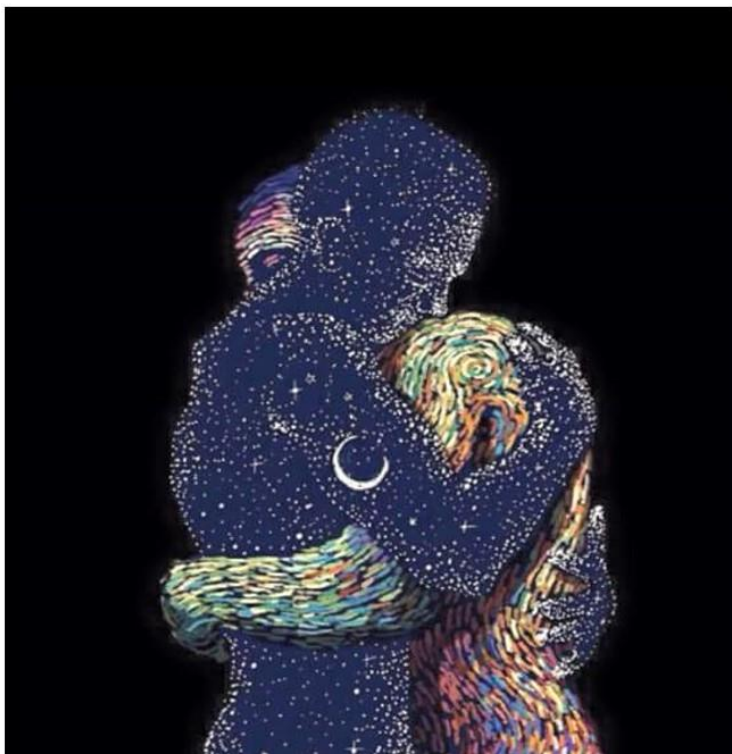


Conversando com um espiritualista

Resumo dos ensinamentos



Resumo dos ensinamentos
Volume 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

*“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

1.	Citações de ensinamentos dos mestres	9
1.	Jesus Cristo	9
2.	Espírito da Verdade	11
3.	Buda	12
4.	Krishna	12
2.	Sobre a reencarnação	14
3.	O que não deve ser esquecido	16
4.	Controle da mente	18
5.	Carmas humanos	30
6.	Inteligência emocional	37
7.	Sistemas humanos	41
8.	Espiritualismo cristão	48
9.	As cinco verdades universais	53
1.	Primeira verdade	53
2.	Segunda verdade	54
3.	Terceira verdade	56
4.	Quarta verdade	57
5.	Quinta verdade	59
10.	Benevolência, indulgência e perdão	64
11.	Guerreiros da paz	68
1.	Introdução	68

2.	Política	72
3.	Criar expectativas sobre alguma coisa.....	73
4.	O apego a tudo	74
5.	Religião	76
12.	Fruto da ação.....	78
13.	Trabalho e profissão	82
14.	Conheça a ti mesmo.....	84
15.	Reforma íntima	91

1. Citações de ensinamentos dos mestres

1. Jesus Cristo

- “Tudo é Deus e Deus é tudo.”
- “Amar a Deus sobre todas as coisas e o próximo como a si mesmo.”
- “Meus parentes são meus irmãos em Deus, todos.”
- “Deus mostra ao simples o que esconde dos sábios.”
- “Bata que abrirei.”
- “Não se serve dois senhores ao mesmo tempo.”
- “O reino do céu não está acima nem abaixo, ele está dentro de você.”

- “Entre vocês, o mais importante é aquele que serve; quem se engrandece será humilhado e quem se humilha será engrandecido.”
- “Vocês deveriam fazer estas coisas sem desprezar aquelas; guias cegos, coam um mosquito, mas engolem um camelo.”
- “Eu sou o caminho, a verdade e a luz, ninguém chega a Deus a não ser através de mim.”
- “Venha para mim que meu julgo é leve.”
- “Com o mesmo argumento que você usar para julgar, será julgado.”
- “Não jure por nada, nem pelo céu, onde está a cabeça de Deus nem pela Terra, onde está o pé de Deus.”
- “Não jure por nada, nem pelo céu, onde está a cabeça de Deus nem pela Terra, onde está o pé de Deus.”
- “Eu venci o mundo.”
- “Chegar ao reino do céu ou à felicidade incondicional é um processo de renascimento.”
- “O problema não é o lugar, mas com que intenção você vai a esse lugar.”
- “O fruto de uma árvore é resultado da própria árvore.”
- “Só Deus sabe quem é você, porque Ele é o Senhor do carma.”
- “Cuidado com esses (professores da lei), cuidado com o fermento deles, cuidado com as intenções deles.”
- “Ame ao próximo como Deus lhe ama.”

- “Se alguém lhe der um tapa na cara, vire o outro lado para ele bater também, se alguém tomar a sua capa, deixe que leve a túnica também, dê sempre a qualquer um que lhe pedir alguma coisa, e quando alguém tirar o que é seu, não peça de volta.”
- “Os últimos serão os primeiros.”
- “Deem atenção às coisas que vocês não gostam, que vocês não querem, porque é isso que vocês vieram fazer.”
- “Os olhos são a luz do Espírito, porque a forma de você ver um ato que está acontecendo pra você, vai me trazer amor ou desamor.”
- “O primeiro na Terra será o último no Reino do Céu.”
- “Não existe pecado.”
- “Deus julga a intenção com o qual você participa do ato, não o ato.”
- “Louvado seja Deus que mostra ao simples, aquele que não sabe nada, o que esconde do sábio (porque ele sabe).”
- “Ame tudo o que todos fazem.”
- “A mesma regra que você usa pra julgar os outros, Deus vai usar pra julgar você.”
- “Eu vim para os doentes e não para os sãos.”

2. Espírito da Verdade

- “Deus, causa primária de todas as coisas.”
- “Tudo o que acontece durante a existência carnal de um Espírito, é fruto de sua escolha antes de encarnar.”
- “A vida é fatalista, o que tiver que acontecer, vai acontecer.”

3. Buda

- O caminho que leva a Deus é o do meio.”
- “O mestre precisa falar de acordo com quem ouve, sem fugir a essência do ensinamento.”
- “Quer saber quem você foi ontem? Veja quem é hoje. Quer saber quem será você amanhã? Veja o que faz hoje.”
- “Você é a herança de você mesmo.”
- “Tudo na vida existe dentro de você como semente, e a cada momento você rega uma determinada semente pra florescer naquele momento.”
- “Você não deve se apaixonar pela ação dos cinco agregados.”

4. Krishna

- “O Deus cujo relacionamento lhe traz a autossatisfação está presente em tudo, em todos.”
- “A Yoga é a vida sem intenção.”
- “Não se pode reconhecer o Espírito pelo personagem com o qual ele vive.”
- “Cada um vive de acordo com a sua natureza.”
- “O verdadeiro sábio não se lamenta por nada, mas se regozija com o Pai em todas as situações, louvando a Deus por cada acontecimento em sua vida.”
- “É preciso que cada um se liberte da intencionalidade, porque ela é a ação do egoísmo.”

2. Sobre a reencarnação

- Quando um Espírito prepara-se para reencarnar, através do seu primeiro livre-arbítrio, ele escolhe o seu gênero de prova, e Deus, através das vicissitudes da vida, programa as suas provas. Tal programação, não pode ser mudada durante a vida.
- Após reencarnar, esse Espírito terá apenas uma coisa a fazer, escolher entre dois caminhos (será seu segundo livre-arbítrio): o caminho do bem, do espiritual, do universalismo, de Deus, ou o caminho do mal, do material, do individualismo.
- Os ensinamentos dos mestres, Krishna, Buda, Cristo, Maomé, Espírito da Verdade, entre outros, encaminhados por Deus à Terra, poderão ajudá-lo a conseguir fazer a sua Reforma Íntima, alcançando a Elevação Espiritual.
- A reencarnação não é a ligação do Espírito a um corpo físico, mas a uma personalidade, uma consciência, uma mente secundária, um ego humano, tornando-se um Espírito humanizado. Na verdade, toda a sua encarnação se passa na mente primária do Espírito, já que o Espírito, localizado em algum lugar no Universo, não se desloca, mas tem a ilusão (um “sonho”) de que é um humano, de que está vivendo uma “vida humana”.

- Ao “nascer”, são incorporados ao corpo os chamados Cinco Agregados, segundo Krishna, que não pertencem ao Espírito, mas ao ser humano. São eles:
 - as formas;
 - as percepções (cinco sentidos);
 - as formações mentais (pensamentos);
 - as sensações (emoções);
 - a memória (consciência).
- O objetivo da encarnação é libertar-se desses agregados, além das posses, das paixões, dos desejos e das Quatro Âncoras (Buda); é a Reforma Íntima.
- O ser humano, o qual o Espírito está ligado, tem como característica primária, o egoísmo (individualismo), e secundária, a hipocrisia. Ele é a prova, o castigo do Espírito, na verdade, uma ilusão, um maya (segundo Krishna), já que ele nem existe, como tudo que é percebido pelos cinco sentidos.
- Libertar-se, “matar” o humano e viver o espiritual na Terra, esse é o objetivo da encarnação; é o vencer o mundo, do Cristo.
- A tarefa é difícil, mas não impossível.

3. O que não deve ser esquecido

- Não sei, pra tudo.
- Equanimidade, uma única emoção ou apatia, pra tudo.
- Liberte-se, de tudo.
- Só Deus sabe e faz.
- Deus é que causa o personagem fazer.
- Tudo que existe no Universo é emanção de Deus, tudo provém de Deus.
- Amar a tudo e a todos.
- Você é Espírito, não ser humano.
- Ser humano é a prova do Espírito.
- Espírito humanizado, Espírito ligado a uma personalidade humana.
- Mantenha-se feliz, não importa o que aconteça.
- Não seja escravo da mente.
- Tudo que existe é eterno, logo, o ser humano não existe.

- Lute pela paz, pela harmonia e pelo estado de felicidade incondicional.
- Não qualifique, nada.
- Tudo é maya, ilusão.
- O ser humano é individualista e hipócrita por natureza.
- Você é 100% humano.
- Doe a razão.
- Viva a vida sem intencionalidade.
- Não existe vida, existe prova.
- Não existe o “certo” nem o “errado” nesse planeta, tudo é perfeito, porque tudo vem de Deus.
- Entregue-se a Deus, confie em Deus, viva em Deus, pra Deus e com Deus.
- Ninguém pode fazer nada a você, só você pode decidir o que vai viver.
- Ler é colocar em prática tudo aquilo que leu e compreendeu

4. Controle da mente

- A mente é um conjunto de verdades genéricas (todos veem uma parede) e individuais (todos veem a parede de modo diferente), que cria o mundo carnal e uma identidade, uma personalidade.
- O Espírito ligado à mente não consegue libertar-se das verdades genéricas, já que elas são iguais para todos e necessárias para a criação da vida, na ilusão material. Neste aspecto, não há como controlar a mente. Quanto às verdades individuais, há como controlá-las. O ser humanizado, vive mudando de opinião constantemente, ou seja, mesmo sem exercer o controle da mente, ele não vive eternamente com a mesma verdade individual sobre as coisas do mundo. É nesse aspecto que se executa o controle da mente, para se alcançar a elevação espiritual.
- Acreditar nas verdades genéricas, não cria problemas à elevação espiritual, mas acreditar na sua verdade individual como realidade e querer impor aos outros, é falta de caridade. Você precisa libertar-se das qualidades positivas e negativas que a mente coloca nas coisas e da influência das verdades individuais, não trocar o “certo” pelo “errado”. O controle da mente se dá com o desapego, com o fim da submissão, e não com a alteração da verdade individual.

- A elevação espiritual é libertar-se da ação da mente (bom ou mal, certo ou errado), de qualquer opinião individual sobre as verdades genéricas que a mente cria.
- Viva sem querer saber se o acontecimento está “certo” ou “errado”. Não qualifique o acontecimento, diga: “eu agi desta forma e não vou aceitar nenhuma qualificação para a minha ação; não quero saber se estou “certo” ou “errado”; ego, não serei escravo do seu julgamento”.
- Ninguém pode fazer nada a você, só você pode decidir o que vai viver. Se alguém lhe der um presente (uma ofensa), e você não aceitá-lo (não reagir à ofensa), o outro vai embora, levando o presente consigo.
- O controle da mente é o caminho para a elevação espiritual.
- A bíblia ensina que Eva achou como seria bom ter conhecimento (verdades individuais), para que ela aplicasse valores às coisas do mundo (pecado original). Continuamos utilizando as verdades individuais que o ego dá como Realidade, como Verdade, por isso, devemos promover a reforma íntima, ou seja, abrir mão do conhecimento, não acreditando no que o ego nos diz.
- O ser universal foi expulso do paraíso (mundo espiritual) e ingressou na roda das encarnações, não porque não ajudou os outros, mas porque julgou-os. Enquanto o ser universal continuar a julgar as “coisas” (objetos, pessoas e acontecimentos), não conseguirá voltar ao seu real mundo, o espiritual. Dar o prato de comida é fundamental para a elevação espiritual, mas desde que seja acompanhado do não julgamento.
- CRISTO ENSINOU: “NÃO JULGUE, TIRE A TRAVE DO SEU OLHO, VOCÊ TEM QUE DEIXAR DE QUALIFICAR AS AÇÕES DO SEU INIMIGO, NÃO CRITIQUE.”.

- Ego é uma mente temporária, criada para uma encarnação; é um conjunto de verdades ilusórias e temporárias, criadas com finalidades específicas.
- Consciência espiritual é um conjunto de verdades espirituais.
- O que determina o período de existência chamado encarnação, não é aquele que o ser universal permanece ligado a uma massa carnal, mas aquele que permanece subjugado ao ego.
- Promover a Reforma Íntima, libertando-se da ação do ego, é o objetivo principal do ser universal humanizado.
- Você não é Espírito nem carne, mas um ser universal humanizado.
- Pode-se viver na carne liberto do ego e auto reconhecer-se como Espírito e viver uma vida espiritual encarnada.
- KRISHNA DISSE: “OS VERDADEIROS SÁBIOS SÃO AQUELES QUE TRANSITAM PELAS COISAS DO MUNDO, SEM APEGAR-SE A ELAS.”. Esse é o objetivo da encarnação, e é possível ser feito; o ego diz que é difícil, mas só para aquele que não controla o seu ego.
- Tudo que surge do ego são ilusões que nada tem a ver com a Realidade (todas as coisas são ilusões e não apenas o que achamos que são), ou seja, tudo que a mente cria é ilusão ou maya.
- É importante compreender que aquele que acredita ser hoje, é uma ilusão, que a vida que leva hoje é fantasia, que a existência e as coisas que considera suas, são coisas ilusórias e irreais para o Universo; sem isso, não se controla a mente alguma, e aí não se promove elevação espiritual nenhuma, portanto, preserve o seu lado espiritual,

participando das ações da vida material, sem defender a materialidade, mas a sua espiritualidade.

- Durante os acontecimentos de sua existência carnal, deve-se preservar a sua existência espiritual, ou seja, trabalhar, namorar, passear ou comer, não vivendo cada momento deste, preservando as ilusões que o ego lhe dá (gosto, prazer, aborrecimentos, etc.).
- Ao ir para o seu emprego e durante o tempo que estiver lá, não acreditar nas verdades que o ego lhe dá: “estou muito cansado hoje para fazer tudo isso”, “eu merecia ganhar muito mais e ter uma posição elevada dentro da empresa”. Este é o seu trabalho material, isto é Real, todo o resto são ilusões que o ego cria para que você não exerça, naquele momento, o seu Estado de espírito Universal: paz, felicidade incondicional e harmonia com o mundo. Portanto, não pare de trabalhar, mas aprenda a dominar a sua mente, silenciando a realidade que o ego está criando, e vivencie o seu momento material com consciência espiritual.
- Não existe ego forte, existe Espírito fraco. Não há ego que domine, existe Espírito que se deixa dominar. A saída para isto é orai e vigiai: orai é manter-se em relação amorosa estreita com Deus, que é o centro do Universo para o Espírito, e a vigilância dos pensamentos, para não deixar que eles quebrem esta relação.
- Evolução espiritual não é trabalho cultural, mas uma ação diuturna, é ler e colocar em prática tudo aquilo que leu e compreendeu.
- O problema hoje é que a grande maioria quer cultura e não sabedoria (que é a cultura em ação e não acervos de conhecimentos), querem chegar a Deus pela cultura e não pela exemplificação dos ensinamentos. Sábio é quem põe a cultura em ação.

- Veja tudo que acontece como o que é de verdade: uma emanção de Deus.
- A dor não está na carne, mas nasce na mente. A dor é o ego que cria e quem está subordinado ao ego, faz doer a dor. A alma tem a percepção da dor.
- O objetivo da vida humana para aquele que busca aproximar-se de Deus, deve ser matar a ele mesmo, ou seja, o ser humano que acredita ser, a personalidade temporária que o Espírito assume (conjunto de verdades individuais que estão no ego), isto levará o ser universal humanizado a renascer como o Espírito sem nome, cor, sexo, ou seja, uma identidade que é guiada por verdades espirituais e não materiais, para isto, é preciso ser “Senhor da Mente”, ou seja, dominar o seu ego no sentido de libertar-se de todas as verdades que ele cria. Esta é a morte necessária para o renascimento que Cristo ensinou à Nicodemos (Consciência Crística – a morte do ser humano para o renascimento do Espírito).
- Todos os ensinamentos dos mestres que você entrar em contato, devem ser usados para matar-se (eliminar verdades) e não para criar um homem novo, ou seja, um ser humanizado com verdades diferenciadas. A elevação espiritual não é uma construção de coisas novas, mas uma destruição do velho.
- Antes de encarnar, você é o terreno vazio, após nascer, você constrói as vigas do prédio de acordo com as verdades do mundo e acrescenta os tijolos (juventude e maturidade). A terra que estava no terreno (verdades espirituais) sumiu, aí alguém diz que tem que desocupar o terreno, neste momento, começa a reforma íntima (a destruição de cada tijolo (verdades ilusórias)).
- Não-pensamento é quando você recebe o pensamento do ego, mas não se prende a ele, não acredita nas verdades

que ele traduz, assim, essas verdades somem de sua memória.

- SEGUNDO KRISHNA, “É NECESSÁRIO SUPERAR AS PAIXÕES QUE O EGO CRIA POR DETERMINADOS ELEMENTOS FICTÍCIOS (FILHOS, PAIS, PARENTES, AMIGOS OU QUALQUER OBJETO).”, ou seja, não deixar que a paixão criada pelo ego domine a sua razão ou seu emocional. KRISHNA ENSINA: “CAMINHA COM UM PERCEBER EQUÂNIME.”. Equanimidade é a ausência de paixões.
- Há como acabar com a emoção (paixão) pelo filho? Há. Esta emoção vem da posse sentimental (“é meu filho”), a paixão não é verdadeira, apenas o ego é apaixonado por ela e não o Espírito, deve-se reagir e dizer: “não, ego, eu não posso ter esta paixão por este elemento, porque esta paixão é uma posse e eu não posso possuir nada, porque senão a minha felicidade incondicional estará comprometida”. É a equanimidade em ação. A equanimidade ocorre quando você nem gosta nem desgosta, ou seja, quando não há uma emoção especial por aquela pessoa, objeto ou situação.
- KRISHNA ENSINA: “CONTROLAR A SUA EMOÇÃO COM RELAÇÃO AOS PARENTES, É NÃO TER UMA EMOÇÃO ESPECIAL POR ELES.”. Ela ocorrerá quando você tiver pelo seu filho, a mesma emoção que você tem por um mendigo, neste momento, você alcançou o controle do ego.
- Você “sabe” (tem consciência) quando se deixa levar pela paixão, é quando você gosta de alguém, de alguma coisa ou de uma determinada situação; aí, é que entra a equanimidade.
- JESUS DISSE: “MEUS PARENTES SÃO MEUS IRMÃOS EM DEUS, TODOS.”.

- O ego cria obrigações familiares, na hora que você conseguir ser equânime com a família, não se sentirá mais obrigado a nada, apesar do ego continuar criando razões e emoções que continuarão lhe incitando a atendê-las.
- Só a determinação profunda é que pode levá-lo a adquirir o controle da mente.
- A vida carnal é como uma encruzilhada onde você precisa decidir por um caminho, e quando fizer isso, abandonar o outro.
- Tudo é amor de Deus, mas você não o conhece, conhece apenas as paixões positivas e negativas (“eu gosto ou eu não gosto”). BUDA ENSINA QUE “O CAMINHO QUE LEVA A DEUS É O DO MEIO.”, sendo assim, posso dizer que o amor de Deus está no meio, entre as paixões positivas e negativas, é a equanimidade, quando uma não supera a outra, apesar de ambas estarem presentes; uma anula a outra.
- Tudo que você sabe, não é você que sabe, o ego cria e lhe diz, por isso, enquanto ligado a um ego, você não pode conhecer o amor verdadeiro, é preciso agir em direção ao amor, sem jamais saber o que é amor.
- Deve-se ter a consciência de que você é você, sem querer definir-se, e que o seu ego (mente) é uma outra personalidade ou identidade, com a qual você convive durante a encarnação, tendo a missão de controlá-la e não deixá-la te controlar. Enquanto achar que você é o ego e que as razões, emoções e percepções estão sendo criadas por você mesmo, nada será feito.
- Dê o primeiro passo, ou seja, tente controlar a sua mente onde for possível realizar, e não deixe o que imagina que não é possível ser realizado lhe perturbar agora, depois dê o segundo passo e continue caminhando sempre.

- Tudo que o ego cria está destinado a perecer, pois não são verdades, e sim, fantasias, não existe na realidade.
- Ninguém diz nada, o seu ego cria a percepção e a razão lhe diz que os outros falaram, portanto, mais do que não ligar para o que os outros falam, é preciso ter consciência de que ninguém falou e que nenhum som foi proferido pelo outro, tudo nasceu dentro de você, como criação do seu ego. Agora, se acreditar no que o seu ego diz e achar que os outros falaram, nada terá realizado, mesmo que consiga suplantiar a emoção (neste caso, desconforto) que o ego criará dentro de você, como resposta para quem “falou”. Saiba que o “Senhor da Mente” age sempre que a mente funciona, dizendo “isso é uma fantasia e não uma realidade”, “não sou eu que estou pensando, sentindo ou percebendo isso, mas sim a minha segunda personalidade”, “ela está percebendo e pensando, não eu”.
- O “Senhor da Mente”, não muda a mente, mas a domina, ou seja, controla a mente a tal ponto que seja livre para acreditar nela ou não, é ser o senhor dela. Mudar a mente é colocar novos valores que se sobrepõe aos velhos.
- O ego é múltiplo (o bom, o pouquinho bom, o melhor, o ótimo, etc.) e não dual (bom e mal), ou seja, são múltiplas as emoções e as razões do ser humanizado que o ego cria. Deve-se controlar seus pensamentos para não acreditar na multiplicidade que estes pensamentos e emoções são fundamentados, ou seja, criar uma razão única ou em unicidade.
- Encarnação não é vir à carne, mas ligar-se a uma consciência transitória para executar suas provas, sendo assim, posso dizer que vocês se ligaram a esta consciência que estão hoje para aprender a libertar-se das classificações de mérito ou demérito que ela cria. Transformaram-se em “Maria” e “José” justamente para provarem que são capazes de permanecerem puros e

simples, mesmo com o “diabo”, que são estas personalidades, lhes tentando.

- Tudo que vem de Deus é uno, único e por isso, não pode possuir “mérito” ou “demérito”. Deus não pode gerar o “bem” ou “mal”, porque senão ele seria duplo, instável, e o ego é formado na pluralidade, classifica a emanção de Deus como “bem” ou “mal”, “certo” ou “errado”, “bonito” ou “feio”. O ego não contém valores universalizados. O Espírito ligado a este ego e que não contém valores universalizados, acredita que existem coisas “boas” e “más” a serem feitas, que alguma coisa ou lugar pode ser “belo” ou “feio”, que algo pode estar “limpo” ou “sujo”, “arrumado” ou “desarrumado”, mas o homem lúcido ou “Senhor da Mente”, não acredita, ele diz a si mesmo: “ego, isto é criação sua, isto é do personagem, isto é desta outra personalidade que não sou eu”.
- “Maria” e “José” são nomes do diabo da sua vida, quando você trabalha para o nome que imagina ser você, está cultuando o “diabo”, quando quer as coisas para atender aos caprichos dela, você está cultuando o “diabo”.
- O “Senhor da Mente” cultua a Deus e não ao “diabo”.
- Para ser “Senhor da Mente”, antes de mais nada é preciso ter coragem de não ser um ser humano, de enfrentar a humanidade, não a dos outros, mas a sua mesma (os seus desejos, paixões e posses), ou seja, limpar o seu interior.
- O pensamento contamina o sentido ou a percepção. Uma pessoa recebe uma bofetada, o pensamento contamina esta ação, dizendo: “você foi agredido, aquela pessoa é um agressor, não presta, merece receber o troco”. É esta contaminação ou criação de uma realidade egoísta que o ego cria para testar o seu egoísmo, o que é o objetivo de sua encarnação, por isso, deve-se ter coragem e entregar-se ao nada, ou seja, de não se deixar levar (acreditar como

real) pelas emoções, pensamentos e percepções contaminadas.

- Todos os atos humanos (trabalhar, namorar, comer, etc.) possuem uma única finalidade, um único objetivo, que nem sempre é alcançado, ser feliz. Pois bem, a auto realização em Deus existe quando você é feliz, na realidade, quando uma pessoa diz que é feliz, ele está apenas tendo um prazer, uma felicidade fugaz.
- Quando se aprende a arte de viver, que é a arte de controlar seus pensamentos e emoções e não deixar que eles criem a infelicidade, ele alcança a felicidade incondicional, é o que o Cristo chama de ser bem-aventurado, o que vive a felicidade que independe das emoções humanas.
- Para o homem lúcido, o único algo ou alguém que realmente o faz sentir-se auto realizado é Deus, e que, assim, ele só alcança este estado de Espírito quando está se relacionando com o Pai. Para se auto satisfazer na relação com o Senhor do Universo, o homem lúcido primeiro aprende a se satisfazer consigo mesmo. KRISHNA COMPLEMENTA: "O DEUS CUJO RELACIONAMENTO LHE TRAZ A AUTOSSATISFAÇÃO, ESTÁ PRESENTE EM TUDO, EM TODOS."
- O hoje não é resultado do ontem, se fosse, tudo o que fizeram ontem seria realizado hoje. O hoje é hoje, ele começa e termina agora, quando o hoje chega, o ontem acaba, morre, por isso, não pode gerar o agora. Não há tempo, passagem de tempo, o que existe é uma sucessão de presentes, a vida acontece em momentos presentes que se sucedem, sem que isso leve a existência da passagem de um tempo. O passado só é importante para a sua evolução, no momento em que ele é presente, depois que se torna passado, não mais influencia o seu processo de evolução.

- Deve-se viver o que a vida cria a cada momento, ao invés de prender-se aos objetivos que a mente cria para serem alcançados no aqui e agora. Aquele que é “Senhor da Mente” vive a vida em momentos (aqui e agora) curtos. Viver crendo em objetivos é sempre correr um risco com relação à felicidade, porque o que está reservado a cada um, pode ser diferente do que se tinha projetado para acontecer. Quem cria a vida que você terá, será a sua mente, a você só cabe viver o que ela propõe ou não.
- Quem acha que recebeu o merecido, viverá o prazer, vivendo o que não imaginava merecer, sofrerá certamente. Aquele que busca a paz e a harmonia, vive desperto com relação à questão do merecimento e da justiça, o ser desperto sabe que a justiça de Deus está presente a cada segundo no Universo, já que Ele é a Causa Primária de Todas as Coisas, não crê em quaisquer critérios de mérito ou demérito e de justo ou injusto, que a mente cria. Aquele que controla a mente, não aceita quando o ego diz que no momento presente ele ou alguém é obrigado a agir de determinada forma ou que precisa que certa coisa aconteça para que viva em felicidade.
- Só você é real, o resto é criação da mente. Tudo o que imagina estar fazendo ou recebendo e tudo o que imagina estar acontecendo, são apenas criações mentais e não realidades.
- Não existe tempo para passar por você e, por isso, você também não passa por ele, você existe a cada presente e como estes nunca vão para o passado, já que quando o aqui e agora se muda, ele acaba, só existe o presente e só neste momento você existe. Viver a eternidade, é viver cada aqui e agora que se apresenta na sua existência. Viva o presente a cada presente e não os presentes.
- O pensamento não antecede o ato, o cria. Você só ouve quando existe um pensamento afirmando que isso está

acontecendo, enquanto a mente não criar a ideia de que está ouvindo, você não consegue viver o ato.

- Deve-se retirar do presente alguns detalhes que a mente cria sobre ele, não em alterar o aqui e agora, mas em vivê-lo de uma forma diferente; por exemplo, o medo de um desastre, o medo está no presente e por isso precisa ser vivido, mas não precisa ser vivenciado, ou seja, ou se vivencia com um medo terrível de um acidente ou com a simples constatação do que está sentindo (“estou com medo, e daí?”).
- Jamais negue o que a mente cria, pois ela faz parte da vida, é a vida, ao invés disso, não compactue com ela, ou seja, responda sempre da seguinte forma a qualquer consciência que tenha: “mente, eu não acredito em você, não sei se o que está falando é real, você diz que é, mas eu não creio nisso, por isso não me comprometo com as suas criações e não vivencio o que você afirma que devo viver”.
- Quem domina a sua vivência, não julga, critica ou quer mudar o que a mente cria. Viva o aqui e agora sem mudar qualquer coisa, seja mental ou físico, no momento presente.
- Para conseguir a vivência com as criações mentais, três palavras são fundamentais: não sei, e daí e dane-se. O sábio nunca sabe de nada e nunca valoriza coisa alguma, ele apenas observa o que a mente cria.

5. *Carmas humanos*

- **Carma é a reação a uma ação**, instrumento na qual a lei de causa e efeito se utiliza para agir. O carma é o efeito gerado por uma causa, é a exata colheita do que foi plantado, não está vinculado a prazer ou dor, mas está simplesmente respondendo a alguma coisa que foi anteriormente feita pelo ser universal. **Carma é a própria vida**, cada um dos momentos da vida, de uma existência do ser universal, seja ela na carne ou fora dela.
- ***O ESPÍRITO DA VERDADE AFIRMA: “TUDO O QUE ACONTECE DURANTE A EXISTÊNCIA CARNAL DE UM ESPÍRITO, É FRUTO DE SUA ESCOLHA ANTES DE ENCARNAR.”.***
- Cada coisa que você toma conhecimento, cada compreensão que toma de uma leitura, cria um carma. Toda leitura deve lhe servir para destruir alguma coisa, sem criar nada novo, neste caso, ela não gerou carmas.
- **Tudo é ilusão**, querer viver é uma ilusão, porque a vida transcorre sem que você tenha comando sobre ela.
- **O egoísmo é a mãe de todos os males**. Toda compreensão que um ser humanizado alcança, é formada a partir do “eu” (eu acho, eu sei, eu gosto, eu faço, eu quero); toda realidade que o Espírito encarnado vive, é criado a

partir de um saber individual; toda compreensão que um ser humanizado tem, é individualizada.

- Como vencer o carma? Para vencê-lo, é preciso vencer você mesmo, ou seja, vencer as compreensões individualizadas e egoísticas que tem sobre as coisas (pessoas, objetos e acontecimentos) da vida carnal, isto porque, para compreender qualquer coisa, o ser humanizado só parte do que acha que sabe, ou seja, o que já tinha consciência formada anteriormente, todo carma, então, se fundamenta no “eu”, sendo assim, todo carma é uma proposição de prova para você se libertar deste “eu” que está vivendo, pois ele é individualista, enquanto que aqueles que estão próximos de **Deus** são universalistas. Este “eu” é o José, a Maria, ou seja, o ser humano, a personalidade humana que você imagina ser. O gênero de provações contra o uso do egoísmo é, primariamente, o gênero de provação no planeta Terra.
- Há **três tipos de posses** que surgem pela ação egoística com a qual se fundamenta o ego:
 - **POSSE DOS ELEMENTOS MATERIAIS (É MEU):** é uma prova para o seu egoísmo de achar que alguma coisa é sua (é um carma), ou seja, é apenas um instrumento para uma conscientização, para que um carma surja, e assim, uma provação seja vencida.
 - **POSSE SENTIMENTAL:** expressa pelas compreensões “eu gosto”, “eu amo”, “eu não gosto”, “eu tenho raiva”, tudo e todos que você gosta ou desgosta, ama ou não, são conscientizações geradas pelo ego para que surja um carma, para que uma prova seja vivida dentro de um gênero de posseção sentimental das coisas, que é o fruto da ação egoística.

- **POSSE MORAL (“EU SEI”)**: saber qualquer coisa, declarar que conhece a verdade, ter consciência do certo e do errado, do bonito e do feio, do bom e do mal, todas estas compreensões são ações carmáticas criadas pelo ego, porque são consciências que você tem, formadas apenas pelas suas próprias verdades, fundamentadas no egoísmo (se concordam com você, estão certos, se não concordam, estão errados, são mentirosos). **Vencer a sua própria opinião, a si mesmo, é o objetivo desta vida.**

- O que será provar a si mesmo que aprendeu alguma coisa na erraticidade? É amar a **Deus** acima de todas as coisas e ao próximo como a si mesmo, amor incondicional e indiscriminado, para tanto, é preciso pegar a espada que **Cristo** e os outros mestres afirmaram que trouxeram (seus ensinamentos), e matar as compreensões (você mesmo) que o ego cria.

- O carma é uma prova de fé, a **fé é entrega com confiança total e cega a Deus**, é declarar-se incompetente para saber se está certo ou errado, deixando apenas com **Deus** a compreensão das coisas. Viver com **Deus**, para **Ele** e **Nele**, este é o resultado do não deixar-se guiar pelo egoísmo, expresso através das posses que são usadas pelo ego, para criar as compreensões, com isso, acaba o desejo de querer estar vivo (encarnado), de gozar a existência carnal pelos valores materiais.

- O medo da morte com o qual os seres humanizados vivem, é também um carma, ou seja, uma oportunidade para exercer a fé em **Deus**.

- Libertar-se do carma não é falar ou deixar de falar determinadas palavras, pois o carma não está no ato, mas em compreensões que se expressam pela razão, por aquilo que você acredita interiormente.

- A **posse** (material, sentimental ou moral) **por um elemento específico** é chamado de **paixão**, ou seja, posse é genérico (minha), mas a paixão é específica (casa), achar errado aquela pessoa (posse moral – achar que está certo, paixão – a pessoa).
- No Livro da Vida, o Espírito escolhe o gênero de provas (as possessões) que quer executar, e **Deus**, ao longo da vida, vai criando paixões para que a provação possa acontecer. **Não julgar, não criticar, ensinou o Cristo, nós somos o carma dos outros e os outros são o nosso.**
- Quando alcançar a plenitude do amor (não tiver mais nenhum certo ou errado), não exigirá que os outros pensem como você, neste momento, extinguiu-se a sua posse sentimental ou moral.
- **Os desejos são formados pelas paixões**, expressam vontades que o ego dá ao ser humanizado a partir da conscientização da paixão, ou seja, a vontade de **ganhar** e de **não perder** o objeto da paixão, a vontade de **ter prazer** e a de **não ter desprazer** a partir da vivência com o objeto da paixão, a vontade de ser considerado certo (**ter fama**) e a de não ser considerado errado (**infâmia**) por causa da paixão, a vontade de **ser elogiado** (reconhecido) e a vontade de **não ser criticado** por causa da sua paixão.
- Ter a consciência de que **tudo** que lhe vem à mente é um carma, **tudo** que o ser humanizado conhece pelo raciocínio não é Real, porque se trata apenas de uma interpretação individual, fruto do seu egoísmo.
- O trabalho de quem quer eliminar o carma, é não acreditar nas consciências que **Deus** forma através do ego (“tal pessoa é mal-educada”) para a sua provação, você não pode aceitar tal afirmativa como realidade (“aquela pessoa **não** é mal-educada”), você precisa libertar-se dessa paixão.

- Aí está a realidade final sobre o carma: **tudo** que lhe vem à mente, refere-se a um pedido seu, feito antes da encarnação, para provar que se libertou do egoísmo ou porque esta é a personalidade com a qual você encarnou para cumprir uma missão.
- É assim que se liberta do carma: tendo a consciência que a criação racional do ego não é uma verdade nem uma realidade, é simplesmente, um carma, estando você em missão ou provação, então, a compreensão racional de agora é a consequência (efeito, carma) de uma causa, ou seja, o pedido feito em um momento anterior, para vivenciar uma missão ou provação. **Tudo** o que se conscientiza (vem a sua mente) é aquilo que veio a esta existência para se libertar, se libertar, não no sentido de deixar de ser, mas no sentido de compreender que **tudo** que você acha, **não é real**, mas apenas carma.
- Os mestres nos ensinam que não devemos ter egoísmo, posse, paixão e desejo, todas as compreensões racionais que você tem sobre qualquer assunto, estão fundamentadas nestes quatro elementos. Para libertar-se deles e de seu carma, reconheça que o que você pensa, não é certo, que o que sente, não é bom, que o que tem, não é seu. Aja com equanimidade com os elementos do mundo carnal e não será mais guiado por eles.
- Não se deve negar os sentimentos (sensações) e pensamentos gerados pelo ego, mas conviver com eles sem deixá-los influenciar, dirigir a sua existência, transformarem-se em verdades, é não acreditar (“não sei ...”), o ego diz: “a casa é sua”, conviva com isso, mas interiormente, não acredite nisso, sinta somente que você não sabe de quem é a casa, não deve sentir que a casa é sua propriedade.
- Os objetos (mesa, carro, etc.) são **emanações de Deus**, através da manipulação do **fluido universal**, necessários

para a sua ação carmática, ou seja, **despossuir-se** desses objetos.

- Cada formação mental é uma essência de uma ação carmática ou o próprio carma, para a criação destas formações mentais, **Deus** emana na consciência de cada mente uma série de verdades (o gostar ou não de algo, o querer ou não, etc.), para que elas se transformem em essências, que servirão de provação ao Espírito. Sem as verdades, que estão na mente, não existiria a realidade que você imagina estar ocorrendo e, desta forma, não haveria a provação do Espírito: **amar a tudo** (manter-se equânime frente a qualquer história de vida criada pela emanção de **Deus**) ou vivenciar as ideias geradas pela mente (irritar-se com a TV estragada, cansar-se, sentir medo, etc.).Essas verdades não são reais, são ficções emanadas por **Deus** que caracterizam a essência do acontecimento, são instrumentos para o carma, a ação carmática normalmente é contrária aos anseios do Espírito, para lhe dar uma oportunidade de amar.
- Na prática, a interação com você mesmo, que leva a aproveitar a ação carmática como instrumento da elevação espiritual, é não dar sentido de verdade às coisas que são ditas pela sua mente, através do pensamento. A ação não deve ser no sentido de mudá-las (acreditar que é homem), mas anulá-las (“não sou mulher, mas também não sou homem, sou um Espírito, não possuiu sexo”), a partir do momento que você lute para não dar credibilidade às verdades expostas pelo ego, elas se extinguirão, não terão mais verdades embutidas, que criarão padrões de ações dos outros, que definam o seu sexo, só aí conseguirá viver equanimemente e alcançará a elevação espiritual. Você tem o prazer de dizer que está certo ou tem o sofrimento de se acusar.
- Aquele que busca a **Deus**, a unidade com o Pai, deve lutar contra a certeza sobre qualquer coisa, sem se culpar

quando não conseguir ou sem ter prazer com o que conseguir realizar.

- A ansiedade é a vontade do prazer.
- É preciso a ação do próximo para que o ego lhe envie os pensamentos, para que pratique a libertação dele, não se deixando levar pela exultação do prazer ou pela depressão da dor que lhe propõe, e mantenha-se na equanimidade. Cada vez que o ego lhe disser que aquele ser humano é amigo ou inimigo, liberte-se destes pensamentos. **Todos são Espíritos irmãos.**

6. Inteligência emocional

- O ser humano está sempre envolvido nas **QUATRO ÂNCORAS (BUDA)**:
 - **VONTADE DE GANHAR (ESTAR CERTO), MEDO DE PERDER (ESTAR ERRADO).**
 - **VONTADE DE TER O PRAZER, MEDO DE SOFRER.**
 - **BUSCAR A FAMA (O RECONHECIMENTO), TER MEDO DO NÃO RECONHECIMENTO.**
 - **BUSCAR O ELOGIO, TER MEDO DA CRÍTICA.**
- As pessoas tem medo de se expor, com medo da crítica, mas querem se projetar.
- Para se transmitir alguma coisa aos outros, é preciso usar o referencial deles, trabalhar a realidade deles, o que a pessoa fala, entende, o que você está ouvindo.
- Não tem como estar em paz, sem estar ajudando o outro.
- Ninguém conquista elevação espiritual, recebe de **Deus** pelo quanto ajuda o outro.
- Quem usa os ensinamentos para si, é egoísta por natureza.

- **Ajudamos os outros, aplicando os ensinamentos em si,** ao não julgar o outro, ensinamos o outro a não julgar, é na hora que colocamos em prática em não ver o certo e errado no outro, que ensinamos o outro que não existe o certo nem o errado, porque se chegarmos com uma palavra de que não existe o certo nem o errado, o outro vai dizer que não sabemos de nada, pois ele acha que sabe tudo que é certo, ou seja, **não existe mestre, não existe ninguém que consegue ensinar o outro, se o outro aprendeu é porque ele aprendeu e não porque o outro ensinou.**
- **Jesus não ensinou nada, ele vivenciou, e na vivência dele, ele ensinou o que era certo, não em palavras.**
- O trabalho todo da busca da felicidade é o trabalho de Inteligência Emocional, ou seja, ser emocionalmente inteligente.
- Brigar com o outro que pensa diferente, é simplesmente para poder vencer o outro. O objetivo da discussão, da conversa, do provar que está certo, do querer ensinar, é vencer o outro, são guerreiros lutando para provar que eles têm a verdade, é o instinto de sobrevivência, defesa do seu território, o inteligente emocionalmente diz: “O que adianta querer provar para ele que estou certo? Ele que fique com a razão dele, que eu fico com a minha”, ou seja, certas emoções não servem para nada. O inteligente emocionalmente é aquele que sabe avaliar o que é importante, o que pode ser “bom”.
- O ser imaturo é aquele que quer se impor de qualquer jeito.
- **Na verdade, trabalhamos pelo instinto, presos pelas Quatro Âncoras (burrice emocional).** Quanto mais intelectualizadas são as pessoas, mais burras são emocionalmente, porque a inteligência racional é oposta a inteligência emocional, por isso, o **CRISTO FALA: “DEUS MOSTRA AO SIMPLES O QUE ESCONDE DOS**

SÁBIOS.”, porque ele ao acreditar que sabe, quer impor, e nessa luta de impor, ele usa o instinto.

- Você só vai conseguir raciocinar a emoção quando ela chegar, aí você vai ver se compensa viver aquilo ou não. Quem gosta de sofrer, mantém a emoção.
- **Responda a quem lhe pergunta, ajude a quem vem procurar ajuda. JESUS DISSE: “BATA QUE ABRIREI.”**, ou seja, ele só abrirá a porta, se você bater. Não estamos aqui para salvar o mundo, estamos aqui para salvar a quem nos pede, para transmitir ensinamentos a quem nos pede ajuda, e não sair como dono da verdade, julgando o mundo, porque, assim, nós é que seremos os doentes, precisando se curar.
- Aquele que quer ajudar o outro é aquele que está à disposição do outro, espera o outro vir a ele.
- **Ajudar o outro é:**
- **ser amigo**, passar a ideia de amizade, cúmplice, do lado dele, para permitir que ele se abra, deixar falar, participando como amigo, ouvindo, e não perguntando;
- **dar corda**, sem julgamento nem crítica de nossa parte, para não perder a oportunidade de ganhar, já que é ajudando que se ganha a felicidade e não provando que está certo;
- **viver o problema da pessoa;**
- **pensar pelos valores dele;**
- **ser o outro** e não dar a ele o seu caminho;
- **ouvir a compreensão dele e trabalhar a compreensão dele e não a sua**, não a destruindo;

- **auxiliar a repensar a vida e não a mudar a vida**, ou seja, saber viver a vida dele (a mãe que reclama do filho, fazê-la ser emocionalmente inteligente, aceitando o filho como é, já que a tentativa de mudá-lo, não deu certo).

7. Sistemas humanos

- Posse não é ter, é achar-se no direito de dirigir o destino daquilo que você possui (filho, coisas, etc.).
- Quem quer saber das coisas, de um modo geral, não é o Espírito, e sim, o personagem (ego), que o Espírito vivencia naquela encarnação. O Espírito sabe, você humano, está procurando religião, saber, conhecer, ou seja, ser, estar e fazer coisas, porque você é a encarnação do Espírito, e quando você procura alguma coisa, há uma prova para o Espírito, então, você humano, não procura nada, a sua ação de procurar, representa uma prova para o Espírito.
- Amar a Deus sobre todas as coisas e o próximo como a si mesmo, ou ficar preso naquela intenção da procura.
- Não existe Espírito encarnado, existe Espírito vivendo encarnação, ou seja, o Espírito não está em você, está vivendo você.
- O Espírito liberto sabe que não existe matéria, tudo é energia, que é captada pelos olhos e reconhecida a forma pelo cérebro.
- Vivemos em um mundo de provas, não de aprendizagem, pois este é um mundo transitório. Quem pode tirar algum proveito da encarnação é o Espírito, não é você, o máximo que se pode alcançar nesta vida para o ser humano, é tentar viver esta vida o melhor possível para você.

- Todo o mundo de vocês é criado por vocês, para vocês, para satisfazer você mesmo, cada um cria um Jesus, um Deus, que satisfaça os seus interesses.
- O ego, o ser humano, a mente, é egoísta, a expressão desse egoísmo, é a vontade de ganhar, para ganhar, alguém tem que perder, então, a mente está sempre combatendo com o outro, querendo derrotar o outro, como o outro não existe lá fora, só dentro da mente, ou seja, é algo que você cria pra você, você cria o outro de tal forma, que você possa matá-lo, vencê-lo, ganhar, combate-se isso, deixando de querer ganhar.
- O mundo não quer que você seja feliz, que você viva a vida, ele quer você distraído, distraído com seus problemas profissionais, familiares, de escola, de trânsito, para você não viver a vida. O mundo é o mundo.
- O ser humano é o castigo do Espírito.
- A vida que o ser humano vive, influencia o Espírito? Não, a decisão que o Espírito toma a partir do momento que ele está vivenciando como ser humano, influencia ele, a vida do ser humano, não, ele é só a prova.
- Deus não é um ser, Deus é tudo.
- Viver a vida, é viver aquilo que vem pra você, é não mudar o que vem, é viver, é não chorar ou sofrer.
- Somos subordinados a um conjunto de sistemas do mundo, seguimos um padrão ditado.
- O melhor pra você, não é o melhor pra você, é o melhor pra você.
- Devemos reconhecer, em primeiro lugar, que somos subordinados a vários sistemas, para podermos nos libertar

dessa subordinação. Nós é que nos subordinamos aos sistemas, preso a uma gaiola de ouro, que muitos não querem sair dela, por medo de enfrentar o sistema (“o que os outros vão falar de mim”).

- Agir contra o sistema, é agir contra os outros, e você tem medo de agir contra os outros, porque o sistema tem sua regra, que diz que você tem que ser aceito pelos outros (elogiado, ter fama, prazer).
- O sistema são todas as normas de certo e errado que você tem, que você acredita que acredita, você não acredita, elas lhe foram impostas e você se subordinou a elas (padrões de certo e errado, bonito e feio), pior, você luta contra os outros pra defender o sistema, dizendo que está defendendo você, você está tão enquadrado no sistema, que você deixa de ser você e passa a ser o sistema.
- Não é ir contra o sistema, é libertar-se do sistema, usar o seu livre arbítrio, libertando-se internamente, deixando de ser subordinado, fazendo não mais porque é o certo, o bonito ou o melhor, mas porque faz, por respeito ao próximo, pra não afrontar alguém, e aí, quando você faz, você se sente bem, o que não sente quando se subordina ao sistema.
- Os sistemas são particularizados para cada pessoa (dois irmãos não vivem no mesmo sistema, pra uma coisa é certa, pra o outro, não).
- Não se deve se meter no sistema dos outros, deixe cada um lidar com o seu, na verdade, o que se quer, é impor o seu sistema aos outros.
- O que existe é o respeito ao próximo, pois quando você quer dizer para o outro o que acha certo, você afrontou o direito dele. O seu direito só começa onde acaba o do outro.

- Toda lei é um sistema (sistema legislativo) que legisla (põe em ordem) na sua vida.
- Ser feliz é alcançar a felicidade num momento, é o melhor que você pode fazer por você, e a pior coisa que você pode fazer por você, é sofrer.
- Alcançar a felicidade, não no ser, estar ou ganhar, pois essa felicidade é efêmera, dura pouco, mas num estado de paz, de harmonia, de estar bem consigo mesmo e com o mundo.
- Deve-se libertar-se dos sonhos que você tem, das coisas que você deseja, das esperanças de alcançar, de ter, estar, de ser, de fazer, nessa vida, nada nem ninguém nesse mundo, pode lhe garantir que você vai conseguir aquilo.
- Você se subordina ao sistema, porque está de olho no prêmio que ele promete pra você, o egoísmo.
- Somos fantoches do sistema humano de vida, ele nos manipula como ele quer, e nós nos entregamos a esse sistema, em troca de premiações, que a maioria das vezes, não tem.
- O modo como nos sentimos quando alguém ou alguma coisa não vai do jeito que gostaríamos, é o sistema que diz como devemos nos sentir (magoado, triste, desapontado).
- Começa a compreender que em você não há nada de você, são apenas reações pré-programadas pelo sistema, as quais você se subordina, inclusive a culpa (se conseguiu, conseguiu, se não, toca pra frente), ou seja, não aceite esta imposição, porque a culpa é o último suspiro do sistema, para lhe aprisionar.
- Devemos ser felizes com o que somos, com o que temos.

- Devemos estar atentos a tudo, e que busquemos nos libertar de tudo.
- Você não sai do sistema, só se liberta dele, o sistema continua correndo a seu lado.
- Vivo é aquele que está com Deus, em Deus e vive para Deus, porque só Deus é a Vida.
- O período entre o nascimento e a morte, chama-se encarnação, não é vida, é uma etapa da existência do Espírito, onde ele pode passar por essa etapa vivo ou morto (vive para a carne).
- A evolução do ser humano é viver esta vida bem, com qualidade; não há evolução para o ser humano.
- Porque que vocês não estão vivos? Por que vocês não vivem a vida, vocês vivem o problema, o casamento, a maternidade, o emprego, mas a vida vocês não vivem.
- Ato, você não pode deixar de fazer, mas você tem uma ação a fazer na vida, que é viver a sua vida da melhor maneira possível, pra você.
- A vida nada mais é do que a subordinação ao sistema que o mundo joga em cima de você, através das mães, dos pais, professores, vizinhos, e você acha que está fazendo o que você quer fazer, o que gosta de fazer; mentira, na verdade, vocês são vacas, bois, sendo levados, achando que estão fazendo o que querem.
- Ser um ser humano melhor, é assumir o controle de você mesmo, ao invés de ser apenas um instrumento do sistema, não é mudar a sua vida que você vive, mas é você estar livre da obrigação, da subordinação, você já não faz mais aquilo, subordinado, mas faz porque você usa o seu livre-arbítrio.

- Vocês lutam para ter livre-arbítrio, mas não usam, fazem apenas aquilo que o sistema diz que é certo ser feito, mesmo quando não quer fazer aquilo, por causa do medo da crítica, da busca de ser reconhecido como ser humano, perfeitamente integrado ao mundo humano.
- A subordinação ao sistema, leva vocês a perderem o livre-arbítrio. Quando vocês querem impor alguma coisa ao outro, você acha que ele não tem o direito de ter o livre-arbítrio, de escolher o que ele quer pra ele.
- O sistema promete recompensa para quem o segue, mas não cumpre essa promessa; não se iludam com as recompensas que o sistema cria.
- Qual a importância fundamental daquilo que você comprou, para sua vida? Você só tem uma coisa pra você que você não pode deixar de ter: o oxigênio, porque sem ele você está morto, o resto tudo você pode viver sem, dá um jeito. As coisas materiais fazem parte do sistema, que além de criar elas, cria a necessidade delas.
- Tem como ser completamente livre do sistema, e isso não muda nada na sua vida, só muda a forma como você vive, você usa o que o sistema diz para usar, sem ser por obrigação de usar, sem ser porque é certo usar, usar porque está usando, é você se libertar do sistema. O sistema diz que você é obrigado a usar isto, você diz “eu não sou, posso até usar, mas por obrigação não, e tem mais, não vem com essa história de que se eu usar isso eu vou ganhar aquilo, que eu não acredito mais nisso”.
- Porque vocês sofrem quando o sistema não premia vocês, subentendendo-se que você seguiu o sistema? Porque exige do mundo, que o mundo se subordine ao sistema, vocês não conseguem conviver com a vida, vocês exigem que a vida seja de tal jeito ou de tal jeito, a mulher não consegue simplesmente amar o marido, para amá-lo, ela

exige que seja fiel, que ame ela, que ele faça carinho nela, que ele seja o companheiro, esse é um elemento do sistema, além dele impor normas para você, ele impõe exigências da vida, e você aceita essas exigências da vida, e começa a cobrar da vida o que o sistema diz que você tem que cobrar.

- Se alguém lhe ama, será que ele precisa também ser amado? Será que ele não pode ser feliz apenas por amar? Se ele estuda, por que que ele tem que exigir da vida uma recompensa pelo que ele estudou? Será que só o estudar já não o satisfaria, o conhecer novas verdades? São essas coisas que fazem você sofrer. Por que exigir da vida lhe faz sofrer? Porque você não se limita apenas em saber, exige que o outro concorde com você, que o outro acredite no que você sabe? Para ganhar, as quatro âncoras são a base de tudo. Acontece que o mundo não está aqui para fazer o que você quer, ou será que ainda não descobriram isso? Será que ainda não entenderam que o mundo segue as suas próprias leis, normas, o seu próprio destino. Porque que você quando quer ir num lugar, você tem que exigir que o outro vá com você? Vai você. Dominar, essa é outra característica daquele que segue o sistema do mundo, o sistema do mundo que leva a ser dominador por natureza (“olha meu filho, se alguém bater em você, reaja”).
- Tudo isso faz parte de um pacote que governa sua vida, que lhe governa como reagir a cada momento do que acontece dessa vida, que transforma vocês naquilo que vocês sempre lutaram para não ser: fantoches. Vocês são fantoches do sistema humano de vida.

8. *Espiritualismo cristão*

- Só se alcança Deus pelo coração, não pela mente: o amar.
- O elevado espiritualmente é aquele que não é apegado à matéria. Ele vive a vida espiritual, mesmo estando neste mundo, ou seja, ele não se relaciona com outra pessoa como pai, mãe, filho, irmão, amigo, inimigo, mas como Espíritos irmãos.
- As coisas materiais são provas que Deus nos dá, para ver como vamos nos relacionar com elas (posses).
- Devemos assistir a vida e não viver a vida.
- Todo mundo que acreditar no julgamento que a mente faz, vai para o “inferno”, por isso, não importa o que a mente diga, não acredite nela. É o ser humano que julga, não é você.
- Um professor deve aprovar ou reprovar os alunos, sem julgá-los (não o elogie se ele for aprovado e não o critique se for reprovado). Corrigir uma prova é uma coisa, aprovar ou reprovar a atitude ou o jeito que a pessoa fez a prova, é outra coisa.
- Se a mente fala uma coisa, boa ou má, e você aceita, acredita, essa informação vai para a memória, e será usada

contra você em outra oportunidade. Caso você não aceite, ela não se instala em sua memória.

- Não é a coisa, mas a forma como nos relacionamos com esta coisa. Aceite ou não a situação, mas não julgue.
- *JESUS DISSE: “NÃO SE SERVE DOIS SENHORES AO MESMO TEMPO.”* (matéria e Deus (espiritual)).
- Sentimento é espiritual, sensação é material.
- Tudo que lhe é consciente, lhe vem pela mente, e tudo que lhe vem pela mente, é material.
- Tudo que há no mundo material, existe para ver como nós nos relacionamos com eles (posse, julgamentos, críticas).
- O espiritualista não vive no mundo espiritual, vive no material, só que ele vive no mundo material, preservando as relações espirituais (Amar a Deus sobre todas as coisas e o próximo como a si mesmo).
- Respeitar o próximo do jeito que ele é, isso é amar o próximo.
- O que é sentir a dor (perna, coluna)? Sentir a dor é sentir a dor, sentir doer é outra coisa (“está doendo muito”), é a forma como se relaciona com ela, não é a coisa (toma o remédio, etc.), não é fingir que não tem dor, é não fazer a dor doer. É conviver com ela.
- A capacidade de fazer só é de Deus.
- Ninguém pode ser salvo, você pode se salvar. Ninguém salva ninguém, salva-se mudando sua vibração.
- Não importa o que sua mente diga, não acredite nela, não acredite no julgamento da sua mente, já que ela é do ser humano, não do Espírito, mas a partir do momento que o

Espírito aceita o julgamento, a crítica da mente, ele estará comprometendo sua evolução espiritual.

- Julgar é ter opinião sobre qualquer coisa, ela é a sentença e o julgamento (“eu acho que ...”). Não julgar os outros é não ver o certo nem o errado.
- Devemos deixar o pensamento passar e não acreditar nele, acreditando, ele vai para a memória e será usado em uma outra situação (acreditamos que uma calça é azul, porque está na nossa memória, criticamos uma pessoa por determinada atitude, essa crítica fica na memória e será usada em outra pessoa se cometer atitude semelhante), mas se eu me libertar das críticas (certo e errado), estarei dando um passo para minha reforma íntima.
- Ninguém vai salvar o mundo, então espere a pessoa pedir ajuda, se não pedir ajuda, deixe como está. Ajudar quem não pede ajuda, é julgar, é tentar levar a pessoa para o bom.
- Se uma situação acontece, acontece porque vem de Deus, se está certo ou errado, não sei. E o que vai acontecer? Não sei, Deus vai dizer, espere. O problema é que vocês querem solução e explicação para tudo, na mesma hora. Pra quê? Pra poder julgar, confirmar as nossas verdades. Se pedirem sua opinião, dê, sem se preocupar se está certa ou errada, ou em querer saber, conhecer.
- Toda experiência física é mental; a partir do momento que você tem consciência, ela é mental.
- Aprender não é ouvir, é praticar o que ouviu.
- Não existe a verdade verdadeira neste mundo, tudo é verdade relativa, a verdade absoluta é só Deus, nem os Espíritos que estão mais próximos de Deus, conhecem a verdade absoluta.

- Caminhar não é andar para frente, é estar no mesmo lugar, tirando as coisas de você. Elevação espiritual não é andar para, porque não há para onde ir, você já está onde deveria estar, o problema é que você acha que não está, porque acha que tem que ser uma verdade que você tem que achar para fazer.
- Elevação espiritual não é andar pra frente, é libertar-se do que se joga pra trás.
- Não importa o caminho, a doutrina que você siga, o ensinamento, se você se entregar a um ensinamento que você tem e confia nele, você está exercendo a fé. Sempre a prova é um exercício de fé.
- Ajudar o próximo é tirar a carga dele, porque ele caminha mais leve.
- Você não deve buscar, você deve viver o que tem.
- Quando alguém tem a sensação de ter ganho, alguém tem a sensação de ter perdido, não é o ato em si de ter ou não ter a coisa, tudo é um pensamento que lhe informa alguma coisa, se o pensamento não lhe informar nada, você não existe. Você é aquilo que o pensamento diz que você é.
- O Espírito não é o que você acha que é, o Espírito, é só um pensamento lhe dizendo que aquilo é Espírito.
- Como é que eu sirvo o espiritual sem saber o que é espiritual? Não servindo o material. O material é tudo que você é, que você sabe, conhece, imagina, tem consciência, ou seja, tudo da sua vida, é você, porque você é matéria, a personalidade humana, então, você precisa se libertar de tudo, não servir a tudo, pra poder servir ao espiritual, e aí, você serve ao espiritual sem servir a nada, porque você está apenas não servindo a ele.

- Não existe nada nesse mundo que precise ser feito, tudo está pronto, vocês não fazem nada, tudo é feito para dar a cada um a oportunidade de escolher entre uma forma de se relacionar e outra.
- Você não é o corpo que você é, mas quando a mão faz alguma coisa, você diz que você faz, no entanto, é Deus que faz tudo. A capacidade de fazer é só de Deus, e se ele fez, é porque é perfeito.
- Não existe Espírito, existe alguma coisa que você usa o nome de Espírito pra dizer o que é, mas existe uma coisa, que não é o que você acha, que você chama de Espírito, é algo completamente diferente, você só tem uma ideia do que seja um Espírito.
- Ninguém pode ser salvo, você pode se salvar

9. As cinco verdades universais

1. Primeira verdade

- 1 - NÃO EXISTE SER HUMANO, EU SOU UM ESPÍRITO
- O Espírito é o princípio inteligente do Universo, a inteligência que habita o corpo, com capacidade de receber informações e sentimentos, analisar, tomar decisões e comandar a prática de atos; é a função do Espírito dentro do corpo.
- Não existe o sentido humano de existência (“eu sou uma personalidade que age junto ao mundo – penso, logo existo”), é nesse sentido que o ser humano não existe. Ele não é uma personalidade do Universo, ele é uma ideia que está na mente do Espírito. Tudo se passa em um mundo mental, não no exterior. Ao ser agredido, pensar “ninguém me fez nada, nada aconteceu comigo, tudo isso foi apenas um sonho”. Esse é o primeiro princípio básico de um espiritualista. Para que ele possa viver essa vida ligado a existência eterna, ele precisa levar tudo que é externo para dentro de si, e viver tudo que ele acha que é material como algo mental, como um sonho, porque enquanto você viver

para o mundo externo, você vai ser agente da ação, receptor da ação e fruto da ação, e tudo isso, material, e aí você só vai viver para o mundo material. Essa é a base do espiritualismo, sem isso, não se consegue viver para Deus, se vive para a matéria.

- O importante não é entender o que eu falo, o importante é pra você saber o que fazer quando estiver vivendo um momento. É para você lutar contra os argumentos que a mente cria. É a faculdade espiritualista de vida, que é, essencialmente, prática, é vivência, são carmas para que você possa viver de uma forma diferente do que vive o ser humano. Viver no sentido de vivenciar o mundo interno, e não viver no sentido de atos, de acontecimentos. É, ao passar por uma situação, você não precisar entender (“eu não estou passando por essa situação, eu estou sonhando que estou passando por ela, e um dia vou despertar disso”).
- Não é entender as cinco verdades, é aprender a usá-las apenas como armas para não viver o que a mente fala.
- Eu sou Espírito, tudo que é material não interfere em mim. Espírito não vive mundo material. É estar além da humanidade, é não deixar a humanidade influenciar em você, todos vivem uma realidade que não é real.
- Os mestres não vieram para ensinar coisas a vocês, eles vieram para lhes dar armas pra vocês lutarem contra a mente, e vocês estão até hoje tentando entender o que eles disseram, em vez de usarem as armas.

2. Segunda verdade

- 2 – NÃO EXISTE MUNDO HUMANO, O PLANETA TERRA É UM MUNDO ESPIRITUAL
- Só existe um Universo, onde todos os Espíritos habitam. O Universo é um mundo espiritual. O que diferencia as coisas não é o espaço físico, mas sim a densidade da matéria que o Espírito ocupa ou convive. Quanto mais o Espírito avança dentro do conhecimento e da prática das leis de Deus, mas ele se desmagnetiza, podendo, então, habitar matérias menos densas.
- Todas as coisas não valem pelo seu valor humano, mas pela essência espiritual que ela contém. Você perder alguém, não é você perder alguém, é carma de cada um acontecer.
- Não existe as coisas como vocês, humanamente, entendem, elas possuem um sentido espiritual.
- Uma mão se encontrar com o rosto, isso é ato, que é compreendido como um tapa. Alguém falou alguma coisa (ato) e você se sente ofendido (Ele sabe porque que a pessoa falou? Pra que a pessoa falou? Qual era a intenção? Tudo isso é compreensão e quando você vive a compreensão, você só vive o mundo humano, porque você está vivendo a compreensão humana do acontecimento), para o Espírito, aquele ato possui outro valor, que é a essência da coisa. Cada ato possui uma essência, e essa essência, é a compreensão que o Espírito tem a respeito do que está acontecendo, e que você não consegue viver esta compreensão, porque não se liberta da compreensão humana, porque acha que é um ser humano, vivendo em um mundo humano.
- O que vai sentir a partir de um ato, depende da forma de como você compreende um ato.

- Para ser feliz, é preciso você ter compreensões que lhe levem a ser feliz, se não tiver compreensões que lhe levem a ser feliz, você vai sofrer.
- A sua vida é aquilo que você diz que é, otimista, pessimista, etc., são formas de compreender a vida, e quando você compreende a vida de um jeito, você vive aquilo que você compreendeu.
- Para o Espírito, qualquer compreensão de um ato humano é: “isso é uma prova, não uma ofensa, uma agressão”, por isso, a única forma de reagir, é amando.

3. Terceira verdade

- 3 - O ESPÍRITO VEM À CARNE FAZER PROVAS
- A vida é uma prova de relacionamento com outros Espíritos na carne, cada fato que acontece, em cada segundo, é uma questão desta prova.
- Não existe uma vida construída pelo ser humano, mais questões de uma prova que Deus coloca ao Espírito a cada segundo, quando responde errado, Deus coloca questões mais difíceis para que o Espírito esforce-se mais ainda na sua aprovação, portanto, a vida no planeta Terra nunca será aquilo que o Espírito sonha, ele não está aqui para ter uma vida tranquila, mas sim, para responder corretamente às questões da prova.
- Você não nasceu só para ter momentos bons, por isso, é aceitar e não renegar a dor, não querer fugir da dor, a dor é

inevitável e você tem que estar preparado para tudo que vai acontecer, para não cair na depressão, no sofrimento. A alternância entre o alto e o baixo é a sua prova, sua expiação.

- Você não nasceu pra ser feliz, você terá oportunidades para viver em felicidade.
- Ser feliz é viver em paz e harmonia com o mundo.

4. Quarta verdade

- 4 - A PROVA É DE CONHECIMENTO E PRÁTICA DO AMOR UNIVERSAL
- O Amor Universal é a soma de todos os sentimentos positivos do Universo. Possui três pilstras básicas ou sentimentos básicos que o compõem:
- ALEGRIA: Não existe amor que premie a tristeza. Amor Universal tem que ser vivido na alegria plena, não a obtida pela satisfação pessoal, mas um sentimento que provoque o prazer coletivo. É alcançada com a consciência do mundo universal ou de Deus, com as suas maravilhas, com a sua justiça e com a sublimidade do seu amor.
- COMPAIXÃO: é a consciência do sofrimento que pode causar a si ou ao outro. É não sofrer o sofrimento alheio, mas repassar a alegria para auxiliar o irmão.
- IGUALDADE: todos os Espíritos são iguais perante o Pai e devem se portar desta forma, para poderem auxiliar os irmãos.

- O ser humano é incapaz de amar.
- Você só ama aquilo que lhe interessa amar. Quando você sofre na hora da dor, você está amando a você acima de todas as coisas e não a Deus.
- A verdade que o espiritualista usa é “eu acho bom, mas não sei se o meu bom é bom”. Quando ele se exime de dizer que o bom dele é o bom, ele está amando a Deus, porque aceita que haja outros bons.
- Quando você se ama acima de tudo, você quer impor ao mundo aquilo que você acha; você se considera o Deus. Você precisa não se entregar a você mesmo, para se entregar a Deus.
- A mente humana só ama aquele que lhe ama. A mente humana não ama a Deus, quando não acontece aquilo que ele quer, porque não vê naquilo que está acontecendo, o amor de Deus por ele.
- Amar a Deus sobre todas as coisas, não é um simples ato de você amá-lo, é você entrar numa comunhão amorosa com Ele, amar e sentir-se amado, essa é a prática do amor a Deus sobre todas as coisas. Para você fugir da interpretação humana, você tem que ver naquilo que não lhe satisfaz, o amor de Deus por você (te roubar, ofender).
- Todo ato, todo segundo da vida de vocês, é programado por Deus com todo amor e carinho, para que você tenha uma oportunidade de amar, e aí você vive um desgosto, uma raiva, vive um sofrimento.
- Amar o próximo é uma questão de respeito, respeitar o outro em seus direitos, para que ele não sofra.

5. Quinta verdade

- 5 - TODO ATO DO SER HUMANO É COMANDADO POR DEUS NA SUA FORMA, DE ACORDO COM A ESSÊNCIA QUE O ESPÍRITO NUTRI NO MOMENTO
- O Espírito tem todos os seus passos conduzidos por outros Espíritos enviados de Deus, para que se cumpra o destino de cada um. Este destino nada mais é do que o merecimento do Espírito.
- Ninguém faz nada e ninguém é instrumento de Deus pra nada. DEUS DIZ: “FAÇA-SE” E A COISA SE FAZ; o resto é uma ideia de haver uma pessoa, uma faca, a ideia da faca estar entrando na carne, mas nada disso está acontecendo, Deus está lhe dando a ideia de acontecer.
- Se Deus é Causa Primária de todas as coisas, não é você que escolhe fazer, comprar alguma coisa, é Deus que através do “faça-se”, realiza tudo.
- O que é a conversa entre dois seres humanos? É Deus usando cada um deles pra ajudar o outro, e é nessa posição que você tem que ajudar os outros, na posição de troca de oportunidades, e não como você sendo o suprassumo que vai ajudar o idiota que não sabe o que fazer da vida.
- O interessante não é aquele que vai lhe dizer o que é bom pra você, até pelo contrário, aquele que disser o que é mal pra você é muito mais seu amigo.
- Qualquer convicção que você tenha (confiança, certeza, verdade), só serve para uma coisa, para lhe desiludir lá na frente. Todas as suas convicções são falsas verdades ou verdades relativas.
- O ideal nessa vida seria você não ter ideal.

- A única resposta nessa vida é: “não sei”. O grande problema é que vocês querem saber como não saber, e aí quando você sabe, você passa a ter saber.
- *CRISTO DISSE: “O REINO DO CÉU NÃO ESTÁ ACIMA NEM ABAIXO, ELE ESTÁ DENTRO DE VOCÊ.”*; então, o reino do céu não é um outro lugar, é um outro estado de espírito, e esse outro estado de espírito não precisa que você morra pra existir, pode existir agora. Então você pode alcançar a recompensa pelo seu trabalho espiritual, o reino do céu agora, que é a vida em paz e harmonia.
- Ter prazer não tem problema nenhum, o problema é o seu prazer lhe causar sofrimento, ou seja, depender do prazer pra ser feliz, então, quando uma pessoa tem prazer, quando consegue, mas não sofre quando não consegue, não tem problema.
- O prazer e o sofrimento são criações mentais, então, o que importa não é você ter prazer ou sofrer, o que importa é como você se relaciona com aquilo.
- Ajudar o outro, não é dizer o que ele tem que fazer, mas mostrar um caminho para que ele encontre o que tem que fazer.
- Em vez de querer saber como se ama, ame, porque na hora que você não amar, você não amou, agora na hora que para você pouco importar se amou ou não, você vai estar amando. Saber como se ama, lhe leva a não amar, e ver amor em tudo que você faz, lhe faz amar, ou ver tudo que você faz, com amor, lhe faz amar.
- Você precisa se libertar da confiança, porque enquanto você tiver confiança, você não está amando, está tendo confiança. Amar é amar. Na hora em que você não se preocupar em ter confiança ou não ter, você vai estar amando.

- Na hora que você não souber distinguir o bem do mal, o certo do errado, você estará amando.
- Sem essas cinco consciências ou vivências espiritualistas, não há espiritualismo. Isso é o conhecimento básico que todo espiritualista tem que ter na vivência de seus acontecimentos, sem isso, não há viver para o mundo espiritual.
- Evite comentários no seu coração.
- A vida começa e termina a cada momento. A prova é o aqui e agora.
- O que é perfeição? É aquilo que você conseguir fazer.
- Ninguém sonha, a mente diz que você sonhou, e você acreditou que sonhou, porque na hora que você estava liberto da mente (dormindo), você não tem a menor consciência, não sabe o que está acontecendo, só quando você acorda, ou seja, quando a mente lhe diz o que está acontecendo, você vai ouvir ela, e ela vai mostrar o sonho.
- A mente não vê, cria a ideia de que está vendo, ela é a geradora da prova.
- Espiritualismo é a vivência para o mundo espiritual. Pra vivenciar isso, você tem que ter fé (entrega ao nada), não querer ganhar.
- O máximo que o Espírito pode pedir a Deus é forças para fazer as suas provas. Quem pede coisas materiais é o humano.
- Não existe uma religião espiritualista, toda religião é materialista, porque ela é voltada para ganhar agora, então todos os ensinamentos dos mestres, são usados pelas religiões para lhe prender mais ao materialismo, porque elas pensam no agora e não na outra vida.

- As religiões são instrumentos da sua prova.
- A facilidade ou a complexidade das coisas é dado por você, as coisas serão tão difíceis, quanto você achar difícil pra você.
- Meditar é mergulhar no pensamento e vê o que está causando o pensamento.
- Você precisa observar a emoção que você sente, reconhecê-la para libertar-se dela e trocar aquela emoção. Já é um processo de meditação (reconhecer que você está sendo egoísta, que quer mandar nos outros), é trocar todas as emoções por amor.
- Deus deu a vida a cada um, pra cada um tomar conta da sua. Nunca interfira em nada com o outro, porque cada um tem o direito de ser, estar e fazer o que quiser.
- Quem são as pessoas que ajudam o próximo? São as pessoas que acham certo ajudar o próximo. Esses não estão ajudando ninguém, estão satisfazendo a ele, na verdade, estão usando o próximo para se satisfazer, então ele não ajuda o outro, ele finge que ajuda o outro, pra ter o prazer.
- Se tiver escrito que você vai praticar uma ação (ajudar o próximo), você vai praticar essa ação, esse ato, agora, ao praticá-la, você pode ser hipócrita ao ponto de dizer que está ajudando, ou universalista e dizer “não sei se estou ajudando ou não, sei que era isso que eu tinha que fazer”, então, uma coisa é ação, essa está escrita, agora, a forma como você vivencia a ação, isso você decide agora, porque na hora que você disser “eu ajudei o próximo”, você acabou de dizer “Deus, seu sacana, você não fez nada”.
- O ser humano tem a capacidade de mudar o rumo da vida dele? O ser humano pra poder mudar alguma coisa, ele

teria que existir, ele nem existe. E o que a gente pode mudar no destino da gente? Nada, a partir do momento que o Espírito pede um gênero de prova, cria-se uma espécie de destino, que vai ter que ser vivido, agora, ao viver o destino, você pode viver de um jeito universalista ou de um jeito humano, individualista; o destino não muda.

- A vida vive a vida, você vai puxar para um lado, e ela pode puxar pro outro, você achar que é dono, que pode comandar, mudar, fazer, é, no mínimo, um cabeça dura, porque está a vida aí pra provar que isso não dá certo.

10. Benevolência, indulgência e perdão

- O objetivo da vida é ser feliz.
- Não somos felizes porque queremos uma felicidade condicionada, esperamos determinada situação ou momento para sermos felizes.
- Deve-se ser feliz, mesmo não sendo feliz.
- Felicidade é quando tudo está em harmonia (com a vida) e em paz com tudo (você e os outros).
- O querer é criado pela mente e você não domina a mente; você tem que trabalhar o querer para não sofrer.
- A paz é desarmar-se, é não ter armas para guerrear com os outros (certo/errado, posse (controle dos outros), críticas, julgamentos).
- Carma é espiritual, não humano, já que o ser humano nem existe.
- Qualquer coisa que alguém faz, é Deus que fez.
- O carma é uma nova oportunidade para o Espírito se acertar.

- A paz é se sentir em paz.
- Paz para o ser humano é quando o outro de submete ao que ele quer. Não é paz, é vitória.
- Paz é aceitar a vida como ela é, viver o que está acontecendo, sem guerrear o que não está acontecendo.
- Sua mente quer ser sempre a melhor.
- O mundo é de competição porque é prova do Espírito.
- Somos Espíritos vivendo uma experiência humana.
- A paz é o não julgar, é não aceitar o julgamento que a mente fizer, é trabalhar pela paz, que só será possível com benevolência, indulgência e perdão (orai e vigiai).
- Quando se aceita o que a mente diz, desce para o coração, e na próxima vez, será usado contra outra pessoa.
- O animal não sofre, são seus olhos que criam o sofrimento dele; é uma prova para você.
- Estar em harmonia, é estar em pé de igualdade e comunhão com todos, em um determinado momento.
- Harmonizar-se com o outro, é universalizar-se com ele, é gostar do que ele gosta por amor, por doação, mas não muda o que eu gosto, não deixo o que gosto passar a frente do que o outro gosta, é sacrificar-se em prol do outro, é doar a razão.
- Harmonizar-se é não abrir mão do que você gosta, é dar o outro a razão para ele ser feliz, é vencer o pensamento que lhe desarmoniza com o outro.
- Fazer a caridade ao outro, é dar paz e harmonia ao outro, é ajudar o outro a ser feliz.

- Transformar a vida em atos de caridade ao próximo, é viver a caridade.
- **BENEVOLÊNCIA**
- Você não quer o bem para o outro, você quer o bom, o que é melhor para você.
- Ser benevolente com o outro, é ter a boa-vontade com os outros, é não julgá-los, é não hipervalorizar negativamente o que o outro faz.
- A falta de boa-vontade para com o outro, gera a má vontade do outro para conosco.
- Não há paz sem boa vontade com os outros.
- Só se consegue paz, dando paz ao outro (boa vontade).
- Precisa-se abrir mão da vontade de ganhar e o medo de perder, para se ter benevolência.
- O sofrimento é antinatural, vocês não nasceram para sofrer, sofre quem quer.
- O que é, é, e o destino está traçado.
- **INDULGÊNCIA**
- É não aplicar castigo aos outros (discussão, briga).
- Seu maior inimigo é o ser humano, porque você acha que é o ser humano. Deve-se ter benevolência e indulgência também com o ser humano. É também querer ganhar sempre, ter posse.
- **PERDÃO**
- O outro não errou, ele agiu dentro das convicções dele.

- É dar o direito ao outro de estar certo, é não ver erro, mesmo que para você ele esteja errado (dito pela mente).
- Deve-se amar o próximo como você se ama.
- Amar a você mesmo, é amar-se como você é, que tem, que faz, sem mudar uma vírgula, é ser benevolente, indulgente e perdoar a si mesmo.

11. *Guerreiros da paz*

1. Introdução

- **Paz é um estado de Espírito, é uma forma interna, emocional, sentimental de vivenciar acontecimentos do mundo humano.** Não tem nada a ver com situações de vida, é quando há harmonia entre o mundo interno e o mundo externo, não igualdade entre as duas coisas.
- Existe harmonia quando não há contrariedades entre os dois mundos.
- O trabalho do guerreiro da paz, é harmonizar seu mundo interno com a vida, com seus acontecimentos, com o mundo externo.
- A vida não se sujeita aos seus desejos, as suas vontades, ao seu comando, a vida vive a vida, independente do que você quer.
- O guerreiro da paz, deve vencer as contrariedades do mundo interno, não mudando alguém ou algum

acontecimento, desta forma, você está querendo impor a sua verdade, a sua vontade, dominar o mundo.

- Ninguém rouba a sua paz, é você que perde. **O inimigo da paz** não está no mundo externo (a vida), mas no interno.
São eles:
- **O INDIVIDUALISMO:** pensar a partir de um “eu”, buscando que esse “eu”, obtenha uma vitória, influenciar o outro, para que ele goste do que você gosta. É o **GENERAL** do exército inimigo da paz, é ele quem influencia todos os outros membros do exército.
- **OS TENENTES:** que também não aparecem. São eles:
- **INTENCIONALIDADE:** a intenção é o que é querido para si;
- **POSSE:** querer administrar a vida do outro, das coisas, dos acontecimentos;
- **PAIXÃO:** ter opiniões individuais sobre qualquer coisa. É gostar, para satisfazer o seu próprio ser;
- **DESEJO:** é o mais forte. Desejo é vontade, e tudo que é expresso, é vontade. É esperar um resultado;
- **AS QUATRO ÂNCORAS.**
- **OS SOLDADOS:** são os **pontos das desavenças** nas situações (respeito, amor, solidariedade, carinho, atenção), usados pelos tenentes e general, pra trazer o fim da paz. Toda situação de vida que lhe contraria, é um soldado, mas eles não são a verdadeira causa de você perder a paz, e sim, porque você cedeu à intencionalidade, a posse, etc., ou seja, aos tenentes, e, principalmente, ao individualismo (o general), querer que o mundo seja como você acha e exigir que o mundo supra aquilo que você quer.

- O trabalho do guerreiro da paz é enfrentar os soldados e descobrir o que os tenentes e general, que estão dentro de você, estão querendo, e aí, libertar-se da ação desses inimigos, para poder viver a vida em harmonia.
- Quem causa desarmonia são os **inimigos da paz**, não a mente, os pensamentos, **a mente é apenas o transporte da ação do inimigo**. O pensamento, a história do pensamento, não causa a sua desarmonia, o que vai causar é o seu individualismo, porque você poderia ter os mesmos pensamentos, mas se não cedesse ao individualismo, a pensar a partir de você, sempre querer ganhar, não haveria desarmonia.
- Não se ajuda uma pessoa, querendo resolver o seu problema, mas **ensinando a combater a ação do inimigo da paz dentro de si**.
- Ter problema na vida, é estar em desarmonia com a vida. Todo e qualquer problema que você tenha, é uma desarmonia, é você querer ter uma coisa e não ter, se você não quisesse nada, você não teria problema. Você tem o problema, porque quer ter, dito pelo seu individualismo.
- **A luta não é contra você mesmo, mas o que está dentro de você, mas não é seu, que são os inimigos da paz.**
- Lida-se com as diferenças, dando o direito ao próximo de ser, estar e fazer o que quiser.
- O problema não é ter suas verdades, **mas achar que os outros aceite as suas verdades, e abandone as dela**. É o individualismo e os outros, tenentes.
- Amar a Deus sobre todas as coisas, porque **Deus é tudo e tudo é Deus**. Manter harmonia em qualquer acontecimento, já que tudo é perfeito.

- Não existe nenhum compromisso ou obrigação entre os membros de uma família. Somos todos companheiros de encarnação, gerando provas para todos.
- Estar em paz é fruto de um trabalho.
- **Para amar, é necessário destruir tudo o que não é amor dentro de si.**
- Todos os traumas que temos, é da natureza humana, não nossos. O trauma, é a arma que o general e os tenentes usam contra você, pra lhe tirar a paz.
- Você só vai conseguir se libertar dos seus inimigos, quando conseguir separar você humano de você espiritual.
- Se você não gosta da atitude de uma pessoa, é porque você acha que ela deveria ter outro tipo de atitude, ou seja, quer que ela seja diferente, agindo, assim, com individualismo e posse, cassando o seu livre-arbítrio.
- **O guerreiro da paz, trabalho muito o respeito ao outro (ser, estar e fazer o que ele quiser)**, porque só com o respeito ao outro, você pode calar a contrariedade dentro de você. Se você exige respeito a você, você quer impor ao outro o limite do direito dele.
- Aceite seus pais do jeito que são, senão, é preconceito.

- **RELACIONAMENTOS AMOROSOS**

- Os relacionamentos amorosos atuais, são vividos com **posse** (“meu marido”, “minha namorada”). Ninguém é dono do outro, são companheiros.
- O primeiro trabalho, é acabar com a posse (querer que a pessoa faça o que ela quer).

- O custo da espiritualização, é se libertar do que não gosta e também do que gosta, já que nada do que ele gosta aqui, tem no plano espiritual.
- O companheirismo, não pode buscar lucro individual, mas tem que buscar servir ao outro, fazer pelo outro, sem esperar retorno, se acontecer, ótimo, se não acontecer, ótimo. **Companheiros são sempre duas pessoas que estão sempre disponíveis um para o outro, superando os seus individualismos, suas posses, suas paixões e desejos**, se não superar, você não vai servir ao outro, vai querer ser servido.
- Os soldados são as ideias que lhe vem à mente; eles estão ligados aos tenentes e ao general.
- **A passividade, é o caminho para a evolução espiritual**, pois se você for ativo, vai chocar-se com a atividade do outro, e aí, você não vai conseguir viver em paz.

2. Política

- Ter suas convicções políticas, mas não entrar em discussões, tentando provar ao outro que as suas convicções é que são verdadeiras.
- Todo espiritualista tem que achar essa vida uma **ilusão**, por isso, não perde tempo em defender coisas materiais, não se preocupa com dinheiro roubado, se tem uma saúde boa ou má, porque está unido com as coisas de lá de cima e não de baixo.

3. Criar expectativas sobre alguma coisa

- É quando se cria uma esperança que a coisa aconteça como ele quer, só que a vida não é governada pelas suas expectativas ou certezas; **a vida corre solta, a vida vive a vida.**
- A expectativa é um soldado usado pelos tenentes e general, para que você perca a sua paz.
- Quem vive esperando que aconteça alguma coisa, vive caminhando em uma corda bamba, prestes a cair, prestes a sofrer.
- Aceitar a expectativa que a mente cria, é colocar a sua paz em segundo plano.
- Vou fazer o melhor agora, se eu vou acordar do lado de lá melhor, **não sei**; é a **fé**, eu me entrego e confio em **Deus**, vou fazer a minha parte e vou deixar ele fazer a dele.
- Se você projeta uma vida melhor na outra vida, você ainda está preso ao egoísmo, ao individualismo.
- Somos responsáveis pelo ato espiritual (o sentir), e não pelo ato humano, ou seja, viver em paz ou não, viver feliz ou não, amar ou não.
- Todos os ensinamentos são para você aprender a viver o aqui e agora, sem querer ganhar hoje ou amanhã, só para você aceitar a vontade de **Deus**, para você conseguir uma união amorosa com **Deus**.

- Sempre a mente humana trabalha com expectativas, é a forma dela existir, se você quer viver sem expectativa, viva, mas não cobre que os outros mudem, não cobre que os outros não tenham expectativas, então, esqueça os outros, tome conta da sua vida, da sua expectativa, da sua vivência, pra você não sofrer, e deixe o resto nas mãos de **Deus**, de viver. Não existe como você mudar os outros.
- Quem tem expectativas é aquele que quer saber o futuro, agora.
- Ter esperança é o mesmo que criar expectativas. Não é pra você não ter esperança, mas não viver a esperança criada pela mente.
- O amar humano diz que amar o outro é ensinar o que é certo pra ele, o que é bom, ensinar o que você acha que ele deve aprender, isso é egoísmo, não é amor. Amor é você respeitar o outro, e o respeito ao outro passa pelo direito dele se ferrar, se ele quer se ferrar.
- Saiba que nada depende de você (“eu gostaria de ter uma coisa, vou fazer tudo pra ter”, se tiver, teve, se não tiver, não teve).
- Você só consegue vencer as expectativas, quando você perde o suposto controle da vida.
- Você só vai ser capaz de viver esta vida, quando se declarar incapaz de viver esta vida.

4. O apego a tudo

- **Apego é um amar, gostar, querer especial.** O apego dá às relações, a característica de **dependência**, quem ama apegadamente, tem uma dependência daquela pessoa que se ama.
- Como amar sem apego? Amando a você acima do amor que você tem pelo outro. Aquele que é dependente dos outros, é porque ele não ama a si mesmo, ele precisa do amor dos outros para se sentir bem, para estar em paz, precisa da presença da pessoa.
- O guerreiro da paz luta para não se apegar a ninguém, para não depender de ninguém, por isso, ele luta para se amar do jeito e como ele é.
- **Elevação espiritual é prática, e não conhecimento, é usar o conhecimento na prática.**
- **Orgulho**, é aquilo que lhe empurra pra cima, quando você diz assim: “eu fiz isso, eu posso fazer mais”, isso é orgulho. Já soberba diz: “eu fiz, e sou melhor do que você, porque você não fez”.
- Amar a si mesmo, é amar o que você é, o que você vive, o que você tem, o que você faz. Já ser egoísta, é esperar que o que você é, tem e faz, lhe traga algum lucro individual.
- **Vocês não tem livre-arbítrio de fazer, mas sim de ser**, depois que o Espírito pede o seu gênero de prova, cria pra si uma espécie de destino, que será inexorável, isso em relação às coisas materiais, porque quanto ao bem ou ao mal, ele mantém o seu livre-arbítrio, então, você não pode mudar a sua vida, você não pode praticar atos, mas você tem o livre-arbítrio de escolher como você vive: **se você vive achando que tudo é um saco ou se você vive em paz com tudo.**

- A raiva, o ódio, etc., são lançados pelos tenentes e general, como soldados, pra testar você e dificultar sua elevação espiritual.

5. Religião

- Cada religião é um caminho específico para cada encarnação.
- **Ecumenismo** não é a fusão de todas as religiões, mas a **fusão dos ensinamentos de todos os mestres.**
- O problema de alguém lhe criticar, é que você não quer ser criticado. Deve-se receber a crítica dos outros, sem sofrimento. **Aquele que não quer ser o dono da razão, não se sente criticado por ninguém.** Nunca o problema está no mundo externo, mas internamente.
- Não importa o que você faz, mas a **intenção** que você faz, se faz pra ganhar, levar vantagem, você está sendo individualista.
- O que tira a paz, é a **preocupação** com o ato e não o próprio ato.
- Como trabalhar as aflições pelas coisas desse mundo? Não pertencendo a este mundo, acreditando que existe um **Deus, que é a causa primária de todas coisas**, que existe um **Senhor do Carma**, que não vai me dar nada que não tenha programado para viver.

- Deve-se **assistir a vida, não viver a vida** (gostar, não gostar, envolver-se com as notícias, acontecimentos). **Usar da apatia pra tudo**. Antes de ficar apático, você deve querer ficar apático.

12. *Fruto da ação*

- No mundo de regeneração, é hora de mudar-se, não mudar-se pra fora, em atos, mas mudar-se pra dentro, aprender o que você não é, pra renegar o que você não é, para que você possa ser.
- Os mestres mostraram o que na vida humana não está presente na vida espiritual.
- Como ser fiel a si mesmo? Não transigindo da sua verdade, daquilo que você acredita.
- **Não devemos ensinar nada a ninguém, porque se você não acredita em certo e errado, pra que você vai ensinar o outro?** Pra dizer que o outro está errado? Assim você transigiu da sua verdade, em nome de dizer “eu salvei aquela alma”, ou seja, egoísmo, orgulho, soberba, vaidade.
- O único caminho é não transigir. Se você acha alguma coisa, se você trabalha, tem uma verdade, aquilo é verdade pra você, e você não deve transigir, mesmo que você perca.
- O espiritualista é aquele que se dedica 24 horas por dia a essa vida, a conhecer essa vida, como se vive humanamente, pra se libertar da própria natureza humana.

- Quem gosta de tudo desse mundo é a natureza humana, não o espírito.
- Deve-se libertar do gostar, da origem do prazer (comer determinado alimento, pôr do sol, etc..), deve-se comer pra viver e não viver pra comer. Não gostar de algum prato, vive pra comer.
- Sem apego você faz coisas, o apego é que faz o bom (coisas boas), por isso, deve-se desapegar-se de tudo.
- Quando você impõe condicionalidade a alguma coisa, é a natureza humana; o Espírito é incondicional.
- Você veio aqui pra ter o assédio da natureza humana, o pensamento forjado na natureza humana e se libertar dele. Você veio aqui para provar que ama a Deus acima da natureza humana. A natureza humana é real, mas não me leva a lugar nenhum, somente a reencarnar.
- Fazer a elevação espiritual sem intenção de ganhar, é você fazer uma elevação espiritual não pra que você se eleve, mas porque você acha que é o caminho que você acha que deve seguir.
- Você precisa se libertar do resultado da ação da natureza humana (certo e errado, gostar e não gostar, limpo e sujo).
- Não se deve aceitar os frutos da natureza humana.
- A **Faculdade Espiritualista de Vida** é pegar uma situação humana, identificar como age a natureza humana, identificar o ensinamento do mestre a respeito dessa natureza humana e se libertar do fruto da ação da natureza humana.
- O ato em si não é importante, mas **as emoções advindas desse ato** (gostar, não gostar, é o melhor ou pior), é que nos mantém na natureza humana (comer um alimento por comer, sem gostar ou não dele, nos afasta da natureza

humana). Não se deve aceitar o fruto da ação (**ação não egoísta**, sem egoísmo), ou seja, **a emoção daquela ação**, para não se prender à natureza humana.

- A cada presente, você vive um presente que você nasceu pra ele.
- **Tudo que existe é criado pela mente, e quem cria a mente é Deus.**
- **Você, humano, está dentro da mente do Espírito**, o Espírito está achando que é ele que está fazendo, mas nada está acontecendo, tudo está existindo dentro da mente primária do Espírito.
- A mente primária é do Espírito, a mente secundária é da natureza humana.
- O Espírito está no Universo, fazendo alguma coisa, enquanto dentro da mente dele está existindo o humano, e ele está achando que é esse humano, que está aqui no planeta Terra vestido de mulher, que tem tantos anos.
- Deve-se ter a **mesma emoção** com quem se gosta e com quem não se gosta (**equanimidade**).
- Não é não desejar, é não aceitar o desejo que a mente cria. **O problema não é ter desejo, é desejar o desejo.**
- Pra você não sofrer, pare de aceitar o positivo.
- Nada em você é espiritual, tudo é da natureza humana.
- A loucura é o normal daquela pessoa.
- É preciso, a caso a caso, momento a momento, você está atento a você mesmo, para ver como a sua natureza humana está se expressando, e reagir ali; é o **orai e vigiai**.

- Os ensinamentos dos mestres são um parâmetro para lhe mostrar os dois caminhos, o humano e o espiritual.
- **A opinião sobre qualquer coisa é um julgamento.**
- Ser boa ou ser má é uma questão humana, que não deveria intervir no seu estado de espírito.
- No mundo espiritual você é apaixonado pela natureza humana, aí você estuda a natureza humana para compreender que ela não serve pra você enquanto Espírito, aí você reencarna apaixonado pela natureza humana pra vencer esta paixão.
- Doença não tem problema, o problema é o fruto da ação gerada pela natureza humana, que diz que você está doente, se sentir-se doente.
- Vocês não lutam contra a natureza humana, porque vocês acham que aqui é melhor que lá.
- A natureza humana trabalha nas pessoas o temor pelo desconhecido, o medo do que vai encontrar do lado de lá

13. Trabalho e profissão

- Você escolhe os carmas que a profissão lhe traz antes de encarnar, da mesma forma, o trabalho.
- Ser desempregado é um trabalho maravilhoso, porque você aprende muito mais nas situações de sofrimento do que nas situações de alegria, porque o prazer e a felicidade são semelhantes, e você não aprende tão facilmente a vencer o prazer, quando está em uma situação de alegria. A felicidade é você está feliz, trabalhando ou não trabalhando, e o prazer é você ter um trabalho para ser feliz. Quando você está trabalhando, você já tem o prazer de estar empregado, e aí, você confunde este prazer com a felicidade universal.
- Ser desempregado é um trabalho espiritual muito grande, que está ligado ao gênero de prova que você pediu. **Deus é quem emprega.**
- Tudo no mundo é para tirar o seu certo. Tudo que você acha certo, é contestado na sua vida, pra ver se você aprende que não existe certo nem errado, é **Deus** contestando o seu certo, dizendo “aqui o único certo sou eu”.

- O lugar de trabalho, é o carma que o lugar tem, que é o carma que você precisa. A profissão tem o carma que você precisa.
- A aposentadoria, tem os carmas que você precisa.

14. *Conheça a ti mesmo*

- **Ego** é uma personalidade transitória a qual o Espírito se liga durante um determinado espaço de tempo na sua existência espiritual.
- **Personalidade** é um conjunto de crenças que formam a consciência de um Espírito.
- **Consciência** é um conjunto de informações ou memória que o Espírito vivencia.
- Ego, portanto, é um conjunto de crenças a qual o Espírito se liga durante determinado espaço de tempo de sua existência eterna.
- O Espírito possui uma outra personalidade ou conjunto de crenças, que é a personalidade espiritual, independente da ação do ego. É ela que determina a elevação do Espírito.
- Quando o Espírito está ligado ao ego, a personalidade espiritual é desligada e o Espírito vive pelas crenças do ego e não pelas suas próprias.
- Espírito encarnado não é aquele que está ligado a uma carne, mas aquele que vivencia a realidade ditada pelo ego.

- A ligação do Espírito com uma personalidade, cria uma identidade material ou espiritual.
- Identidade é aquilo que você acha que é, o que o identifica. A identidade temporária é falsa e a identidade espiritual é Real.
- O ego é um programa que transforma um impulso, uma ordem, numa determinada verdade ou realidade, de acordo com crenças pré-estabelecidas. **Ele não tem vida própria, ele é uma série de informações que serão ativadas a partir de determinados comandos.** Este procedimento (reagir a comandos, criando realidades pré-fabricadas) é o fundamento daquilo que vocês chamam de raciocínio (um impulso que ativa uma determinada compreensão para o Espírito).
- O **ego ou conjunto de comandos** que criarão realidades durante a encarnação para o Espírito vivenciar, **é criado pelo Espírito antes da reencarnação.**
- Tudo aquilo que você compreende no mundo, não é real, lógico, racional, mas uma realidade que você comandou para que fosse criada enquanto estivesse ligado àquele ego.
- O **ego** é composto pela **parte racional** (das ideias, pensamento, do conhecimento através de imagens e formas) e pela **parte emocional** ou **sensações**, pré-determinadas pelo Espírito, que serão usadas quando determinado comando for ativado.
- A realidade emocional que o ego cria, está sempre ligada à razão ou à compreensão racional (medo, nojo de barata (emocional) ligada ao pensamento (a barata é suja – racional)). O ego jamais lhe dará uma razão com emoção diferenciada (barata nojenta e sensação de paz), e você, Espírito, que só vive aquilo que o ego propõe como realidade, acha que acredita e está sentindo o que o ego

está propondo, ou seja, se deixa ser comandado pela mente, e não consegue sentir-se de forma diferente, mesmo que racionalmente quisesse.

- **O ego é você, isto porque você só conhece, compreende e sente o que o ego quer que você compreenda, entenda e sinta, mas tudo que você compreende, entende e sente, não existe, tudo foi gerado a partir de um programa que foi escrito para reagir desta forma, pelo próprio Espírito.**
- Enquanto o Espírito viver guiado pelo ego, estará ainda na mesma encarnação, não importando se está preso ou não ao corpo.
- **Erraticidade** não é um lugar, mas um estado na qual o Espírito está vivendo com a sua personalidade espiritual, e encarnação também não gera um lugar específico para viver, mas um estado do Espírito, vivendo realidades criadas pelo ego.
- **O ego é um reflexo de parte das imperfeições do Espírito**, ou seja, vencendo essas imperfeições na carne, vence também na personalidade espiritual. Aquilo que você vivencia hoje, está presente na sua consciência espiritual.
- Ao conjunto de realidades formadas pela compreensão racional e pela emocional, é chamado de **mundo interior** (numa bofetada, foi o ego que nomeou pela razão e pela emoção aquele ato externo como agressão e lhe deu a sensação de sentir-se agredido). A agressão, portanto, não está na intenção do outro, mas é uma criação do seu ego, é um mundo interno, **ela não existe fora de você**, mas acontece apenas dentro do seu interior. Você programou o seu ego para que se uma mão se encontrasse com o seu rosto, sob determinadas circunstâncias, aquilo deveria ser considerado como agressão, para vencer sentimentos que envolvam o individualismo, dentro da sua consciência

espiritual. O ego cria a oportunidade de haver o tapa, conclamando alguém que tenha o ego que lhe faz dar o tapa. É a **lei da interdependência** das coisas de **Buda**.

- Tudo que existe e é percebido por você, seja através da visão, audição, paladar, olfato ou sensibilidades do corpo, não existe de verdade como Realidade, são figuras, imagens, criadas pelo ego quando sensibilizado por tais ou tais **combinações de fluido cósmico universal**, ou seja, **o mundo que você vive, não existe externamente a você**, mas **são criações do seu ego**, sejam os elementos ou a movimentação destes, formatado pelo seu ego, como resultado da ação de uma programação. É a realidade virtual, sendo assim, **você e toda a sua vida são ilusões**.
- **O maior conhecimento que alguém pode ter sobre si: que tudo que ele é, o que vivencia, é irreal, ilusório, porque foi criado pelo ego através de uma pré-programação do Espírito.**
- Existe uma programação coletiva para a criação do mundo exterior, porque todos os egos com os quais os Espíritos vivenciam a vida no orbe terrestre, possuem para formação da imagem a mesma codificação. Esta codificação, só é válida para egos da Terra. Cada planeta tem sua própria codificação, por isso, o humano não vê tudo que tem em outro planeta, só o que possui decodificação através de seu ego.
- Cada ego (mineral, animal ou humano) é criado de acordo com o objetivo da encarnação do Espírito.
- Viva o que você tiver pra viver, sem acreditar que está vivendo, mas entendendo que em tudo está uma oportunidade para você dizer **“Louvado seja Deus”**, ao invés de ficar imaginando coisas.
- **O trabalho não é negar nada, mas libertar-se, é não vivenciar o que o ego lhe diz**, mas sim, daquilo que você

programou para vivenciar em conjunto com a razão ou lógica ditada pelo ego.

- Não queira saber o porquê do ego lhe dizer isso ou aquilo, pois tudo o que ele lhe diz, tem um só fundamento: criar uma realidade.
- **Individualismo é o “eu”**: ser, estar e querer para mim. É representado por todas as suas crenças, ou seja, ele é o formador e o organizador de toda programação do seu ego. **Tudo** que você vivencia enquanto **subordinado ao ego**, é formado a partir deste “eu”, deste individualismo, por isso, **tudo** que você imaginar ou tiver acesso pela razão ou pela emoção, **liberte-se**.
- **Os atos não existem, mas uma ilusão de ação.**
- A vida material não existe, ela é uma série de realidades ilusórias criadas pelo ego.
- Se você não tem que agir durante a vida, o que tem que fazer? Libertar-se da ilusão da ação e dos valores que são aplicados a ela no seu mundo interno, pelo ego. Este ensinamento, se aplica a **tudo** da sua vida, a **tudo** que compreender racionalmente e sentir emocionalmente, nada disso existe, são **realidades ilusórias criadas pelo ego** para que você vença a tentação de vivenciá-las.
- O ego cria a “morte”, não é o veneno que mata, e ego cria a ilusão de ação “morte”, e você, que está preso à ilusão da vida como realidade, diz que foi o veneno que matou, mas quem matou e criou a realidade ilusória da morte, foi o ego, o veneno seria uma desculpa para criar a realidade ilusória do desencarne do Espírito, não seria para fazer o desencarne, mas para criar a ilusão de que ele desencarnou.

- Saibam que o Espírito não se mexe, não se movimenta, vivencia ilusões de movimentação. **Tudo é realidade virtual.**
- O Espírito não está adormecido durante a encarnação, mas sim a sua consciência espiritual, o formador de realidades espirituais, e o que está funcionando (acordado) é o criador de realidades temporárias, o ego.
- **Todo acontecimento é criado por Deus, para que você não viva o acontecimento**, ter a compreensão de que tudo que é criado, são instrumentos de criação de realidades ilusórias, das quais você deve se libertar.
- Não é o Espírito que movimenta o corpo, mas sim, **Deus**. Você não faz nada e tudo que você vê, lhe é criado pelo ego a partir da sua programação, por isso, deve-se viver atos, não vivenciá-los, não achar que é você que está fazendo. Aquele que alcança realmente a liberdade ao estar vivendo a ilusão do ato, não vivencia aquilo que o ato diz que está vivendo.
- **Reforma Íntima é não acreditar nas compreensões que formam o mundo interno que o ego cria a partir do mundo externo.** Este trabalho realiza-se, vivendo completamente atento ao mundo interno que o ego gera, para não se deixar levar pelas verdades e emoções ilusórias, que lhe são criadas como provas e expiações, por isso, viva isolado do seu ego, ele foi criado por você para que se libertasse dele, ou seja, para que tivesse, como provação, uma consciência deturpada da Realidade e se libertasse dela.
- Os ensinamentos dos mestres são para serem seguidos e não compreendidos ou questionados com porque, como, quando, onde e para que, na verdade, quem faz isso é o ego, comandado por **Deus**, para testá-lo, para ver se você se prende aquilo que o ego lhe diz ou endeusa. **Deve-se ter fé e confiança absoluta ao ensinamento de um mestre,**

quem precisa primeiro avaliar e analisar para só depois de concordar, realizar, está entregando-se ao ego e não a **Deus**.

- Da sua declaração de expressa incompetência para viver a vida material, nasce a sua competência para ser um Espírito, por isso, não saiba de nada para poder depois saber tudo.
- Deve-se conscientizar-se do que é ensinado, sem buscar compreender, entender, aquilo que é dito.
- Há duas formas de se participar de um acontecimento do mundo carnal: **viver**, que **é observar o ato**, sem acreditar nos valores e nas emoções que o ego cria, e **vivenciar**, que **é participar do ato**, racional e emocionalmente.

15. *Reforma íntima*

- Tudo o que você acha certo, deveria ser tratado com dúvida.
- Quando alguém age motivado por um desejo (vontade), está, antes de qualquer coisa, agindo em seu favor e não do próximo (dar um prato de comida), portanto, a verdade naquele momento, é que você está se servindo do próximo, ou seja, está utilizando o outro para satisfazer a sua vontade. Mesmo que com seu ato auxilie alguém, a motivação primária (**intenção**) foi fazer com que esta última intenção ficasse subordinada à primeira.
- Auxiliar o próximo, sempre será a orientação da necessidade de mudanças para **Deus**, nunca para você, para o que acha certo (individualismo).
- Os seres humanos imaginam que estão fazendo, agindo, quando, na verdade, estão sendo instrumentos de **Deus**.
- O ensinamento da Realidade (**Deus**, causa primária de todas as coisas, gerando ações carmáticas), vale para todos os detalhes da vida, mesmo aqueles onde os seres humanizados imaginam que **Deus** não interfira, portanto, **ninguém jamais faz ou pratica ação alguma**, por menor, mais sem importância que possa parecer a ação.

- **Deus age sempre dando a cada um o que merece**, portanto, se o outro lhe sobrepujar em determinados momentos, não sofra, pois foi Deus quem assim decidiu e só fez isto porque era o que você merecia no momento. Louve e ame a **Deus** por isso, mas a recíproca, é verdadeira, se você conseguir se impor (estar “certo”) num relacionamento, saiba que isto não é real, mas uma ilusão temporária que **Deus** concedeu a você, porque o outro precisava e merecia ser sobrepujado naquele momento, portanto, não tenha o prazer nem a soberba de se sentir o “melhor”, o “certo”. **Só Deus age**.
- **Estar “vivo” é viver conectado ao todo universal (universalismo), vivenciar o Universo inteiro, aproximar-se do Pai**, ao invés de estar preso em um mundo pequeno cheio de “eu” (eu quero, eu sou, eu estou).
- **Doe todas as suas verdades àqueles que querem ter verdades**. O próximo quer ter razão? Louvado seja **Deus**, deixe-o levar a razão e ofereça a outra face. Ele quer achar que está certo? Louvado seja **Deus**, deixe-o ficar com a certeza das coisas. Para que entrar em guerra e discutir com alguém? Para se provar que está certo? Isso resultará em sofrimento para você na certa. **Só quando não tiver verdades para não serem contrariadas, você poderá ser eternamente feliz**. Livre-se do seu “pior inimigo”, você mesmo (seu ego, suas verdades), para ser feliz.
- Enquanto você estiver preso a uma religião, estará preso a um só mestre e uma só verdade e não encontrará **Deus, que é a causa primária de todas as coisas, a Verdade Absoluta do Universo, a Soma do Todo**. Levar a Luz é falar de **Deus**, ensinar a amá-lo acima de todas as coisas, inclusive dos mestres e das religiões. É apresentar aos seres humanizados **o Senhor Onipresente, Onisciente e Onipotente do Universo**. É levá-los a compreender a ação da **Inteligência Suprema, do Amor Sublime e da Justiça Perfeita**.

- Deixe o outro brigar, gritar, chorar, espernear, e você não perca a paz, não reaja, isto é auxiliar o próximo, servindo de instrumento a **Deus**.
- Não dependa dos outros, objetos ou acontecimentos para ser feliz, a felicidade universal sempre está no Universo à disposição de todos, pois **Deus** a espalha constantemente.
- Abrir-se para o mundo, é dar sem motivos e sem esperar receber nada em troca e amar incondicionalmente para ser amado.
- Ame e deixe as palavras saírem da sua boca. **Liberte-se das quatro âncoras** e deixe a palavra sair da sua boca, a palavra como coisa material não é criada por você, mas **Deus**, causa primária, é que fará as palavras saírem de sua boca, portanto, **não procure palavras, ligue-se a Deus e deixe sair, o que sair era para sair**.
- Não confie em ninguém, nenhum outro Espírito é digno da sua confiança absoluta e irrestrita, a não ser Deus.
- Se você agir porque sabe que tem que agir de determinada forma, já demonstrou uma intenção, e se transformou em um “professor da lei”. Agir sem intenção não é apenas não esperar nada em troca, mas não saber porque está agindo. **KRISHNA ENSINA QUE “A YOGA É A VIDA SEM INTENÇÃO.”**; temos que viver sim, sem intenções (“Porque você falou isso? **Não sei**”. “Para que falou? **Não sei**”. “O que vai resultar isso? **Não sei**.”), além de nada esperar como recompensa. Enquanto você tiver verdades, tem intenções (“eu falei isso, porque acho certo”).
- Deve-se seguir a liderança do **Cristo**, perguntar a cada segundo, a cada acontecimento, o que será que **Cristo** faria nesse momento? Como reagiria neste momento? Qual ensinamento pode ser aplicado agora na minha vida?

- **CRISTO DISSE: “ENTRE VOCÊS, O MAIS IMPORTANTE É AQUELE QUE SERVE; QUEM SE ENGRANDECE SERÁ HUMILHADO E QUEM SE HUMILHA SERÁ ENGRANDECIDO.”**; ou seja, servir o próximo, não importa onde, quando ou como, para isso é preciso tirar de dentro de si todas as verdades, desejos e individualismo, porque senão não conseguirá, é ir muito além do “eu”, ou seja, o que se quer, é fazer pelo próximo, independente do que você quer fazer, independente de querer servir, independente de se alcançar satisfação por ter servido, é fazer o que se está fazendo, apenas por fazer, sem tirar nenhum lucro individual da situação.
- **Servir o próximo**, é o objetivo máximo de uma existência, para aquele que busca a elevação espiritual.
- **JESUS DISSE: “VOCÊS DEVERIAM FAZER ESTAS COISAS SEM DESPREZAR AQUELAS; GUIAS CEGOS, COAM UM MOSQUITO, MAS ENGOLEM UM CAMELO.”**; ou seja, para o que os outros fazem, por menor que seja, há o ataque, a crítica, mas para o que você faz, há sempre a exigência do respeito, da compaixão, da bondade para com você.
- **CRISTO DISSE: “EU SOU O CAMINHO, A VERDADE E A LUZ, NINGUÉM CHEGA A DEUS A NÃO SER ATRAVÉS DE MIM.”**; este ensinamento quer dizer que enquanto o Espírito humanizado não levar uma existência carnal com as mesmas ações espirituais (intenção) que **Jesus Cristo** realizou, não chegará a **Deus**. A única intencionalidade aplicada por **Cristo** era amar. **Cristo** agiu amando sempre, viveu uma encarnação onde exemplificou com atos e ensinamentos como se viver uma existência onde só se ame.
- A única coisa que pode aproximar o Espírito de Deus, é a **Reforma Íntima, ou seja, a mudança da intenção com**

que se vivenciam os acontecimentos da vida carnal, colocando o amor em ação.

- A promoção da reforma íntima por parte de um ser encarnado, acima de tudo, é um ato de ousar, é necessário coragem para ousar, mas é preciso ousar nesta vida, pois **sem a ousadia, não se realiza nada**. É colocar em prática os ensinamentos dos mestres. Quem ousa não se preocupa se vai “ganhar” ou “perder”, se vai ser considerado “bom” ou “mal”, “certo” ou “errado”, se vai alcançar o que quer ou não vai realizar os seus desejos. **Ousar é atirar-se no “vazio”, ou seja, participar da ação sem previsão de acontecimentos futuros. Isto denota a fé em Deus, ou seja, o amor a Deus sobre todas as coisas.**
- O casamento não é indissolúvel, mas uma ação carmática que pode ser rompida naturalmente, sem que nenhum dos cônjuges possa fazer algo para salvá-lo.
- A elevação espiritual é o fim da escravidão a todos os padrões do mundo, é não ter gramática, não ter combinação de cores, não ter obrigação de ter isso, aquilo ou aquilo outro.
- Não existe obsessão, mas a união de dois Espíritos afins, com a permissão de **Deus**, com a finalidade de experimentar os envolvidos; os dois são “culpados” e precisam estar juntos para poderem aprender a amar a **Deus** sobre todas as coisas. O que ocorre na realidade, são duas auto-obsessões, os dois se obsediam e acham que um está obsediando o outro.
- **PAULO DISSE: “O AMOR É PACIENTE E BONDOSO, O AMOR NÃO É CIUMENTO NEM ORGULHOSO NEM VAIDOSO, NÃO É GROSSEIRO NEM EGOÍSTA, NÃO SE IRRITA NEM FICA MAGOADO, O AMOR NÃO SE ALEGRA QUANDO ALGUÉM FAZ ALGUMA COISA ERRADA, MAS SE ALEGRA QUANDO ALGUÉM FAZ O QUE É CERTO (ESPIRITUALMENTE FALANDO), O**

AMOR NUNCA DESANIMA, PORÉM SUPORTA TUDO COM FÉ, ESPERANÇA E PACIÊNCIA.”.

- O que é vida humana? Uma coleção de acontecimentos (fatos), onde a cada um deles o Espírito promove um raciocínio, dando um determinado valor ao acontecimento.
- O acontecimento não se traduz, não se define pelo que está acontecendo (ato físico, movimento físico), mas pela **essência** dele. Essa essência, representa a provação do Espírito, o carma em ação, que é o motivo da sua encarnação. Um roubo, por exemplo, pode ser um teste ao despossuir material do Espírito, à paciência, à vaidade, nestes sentimentos estão a **essência da ação carmática**, desta forma, não há roubo, não há vítima, não há culpado, mas uma ação carmática que serve como prova a um Espírito no seu individualismo ou no seu universalismo.
- Então, **a vida humana é uma sucessão de carmas, onde existem essências colocadas por Deus como prova para a elevação espiritual**, desta forma, nada lhe acontece por sorte, por azar ou porque o outro é grosso, não presta, é um safado, **tudo** o que acontece você **precisava** e **merecia** passar por aquilo como uma **essência carmática**, onde será testada a sua reação ao acontecimento.
- O ato não tem o valor que o ser humanizado lhe aplica, e a gama de possibilidades de essências é tão ampla que o Espírito jamais descobrirá com certeza.
- Deve-se viver a “vida” sem aplicar valor algum ao que está se passando, de uma forma equânime. O “roubo” não é um “roubo”, mas algo que não se pode definir de modo algum, um nada, “andar” não é “andar”, “comer” não é “comer”, **tudo é um nada, uma ação carmática**. É por isso que **KRISHNA DIZ QUE: “O SÁBIO, O VERDADEIRO BUSCADOR DE DEUS, LIBERTO DAS “COISAS DO MUNDO”, TRANSITA POR ELAS COMO UM BOBO,**

COMO AQUELE QUE NÃO SABE NADA, QUE NÃO APLICA VALORES A NADA.”; qualquer outro valor dado pelo raciocínio a alguma coisa, é o que o **Krishna** descreve como **maya (ilusão)**. Existe um carma sendo executado, não pela forma, mas pela essência, e você se ilude dizendo que está acontecendo isso, aquilo ou aquilo outro.

- **KRISHNA DISSE: “O VERDADEIRO YOGUE (SÁBIO) SILENCIA A MENTE.**”, ou seja, não raciocina e não aplica valores a nada, está sempre na neutralidade (“O que está acontecendo? **Não sei**. Você irá lá? **Não sei**”). Ele não sabe de nada, vive a cada segundo sem ligação com o anterior ou o próximo, está sempre atento àquele momento, esta é a elevação espiritual, o fim do raciocínio, o fim do dar valor às coisas, mas será que alguém conseguiria parar de raciocinar? Não. Então, **KRISHNA ENSINA: “DESAPEGUE-SE.**”. O iogue raciocina, dá valor às coisas como você, mas não se apega ao fruto do raciocínio, a estes valores, se o iogue vê uma parede e alguém diz que é “ar”, “madeira” ou qualquer outra coisa que não parede, ele não discutirá e aceitará a ilusão do próximo, consciente de que tudo o que se puder declarar sobre o assunto, será ilusão (maya), continuará construindo valores pelo raciocínio, mas não está apegado a eles, às verdades que se formam na sua “mente”, está sempre centrado em **Deus**, consciente que tudo é ilusão e que na realidade o que está acontecendo é um carma.
- **Deus** é uma Realidade, não o que vocês criam através do raciocínio (uma energia, uma potência, o tudo), mas o que é **Deus? Não sei.**
- O único refrigerio para a alma é **Deus**, a ligação perfeita com **Deus**, o apagar de tudo que você acha das coisas, quando você aplica o bloqueio do seu raciocínio, se alimenta de **Deus**, alcança **Deus**.
- **Deus não comanda os seus atos, os faz**, é muito mais do que comandar, é gerar a ação através do “faça-se”, ou seja,

you não faz, Deus faz. As coisas são feitas a partir do comando de **Deus**. você não é capaz de decidir ou realizar nada nesse mundo, materialmente falando, **a você caberá apenas escolher o sentimento ao que Deus fez.**

- Deve-se reagir a tudo com **simplicidade**. A reação simples é caracterizada pelo nada saber, nada opinar, nada declarar sobre qualquer acontecimento, isto porque a reação do simples é realizada com a entrega a **Deus**, da Verdade, por isso, não contém opiniões individuais sobre o assunto, não consegue vivenciar os dualismos.
- **Omitir-se conscientemente de dar valores ao mundo, é viver na Realidade, é o nada saber, nada conhecer e nada ser.**
- **O simples vive Deus, ponto final**, não ataca nem acusa os outros, não casa nem namora, não tem filhos nem dirige carro, porque vive somente para Deus, o nada absoluto.
- Você sente (escolhe a sensação, o sentimento – “não gostei”), inconscientemente, mas só quando **Deus** lhe mostra pelo pensamento, através da razão (ele só acredita naquilo que pensa e nada mais existe), a sua decisão de “não gostar”, é que começa a sentir conscientemente os efeitos do que já escolheu antes.
- Sempre que surgir um “gostei ou não gostei” sobre alguma coisa, foi decisão do seu livre-arbítrio; estas duas sensações precisam ser combatidas, pois que o ser humanizado utiliza o seu livre-arbítrio, está “falando” com **Deus**, pois é pela linguagem sentimental que se “fala” com o Pai.
- Tenha apenas a informação de que **tudo** o que você pensa no consciente, é **Deus** lhe mostrando, na essência, o que você decidiu sentimentalmente, Ele quer que você tenha consciência do que está fazendo: **julgando-O**.

- **Consciência ou ego, é um conjunto de informações sobre as formas e sensações, que auxilia o Espírito na vivência do seu carma.** É nela que se encontram os elementos necessários à prova que o ser executa enquanto humanizado (escolher entre sensações dualistas ou amar universalmente). Como ela é formada? O ser “forma” valores que comporão a sua consciência humana antes da reencarnação, para tanto, escolhe valores sentimentais (sensações) e verdades materiais (arrogância, vaidade, etc.), que terão que ser vencidas para alcançar a vitória. Se você é arrogante, é porque antes da reencarnação “colocou” esta sensação na sua consciência, e terá que aprender a conviver com esta tendência sem aprisionar-se a ela. De posse desses sentimentos, o Espírito escreverá as situações da vida (acontecimentos) que participará, e **Deus**, como provedor da oportunidade de elevação, fará acontecer. A sensação que o Espírito precisa escolher para ser aprovado, é o amar a **Deus** acima do amor ao que se gosta, quando este for o fruto do livre-arbítrio, o ser não terá mais pensamento de brigar, mas sim, o de doar ao próximo a razão; ao invés de espelhar o desejo de querer “pular no pescoço” do seu irmão, o pensamento será construído no sentido de ter boa vontade, não contrariá-lo.
- Nós pedimos para interagir com pessoas que não nos satisfazem, para poder aprender a “caminhar” ao lado do suposto inimigo, sem guerreá-lo, mas servindo-o, ou seja, **amando-o**.
- Por que você se preocupa com o amanhã, se o amanhã é criado por **Deus**?
- A elevação espiritual se conquista no trabalho junto aos “**Cinco Agregados**”, ou seja, com atenção plena às **formações mentais**, que retratam as **sensações (sentimentos)** escolhidas e os conceitos sobre as **formas** percebidas que foram armazenados na **consciência**.