

Videoaula 4 – semana 6

O capítulo do kaivalyam

O quarto capítulo dos Sutas do Yoga é exatamente o “Capítulo do Kaivalyam”. É também o mais curto dos quatro, com apenas trinta e quatro sutras. Ele começa com a afirmação de que temos muitos núcleos (*cittas*) na mente, e que os pensamentos produzidos por esses núcleos são, em sua maior parte, apenas *vasanas* (pensamentos torpes). De todos esses núcleos, apenas um *citta* tem a capacidade de recolher suas atividades e viabilizar o yoga. Este único *citta* carrega nossa natureza autêntica como característica de suas atividades perceptivas, razão pela qual ele não é afetado por interferências externas – nem tampouco produz *vasanas*. Ele é o único *citta*, entre muitos presentes em nossa mente, que tem capacidade de nos conduzir ao sucesso no Yoga, se formos capazes de colocá-lo no comando de nossa atenção e de nossas ações.

Por essa razão, Patanjali se esforça por dar indicações sobre como lidar com a multiplicidade e identificar esse *citta* especial que, assentado em nosso coração, remove as impurezas que ocultam nosso brilho espiritual. Como *citta* é plástico, em suas atividades, e pode assumir o formato de tudo aquilo a que empresta sua atenção, o yogui é orientado a **fortalecer seu discernimento** e não se envolver com fantasias criadas por outros *cittas*.

Por fim, se o yogui for capaz de vencer até mesmo as tendências dos hábitos mentais, que insistem em trazer para sua mente alguns pensamentos torpes, ele ultrapassa o limite de alcance das forças materiais, e se ilumina. Isolado de toda a turbulência ilusória do mundo manifestado, o iluminado yogui se torna a mais pura fonte de sabedoria, enquanto repousa serenamente no seio do absoluto.