

Artigo retirado da obra: Yoga Sutra de Patanjali: uma abordagem prática de autoria de Gustavo Dauster

Iluminação

### **Atha yoganushasanam**

Agora, aos ensinamentos de yoga. “Atha” significa “agora” em sânscrito e é comumente utilizado para iniciar um sutra. Os comentadores explicam que “agora” é utilizado no sentido de “agora que você está pronto para um nível de conhecimento ou sabedoria”. A palavra “anushasanam” é formada pelas palavras “anu” e “shasanam”, sendo que “anu” significa “seguir” e “shasanam” significa “ensinamentos”. Com o uso da palavra “anu” entende-se que Patanjali não está apresentando um ensinamento novo, nem está criando nada, mas apenas explicando ensinamentos previamente existentes. A palavra “shasanam” é também muito significativa, pois a raiz da palavra, “shas”, significa “comando, ordem”, de onde surge a palavra “shastra”, que significa “escritura sagrada, livro de leis”. Ou seja, Patanjali está dizendo que o que ele apresentará no Yoga Sutra são comandos intemporais transmitidos por mestres anteriores.

### **Yoga citta- vritti nirodhah**

A palavra “vritti” significa “modificações, transformações, variações ou funcionamento” e “citta” mente. “Nirodhah” significa “parar, restringir ou controlar”. Patanjali inicia seu trabalho com uma definição de yoga que pode ser interpretada de duas maneiras. A primeira, comum nas traduções mais populares do Yoga Sutra, é que as funções e os fluxos da mente precisam ser parados. No entanto, basta um segundo de auto-reflexão para percebermos que nossa mente normalmente está a mil por hora, pensando inúmeras coisas, no passado, presente e futuro, pulando de um assunto para outro ininterruptamente.

O Yoga, então, visa encerrar esse processo. Porém, uma análise mais ampla deste e dos demais sutras de Patanjali, como também um estudo mais profundo da filosofia Sankhya por trás do Yoga Sutra, nos mostrará que esta é apenas a metade do trabalho. Será necessário também direcionar e utilizar a mente da maneira correta e não somente deter ou reduzir os fluxos da mente. É importante entender que nos sutras e em outros textos védico clássicos como os Upanishads é comum o uso de uma definição negativa para definir que o aspecto mundano de determinada coisa não existe ou deve ser eliminado, mas que existe e deve ser atingido o aspecto espiritual (transcendental) do mesmo. Ou seja, mostra-se o aspecto a ser rejeitado e o aspecto a ser aceito da mesma coisa. Por exemplo, Patanjali usara a mesma palavra “vritti” nos sutras 3.43 e 4.18 para indicar transformações ou modificações da mente necessárias para o sucesso em yoga. Nos Upanishads podemos encontrar uma instrução do tipo “a Verdade não pode ser descrita em palavras”, porém os Upanishads estão cheios de palavras! Há texto afirmando que o Senhor não tem forma, junto com outros que explicam que Ele tem uma forma eterna. Está é uma característica comum dos textos de sabedoria védica. Portanto, não devemos interpretar este sutra como uma instrução para “desligar” a mente, mas sim obter controle da mente objetivando “desligar” seu aspecto mundano e direcioná-la para fins espirituais. Os demais sutra do Yoga Sutra descrevem este estado a ser atingido.

