mesma,  
pronta para enfrentar o mundo com um forte domínio na mente  
e uma serenidade de espírito inalterável.

14

A segunda via apoia-se em uma atitude de indiferença imparcial.

Seu método consiste em rejeitar de imediato a atração ou a repulsão, em cultivar, em relação a elas, uma serenidade luminosa, uma rejeição que as inibe, o hábito de dissociar-se, o desuso.

Essa atitude repousa menos na vontade que no conhecimento, embora a vontade seja sempre necessária.

Essa é uma atitude que considera as paixões da mente como coisas nascidas da ilusão da mentalidade externa ou como movimentos inferiores indignos da verdade calma do espírito único e igual ou como perturbações vitais e emocionais que devem ser rejeitadas pela tranquila vontade observadora e a inteligência desapaixonada do sábio.

15

Ela afasta o desejo da mente,  
rejeita o ego que atribui às coisas esses valores duais  
e substitui o desejo por uma paz imparcial e indiferente,  
e o ego pelo self puro, que não se agita,  
não se estimula ou desequilibra pelos impactos do mundo.

E não só a mente emocional é aquietada,  
mas o ser intelectual também rejeita os pensamentos da ignorância  
e eleva-se além dos interesses de um conhecimento inferior  
para aproximar-se da verdade única, que é eterna e imutável.

Essa via também desenvolve três resultados ou poderes  
que permitem ascender à paz.

16

Primeiro, percebe-se que a mente é voluntariamente ligada às alegrias triviais e aos pequenos dissabores da vida e que, na realidade, estes não terão influência interior sobre ela, se a alma escolher simplesmente desfazer-se de seu hábito de decidir, de maneira inepta, a partir de fenômenos externos e transitórios.

Em segundo lugar, percebe-se que aqui também pode ser feita uma divisão, uma partição psicológica entre a mente inferior ou externa, ainda subserviente aos velhos contatos habituais, e a razão e vontade superiores, que se mantêm detrás, na indiferença calma do espírito.

17

Em outras palavras, cresce em nós uma calma interior separada, que observa as comoções dos membros inferiores sem participar nelas ou dar-lhes qualquer sanção.

No início, a razão e a vontade superiores serão talvez, com frequência, nubladas ou invadidas, a mente levada pela incitação das partes inferiores, mas, no final, essa calma se torna inexpugnável, permanente, inabalável pelos contatos mais violentos,  
*na dukkhena gurunapi vicalyate.*

Essa alma interior serena observa as agitações da mente exterior com uma superioridade desapegada ou uma indulgência passageira que não se envolve – tal como quando se observa as alegrias e as tristezas triviais de uma criança – não as sente como suas, pois vê que elas não têm uma realidade permanente.

18

No final, a mente externa também aceita pouco a pouco  
essa serenidade calma e indiferente;  
ela cessa de ser atraída pelas coisas que a atraíam  
ou perturbada pelas aflições e as dores  
às quais ela tinha o hábito de atribuir uma importância irreal.

Assim, aparece o terceiro poder,  
um poder de paz e tranquilidade vastas que permeia tudo,  
a beatitude da liberação dos assaltos de uma natureza extravagante  
que impunha torturas a si mesma,  
a felicidade extrema, profunda, invariável  
do contato do eterno e infinito,  
cuja presença permanente substitui a luta e o tumulto  
das coisas impermanentes,  
*brahmasamsparśam atyantam sukham asnute.*

19

A alma está fixa no deleite do self,  
*atmaratih,*  
na Ananda única e infinita do espírito,  
não vai mais à caça dos contatos exteriores  
e suas tristezas e prazeres.

Ela observa o mundo  
apenas como o espectador de uma peça de teatro  
ou de uma ação  
em que ela não é mais obrigada a participar.

20

A terceira via é a da submissão,  
 que pode ser uma resignação cristã  
 baseada na submissão à vontade de Deus,  
 ou uma aceitação não egoísta das coisas e dos eventos  
 enquanto manifestações da Vontade universal no tempo,  
 ou uma entrega completa de nossa pessoa ao Divino,  
 ao Purusha supremo.

Assim como a primeira via baseava-se na vontade  
 e a segunda no conhecimento e na inteligência,  
 na razão inteligente,  
 essa é a via baseada no temperamento e no coração,  
 e é conectada de maneira muito íntima com o princípio de bhakti.

Levada até o final, ela chega ao mesmo resultado:  
 a igualdade perfeita, pois o nó do ego é desatado  
 e as exigências pessoais começam a desaparecer;

21

percebemos que não estamos mais ligados  
 à alegria pelas coisas agradáveis  
 nem à tristeza pelas coisas desagradáveis;  
 as aceitamos sem interesse  
 e as rejeitamos sem nos atormentar;  
 as referimos ao Mestre de nosso ser,  
 nos ocupamos cada vez menos com seu resultado pessoal  
 e daremos importância a uma única coisa:  
 aproximarmo-nos de Deus,  
 estarmos em contato e em uníssono com a Existência universal e infinita,  
 unirmo-nos ao Divino,  
 tornarmo-nos seu canal, seu instrumento,  
 seu servente, seu amante,  
 alegrando-nos n'Ele de nossa relação com Ele,  
 sem nenhum outro objeto  
 ou causa de alegria ou de tristeza.

22

Aqui também pode haver por algum tempo uma divisão entre a mente inferior das emoções habituais e a mente superior, psíquica, de amor e dom de si, mas, por fim, a primeira cede, muda, transforma-se, é tragada pelo amor, pela alegria, pelo deleite do Divino e não tem outro interesse nem outras atrações.

Então, dentro, tudo é a paz e a beatitude iguais dessa união, a beatitude única, silenciosa, que excede toda compreensão, a paz que permanece nas profundezas de nossa existência espiritual, intocável pelas solicitações das coisas inferiores.

23

Essas três vias coincidem, apesar de seus pontos de partida divergirem, primeiro, porque elas inibem as reações normais da mente ao contato das coisas externas, *bahya-sparsan*;

depois, pela separação que elas fazem entre o self ou espírito e a ação exterior da Natureza.

Mas é evidente que nossa perfeição será mais vasta, mais completa e abrangente se pudermos ter uma igualdade mais ativa, que nos permitirá não só retirarmo-nos do mundo ou enfrentá-lo com uma calma desapegada e apartada, mas retornar a ele e possuí-lo no poder do Espírito calmo e igual.

24

Esse retorno é possível porque o mundo, a Natureza, a ação  
 não são, de fato, coisas completamente separadas,  
 mas uma manifestação do Self, da Alma total, do Divino.

As reações da mente comum são uma degradação dos valores divinos  
 – sem essa degradação,  
 esses valores nos apareceriam em sua verdade evidente –

elas são uma falsificação,  
 uma ignorância que altera as operações desses valores,  
 uma ignorância que começa com a involução do Self  
 em uma insciência material cega.

Uma vez que retornamos à plena consciência do Self, de Deus,  
 podemos então atribuir um verdadeiro valor divino às coisas  
 e recebê-las e agir nelas com a calma, a alegria,  
 o conhecimento, a vontade clarividente do Espírito.

25

Quando começamos a ver as coisas assim,  
 então a alma começa a sentir uma alegria igual no universo,  
 uma vontade igual que lida com todas as energias,  
 um conhecimento igual que toma posse da verdade espiritual  
 por trás de todos os fenômenos dessa manifestação divina.

Ela possuirá o mundo como o Divino o possui,  
 em uma plenitude de luz, poder e Ananda infinitos.

Toda essa existência pode, portanto,  
 ser abordada por um ioga de igualdade positiva e ativa,  
 em lugar de uma igualdade negativa e passiva.

Isso requer, primeiro, um novo conhecimento,  
 que é o conhecimento da unidade –  
 ver todas as coisas como si mesmo e  
 ver todas as coisas em Deus e Deus em todas as coisas.

26

Há, então, uma vontade de aceitar de maneira igual todos os fenômenos, todos os resultados, todos os acontecimentos, todas as pessoas e todas as forças como máscaras do Self, movimentos da única energia, resultados do único poder em ação, governados pela única sabedoria divina;

e na base dessa vontade de conhecimento superior cresce a força para enfrentar todas as coisas com uma alma e uma mente serenas.

Devemos identificar nosso self com o self do universo, ver e sentir nossa unidade com todas as criaturas, perceber que todas as forças, todas as energias, todos os resultados são o movimento dessa energia de nosso self e, portanto, intimamente nossos;

27

obviamente, não de nosso self egoísta, que deve ser silenciado, eliminado, rejeitado – de outro modo essa perfeição não poderá ser alcançada – mas de um self mais vasto, impessoal ou universal, com o qual nós agora somos um.

Pois nossa personalidade é agora apenas um centro de ação desse self universal, mas um centro em relação e em uníssono com todas as outras personalidades e também com todas as outras coisas que, para nós, são apenas objetos e forças impessoais, mas que, na verdade, são também poderes da Pessoa impessoal única:

Purusha, Deus, Self, Espírito.

28

Nossa individualidade lhe pertence  
e não é mais incompatível com o ser universal  
nem separada dele;

ela universalizou-se,  
conhece a Ananda universal,  
é una com tudo  
e unida pelo amor  
a tudo que conhece,  
a tudo que toca  
e a tudo de que frui.

Pois, ao nosso conhecimento igual do universo  
e à nossa vontade igual de aceitação do universo,  
será acrescentado um deleite  
que sentimos em toda a manifestação cósmica do Divino.

29

### **12.1- Movimentos para a Igualdade**

- A igualdade deve ser alcançada por dois movimentos sucessivos:
  - a) igualdade passiva, ou negativa - igualdade na recepção dos impactos e fenômenos da existência e negar a dualidade das aparências e reações;
  - b) igualdade ativa e positiva, que aceita o fenômeno da existência como uma manifestação do Ser divino uno, e com uma resposta equânime a ele.

### **12.2- Três Princípios ou Atitudes para a Igualdade Passiva**

- a) Resistência: sofrer os contatos, impactos, sugestões agradáveis e desagradáveis sem tomar suas reações emocionais, dinâmicas ou sensoriais (atração, repulsa, indiferença);
  - crescente poder em suportar os impactos;
  - divisão da natureza consciente: uma sofre os impactos, outra observa equânime;
  - crescente poder em livrar-se das reações normais e remoldar nossos modos de experiência.
  
- b) Indiferença: rejeitar atração e repulsa das coisas, uma luminosa impassividade;
  - libertação da mente das pequenas alegrias e perturbações da vida;
  - cresce uma separada calma interior que observa a comoção dos membros mais baixos, sem tomar parte neles;
  - a mente exterior gradativamente aceita esta calma e indiferente serenidade.

- c) Submissão: aceitação das coisas e acontecimentos como uma manifestação da Vontade universal no Tempo - um completo entregar-se ao Divino:
- o nó do ego é afrouxado e os clamores pessoais começam a desaparecer;
  - libertação das alegrias nas coisas prazerosas e tristeza nas não prazerosas;
  - contato e sintonização com a Existência universal infinita.

### **12.3- Pontos Comuns aos três Caminhos**

- Inibição das reações normais da mente aos toques das coisas exteriores;
- Separação do si ou espírito da ação exterior da Natureza.

### **12.4- Igualdade no Yoga Integral**

- Uma igualdade ativa, positiva, na ação: requer o conhecimento da unidade:
  - a) ver todas as coisas como si próprio, todas as coisas em Deus e Deus em todas as coisas;
  - b) aceitação de todos os fenômenos como máscaras do Si - movimentos da energia una;
  - c) identificação do meu si com o Si do universo, unidade com todas as criaturas;
  - d) minha personalidade é apenas um centro de ação daquele Si universal.

