TEMAS · TEMA 01

A Evolução da Consciência

Examina o conceito de evolução da consciência como meta da experiência humana, descrevendo o processo de transformação da ignorância em sabedoria e o desenvolvimento das virtudes internas de felicidade, paz e amor.

- Consciência e leis do universo

Capítulo 1. A experiência humana no novo paradigma

Este tema, dedicado à evolução da consciência, propõe uma nova maneira de encarar a vida, um novo paradigma que nos permitirá ser mais felizes e compreender o ser humano. Você pode se perguntar se está disposto a lê-lo sem preconceitos. É possível que você já conheça essas informações ou, pelo contrário, que seja a primeira vez que lê algo assim. Se lhe parecerem familiares, você não terá dificuldade em se aprofundar no tema; e se lhe parecerem surpreendentes e novas, convidamos você a descobrir algo muito valioso para melhorar sua vida.

Não é preciso concordar com tudo o que está escrito aqui, nem acreditar em nada; basta verificar, na própria vida, os resultados de aplicar essas informações, para comprovar se são válidas para você mesmo.

O principal método científico para medir o conhecimento é o resultado. Se os resultados internos forem de felicidade, paz e harmonia, ficará comprovado que essa informação é verdadeira; da mesma forma, se os resultados externos em termos de relacionamentos, saúde, recursos e adaptação ao meio melhorarem, ficará comprovado que essa informação é de sabedoria. O aprendizado só se transforma em compreensão por meio da prática constante e da verificação dos resultados; são eles que permitem medir se uma pessoa sabe ou não sabe.

O *propósito da experiência humana é evoluir*, viver nosso próprio desenvolvimento da consciência para nos encher de sabedoria e amor. Todos, sem exceção, viemos a este

mundo para trabalhar em nosso desenvolvimento espiritual, compartilhando e participando de experiências com outros seres humanos. A vida é um formidável processo pedagógico do Universo; a Terra é nossa "escola espiritual" e cada experiência de vida pode ser comparada a um curso acadêmico.

O *desenvolvimento espiritual* é um trabalho interno, absolutamente individual e pessoal; ninguém pode fazê-lo por outra pessoa, mas também não pode ser realizado sem os outros. Precisamos da interação e da experiência com outras pessoas para alcançar nosso próprio desenvolvimento; em outras palavras, para conhecermos a nós mesmos. Às vezes, em vez de assumirmos nosso próprio desenvolvimento, pretendemos interferir no dos outros e, em vez de aprender com eles, tentamos mudá-los; então estamos distorcendo o processo pedagógico, o que faz com que a vida se complique.

Se compreendermos isso, poderemos ser eficientes ao nos perguntar o que a vida quer nos ensinar em cada situação, já que todas constituem um aprendizado para transmutar a ignorância em sabedoria. Neste momento, a maioria de nós *sofremos* a experiência de aprendizado, em vez de *desfrutá-la*; mas aprender não é sinônimo de sofrer, e sim significa alcançar o amor e a felicidade.

Quando a pessoa percebe que seu sofrimento está desaparecendo, que sua paz interior se torna invulnerável e que sua capacidade de criar, fazer, amar e servir se expressa sem condição nem restrição, isso quer dizer que *ela está na sabedoria*.

Tanto o ser humano quanto tudo o que acontece no Universo funciona, se origina e é criado a partir de uma informação. E evoluir significa adquirir informações que ainda não se possuem. A evolução é, portanto, o desenvolvimento da consciência por meio da experiência da personalidade, e é esta que pode transformar uma crença em verdade depois de verificá-la, ou então descartá-la caso verifique que não é verdadeira: isso se chama *compreensão*, e é o que a consciência assimila.

Portanto, na consciência não penetram crenças; ela é um arquivo projetado para assimilar única e exclusivamente verdades verificadas e vivenciadas na experiência da forma. Podemos entender a consciência como um arquivo de informações que assimila as verdades do Universo e as acumula de maneira permanente e imortal. A consciência é, portanto, um arquivo eterno e incontaminável.

A informação que a consciência pode armazenar é trilhões de vezes maior do que a que a personalidade é capaz de armazenar. A evolução se produz por meio das formas, mas não é a forma que evolui, e sim a consciência dentro dela. Quando não temos corpo, não há evolução, porque esta se produz única e exclusivamente quando o ser está envolvido com a matéria. Depois, a consciência continuará evoluindo.

Aparentemente, o exterior muda, mas não é assim: na verdade, somos nós que evoluímos, que mudamos por dentro. Existe uma forma de viver em estruturas sociais muito mais harmoniosas e satisfatórias do que as atuais, e ela não passa por modificar a situação social atual, mas por realizar uma mudança interna. À medida que construímos nosso desenvolvimento espiritual, cada um de nós vai se tornando compatível com outro tipo de civilização.

A vida é um caminho, e em qualquer ponto dele há caminhantes. Encontrar-se no ponto inicial ou no final depende de cada um, e quanto mais se avança no caminho, mais coisas extraordinárias se descobrem. Assim, as mudanças acontecem nos caminhantes, não no caminho.

Para ter sucesso no processo de desenvolvimento espiritual, precisamos ir equilibrando a energia com a sabedoria, porque sem energia é impossível lidar com a sabedoria. A matéria pode se transformar em energia e vice-versa, quando mudam os comprimentos de onda e as frequências vibratórias.

Precisamos crescer simultaneamente no manejo da energia, porque sem sabedoria tampouco é possível acumulá-la, já que ela se esvai em nossos medos, conflitos e sofrimento. Portanto, é imprescindível aprender a manejar a energia na mesma proporção em que vamos desenvolvendo sabedoria.

A *sabedoria* é adquirida quando enfrentamos o desenho pedagógico chamado *destino*. Tudo o que representa alguma dificuldade para nós é uma oportunidade de aprendizado, de aquisição da sabedoria associada ao destino.

A consciência se desenvolve por meio dos *ciclos de vida e morte*. O primeiro representa a parte ativa do processo, na qual se vivem as experiências de aprendizado, partindo da inocência — falta de informação —, passando pela ignorância — informação falsa na mente, crenças, quando a pessoa "acredita que sabe" — e chegando à sabedoria — ou seja, a informação da verdade ou compreensão —. Por sua vez, o ciclo da morte representa a parte passiva do processo, na qual se avaliam os desenvolvimentos da consciência alcançados, se recupera a energia e se renovam todos os processos para o próximo ciclo de vida.

Para a mente, não basta ler uma única vez o que acabamos de explicar. A mente do adulto, para codificar e integrar qualquer informação, precisa que ela seja repetida, no mínimo, umas trinta vezes. É importante ter isso em conta, para que você não se desespere se, no início, não entender nada ou não concordar com a informação aqui apresentada; porque toda mudança leva seu tempo.

Podemos perceber a evolução de cada indivíduo de acordo com sua inclinação ou interesse pela informação sobre o desenvolvimento espiritual, pois é necessário um certo

desenvolvimento para que a informação de amor ressoe e desperte interesse.

1.1 Quem somos?

“Somos” um corpo ou “temos” um corpo? Na verdade, nós, seres humanos, somos consciências divinas ou almas dentro de uma experiência humana; não somos seres humanos vivendo uma experiência espiritual, mas seres divinos vivendo uma experiência humana. Portanto, não somos um corpo com um espírito, mas um espírito que usa um corpo, uma essência divina imortal em desenvolvimento, uma alma perfeita criada por Deus.

A consciência não é humana, mas usa o humano; é tanto *filha quanto filho de Deus e vai passando* pelos reinos do Universo — mineral, vegetal, animal… — com o propósito de captar a informação do Absoluto que está implícita e impressa em cada reino. Mas a consciência não é mineral, vegetal ou animal; tampouco é humana, e sim uma centelha divina que usa corpos nos quais se imerge para extrair informação.

Deus está em todas as formas, sem ser nenhuma delas. Não é pessoa, e sim essência absoluta espiritual —não física—, de uma dimensão muito alta que chamamos de *ponto zero*, ou seja, sem tempo nem espaço. Não devemos nos perguntar: «*Quem* é Deus?», mas sim «*o que* é Deus?». Podemos chamá-lo de diferentes maneiras: usando um termo tecnológico, é possível denominá-lo *arquivo absoluto do Universo*, a informação absoluta. E que informação há nesse arquivo? A necessária para a criação, para a administração da criação, para a pedagogia da criação, para o processo de administração e de criação, além de para o processo pessoal de cada um dos filhos de Deus, que são da mesma essência de ser (“sou”), que está em cada um de nós e em todos os seres que existem. Em suma, Deus é a *essência originária de tudo o que existe e acontece* no Universo.

A consciência nunca é humana, mas assimila a experiência humana por meio da personalidade; no entanto, é filho/filha de Deus e nunca deixará de sê-lo. A consciência — ou a alma — precisa, inevitavelmente, viver a experiência humana para construir sua evolução.

Vamos dar um exemplo para entender melhor o termo consciência e o que somos nós, seres humanos:

> *A consciência vem ao mundo para viver uma experiência humana. Ao chegar, ela compra um carro e contrata um motorista. O carro é o corpo e o motorista é a personalidade, o sistema de crenças, o ego.*

> *A consciência diz ao motorista: "Pegue este caderno — que é a mente em branco — e percorra este caminho; preciso que você me leve deste ponto até aquele outro — isso será o decorrer da vida —, e neste caderno vá anotando tudo o que aprender ao longo do caminho. Enquanto você faz o trajeto, vou tirar uma soneca". A consciência passa então para o banco de trás e adormece tranquilamente. O passageiro só acorda quando a viagem termina — o que chamamos de "morte" —; então, pega o caderno de anotações, se despede do motorista — ou seja, a personalidade se dissolve — e devolve o carro — o corpo. A consciência fica apenas com a compreensão, com o que o motorista aprendeu ao longo do caminho. Na próxima experiência humana, ela contratará outro motorista e outro veículo, até se completar de verdades.*

> *O motorista, depois de ter percorrido boa parte do caminho e de ter brigado, xingado e sofrido — seja porque o caminho apresenta dificuldades, porque outros motoristas se cruzam em seu caminho, porque o motor quebrou e ele precisou consertá-lo ou, em resumo, por qualquer inconveniente que tenha —, pega seu caderno e escreve, por exemplo: "No quilômetro tal do caminho, compreendi algo que não havia compreendido nos quilômetros anteriores: que meu sofrimento diante do caminho é inútil, pois a única coisa que resolveu as situações que surgiram foram as ações que coloquei em prática para poder continuar; portanto, em vez de sofrer, eu poderia ter agido com total paz interior".*

1.2 Quais arquivos o ser humano possui?

Para compreender melhor o propósito da experiência humana, é necessário entender como ocorre a constituição dos seres humanos. Para fins desta explicação, consideraremos sinônimos os termos "corpo", "campo" ou "arquivo" (ver Glossário).

O ser humano é composto por vários arquivos que vibram em frequências diferentes e possuem dimensões distintas:

1. Um **corpo físico** ou arquivo genético, que é uma criação perfeita de Deus, mas que se degrada. Os Mestres chamam o corpo de "veículo experiencial", "veste de Deus" ou "entidade biológica".
2. Um **campo mental**, que é o laboratório perfeito onde a informação é processada, e também se chama *arquivo de personalidade temporal*. É ele que nos permite experimentar a vida. Este campo apresenta três níveis de informação:
3. A parte *inconsciente*, onde se encontra nosso sistema de defesas.

4. A parte *consciente*, onde se encontra nosso sistema de crenças, também chamado de ego ou personalidade.
5. A parte *espiritual* ou *de compreensão*, que é o resultado da verificação das informações por meio da experiência e da aplicação dos conhecimentos. Também pode ser chamada de consciência temporal.
6. Um campo espiritual divino que se enche aos poucos com as informações da verdade, aquelas que são processadas na mente a partir das experiências vividas; esse é o *arquivo de consciência permanente*. Também podemos chamar esse arquivo de "o ser crístico", o "menino-Deus" ou o "menino interior". O corpo apenas sustenta a mente: esse é o seu propósito. E permite a experiência dentro dos mundos tridimensionais, embora a mente não seja tridimensional. Mas quem faz o trabalho, quem conduz todo o processo, é a mente, o campo mental; nela as experiências são vividas, as Leis são descobertas, a compreensão é construída; a partir dela se expressa o amor ou a ignorância, dependendo do que ela contenha; e, é claro, na mente se originam todos os conflitos e problemas humanos, bem como suas soluções. Tudo o que acontece, portanto, está dentro do nosso campo mental. No dia em que a consciência despertar, não precisaremos mais do corpo nem da mente, pois ela assumirá tudo. E poderá se manifestar a qualquer momento, assumindo qualquer forma, em qualquer corpo, lugar e circunstância, porque *a consciência é absolutamente divina e imortal*. Enquanto isso acontece, vamos aproveitar o que se passa em nossa mente, direcionando-a voluntariamente. Esse maravilhoso instrumento, emissor e receptor de ondas de frequência de pensamento, é muito mais poderoso e surpreendente do que imaginamos. A consciência é, portanto, o arquivo onde se acumula a verdade que descobrimos ao longo de nossa experiência de evolução. *Tudo o que acontece é perfeito e necessário.* Para estabelecer as bases de uma nova civilização com um nível mais elevado de satisfação para todas as pessoas, é necessário começar por nos harmonizarmos a nós mesmos; para isso, é indispensável estudar as Leis universais e aplicar os princípios que conduzem à sabedoria; levando em conta, além disso, que somente por meio da prática constante e descartando as teorias e conceitos que se revelarem equivocados, chegaremos realmente à sabedoria. Assim, poderemos desenvolver a paz e a harmonia diretamente na prática, com os ensinamentos da vida cotidiana, já que esta é a melhor escola e a natureza, a melhor professora. Para nos tornarmos eficientes, basta deixar de nos opor à ordem perfeita do Universo. A ineficiência mental é necessária para descobrir, por meio da saturação, que existem as Leis do Universo. Quando já tivermos sofrido o suficiente, estaremos preparados para compreender essas Leis. Para cessar a própria luta externa, primeiro é preciso que termine a interna; e, para isso, é necessário ter aceitado que tudo o que existe e acontece é perfeito e necessário, pois tem um propósito de amor. Em suma, o estudo e a compreensão do

porquê das coisas que existem e acontecem podem nos levar ao reconhecimento das Leis que permitem criar um futuro melhor para toda a humanidade.

1.3 As sete Leis do Universo

Existem *sete Leis Universais* que regem a totalidade dos processos de criação, administração e evolução do Universo. Dessas sete, quatro são fundamentais: elas regem e controlam todos os processos de desenvolvimento e evolução da consciência dentro da espécie humana, em qualquer lugar do Universo. Essas quatro Leis formam o triângulo inferior, e a Lei da Evolução é a Lei superior que rege o triângulo inferior —também chamado de "triângulo do inferno", por constituir a parte inferior das Leis Universais—.

LEI	POSTULADOS	EFEITOS DA VIOLAÇÃO DA LEI
NATUREZA	1. Tudo o que é complementar se atrai. 2. Todo ser vivo necessita do alimento específico para a sua espécie. 3. Toda manifestação natural requer as condições propícias. 4. Todo ser vivo possui, por instinto, o senso da Lei. 5. Todos os ciclos da natureza têm funções específicas. 6. Toda violação da Lei produz graves consequências. 7. Todo ser vivo tem a sua função.	Mal-estares físicos: desnutrição, doenças, vícios, degeneração, miséria, fome, deficiências físicas e mentais, malformações físicas, desequilíbrio ecológico, erosão, pragas, redução da longevidade…

Quadro 1. As quatro Leis específicas que regem a experiência humana

LEI	POSTULADOS	EFEITOS DA VIOLAÇÃO DA LEI
HARMONIA	1. Tudo o que é emitido age, reage e retorna. 2. Tudo o que é atacado se defende. 3. Tudo o que agrada é aceito. 4. Só o amor pode transformar feras em pessoas. 5. Só a compreensão evita a destruição. 6. Devemos conduzir as situações, e não ser conduzidos por elas. 7. O exemplo é o melhor mestre.	Mal-estares psicológicos e problemas de relacionamento: desconfiança, medo, distanciamento, isolamento, individualismo, solidão, tristeza, depressão, brigas, timidez, falta de comunicação, desunião, fronteiras, traumas, complexos...

Quadro 1. As quatro Leis específicas que regem a experiência humana (continuação)

LEI	POSTULADOS	EFEITOS DA VIOLAÇÃO DA LEI
CORRESPONDÊNCIA	1. Toda situação é um aprendizado. 2. Toda circunstância é gerada pela própria pessoa. 3. Não há nenhum evento que não corresponda a quem o vive. 4. Nós, pessoas, estamos situadas exatamente no lugar que nos corresponde. 5. Viemos à vida com o necessário para vivê-la. 6. Só acontece o que tem que acontecer. 7. Só damos ou temos o necessário.	Mal-estares no âmbito da vida individual: bloqueios, insatisfação, dificuldade para ter sucesso no que se faz, disputas desgastantes contra as circunstâncias da vida, incapacidade de assumir a própria vida, medos, angústias, frustrações constantes...

Quadro 1. As quatro Leis específicas que regem a experiência humana (continuação)

LEI	POSTULADOS	EFEITOS DA VIOLAÇÃO DA LEI
EVOLUÇÃO	1. Só a experiência permite compreender a verdade. 2. Só os opostos induzem o desenvolvimento da consciência. 3. Só se sobe de nível mediante a transformação correspondente. 4. Somos apenas o resultado de nós mesmos. 5. Só nos deparamos com as situações que não compreendemos. 6. Somente a necessidade de compreensão é a razão da existência física. 7. Somente a partir do desequilíbrio é possível reconhecer o equilíbrio.	Mal-estares sociais: rebeldia, anarquia ou autodestruição, quando se limitam as experiências a serem vividas; guerras, greves, violência, revoluções, criminalidade, ódio, conflitos, quando se impõem os conceitos humanos.

Quadro 1. As quatro Leis específicas que regem a experiência humana (continuação)

Não devemos confundir as Leis Universais com as leis humanas, nem com as normas. As Leis do Universo são imutáveis, não podem ser revogadas, têm origem na sabedoria da Divindade e são absolutas; portanto, não são modificáveis nem negociáveis, e sua desobediência implica um resultado negativo — no sentido de desagradável — e também positivo — no sentido de que representa um aprendizado. É por isso que dizemos que, na verdade, nós, seres humanos, não ditamos Leis, mas normas, e as chamamos de "leis humanas", mas são normas, pois são revogáveis, transitórias e pontuais.

LEIS	CARACTERÍSTICAS	REGE	FUNÇÃO/DECIDE
Natureza	Lei da seleção natural. Permite o equilíbrio entre tudo o que existe. Tudo o que se afasta da perfeição será destruído. Não há compaixão, perdão nem sentimentos	As estruturas físicas	Gerar e manter em perfeito estado de funcionamento a matéria e os organismos vivos. Todos os ciclos da natureza têm funções específicas
Harmonia	Surgem os sentimentos, que buscam o equilíbrio entre as forças da natureza. Pode ser representada por uma balança. Tem a ver com a Lei de Causa e Efeito (ação e reação). É a Lei da Educação do Universo	As relações entre os seres e as estruturas	É possível decidir conviver pacificamente, respeitando todos os seres e suas experiências O exemplo é o melhor mestre
Correspondência	Leva-nos a aceitar que todo processo tem um propósito perfeito. Se encontramos bloqueios, significa que a estamos violando. Toda circunstância é gerada por nós mesmos; não há culpados	O lugar que corresponde a cada espécie e experiência humana	Onde, quando, como e a quem corresponde aprender isso. Toda situação é um aprendizado e tem um propósito de amor

LEIS	CARACTERÍSTICAS	REGE	FUNÇÃO/DECIDE
Evolução	Lei do Aprendizado, Lei da Mudança Interior ou da Transformação. Ninguém nos prejudica nem nos beneficia. Conduz-nos do enfrentamento contra a vida à capacidade de aproveitar (valorizar e desfrutar) o que a vida ensina	O processo de desenvolvimento espiritual do ser humano	O que falta à consciência aprender (o destino). O que é preciso aprender: felicidade, paz e amor

Quadro 2. Características das quatro leis que regem a experiência humana

A Lei da Evolução nos coloca diante daquilo que precisamos aprender e, é claro, isso corresponde exatamente a situações que não sabemos manejar, que nos parecem difíceis. É por isso que a Lei da Evolução permite guerras, doenças, agressões, conflitos, disputas e interferências; e permite isso para que aprendamos a reconhecer a Lei, para que nos saturemos de sofrimento e decidamos obedecê-la.

O *livre-arbítrio* é o direito de cometer erros, a ferramenta da evolução. É necessário e inevitável cometer erros para que possamos descobrir a Lei. O erro não está fora da Lei, mas faz parte do nosso processo pedagógico.

Reconhecemos as Leis observando os resultados. Se nos vemos imersos em uma situação de sofrimento, se enfrentamos bloqueios, escassez ou doença, se nossos relacionamentos não fluem ou se há violência ou agressão, todos esses resultados nos mostram que nos desviamos da Lei. Quando isso ocorre, há um resultado doloroso; já quando obedecemos à Lei, os resultados são satisfatórios e trazem felicidade. Na verdade, não se trata de prêmios ou castigos, mas simplesmente de resultados satisfatórios ou dolorosos.

Um exemplo perfeito de como as Leis superiores admitem questões que as inferiores não permitem é o tema das relações homossexuais. A Lei da Natureza não aceita alguns aspectos da homossexualidade; no entanto, a Lei da Harmonia a aceita plenamente; para ela, isso é totalmente válido, pois *todo ser vivo tem direito a ser feliz, a gozar de equilíbrio e satisfação, mesmo que não possa procriar*. Por sua vez, a Lei da Correspondência, por estar acima, pode romper o equilíbrio da Lei da Harmonia, de modo que se reconheça a experiência do desequilíbrio. Assim, segundo ela, poderíamos

afirmar: “Precisamos que haja aqui um conflito para que as pessoas aprendam a respeitar umas às outras”.

1.4 As três virtudes internas

> *Viemos ao planeta Terra para desenvolver três virtudes internas: felicidade, paz e amor.*

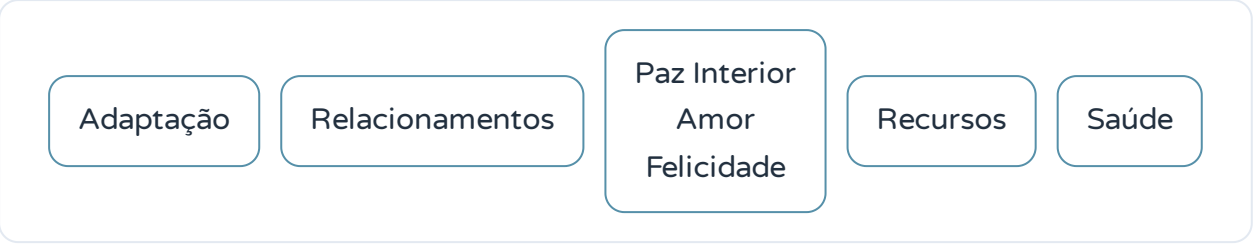


Figura 1. Virtudes internas e resultados externos

Essas virtudes devem ser utilizadas para nos relacionarmos com o mundo externo. Aprender a ser feliz, a ter paz e a amar — como capacidade de servir — é o verdadeiro propósito que nos trouxe ao mundo físico da matéria.

Virtudes	Características	Forma de alcançá-las	Representa/ Desenvolve-se em
Felicidade	0% de sofrimento 100% de compreensão e autovalorização	Aceitação	A função
Paz	0% de conflitos 0% de reatividade 0% de enfrentamento 100% de respeito	Assumindo a vida com sabedoria	O destino
Amor	100% de capacidade de servir 0% de resistência 0% de medo 100% de adaptação 100% de compromisso	Amando de forma incondicional	A missão

Quadro 3. As três virtudes e suas características

A felicidade, a paz e o amor são princípios da essência divina; não têm polaridade, são imutáveis e inalteráveis.

1.4.1 Aprender a ser feliz

Para aprender a ser feliz…

- Basta enfrentar tudo aquilo que acreditamos que nos rouba a felicidade.
- Não é preciso nada externo, apenas compreensão e atitude mental.
- É preciso assumir que a não aceitação é a única causa do sofrimento e deixar de enfrentar a realidade.
- É necessário parar de trabalhar sobre os outros e fazê-lo única e exclusivamente sobre si mesmo, modificando dentro de si aquilo que incomoda (o ego).
- Se há sofrimento, é preciso fazer a si mesmo uma única pergunta: "O que eu não estou aceitando?"; é aí que se encontrará a resposta. *Todas as pessoas, sem exceção, têm o necessário para serem felizes; mas muito poucas sabem ser felizes com o que têm.*

1.4.2 Aprender a ter paz

Para aprender a ter paz, é preciso saber que…

- Não há nenhuma coisa nem pessoa que dê paz.
- A paz interior é o resultado do próprio crescimento espiritual; não é um dom.
- O manejo da paz requer informação clara e precisa para compreender que a vida é um processo de amor e que o mal não existe, assim como habilidade para manejar a energia vital; para isso, é necessário um treinamento.
- Se houver uma perda de paz, é preciso se perguntar: "A que estou resistindo? O que quero mudar? A quem estou culpando?".

1.4.3 Aprender a amar o próximo como a si mesmo

Para aprender a amar o próximo…

- Basta participar ou conviver com pessoas que têm comportamentos muito diferentes dos nossos, de modo que se aprenda a amá-las e respeitá-las exatamente como são.
- É preciso levar em conta que o amor não pode ser ofendido e que é invulnerável, imutável, universal, invariável e neutro.
- É necessário entender que o amor constitui uma compreensão total do Universo, que é uma forma de ser e não precisa de um "objeto" sobre o qual se projetar.

- Também é importante considerar que o amor não é uma força, mas uma ferramenta.
- É preciso entender que o amor não é um sentimento.
- É preciso pensar que amar é dar sempre o melhor de si.
- Se houver desmotivação, pensemos: “Como posso permitir me limitar diante disso?”; pois todos nós possuímos capacidade de servir, mas muitas vezes a restringimos diante de eventos externos. Ao desenvolvermos as três virtudes internas, vamos obtendo excelentes resultados externos nos quatro âmbitos: relacionamentos, recursos, saúde e adaptação ao meio.

1.5 Os cinco elementos da experiência humana

Na experiência de vida de qualquer ser humano estão presentes os seguintes cinco elementos: propósito, destino, missão, função e intenção.

1.5.1 O propósito

Existe um *propósito de amor* que nos trouxe ao mundo da matéria; é o propósito perfeito de aprender duas coisas:

1. Ser feliz por si mesmo, ou seja, não depender de nada nem de ninguém para ter paz interior e felicidade.
2. Amar o próximo como a si mesmo, isto é, respeitar os direitos de todos os seres do Universo. Mas como se aprende isso? É aqui que vamos comprovar a perfeição do desenho pedagógico da Divindade. Em primeiro lugar, para realizar o exercício de *aprender a ser feliz por si mesmo*, é necessário viver em um lugar, com certas pessoas e em determinadas circunstâncias, onde tudo o que aconteça ao redor seja mais ou menos agressivo, para que a pessoa perceba que o problema não é o que acontece ao redor, mas a forma como ela se relaciona com isso, a rejeição e a resistência que exerce. Para aprender a segunda parte do que significa amar o próximo — *respeitá-lo como ele é*, não querer mudá-lo, não exercer resistência diante dos outros —, é necessário viver em um lugar onde as pessoas ao nosso redor pensem de maneira diferente, tenham costumes distintos e acreditem em coisas diversas; dessa forma, aprenderemos a amá-las como são, sem julgá-las nem condená-las. Assim se cumpre o propósito de amor, a razão pela qual estamos neste planeta. Há mais de 2.000 anos, o Mestre Jesus nos ensinou isso quando disse:

“Ame seus inimigos”; porque eles não são inimigos, mas pessoas que pensam de maneira diferente.

Ser feliz significa experimentar zero sofrimento diante do que acontece, e amar implica exercer zero resistência diante dos outros. A sabedoria é igual ao amor, não ao

sentimento. A pessoa que tem amor se importa muito com os outros, mas não sofre; a pessoa que não tem sabedoria, mas tem bondade, se importa muito com os outros, mas sofre muito; e aquele que não se importa, o indolente, o indiferente, não tem sabedoria nem bondade.

1.5.2 O destino

O *destino* é o que viemos aprender do mundo da matéria: a utilizar as sete ferramentas do amor para desfrutar de uma paz inabalável. É uma grande oportunidade para aprender o que ainda nos falta.

Todos nós carregamos conosco um destino inevitável e valioso. A cultura nos ensina a tentar evitá-lo, em vez de aproveitá-lo. Mas nós, seres humanos, temos a capacidade de desfrutar de tudo o que fazemos, pois essa capacidade é intrínseca à nossa condição humana. Assim, quando uma pessoa, por exemplo, diz ao filho: "Você sempre tem que fazer o que gosta", isso gera nele um enorme bloqueio.

O destino é um projeto pedagógico cujo propósito é nos permitir verificar e descobrir a informação que rege o Universo e sua ordem perfeita. Portanto, o destino é nossa melhor oportunidade para transcender todas as limitações humanas. Em vez de reclamarmos das dificuldades que a vida nos apresenta, vamos aproveitá-las como uma grande oportunidade para transcendê-las, pois assim elas desaparecerão para sempre. Se não aprendermos com as dificuldades, longe de desaparecerem, elas se complicarão, permanecerão e se tornarão permanentes, pois não estamos aprendendo com elas.

Um trauma não tem origem em experiências de vidas passadas, mas sim neste exato momento; não trazemos os traumas de experiências anteriores, já que nossa personalidade é totalmente nova a cada experiência. O que realmente trazemos, por ter uma relação direta com experiências anteriores, é o desenho do destino; este se renova a cada experiência de vida, mas tem uma conexão direta com a experiência anterior.

1.5.3 A missão

A *missão* é o que podemos ensinar no mundo da matéria. É preciso desfrutá-la intensamente, seja ela parte da própria função ou não.

A missão permite recuperar a energia que a pessoa investe no exercício de aprender a ser feliz. A missão é aquilo que já foi compreendido, aquilo que já se sabe; portanto, é possível usá-lo para servir aos outros e desfrutar intensamente.

Tanto a missão quanto o destino estão representados na personalidade: o destino como o sistema de crenças e a missão como a compreensão. À medida que vamos transmutando

a ignorância em compreensão e sabedoria, passamos a ter cada vez mais missão e mais satisfação.

1.5.4 A função

A *função* é o que fazemos para ganhar nosso sustento. Sabemos que todos os seres vivos têm uma função dentro da ordem do Universo. Precisamos de sabedoria para assumi-la com alegria, entusiasmo e total capacidade de ação e serviço, mesmo que ela não faça parte da nossa própria missão. A função não consiste em "ganhar a vida" — a vida não se ganha, pois é um dom divino —; o que ganhamos é o sustento desta entidade biológica, deste corpo.

O sustento, portanto, está garantido como resultado da função. Quem é feliz e desfruta do que faz sempre terá recursos em abundância.

1.5.5 A intenção

A *intenção* é o que queremos para nós mesmos ou para os outros. É importante orientar a intenção de forma que ela não interfira no destino dos outros nem tente evitar o próprio destino.

A intenção é o elemento mais complexo da experiência humana, pois o sentimento, assim como a ideia de bondade e as demais ideias que a cultura nos transmitiu, nos levam constantemente a tentar interferir no destino dos outros. Se pudéssemos aceitar que o destino é algo extraordinário, e não algo "ruim", que representa a melhor oportunidade de que dispomos para que se cumpra aquilo que viemos fazer no mundo, então deixaríamos de estar em conflito com o destino das outras pessoas.

Mas o que acontece, por exemplo, se tivermos ao nosso lado um idoso que não quer tomar seus remédios nem cuidar de si da maneira que achamos que ele deveria? O que podemos fazer para não interferir? Dentro dos limites da ética médica — o respeito à vida humana — há uma margem muito ampla, e o problema reside no fato de que sempre queremos que as coisas funcionem da maneira que nos parece adequada. Assim, segundo esse exemplo, acreditamos que o idoso deve cuidar de si para que continue conosco por mais tempo, sem levar em conta sua qualidade de vida. Mas o doente deve ter a opção de não se submeter a terapias agressivas; da mesma forma, um fumante de longa data talvez prefira continuar fumando também em seus últimos anos; ou alguém a quem foi prescrito repouso absoluto talvez prefira andar e viver de forma autêntica, mesmo que seja por menos tempo. Ou seja, pode ser que a pessoa pense em outra possibilidade totalmente diferente, como, por exemplo, que o que ela tinha que fazer nesta vida, suas possibilidades de ação ou de aprendizado, já tenham chegado ao fim, e que ela, na verdade, deseje partir para renovar todas as suas estruturas. É aí que entram

em jogo os egos: queremos que ela fique mais tempo em nossa companhia, desejamos que se cure, que "seja feliz"... Esses "quero" são a causa do sofrimento.

Portanto, o que seria mais sábio e amoroso nesse caso? Dizer ao idoso algo mais ou menos assim: "Para mim, o mais importante é você, não eu — isso seria um princípio de amor —. O mais importante não é que você me acompanhe para satisfazer meu ego, mas que encontre seu caminho no Universo; portanto, conte comigo para lhe proporcionar tudo o que estiver ao meu alcance, e conte também com meu respeito, para que você use apenas o que decidir usar".

Continuando com o exemplo, se essa pessoa não quer comer ou tomar os remédios, quem somos nós, os outros, para obrigá-la? E para que fazemos isso? A condição que levou essa pessoa a ter sua saúde prejudicada faz parte do processo dela, não do nosso; então, por que não respeitar isso? Porque entra em jogo o "quero", também chamado de *egoísmo inconsciente*. Querer que o outro seja feliz do nosso jeito é um comportamento egoísta. Em vez disso, deveríamos dizer outra coisa, a partir do amor: "Eu sou capaz de ser feliz aceitando você como você é, não do meu jeito".

Para ter clareza sobre o propósito, aproveitar o destino, desfrutar da missão, assumir a função e manter a intenção de não interferir no destino dos outros, a sabedoria exige que esses aspectos sejam praticados em pensamento, palavra e ação.

Capítulo 2. Os sete níveis evolutivos humanos

Os *sete níveis evolutivos* correspondem às faixas cromáticas da luz e também aos sete tons da escala sonora. Cada faixa cromática ou sonora manifesta um aumento considerável na frequência vibratória em relação à faixa imediatamente inferior. Isso implica também uma maior quantidade de informação de verdade acumulada na consciência do indivíduo e coincide exatamente com o tipo de experiências de vida que cada pessoa deve viver, no lugar e no nível em que se encontra.

Correspondências evolutivas externas	49 (7x7) níveis de consciência	Correspondências de luz	Correspondências de som	Leis Unive
Amor	7	Violeta	SI	Amor
Compreensão perfeita da ordem universal	6	Anil	LÁ	Manifesta
Ausência de propriedade e de fronteiras	5	Azul	SOL	Polaridade
Sistemas sociais e econômicos mais harmoniosos	4	Verde	FA	Evolução
Comércio, individualismo, fronteiras	3	Amarelo	MI	Correspon
Dinheiro, substâncias tóxicas, religiões	2	Laranja	RE	Harmonia
Escravidão, guerras, ignorância, instinto	1	Vermelho	DO	Natureza

Quadro 4. Os sete níveis evolutivos e suas correspondências

Os níveis evolutivos são medidos em nosso interior de acordo com o desenvolvimento da consciência. No arquivo da consciência, há inocência — ausência de informação — e sabedoria ou pureza — informação da verdade codificada por meio da verificação —, mas não há ignorância.

Os *níveis de consciência* correspondem aos diferentes níveis de acumulação da verdade no arquivo da consciência: se a acumulação for escassa, trata-se do primeiro nível; se for média, será o terceiro ou o quarto nível; e se o arquivo estiver quase totalmente cheio de verdade, estamos no sétimo nível. A informação de sabedoria que se acumula na consciência forma, portanto, os níveis de consciência. O desenvolvimento completo da

consciência não é alcançado ao longo de uma vida, mas vem de muito antes, de milhares de anos de experiências.

Nível de consciência	Experiência humana pessoal
1 Primeiro nível	Confronto a partir do instinto para subsistir dentro da lei da seleção natural
2 Segundo nível	Disputa pelo poder dentro da lei do mais forte
3 Terceiro nível	Luta para sobreviver economicamente, competindo contra os outros
4 Quarto nível	Aprendizado para se libertar do conflito pela subsistência
5 Quinto nível	Convivência pacífica e harmoniosa com a ordem do Universo
6 Sexto nível	Libertação da dependência da matéria para poder evoluir
7 Sétimo nível	Conquista da imortalidade e fim das experiências dentro da forma humana

Quadro 5. Os níveis de consciência

Nossa consciência se encontra atualmente dentro da forma humana porque precisa tomar informação desta experiência por meio da personalidade. O *reino dos centauros* abrange até o terceiro nível de consciência e é caracterizado por um comportamento de dualidade entre o animal e o humano. O *reino dos seres humanos* propriamente dito começa no quarto nível.

Quando a consciência entra pela primeira vez no campo humano, ela se encontra no primeiro nível de desenvolvimento e está praticamente vazia de informações humanas; ou seja, é inocente. Nós, seres humanos, iniciamos o caminho da evolução em estado de inocência e, ao final dessa jornada, nossa consciência estará totalmente desenvolvida. Essa passagem pela experiência humana dura, aproximadamente, 40.000 anos; mas, antes disso, a consciência, em ascensão por todos os "andares" do Universo, já adquiriu informações dos reinos mineral, vegetal e animal, ao longo de um processo que dura milhares de anos. O nível de nossa consciência possui uma capacidade muito ampla de armazenar informações e, por isso, os Mestres de Sabedoria afirmam que podem ser necessárias aproximadamente mil personalidades para completar as informações

humanas na consciência. Estamos falando de 40.000 anos de experiências vividas, embora não cronológicos, pois estes não são contabilizados entre as vidas. Para facilitar a compreensão, é possível fazer uma comparação com um curso acadêmico: o tempo em que estamos de férias não é contabilizado academicamente; para isso, conta-se apenas o período de aulas e de provas.

Estamos em estado de *desenvolvimento automático* quando passamos por determinadas experiências sem saber o que aprendemos com a situação. Ao chegar ao quarto nível, passamos à fase de *desenvolvimento voluntário*, na qual sabemos exatamente o que estamos aprendendo com cada situação e compreendemos que tudo depende de nós mesmos, não do que acontece lá fora. Entrar neste quarto nível de consciência significa começar a transcender a evolução; depois disso, passamos diretamente ao *triângulo superior das Leis do Universo*, e nesse ponto nossos conflitos terminam.

Quando a consciência passa para o quarto nível, dizemos também que ela entra nas *civilizações superiores*; ao completar seu desenvolvimento, chega ao sétimo nível e encerra a experiência humana para a consciência. A partir desse momento, a consciência "sai" da experiência humana e passa a ser chamada de Mestre imortal, "Irmão Maior"; ela ainda permanecerá por mais 40.000 anos cumprindo outra função, que não será mais a de aprender, mas sim a função pedagógica para os demais níveis, até facilitar que as pessoas provenientes do primeiro nível cheguem ao sétimo. Uma vez concluída essa função, sua tarefa dentro da experiência humana estará encerrada, e ela passará para outra instância chamada Mestre ascendido — e aqui o termo "ascendido" se refere ao fato de estar acima das experiências humanas.

	Educativa	Técnica	Nutricional	Arquitetônica	Ecológica
7	Percepção	Não deixa pegada	Éter	Eletromagnética	Não altera meio
6	Consciência	Manipula a matéria	Matéria energética	Reciclável	Convivênc harmonios
5	Unificação harmônica	Não polui	Ciclo completo	Conjuntos rotativos	Reconstru do meio
4	Cooperação comunitária	Computadorizada	Naturismo	Conjuntos comunitários	Proteção ambiental
3	Individualizada	Eletromecânica	Tóxicos	Cidades	Destruição ecológica
2	Violência	Mecânica	Origem animal	Casas	Colonizaç
1	Selvageria	Primitiva	Canibalismo	Cabanas, cavernas	Natural

Quadro 6. Principais correspondências com os níveis evolutivos

Não é possível subir de nível de consciência enquanto não se compreender o que o nível atual ensina. Mas é possível adiar essa ascensão, pedir um tempo e decidir que, neste ano, "não se vai estudar"; no entanto, no ano seguinte, as mesmas tarefas que foram adiadas continuarão pendentes. Existe uma força interior que nos impulsiona constantemente em direção a Deus, e é ela que nos permite retomar nossos processos, mesmo depois de tê-los adiado, porque não é possível "passar de ano" sem ter sido aprovado com louvor! Aqui, não basta apenas ser aprovado nas disciplinas!

As situações que nos cabe viver sempre nos são facilitadas, e aquelas que não nos cabe viver são as que, por mais que queiramos, simplesmente não acontecem. Contamos sempre com o necessário para cumprir nosso destino, não com o que queremos; isso é algo que devemos ter bem claro. As situações que a vida apresenta a uma pessoa são aquelas que cabem a ela e não a outra; não é possível que cada um se compare a outra pessoa, pois os ensinamentos são individuais. Assim, diante de uma tarefa que nos cabe realizar, temos duas possibilidades: realizá-la agora ou adiá-la para mais tarde, mas não existe a possibilidade de evitá-la.

Quando uma tarefa é adiada muitas vezes, chega um momento em que o Universo anuncia: "Não há mais prazos, você já adiou demais". Então, entra-se em uma situação de

destino inadiável, em que a pessoa, mesmo que queira, não pode mais adiar a tarefa, porque a vida não lhe deixa outra saída a não ser enfrentá-la.

A consciência em desenvolvimento passa por todas as raças, culturas, sistemas sociais e civilizações humanas. A *civilização dos Irmãos Maiores*, por exemplo, corresponde à última etapa da evolução da consciência dentro da forma humana; por isso, podemos chamá-la de "a última sociedade". Nela ocorre a transição entre os seres humanos mortais —consciência adormecida— e os seres humanos imortais —consciência desperta—.

> *As experiências de vida de cada pessoa correspondem exatamente ao nível de informação da verdade acumulada em sua consciência.*

	Irmãos	Onda	Frequência	Campo	Características
7	Maiores	Ultracurta	Altíssima	Artístico	Pedagogos de todos os níveis de evolução humana. Domínio da matéria por parte da consciência permanente
6		Curta	Alta	Intuitivo	Harmonia perfeita com a Lei e a ordem do Universo. Não existe controle externo.
5	Superiores			Compreensivo	A propriedade privada e as fronteiras desaparecem. Liberdade e facilidade para viajar.
4		Média	Média	Intelectual	Convivência pacífica. Aprende-se a servir sem condição. Os desequilíbrios sociais desaparecem. As Leis são reconhecidas e se renuncia a enfrentá-las. Diferentes formas de compensação além do dinheiro
3	Menores			Sentimental	Leis codificadas, domínio do dinheiro, individualismo, disputa dentro da livre concorrência
2		Longa	Baixa	Emocional	Lei do mais forte; Lei de talião
1				Físico	Sem sentimentos, canibalismo Ignorância extrema

Quadro 7. Características humanas de acordo com o nível de consciência

Para a consciência ou o espírito que já alcançou a imortalidade, não é que a matéria não exista, mas sim que ele não precisa dela. A matéria é necessária para viver a experiência da descoberta das Leis, bem como para alcançar a transformação interior do desenvolvimento da consciência. Uma vez alcançada a imortalidade, a matéria só é necessária para os outros; a pessoa não se perde, mas passa a cumprir uma missão de serviço. Um ser imortal pode entrar na matéria, mas o fará voluntariamente, e pode sair dela com a mesma facilidade; tudo isso será feito com um propósito de amor e serviço.

A experiência é um projeto pedagógico dos Mestres da Lei. É como dizer que uma criança entra pela primeira vez na escola e vai se deparar com uma série de explicações e experiências pelas quais precisa passar, e que foram previamente planejadas pelos pedagogos. No Universo acontece a mesma coisa: quando nossa consciência entra pela primeira vez no primeiro nível da experiência humana, as situações já foram planejadas pelos pedagogos do Universo, a quem chamamos de Mestres da Lei e que são imortais.

Existem dois processos para todo o Universo: a *descida* e a *ascensão*. Primeiramente, desce-se a partir do centro absoluto, com o objetivo de chegar "até o fundo", onde é possível aprender; depois, ascende-se, aprendendo a reconstruir o que se deteriorou. Esse é o processo habitual do Universo para tudo: a natureza, o corpo, as estruturas sociais, a consciência... Por exemplo, a consciência desce do seu Pai, da dimensão 40, até a dimensão dos minerais, e inicia sua ascensão aprendendo. Na fase de descida não há evolução; os seres inocentes ganham em densidade e matéria. Por outro lado, ao ascender, sim, há evolução, ou seja, ganha-se em espiritualidade e compreensão: descobrem-se as Leis, treina-se, desenvolve-se a consciência e adquire-se sabedoria.

O processo, portanto, é o seguinte: primeiro, a destruição daquilo que foi entregue à pessoa em perfeito estado para que ela descobrisse as Leis. Segundo, a verificação do resultado dessa destruição e o início da reconstrução para aprender. Terceiro, quando a pessoa termina de reconstruir, ela aprende a manter o que conquistou, sem que isso seja destruído novamente.

Para cada ser humano, esse processo dura cerca de 18 anos; para a civilização, aproximadamente 13.000 anos; e para a alma, 40.000 anos. A única coisa que muda são os tempos, mas o processo é o mesmo, independentemente da escala em que ocorra.

No quinto nível, ainda existe o corpo, e ele pode durar cerca de 1.200 anos. Ao entrar no sexto nível, o envelhecimento se interrompe e o processo começa a se reverter; ou seja, voltamos a ser jovens, como se tivéssemos cerca de 25 anos. No sétimo nível, já aprendemos a entrar no corpo e sair dele.

> *Acima da percepção dos sentidos físicos, começa o mundo da metafísica e da relatividade.*

Acima das frequências do ultravioleta, começa um mundo não físico, invisível, intangível e imperceptível aos cinco sentidos físicos; ou seja, começa o mundo da metafísica e da relatividade, cujas frequências vibratórias estão acima da quarta dimensão. As dimensões superiores podem perceber as inferiores, mas dificilmente ocorre o contrário. Nossos sentidos físicos, por exemplo, percebem apenas três dimensões, mas os mundos intangíveis são reais e perceptíveis por outros sentidos que podem ser despertados à medida que nossa consciência se desenvolve, por meio da meditação, da concentração, nos sonhos… Os mundos não físicos são chamados de *o não manifestado*, e todo o mundo físico, que está organizado em uma forma, é chamado de *mundo manifestado*.

A realidade é o lugar onde podemos agir. Se uma pessoa está na décima dimensão, essa é a realidade para ela; e se está na terceira, essa será a sua realidade. Tudo é real e, ao mesmo tempo, tudo é imaginário; depende da perspectiva.

A partir das frequências que começam a se tornar imperceptíveis aos sentidos físicos do ser humano, continua o processo de aceleração das frequências vibratórias e de encurtamento dos comprimentos de onda, o que gera um fenômeno dimensional tal que o tempo e o espaço se contraem aos poucos. Quando a aceleração atinge sua velocidade máxima ou frequência vibratória, chega-se ao *tempo zero*. Esse ponto zero, onde não há antes nem depois, princípio nem fim, nem limitações de qualquer tipo, é o ponto da eternidade; também é chamado de *Absoluto* e está situado na dimensão 40.

Por outro lado, o tempo não é algo estático, mas varia na mesma medida em que varia a velocidade. Se a velocidade for aumentada até o infinito, o tempo será zero e a distância continuará existindo. A fórmula é: Distância/Velocidade = Tempo; se a velocidade for duplicada, o tempo será reduzido pela metade.

O Universo está dividido em 40 dimensões, sendo essa apenas uma das formas possíveis de medição utilizadas pelos Mestres, mas pode haver outras diferentes. A partir da quarta dimensão, pode-se falar de mundos não físicos, o que significa que existem 37 dimensões não físicas e apenas três físicas. As dimensões são campos de frequência vibratória; assim, quanto maior for a frequência vibratória ou a velocidade, maiores serão as mudanças dimensionais e mais relativo será o tempo.

O *Absoluto*, ou *essência absoluta do Ser*, contém a totalidade das informações necessárias aos processos de criação, manutenção e funcionamento do Universo e de tudo o que nele existe e acontece. O Absoluto contém tudo dentro de si mesmo e é eterno e atemporal.

Tudo no Universo tem uma lógica e uma ordem, e tudo pode ser explicado; precisamos apenas ampliar nosso campo mental muito além dos limites e das barreiras que a cultura nos impôs, liberar nossa mente e nosso pensamento em direção a outras dimensões para começarmos a compreender que tudo tem um propósito perfeito.

Pode ser que, neste momento, não percebamos que o que estamos aprendendo sobre o Universo tenha aplicação em nossas vidas; mas é certo que, para alcançarmos a aceitação — que é uma ciência que nos traz felicidade —, para utilizarmos a ferramenta de "assumir", que nos proporcionará paz absoluta, ou para praticarmos a incondicionalidade, que facilita o desenvolvimento do amor, precisaremos nos apoiar na metafísica, em tudo o que nossos sentidos ainda não conseguem perceber.

Capítulo 3. O Ser e o Não Ser na Humanidade

O ser humano, em sua longa jornada pela vida, raramente se dá conta de seu Ser, de sua verdadeira essência divina, pois vive imerso em seu próprio mundo, em sua realidade e fantasia, criadas por seus sentidos físicos, que lhe oferecem um mundo limitado à sua capacidade de percepção e que o levam a acreditar que a única realidade existente é o mundo físico. Por isso, ele não consegue entender como ou por que ocorrem certos eventos, situações ou fenômenos que, para ele, são incompreensíveis.

O Ser que habita dentro de cada um de nós é a essência imortal emanada do Absoluto, que dá sentido à existência e anima nossa vida, conferindo-nos a certeza de que nosso esforço para compreender e nos tornarmos, a cada dia, seres humanos melhores não é um esforço inútil contra a lei da vida e da morte, mas sim mais um degrau no caminho de ascensão rumo ao aperfeiçoamento da consciência.

Não é correto dizer que uma pessoa "perdeu a vida"; o correto é afirmar que "perdeu a forma e a ignorância da personalidade". A vida não pode ser perdida, pois é eterna como emanação de Deus. A essência do Ser em nós contém a informação absoluta, que não está sujeita a mudanças porque já é perfeita; ela é sabedoria e amor. O "não Ser" é tudo o que sofre variações e tem possibilidades de mudança; é nele que ocorre a evolução.

> *O Ser se manifesta espontaneamente quando a personalidade deixa de interferir.*

O Ser que nos anima, que nos dá a vida, reside dentro de nós na dimensão do imanifesto, que não é perceptível pelos sentidos físicos, e só se manifesta espontaneamente por meio da consciência quando a personalidade deixa de interferir — ou seja, em estados de intuição, meditação e abstração. O Ser não tem possibilidade de variação, uma vez que pertence ao *nível da perfeição absoluta*.

Em que momento a personalidade deixa de interferir? Quando não há reatividade interior nem dualidade. Lembremos que toda dualidade pertence à personalidade; já a compreensão não tem dualidade, pois se compõe do que já foi verificado.

No estado do Ser não há dualidade; ele é neutro. Se surgir uma dificuldade: “Que oportunidade extraordinária para crescer!”; e se for algo muito gratificante: “Que coisa maravilhosa!” Tudo é sempre extraordinário e maravilhoso nesse estado de ausência de dualidade, que também é chamado de *estado máximo de eficiência mental humana*.

Quando lidamos com a personalidade, o Ser se manifesta, pois a consciência (ou seja, a compreensão) não faz parte da personalidade, mas está na mente; o ego também, mas ele constitui a personalidade, enquanto a compreensão constitui a essência divina. Quando se diz a alguém: “Você não tem personalidade, onde lavaram o seu cérebro?”, essa pessoa pode responder: “Que coisa extraordinária, finalmente consegui! Que felicidade!”.

O Ser só pode se manifestar por meio da consciência, enquanto o não Ser o faz por meio da personalidade. À medida que a consciência se desenvolve, o Ser vai se manifestando cada vez mais. Sua essência em cada pessoa pode chegar a se expressar como realmente é: um equilíbrio perfeito diante de qualquer situação ou circunstância, que não altera nem um pouco sua condição absoluta de Ser.

No que diz respeito à essência do Ser, não se fala em evolução, porque ela simplesmente “é”. A essência do Ser é, em cada um de nós, uma pequena porção da informação total do Universo, mas é perfeita e completa para o que cada um precisa como ser humano. Não é que nós sejamos o Ser, mas sim que o Ser está em nós; ele é nosso “pai”, e nós somos “o filho”. O filho é outro arquivo que contém um certo volume de informação, mas não a totalidade; é aquela parte que está crescendo dentro de nós, que está em processo de desenvolvimento.

A consciência acumula as informações de sabedoria de todas as personalidades anteriores de cada indivíduo. São necessárias aproximadamente mil personalidades para “preencher” um arquivo de consciência. Ela não vive experiências por si mesma, apenas assimila o que cada personalidade produz.

> *O Ser se manifesta a partir da consciência; o não Ser, a partir da personalidade.*

A capacidade do Ser não reage; simplesmente se manifesta com sabedoria, como a ação coerente e precisa que corresponde a qualquer circunstância. O Ser não raciocina, pois não recorre à análise; pelo contrário, os pensamentos que emanam do Ser são intuitivos e livres da influência de conceitos; são pensamentos verticais, totalmente isentos de oscilação e, portanto, sempre correspondem à verdade.

> *Os pensamentos que emanam do Ser são intuitivos e estão livres da influência dos conceitos.*

A *intuição* é a linha de pensamento que emana diretamente do Ser, e para poder percebê-la é necessária uma ausência total de raciocínios. Isso ocorre porque a menor dúvida produz movimentos oscilatórios do pensamento horizontal, o que interrompe imediatamente a percepção direta do Ser. O mesmo acontece com outras manifestações próprias do Ser, como a fé e o amor, que não admitem análise, dúvida, medo ou raciocínio.

Ao contrário do Ser, o não Ser, fundamentado na ignorância e no ego, reage a cada instante por meio de todo tipo de manifestações extremistas, positivas ou negativas, mas nunca o faz com harmonia nem amor.

> *Para perceber o pensamento do Ser, é necessário que a mente esteja livre de raciocínios.*

Quando nos encontramos mergulhados no estado do não Ser, na verdade não temos identidade própria, pois reagimos de forma automática a cada momento, de acordo com as impressões que recebemos do mundo externo, percebidas por meio dos sentidos. Normalmente somos manipulados pelo que acontece fora de nós, de modo que não há oportunidade para que nosso Ser real se manifeste. O estado de espírito de uma pessoa geralmente está sujeito ao das pessoas ao seu redor ou às circunstâncias que a afetam. Assim, quando alguém próximo está de bom humor, o normal é nos contagiarmos com sua alegria; se alguém nos elogia, ficamos felizes; mas se os outros estão frustrados ou aborrecidos, nosso ânimo fica abatido, e se alguém nos insulta, a reação mais comum é ficarmos furiosos e respondermos da mesma maneira. Em muitos casos, os relacionamentos se deterioram, os negócios vão por água abaixo e as amizades acabam simplesmente porque "não somos nada" e, por isso, nos identificamos com tudo o que "não é".

O leitor, a esta altura, deve estar se perguntando como pode saber o que "não é" ou o que "é". É simples: quando tudo o que acontece ao redor determina os próprios comportamentos, então "eu não sou". O que ocorre no exterior controla a própria vida e leva a pessoa a esse estado lamentável chamado "não ser eu mesmo".

O processo de desenvolvimento espiritual tem o propósito de que aprendamos a ser nós mesmos, alcançando um estado interior de independência espiritual; ou seja, um estado em que os próprios comportamentos, decisões, pensamentos e sentimentos não dependam do que acontece ao redor, mas do que cada um decide fazer com isso. E se as decisões estiverem fundamentadas na compreensão do amor e na essência do Ser, serão de equilíbrio total e conduzirão a um estado interior de paz imperturbável e invulnerável; o estado que caracteriza um Mestre de Sabedoria.

> *O estado mental do não Ser se identifica com tudo o que não é sabedoria.*

É importante diferenciar entre *ação* e *reação*. Nossa proposta é não reagir, mas agir com serenidade diante das situações que a vida nos apresenta. Enquanto reagirmos, não "seremos"; em contrapartida, quando aprendermos a agir com serenidade e sabedoria, poderemos dizer que "somos nós mesmos"; esse é o estado de desenvolvimento espiritual.

O não Ser precisa analisar todas as ideias que chegam ao pensamento para poder chegar a uma conclusão; para isso, recorre à comparação de conceitos ou ideias preconcebidas, que nem sempre correspondem à verdade. Por essa razão, não é sábio formular julgamentos precipitados sobre as pessoas ou circunstâncias que nos cercam, baseando-nos unicamente na conclusão de nossos raciocínios. O adequado é recorrer à sabedoria do conhecimento das Leis do Universo.

> *O estado mental do não Ser escraviza o ser humano e é a causa de todo sofrimento.*

O estado do não Ser acorrenta o ser humano a situações próprias da baixa frequência, escraviza-o por meio do medo, da dúvida, da desconfiança e das limitações, e é a causa de todo sofrimento. As reações do não Ser nos causam uma angústia tremenda e um enorme sofrimento interno, que, em muitos casos, contribuem para o desenvolvimento de doenças físicas, mas, mesmo assim, não ajudam nem um pouco a modificar as circunstâncias externas. Por isso, é possível afirmar categoricamente que *o sofrimento é inútil como elemento de ação diante das circunstâncias externas*. No entanto, ele desempenha um papel importante no desenvolvimento da consciência, na medida em que nos permite reconhecer e medir nossos níveis de ego e limitações internas, e chegar a compreender que o sofrimento é, em si, alheio ao estado do Ser.

Em suma, o estado do não Ser se identifica com tudo o que não é harmonia, e é a isso que se devem a constante reação e o sofrimento do ego; pois este se concentra sempre em qualquer elemento externo que não seja harmônico, e então se produzem a rejeição e as reações internas de dualidade, sofrimento, agressão e crise, bem como todos os processos humanos que não geram resultados satisfatórios.

As circunstâncias externas penosas que nos atormentam diariamente são a "escola da consciência"; são elas que, por meio da paciência e da compreensão, finalmente entregam ao Ser as rédeas do antes "indômito corcel" da mente conceitualizada e egoica. Quando isso acontece, a mente, submissa e obediente, é guiada pelo Senhor da Lei e, assim, pode abandonar para sempre a escola do sofrimento. O conhecimento das Leis do

Universo elimina o medo e liberta do sofrimento, mas a sabedoria só se adquire por meio do desenvolvimento da consciência. Por fim, é esse desenvolvimento que permite ao Ser se manifestar e eliminar todo conflito interno, transcendendo a Lei dos Opostos, e o resultado de tudo isso é um estado de paz interior, serenidade, harmonia e felicidade inalteráveis por qualquer causa ou acontecimento externo.

> *O trabalho constante e paciente para alcançar o estado do Ser nos libertará definitivamente do sofrimento.*

Diante de qualquer acontecimento, há uma ação necessária. O que tivermos que fazer, façamos com eficiência, mas também com amor; ou seja, sem reação, sem acusações ou qualquer tipo de dualidade, sem sofrimento; simplesmente desfrutemos do que tivermos que fazer e façamos o melhor. É nisso que consiste o comportamento justo e equilibrado, e é esse o trabalho que queremos realizar em nosso interior: fazer com que o Ser se torne uma expressão constante em nós. Se alguém não escolhe a opção do amor, é porque lhe falta informação, energia ou treinamento.

Nessa situação, entram em jogo o *pensamento horizontal* e o *vertical*. Enquanto o pensamento permanecer sob essa influência de análise positiva ou negativa, não encontrará a informação da essência. O pensamento vertical é aquele que capta a informação das esferas superiores e a leva para a personalidade; isso pode ser conseguido por meio de treinamento. O processo de oscilação entre o não Ser negativo e o positivo é efetuado pelo raciocínio. Somente quando a pessoa é capaz de se centrar e interrompe o raciocínio é que entra em contato com a informação. As influências externas sobre o comportamento podem ser positivas ou negativas, mas, em ambos os casos, “eu não sou”.

Como mencionamos anteriormente, se estivermos na companhia de pessoas que têm um comportamento excelente e ótimos relacionamentos, vamos imitá-las e nos comportar como elas, porque estaremos permitindo que a paz delas atue sobre nós; mas, no momento em que nos depararmos com uma pessoa irascível, nos tornaremos irascíveis. O problema é que, se não formos capazes de controlar voluntariamente nossos próprios estados mentais positivos, também não conseguiremos fazer isso com os negativos, e não teremos a possibilidade de torná-los positivos a partir do nosso interior, e não por influência de algo externo.

Os pensamentos verticais não oscilam, são intuitivos, enquanto os horizontais estão associados à análise e, portanto, têm dualidade, estão sujeitos à comparação. Enquanto realizamos uma análise, comparamos elementos ou situações que nos parecem boas ou ruins e buscamos um ponto de conclusão ou síntese; mas, uma vez alcançado esse ponto, não há mais análise, e as conclusões obtidas são as que ficam armazenadas como

sabedoria. Quando voltam a ser utilizadas, não é mais necessário analisá-las de novo; simplesmente já foram compreendidas e, por conseguinte, são usadas sem análise adicional. Assim, pouco a pouco, o ego vai se transformando em sabedoria, até que, finalmente, todos os nossos comportamentos sejam de amor. Durante o processo, existe uma dualidade entre os comportamentos egoicos e os do Ser.

A ação é indispensável; o Universo não responde à inação nem à inércia; diante da inação, não há resultado positivo. Quando conseguimos direcionar, a partir da compreensão, aquilo que ainda nos falta aprender, começamos a ser eficientes como seres humanos, porque, na hora de um conflito ou de nos sentirmos mal com alguém, não buscaremos culpados, mas nos perguntaremos: "O que ainda me falta aprender? O que fiz para chegar a essa situação? Onde perdi energia? Em que momento me equivoquei?". E agradeceremos à vida, às pessoas ou às circunstâncias que nos permitem reconhecer que ainda cometemos erros, porque, graças a isso, podemos compreender o que ainda não sabemos.

No estado do Ser não há dualidade; ele é neutro. Se surge uma dificuldade: "Que oportunidade extraordinária para crescer!"; e se se trata de algo muito gratificante: "Que coisa maravilhosa!". Tudo é sempre extraordinário e maravilhoso nesse estado de ausência de dualidade, que também é chamado de *estado máximo de eficiência mental humana*.

O não Ser se identifica com tudo o que "não é". Por exemplo, uma pessoa tem um comportamento com o qual não concordamos, e nossa reação interior é negativa; tentamos mudar essa pessoa para conseguirmos nos sentir bem. Essa é a reação típica do "não Ser", que se identifica com o que "não é de amor", porque dizemos a nós mesmos: "Essa pessoa tem um comportamento ruim, inadequado, impróprio" ou, pior ainda: "Essa pessoa está me causando dano ou incômodo". Tais afirmações são fruto da ignorância em relação a uma situação que é uma oportunidade maravilhosa para aprender e respeitar; mas, como não somos capazes de enxergá-la dessa maneira, expressamos egoísmo, que é o comportamento típico do "não Ser".

3.1 O egoísmo

A definição de egoísmo que a cultura nos ensinou está totalmente distorcida, não tem nada a ver com a realidade. De acordo com nossa herança cultural, o egoísmo consiste em pensar em si mesmo em vez de pensar nos outros; em contrapartida, recomendam-nos que nossas ações sejam desinteressadas. Isso nada mais é do que ignorância, pois não existe ação desinteressada. Enquanto isso, o verdadeiro egoísmo circula tranquilamente entre nós; é o que fazemos todos os dias, acreditando que se trata de um comportamento virtuoso.

O egoísmo surge quando uma pessoa pretende mudar os outros, principalmente por dois motivos: porque não os aceita como são e porque quer deixar de se sentir mal em relação a eles.

Portanto, a verdadeira definição de egoísmo seria: *atitude demonstrada por uma pessoa que quer mudar os outros ou sacrificá-los para poder se sentir bem sem realizar um trabalho interno*. Fazemos isso diariamente sob a máscara do amor. Por exemplo, quando dizemos ao nosso filho ou à nossa filha: "Não saia, porque me sinto mal se você fizer isso" ou "Cuide da sua saúde, porque se você ficar doente, vou me sentir mal", estamos diante da falsa máscara do amor; ou seja, pensamos e/ou dizemos: "Como eu te amo tanto, não quero que nada aconteça com você nem que você sofra". Na verdade, isso é o cúmulo da falsidade: o que não queremos é sofrer nós mesmos se algo acontecer à outra pessoa, nem perdê-la, porque estamos apegados e dependemos dela, já que não somos livres; e preferimos sacrificar o outro, suas possibilidades e seus comportamentos, para não sofrermos nós mesmos.

"Não consigo viver sem você" é uma expressão perfeita de egoísmo, e a usamos de uma forma tão romântica... Seria diferente dizer: "Adoro viver com você"; essa, sim, é uma expressão de amor. O contrário significa: "Vou te amarrar, vou te limitar, vou te proibir; e se você não estiver aqui, vou sofrer muito". Todos esses argumentos estão repletos de egoísmo e ignorância. E a máscara permanece ali, proclamando: "Como eu sou bom!".

O egoísmo implica não ser capaz de aceitar os outros nem de respeitar suas experiências, mas pretender obrigá-los a mudar para que a própria pessoa possa se sentir em paz. Isso gera resultados desastrosos nas relações humanas e leva ao estado do não Ser e a situações que não são de sabedoria. O estado do Ser, por sua vez, avalia tudo com sabedoria, e respeita e ama.

3.2 Comportamentos do ser humano

Com base em tudo o que foi dito, pode-se concluir que o ser humano manifesta dois tipos de comportamento:

- Aqueles que são do Ser.
- Aqueles que não são do Ser, mas do ego. O comportamento do não Ser, do ego, está cheio de dualidade e de reatividade; gera sofrimento, confusões, conflitos, dramas, conflitos com o exterior, e tenta modificar tudo para se sentir bem. Por outro lado, o comportamento do Ser aceita tudo como perfeito, mas não por resignação;

ou seja, não se trata de "aguentar", mas simplesmente de "aceitar", porque compreendeu que o que acontece é perfeito e tem um propósito de amor muito valioso; portanto, não

tenta mudar nada no exterior e sabe que a única coisa que é necessário modificar está em seu interior, e se chama dualidade da reatividade do ego.

A partir da compreensão do Ser, entendemos que aquilo a que comumente chamamos de problemas nada mais são do que oportunidades perfeitas de aprendizado; que os resultados que obtemos, satisfatórios ou não, também são perfeitos para reconhecer o que os origina. O comportamento do Ser, em suma, é o que nos permite contemplar a perfeição de tudo o que acontece e valorizá-la profundamente.

Este é um exercício que requer dispor de:

1. **Informação** de sabedoria com a qual possamos reprogramar a mente.
2. **Energia** suficiente para lidar com essa informação.
3. **Treinamento** constante para alcançar o sucesso por meio do exercício de dessensibilização, enfrentando o cotidiano com total paz, sem sofrimento e em um estado de profunda compreensão. O comportamento do Ser jamais busca culpados, apenas soluções, e valoriza a experiência como uma oportunidade de aprender. Não devemos esquecer que todos nós temos a Divindade em nosso interior, e que ela se distribui em diferentes proporções. Dispomos de uma pequena quantidade da *essência do Ser* que está ativa em nós, reside no campo mental e pode ser utilizada aqui e agora — embora às vezes não a utilizemos —; em certas ocasiões, ela está desperta, e então se chama compreensão e está consciente em nós. É para ela que nos dirigimos por meio do desenvolvimento espiritual; trata-se de ampliar a compreensão para que ela venha a ter força suficiente para transcender os limites do ego que ainda resistem em nossa mente. À medida que conseguirmos isso, começarão a se manifestar em nós informações e forças muito superiores ao que podemos sequer suspeitar que exista. Ao conseguirmos limpar nosso campo mental de limitações, começará a se expressar por meio de nós o que se acumula em nossa consciência divina, que há milhares de anos vem recolhendo informações; mais ainda, poderá se manifestar em nós a essência do Ser, a centelha divina. É algo tão formidável que nem conseguimos imaginar que exista esse grau de poder em nós; é o poder de dirigir e governar a matéria. Isso significaria não apenas reconstituir totalmente nosso corpo, mas também conferir-lhe qualquer forma ou característica, bem como entrar ou sair dele. O corpo físico se tornaria uma espécie de traje que pode ser tirado e vestido, e trocado por outro sem nenhum problema. A palavra "impossível" desapareceria de nossa mente; não há nada impossível no Universo. A afirmação correta é: "Ainda não consigo fazer isso ou ainda não sei como fazer". À medida que começamos a trabalhar com a essência do Ser, pelo menos com aquela que está ativa na mente, imediatamente começamos a obter resultados. As diferenças entre os seres humanos têm a ver com a personalidade; não há duas personalidades iguais, são simplesmente ignorâncias diferentes. Já a essência do Ser

é a mesma em todas as pessoas, obviamente com maior ou menor quantidade. Por isso a comparamos à água, um elemento presente em tudo, mas nem sempre na mesma proporção; sua maior concentração está nos oceanos, mas tudo contém umidade e, portanto, a mesma essência: água. O mesmo ocorre com a essência do Ser em nós: a compreensão, o amor, não importa em que proporção se encontre em uma pessoa, é igual ao que qualquer outra possui. Evidentemente, se as proporções forem pequenas, serão insuficientes para produzir certos resultados, mas, mesmo assim, são de amor.

3.3 Ferramentas para a expressão do Ser

As ferramentas que podemos empregar para que a essência do Ser se expresse são:

- **Paciência**, ou seja, dar tempo ao tempo. Se plantarmos uma semente, não colheremos amanhã; será preciso esperar que a planta cresça; as coisas não acontecem de maneira instantânea, tudo no Universo faz parte de um processo. A paciência é uma virtude que precisamos cultivar, pois nos permite respeitar os ritmos do Universo com serenidade. Implica abrigar uma paz interior consciente. Não adiantamos nada ficando impacientes
- **Aceitação** para compreender que tudo segue um ritmo perfeito e que qualquer situação é perfeita para descobrir o que ela mesma ensina.
- **Paz interior** para manter o estado do Ser sem reatividade. Para desenvolver a paz absoluta, é necessário estar em um lugar onde ninguém seja pacífico.
- **Profundo respeito** nas relações com os outros. O estado mental do não Ser é a causa de todo sofrimento humano. É possível sair desse estado aproveitando as oportunidades, sem fugir delas.

Diante das situações que chamamos de “problemas”, é preciso estar disposto a usar a própria energia para passar na prova e para que isso não se repita mais.

Bem-vindos os desafios, bem-vindos os treinadores, bem-vindas as dificuldades! Não é preciso procurá-las, mas aproveitemos as que a vida nos oferece e não as desperdicemos.

3.4 O Ser diante do não Ser

O Ser (estado de eficiência mental)	O não Ser (ego, ignorância)
Essência imortal emanada do Absoluto	Manifesta-se por meio da personalidade
Sabedoria	Conflitos, dramas, egoísmo
Contém a informação absoluta	Crenças
Manifesta-se por meio dos estados de intuição, meditação e abstração.	Comportamentos inadequados
Nós não “somos” o Ser, mas o Ser “está” em nós	Dualidade
Pensamentos verticais: é intuitivo, não analisa	Pensamentos horizontais: analisa tudo para chegar a conclusões
Não busca culpados	Busca culpados
É compreensão de amor	Não há harmonia nem amor
Aceita: tem paz interior e profundo respeito (0% de reatividade)	Reage: de forma negativa ou positiva
Felicidade total (0% de sofrimento)	Dependemos do que acontece lá fora para sermos felizes; sofrimento

Quadro 8. O Ser vs. o não Ser

Nosso campo mental é, inicialmente, inocente e, mais tarde, se enche de informações desorganizadas, provenientes da cultura e do ambiente, que conhecemos por diversos nomes: *sistema de crenças ou arquivo de ignorância*; essas informações formam o ego. Deixarão de ser crenças quando formos capazes de verificar a veracidade ou a falsidade das informações que chegaram à nossa mente. Enquanto ainda não as tivermos verificado, continuamos no estado do “eu não sou”, o que significa que nosso comportamento depende do que é externo; portanto, somos totalmente suscetíveis e manipuláveis, e reconhecemos isso em nossos sentimentos. Na verdade, permitimos que as situações externas nos afetem porque não sabemos fazer outra coisa, porque se trata de algo que não compreendemos ou aceitamos, ou ainda porque algo nos parece adequado de acordo com nossas crenças.

Para chegar ao estado de “eu sou”, é necessário encontrar a verdade, o amor, um campo interno absolutamente invulnerável, que não pode ser manipulado nem ofendido, e que não contém crenças, mas sabedoria, verdades reconhecidas e verificadas.

À medida que cada um de nós coloca em prática o exercício de desembaraçar suas crenças, sair da ignorância e limpar o ego, e vai transformando tudo isso em sabedoria, a informação mental vai se modificando e se transformando em uma nova informação, chamada *compreensão*. Ela faz parte da essência do “eu sou” e é o resultado da experiência direta com as situações cotidianas, nas quais vamos descobrindo o que funciona — aquilo que está construído sobre a verdade — e o que não funciona — o que tentamos fazer a partir da falsidade das crenças.

No estado do “eu sou”, podemos controlar o que acontece dentro de nós, nossa forma de pensar, de agir, de nos comportar, de nos comunicar e de nos relacionar, porque isso depende de nós mesmos; mas não podemos controlar os outros nem o que acontece ao nosso redor.

Conclusões

- Para acelerar o desenvolvimento da consciência, é necessário ampliar o campo de compreensão, bem como acumular menos crenças e mais sabedoria.
- Quando se compreende algo, ocorre uma mudança quântica.
- Quanto mais depressa se evolui, mais cedo se transcende o sofrimento.
- Cada um é seu próprio Mestre; é inútil seguir qualquer Mestre; o que se pode seguir é o seu ensinamento.
- A evolução da consciência conduz à imortalidade.
- A evolução é o acúmulo sucessivo de informações da verdade no arquivo da consciência.
- Nossos corpos envelhecem devido à perda de energia que experimentam. A velhice é um estado energético, não uma medida cronológica do tempo.
- O aprendizado só se transforma em compreensão por meio da prática constante e da verificação dos resultados.
- Aprender é sinônimo de alcançar o amor e a felicidade.
- A vida é um caminho, e as mudanças acontecem nos caminhantes, não no caminho.
- O que acontece no Universo não é bom nem ruim, é apenas necessário.
- As experiências de vida de cada pessoa correspondem exatamente ao nível de informação da verdade acumulada em sua consciência.

- Nossas consciências humanas são eternas e nunca retrocedem; estão sempre acumulando informações de sabedoria. É nisso que consiste a evolução.
- Tudo o que acontece é perfeito para um propósito específico, e cada um de nós é exatamente o que é; e o que é, é perfeito. Portanto, não devemos nos comparar com ninguém, apenas desfrutar do que somos e melhorar.
- A sabedoria une ciência e filosofia para encontrar o equilíbrio.
- O propósito do desenvolvimento espiritual é aprender a Ser; ou seja, fazer com que os próprios pensamentos, sentimentos e comportamentos não dependam em nada do que acontece ao redor, mas sim do que a própria pessoa decide fazer com eles.
- Quem vive, respira; quem lê, aprende; quem age, compreende; quem pratica, sabe. *Não é preciso acreditar em nada*, não é preciso dar nada por certo nem por feito; *é preciso praticar* e verificar na própria vida se essa informação funciona e produz resultados satisfatórios. A ação é indispensável, porque o Universo não responde à inação nem à inércia; diante da inação, não há nenhum resultado positivo. Com essa informação, temos *três alternativas de ação*:

1. Guardá-la em nossa biblioteca.
2. Levá-la conosco e ensiná-la a todo mundo.
3. Fazer da informação parte de nós mesmos, de modo que se transforme em nossa maneira de agir. Somente nesse último caso obteremos resultados satisfatórios.

Exercícios de treinamento

Exercício de jejum mental

Esta proposta é um verdadeiro desafio. Durante 40 dias, renuncie a qualquer forma de conflito, crítica ou protesto, a qualquer pensamento que perturbe sua paz interior, e pense sempre com amor. Se, depois desses 40 dias, o resultado for muito poderoso, continue pelos próximos 40, e assim por diante.

Reprogramação mental para encurtar o tempo de evolução

As crenças nos tornam ineficientes, enquanto a sabedoria nos torna eficientes. Repita mentalmente as seguintes frases:

“Eu me declaro em total estado de paz e deixarei de enfrentar a vida para começar a desfrutá-la.”

“Minha felicidade depende unicamente de mim; renuncio totalmente a sofrer com o que acontece ao meu redor.”

“Nenhuma situação externa pode afetar minha felicidade, minha paz e meu amor.”
“Renuncio definitivamente a modificar qualquer coisa externa a mim.”

Exercício para a máxima eficiência

Para alcançar o equilíbrio e a máxima eficiência, aplique o *princípio de ação–recuperação*. Todos os dias precisamos recuperar a energia investida, e fazemos isso dormindo o suficiente, por meio da meditação ou de técnicas de pensamento dirigido, tudo isso nas proporções adequadas. Quando dispomos de energia suficiente, o que chamamos de problemas se transforma em oportunidades e desafios para a evolução da consciência; são os nossos treinamentos. O que você não souber fazer, proponha-se a aprender; e o que não souber manejar, proponha-se a treinar. É nisso que consiste o exercício do desenvolvimento espiritual.

Exercício para desenvolver a intuição

Uma análise é, basicamente, a comparação de ideias geralmente opostas, mas o processo de análise precisa concluir, isto é, chegar à conclusão e à síntese, que é o ponto neutro da análise. Em outras palavras, os opostos são complementares de uma experiência necessária para descobrir uma verdade que os concilie, ou seja, o ponto neutro.

Depois de ter analisado o suficiente na busca de uma resposta, pare de pensar para que a informação possa chegar por “revelação”; é o que se chama de *intuição*. Você pode ir praticando isso em cada ocasião em que tiver que tomar uma decisão.

Exercício do Ser

Dirija suas emoções e sentimentos por meio de seus pensamentos. Observe seus pensamentos para impedir que o exterior exerça influência sobre o que acontece em seu interior; em vez disso, procure fazer com que seu interior exerça uma influência poderosa, satisfatória e benéfica sobre o mundo externo. Assim, você consegue se libertar da dualidade e do conflito e começa a ser você mesmo.