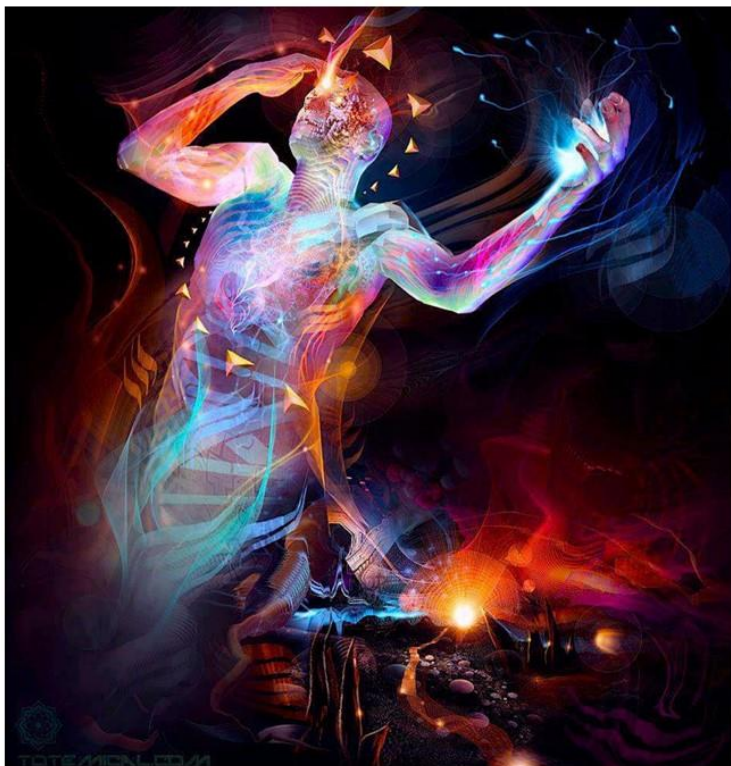


**Estudo dos ensinamentos dos mestres**

**Krishna**



# Senhor da mente

**Livro 1**



*Este livro contém textos transcritos de palestra espiritual realizadas por incorporação pelo amigo espiritual JOAQUIM DE ARUANDA.*

*Texto organizado por FIRMINO JOSÉ LEITE, MÁRCIA LIZ CONTIERI LEITE*

*ESPIRITUALISMO ECUMÊNICO UNIVERSAL*

*R. Pedro Pompermayer, 13 – Rio das Pedras – SP*

*(19) 3493-6604*

*WWW.meeu.com.br*

*Janeiro – 2015*



*“Assim, quando o corpo mortal se vestir com o que é imortal e quando o que morre se vestir com o que não pode morrer, então acontecerá o que as Escrituras Sagradas dizem: a morte está destruída; a vitória é total” (Paulo – Carta aos Coríntios 1 – Capítulo 15 – versículo 54).*



## ***Índice***

Introdução	9
<b>Capítulo I - O homem lúcido e o decaído.....</b>	<b>11</b>
Introdução ao capítulo	11
Versículo 04 e 05	12
Versículo 06	13
Equanimidade	13
Frio	15
Paixão pelos filhos	17
Dupla personalidade	19
Dor física	19
Versículo 7	20
Versículo 8	22
Multiplicidade das coisas	22
O culto ao diabo	23
Versículo 9	26
Contaminação dos sentidos	26
É preciso ter coragem para ser senhor da mente	27
Versículo 10	30
Auto realizando-se em Mim	31
Deus dá	33
Realizar-se por causa do lado espiritual	34
Apaziguar a mente	36

Todos são emanações de Deus	37
O trabalho da auto realização	39
Versículo 11	40
Libertar-se da escravidão do ego	40
Entrar em comunhão com Deus	41
Versículo 12	43
Amizade	43



## ***Introdução***

Hoje vamos começar o estudo do Bhagavata Puranas.

Bhagavata Puranas é um dos livros védicos ou livros sagrados da religião hinduísta. Ele é muito parecido com o Gita, que já estudamos: uma conversa do Sublime Senhor com alguém. Só que aqui o diálogo de Krishna é com uma outra pessoa, um discípulo diferente.

Além disso, o objetivo agora é diferente. No Gita, Krishna ensina a yoga, a ligação do material com o espiritual. Yoga não é um ballet ou uma ginástica: é uma série de ensinamentos para se percorrer o caminho entre a terra e o céu. Um desses caminhos é o controle da mente, é ser senhor da sua mente.

Portanto, o Bhagavata Puranas é, vamos dizer assim, o livro sobre um dos elementos necessários para se caminhar da terra para o céu. Esse é o primeiro detalhe que queria falar no início desse estudo.

Segundo. Depois do estudo do carma, onde usamos os ensinamentos de Krishna na sua mais alta amplitude, que é o chamado monismo, alguns detalhes desse trabalho vão parecer que vai contra o que já falamos. Isso não é real.

Quero lembrar que ao final desse trabalho teremos visto os ensinamentos de Krishna de como dominar a mente, o ego. Só que o

que será aprendido ainda é um domínio racional. Portanto, inclusive o que vai surgir desse trabalho terá um dia que ser dominado para alcançarmos o que falamos nas palestras do carma (monismo).

Então, vamos começar o estudo de um caminho para a evolução espiritual, mas não uma realização. O que veremos é um caminho para se universalizar ou ter um ego mais universalizado. Agora, se apegando a esse caminho como realização não vai fazer nada, pois o caminhar resultante desse trabalho ainda será racional, algo que precisará depois também ser reavaliado.

Espero que tenha ficado bem claro: vamos estudar o livro védico que fala do controle da mente como um caminho para universalizar mais o ego. Posteriormente o caminho que surgir do estudo também precisará ser alvo do mesmo trabalho.

*Participante: fale sobre os Upanishads.*

Os livros védicos são como a Bíblia ou O Livro dos Espíritos. Os Upanishads são os comentários a esses livros. O comentário de um espírita a O Livro dos Espíritos, se fosse na religião hindu, seria um Upanishad.

Os livros védicos seriam os escritos sagrados, os Upanishads os comentários a eles. É mais ou menos isso ...

# **Capítulo I - O homem lúcido e o decaído**

## ***Introdução ao capítulo***

Nesse primeiro capítulo vamos começar falando do homem lúcido e do homem decaído. Quem é o homem lúcido? Um espírito que convive com o ego tendo a consciência de que não é um ser humano.

Esse é o homem lúcido: um espírito ligado a um ego onde existe racionalmente, não na prática, a consciência de que não é um ser humano e que não existe o mundo material. Ele é lúcido pois possui uma lucidez espiritual, não uma material.

Ele sabe, o ego contém informações, mesmo racionais, que afirmam: *'eu não sou um ser humano'*. Esse é o homem lúcido. Já o decaído é um espírito que está ligado a um ego que possui valores que garantem que é um ser humano e que só depois da morte vai virar espírito.

Como disse antes, vamos estudar um caminho racional para atingir o controle do ego. Esse depois terá que ser novamente caminhado agindo contra o que irá surgir do caminhar de agora.

Por enquanto o que vamos fazer é colocar no ego de cada um as informações para racionalmente alcançar a lucidez espiritual, ou seja, ter um ego que possui a consciência de que você é um espírito e que não existe o ser humano nem o mundo material. Depois falaremos em como libertar do que vai surgir agora.

## ***Versículo 04 e 05***

***E Krishna, o bendito senhor disse: Oh Uddhava, oh alma nobre, quando eu abandonar este mundo ele ficará privado de seu bem-estar e, logo a seguir, passará a ser dominado pelo espírito do mal, a Deusa Kali, a destruidora e sustentadora da idade das trevas***

O texto é mitológico. Por isso não vou comentar. Não tem nada a ver com trabalho do senhor da mente.

***E tu também Uddhava, tão logo abandones este mundo, não permaneças por aqui, porque os homens se entregarão ao mal na idade de Kali, idade do ferro ou das trevas, a qual, segundo a tradição hindu, se prolonga até a época contemporânea.***

Também não vou comentar, não tem nada a ver com o controle da mente. Trata-se apenas uma incitação de Krishna para que o ser humanizado faça logo a sua reforma íntima para sair do ciclo de encarnações.

## ***Versículo 06***

### **Equanimidade**

***Superando o carinho que tens pelos parentes a amigos e renunciando a tudo, anda pelo mundo com um perceber equânime e fixa a tua mente completamente em Mim.***

Aqui começa a ideia sobre o controle da mente.

Segundo Krishna, para controlar-se o ser humanizado precisa superar o carinho que tem pelos parentes e familiares e por todas as coisas. É exatamente o que estudamos quando falamos do carma e que chamamos de paixão.

Segundo o Sublime Senhor é necessário superar as paixões que o ego cria por determinados elementos fictícios: filhos, pais, parentes, amigos ou qualquer objeto desse mundo. Esse é o trabalho que o senhor da mente precisa exercer.

Aquele que busca a elevação espiritual precisa trabalhar junto ao seu ego de tal forma que a paixão, seja pelo que for, não domine a razão ou o emocional do ego. Como se faz isso? Krishna ensina: caminha com o perceber equânime. Equanimidade é a ausência de paixões.

Então, o senhor da mente é aquele que age junto as emoções e razões criadas pelo ego sem alteração de emoção. Vou explicar isso.

Muita gente acha que é preciso deixar de ver um filho no filho para poder viver feliz, mas isso é impossível. O ego está programado para chamar aquele outro ser como filho. Por isso vai sempre tratá-lo desse jeito. Por isso não há como o senhor da mente acabar em si com a ideia do filho.

Se não pode acabar com essa ideia, o senhor da mente pode libertar-se da paixão pelo filho. Acabar com a posse sentimental: ‘é meu filho’. Para isso é preciso agir quando o ego incitar uma emoção apaixonada com relação a aquela figura. É preciso reagir e dizer: *‘não ego, não posso ter essa paixão por esse elemento. Essa paixão é uma posse e eu não posso possuir nada. Se tiver essa posse a minha felicidade incondicional estará comprometida’*.

Esse é o trabalho do senhor da mente: a cada vez que o ego lança a paixão sentimental ele busca libertar-se dessa emoção. Para isso coloca no lugar dela a equanimidade. Só depois dessa libertação poderá posteriormente agir contra a razão, ou seja, acabar com o rótulo de filho àquela imagem criada pelo ego.

Portanto, esse é o primeiro passo nosso. É o primeiro porque a questão da paixão pelos parentes muito importante. Aliás, é tão importante que vamos falar dela praticamente o livro inteiro. Além de importante, é uma das coisas mais difíceis de ser feita.

*Participante: a gente confunde muito essa história de ser equânime ou possuir a paixão.*

Não é você que confunde: quem confunde é o ego. Ele se confunde para lhe confundir.

Segundo detalhe: você sabe o que é paixão. Vou tentar mostrar.

Paixão é quando gosta ou não de alguma coisa. Equanimidade é quando não gosta nem desgosta. Não há uma emoção especial por aquela pessoa ou coisa.

É disso que estou falando: libertar-se da emoção com relação aos parentes é não ter uma especial por ele. A liberdade existirá

quando você tiver a mesma emoção pelo seu filho que tem por um mendigo da rua ou por alguém que considera errado. Nesse momento tornou-se senhor da sua mente.

É isso que o ser humanizado precisa alcançar. Só que para alcançar isso precisa não vibrar dentro da mesma paixão que o ego cria a respeito dos seus parentes: *‘ah, minha mãe... Não, eu não tenho que sentir nada especial por aquela mulher. Ah, mas ela me pôs no mundo... Não, quem me pôs no mundo foi o médico’*. Esse é um exemplo de conversa que pode ter consigo mesmo para se libertar de vibrar dentro daquela emoção.

É isso que Krishna diz que é necessário ser feito. Aliás foi também o que Cristo fez quando a mãe e os irmãos e irmãs foram visitá-lo. Ele não parou de falar com os outros para atender a mãe querida. Ele disse: *‘minha mãe e meus irmãos são meus irmãos em Deus’*. Esse é um exemplo de como acabar com a paixão pela figura da mãe; isso é ser equânime.

*Participante: estou adorando esses ensinamentos. A família nos enche de obrigações.*

Não, a família não enche de nada. É o seu ego que enche você de obrigações familiares.

Por isso afirmo: essas obrigações continuarão existindo mesmo com o controle da mente. Só que não serão mais obrigações, coisas obrigatórias, por que a obrigação nasce da paixão pela família. Na hora que conseguir ser equânime com a família, não terá obrigações específicas com a família, apesar do ego continuar jogando razões que diz que é obrigado a fazer aquilo.

## Frio

***Superando o carinho que tens pelos parentes a amigos e renunciando a tudo, anda pelo mundo com***

***um perceber equânime e fixa a tua mente completamente em Mim.***

*Participante: quando agimos assim os outros interpretam como se fossemos frios e insensíveis e não compreendem nada.*

*Participante: concordo contigo.*

Mas, eles estão certos: o equânime para esse mundo é frio. Não calculista, mas frio, já que não tem a paixão humana.

A paixão humana é quente, mas a equanimidade, ou paixão espiritual, é fria. Apesar disso, acho preferível sentir a equanimidade, não?

Digo isso porque, segundo a analogia humana, o inferno é quente. Se isso é verdade, o céu é frio. É melhor estar no céu ou no inferno?

Só mais um detalhe: se vai esperar aprovação dos outros para fazer alguma coisa, saiba que não vai realizar nada. Uma coisa que o senhor da mente tem que saber é que o mundo não está aí para ajudá-lo a controlar-se. Pelo contrário: os outros egos estão aqui para incitar você a se humanizar cada vez mais.

Porque isso? Porque nenhum ego quer que você faça a reforma íntima. Nenhum ego é criado por Deus com razões, emoções ou percepções para facilitar a vida dos outros. Esse mundo é de prova e não estância de férias.

*Participante: será que existe um ácido para jogar nas paixões?*

*Participante: o amor.*

Precisa mais que amor. É necessário determinação. Só amar não adianta. Se não houver determinação nada se realiza.

Só uma determinação profunda na busca da felicidade na vida com as coisas da vida é que pode gerar uma encruzilhada onde você terá a oportunidade de decidir por percorrer um caminho. Além disso, ela também é necessária para ao se escolher um caminho, abrir mão do outro.



Por exemplo moço, não dá para ser equânime com a família e achar-se o esteio dela.

*Participante: se tudo é amor de Deus, com o que você tem que reagir?*

Tudo é amor de Deus, mas você não conhece esse amor. Conhece apenas as paixões positivas ou negativas: gosto ou não gosto. O amor de Deus está no caminho do meio indicado por Buda.

O amor de Deus está no meio entre as paixões humanas, positivas e negativas. Esse caminho é exatamente a equanimidade citada aqui por Krishna, ou seja, quando nem a paixão positiva nem a negativa se superam.

Quando uma anula a outra, você chegou a equanimidade.

*Participante: isso quer dizer que enquanto seres humanizados não podemos saber o que é o amor verdadeiro?*

Perfeito.

Além do mais, tudo que você diz saber, na realidade não sabe. É o ego que cria a informação e diz que você sabe daquilo. Como a mente humana não tem como dizer o que é o amor verdadeiro, nem através dela conseguirá saber o que é. Por isso, afirmo que enquanto ligado ao ego não pode conhecer.

## **Paixão pelos filhos**

***Superando o carinho que tens pelos parentes e amigos e renunciando a tudo, anda pelo mundo com um perceber equânime e fixa a tua mente completamente em Mim.***

*Participante: tem um exemplo de apego no livro “Céu e inferno”. É o caso da senhora Ana B. Ela era uma pessoa muito boa, não se preocupava com o futuro, vivia o presente fazendo caridade sem esperar nada em troca. Ficou doente e no momento da morte fez um esforço para se manter viva, pois seus filhos precisavam dela. Com isso, alterou seu plano encarnatório e ficou mais três meses viva. Conseguiu isso por apego aos filhos.*

Não contesto que haja essa história nesse livro, mas há alguns aspectos que precisamos considerar.

Sobre a questão do apego familiar ser algo valoroso, daqui a pouco vamos ver uma história bem interessante nesse livro. Ela fala de um casal de pássaros que se juntaram e constituíram uma família. Espere um pouco, por favor.

Outro detalhe. Há uma pergunta em O Livro dos Espíritos que diz assim: *‘como os mortos encaram o sofrimento dos seus parentes que ficaram?’* O Espírito da Verdade responde: *‘de acordo com seu grau de evolução. Os mais evoluídos se preocupam com as oportunidades perdidas pelos encarnados e os menos evoluídos se preocupam com a dor deles’.*

O exemplo que está dando é posse. Possuir alguma coisa é achar que é seu, que pode controlar o outro. A possessão é combatida por todos os mestres.

Por esse aspecto (paixão pelos filhos) vocês podem ver que o trabalho do senhor da mente é árduo. É um trabalho constante e polêmico.

Ele é polêmico porque quando falamos da não paixão pelos filhos, apesar de Cristo também ter exercido essa não paixão, as pessoas pensam que somos contra Deus, contra o amor. Isso é irreal. Na verdade, o verdadeiro amor é liberto de paixões.

O trabalho do senhor da mente começa aqui. Começa no controle da emoção mais profunda, que é a que têm pelos seus parentes, amigos, objetos ou qualquer outra coisa que gostem. Aqui começa o trabalho do senhor da mente porque abandonar a posse do inimigo é fácil, quero ver é abandonar a posse do amigo.

## Dupla personalidade

***Superando o carinho que tens pelos parentes a amigos e renunciando a tudo, anda pelo mundo com um perceber equânime e fixa a tua mente completamente em Mim.***

*Participante: a história de Marques de Sant'Paul também é interessante, pois no final de sua vida ele chamava o seu corpo na terceira pessoa. Fica clara a influência do ego como algo externo ao espírito.*

Essa questão de se chamar na terceira pessoa foi o que disse no trabalho do ego: para conseguir realizar o trabalho de senhor da mente é necessário que assumir uma dupla personalidade. 'Eu sou eu, o meu ego é outra identidade'.

É isso que precisa ser feito antes de qualquer coisa para se alcançar o controle da mente: *'a mente é uma personalidade; eu sou outra. Eu não sou a mente e ela não sou eu. Eu tenho que controlá-la e não deixa-la me controlar'*.

Quando você consegue ter consciência da existência da dupla personalidade, ou seja, lidar com o seu personagem carnal na terceira pessoa, está a um passo de realizar o controle da mente. Como já falaram, não há um ácido para acabar com o ego. Ele só desaparecerá quando for tratado como uma personalidade a parte. Enquanto o ser achar que é o ego e que a razão a emoção e a percepção estão sendo criados por si, nada será feito.

## Dor física

***Superando o carinho que tens pelos parentes a amigos e renunciando a tudo, anda pelo mundo com um perceber equânime e fixa a tua mente completamente em Mim.***

*Participante: mas, quando a gente está sentindo dor física isso fica quase impossível.*

Um detalhe. Para ir do local onde estou até a esquina ou para ir até o fim do Brasil, o que é preciso fazer? Dar o primeiro passo.

Então veja, deixando-se dominar pelo seu ego, que dirá agora que depois de dez horas de caminhada vai estar cansada e que por isso é melhor não começar a caminhar, você não vai sair do lugar. Sentará nesse momento no chão e ficará lamentando que não consegue andar.

Dê o primeiro passo, ou seja, tente controlar o que conseguir controlar. Não se preocupe nem se perturbe com o que ainda não consegue. Pode ser que mais tarde consiga. Mais um detalhe: dê o primeiro passo, mas depois que der, não esqueça do segundo. Caminhe sempre.

Realmente muitas coisas são difíceis de serem superadas. Mas, acho que a dor física não é a mais difícil; considero a paixão pelos familiares muito mais difícil que a dor.

## ***Versículo 7***

***Tudo o que acreditas conhecer, através dos ouvidos, dos olhos, da consciência egotista e discursiva, da palavra e tudo mais, dá-te conta que é uma ficção do pensamento. Simples fantasmagorias, destinadas portanto a perecer.***

Sem essa consciência, jamais você será um senhor da mente.

Sem a consciência de que a razão, a emoção e as percepções que surgem, que vêm à consciência, é obra do ego, portanto são fantasias fantasmagóricas que estão destinadas a perecer, nada pode ser feito. Não adiante querer ser senhor da mente sem entender que ela não existe na realidade e que por isso não pode ser mudada.

Falaram aqui que as pessoas dirão daquele que controla a sua mente, que vive com equanimidade, é frio. Isso é falso. Na realidade, ninguém diz nada: é o ego de quem está 'ouvindo' que cria esse ideia. Portanto, aquele que levar em consideração a ideia de que pessoas irão falar isso ou aquilo, nada vai realizar.

Tudo o que alguém ouve não é dito por ninguém. São criações do ego de quem 'ouviu'. É a mente humana que a cria a fantasia: as pessoas que falam, as percepções que são percebidas, a razão que fala do que foi ouvido e a emoção que deve ser sentida.

Então, o senhor da mente age sempre que ela funciona dizendo a si mesmo: *'isso é uma fantasia fantasmagórica e não uma realidade. Não sou eu que estou pensando, sentindo isso ou percebendo isso; é a minha segunda pessoa. Ele está percebendo, ele está sentindo, ele está pensando: não eu'*.

É esse o trabalho do senhor da mente: lidar com a consciência que surge sabendo que aquilo não é verdade e nem é ele que está percebendo, pensando ou sentindo. Aí está o trabalho do senhor da mente, aí está o controle do ego. Controlar a mente é raciocinar com a consciência da existência de uma outra personalidade que faz tudo nessa vida e que não é você. É não atribuir a si mesmo nenhuma percepção, emoção ou razão.

Sei que isso é um raciocínio, mas como disse antes, isso é caminho. Mais tarde esse raciocínio que separa as coisas precisa acabar, mas por enquanto é necessário como caminhar.

## **Versículo 8**

***O homem que não vigia seus pensamentos cai no erro de acreditar na multiplicidade das coisas, a crença na pluralidade conduz as egotísticas impressões de mérito e demérito. As diferenças que parecem existir nas ações, ou nas não ações, ou indolência neste caso e nas ações ruins só dizem respeito ao homem que pensa no mérito e no demérito.***

Vamos estudar isto em partes.

### **Multiplicidade das coisas**

***O homem que não vigia seus pensamentos cai no erro de acreditar na multiplicidade das coisas.***

Toda razão, emoção e percepção criada pelo ego é tida no planeta Terra como dualista, mas na verdade não é dual: é múltipla. Repare: não existe só o bom e o mal; existe o bom, o pouquinho bom o mais bom, o ótimo, o quase bom. Ou seja, são múltiplas emoções e razões que o ego cria.

O ego só consegue trabalhar com a existência de múltiplos tipos de alguma coisa. Ele jamais conseguirá entender a unidade, o único, pois não é previsto para ter essa noção. Para tudo existe em multiplicidade de tipos e formas, apesar de no universo existir apenas unidades, coisas únicas.

Partindo dessa consciência, podemos entender esse trecho. Krishna aqui ensina que o senhor da mente controla seus pensamentos para não se deixar levar pela multiplicidade. Controla seus pensamentos no sentido de não crer que as multiplicidades criadas por ele ganhem a força de real ou verdadeiro.

Agora, repare: o Bendito Senhor não ensina que o senhor da mente precisa criar uma razão única ou em unicidade. Não ensina porque essa razão jamais acontecerá. Por isso o trabalho não é chegar a ideia única sobre algumas coisa, mas não acreditar na multiplicidade de aspectos que os pensamentos e emoções conferem às coisas.

Eu venho insistindo nesse ponto porque é importante para nosso estudo: o senhor da mente não muda a mente, mas a domina. Por isso o termo 'senhor da mente.

Mudar a mente se faz em qualquer escola humana. Basta colocar novos valores que se sobreponham a velhos e a mente estará mudada. Fazer isso, não precisa de nenhum esforço. Agora controla-la a ponto de ser livre para não acreditar no que ela cria nela é difícil. Por isso precisa se ser senhor dela.

Esse é o primeiro detalhe desse versículo: o senhor da mente precisa saber que o ego trabalha com realidades múltiplas, enquanto que o universo é uno e único. A partir dessa consciência trabalhar para dominar a multiplicidade que o ego cria para as coisas.

Vamos ver a segunda parte do versículo.

## **O culto ao diabo**

***As diferenças que perecem existir nas ações, nas não ações, ou indolência neste caso, e nas ações ruins, só dizem respeito ao homem que pensa no mérito e no demérito.***

Ação ou indolência, ação boa ou ruim ... O que são essas coisas? Multiplicidades criadas pelo ego. Ou seja, estamos continuando no mesmo assunto. Só que agora o Bendito Senhor ensina que só acredita na multiplicidade das coisas aqueles que creem no mérito e no demérito. Esse é o ensinamento desse texto. Agora vamos conversar.

Se a multiplicidade das coisas é apenas uma fantasia fantasmagórica, quer dizer que não existe certo ou errado, bom ou mau, bonito ou feio. Será que isso está certo? Para conferirmos a informação precisamos nos lembrar de outro ensinamento de Krishna transmitido no Bhagavad Gita, e que também foi ensinado por Cristo: o universo é emanação de Deus.

A emanação existe quando o próprio Deus gera as coisas. Como Ele é Perfeito, não podemos admitir que gera coisas boas e outras más. Como é Único, não pode gerar multiplicidades. Se gerasse, seria duplo ou pelo menos instável, inconstante. Só que como já vimos em O Livro dos Espíritos, Deus imutável.

Portanto, se tudo o que vem de Deus é uno e único, não podemos conceber a existência de elementos que concedam mérito ou demérito às coisas. Mas, apesar disso, o ego, como é formado na pluralidade, possui essas crenças, trabalha com esses valores. Ou seja, algo emana de Deus como único e sem classificação, mas o ego classifica como bem ou mal, certo e errado, bonito ou feio.

O homem decaído, ou o espírito que não detém o controle sobre o ego humano, acredita nessas criações. Acredita que existem coisas boas a serem feitas e que existem coisas más que podem ser feitas. Acredita que alguma coisa ou lugar pode ser belo e outro feio. Que algo pode estar limpo ou sujo, arrumado ou desarrumado. Já o homem lúcido, ou aquele que é senhor da mente, não acredita nessas consciências.

Volto a repetir algo que vou falar praticamente todas as vezes: o ego do homem lúcido ainda trabalha com a sensação de mérito ou demérito para a percepção ou emoção que cria. A diferença é que por estar lúcido, o ser não acredita nisso. Ele sabe que é criação do personagem humano, da outra personalidade que não é ele. A



personalidade do homem lúcido pode ter os critérios de mérito e demérito, mas o ser que aprender a conviver de forma universal e espiritual com sua personalidade transitória, não se deixa levar por essa razão.

Lembram que falei quando do trabalho do carma o quanto é importante mantermos acessa a chama da discussão do trabalho contra o ego? Esse é o aspecto mais importante da vida de um espiritualista. Sabe porquê? Porque você nasceu para isso. Não há um nascimento, uma encarnação onde não haja a necessidade de controlar a razão do personagem humano para assim permanecer puro, simples. Para que isso aconteça, no entanto, é preciso que haja um tentador, um diabo. A razão da personalidade humana é o tentador do espírito.

Sabe quem é o ser humano que você imagina ser? Aquele que tanto defende? O diabo que tenta o espírito. É aquele que na parábola do Evangelho de Mateus depois que Cristo está 40 dias e 40 noites no deserto vai tenta-lo.

Qual o seu nome?

*Participante: José ...*

Não, o José é o diabo da sua existência. Sempre que defende ou elogia a personalidade humana que a qual está ligado, cultua o diabo. Quando embeleza, defende, atende os caprichos e quer que o José ganhe alguma coisa, está cultuando o diabo.

Essa é uma consciência que o senhor da mente tem. Por isso, não se preocupa em embelezar, defender, elogiar, atender as posses, paixões e desejos da personalidade humana que está ligado. Quando a mente cobra fazer essas coisas, diz: sai daqui satanás.

Acho que, como vocês dizem, peguei pesado agora, não é? As mulheres, que vivem o prazer de escolher uma roupa para comprar, devem estar se sentindo mal com o culto a satanás, não é mesmo? Mas, lembrem-se: é tudo fantasia fantasmagórica. Deixe a personalidade humana fazer as compras dela e não envolva você nisso.

## **Versículo 9**

### **Contaminação dos sentidos**

***Portanto, controlando teus pensamentos, os sentidos que eles contaminam, observa a este universo como se se estendesse em teu próprio íntimo e encara o teu ser como descansando em Mim, o senhor supremo da Yoga e da Mente.***

No início do texto há algo que precisamos nos atentar: controlando teus pensamentos e os sentidos que eles contaminam.

O pensamento contamina o sentido ou percepção. Já pensaram nisso? Vou dar um exemplo para compreenderem o que o Sublime Senhor está ensinando. Uma mão se locomove de um determinado lugar até o seu rosto. Isso é o que é percebido pela visão. O pensamento contamina a ação percebida utilizando um critério de mérito ou demérito: *‘você foi agredido. Por isso afirmo que aquela pessoa é um agressor, alguém que não presta. Ela merece receber o troco’.*

É essa contaminação, ou criação de uma realidade egoísta, que a mente da personalidade humana, o ego, faz para lhe testar. O senhor da mente compreende que aquela razão não é verdade. Sabe que trata-se da contaminação que está sendo dada a uma percepção. Sabe que é uma poluição que o ego está criando para uma determinada percepção que ela, a mente de personalidade humana, mesmo criou. Interessante, não é?

Sim, você se preocupa em não jogar papel no chão, em não derrubar florestas, com a limpeza do rio, mas não se preocupa com a poluição que o seu ego dá ao mundo perceptivo. Na verdade, não está nem aí. Aceita como real tudo que o ego cria, vive na lama que

ele produz, na podridão que a mente humana cria se nem vê o quanto está se sujando. Apesar do ensinamento de Cristo que afirma que não se deve julgar os outros, aceita razão que afirma que as pessoas desse mundo não prestam, que muitos estão errados. Grande ser humano é você: polui o mundo com o seu desamor enquanto critica alguém que jogou o lixo na rua.

É essa consciência que o senhor da mente precisa ter. É essa consciência que pode servir como ácido para corroer a razão humana. Na hora que você se conscientizar que o seu processo racional é o diabo, que ele polui a sua vida, vai acordar para a necessidade de fazer alguma coisa contra ele. Nesse momento, estará apto para controlar a mente. Mas, enquanto achar muito bonita as poesias criadas na mente, enquanto achar que existe a multiplicidade e que é mérito criticar alguns, vai continuar dominado pelo ego.

## **É preciso ter coragem para ser senhor da mente**

***Portanto, controlando teus pensamentos, os sentidos que eles contaminam, observa a este universo como se se estendesse em teu próprio íntimo e encara o teu ser como descansando em Mim, o senhor supremo da Yoga e da Mente.***

Apenas o senhor da mente pode conseguir se libertar das tentações do diabo. Qualquer outro trabalho não ajuda o ser a fazer isso. Lembro que estava numa conversa onde disse que o espírito elevado é aquele que não reage quando toma um tapa na cara. Lembro de um moço, que era palestrante em um centro espírita, que se revoltou nesse momento: *‘isso está errado. Vamos ficar no prejuízo, apanhar e não reagir?’*

Reagi respondendo: *'mas, amigo, o próprio Cristo ensinou que devemos oferecer a outra face'*. Ele, então, apesar de todo conhecimento e pretensa fé, sucumbiu: *'eu sei, mas é preciso ter coragem para fazer isso. Eu não tenho'*.

Sim, para ser senhor da mente, antes de mais nada, é preciso ter coragem de não ser um humano. É preciso ter coragem de enfrentar a humanidade; não a dos outros, mas a sua mesmo. É preciso ter coragem de enfrentar os desejos, as paixões e as posses que estão presentes nas razões criadas pelo ego.

Lembro que Cristo ensinou: *'ai de vocês professores da lei, fariseus e hipócritas, que limpam o exterior, mas não têm coragem de limpar o interior'*. Ser senhor da mente é limpar o seu interior. Mas, isso não é para qualquer um. Usando as palavras de vocês, é preciso ser muito macho, ter muita coragem para fazer. Só que continuando esse ensinamento de Cristo digo que são aqueles que possuem coragem de se libertar da multiplicidade das coisas que está presa nos critérios de mérito e demérito que herdarão o reino do céu, gozarão a felicidade que Deus tem prometido a cada um.

Sabe porque um ser lúcido oferece a outra face? Porque sabe que não é a face, sabe que ela não é dele. Sabe que a face é apenas uma emanção de Deus e não ele mesmo.

A partir disso posso dizer que a coragem que coloquei como necessária para se tornar um homem lúcido é a fé, a entrega com confiança em Deus. Usando outro ensinamento de Krishna posso dizer que para ter coragem é preciso repousar em Deus, sem querer escolher qual a melhor posição para estar nesse repouso.

É isso que vocês não têm coragem de fazer: repousar em Deus. Querem estar sempre atentos, querem estar sempre no controle das coisas. Por isso se ligam aos pensamentos, as emoções e as percepções criadas pelo ego. Imaginam que assim vão poder agir para se proteger conseguindo evitar o mal para si.

Sim, para ser um homem lúcido é preciso muita coragem, pois é preciso abrir mão do controle da vida e repousar em Deus. É preciso se atirar no vazio, sem saber de nada. Para fazer isso é preciso ser muito macho. Somente aqueles possuem a confiança no Senhor podem fazer.

*Participante: e quando o pensamento é mais forte e parece nos dominar?*

É sinal de que você é fraca. Você mesmo disse: 'o pensamento é mais forte'.

O objetivo final de nosso estudo é tornar-se mais forte que o pensamento. Só que, como já falei, isso se consegue passo a passo. Por enquanto o seu pensamento ainda será mais forte, mas conforme formos avançando, você terá condições de ser mais forte que o seu pensamento.

Só que não se esqueça: precisará ter a coragem que acabei de falar. Terá que ter a coragem de não se deixar levar pelas emoções, pelos pensamentos e pelas percepções.

*Participante: como conciliar a vida em Deus e a sobrevivência humana, o cotidiano, o dia a dia, comer, trabalhar.*

Responda: para que um ser humano trabalha? Para que come, namora, etc.? Ou seja, qual o objetivo final de todos os atos da vida humana? Responda isso, por favor.

*Participante: come para nutrir o corpo.*

Para que quer nutrir o corpo?

O que estou perguntando é a finalidade mais final de qualquer existência. Qual é o objetivo básico da vida do ser humano?

*Participante: trabalha para ter sustento, para se nutrir. A pergunta inicial, como conciliar a vida em Deus e a sobrevivência humana, com o cotidiano do dia a dia, continuar vivo na matéria quando se está nela.*

Todos os atos humanos possuem uma única finalidade, um único objetivo, que, aliás, quase nunca é alcançado: ser feliz.

O ser humano come para ter a fome aplacada e com isso estar feliz e em paz. Trabalha para ganhar dinheiro e poder comprar as coisas, para estar feliz. Namora e casa, buscando ser feliz. Ser feliz: esse é o objetivo intrínseco em todas as atitudes humanas.

Pois bem, a auto realização em Deus existe quando você é feliz. Aproximar-se de Deus, elevar-se espiritualmente, é sinônimo de viver a felicidade que Deus tem prometido aos seus filhos. Pelo menos é isso que o Espírito da Verdade ensina. Portanto, o resultado final do trabalho de controle da mente é alcançar a felicidade.

Por causa disso todos deveriam querer fazer, mas isso não é real. Por quê? Porque os seres humanos confundem a felicidade. Achar que ela é uma emoção que surge por ter suas posses, paixões e desejos atendidos. Isso não é felicidade, é prazer; não é algo espiritual, mas criação da mente.

A partir desse consciência, posso dizer que um dos nossos trabalhos é mostrar aos seres humanos que quando imaginam estar feliz, estão apenas tendo um prazer, uma felicidade fugaz, Só quando aprender a arte de viver, que é o controle das suas emoções e dos seus pensamentos, e não viver a infelicidade gerada pela mente, ele alcança a felicidade incondicional, aquela que independente do que está acontecendo.

## ***Versículo 10***

***Auto realizando-te vivencia-Me e estando com a mente apaziguada pela realização do ser e sendo Eu mesmo o Ser de todos os seres com corpo aparente, que outros obstáculos poderão impedir-te?***

Krishna pergunta: que outros obstáculos poderão aparecer para quem se realiza? Ou seja, fala das coisas mais importantes para realizar a reforma íntima, o domínio da mente. Vamos vê-las, uma por uma.

## **Auto realizando-se em Mim**

### ***Auto realizando-te vivencia-Me***

Auto realizando-se em Mim, com ‘m’ maiúsculo”, ou seja, auto realizando-se em Deus. Isso é importante para a elevação espiritual.

O que é auto realizar-se? Quando o ser humanizado sente-se pleno, completo. A auto realização é alcançada quando o espírito humanizado alcança a plenitude de sua vivência.

Para se alcançar a auto realização há uma premissa básica: ninguém consegue isso sem que exista um relacionamento. A auto realização sempre surge do relacionamento do ser humanizado com outro, com um personagem, com um objeto ou com uma situação. Ninguém se auto realiza apenas por si. Ela pode até ser alcançada no relacionamento do ser consigo mesmo, mas sempre surge de um relacionamento e nunca por moto próprio.

O homem decaído, ou seja, aquele que se relaciona com o ego acreditando nas verdades geradas por essa personalidade, se auto através das relações materiais. Por exemplo: se auto realiza em ser mãe, no relacionamento com os seus filhos, quando é um bom profissional e alcança sucesso na sua profissão. Ou seja, se realiza no relacionamento com os elementos do mundo.

Já o homem lúcido, ou seja, aquele ligado a um ego, mas que não acredita nas verdades que ele cria, não se realiza nesses relacionamentos. Ele se auto realiza no relacionamento com Deus. Se realiza por estar com e em Deus.

Essa é a diferença importantíssima: para alcançar a evolução espiritual, é preciso se concentrar no relacionamento com Deus. Aquele que quer se elevar, que quer ser senhor da sua mente, não pode aceitar as falsas realizações que o ego cria: *‘veja só que bom, sou um grande pai família. Sustento meus filhos, cuido deles com amor e carinho’*. O ser lúcido não se preocupa em realizar-se através

das coisas desse mundo. Durante os relacionamentos humanos, ocupa-se com em estar com Deus.

É importantíssimo para aquele que quer ser senhor da sua mente e assim alcançar a felicidade incondicional, aprender a não aceitar as tentações da mente descritas na primeira das tentações do diabo para Cristo no deserto:

***“Se você é filho de Deus, mande que estas pedras virem pão” (Mateus 4, 3)***

O homem não vive só de pão, mas também da palavra de Deus. É exatamente isso que está sendo falado aqui. A auto realização é o alimento. O ser humano, o decaído, se alimenta das coisas desse mundo, o pão; o ser humanizado, o lúcido, alimenta-se do relacionamento com Deus.

Quando vive esse relacionamento, sente-se pleno, cheio, se sente alimentado. Quem se alimenta de pão, ou seja, apenas das relações materiais, não chega a Deus e por isso está sempre precisando de algo mais para poder sentir-se feliz. Como nunca se satisfaz, está sempre buscando a felicidade e não a encontra. Apenas tem momentos de prazer.

O ser lúcido, como se realiza por causa do relacionamento com Deus, é sempre feliz, pois o Pai está sempre presente, independentemente de estar participando de uma guerra ou uma caminhada pela paz. O ser lúcido se sente realizado quer esteja num jardim florido ou num depósito de lixo, se estiver numa homenagem ou num enterro. Isso acontece porque a sua auto realização, o sentir-se pleno, acontece porque está com Deus independente do lugar ou do que esteja acontecendo.

Esse é um grande trabalho para o senhor da mente: aprender a não se apegar ao desejo de auto realização nas relações materiais. Não se apegar a se auto realizar como mulher ou como homem, como marido ou como esposa, como profissional, como pai de família. Essas coisas são tentações do ego para saber com o ser se auto realiza.



Há outros trabalhos nesse versículo. Por isso ainda vamos continuar falando dele.

## Deus dá

*Participante: como vou me sentir realizada se meu ego está sempre reclamando de tudo? Ele definitivamente não sabe se relacionar espiritualmente com Deus. Aliás, nem sabe quem é Deus. Como vou me relacionar com algo que nem conheço?*

A sua relação com Deus não é construída por compreensões racionais.

Ouçá bem isso: a conquista do senhor da mente não se traduz por gerar em si uma nova compreensão; ela se consiste em não se deixar levar pelo ego, em não viver como real as criações mentais. Por isso afirmo: realmente seu ego não vai conseguir criar uma compreensão, uma razão, uma emoção, que signifique estar em Deus. O necessário é você, como senhor da mente, trabalhar junto à razão no sentido de não aceitar a imposição para sentir-se pleno por causa de situações humanas.

Por exemplo. Ao invés de se preocupar com quem é Deus, ouça a sua mente e quando ela disser que receber carinho da sua parceira é muito bom para você, não aceite isso. Responda: *‘não sei se é ou não. Por isso não vou depender do carinho dela para me sentir feliz. Se fizer, ótimo; se não fizer, também está ótimo’*.

Portanto, não se trata nem de destruir o que o ego cria, até porque isso é impossível de ser feito, e nem se trata de criar uma nova verdade ou nova emoção, mas simplesmente a luta constante contra a escravidão, a subordinação, às emoções e razões que a razão cria. Enquanto estiver nessa luta, Deus lhe fará sentir a plenitude.

Ouçá bem o que estou lhe falando: Deus lhe fará sentir a plenitude. Só que essa plenitude não poderá ser explicada racionalmente, ou seja, pela razão. Sabe, ao sentir-se pleno, dirá:

'*não sei porque, mas hoje estou num estado de graça*'. Quando Deus lhe der o saciar-se, você não saberá o porquê.

Então, não se trata de alcançar a plenitude, a realização na relação com Deus, mas sim do trabalho constante para libertar-se do ego e esperar Deus dar a saciedade. A auto realização em Deus acontece sem que o ser precise criar ou compreender qualquer coisa. É algo que surge praticamente do nada.

É difícil explicar, pois para ser compreendido não pode passar pela sua razão. Por isso, o máximo que posso dizer é que trata-se de algo que vai surgir no seu coração e você não saberá explicar.

*Participante: nunca senti isso...*

Dá o braço para os outros, pois muito poucos sentiram isso. Afinal de contas, poucos lutam contra o ego. Os seres humanizados simplesmente aceitam o que a razão cria e vão vivendo. Poucos sentiram isso algumas vezes; pouquíssimos alcançaram a plenitude no relacionamento com Deus.

## **Realizar-se por causa do lado espiritual**

***Auto realizando-te vivencia-Me e estando com a mente apaziguada pela realização do ser,***

'Estando com a mente apaziguada pela relação, pela realização no Ser': coisa difícil de explicar.

Como disse, a auto realização do espírito é sempre alcançada através do relacionamento com um elemento do universo. Sempre. Ele se realiza através do relacionamento com outras pessoas, com outras coisas, com outros objetos.

Como já vimos, o Sublime Senhor diz que o homem lúcido se realiza por causa do relacionamento com Deus. Agora afirma que pode se realizar no relacionamento com o Ser. Vamos ver isso.

O ser humanizado lúcido se realiza no relacionamento com o Ser. Quem é o Ser? O espírito, o ser universal. Isso quer dizer que Krishna afirma que o ser humanizado, encarnado, para ser lúcido precisa se auto realizar pelo relacionamento com a sua própria espiritualidade. Sim, você imagina que é um ser humano, mas por ter a informação de que é um ser universal encarnado, precisa concentrar-se em se realizar com os seus aspectos espirituais e não com as conquistas humanas.

O ser espiritual, que é você, é universal, ou seja, convive com todo o universo. Apesar disso, não precisa de nada nem de ninguém para se realizar. Se realiza por ser quem é.

Você é um espírito. O espírito é criado a imagem semelhança de Deus, ou seja, por transferência genética possui tudo que Deus possui. Claro, em escala inferior, não desenvolvido, mas tudo que Deus possui, o ser tem. Pergunto: se você, que é o espírito, já é tudo que pode ser, o que mais precisaria para sentir-se pleno?

Quando afirmo que o espírito se auto realiza consigo mesmo, não estou falando em vaidade, em soberba. Estou falando na simples constatação de não precisar de mais nada nem ninguém para se auto realizar porque já tem tudo o que pode ter.

Quem sabe que era antes de ser, como Cristo fala daquele que sabe ser um espírito, não precisa de um filho, de um trabalho, de um carro, dinheiro, marido ou mulher para sentir-se pleno. Não precisa dessas coisas porque sabe que tudo o que poderia alcançar nesses relacionamentos já possui.

Por isso, trabalha junto ao seu ego para não se submeter às razões e emoções que geram a necessidade de ter coisas materiais. Se liberta da necessidade de ter alguém ao seu lado para se realizar, da necessidade de ter alguém lhe ouça, faça carinho, que converse com você.

O senhor da mente, o homem lúcido, não aceita essa escravidão ao ego. Ele continua tendo na sua mente verdades que ainda são egoístas, mas não se prende a elas, não se sujeita a elas.

Nenhum ser humanizado possui uma razão que gere uma auto realização fundamentada na ideia de ser tudo o que pode ser. Nenhum, independente de ser um mendigo ou um príncipe, a pessoa mais inteligente ou a mais burra, a mais famosa ou difamada. Sempre a razão humana quer algo mais do que tem ou é.

Com o senhor da mente não é diferente. Só que ao invés de se submeter a necessidade, diz ao seu ego: *‘já sou tudo que posso ser por isso não quero ser mais nada. Já tenho tudo que posso ter, por isso não vou me deixar levar pelo desejo de querer ter alguma coisa. Porque vou precisar de alguém se sou tudo o que espero de alguém? Porque que vou precisar de alguma coisa se continuo vivo com o que tenho? Porque que preciso que alguém faça alguma coisa por mim; só eu sei fazer o que gosto. Tenho tudo, sou tudo’.*

## Apaziguar a mente

***Auto realizando-te vivencia-Me e estando com a mente apaziguada pela realização do ser,***

Sabe o que acontece com quem faz o que acabei de falar? Apazigua a mente, como fala Krishna.

Sim, é preciso apaziguar a mente, porque ela vive sempre ansiosa, em contrariedade: *‘quando o meu filho fizer o que quero vou ser a pessoa mais feliz do mundo; quando conseguir comprar aquela coisa, vou ser a pessoa mais feliz do mundo; se preciso provar que estou certo para poder estar em paz’.*

Essas são ideias de um ego em guerra. Ele combate o mundo que não o deixa ter, os outros que não se submetem ao seu desejo e com todos em busca da aprovação. Por isso é preciso se libertar delas.

Quando o ser humanizado controla a sua mente, no sentido de não aceitar a imposição de necessidades, vive em paz. Ele está em paz e harmonia com o mundo. Por isso está em felicidade.

Aí está, portanto o resumo desse início de texto: o senhor da mente realiza-se no relacionamento com Deus e não com o mundo. Só que para alcançar essa realização precisa saber que já é tudo que pode ser. Precisa não depender de mais nada ou ninguém para estar em paz harmonia e felicidade. Sabe que para viver assim, só depende de si mesmo.

Esse é um detalhe que já conversamos. Dissemos que a vida humana é uma encruzilhada onde o espírito tem que escolher um caminho: a realização em Deus ou no mundo. Na hora que escolhe um caminho é necessário lagar, abandonar a necessidade de outras pessoas, de algum tipo de ato, de algum objeto para se auto realizar.

Ainda vamos falar mais alguma coisa sobre esse texto.

## Todos são emanações de Deus

***Auto realizando-te vivencia-Me e estando com a mente apaziguada pela realização do ser e sendo Eu mesmo o Ser de todos os seres com corpo aparente, que outros obstáculos poderão impedir-te?***

... **'e sendo Eu mesmo'** ... Reparem: esse 'e' maiúsculo. Por isso é Deus. Lendo tudo agora temos uma conclusão importante para esse versículo: Deus é o espírito atrás do corpo aparente.

Agora a coisa fica clara: o ser humanizado lúcido, o senhor da mente, aquele que vive em felicidade se realiza em Deus, mas como Ele é todos que estão em corpos aparentes, a realização do ser acontece no relacionamento com os outros.

Primeiro falamos que a auto realização que leva a elevação espiritual é realizada no relacionamento com Deus. Depois dissemos que ela precisa que o ser se auto realize consigo mesmo. Agora digo que realização consigo é alcançada quando o ser humanizado se realiza com o próximo.

Vou tentar explicar tudo isso. A auto realização que leva a elevação espiritual, ou seja, do homem lúcido, depende do ser ver Deus em todos e em tudo.

Uma pessoa falou há pouco que nunca se sentiu pleno. Sim, a maioria nunca se sentiu. Porquê? Porque vocês se relacionam com pessoas e não com Deus através de corpos aparentes. Se relacionarem-se com o Pai através das formas das pessoas, já teriam sentido essa plenitude.

O que Krishna está ensinando é: não se relacione com pessoas, mas com Deus. Não se relacione com uma pessoa a partir do que acha que ela é, mas do que acha que Deus é. Não se relacione com as pessoas dando o valor humano que imagina que ela tem, mas aquele que confere a Deus.

Esse é o ensinamento de Krishna. Aliás, é um dos ensinamentos mais profundos que vocês possam imaginar. Para alcançar a elevação espiritual, para viver em felicidade plena, é preciso tornar-se senhor da sua mente para se relacionar com os outros, não importa quem seja, desde um assassino até a sua mãe, como uma emanção de Deus, como o próprio Deus.

Hoje, como se relacionam: é assim? Não. Relacionam-se aceitando o rótulo que o ego cria para as pessoas: aquela é mãe, o outro é pai; aquele é filho, o outro é um estranho; aquele é um assassino, o outro é um santo. Não aceite isso. Diga a si mesmo: *'não, não existe mãe, pai, filho, assassino ou santo. Todos são corpos aparente que na realidade são Deus emanado'*.

Esse trabalho tem um grande perigo. O ego, que vive para se satisfazer, cobrará: *'se é Deus aquelas pessoas têm que me satisfazer'*. Nesse momento é preciso a prática de outro aspecto que já vimos: *'não, já estou satisfeito comigo mesmo. Não preciso de nada mais'*.

Esse é, na íntegra, o trabalho do senhor da mente no tocante a auto realização. É um trabalho fundamental para aquele que quer alcançar a elevação espiritual, a felicidade plena: é preciso dominar o ego que cria figuras à respeito das emanações de Deus; é preciso dominar o ego que cria necessidades no relacionamento com essas figuras para ser feliz. Ou seja, ser feliz por causa de ser o que já é, que, aliás, é a maior coisa que pode existir: um espírito, um filho de Deus.

## O trabalho da auto realização

Esse é um trabalho para o senhor da mente. Por isso é preciso estar atento, vigilante, vinte e quatro horas.

A necessidade de ter coisas para ser feliz chamamos de desejo. Ele sempre está presente nas gerações mentais. Por isso é preciso sempre se libertar do que o ego cria.

Por exemplo. Um ego gera o desejo que alguma pessoa faça determinada coisa. Você, consciente do seu trabalho de ser senhor da mente, diz ao ego: *'não existe ninguém; só existe Deus emanado'*. Se não estiver atento, a mente continua lhe prendendo e você nem sente. Ou seja, cria desejos para o Deus que fez realize. Se acreditar neles, jamais se sentirá realizado, pleno.

Diga uma coisa: o que Deus pode fazer por você, se no ato da sua geração já deu tudo que tem, que é o que precisa ter? Agora você precisa aprender a conviver com o que tem sem querer mais nada. Por isso, pare de exigir, de querer, de precisar de alguma coisa e se auto realize por ser quem é. Com isso vai conseguir se realizar na relação com Deus.

Acho que o assunto é bem complexo e muito importante. Outro dia perguntaram como conseguir viver e servir a Deus ao mesmo tempo. Aí está a resposta: através do trabalho da auto realização vendo nos corpos aparentes a emanação do Pai.

## ***Versículo 11***

### **Libertar-se da escravidão do ego**

***Suplantando as noções de mérito e demérito, de bem e mal, o homem lúcido, tal como uma criança, desiste de cumprir as ações proibidas, simplesmente porque não vê nelas nenhum mal ou vantagem e executa inclusive as ações prescritas só que livre da impressão de que conduzem ao mérito.***

Aqui está falando em intencionalidade. O senhor da mente, aquele que consegue libertar-se da escravidão do ego, não acredita mais em mérito e demérito, como já falamos. Por não acreditar não possui um padrão de ação.

Ele não faz alguma coisa para ganhar, não participa das ações querendo levar alguma vantagem, nem que seja moral: '*não disse que você ia quebrar a cara*'. Não o senhor da mente, apesar do ego continuar bombardeando-o com padrões de ação e com possíveis vantagens pessoais, não aceita essa intenção. Ele diz: '*não quero nem saber; não sei se o que estou fazendo está certo ou errado. Sei que está sendo feito. Não espero receber nada em troca. Apenas faço porque faço*'.

Um detalhe. Em O Livro dos Espíritos é dito que Deus é a Causa Primária de todas as coisas. Sendo assim, tudo o que você faz é causado primariamente por Deus. Como pode haver erro?

Agora, como Deus faz, gera, dá a ordem para que as coisas aconteçam? No próprio O Livro dos Espíritos se responde essa



questão: o melhor que posso dizer para responder é como está na Bíblia; Deus diz faça-se e a coisa se faz, Repare: Ele diz e ninguém faz; a coisa se faz.

Deus diz faça-se a coisa se faz. Não queira entender isto, pois não há como a sua mente conseguir entender. Apenas compreenda uma coisa: não há um agente que cria nada no universo, pois tudo que se cria no universo é feito pela ordem de Deus, pelo desejo do Pai. Como já disse, Deus é único, uno e inalterável. Por isso, nada que emana Dele, ou seja, tudo que acontece, pode sair certo ou errado.

Por isso, quando o ego contar ações de outros ou quando cobrar padrões de ações sua, diga a ele: *'quem sou eu para agir; quem age é Deus. Você mente tem a ilusão de que está fazendo, mas ninguém faz nada no universo, só Deus'*.

Esse é o trabalho do senhor da mente: lutar contra o seu ego para não se escravizar às ordens de que determinadas tarefas precisam ser executadas na vida carnal.

Sabe, tanto faz se o que Deus está fazendo é classificado pelo código humano de bom ou mal. Essa classificação não vai influenciar em nada a sua elevação espiritual, porque não é você que está fazendo: é Deus. Agora, a forma como interage com o que Pai está fazendo importa.

## **Entrar em comunhão com Deus**

*Participante: qual a melhor maneira de entrar em comunhão com Deus, oração, pensamento ou o quê?*

Qual o melhor modo de entrar em comunhão com Deus?

Tenho uma boa e uma triste notícia para você. A boa: ninguém pode entrar em comunhão com Deus. Por quê? Porque todos já vivem em comunhão com Ele.

Não há como entrar em contato com Deus, porque você jamais perdeu esse contato: essa é a boa notícia. A má: enquanto encarnado, jamais vai saber que está em contato com Ele. Por quê? Porque é o ego que cria as realidades e ele não é programado para trazer a realidade desse contato.

Então, veja. Você não precisa entrar em contato com Deus; o que precisa é se desconectar do ego. Se conseguir isso pode ser que sinta – não que saiba – a conexão que já existe. Aliás, com relação a isso, em O Evangelho de Tomé há um ensinamento muito interessante. Gosto muito dele, apesar de falar pouco nele.

É o seguinte. Cristo avisa aos seus apóstolos que ia morrer. Eles começam, então, a se preocuparem em transformar os ensinamentos dos mestres em uma religião.

Um parênteses: eles eram grandes seres humanos, não é mesmo? Como todo ser que vive na humanidade, estavam preocupados em normatizar as coisas.

Voltando ao Evangelho de Tomé, os apóstolos perguntaram a Cristo: *'o que que o senhor quer que nós façamos depois que for embora? Quer que rezemos, que façamos jejum, que prestemos a caridade material?'* Cristo responde: *'o que quero é que vocês não mintam para si mesmos'*.

O que Cristo quer dizer é que não adianta o ser humanizado querer buscar Deus na oração, se ainda está preso no eu. O que é preso no eu? A maioria ora, reza, mas a prisão no eu a leva a fazer isso com a intenção de ganhar coisas. Por isso dizemos que está preso em si mesmo.

O que adianta você fazer jejum em consagração a Deus, se o ser humanizado está com fome? Isso quer dizer que o relacionamento com Deus não lhe satisfaz. Dessa forma o ato de jejuar não serve para nada. O que adianta prestar a caridade material se, internamente, o ser está dizendo: *'Deus, está vendo o que estou fazendo? O que o Senhor vai me dar em troca?'*

Portanto, querendo saber como sentir a comunhão com Deus, oriento: pare de mentir para si mesmo. Pare de fingir que se preocupa com os outros, que está disposto a se sacrificar. Ninguém sente o

relacionamento com o Pai sem sacrificar a sua intencionalidade individual.

Não estou falando para você especificamente, mas para todos os seres humanizados: parem de mentir a si mesmos afirmando que se preocupam com os outros. Isso é falso, é irreal. Só se preocupam o outro quando isso trouxer algum bem individual para si.

Na verdade estão preocupados consigo mesmo. Fazem tudo com interesse de ganhar alguma coisa, nem que seja um reconhecimento pelo que fez ou o sentir-se realizado com o que está fazendo. Libertando-se do ego e não mentindo para si mesmo, pode receber de Deus o sentir a conexão que já existe e que nunca é quebrada.

## ***Versículo 12***

***O homem lúcido é amigo de todos os seres, e impregnado pela firme convicção da realização e vivência e considerando a totalidade vital universo, como se constituído somente por Mim, ele se liberta definitivamente do sofrimento.***

## **Amizade**

Impregnado pela convicção da realização, ou seja, com a certeza de que vai realizar, que tem condições de fazer e considerando o universo como Deus, ou seja, todas as coisas como emanções do Senhor, o ser passa a ser amigo de todos os outros. Vamos falar um pouquinho sobre amizade.

No sentido material, quando é que uma pessoa é seu amigo?

*Participante: meu ego diz que é quando a pessoa tem muito a ver comigo, ou seja, os mesmo gostos, concorda sempre comigo, etc.*

Ou seja, para ser seu amigo o ser precisa estar preocupado com você. Ele precisa se preocupar com o que você quer, o que você gosta, o que você acha. Em resumo, precisa estar preocupado em lhe satisfazer. Para isso precisa atender os seus anseios humanos. Certo?

*Participante: certo.*

No mundo material, então, o ser precisa estar preocupado em satisfazer os desejos humanos. Isso, no entanto não é verdade para o mundo espiritual, o universo. No universo universal o ser que é amigo do outro está preocupado em satisfazer o espírito.

Essa é uma diferença muito importante. Satisfazer o ser humano é realizar o que o ego ao qual o espírito está ligado; satisfazer o espírito é realizar o que o espírito precisa, mesmo que o ego humano não queira.

Sabe por que isso? Porque o ego é o tentador. Quando faço ao outro o que ele não queria, crio a oportunidade do ego dele tentá-lo. Com isso, gero a uma oportunidade dele vencer a personalidade humana e alcançar a elevação espiritual.

Essa é a amizade entre os espíritos. Uma vez estava falando dela e muitos se revoltaram. Disse, por exemplo, que se o espírito que vai encarnar precisar ser assassinado, não pedirá a qualquer um que assumo esse compromisso, mas sim a um amigo. Pede a um amigo espiritual que encarne, viva toda uma vida só para em um determinado momento matar aquele outro. Isso acontece muito é uma prova de amizade espiritual.

Voltando ao assunto desse versículo, digo que realizando-se comigo mesmo, considerando o universo como Deus e tendo em mente que a amizade entre dois seres é espiritual, ou seja, é servir de instrumento a provação do próximo, o encarnado para de sofrer. É isso que Krishna ensina aqui: quando se elimina os aspectos humanos que o ego trabalho, se estanca o fluxo do sofrimento.

Por que se estanca o sofrimento? Porque o ser vai estar vivendo com Deus, em Deus e para Deus.

Quando o ego cria uma briga, por exemplo, entre o marido e a mulher, é Deus quem está por trás dessa criação. Por isso, quando o ser vivencia aquele momento sem se sentir culpado, sem achar que deveria realmente ter feito ou sem achar que o outro está errado, quando entende que a briga não existe, que os motivos dela não existem, pois tudo foi emanção de Deus para proporcionar a oportunidade de elevação, para quem sofrer, por quem sofrer?

Esse é, também, um grande trabalho para o senhor da mente: lutar contra as amizades e inimizades criadas pelo ego. Lutar contra o mérito e o demérito gerado pela mente. Mas como fazer isso?

A resposta está na fala de Krishna: '*realizando-se consigo mesmo*'. É preciso não precisar de mais nada. Conviver com o resto do mundo como emanção de Deus. Se fizer isso, você consegue ser feliz.

Que bom que não há nenhuma pergunta. Todo mundo está entendendo o caminho para ser senhor da mente. Ótimo. Deixe agora Deus agir e você, achando ainda que raciocina, lute: tente controlar seu raciocínio. Tente retirar do seu raciocínio os elementos que conversamos hoje.

Vou parar por aqui, porque agora vamos entrar em uma outra parte. Até a próxima.