

Espiritualismo

Felicidade incondicional



**Carreira profissional
Realização espiritual
Ansiedade**

**Resolvendo
problemas**

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

Texto organizado por FIRMINO JOSÉ LEITE, MÁRCIA LIZ CONTIERI LEITE

ESPIRITUALISMO ECUMÊNICO UNIVERSAL

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

(19) 3493-6604

WWW.meeu.com.br

Janeiro – 2015

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

Índice

✓	Carreira profissional	9
1.	Você não é obrigado a servir para nada	9
2.	É preciso se amar	10
3.	Insegurança	13
4.	O futuro é incerto	15
5.	Nem a morte é certa	16
6.	Concluindo	17
✓	Realização espiritual	19
7.	Sociedade ideal	19
8.	Mediunidade	23
9.	Tudo é espiritual	25
10.	Caminhar para frente	26
11.	O sofrimento escondido	28
12.	Realizando espiritualmente	29
13.	Divinizar as coisas	30
14.	Amar a tudo e a todos é o único trabalho	33
15.	Ganhar e defender-se	34
16.	O trabalho necessário para amar	35
17.	Cansado do trabalho	37
✓	Ansiedade	40
18.	Desemprego	40

19.	Dependência.....	42
20.	A intenção escondida.....	43
21.	Convivendo com as situações da vida	44
22.	Aprenda a chupar o limão sem fazer cara feia	46
✓	Mergulhe na vida	48
23.	Descobrimo o íntimo da razão	48
24.	O medo de perder	50
25.	Necessidade	52

✓ **Carreira profissional**

1. Você não é obrigado a servir para nada

Participante: gostaria de falar com o senhor sobre minha vida profissional. Eu queria me entregar a alguma coisa, fazer um curso de formação, mas não consigo me decidir por nenhuma carreira. Nada parece me seduzir. Eu sou inseguro e não consigo me decidir.

Tem diversos assuntos para se conversar sobre este tema.

Você diz que não serve para nada. Que quando analisa as carreiras disponíveis nada o seduz e por isso imagina que não serve para nada. Isso já é servir para alguma coisa: para nada.

Quem disse que você tem que servir para alguma coisa específica?

Participante: acho que vou acabar sendo um lixeiro ...

É melhor ser um lixeiro feliz do que um doutor sofredor.

Entenda uma coisa: você não é obrigado a servir para alguma coisa. Pode servir, pode até se encontrar, mas enquanto se imaginar

que tem a obrigação de fazer alguma coisa, nunca conseguirá fazer nada.

O problema é que a mente, movida pelas leis humanas, diz que tem que servir. Isso é irreal. Na verdade, este impulso para querer ser alguma coisa é a sua prova.

Trata-se de uma criação mental que justifica que você opte pelo sofrimento. A mente trabalha com este impulso apenas para lhe erar a sua prova.

Volto a dizer: não estou dizendo que amanhã você se encontre e se realize em alguma profissão. Isso pode acontecer. Agora, se hoje está vivendo a situação de achar que não serve para nada, que não se encontra em nenhuma carreira profissional, viva este momento em paz, harmonia e felicidade. Para isso, é preciso compreender que nenhum ser humano é obrigado a fazer nada, a ser nada.

Este é o primeiro detalhe sobre este assunto: não há obrigação de ser nada.

2. É preciso se amar

Segundo detalhe.

No mundo humano existe um teste que serve para indicar qual a carreira profissional que é mais indicada para o ser. Chama-se teste de aptidão, o teste vocacional. Se não sabe o que seguir, porque não o faz? Acho que isso poderia lhe ajudar, não?

Participante: eu já fiz.

Qual foi o resultado? Deu que você possui inclinação para não ser nada?

Participante: na verdade o resultado apontou alguns campos que devia me desenvolver.

Porque não seguiu esse resultado? Se há um teste feito pela ciência humana, que vocês dizem confiar, porque não seguiu o

resultado? Porque não era para seguir, porque era para viver a desorientação que está vivendo hoje.

Existe um detalhe que aquele que quer ser feliz precisa fazer: combater a lógica humana. Você diz que acredita na ciência e por isso fez um teste de aptidão. Como resultado, ele apontou determinados caminhos que não seguiu e por isso até hoje nada fez.

Porque será que isso aconteceu? Será que você é burro e não sabe que um teste vocacional serve para lhe mostrar caminhos a seguir? Será que é um idiota, já que mesmo sentindo-se mal por nada fazer não tenta seguir o que o teste lhe indica? Claro que não.

Você se considera uma pessoa inteligente, uma pessoa que compreende a vida. Porque, então, ainda não se encontrou? A única resposta possível é: porque não era para se encontrar.

É a partir desse raciocínio que acabei de desenvolver que surge o ensinamento: é preciso aceitar-se do jeito que é, já que o que vive é inevitável e imutável. Isso vale para todos os acontecimentos da vida.

Quem não se aceita como é, não vive nada diferente do que vivencia; só que vive a vida com sofrimento. Porque? Porque nunca aceitará quando se transformar em outra coisa.

O problema não é aceitar que não faz nada, mas não se aceitar do jeito que é. Quem não se aceita em um aspecto, dificilmente se aceitará em outros. Estará sempre atacando a si mesmo, vivendo contrariado com qualquer coisa que seja.

Quem não se aceita como é e faz alguma coisa, não será feliz com aquilo que fizer. Terá sempre reclamações daquilo que se tornou.

A não aceitação de si mesmo denota o desejo de ser algo diferente do que é. Aquele que vive apegado a ter que ser alguma coisa para sentir-se bem consigo mesmo, jamais se encontrará nessa vida. Isso porque a mente estará sempre gerando novos desejos de ser alguma coisa que não serão satisfeitos. Por isso o inconformismo com o que é existirá sempre.

Esse é o primeiro trabalho que precisa fazer: amar a si mesmo do jeito que é. Sendo um vagabundo que não serve para nada, louve a Deus por causa disso e não tenha reclamação alguma de si mesmo.

Além disso, sinta-se sempre como o maior e melhor vagabundo que não serve para nada deste mundo. Esse é o primeiro ponto que preciso abordar a partir da sua pergunta.

Não importa quem você é ou o que faça, se não se amar como é, jamais será feliz com quem é ou faz. Além disso, jamais se amará, pois nunca se sentirá feliz com o que é.

Além do mais, aquele que não se ama do jeito que é, fazendo o que fizer, não vive. Isso porque só existe o presente para se viver. Quem reclama do que foi e do que fez está no passado; quem precisa ser alguma coisa para se amar, vive no futuro. Portanto, não viveu o presente.

Quem não vive o presente não consegue agir, pois só ele existe para se fazer alguma coisa. Portanto, precisa se amar agora e para isso é preciso aceitar do jeito que é e fazer o que faz.

Participante: ah, mas os outros me cobram que preciso ser e fazer determinadas coisas.

Isso é problema dos outros. Eles não estão aqui para lhe amar. Mais: o amor dos outros não vale nada para você. O único que realmente importa é aquele que nutre por si mesmo.

Este é o primeiro ponto que precisa desenvolver: o amor por si mesmo. Para isso é preciso aceitar-se do jeito que é.

Lembra-se quantas vezes você me disse que não arrumava trabalho e eu lhe dizia que se isso acontecia era para ficar em casa quietinho? Essa minha resposta sempre foi fundamentada na necessidade do trabalho de amar a si mesmo que tem que fazer.

Portanto, ame-se do jeito que é. Não importa se faz isso ou aquilo ou se deixa de fazer alguma coisa. Para amar-se dessa forma é preciso saber que não precisa ser, estar ou fazer alguma coisa. Você já é tudo o que pode ser, já é o que tem que ser.

Só que esse pensamento não lhe leva a não mudar-se, a passar a agir de forma diferente. Isso pode acontecer. Só que se ocorrer, já não fará mais por ter que fazer, por obrigação ou para ser algo, pois já será tudo o que pode ser.

Quando se amar incondicionalmente, não importa o que faça, sempre se amará em qualquer estágio que esteja ou em qualquer coisa que for.

3. Insegurança

A resposta que lhe dei já ajuda no seu problema, mas tem algo mais que quero falar. Você me disse que é inseguro. Vamos analisar este aspecto?

Me desculpe, mas isso não é exclusividade sua: todo ser humano é inseguro. Mesmo os que dizem que possuem segurança, são inseguros. Digo isso porque todo ser humano tem medo do futuro, tem medo da reação à ação de agora. Todo ser humano sempre está preocupado com o que acontecerá a partir do que ele está fazendo agora. Todos pensam nisso, não é só você.

Por causa disso, este é um aspecto do qual não deve se acusar. Se todos são, em maior ou menor grau, porque se acusar de ser? Se todos sentem insegurança, porque se acusar de ser inseguro? Portanto, não se acuse de ser inseguro.

Só que há um detalhe na questão da insegurança que precisamos nos ater. Quando ela chega a afetar a sua vivência da vida, ou seja, o medo faz a vivência tornar-se sofredora, o que está lhe faltando? Fé ...

Quando a insegurança é capaz de provocar medo, é porque está faltando fé, ou seja, confiança e entrega.

Participante: quando a gente entende que Deus é a Causa Primária e vê tudo que acontece neste mundo, acaba ficando com medo de Deus.

Por favor, não vamos falar de Deus. Estou falando de fé apenas como confiança e entrega. Fé em Deus é confiança e entrega a Deus, mas não disse que é ela que está faltando. Falei que estava faltando a fé.

Agora, que fé falta para quem a insegurança é vivenciada com medo?

Participante: fé de que está tudo escrito?

Não. A fé que digo que lhe falta é a em si mesmo.

Está faltando fé de você por você. Não confia em si mesmo, não se entrega a si.

'Eu vi uma vaga para determinado curso. Gostei. Vou me entregar a esse curso porque gostei e vamos ver no que vai dar. Não sei se conseguirei exercer esta profissão, mas vou me entregar ao curso porque ele me atraiu'.

Fé não é a esperança de conseguir alguma coisa, mas sim a confiança em você mesmo. É a confiança que fará aquilo que se propõe a fazer.

Participante: a falta de fé não seria falta de conhecimento prévio?

Não, é falta de se amar. Se não ama a si mesmo não se entrega a você. Se só aponta erros em si, vai se entregar a você mesmo?

Você se entrega a alguém que acha que está errado? Claro que não. Então, não se entregará a si mesmo nunca. Estou falando de falta de amor a si mesmo, pois na hora que se ama, entrega-se a você mesmo.

Volto a dizer: não existe fé no sentido de esperança de conseguir alguma coisa. O que estou falando é de uma fé que seja entrega àquilo que decida se fazer, dê no que der.

A falta de fé existe quando decidi fazer alguma coisa e começa a se questionar. *'Será que vou conseguir? Será que devo fazer? Será bom para mim fazer?'* Essa é a falta de fé em si e ela só existe porque não confia em si mesmo.

Não existe pessoa mais importante neste mundo para você do que você mesmo. Isso não é ser egoísta, mas amar a si mesmo. Egoísmo seria dizer que você é o melhor. Isto é um egoísmo porque existe um pensamento a partir de um eu visando que ele leve vantagem individual. Não é disso que estamos falando.

'Eu confio em mim mesmo. Se sou o maior vagabundo ou a pessoa mais burra do mundo, sou a melhor nisso. Me reconheço e

me amo do jeito que sou'. Isso é fé em si mesmo, confiança em si mesmo que nenhum ser humano tem. Porque?

Porque tem medo de perder. Você não tem fé em si mesmo porque tem medo de perder.

Lembra quando veio aqui outras vezes? Você me falava de uma paixão por outra pessoa. Lhe pergunto: onde está essa paixão agora? Onde ficou a frase que me dizia: não posso viver sem essa mulher? O que aconteceu com essas coisas?

Participante: acabou tudo ...

Pois é, tudo nesta vida acaba, tanto faz se é vitória ou derrota. Se isso é verdade, porque ter medo de perder? Porque não arriscar? Não importa se ganha hoje; amanhã acabará perdendo.

Portanto, não tenha medo de perder. Isso faz parte da vida, é circunstância presente em todas elas. Um dia irá ganhar, mas em outros certamente perderá.

O que não lhe deixa pensar em si mesmo, o que não deixa se amar, é o medo de se entregar a si e mais à frente acabar perdendo. É isso que precisa trabalhar em si mesmo.

4. O futuro é incerto

Quando falamos de fé, você disse que está tudo escrito. Eu diria melhor: o futuro pertence a Deus. Acontecerá o que Ele gerar, acontecerá o que Ele decidir. Por isso, se entregue a Ele hoje. E quem é Ele na sua vida? O que está lhe acontecendo agora.

Deus é o presente, é aquilo que você tem para viver a cada momento. É o presente que é a presença de Deus na sua vida.

A partir disso compreenda uma coisa: o futuro não está nas suas mãos. Mesmo que esteja determinado, você não sabe o que irá acontecer.

É por isso que não fez nada até hoje. O medo de perder e a falta de fé em si mesmo não lhe deixa tomar a decisão no presente. Mas, para que ter esse medo? Afinal de contas, a única coisa que podemos fazer na vida é nos arriscarmos mesmo?

Tudo que fazemos é composto por um determinado risco: o de dar ou não certo, de acontecer ou não o que esperamos como reflexo da ação de agora. Por isso, tudo é realmente se arriscar.

É preciso saber que não possuem garantia de nada nesta vida. Mesmo as ações mais corriqueiras muitas vezes acabam levando a acontecimentos não previstos ou esperados. Já perceberam isso? Nada do que disser 'vou fazer' ou afirmar que no futuro será de determinada forma, é garantido.

Viver é como andar na corda bamba: a qualquer segundo você pode cair. Vocês saíram de casa hoje com a certeza de que chegariam aqui, não é mesmo? Acabaram chegando, mas se acontece um acidente no caminho, conseguiram chegar? Acho que não ...

Essa possibilidade poderia ter acontecido? Sim. Vocês sabem que ela poderia existir? Sim. Mas assim mesmo saíram de casa com a certeza que chegariam. Vieram fazendo planos do que fariam aqui.

Não pode haver esta certeza de que chegará, nem a de que não chegará. E preciso deixar de lado o futuro, não quer saber nada sobre ele. Só assim você pode viver o agora.

5. Nem a morte é certa

Participante: só tenho certeza de uma coisa: a morte é certa.

Será que realmente todos vão morrer? Acho que não.

Sobre isso, a primeira coisa que tenho a lhe dizer é que você não morrerá, se não se preparar para morrer um dia. A morte não ocorrerá fatalmente, mas vira apenas para aqueles que se preparam para ela.

Participante: ou outros desencarnam, é isso?

Nem desencarnar ...

O que é desencarnar?

Participante: é sair deste plano e ir para um mais sutil.

Eu lhe digo uma coisa: há mais espíritos que você chama de desencarnado neste plano do que no outro.

Participante: espíritos vivendo o personagem que foram na última encarnação?

Sim.

Falo isso porque desencarnar não é sair da carne, mas sair deste plano mental. Como esses espíritos ainda estão ligados ao mesmo mental que tinham quando vestiam uma carne, neste momento estão sem ela, mas continuam ligados a este mundo. Por isso digo que eles não morreram.

Portanto, nem morrer é certo.

Participante: eles continuam achando que são o José, o João, a Maria da última vida.

Isso. Continuam morando no mesmo lugar, fazendo as mesmas coisas que faziam quando estavam ligados à carne, mas não estão.

Portanto, nem esse futuro você deve viver como certo. A morte é apenas uma possibilidade que ocorre para quem se prepara para ela. Quem se liberta da personalidade humana em vida, pode morrer, desencarnar, mas quem não se liberta continua vivendo a mesma realidade que tinha quando ligado à carne, só que agora sem ela.

Por isso afirmo novamente: viva apenas o presente e deixe a vida ir passando por você.

6. Concluindo

Acho que com o que lhe falei nesta conversa pode haver uma ajuda na sua questão de busca da carreira profissional.

Primeiro, lembre-se que não têm obrigações de ser, estar ou fazer qualquer coisa. Por isso viva tudo que acontecer dentro do seu tempo e sem recriminações ao que acontecer.

Segundo, não importe-se por ser inseguro. Apenas não deixe isso lhe fazer sofrer. Para isso, confie em você mesmo. Assim poderá viver o momento de agora sem recriminações à si mesmo.

Terceiro: não se preocupe com o futuro. Isso porque ele é programado e inexoravelmente acontecerá o que estiver escrito. Por causa disso, você não tem o menor controle sobre o que ocorrerá. Pouco importa se age neste ou naquele sentido: o que estiver programado para acontecer, ocorrerá.

Por isso, entregue-se ao presente. Aja agora com confiança e amor por si mesmo e deixe a vida acontecer.

✓ **Realização espiritual**

7. Sociedade ideal

Participante: sinto que preciso fazer algum coisa, não material, mas espiritual. Preciso fazer algo que atenda o que está dentro de mim.

Vamos ver se posso lhe ajudar neste sentido. Me conte o seu problema.

Participante: para suprir esta carência alguns trabalham a sua mediunidade outros colaboram em centros. Eu gosto de ler. Mas, se pego um livro para ler, dificilmente consigo lê-lo até o fim. Fico procurando alguma coisa, não para estudar, mas para me ajudar na evolução. Começo a ler coisas sobre extraterrestres, seres de outras orbes, de planetas mais evoluídos. Aí ouço você nas conversas perguntar porque nos preocupamos com seres de outros planetas e desisto. Sei que a verdade está dentro de nós, mas quando estou lendo um livro destes planetas ou sobre comunidade de seres que vivem outro tipo de sociedade onde cada um faz por todos e não só por si, começo a sentir que aquilo faz parte de mim, que eu deixei um lugar desse para vir para cá. Depois de ler estes livros ando na rua e olho a forma como as pessoas vivem, isso me deixa chateado por causa do egoísmo humano.

Neste momento não entendeu que enquanto critica o egoísmo do outro, está sendo egoísmo.

Quando diz que o outro está errado por ser egoísta, está querendo que ele seja do jeito que quer. Isso é egoísmo.

Porque estou sendo egoísta?

Porque quer que ele seja como quer que ele seja.

Participante: o jeito que eu quero ou o jeito que deveriam ser?

O jeito que você quer.

Deixe-me cortar a sua pergunta, porque ela começou com uma falácia, algo que não é verdade. Sendo assim, todas as afirmações posteriores acabam também não sendo verdadeiras.

Você começou me dizendo que precisa fazer alguma coisa espiritualmente falando. Depois me disse que para isso começa a ler, buscar e procurar. Disse, também, que alguns para suprir essa carência trabalham a mediunidade ou ajudam em centros. Fazem tudo isso para realizar alguma coisa pelos seu lado espiritual.

Só tem um detalhe: nada disso ajuda no lado espiritual do ser. A única coisa que pode ajuda-lo nestes sentido é ser feliz.

Participante: mas, eu não consigo ser feliz.

Porque está procurando no lugar errado.

Do jeito que está vivendo, está procurando a sua felicidade na leitura dos livros, na mudança dos outros. Está procurando a sua felicidade através de uma sociedade diferente e não é essa a felicidade que os espíritos sentem. A felicidade que pode lhe levar a sentir-se realizado como um ser universal é ser feliz com o que tem. Se reclama do que os outros fazem, não realiza o que tem que realizar para que supra essa carência que sente: ser feliz com os outros do jeito que eles são.

Trabalhar pelo seu lado espiritual não tem nada a ver com melhoria de sociedade, sua ou da sua família. Tem a ver com a sua melhora com relação ao mundo que vive. Este é um aspecto super importante que precisamos conversar.

À sua frente neste momento você sabe que há um espírito vestido de preto velho falando. Por se tratar de um ser universal, acaba misturando o buscar coisas espirituais com misticismo.

Místico é tudo aquilo que não há comprovação material. Você leu um livro onde é descrita uma sociedade que funciona melhor, mas quem lhe garante que existe? Já foi lá, já viu?

Participante: não.

Então, esta sociedade para você é algo místico e fundamentar-se nisso não pode lhe ajudar em nada na realização espiritual. Por este motivo lhe aconselho: afaste-se disso. Prender à coisas místicas para poder alcançar realização espiritual não lhe leva a lugar algum.

Nesta busca que diz realizar não trabalhe com elementos deste tipo, pois eles podem ser uma grande ilusão. Pode ser que no universo não exista sociedade do tipo que é descrito nestes livros e, sendo assim, sua busca é ilusória. Portanto, esqueça essas coisas.

Como ensina o Espírito da Verdade na pergunta 14 de O Livro dos Espíritos:

“Deus existe; disso não podeis duvidar e é o essencial. Crede-me, não vades além. Não vos percais num labirinto donde não lograríeis sair. Isso não vos tornaria melhores, antes um pouco mais orgulhosos, pois que acreditaríeis saber, quando na realidade nada saberíeis. Deixai, conseqüentemente, de lado todos esses sistemas; tendes bastante coisas que vos tocam mais de perto, a começar por vós mesmos”.

Não monte sistemas de vidas para espíritos no universo, pois apegando-se a eles, pode cair num labirinto de onde não conseguirá sair.

O labirinto que o Espírito da Verdade é onde você está neste momento. Quer fazer alguma coisa pela sua espiritualidade, mas nada faz neste sentido porque precisa estar em um lugar onde todos se respeitem.

Repare que é a sua busca que não lhe deixa realizar nada. Se não estivesse buscando a sociedade perfeita, poderia ser que realizasse alguma coisa por si, poderia ser feliz na sociedade em que

vive. Só que não consegue isso, porque ainda espera a existência de uma sociedade perfeita para poder ser. Se não tivesse o sonho de uma sociedade perfeita, poderia ser feliz aqui e agora.

O que é fazer pela sua espiritualidade dentro do mundo que vive, dentro da sociedade que você condena, no aqui e agora? Respeitar os que não vivem dentro dos padrões que chama de certo.

É só isso que você tem que fazer. O trabalho pela sua espiritualidade não tem nada a ver com o mundo espiritual, mas sim com o viver esta vida. Digo isso porque a vida que possui agora é a sua espiritualidade neste momento.

Neste momento a sua espiritualidade é a vida humana, é a sua encarnação e é nela que precisa agir. Realizar algo na encarnação é agir dentro de si. É respeitar e amar o próximo, pouco importando do jeito que ele seja ou aja. Respeitar o próximo é dar ao outro o direito de ser, estar e fazer o que quiser.

Vou lhe dizer uma coisa. Sabe porque existe o mundo humano? Sabe porque o ser humano não é igual àqueles que lê nestas sociedades avançadas? Porque o espírito que está ligado à ele não respeita o outro.

O egoísmo, que você mesmo disse que vê à toda hora neste mundo, é a expressão da falta de amor entre os espíritos, da falta de respeito de um pelo outro. Sendo isso verdade e se você está aqui, é sinal de que também vive este desrespeito, esta falta de amor. Portanto, realizar algo pelo seu lado espiritual é aprender a amar e respeitar o outro. Quando critica aqueles que diuturnamente agem com egoísmo, está mostrando que ainda não aprendeu isso.

Por isso mais uma vez afirmo: trabalhar pelo seu lado espiritual é aprender a viver essa vida respeitando e amando o próximo. Aprender a viver esta vida de uma forma que consiga harmonia com os outros. Harmonizar-se com os outros, do jeito que são e estão. Ao invés de buscar isso, você, em nome de um amor que não existe, cobra que eles se mudem para aquilo que você quer.

8. Mediunidade

Participante: não é isso. Eu não quero que eles se mudem. Entendo perfeitamente que cada um tem que viver do seu jeito. Não é que eu não me conformo com isso. Acho que cada um é cada um. Não vivo julgando e criticando os outros. Estou falando do meu lado especificamente. Acho que deveria estar conduzindo algum trabalho para ajudar os outros. Tenho uma mediunidade que não tenho trabalhado. Acho que minhas entidades se afastaram. Eu queria desenvolver este lado para poder ajudar os outros.

Sim, suas entidades se afastaram, porque falta um trabalho que precisa realizar para ter acesso a elas: o trabalho dentro de você mesmo. Diz que quer ajudar os outros com sua mediunidade, mas, como vimos na análise anterior, neste momento quem está precisando de ajuda é você mesmo.

Sabe o que está precisando? Atenção a si mesmo. Não atenção aos outros, ao mundo. O que está precisando é ater-se a si mesmo. É por isso que seus guias se afastaram.

Há uma pergunta muito interessante em O Livro dos Espíritos que nos orienta nesta questão. Kardec pergunta se existem mundos onde os espíritos conseguem viver em paz e felicidade? A resposta é: sim, há. Só que ela não para aqui. O Espírito da Verdade fala mais: agora ao invés de querer ir para lá, faça com que aquele mundo venha para cá.

Mude você para que o seu mundo se mude. Não se ocupe em ajudar os outros a serem felizes, mas trabalhe a si mesmo para viver em paz e harmonia. Isso porque na hora que trabalhar a si mesmo, serve para ajudar os outros. Enquanto não fizer isso, não há como auxiliar o próximo.

Isso é algo que vocês não se preocupam. Querem ter mediunidade para ajudar os outros, mas não se preocupam em trabalhar a si mesmo para poder merecer este trabalho.

Participante: trabalhar em mim mesmo o que?

No sentido de aprender a servir o outro.

Se quer servir o próximo, comece por aquele que está mais perto de você. Se sua esposa quer ir a algum lugar, vá com ela ao invés de querer que ela vá onde você quer. Se seu amigo é egoísta, não o critique, mas trate-o com respeito e amor.

Estou falando para trabalhar em si mesmo a doação ao próximo. Estou dizendo que deve chegar ao ponto de se alguém quiser tirar a vida de outra pessoa, não o critique por isso. Trabalhar para chegar ao ponto de ter a consciência de que os outros não estão errados, que não deveriam agir de outra maneira.

Estou falando de trabalhar a si mesmo no sentido de ser harmonizar com este mundo do jeito que ele é ao invés de ficar sonhando em trabalhar para que este mundo se mude.

Participante: fazendo isso as entidades voltam?

Aí estará pronto para servir de instrumentos para outro trabalho. Só que hoje isso é impossível. Se tivesse a presença dos seus mentores, usaria o seu trabalho mediúnico em benefício próprio.

Não estou falando em usar isso para ganhar bens materiais, mas morais. Hoje usaria a sua mediunidade para gerar um mundo dentro do padrão que considera certo. Com isso viria a soberba, o sentir-se elogiado e reconhecido. Seria um médium que diria que você fez algo de bom pelos outros.

Participante: eu não vivo assim.

Não estou dizendo que vive: estou afirmando que viveria isso se tivesse a mediunidade à sua disposição neste momento.

Porque está preso ao ideal de mudar o mundo, se aquele que atender melhorar a vida, certamente dirá que foi você que ajudou a fazer conseguir isso. Só que não se ajuda ninguém a melhorar nada. O máximo que pode ser feito é dar os instrumentos que podem contribuir com a melhora, mas quem realmente se melhora é o outro.

Você acha que eu tenho a menor pretensão de dizer que ajudo alguém? Tenho a plena consciência de que não posso fazer isso. Sei que apenas falo e que cada um que me ouve pode se ajudar ou não.

Se quem me ouve acha interessante para si o que eu falo é busca colocar em prática, isso não tem nada a ver comigo: é uma realização pessoal de cada um. Se você não me ouvir, se não achar

interessante o que digo e não colocar em prática os ensinamentos, eu não fiz nada por você. Por isso afirmo que não faço nada.

Se continuasse com o seu trabalho mediúnico hoje, teria a prova da soberba. Por isso não pode continuar este trabalho neste momento.

Sei que muitos médiuns trabalham a sua mediunidade dentro da consciência que estou falando (eu ajudei, eu fiz). Estes possuem a provação da soberba. Você no seu plano de encarnação não possui esta provação. Por isso eles podem continuar desenvolvendo seus trabalhos e você não. É por isso que seus mentores não podem incorporar neste momento.

Participante: eu gostava do trabalho porque de certa maneira era uma forma de ajudar os outros da mesma forma que espíritos, como o senhor, me ajudaram.

Você nunca foi ajudado por espírito algum.

Participante: eu me ajudei ...

Isso. Então, você nunca ajudou ninguém: aqueles que foram atendidos por seus mentores se ajudaram.

Eu nunca falo de atos, mas só de mundo interno. Falo da forma como vive o que está acontecendo, o que é muito diferente. E essa também deve ser a sua preocupação.

Sabe, a maioria dos médiuns, quando não diz que foi ele que fez, afirma que foi a entidade dele que realizou. Isso parece prova de humildade, mas não é. Este ainda está buscando a fama individual, o elogio, porque está atribuindo a realização à sua entidade. Como isso não é provação prevista para você, os seus mentores tiveram que se afastar.

9. Tudo é espiritual

O que quero deixar muito claro nesta conversa é que o maior trabalho espiritual que um ser humanizado pode fazer por si mesmo nesta vida é espiritualizar-se, ou seja, aprender a amar a Deus sobre todas as coisas ao próximo como a si mesmo. O resto é místico, é banal.

Você me fala em fazer alguma coisa espiritual como houvesse alguma coisa que não fosse espiritual neste mundo. Tudo é espiritual. A separação entre coisas espirituais e materiais não existe no universo; só na cabeça de vocês.

Tudo que acontece no mundo material é espiritual. Porque? Porque é a prova do espírito. Portanto, é neste mundo que precisa trabalhar, se quiser fazer alguma coisa pelo seu futuro espiritual.

Não estou falando em rezar, trabalhar em centro, incorporar ou qualquer outra atividade mística. O que precisa fazer para realizar-se neste aspecto é o trabalho dentro de si mesmo, com o objetivo de conseguir alcançar a felicidade plena, a não condicionada. Quando a alcança realiza o ato espiritual maior que pode ser feito neste momento. Não há mais nada a ser feito.

Para poder ajudar o próximo a primeira coisa que cada ser humanizado precisa realizar é ajudar a si mesmo. Isso é o que a mente humana não busca. O que busca é o prazer através da ajuda ao próximo.

Ela opera no binômio 'eu quero ajudar e consegui fazer isso'. O que resulta emocionalmente dessa forma de viver é a felicidade condicionada. Tanto isso é verdade que você não está feliz, está infeliz, porque não consegue ajudar.

Veja como a felicidade que está buscando ainda é condicionada.

10. Caminhar para frente

Participante: um dia buscando um caminho para a minha elevação perguntei se havia um trilho que poderia me ser dado para chegar lá. O que ouvi como resposta é que o trilho é o que estamos vivendo. A nossa vida, seja ela qual for é o caminho para elevação, pois ninguém pode andar fora do trilho.

Perfeito.

Participante: só que eu às vezes sinto que não estou caminhando para frente.

Quem sente isso?

Participante: o ego, a mente ...

Então não é você que está sentindo isso. Não se deixe levar por esta informação, por esta emoção.

Não estou dizendo que o que a mente está lhe afirmando é mentira. Não use este argumento porque senão em algum momento ela encontrará um certo e isso não existe. O que precisa dizer é que não sabe se está caminhando para frente ou não.

Se queremos nos harmonizar com o mundo, há tudo que a mente disse precisamos responder se não sabemos se é verdade ou mentira. Nunca tenha um verdade sobre qualquer assunto. Vou lhe dar um exemplo.

Uma pessoa me disse que estava apaixonado por outra e que por isso não conseguia mais viver longe dela. Em resposta lhe disse: se isso é verdade, o que está fazendo aqui sozinho? Se não consegue viver longe de uma pessoa, mas está aqui sozinho neste momento, ou isso é mentira ou provavelmente você está morto.

O que é preciso ser feito para poder se conseguir alguma coisa no sentido da realização espiritual é preciso compreender que você não sente nada, não precisa de nada, não quer nada, não sabe nada. Tudo é criação mental.

É a mente dessa pessoa que estava criando a ideia de estar apaixonado e de que não consegui mais viver sem aquela pessoa. Isso não era algo sentido por ele. Afinal de contas, quem nunca ouviu alguém falar isso num dia para no outro já não sentir mais da mesma forma? Se aquela emoção era real, absoluta, porque acabou?

Se você não separa a mente de si mesmo, vai achar que está apaixonado, mas não está. Por não ter separado, vai viver todos os sofrimentos que a mente causar dentro da história desta relação. Separando as coisas, poderá libertar-se destes sofreres.

Aqui estamos falando a mesma coisa. Se não se separa da mente vai viver a ideia de que não está caminhando para frente, mesmo tendo recebido uma mensagem que diga que ninguém pode sair do trilho que leva à elevação. Por isso vai sofrer.

11. O sofrimento escondido

Quem está presa à ideia de que não está caminhando para frente é a mente. É ela que criou isso. E se houve uma criação mental neste sentido, isso não é verdade ou realidade, mas provação para o espírito. Também não é mentira: é só prova.

Portanto, quando a sensação de não estar caminhando para frente vier, dia a ela: *‘não sei se deveria estar ajudando ou não. Sei que não estou. Isso é fato, está acontecendo. Se amanhã começar a ajudar, ótimo; se não ajudar, ótimo também’*.

Sabe o que acontecerá se fizer isso? Começará a viver em paz consigo mesmo e com isso certamente estará caminhando para frente. Enquanto não disser isso a si mesmo, imaginará que realmente está se sentindo mal porque precisa fazer alguma coisa e não consegue. Com isso realmente não caminhará para frente já que viverá em sofrimento.

Pior: acredita quando a mente, para me responder, diz que não está sofrendo por causa disso. Acredita quando ela afirma que é apenas uma vontade, um desejo, um ato de amor pelo próximo.

Viu como sua resposta é falha, como ela foi criada apenas para encobrir um sofrimento? Sim, existe um sofrimento no que está vivendo, mesmo que a mente tenha um discurso que diga que ele não existe, porque houve uma contrariedade. Sempre que há algo que

nos contrarie, há um sofrimento, mesmo que a mente não classifique o que está sendo vivido dessa forma.

O que a mente não lhe deixa ver é que na sua vivência há um egoísmo. Por isso a intenção de ajudar o outro não pode ser considerada como amorosa, altruísta, ou seja, como algo importante para a elevação espiritual. Sofre quando não se consegue fazer o que quer é a prova de que não existe amor na intenção de ajudar o outro, mas de um egoísmo, de uma vontade de satisfazer a si mesmo.

Só que este egoísmo não está presente só na sua última fala, mas vem desde o início de nossa conversa onde disse que precisava fazer algo pelo seu lado espiritual. A partir do momento que aceitou essa afirmação mental como verdadeira, como algo que você está sentindo, todos os conceitos formados anteriormente sobre o que é fazer pelo seu lado espiritual passaram a estar presente. Por isso, achou que precisa incorporar e combater o egoísmo dos outros.

Tudo isso passou a ser realidade porque você aceitou a primeira propositura mental feita pelo ego. Enquanto não mudar lá atrás, no sentido de dizer a si mesmo que o que pode fazer pelo seu lado espiritual é viver essa vida do jeito que se apresenta, não conseguirá ser feliz.

12. Realizando espiritualmente

Se quer se realizar espiritualmente, nunca separe a vida material da espiritual. Os atos mais corriqueiros da vida humana onde aparentemente não há nada que envolva a sua existência eterna, são elementos da sua vida espiritual.

Quando está no seu emprego trabalhando está vivendo um ato espiritual; quando está fazendo compras, há um momento espiritual acontecendo; quando está fazendo necessidades fisiológicas, o seu processo de espiritualização está acontecendo. Sabia disso?

Porque isso é verdade? Porque você é um espírito e a vida humana é uma encarnação, é um processo de provação do espírito. Portanto, em tudo que faz materialmente há uma atividade espiritual acontecendo.

Por causa disso, se quer realizar-se espiritualmente é preciso nestes momentos estar atento à esta questão e não aos acontecimentos humanos. Quando vive com esta consciência, ao invés de buscar a realização material, fazer as coisas dentro dos padrões humanos que ditam como elas deveriam ser, você se ocupa com o lado espiritual, ou seja, se ocupa em buscar a paz e harmonia que levam à felicidade plena. Quando não possui esta consciência, ocupa-se apenas na realização material.

Compreendeu?

Participante: sim ...

13. Divinizar as coisas

Participante: só para concluir, o que sonho às vezes é que me sinto numa situação onde sou capturado, que estou submisso à entidades negativas. Sinto que entidades deste tipo me acham e querem me capturar. Fico numa agonia e acordo nervoso com esta situação. Sinto-me tão mal que acho que vou ter um ataque cardíaco.

Não se assuste com isso. Você só terá um ataque cardíaco se isso estiver programado para acontecer. Mesmo que ele esteja previsto, só acontecerá no momento que tiver que acontecer. Portanto, sendo ou não atacado por estas figuras, ele só acontecerá no momento que tiver que acontecer.

Agora, se aquele for o momento de ter, pouco faz se está sendo capturado por entidades negativas ou abraçado por positivas, terá.

Participante: entendo, mas só que quando acordo de madrugada desses sonhos fico com um peso que não consigo me desvencilhar. Neste momento busco uma oração para fazer. Ajo

dessa forma porque frequente há muitos anos uma doutrina chamada 'Divinismo'. Segui ao pé da letra durante muitos anos o que eles ensinavam e quando comecei a ter acesso aos seus ensinamentos vi que muita coisa batia com o que lá me era ensinado. Mais, que muitos dos seus ensinamentos abriam novos horizontes.

Isso porque eu sou divinista sem ter nada de divino.

Participante: depois que tomei conhecimento com seus ensinamentos comecei a pesquisar outras coisas. Acontece é que com esta mistura de ideias tem horas que acabo caindo num labirinto que não consigo sair.

Pois é, este é um problema que acontece com aqueles que misturam as coisas.

Participante: sim. Inclusive na própria doutrina que frequentava era alertado para não ficar procurando ensinamentos aqui e ali porque senão ficaríamos com a cabeça maior que o corpo. Com isso não conseguimos nem andar direito.

Isso eu também digo.

Participante: eu sei, mas tenho esse defeito. Fico procurando a verdade aqui e ali. Quero sabe de onde vim, qual a minha prova, o que me propus fazer nessa encarnação. Tenho ânsia em conhecer essas informações. Aí chego aqui e ouço o senhor dizer que tudo isso se resume em amar a Deus sobre todas as coisas e ao próximo como a si mesmo.

Quem fala isso não sou eu, mas Cristo. Ele diz que o maior ensinamento é amar a Deus acima de todas as coisas e o segundo maior é amar o próximo como a si mesmo. Se ele coloca as coisas neste ponto é sinal de que todos viveram aqui apenas para realizar estas duas coisas. Não importa qual seja a situação da vida, é preciso que o ser encarnado aprenda a amar a Deus acima de tudo e ao próximo como a si mesmo.

Esta informação é a resposta, mas, no seu caso específico, ela leva a um problema. Vamos falar sobre isso.

Disse que para você isso gera um problema porque frequentou a doutrina divinista. Porque isso acontece com quem frequenta essa

doutrina? Porque o 'Divinismo' para se amar a todos e a tudo propõe que existe um bem e um mal. Só que não existe mal.

O problema é que para realizar-se espiritualmente você não pode divinizar nada. Sabe porquê? Porque tudo já é divino.

O medo que vive durante os seus sonhos parte da sua ideia que existe o mal, que existe coisa ruim. Parte da ideia de que é preciso mudar o que é ruim para que ele se torne bom. Isso existe porque há a ideia de que o que é ruim não é divino, mas isso é irreal. Tudo é divino, seja considerado como bom ou mal.

Digo isso porque tudo vem de Deus. Se Ele é a fonte de todas as coisas e é a Perfeição, a Bondade, a Justiça e o Amor, nada pode ser mal.

Participante: entendo o que o senhor está dizendo, mas na hora do dia a dia fica difícil a prática.

Sei disso, mas este é o trabalho da sua vida.

Uma vez me falaram da questão dos ovoides, de espíritos que tomam formas ovoides. Na literatura espírita se diz que isso acontece porque eles são maus. Mas, se o espírito em essência é a imagem de Deus, será que ele pode ser mal? Claro que não.

O espírito não é mal em essência: acha-se mal. Ele não consegue encontrar a sua essência de bondade e por isso acredita na maldade que não é dele. Portanto, posso dizer que eles não são maus, mas estão.

Por isso, você, para poder lidar com eles em paz, não pode chamá-los de mal, não pode ver a maldade que eles aparentam ter. Se eles são em essência divinos, deve trata-los desta forma.

Isso responde a questão dos espíritos maus, mas há mais um detalhe que quero falar. O que lhe faz passar mal neste sonho não é a presença de espíritos que imaginam-se maus. O que lhe faz mal? O medo ...

O que lhe faz mal é o medo de que eles lhe façam o mal. Mas, porque tem esse medo?

Participante: porque podem tirar a minha liberdade ...

Não.

Porque não os diviniza. Porque acha que eles podem fazer maldade contra você. Mas, se eles são em essência divinos e tudo o que fazem vem de Deus, Causa Primária de todas as coisas, será que eles podem fazer maldade? Acho que não. Acho que é você que está chamando o amor de Deus que é transmitido através destes seres de maldade.

Na hora que realmente divinizar tudo, torna divino aquilo que chama de mal. Quando fizer isso sabe o que acontece? Acaba o medo. Acontecendo isso, sabe o que lhe ocorre? O sonho não mais causará a impressão que causa hoje.

Repare que as coisas nunca são ligadas apenas àquilo que você imagina, mas aquilo que usa para gerar a compreensão de agora. Os espíritos que vivem nos seus sonhos não são maus, mas divinos. São seres que foram criados simples e ignorantes e nunca perderam a sua pureza. Como instrumentos da Causa Primária, não podem fazer nada que não seja divino. Por isso, sempre emitem o amor de Deus por você. Como inicialmente não os enxergou dessa forma e nem viu a ação deles desse jeito, no momento que estão presentes nos seus sonhos, não pode deixar de viver o medo.

14. Amar a tudo e a todos é o único trabalho

Participante: então, o que falta é isso que acabou de dizer?

O que falta é amar a tudo e a todos, pois quando tiver esse sentimento verá tudo como uma expressão de Deus e não terá medo.

Aliás, amar a tudo e a todos é o único trabalho que precisa fazer, como já tinha dito. É o mesmo trabalho que precisa fazer por aqueles que diz encontrar agindo egoisticamente no dia a dia, o mesmo que precisa fazer quando sua mente diz que seria melhor que realizar o trabalho de incorporação lhe ajudaria a realiza-se espiritualmente.

Sabe porque não quer que os outros sejam egoístas? Porque tem medo de ser vítima do egoísmo dele.

Portanto, não tem nada de bonito, de sublime na sua tentativa de mudar o próximo. É somente medo de perder, de ser atacado. É por isso que quer mudar o próximo e não por amor, para ajudar.

Como disse, por causa da Causa Primária de todas as coisas temos que divinizar tudo. Sendo assim, posso dizer que o homem que estupra uma criança é divino.

Participante: é difícil se chegar a este ponto ...

Por que? Porque desde criancinha aprendeu que isso não deve ser feito. Só que me desculpe, mas você mesmo já fez.

Não estou falando que cometeu um estupro sexual, mas já estuprou crianças e adultos. Quando? Toda vez que disse para alguém: tem que fazer do jeito que eu acho certo. Isso é um estupro, um ato que violenta a individualidade do outro.

Estupro é obrigar o outro a fazer o que você quer que seja feito. Quando age dessa forma, está violentando o direito que o próximo tem à ter suas verdades, seus certos.

15. Ganhar e defender-se

Neste momento, depois de toda esta conversa, chegamos na resposta à sua questão original. Acho que ficou bem claro por tudo o que falei que sua mente não quer ajudar ninguém. O que ela quer é mudar o mundo para proteger-se. Está querendo fazer com que os outros não sejam egoístas não por causa de um bem estar comum, mas para que ela não seja vítima.

É isso que precisamos entender. Tudo de bom ou mal, certo e errado, começa dentro de cada um e acaba no mesmo lugar. Não há nada a ver com o mundo externo. E no mundo interior tudo começa e acaba com o ensinamento chamado 'As quatro âncoras': vontade de ganhar e medo de perder, vontade de ter o prazer e medo do

desprazer, vontade de ser reconhecido e medo da infâmia, vontade de ser elogiado e medo da crítica.

Toda compreensão que o ser humanizado tem das coisas do mundo começa nestas sensações e termina aqui mesmo, ou seja, nada tem a ver com o que o outro faz e nem influencia a existência de outro. Nada começa no mundo externo e nada o influencia. A vida de vocês nada mais é do que a ação destas quatro sensações. São elas que formam as consciências que o ser humanizado tem sobre as coisas da vida.

Por mais que a mente gere argumentos distintos, por mais que ela demonstre ter nobres intenções, que ela ligue o momento presente à elementos espirituais como influência de vidas passadas, por mais que ela diga que o amor está presente, tudo isso é ilusão. A única coisa que influencia um pensamento e gera uma intencionalidade são as vontades e os medos expressos nas quatro âncoras.

Todo resto que a mente cria são apenas argumentos onde está intrínseco a ação das quatro âncoras. Por isso, quanto mais você se expõe a informações e deixa a mente criar saberes a partir delas, mais argumentos ela terá para lhe iludir.

Por mais que a roupagem do seu pensamento, os argumentos que a mente usa, pareçam sublimes, não há nada disso nele. O que ela quer é realmente é ver os seus desejos atendidos, ganhar, e defender o seu tesouro, as suas verdades. Ela age assim por causa da sua característica primária: o egoísmo. Por isso, não acredite quando ela diz que quer fazer alguma coisa pela sua realização espiritual. O que ela realmente pretende é ganhar e defender-se.

16. O trabalho necessário para amar

Estou falando isso não para lhe acusar de alguma coisa, mas para alertá-lo do que acontece no mundo inconsciente e assim lhe

chamar para o único trabalho que deve concentrar-se nesta vida: o de afastar-se da ação da mente. Concentre sua vida em libertar-se das verdades que ela cria para poder alcançar a vitória esperada na encarnação.

Comece eliminando qualquer separação entre as coisas. Elimine da sua consciência a separação das coisas em boas ou más, certas ou erradas, bonitas e feias, limpas e sujas. Para isso, esqueça a questão de divinizar as coisas deste mundo, pois tudo já é divino. Ao invés de buscar divinizar as coisas, ou seja, muda-las para um divino que fundamentado nas suas crenças, viva a divindade que todas as coisas possuem.

Esta é a única coisa que precisa fazer nessa vida, pois este trabalho é o que lhe leva a viver o amor que já está em você.

Todo espírito possui dentro de si mesmo o amor, mas ele não consegue ser sentido por causa das poluições que se agregam depois do nascimento: ensinamento de Buda. Esta poluição são os valores usados pela mente para gerar o dualismo das coisas. Este dualismo é que acaba com a divindade que tudo possui.

A ideia de que existe algo negativo que precisa ser divinizado é que não lhe deixa viver o amor a Deus e ao próximo. No entanto, se tudo provém de apenas uma fonte e esta é divina, o imaginar que existe algo negativo é que acaba com a divindade que as coisas possuem.

A sua ideia de que algo é negativo é apenas um argumento que a mente cria para poder ganhar e para defender-se do egoísmo do outro. Por isso, o que precisa ser divinizado não são as coisas, mas a própria intenção que a mente tem. Isso se faz vivendo com a divindade com que os elementos deste mundo já possuem. Isso se faz libertando-se dos pares dos critérios opostos que a mente dá a eles.

Por isso, aconselho que deva concentrar-se em si mesmo e fugir de si mesmo. Se a sua mente lhe diz que precisa fazer algo por alguém, tente buscar a razão disso. Pesquise junto a ela porque está afirmando isso, o que quer de verdade com esta afirmação. Está é a ação correta plena que Buda ensina. Só que para tê-la, é preciso a

concentração correta plena: concentrar-se em si mesmo e não no mundo externo.

Todo o resto, todas as demais histórias que a personalidade humana criar são apenas estórias.

17. Cansado do trabalho

Participante: minha mente gera histórias e eu tento resistir. Só que ela continua insistindo e no final de dois, três dias de luta, acabo não resistindo mais e me entrego a ela. Será que não há uma bomba para se jogar nela? Sei que o senhor fala desse trabalho de dialogar, mas só que chega uma hora que me canso disso.

Tem uma coisa que pode fazer sim: continuar fazendo sempre ...

Participante: só que chega uma hora que cansa ...

Vou tentar lhe explicar para ficar mais claro ...

Sempre disse que a libertação do ego não se consiste em mudar as verdades geradas pela mente. Sempre disse que ela acontece apenas quando diz à sua personalidade humana: isso não me pertence, para mim isso não é verdade, eu não concordo. Ela existe quando você não assume o que é dito pela mente e não querer calar ou muda-la.

Acabei de dizer que não deve aceitar quando a sua personalidade humana disser que existe maldade, que os outros são maus. Isso parece que estou dizendo que você não deve nunca mais achar que ninguém seja mal. Só que não é isso. Você não pode mudar a mente. A única coisa que pode fazer é deixar de concordar com ela, de aceitar a ideia que ela cria.

Portanto, se o seu ego lhe diz que uma pessoa é do mal, o único trabalho que precisa fazer é não aceitar esta afirmação. É isso que pode ser feito e não querer deixar de achar isso daquela pessoa.

Compreende o que estou querendo dizer? A mente lhe diz que quer alguma coisa. O que deve falar com ela? Não sei se quero. Não se trata de dizer não quero, mas sim de tirar a força de verdade e realidade que ela dá ao que afirma.

'Ah, mas aí ela vai ficar martelando a ideia', você me diria. Sim ela vai fazer isso e tem que agir assim. Porque? Porque esta é a função dela. Por causa da compreensão da importância dela para a elevação espiritual você precisa lhe dar o direito de ser dessa forma, ao invés de querer que ela pare de ser dessa forma.

É por causa da sua vontade ganhar, ou seja, de não mais fazer o trabalho, que se cansa de fazer o que é preciso para a sua evolução. Reconhecendo isso, o cansaço acabará. Continuará dizendo que não quer ou não acredita no que ela está criando todas as vezes sem sentir-se cansado.

Participante: isso que o senhor nos propõem é um diálogo de mente com a mente?

Na verdade não é isso. Para vocês parece que sim, mas na realidade não.

O trabalho é simplesmente dizer que não sabe se quer ou acredita. Acabou, morreu o assunto. Aí começará uma nova vida onde ela voltará a fazer alguma afirmação, que pode conter a mesma roupagem, os mesmos argumentos, e novamente deverá dizer que não sabe se quer ou se acredita.

O cansaço existe porque imaginam que podem mudar a mente. Querem que ela pare de dizer isso ou aquilo. Só que ela não pode fazer isso. Ela sempre fará o que precisa ser feito para que você tenha a sua prova.

Deixe-me dizer uma coisa. Estamos conversando com um grupo de médiuns a cada quinze dias no sentido de ajuda-los a se transformarem em orientadores de pessoas para que elas alcancem a paz.

Na última vez que estávamos conversando, uma pessoa me disse que para se libertar da contrariedade é preciso que ela surja na consciência antes. Isso é claro: não dá para se libertar de algo sem que ele exista anteriormente. Só que, na verdade, vocês não querem

ter o trabalho da libertação. O que querem é ganhar, ou seja, não terem mais contrariedades.

Isso é impossível. O ser só conseguirá se libertar de ter contrariedades quando realmente se libertar daquilo que a causa. Isso demora, é algo que exige muito trabalho.

Portanto, é óbvio que primeiro tem que haver a contrariedade para depois se fazer um trabalho de libertação. Por isso, é natural entender que primeiro tem que haver o desejo para depois conseguir se libertar dele. Compreendendo isso, se realiza o trabalho sem cansaço.

Portanto, conscientize-se de que ela sempre fará o seu trabalho e você deve controlar-se para não ansiar que ela mude, pois senão realmente sentir-se-á cansado. Quando se controla a ânsia de acabar com a ação da mente, o processo começa a ficar tão natural, tão normal, que nunca mais ficará cansado de executá-lo. Tem mais: de tanto realizar o que precisa ser feito, o desejo sumirá e você nem perceberá que isso aconteceu. Só depois de algum tempo é que terá consciência do quanto quis alguma coisa que agora não possui mais a importância que tinha.

Este trabalho, então, deve ser realizado dentro um processo normal e natural sem criticar ou querer acabar com a existência dele. Sem achar errado que ele exista. É viver dia a dia o que a vida lhe apresenta sem pretensão alguma.

Não há jeito de silenciar a mente. Para vocês que querem ganhar sempre, isso seria o ideal, mas enquanto estiverem encarnados, vivendo ligado a uma personalidade humana, a sua mente lhe tentará, pois ela foi programada para isso.

✓ **Ansiedade**

18. Desemprego

Participante: estou desempregado a algum tempo. Isso está me deixando muito ansiosa, pois, além das minhas próprias despesas, tenho que ajudar em casa. O senhor tem alguma coisa para dizer que possa me ajudar?

Tenho sim. Aliás, posso inclusive lhe dizer quando arrumará emprego. Você quer saber?

Participante: claro que sim ...

No dia que arrumar ...

Você está rindo, mas isso é a mais pura verdade. No dia que arrumar um emprego terá arrumado um emprego.

Sei que está preocupado com essa data, com que dia será o dia, mas é preciso pensar em outras coisas. Por exemplo: em que a sua ansiedade em conseguir um trabalho lhe ajuda nessa tarefa?

Participante: acho que em nada ...

Continuo pensando: em que a ansiedade que está vivendo hoje lhe atrapalha a arrumar o emprego?

Participante: muito ...

Você só se libertará da ansiedade de arrumar emprego quando descobrir que ela está lhe atrapalhando na sua busca.

Por causa da ansiedade, quando chega a um local na busca do trabalho não está relaxada. Está sempre tensa e esta é transmitida a quem está lhe entrevistando e atrapalha na hora da conversa com quem pode lhe empregar.

Se realmente está ansiosa para arrumar um emprego, a primeira coisa que precisa fazer é deixar de ficar ansiosa para que isso aconteça. Para lhe ajudar a fazer isso, deixe-me, fazer umas perguntas.

Você está morrendo de fome? Está morando ao relento, debaixo de chuva e passando frio? Está tendo que andar pelada porque não tem roupa para vestir?

Participante: nada disso ...

Então, mesmo que esteja procurando emprego para melhorar o seu padrão de vida, hoje não teria grandes motivos para reclamar da vida que tem.

Posso dizer que você é uma pessoa de sorte. Mesmo não tendo um emprego, tem condições de manter-se dentro de um padrão mínimo de vida. Não estou falando em luxo, mas, apesar de não estar ganhando dinheiro, possui as coisas básicas para viver dentro de certo conforto.

Exatamente por isso, lhe aconselho a continuar procurando seu emprego, mas libertar-se da ansiedade que sua mente está criando. Para isso, diga a si mesmo: *'vou procurar, se não conseguir arranjar hoje, sei que pelo menos não vou morrer de fome. Além disso, sei que terei novas oportunidades amanhã e estarei pronta para tentar novamente'*.

Mais do que um emprego, o que você precisa hoje é acalmar o seu coração.

19. Dependência

A ansiedade de arrumar um emprego não tem nada a ver com o que você sonha, com o que imagina causa-la. Porque está realmente ansiosa?

Participante: porque meu dinheiro está acabando, porque moro na casa dos meus sogros e quero ajudar nas despesas.

Eu quero ... Que mais lhe causa ansiedade?

Participante: sou uma pessoa que saiu de casa cedo e comecei a trabalhar muito jovem. Por isso não estou acostumado a viver dessa forma.

Não é bem não estar acostumado a não viver dessa forma. A que realmente você não está acostumado? Depender dos outros ...

Me diga uma coisa: será que você ou qualquer outro ser humano não depende de ninguém para nada?

Participante: acho que a maioria depende de alguém para alguma coisa.

A maioria, não: todos dependem dos outros. Se não é uma dependência financeira, é sentimental ou moral.

Constatado isso, pergunto: o normal do ser humano é ser dependente? Se sua resposta for sim, lhe faço outra pergunta: porque, então, você está preocupado com a sua dependência de agora? Se todos dependem de alguém, a dependência que você vive neste momento, não deveria servir como causa para a sua ansiedade de arrumar emprego, não?

Em busca de lhe ajudar a acabar com a ansiedade, continuo perguntando: porque não quer depender dos outros?

Participante: financeiramente não quero mesmo ...

Por que isso?

Participante: porque isso me causa mau ...

Estamos numa consulta com um psicólogo. Continue mergulhando em você e tente encontrar porque não quer depender dos outros.

Participante: porque não me vejo vivendo dessa forma. Porque sai de casa muito cedo e sempre fui independente financeiramente falando.

Sua mente só vai criar historinhas e irá e voltará delas e não lhe deixará chegar à realidade. Por isso vou lhe dizer diretamente porque não quer depender de ninguém. Se isso acontecer, você imagina que não tem o direito de falar nada para os outros, de reclamar de nada.

Participante: acho que sim ...

A partir desta constatação, estamos começando a chegar à raiz da sua ansiedade. Você está ansiosa para arrumar emprego não por conta da sua independência, por querer ajudar os outros, para participar das despesas da casa, mas para poder sentir-se no direito de dizer aos outros o que devem fazer, o que é certo de ser feito. Quer arrumar um emprego para poder sentir-se no direito de controlar os outros ...

20. A intenção escondida

Antes de continuar lhe falando desta intenção escondida, deixe-me lhe dizer: não estou acusando-a de nada. As pessoas que me conhecem sabe que não brigo por nada. A intenção ao mostrar alguma coisa da vivência que fazem dos acontecimentos da vida é mostrar porque sofrem.

A origem da sua angústia não está na falta do emprego, mas na intenção oculta que a sua mente tem: a de querer ter o direito de falar para os outros o que deve ou não ser feito, o que é certo de se realizar. Está na intenção de controlar as coisas ao seu redor.

Como não tem emprego, vê-se como dependente dos outros. Por conta disso acha que não poderá exercer a sua liberdade, falar o que quer, que não terá moral para reclamar. É esse o ponto que lhe faz sentir agonia por não ter um emprego. Por isso, é esse ponto que precisa trabalhar em si.

Volto a dizer: não estou lhe acusando de nada nem dizendo que a sua forma de vivenciar os acontecimentos é errada ou ruim. Estou apenas mostrando que a sua mente possui uma intenção oculta que não está percebendo.

Esta intenção não é errada ou certa. O que estou querendo dizer é que ela é a fonte do seu sofrimento. Pode ser que ela tenha nascido justamente por ter saído de casa e aprendido a se virar sozinha muito cedo. Ou seja, é uma decorrência da vivência de momentos anteriores. Mas, é preciso que você a conheça e reconheça que ela lhe faz sofrer.

É isso que estou querendo lhe alertar.

21. Convivendo com as situações da vida

Deixe-me lhe explicar uma coisa. A vida é feita de vicissitudes. Sabe o que é isso? Sabe o que quer dizer a vida ser formada por vicissitudes? Haver alternâncias nas situações.

Essa é uma característica da vida humana. Nela as situações da vida se alternam constantemente. Ou seja, num dia existe uma coisa, no outro o contrário. Isso quer dizer que um dia você está por cima e no outro por baixo. As situações da vida variam constantemente. Elas não são fixas, únicas.

A vida é assim, mas nós não precisamos viver dessa forma. Precisamos aprender a viver no meio. Quando ela estiver acima, precisamos ficar no meio; quando descer, precisamos continuar no

meio. Para isso, é preciso aprender a conviver com as intenções que a mente cria.

Intenção é ter o desejo que determinada coisa aconteça. No entanto, por causa da característica vicissitude da vida, é impossível que tudo que desejamos aconteça. Haverá momentos que o que queremos aconteça e em outros não. Se devemos aprender a viver no meio, precisamos não nos exultar quando o que desejamos acontece e nem cairmos em depressão quando não acontecer.

A partir de tudo isso lhe digo. Você já teve momentos em que conseguiu ser independente, que conseguiu não precisar de ninguém. Só que hoje depende de alguém. Para fazer o trabalho que aconselho é preciso, então, ao invés sentir-se dependente neste momento, viver no meio. Para isso, compreenda uma coisa: por mais que torne-se independente, sempre dependerá de alguém.

Hoje seu dinheiro está acabando e por precisa de ajuda. Por isso, imagina-se dependente. Mesmo sendo, não aceite o sofrimento que isso pode lhe trazer. Para isso, compreenda que a vida é feita de vicissitudes e neste momento é deste lado da vida que está. Com isso pode matar em si a intenção de ser independente.

É esse o trabalho que precisa ser feito. Você precisa aceitar que a vida tem dois lados e que eles se sucedem. Só com esta compreensão pode se libertar do apego de ter que viver apenas um dos lados dela.

Só se combate a intenção com a constatação da realidade e com consciência de que um dia, dentro do próprio tempo da vida, as coisas mudarão. Hoje você depende dos outros. Esta é a sua vida neste momento. Mas, em outros momentos, poderá voltar a não mais depender.

Se esta é a sua vida neste momento, viva ela. Faça isso sem achar que isso é ruim, que está errado. Para isso é preciso entender que este momento é uma situação da vida, um momento da sua existência que precisa aprender a viver.

Amanhã quando a situação mudar, ao invés de exaltar-se, ou seja, achar-se totalmente independente, diga a si mesmo: *'por mais que ache que sou independente sempre dependo de alguém'*. Essa

forma de viver no meio das emoções da vida vai lhe preparar para quando no futuro a vicissitude fizer as coisas mudarem.

Se não aprende hoje a viver no meio, quando as coisas sobem, se torna arrogante; quando ela desce, se torna submissa. Para poder se libertar destas duas coisas é preciso que compreenda que não dá para se ter o que quer na hora que se deseja.

Tudo o que quer, um dia terá. Não estou falando objetos, de coisas, mas de condição de vida. Um dia terá as condições de vida que quer, porque os acontecimentos da vida se alternam. Agora, na hora que estiver vivendo alguma coisa, aproveite o que tem sem se deixar levar por isso. Na hora que não tiver, aproveite o que dispõe sem se deixar levar pela carência que a mente acusa.

Isso acaba com a sua ansiedade. Lhe faz esperar o momento de ter sem sofrer por não ter. Na hora que não sofrer porque não tem, conseguirá mais facilmente ter.

Portanto, fique tranquila, não será dependente dos outros o resto da vida, apesar de neste momento estar. Aproveite para tirar do agora a lição que precisa ser independente sem sentir-se totalmente independente; preciso ser dependente, sem sentir-me submisso.

22. Aprenda a chupar o limão sem fazer cara feia

Muitas vezes comparei o momento de vicissitudes não desejadas como a vida lhe oferecendo um limão. Quando dizia isso as pessoas me diziam logo: *'é preciso fazer uma limonada com o limão que a vida lhe oferece'*. Só que isso é impossível. Eu nunca disse que a vida dava limão, água e açúcar. Se ela não oferece todos estes ingredientes, como fazer uma limonada.

Se a vida lhe oferece um limão o que precisa fazer é aprender a chupá-lo sem fazer cara feia. De nada ficar querendo adornar a vida, enfeitá-la, colocar flores e corações para embelezá-la. Isso é apenas

ilusões que não servem de nada. O que precisa é aprender a viver a situação que está disponível sem sofrer.

Assim como o limão, o que a vida lhe oferece é o seu alimento daquele momento. Por isso, apesar do aparente amargor, é preciso aprender a vive-lo. Isso se consiste em continuar procurando o emprego, se o deus dissabor é o desemprego.

A busca não deve parar. Procure as ofertas, vá ao local onde são feitas as entrevistas. Não pare de fazer essas coisas, porque nada cai do céu, a não ser avião e chuva. Deve continuar na batalha, mas ao invés de fazer isso com agonia para arrumar um emprego, dizer para si mesmo: *'enquanto o meu desemprego for o limão que a vida me oferece, tenho continua chupando-o. Na hora que ela me der água e açúcar também, faço uma limonada'*.

Como disse no início, o seu problema não ter ou não um trabalho, mas a ansiedade em ter e ela nasce por conta da intenção oculta de não querer perder o controle sobre os outros, de não querer perder a condição moral de dizer aos outros o que é certo e errado, o que deve ou não ser feito.

Só quero lhe dizer uma coisa, sem querer lhe desestimular de forma alguma: esse não é o último problema que passará nesta vida. Portanto, aprenda a ter paciência e esperar tranquila a vicissitude da vida acontecer.

✓ *Mergulhe na vida*

23. Descobrimdo o íntimo da razão

O que fiz nestas conversas? O que fiz com a pessoa que me falou do seu maior problema, com quem me falou dos problemas de seus relacionamentos, sobre a questão da carreira profissional, da realização espiritual, quem tinha ansiedade por conseguir um emprego e todos os outros? O que fiz para responder as perguntas que me foram feitas?

Eu fiz vocês mergulharem em si mesmos. Para que? Porque é importante este mergulho em si mesmo? Para fugirem da superfície das afirmações mentais.

Ninguém quer morrer. Todos gostam desta vida. Só que a vivem de uma forma superficial. Não levam a sério a própria vida. Vivem na superfície dela, nas ilusões, nas mentiras que a mente conta. Vivem no que acham que está acontecendo. Não mergulham em si mesmo para descobrir o que verdadeiramente estão vivendo.

Quem me falou da ansiedade de ter um emprego acreditava que estava vivendo isso. Quem me disse que queria ajudar o próximo também. Só que como conversamos, ficou bem claro que havia alguma intenção diferente escondida. Uma pessoa vivia o medo de

ficar dependente dos outros e a outra queria, realmente, é mudar as demais pessoas para aquilo que ela achava certo.

Uma coisa é bem diferente da outra. Por isso, o combate em busca de solucionar o problema que se vive é diferente. Combater o desemprego não resolve em nada a vida de quem está sem, conseguir voltar a incorporar também não. Porque?

Participante: não entendi sua colocação.

A pessoa que me disse que o seu problema era o desemprego, se não fizer o mergulho na vida, imaginará que para combater o sofrimento gerado por essa situação deveria conseguir um emprego. Só que essa forma de solucionar a questão não resolve. Porque? Porque a real motivação, o medo de se tornar dependente, continuará.

Digamos que essa pessoa consiga se empregar. Será que a ansiedade acabará? Acho que não. A mente dessa pessoa irá dizer que ela ganha pouco e que por isso não está tendo condições de ajudar o suficiente para poder assumir o posto de controle das coisas. Com isso, haverá a ansiedade de conseguir outro emprego onde ganhe mais e possa, então, dizer a todos o que é certo ou errado de se fazer.

Não importa quanto essa pessoa receba de salário: todos ganham pouco. Todos precisam de mais. Pode ser o mais rico ou o mais pobre: todos acham que precisam ganhar mais. Por isso, esta pessoa sempre terá uma agonia de encontrar um emprego onde possa, enfim, ter as condições necessárias para se sentir independente.

Por isso afirmo que o problema desta pessoa não está no desemprego, mas sim na busca pela independência. Da mesma forma, todas as demais questões que conversamos também não se tornam problemas pelos motivos aparentes, mas por alguma coisa que está oculta atrás das ideias transmitidas pelos pensamentos.

É o medo de se tornar dependente que faz a pessoa que não tem emprego sofrer e não o desemprego. É a vontade de dominar os outros para que não mandem em si que a pessoa que tem problemas de relacionamentos sofre. É a vontade de mudar os outros para o que

acha certo que faz a pessoa que diz que sofre porque não ajuda o próximo.

É isso que precisam entender. O não mergulhar na vida, o não compreender o real problema que têm não lhes deixa ser feliz. Sem esse mergulho para conhecer o foco do problema, por mais que ajam sobre o que venha dele, ainda continuarão sofrendo. O que fazem hoje, o tratar a dor sem o mergulho na vida, é como alguém que tem um abscesso no braço purgando pus e só trata passando um remédio externo. Na hora, o pus seca, mas como o que o causou continua existindo, mais tarde tudo volta.

24. O medo de perder

Participante: o engraçado quando mergulhamos na vida e compreendemos a origem do problema, descobrimos que ele sempre tem a ver com a questão do medo.

Sim, sempre tem a ver com o medo de perder, do desprazer, da infâmia da crítica e com a vontade de ter o oposto destas coisas. O carnegão do sofrimento humano sempre tem a ver com estas coisas, pois a razão humana é movida por estas âncoras.

Todo raciocínio é feito a partir da vontade de ter algo e do medo de não ter o que se quer. Não importa qual seja o assunto, o que move o mundo mental ao criar os pensamentos é sempre estas questões.

O medo de não ter é que lhe impulsiona a desejar ter. Por exemplo, a pessoa que me falou em ajudar o próximo não está buscando ter uma atividade espiritual por ela mesmo, mas sim pelo medo de não ter alguma coisa. Qual é este medo? Ela se demonstra quando ele diz que nasceu para fazer algo e não está fazendo. Ou seja, ele está com medo de perder aquilo que acha que nasceu para fazer. Só que ninguém pode deixar de fazer o que nasceu para realizar.

É isso que precisam entender: vocês são movido pelo medo de não ser, estar ou fazer alguma coisa. É daqui que surge a vontade de ter alguma coisa e quando este desejo não é atendido, surge, então, o sofrimento. Por isso digo que a cura do sofrimento só se dará quando o ser humanizado mergulhar dentro de si e descobrir este medo.

Isso se faz buscando a seguinte introspecção: *‘este pensamento está querendo o que?’* Ao descobrir o que pensamento está querendo ganhar, automaticamente se descobre o que tem medo de perder. Quando isso acontece, é possível, então, atacar este medo e com isso o sofrimento acaba.

Não importa o que a mente esteja dizendo: ela sempre está querendo ganhar algo por medo de perder alguma coisa. O seu trabalho é sempre formado por estas questões, pois é egoísta por natureza.

Portanto, este mergulho é o caminho para acabar com problemas. Se ela lhe diz que gosta de uma pessoa, mergulhe em si mesmo e descubra o que ela ganhar com este gostar e o que ela está com medo de perder. Sem realizar este mergulho, se deixará levar pela superfície da razão, ou seja, pela história que a razão cria. Com isso o sofrimento é inevitável.

Não importa que história a mente conte, ela não é verdadeira: trata-se apenas de uma parábola. É só uma história criada para defender um interesse próprio e pelo medo de perde-lo.

A mente não quer que o marido faça os serviços de casa. O que ela quer é que o outro faça o que ela diz que deve ser feito. Com isso está objetivando manter o controle daquela pessoa. Só que ela quer manter este controle para não perder, para que o próximo não aja diferente do que quer que seja feito.

Sem este mergulho no que a mente diz, jamais conseguirão ter paz. Apenas viverão histórias que lhes levará ao sofrimento.

Uma pessoa nesta nossa conversa me disse que quer viver para o nós, pensar coletivamente. Como se faz isso? Deixando de viver para si mesmo. Quem vive apenas para ele mesmo não vive para o todo. O que é deixar de viver para o eu? É deixar de ter medo de perder alguma coisa, pois só isso termina o desejo individual de

ter algo que leva o ser humanizado, que é egoísta por natureza, a não pensar priorizar a sua vontade.

25. Necessidade

Participante: isso é possível de ser feito?

Sim, mas não na mente, mas você consigo mesmo.

Se a mente quiser qualquer coisa, irá lhe impulsionar a que você queira isso. Para isso ela lhe diz: como você vai viver sem isso? Essa é a forma que ela usa para lhe dar o medo de não ter aquilo.

Eu disse à pessoa que me falou da ânsia de buscar emprego: você afirma que necessita ter um emprego, mas hoje tem um teto para se abrigar e comida para comer. Ou seja, a falta do emprego não está afetando as necessidades básicas desta pessoa. Esta conclusão devia leva-la a viver a situação do desemprego com mais tranquilidade. Só que isso não é conseguido.

Porque? Porque a mente explora essas necessidades. Não importa quais sejam, posso estar falando de casa, comida, de cigarro, de carro ou de qualquer outra coisa. Não estou falando apenas de necessidades ditas básicas: a mente sempre transforma o que deseja em necessidade básica, em algo que parece impossível continuar vivo sem ter.

Algumas coisas podem parecer para determinadas pessoas coisas supérfluas, mas para quem convive com a criação mental não parece. Alguns querem fazer uma viagem, passear. Para quem está desempregado isso parece algo fútil, mas quem recebe da sua mente este desejo não vive dessa forma. Para ele isso é uma necessidade básica, é algo que não consegue imaginar como viver sem.

Como se vive sem aquilo que a mente diz que é necessário ter? Da mesma forma que se tivesse: respirando. Para estar vivo a única coisa que vocês precisam é respirar.

Compreendem o que estou dizendo? O que precisam é tirar este valor de necessidade básica, de algo que precisam para viver, que a mente dá àquilo que ela deseja.

Por isso tenham a certeza: vocês não precisam de nada. Tudo o que a mente deseja é sempre uma história que o leva a querer ganhar algo por medo de perder alguma coisa. Por isso, não acredite no que ela diz. Esta é a forma de acabar com o sofrimento.

Você me perguntou se o que falei pode ser feito. Sim, pode. Como? Não aceitando a dependência da realização de desejos que a mente cria, sem aceitar as necessidades que ela gera. Para isso é preciso sair da superfície da vida e mergulhar profundamente neste mar e conhecer tudo o que está por trás daquelas ideias que ela cria.

Quando a mente disser que precisa de alguma coisa, responda a ela: *'não sei se preciso'*. Quando disser que se não tiver vai perder, responda: *'se perder, perdi, mas se me prender ao que você afirma, certamente vou perder já'*. Este é o trabalho que precisa realizar junto a si mesmo para poder manter-se em paz e feliz.

Pouco importa que você queria que alguma coisa aconteça ou não. A vida corre de forma independente do que você quer. Por mais que deseje ter algo ou não ter alguma coisa, a vida acontece do jeito que ela quiser. Por isso, o desejo que ela cria não vale de nada.

Acho que já sabem disso, não? São pessoas que já possuem alguma vivência das coisas da vida e já descobriram que não é porque querem alguma coisa que aquilo acontece. Por terem alcançado esta compreensão, deveriam fazer este trabalho automaticamente, mas não fazem. Porque? Porque não mergulham na vida. Vivem apenas na superficialidade, presos à razão humana.

Se mergulhassem, veriam que a história do pensamento não é verdade, não é realidade. Veriam que a razão humana traz junto consigo uma busca de satisfazer o eu pelo medo de perder. É isso que precisam compreender. Se realizarem esse mergulho, não precisam de mim para lhes ajudar a vencer os seus problemas: poderiam fazer sozinhos.

Quando digo isso não estou afirmando que não mais lhes ajudarei. Estarei sempre aqui à disposição para isso. No entanto, se tivessem conseguido realizar o trabalho que estou propondo

sozinhos, teriam sofrido muito menos do que sofreram até chegarem aqui e me ouvido.