A GRAÇA DA MENTE

Editorial da revista *The Vedanta Kesari* – março de 1967, Vol. 53; pág. 459.

Por Swami Paratpararananda[1]

I

Um ditado muito significativo de Sri Ramakrishna é: 'Você pode ter a graça do Senhor e do guru, mas se não tiver a graça da sua mente, então as outras duas serão de pouca utilidade para a sua elevação espiritual'. Parece realmente um paradoxo. Como pode a mente anular a graça de Deus? É então um fator tão poderoso que reduz a nada a graça do preceptor, bem como a graça do Senhor? Estas são as questões que confrontarão a mente ao ouvir esta declaração. Onde encontraremos a resposta para essas perguntas? Pensando profundamente em nossas próprias mentes.

Em primeiro lugar, temos de saber que a mente é um mecanismo que pode dividir-se, por assim dizer, em duas entidades separadas; uma como jogador, o ator e outra como observador, testemunha. É claro que não nos referimos aqui ao Ser ou ao Ātman, que é a testemunha, o iluminador, o operador da máquina corpo-mente, o motor principal de todos os nossos pensamentos, volições e ações. Neste estágio, nos limitaremos apenas à mente.

Esta fase da mente, que é a sua capacidade de se bifurcar em dois canais, por assim dizer, não será clara para as pessoas comuns que são movidas por impulsos na maioria das suas ações. Tomemos por exemplo um homem num acesso de raiva. O que ele não poderá fazer? Ele pode cometer qualquer crime. Ele é levado pelo impulso e não consegue usar aquela parte de sua mente que os psicólogos indianos chamam de *buddhi* (intelecto). Da mesma forma, os homens sob a força impulsora de outras paixões não conseguem utilizar esta faculdade. Sua mente fica completamente perdida no impulso de agir, ou no ato, durante esses momentos.

Mas não é um fato que a generalidade da humanidade não possua ou não desenvolva esta faculdade. Aquele homem que se arrepende de algumas de suas ações por qualquer motivo, demonstra que esta faculdade não está ausente nele. Além disso, o comércio, a ciência, a literatura, a música, a arte e a arquitetura se desenvolveram por causa disso. No entanto, as mesmas pessoas que alcançaram o

[1] Swami Paratpararananda foi o líder espiritual do Ramakrishna Ashrama, Buenos Aires, Argentina e do Ramakrishna Vedanta Ashrama, São Paulo, Brasil (1973-1988). Anteriormente, durante o período de 1962 a 1967 foi o editor da revista *The Vedanta Kesari* da Ordem Ramakrishna na Índia.

auge da glória nestas esferas podem ser influenciadas por paixões, podem cometer crimes. Como isso poderia ser possível se não fossem arrebatados pela corrente de suas paixões, perdendo assim o controle de seu intelecto?

Novamente, é um fato psicologicamente comprovado que uma parte da mente deve sempre cooperar com o corpo na execução de qualquer ação; não há automação nisso. Mesmo quando aludimos à automatização no homem, implica que ele não realiza as suas ações dedicando-lhes toda a sua mente, não utiliza a sua parte discriminativa.

Tudo isso ficará óbvio se começarmos a analisar cada pensamento que pensamos, cada palavra que pronunciamos e cada ação que realizamos. Esta autoanálise, se assim podemos dizer, é o estabelecimento dos fundamentos do caráter do homem sobre uma base sólida. Todos os outros códigos de conduta externa, costumes, tradições e assim por diante são apenas ajudas para desenvolver esta autoanálise intuitiva. Esses códigos e costumes não podem fazer de você um novo ser, a menos que você aceite as disciplinas neles envolvidas de todo o coração e não como um trabalho penoso. Talvez, no início, até mesmo esse trabalho penoso deva ser aceito e possa ser frutífero, desde que haja um verdadeiro desejo pelo espírito, por Deus. Mas se permanecer como um fardo, como uma algema que você acha que está impedindo você a cada momento de sua vida, então as disciplinas externas apenas pesarão em sua mente e criarão tensão.

Bem, o que cria tensão? Muitos de nós podemos ter visto o esporte chamado de 'cabo de guerra'. Uma corda é geralmente o meio pelo qual a resistência das partes é testada. As duas partes tentam puxar a outra à sua maneira. Quando os lados estão equilibrados, a pressão na corda é tal que ela fica esticada. Da mesma forma, na mente existem duas tendências, a boa e a má, cada uma seguindo seu próprio caminho. Quando nenhuma destas quer ceder terreno, cria-se tensão. Tomemos um exemplo concreto. Suponha que um homem seja impelido por suas tendências a ações perversas, ao mesmo tempo em que seu intelecto, funcionando adequadamente, se recusa a submeter-se ao impulso. Se o intelecto for forte, o homem pode dirigir a mente, mas se ele não for nem forte nem fraco, for apenas capaz de contrariar a atração das suas tendências malignas e nada mais, a mente então fica tensa. A tensão também pode surgir quando alguém enfrenta o sofrimento continuamente e por um longo tempo. Então a resistência da mente, por mais forte que seja, desaparece e chega-se a um estágio em que surge um conflito intenso, seja para seguir o caminho mais fácil ou para lutar e permanecer no caminho certo.

É este período de tensão que é crítico na vida do homem. Ou ele sucumbe aos atrativos e tentações ou os domina e sai vitorioso. A história da religião é a história

dessas conquistas do eu inferior pelo ser superior ou, para ser consistente com o nosso tema, dos desejos inferiores da mente pelos valores superiores. Que a mente é a responsável por aquilo que somos, é dado epigramaticamente em um dos Upanishads. 'A mente apenas é a causa da escravidão e da liberação do homem. Aquela (mente) que está extasiada nos prazeres mundanos cria a escravidão e aquela que se libertou de tais seduções ajuda na liberação'[2], diz o *Brahmabindu Upanisad*.

II

Após este preâmbulo, acreditamos que o assunto, a graça da mente, será mais fácil de compreender. Podemos agora dizer que a disposição da mente para submeter-se a Deus é o que pode ser considerado a sua graça. Muitos de nós não sabemos como os cavalos selvagens se comportam quando são capturados para serem domesticados. Mas se diz que este é um trabalho difícil que só homens treinados, fortes e aventureiros podem realizar. Esses cavalos são muito turbulentos e não gostam de perder a liberdade. Alguns deles lutam até ao último limite da sua energia física, antes de ceder. Mesmo quando são apanhados, é uma tarefa difícil domesticá-los e montá-los ou amarrá-los ao arado ou à carroça. A mente do homem é como o cavalo selvagem. Implacável deve ser a pressão exercida sobre ele. Não tanto para criar tensão, mas para observar e erradicar os pensamentos que provocam tensão. Mas isto é mais fácil de dizer do que fazer. É o trabalho de uma vida inteira trazer a mente à subserviência e entregá-la a Deus.

Qual é então o significado da graça de Deus se ela não pode nos desviar de nossas fraquezas, deficiências e loucuras e nos atrair para Ele, se não pode nos transformar? A comparação feita por Sri Ramakrishna, da mãe envolvida em suas tarefas domésticas e da criança ocupada com os brinquedos atrativos, é uma ilustração muito adequada que vai direto ao ponto. Enquanto a criança estiver satisfeita com os brinquedos, a mãe continua com o trabalho doméstico, mas uma parte de sua mente permanece sempre voltada para a criança. Ela a ouve rir e jogar os brinquedos, rastejando ou pulando com grande alegria. Então ela a deixa brincar, mas quando a criança não tem mais nada a fazer com os brinquedos e chora pela mãe, nesse momento corre até a criança, descartando o trabalho, seja o que for o que estiver fazendo. Enquanto estamos ocupados e felizes com nossa vida mundana, Deus nos permite ser assim. Caso contrário, como as crianças que são arrancadas das suas brincadeiras, seremos infelizes. Os melhores pratos não têm um sabor comum e insípido quando não se tem fome? Além disso, os pratos comuns não têm gosto de

[2] Brahmabindu Upanishad, 2.

néctar quando alguém trabalha muito ou deixa de comer por muitos dias? Esse é o contraste. Deve haver fome de Deus, sede de provar Sua doçura. Sem este anseio, mesmo que Deus conceda a sua visão, não seria bem-vinda. Podemos continuar querendo ou não, mas um olhar persistente para trás sempre permanecerá. Mas uma vez que esta sede se desenvolva, qualquer submissão será bem-vinda e suportada com alegria. Quando a mente conseguir criar tal anseio por Deus, então pode-se dizer que sua graça desceu sobre aquela pessoa.

Sri Ramakrishna costumava dizer que a brisa da graça do Senhor está sempre soprando, só temos que desenrolar as velas para pegá-la. Desenrolar as velas é tornar a mente receptiva aos pensamentos sobre Deus. Normalmente, a nossa mente é receptiva às impressões que os sentidos trazem e, embora não seja avessa, em alguns casos, aos pensamentos sobre Deus, a mente não pode ser descrita como ávida por eles. O homem, por sua noção equivocada, busca a felicidade e paz eternas no mundo externo, mas não as encontra em lugar nenhum. Como os astronautas que percorreram o espaço e não encontraram Deus em lugar nenhum, fica desapontado no final se busca a felicidade no exterior.

III

Todas as investigações, seja na esfera da ciência ou da religião, visam descobrir aquele Princípio de Bem-aventurança que permeia cada ser e não-ser e se manifesta de várias maneiras. Mas os véus, tanto no mundo interno como no externo, são demasiado espessos, muito opacos, para permitir a penetração das nossas mentes comuns.

Essas nuvens que impedem o nosso ser de entrar em contato com Deus são as nossas paixões que criam incessantemente um tumulto na mente e nunca permitem que a imagem de Deus se reflita ali. Pois, como já notamos, a rápida torrente de paixões leva o homem consigo, sem lhe dar trégua ou qualquer chance de deliberar sobre as ações que ele é obrigado, intimado, por assim dizer, a fazer. É isso que Arjuna reclama para Sri Krishna: 'Quando isso é assim, o que obriga o homem a cometer más ações, embora sem querer, como se fosse compelido pela força?'[3] A pergunta de Arjuna é porque se é bem conhecido que é preciso colher os amargos frutos das más ações de alguém, por que o homem persiste em praticá-las? A resposta de Sri Krishna é: 'É o desejo, é a raiva (paixão), que nasce de *rajas*, que é insaciável e um grande mal (que faz o homem se envolver em más ações). Saiba que este é seu inimigo aqui.'[4] Sri

[3] Bhagavad Gita, III.36.
[4] Ibid., III.37.

Krishna continua: 'Assim como o fogo é oculto pela fumaça, assim como o espelho é coberto pela poeira, assim como o feto é coberto pelo âmnio, assim também este conhecimento é oculto pela paixão.'[5] Os três exemplos aqui implicam três estágios diferentes de crescimento; a fumaça é natural ao fogo, da mesma forma que as paixões são inerentes à mente na forma de impressões e, portanto, dão origem aos inúmeros corpos pelos quais passamos; a poeira que cobre o espelho é um elemento externo, da mesma forma, as atrações dos sentidos que vêm de fora têm a tendência de fortalecer os desejos; a membrana que cobre o feto limita todos os seus movimentos, assim mesmo a liberdade do homem é restringida pelas suas paixões intensificadas, e ele está preso a elas assim como um prisioneiro está por seus grilhões.

O *Bhagavata*, em um lindo verso, descreve como o homem fica enredado neste mundo. 'A mente cria esses corpos, qualidades e ações para este Ser. Essa mente novamente cria a ignorância (Māyā), de onde resulta toda esta transmigração[6]' [das almas]. Tentamos imaginar coisas e pela influência da nossa imaginação nós as trazemos à existência. Então, como diz Swami Vivekananda: 'Deixem as visões cessarem. Ou, se não puder, sonhe apenas sonhos mais verdadeiros, que sejam Amor Eterno e Serviço gratuito".

Talvez estejamos propensos a deixar de lado o que foi dito acima como um sentimento poético. Mas antes de passarmos à explicação científica sobre o assunto, lembremos que um dos epítetos de Deus, nas escrituras hindus, é Kavi[7], o inteligente, perspicaz, o poeta. Toda poesia não é mero sentimento, pois alguns dos melhores pensamentos da filosofia foram expressos na forma de poemas. Os Vedas e alguns dos Upanishads são exemplos disso. A declaração acima de Swami Vivekananda não é meramente poesia, mas é uma expressão nascida de um profundo 'insight' [percepção] espiritual.

IV

Como a imaginação e, portanto a mente, desempenha um grande papel pode ser facilmente explicado. Tomemos as conquistas científicas e tecnológicas da era atual. Houve um tempo em que até mesmo grandes pensadores e literatos escreviam satiricamente sobre a tentativa do homem de voar pelo ar. Mas hoje é um fato consumado. Tudo isso foi possível graças ao pensamento imaginativo do gênio criativo. Na era atual, ninguém pode criticar como impraticável a imaginação mais

[5] Ibid., III.38.
[6] Bhagavata, 12.5.6.
7 Bhagavad Gita, VIII.9 & Isa Up., 8.

selvagem do cientista, de ser capaz de viajar para a Lua[8] ou para Marte. O crítico ou o cético será então considerado como alguém que vive numa era antediluviana, sem ter consciência do avanço que a ciência fez. Assim como é possível elevar-nos através de um processo imaginativo, também é possível envolver-nos em dificuldades através do mesmo processo. É por isso que Swamiji nos alertou para "sonhar com sonhos mais verdadeiros". Assim vemos que a mente tem poder infinito.

Podemos chegar à mesma conclusão mesmo do ponto de vista físico. Tomemos a ciência da biologia. Os biólogos são da opinião de que os germes da maioria das doenças estão presentes no nosso sistema, mas eles aguardam a hora certa e só se tornam ativos quando o corpo fica enfraquecido. Não devemos, portanto, permitir que o nosso corpo fique fraco. Swami Vivekananda diz: 'Existem centenas de milhares de micróbios que nos rodeiam, mas eles não podem nos prejudicar a menos que fiquemos fracos, até que o corpo esteja pronto e predisposto para recebê-los. Pode haver um milhão de micróbios de sofrimento flutuando sobre nós. Deixe para lá! Eles não ousam aproximar-se de nós, não têm poder para nos controlar, até que a mente esteja enfraquecida. Este é o grande fato; força é vida, fraqueza é morte. Força é felicidade, vida eterna, imortal; fraqueza é tensão e miséria constantes: fraqueza é morte".

Assim, de todos os pontos de vista, vemos que a mente tem um grande papel em moldar nossas vidas. Devemos, portanto, ter cuidado ao pensar, visualizar as coisas, pois isso nos beneficiaria espiritualmente. E a graça da mente, num certo sentido, é a sua capacidade de pensar pensamentos espirituais de uma forma contínua e sustentada.

Agora, a palavra em português *graça* pode ser traduzida para o sânscrito como *prasāda*. E esta palavra *prasāda*, em outro sentido, também significa tranquilidade. Se igualarmos estas duas palavras, isto é, graça e tranquilidade, com referência à mente, não pensamos que estaremos cometendo qualquer erro. Por outro lado, a graça da mente é a sua própria cessação de modificações, alcançando a tranquilidade, que, segundo Patanjali, pode ser denominada Yoga.[9] É o fim para o qual todos os nossos esforços, consciente ou inconscientemente, são direcionados. Até mesmo a atividade febril e o desejo interminável de prazer, embora com esforços mal direcionados, visam atingir essa tranquilidade. Mas a tranquilidade que nasce da obtenção de bens ou prazeres mundanos tem vida curta.

Como a tranquilidade eterna pode ser alcançada? Sri Krishna diz: 'Aquele que está livre de apego e da aversão e se move entre os objetos dos sentidos com os

---

[8] Este artigo foi escrito antes da chegada do ser humano a Lua, ocorrida em 1969.
[9] Yoga Sutras, I.2.

sentidos e a mente governados por um ser controlado alcança a serenidade'.[10] Somente então quando se adquiriu a tranquilidade da mente, 'todas os sofrimentos são destruídos e a sabedoria de um homem sereno logo se torna estável'.[11]

O principal objetivo, que permeia todas as nossas escrituras, é que devemos ser capazes de limpar nossas mentes de todas as impurezas, de todos os outros pensamentos que nos fazem desejar as coisas aqui, e direcionar a mente para Deus. Quanto mais formos capazes de nos apegar aos pensamentos sobre Deus, mais, deveríamos dizer, a graça da mente nos é concedida. Pois há casos em que tudo tem sido favorável, mas devido à falta de um impulso interior, deixamos de fazer as nossas práticas espirituais, ou não sentimos qualquer inclinação para fazê-las. A razão é que a mente normalmente flui em direção aos objetos externos e é por isso que podemos concentrar a mente nas coisas externas, mas é muito difícil concentrar-nos na própria mente ou no nosso ser interior. Porque aí o instrumento e o objeto são um só. É somente por esta razão que existem imagens e símbolos [sagrados]. É dado à mente extrovertida um objeto externo que nos lembra de Deus. Ajudada assim a pensar no abstrato através do concreto, a mente que perdeu o gosto pelos prazeres mundanos adotará essa ideia. Somente quando a mente tiver adotado essa ideia a sério, excluindo todos os outros pensamentos, pode-se dizer que a graça da mente despontou sobre aquela pessoa. Swami Vivekananda nos ensina que, 'Este é o caminho para o sucesso, e é assim que gigantes espirituais são produzidos'.

Resumindo: a graça da mente significa a sua disposição para pensar em Deus, a sua ânsia de contemplá-Lo, que por sua vez surge apenas quando o seu anseio por prazeres começa a diminuir, quando se sente inquieto por Deus, quando nada perturba a sua equanimidade. É um processo longo, mas não devemos desanimar. Pois nada tem sido alcançado pelos fracos; apenas para os corajosos e persistentes foram todos os louros deste mundo. E os louros que nos coroarão no campo da espiritualidade são os únicos que dão a paz que 'excede todo o entendimento'.

• • • • • • • •

[10] Bhagavad Gita, II.64.
[11] Ibid., II.65.