Capítulo 7

SANTÓSA

UM GUIA PARA A CONDUTA HUMANA

mente também se torna densa. A constante ânsia por dinheiro acarreta a negligência com a saúde, afetando o corpo. Por isso, a Santósa Sádhaná consiste em estar satisfeito com o dinheiro ganho pelo trabalho normal, isto é, sem uma pressão indevida sobre a mente e o corpo. Para permanecer satisfeito, o homem deve engajar-se num tipo especial de esforço mental: aquele que o ajuda a manter-se afastado das tentações.

Você está ciente de que há dois métodos efetivos para liberar a mente de suas tendências. A primeira é a auto-sugestão; e a outra, a hétero-sugestão. Se alguém sempre tem pensamentos contrários às tendências fúteis que ocupam sua mente, certamente haverá uma mudança em sua natureza – isto se chama auto-sugestão. Uma mudança na natureza pode também acontecer se tais idéias forem repetidamente levadas a seus ouvidos por outros – esta é a chamada hétero-sugestão. Na Santósa Sádhaná o aspirante deve sempre praticar a auto-sugestão.

Santósa Sádhaná não implica que alguém possa explorá-lo ou oprimi-lo, tirando vantagem de sua simplicidade, e que você deve tolerar isso em silêncio. De modo algum é correto desistir de seus direitos de auto-preservação ou do que lhe é devido. Você terá de lutar com esforços combinados para estabelecer seu legítimo direito, porém, jamais deverá ir contra os princípios de Santósa, gastando sua energia física e mental sob a influência da cobiça excessiva.

SANTÓSA

"Tosa" significa estado de tranquilidade mental. Santósa significa, portanto, o estado de "completa tranquilidade". O contentamento não é possível de maneira alguma quando o homem corre atrás dos prazeres carnais, como um animal. O resultado da extroversão é que os objetos de prazer vão aumentando na quantidade e no grau de abstração, e por isso o fluxo mental da pessoa nunca terá sossego. Em tais circunstâncias, como se pode ter paz mental? A realização dos objetivos desejados poderá proporcionar-lhe prazer por uma hora, mais ou menos, porém, isto não durará muito. A mente procurará outra vez novos objetos, deixando para trás os já experimentados e os tão desejados objetos perderão sua importância. Esta é a regra; esta é a lei da natureza.

Os desejos humanos não têm fim. O milionário quer tornarse multimilionário porque não está satisfeito com seus milhões. Pergunte a um milionário se ele é feliz com seu dinheiro. Ele dirá: "Onde está o dinheiro? Eu vou levando a vida como posso". Esta resposta indica sua ignorância de Aparigraha.

Porém, estas sensações têm efeito negativo sobre o corpo e a mente. Devido ao excessivo apego aos prazeres físicos ou mentais o homem anseia por ganhar dinheiro ou acumular riquezas. Como o dinheiro se torna o sentido e a meta de sua vida, a