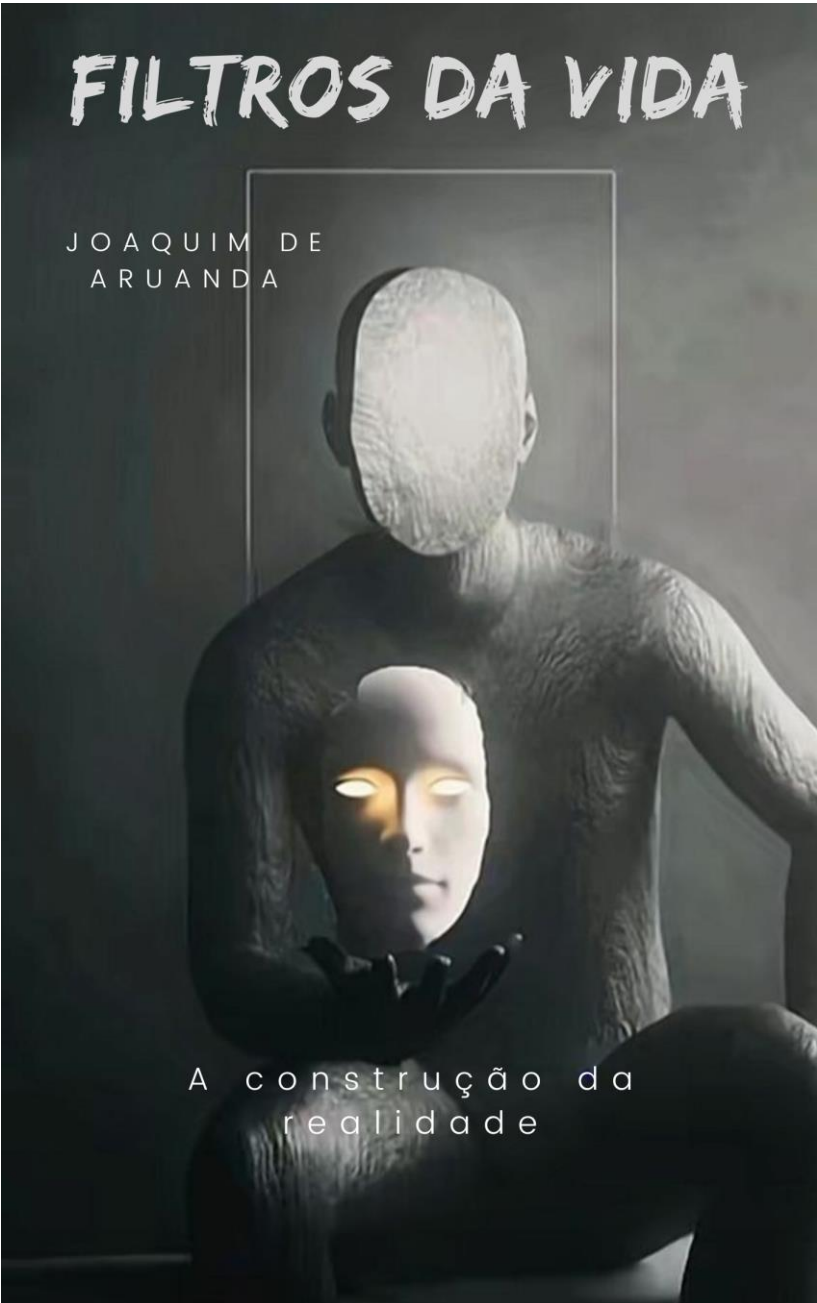


# FILTROS DA VIDA

JOAQUIM DE  
ARUANDA



A construção da  
realidade



*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*

*[www.meeu.org](http://www.meeu.org)*

*“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. A vida é gerada por filtros	7
2. O filtro da razão	10
3. Filtro da emoção	12
4. A prática do conhecimento	13
5. A origem da programação	14
6. Vivendo o programa	16
7. Ajudando o outro a viver o seu programa	17
8. Rodando o programa	18
9. Preocupação	20
10. Percebendo a ação dos filtros	21
11. Ver com outros olhos	23
12. Um momento	26
13. Assistir ao show do pensamento	27
14. O trato com a verdade	29



## 1. A vida é gerada por filtros

***Participante: da última vez que estive aqui, o senhor me falou sobre viver com filtros e me pediu para fazer um trabalho específico. Não consegui nem começar, pois fiquei completamente perdido. Gostaria de uma ajuda.***

Então vamos conversar para poder lhe orientar

A conversa que tivemos foi a respeito de um livro que leu e ao fazer isso gerou uma interpretação. Quando conversamos, dei outra interpretação. Essa que dei era muito mais universalista e espiritualista do que a que teve.

Frente a isso, você perguntou: porque não pensei nisso? Disse, então, que não aconteceu por causa dos filtros, porque leu com outros olhos. Essa foi a nossa conversa. Depois dela, pedi um trabalho. Vamos conversar sobre ele.

Para fazer isso, pergunto: o que é um filtro? O que é um filtro para ler, para viver, para tudo nessa vida? Falei em São Paulo o que era: um gerador de realidades.

Deixe fazer um exemplo para tentar entender isso. Digamos que está parado numa esquina e vê um carro bater em outro. Daí chega a diversas conclusões. Essas conclusões são baseadas em que? No que viu. Portanto, o que viu é um filtro que vai levar a determinadas conclusões.

***Participante: não entendi.***

Vamos, então, começar desde o princípio para entendermos.  
Os seres humanos vivem em três mundos:

***O da ação, da movimentação das formas, que é onde os acontecimentos acontecem,***

***O da razão, que é onde existem valores, verdades para o acontecimento,***

***O da emoção, que vocês chamam de sentimentos. Esse mundo é também uma criação da razão e se consiste em uma emoção relativa à razão que a mente criou.***

Portanto, são três mundos vividos simultaneamente. No caso da batida do carro, a ação é o choque de um carro com o outro, a razão é o que dirá o que aconteceu e a emoção é o sentimento com que viverá o que foi gerado pela ação e pela razão.

***Participante: ainda não entendi. O que a razão vai falar?***

Ela pode falar diversas coisas a partir do que foi visto. Por isso, a razão serve como filtro para a existência de determinada razão.

A percepção é o que cria a realidade. Se não tivesse visto o choque dos carros não teria opinião sobre isso. Por ter visto, ou seja, por ter tido um impulso elétrico, ver, e por ter tido uma razão sobre o que foi visto acha que sabe o que aconteceu. Por conta desse achar é que vive determinada conclusão.

Estou usando um exemplo fora do contexto do livro que conversamos, para que possa entender o que é um filtro. Digo isso porque vocês humanos não possuem filtro apenas na razão, como saiu daqui naquele dia imaginando. O filtro existe nos três mundos.

***Participante: estou estranhando porque para mim o filtro só viria depois da ação. No exemplo da batida do carro, imaginei que ele só funcionasse depois de ter visto alguma coisa. Pensei que fosse ele que criasse o certo e o errado do que aconteceu.***



Não é isso. O filtro é o que gera uma realidade. Como essa existe nos três mundos – a realidade do que é visto, do que é pensado e do que é sentido – precisa haver filtros nos três mundos.

***Participante: como o filtro pode gerar uma visão?***

Vou continuar fora do exemplo do livro para podermos compreender bem que o filtro existe em três mundos.

Ele gera a realidade. Sendo assim, você só conhece a realidade da batida dos carros porque viu isso acontecer.

***Participante: onde está o filtro aí?***

O ver. Foi o ver que gerou a ideia de existir uma batida.

Lembre-se de que não existe o carro, o metal e que os dois não se encontraram. Por isso não pode haver batida. Apesar disso, na sua mente, existe a ideia de ter acontecido uma colisão. Se não tivesse visto, não tivesse a ideia de que viu, não viveria coma realidade de que aqueles carros bateram.

O filtro também é o que viu, porque ele é que cria a realidade. Imagine agora que está num lado diferente ao ver a batida. Digamos que se estava à direita, agora está à esquerda, atrás, na frente ou dentro de um dos carros. Veria a mesma coisa? Não. Por causa disso, viveria realidades diferentes.

O filtro no mundo das ações é o seu ângulo de visão das coisas. Foi ele que serviu para a razão gerar determinada ideia sobre a batida. Se estivesse em um lado diferente, teria vivido outra razão e aí o seu mundo, as suas realidades, seria diferente.

Se estivesse do outro lado, de frente ou dentro de um dos carros, veria as coisas de um modo diferente. Nesse caso, teria razões diferentes das que teve e, com isso, teria realidades diferentes.

Portanto, não importa do que estejamos falando, o que faz viver determinadas coisas, situações, é um filtro, uma forma de ver as coisas.

***Participante: vamos pegar como exemplo esta planta. Eu estou vendo folhas verdes. Isso é um filtro?***

O olhar é um filtro, pois enquanto não a ver, não a perceber pela visão, a planta não é realidade para você. Foi o ver que gerou a ideia de que existe uma planta. Por isso o chamo de filtro, de gerador de realidades.

***Participante: continuando neste exemplo, estou vendo folhas verdes, flores rosas, etc. Isso é a razão funcionando?***

Exatamente. Trata-se da razão dando valores para o que está sendo criado pelo filtro da ação. Para gerar isso, uso outro filtro.

***Participante: o gostar e o não gostar também é a mesma coisa?***

Perfeito. Esses são os filtros da emoção.

Enquanto não ver, não existe. Depois que ver, passa a existir. Portanto, virou realidade, mesmo que ilusória. Por isso, o ver, é um filtro, pois constrói uma realidade. As cores são geradas pelos filtros da razão e a emoção com o qual convive com tudo isso é gerada por outro filtro.

O filtro é sempre aquilo que faz o ser humanizado viver uma realidade, uma verdade, uma ideia, uma consciência.

***Participante: está completamente diferente do que falamos da vez anterior.***

Calma que chegaremos lá. Estou primeiro querendo reforçar a ideia de que filtro é um gerador de realidades. Mais: que há filtro no mundo da ação, da razão e da emoção.

## 2. O filtro da razão

Ficou bem claro que existe filtro na percepção? Agora podemos ir ao filtro que conversei naquele dia: o da razão.

Vou continuar com o exemplo que criou: a planta. Porque o que foi percebido foi classificado como verde?

***Participante: está baseado em informações anteriores que tenho.***

Isso. Porque você tem uma classificação interna para avaliar a realidade criada pelo filtro da visão. Essa classificação também é um filtro.

Por isso estou dizendo que existem filtros em todos os mundos. O filtro no mundo da percepção criou a existência da planta, o do mundo da razão disse que o percebido era uma planta e que possuía folhas verdes. Não é a planta que possui essa cor, ela foi gerada por um determinado filtro que possui. Se fosse daltônico, por exemplo, teria filtros diferentes e com isso veria outra cor.

São esses filtros que geram a realidade, que criam o que vive. Não importa o que seja.

***Participante: olhar para você já é viver algo criado por um filtro.***

Sim. Enquanto não conhecia a figura do médium, Joaquim era uma coisa. Na hora que a conheceu, passou a ser outra. Porque? Porque trocou o filtro. Passou a me ver com outros olhos.

Só que você não vive apenas o que percebe: há a razão que dita valores sobre as coisas. O primeiro filtro cria o que vê, o que percebe; o segundo, o da razão, cria conceitos sobre o que é visto.

O segundo filtro amplia a realidade que é vivida. O filtro da ação apenas cria formas e movimentação; o da razão, amplia a realidade que é vivida ao gerar valores para o que é percebido.

A razão, ao me ver, pode dizer para prestar atenção no que digo porque confia em mim ou pode dizer para não prestar atenção, pois essa incorporação é fajuta. Com isso está criando realidades diferentes. Por isso posso dizer que o filtro de cada um dos mundos que é utilizado tem participação na realidade que você vive.

Portanto, o mundo da ação, a razão que tem sobre as coisas e as emoções que utiliza para conviver com a realidade, são geradas a partir da utilização de determinados filtros que possui. Isso é o que vive, isso é a sua vida.

### 3. Filtro da emoção

***Participante: no caso da emoção, seria achar bonito e gostar do que se vê?***

Depois que você percebe um acontecimento gerado pelo filtro do mundo da ação e da razão, há a determinação da forma de viverlo. Isso ocorre através do filtro da emoção.

Você gosta de plantas?

***Participante: gosto.***

Esse é o filtro com o qual interagi com a visão. Ao ver alguma coisa que foi classificada como planta, o filtro emotivo gostar foi disparado e aquilo gerou uma forma emocional de viver o momento.

***Participante: isso é emoção?***

Sim, gostar é uma emoção, é uma razão emocional. Se não gostasse, o filtro do momento seria diferente e você viveria uma realidade diferente.

A sua emoção depende do que vê e possui razões. Digamos que ao perceber a planta ao invés de prestar atenção às folhas verdes, percebesse as velhas que ela possui. Com isso viveria outra emoção. Teria pena, lamentaria.

Se visse o verde teria uma emoção, se percebesse as folhas amareladas, viveria outra. Portanto, a realidade depende dos filtros usados na percepção e na razão, mas também dos filtros emocionais que cada um possui dentro de si.

Como gosta de plantas, o que é o seu filtro quando percebe uma, a ideia de ver folhas verdes lhe faz feliz; a de folhas morrendo faz sofrer. Essa é a sua vida.

Um detalhe: os filtros podem ser chamados de memória. Memória relativo a formas percebidas, à verdades racionais e emotivas. São essas memórias que formam o seu viver.

## 4. A prática do conhecimento

O ser humano, a personalidade humana, é um conjunto de registro sobre coisas. O ego é aquele que usa esses registros e os transforma em ideias, em consciências. Através da junção à força de maya, essas consciências transformam-se em realidades.

Nada do que é vivido foge a isso. Sendo assim, para que serve saber disso?

Essa é a grande pergunta, pois o ser humanizado gosta de saber, de conhecer, mas de que adianta um tesouro no fundo do mar? O importante não é saber, conhecer que o que é vivenciado é formado dessa forma, mas como utilizar o conhecimento.

Tenho respondido muitas questões a respeito de curiosidade. Tenho falado às pessoas para tomarem cuidado com ela. Isso porque existem curiosidades que podem ajudar, mas há outras que não servem para nada. Por isso é preciso ter muito cuidado com as curiosidades, com o querer saber.

Portanto, pergunto de novo: o que tudo isso pode lhe trazer de bom, pode lhe ajudar?

***Participante: para sofrer ou não. Para entender que é preciso passar por isso. Saber que tudo é maya e saber que eu posso me deixar levar ou não pelo que é criado.***

Para você o máximo que essas coisas servem é isso, mas elas podem servir para mais. É sobre isso que quero conversar agora.

O que estamos falando aqui é de um programa de computador. Quando quer fazer algo com um programa a primeira coisa que precisa saber é o que irá acontecer se apertar determinada tecla. Esse saber o que vai acontecer quando apertar é conhecer qual a programação do programa, saber como foi programado.

***Participante: saber quem programou o filtro?***

Não.

Saber como foi programado para ser, ou seja, como a sua visão foi programada para ver, como a audição foi programada para ouvir e assim sucessivamente. Saber como os seus cinco sentidos foram programados para agir.

Quando souber que achar uma planta bonita é um filtro compreenderá que foi programado para isso. Na verdade, não é você que acha bonita, mas um programa está gerando aquela conclusão.

Não é você que acha: tudo foi programado para. Você não acha nada bom ou mal, mas apenas foi programado para ter essa ideia, essa consciência. Além disso, foi programado para ter uma determinada emoção quando o filtro anterior criar uma realidade. Por isso, não é você quem está sentindo isso ou aquilo.

Isso é o que será descoberto quando colocar em prática o que conversamos aqui: *'eu não sou isso, mas fui programado para ser assim'*.

Quando isso acontecer o que pode descobrir?

***Participante: como se alterar o programa?***

Isso não. Não é possível alterar esse programa.

Quando compreender o que disse descobrirá que não é você que gosta ou desgosta de nada. Saberá que existe um programa que diz que gosta ou desgosta e que por ação da força de maya isso aparenta ser real.

***Participante: ainda não estou vendo nenhuma vantagem no que o senhor está falando agora.***

Na hora que entende que nada mais é do que um programa rodando, pode se libertar do que ele cria. Enquanto achar que você gosta ou que desgosta não conseguirá se libertar da emoção com que vivencia os acontecimentos. Isso porque o egoísmo não lhe deixa abrir mão de nada que é seu. Essa é a grande vantagem desse conhecimento.

## **5. A origem da programação**

Então, primeiramente é preciso pensar que tudo é originado através de um filtro que lhe faz achar alguma coisa. Deve saber que essas criações não são reais e que é impossível haver uma reação diferente, já que não há como ir contra a própria programação, mas que nada disso lhe pertence. Só a partir disso, pode querer parar de saber porque agiu de determinada forma, porque disse tal coisa, porque reage de tal forma, já que não é você quem está fazendo.

***Participante: só que enquanto o senhor está falando a mente está trabalhando. Ela está me perguntando quem fez esta programação, porque a fez desta forma, o que pretende com ela.***

Nesse momento precisa observar que ela está lhe levando para a curiosidade que nada pode fazer por você. O que interessa saber quem fez o programa? Nada. O que importa é saber o que ele pode fazer com você. Isso resolve sua vida; o resto não ajuda em nada.

O que vocês precisam compreender é que a maioria das coisas porque sofrem não lhes pertence. Não são vocês que acham nada, que gostam de nada ou que desgostam de outras.

***Participante: a maioria? Não seria tudo?***

Não. Algumas coisas que vivem aqui estão ligadas à atual posição do espírito no mundo espiritual.

***Participante: mas, essas coisas acontecem aqui?***

Sim, estão representadas através dos códigos do programa que cada espírito vivencia.

Por exemplo, se o espírito ainda tem posse, ela está representada nesse mundo. Como? Quando o ser humano perde alguma coisa e acha ruim. Essa emoção é a representação da posse que está no espírito.

Apesar de parecer fácil saber a origem das coisas, afirmo que por mais que trabalhe junto à mente jamais conseguirá chegar à origem que está no espírito. Por isso, pare o trabalho antes disso, mas tenha a certeza de que a dor por ter perdido algo não é sua, mas está no programa, pertence a ele e não a você.

***Participante: o que o senhor chamava antes de ego, agora está chamando de programa. É só essa a diferença do que já falou antes.***

Sim, mas essas mudanças de palavras são necessárias para mudar algumas compreensões.

O ego para vocês ainda é uma personalidade, uma pessoa.

***Participante: sim, tratamos ele como se fosse uma pessoa.***

Pois é, por isso se anexam a esse suposto ser. O que estou falando é do eu humano que você, espírito, acha que é. O que estou fazendo hoje é querendo lhe desvincular desse eu.

## **6. Vivendo o programa**

Portanto, esse é o primeiro detalhe do filtro: ele existe nos três mundos que o ser humano vive e é programado anteriormente. O conjunto dos filtros gera uma programação e ela acontece e não é o próprio ser que aperta o botão para acontecer. O ser está apenas anexado ao programa.

Portanto, não importa o que aconteça na sua vida, não é de você, para você ou seu. Tudo faz parte do eu humano e não acontece porque esse eu seja uma personalidade que queira isso ou aquilo, mas trata-se de uma programação de existência, ou programação de realidades a serem vividas.

Isso ficou claro?

Esse é o primeiro ponto. É preciso que o ser tenha consciência plena que a sua realidade nada mais é do que uma repetição de programações que se juntam numa coisa chamada sistema humano de vida. As suas programações são retiradas de um megaprograma que se chama de sistema humano de vida.



Nele existe a programação de gostar de planta e a de não gostar. Para a sua personalidade foi buscado o não gostar, para outros foi o gostar. Apesar da aparente diferença, no fundo é tudo igual, pois trata-se apenas de programas, mesmo que contenha realidades diferentes, que gere realidades diferentes.

Para que lhe serve esta informação? Para não julgar o próximo. Você é um programa que reage porque aquilo está no seu programa e o outro também. Isso é a prática do ensinamento.

Outra prática? Parar de achar que sua esposa é nervosa. Ela não é, tem um programa para ser.

Veja, ela tem um programa que a faz ser, ela não é. Qual a diferença entre o que estou falando e o que vive? Sabendo que ela é um programa que roda no computador do universo, você para de querer que ela deixe de ser do jeito que é.

Deixa de querer interagir com ela imaginando ter o poder de acalmá-la. Não estou falando em ação, mas em intenção. Estou falando à respeito de filtro de visão que cria uma ideia e não de atos.

Não é ela que é nervosa, que se estressa, que é preocupada. Esse é um programa que roda e você não pode muda-lo.

## **7. Ajudando o outro a viver o seu programa**

***Participante: mas, posso ajudá-la a passar por isso?***

Pode, mas sem a ideia de que vai acabar, que vai mudar, que ela deixará de ser.

***Participante: isso eu sei. Conheço muitas pessoas há vários anos que são do mesmo jeito e já reparei que nunca mudaram.***

Me diga uma coisa: quantas vezes você já me disse que estava preocupado com a sua esposa? Quantas vezes já veio me procurar tentando amenizar a dor que ela vive por causa de estresse no trabalho? Diversas, não?

É exatamente esta preocupação que vai acabar.

***Participante: aí posso ficar com a preocupação de que não estou ajudando a passar por esta situação.***

Mas, você continuará ajudando. Para isso, falará na hora que tiver que falar. No entanto, não terá mais a preocupação quando não conseguir mais ajudar.

***Participante: não sei não. O que está me vindo é que a partir de agora quando ela estiver assim eu não vou falar nada.***

Isso você está achando aqui e agora. Quando chegar a hora da ação o que tiver que ser falado, será.

Começou a compreender a importância de entender isso?

***Participante: entender, entendi. Só acho que já ajo desta maneira.***

Não, você está sempre preocupado com o que ela vivencia.

Sempre que conversamos está buscando se tenho alguma mensagem para ela. Isso denota a sua preocupação, que humanamente falando é linda, maravilhosa, perfeita: alguém que gosta de outra pessoa e não quer que ela sofra. Agora, para o ser isso é danoso, pois nessa forma de ser existe o sofrimento, a contrariedade, etc.

Isso lhe ajuda neste ponto.

***Participante: sim.***

## 8. Rodando o programa

Hoje, além de se preocupar com ela, você se preocupa como ela está. Fica tentando descobrir o que a levou a estar desse jeito.

O que foi que a levou ao nervosismo?

***Participante: o que acontece no trabalho, os problemas que tem lá.***

Esqueça. Tem gente que vive problemas muito maiores do que os dela nos seus locais de trabalho e não se estressa desse jeito.

O que a levou a viver o nervosismo? O filtro emocional.

***Participante: a programação dela?***

Isso. O que a levou a viver o nervosismo foi a programação. Não há motivos ou razões para isso.

No caso dela, pode ser uma situação muito pequena, que não estressaria ninguém, mas o filtro dela vai fazer a coisa parecer de grandes proporções.

***Participante: concordo com o que o senhor está falando, mas alguém com certeza apertou o botão para o programa rodar.***

Não.

Ninguém tem a capacidade de apertar o botão para fazer um programa do processo encarnatório rodar. Pelo menos ninguém que você tenha a capacidade de perceber. Por isso, lhe digo que quem apertou o botão para o programa dela rodar foi o próprio programa como um todo.

Foi o filtro do mundo da ação que viu uma situação, o racional que tomou a consciência de que a situação, seja qual for, era muito complicada. Depois disso, o filtro emocional foi ativado e escolheu o estresse para reagir ao acontecimento.

Por isso estou dizendo que não foi ninguém. Você imagina que o causador do estresse que sua esposa vive é o chefe ou outros companheiros de trabalho, mas não é. Tudo se origina nos filtros, ou seja, naquilo que é usado para formar a convivência com as coisas do mundo.

Tudo vem dela mesmo, tudo nasce nela mesmo. A realidade, seja qual for, é gerada por filtros e não por fatores externos.

Ter este conhecimento também lhe trará mais paz. Hoje você fica preocupado procurando saber porque ela está estressada porque imagina que conseguirá dar soluções para que ela saia do estado que está.

***Participante: entendi o que o senhor está falando. Só fico aqui me perguntando como vou ajuda-la, então.***

Ajudar é ato, é boca. Por isso tudo sairá no momento que tiver que sair.

***Participante: fico aqui a imaginando chegando em casa. Só de vê-la na porta já sei o que está sentindo. Na verdade, é o meu filtro gerando a ideia de que ela está nervosa, estressada.***

Perfeito: é o seu filtro que gera a ideia de que ela está desse ou daquele jeito. Não é ela que está.

É dessa forma que você interage com o mundo. Achar que sua esposa está nervosa é o modo como você interage com determinada forma que o seu programa cria.

***Participante: mas agora.***

Calma. Você já está querendo adiantar as coisas.

O que lhe disse é que a primeira utilidade prática de tudo isso é saber que você não é assim, mas que o seu filtro reage dessa forma. Preocupe-se apenas com isso agora. Saiba que não é você que está reagindo dessa forma, mas que possui um filtro que vê o estado dela e que gera a ideia da preocupação. Este é o primeiro passo, há outro que já vamos falar.

Estou falando isso porque se não der esse passo, ainda achará que é você que está preocupado com ela.

## 9. Preocupação

***Participante: então, a preocupação é um pensamento que nos é dado?***

Isso. Só que a preocupação é um pensamento que lhe é dado porque possui um filtro que gera a ideia de que ela está nervosa, mas isso não é real. O que está acontecendo é que ela está vivendo o nervosismo, o que é diferente dela estar.

É o filtro que faz você ver, entender e reagir de uma determinada forma.

***Participante: mas, isso não é filtro. São códigos do programa.***

São verdades que são usadas pela mente. Chamo de filtro porque ele dá um resultado específico. Agora, se não quiser chamar de filtro, fique à vontade. O que estou dizendo é que existem pontos que se tocados pelo programa gerarão determinado resultado.

***Participante: estou falando contra a palavra filtro, porque imaginei que ele seria usado apenas no final. Imaginei que tudo aconteceria e apenas no final eu filtraria uma reação.***

Não, o filtro, como existe em todos os mundos, foi o gerador de todas as coisas e não apenas da sua reação final.

Foi um filtro que gerou uma visão, uma forma de ver. Foi outro que gerou uma compreensão e será um terceiro que escolherá a forma emocional de interagir com a realidade.

## **10. Percebendo a ação dos filtros**

***Participante: só que tudo isso acontece num átimo de tempo.***

Sim.

***Participante: então, tenho que perceber esta ação. Como faço para perceber?***

Já disse. Isso não acontecerá na hora. É depois que estiver consigo mesmo e a mente começar a pensar no que aconteceu que é preciso se perguntar porque ficou nervoso, porque ficou preocupado. Neste momento é preciso que compreenda que não foi você quem ficou, mas que foram os filtros da sua vida que criaram esta vivência.

***Participante: na prática, quando ela entra em casa só pelo olhar dela já sei o que está sentindo. Neste momento os três filtros já entraram em ação. Portanto, quando olhar para ela, já estarei vivendo a preocupação. Imaginei que fosse aqui que tinha que filtrar o que estava vivendo.***

Neste caso você está usando a palavra filtro de uma forma diferente. Está falando em filtrar a emoção no sentido de não a viver. Com relação a isso, a alterar a emoção com que se vive o acontecimento ainda vamos falar.

***Participante: estou entendendo o que o senhor está falando. Só que acho muito difícil ver a ação de cada filtro. Será difícil ao percebê-la ver que isso é a ação de um filtro. Por isso estou querendo usar o termo filtro apenas para a parte final do processo da vivência.***

Calma. Você já está querendo chegar ao final do processo e eu ainda estou no meio.

O que quero que compreenda agora é que, como disse, quando ela abrir a porta e você reconhecer o estado emocional, deve saber que isso não acontece por que ela está desse ou daquele jeito, mas porque algo dentro de você mesmo fez ver o que viu. Além disso precisa entender que não foi você que viu nada, mas que o seu programa gerou a visão.

Não foi você quem viu nada: foi o seu programa que ativou determinado ponto que criou aquela realidade.

***Participante: foi o meu programa quem criou ...***

Isso, foi o seu programa quem criou aquela realidade.

***Participante: se foi o programa ou eu, não importa. O importante é saber que quando ela abre a porta daquele jeito já sei como ela está.***

Sabe? Quantas vezes já não se enganou? Quantas vezes imaginou que ela estava estressada e não estava? Portanto, a sua visão não é universal, não é verdade verdadeira.

Por isso insisto no primeiro detalhe que é fundamental para poder se realizar o trabalho: não é você quem está vendo nem ela que está do jeito que imagina. A realidade é que existe dentro de você uma forma de viver aquele momento e que essa é programada e independe de você mesmo.

## 11. Ver com outros olhos

Porque é importante saber disso? A primeira importância já disse: saber que não é você quem está gerando isso. Segunda: poder sair dessa vivência.

O que precisa fazer para sair dessa programação? Ver com outros olhos. Vou explicar isso ...

***Participante: perceber diferente.***

Ver com outros olhos.

***Participante: usar outro filtro.***

Calma. Ver com outros olhos é só expressão. Não estou falando em mudar a compreensão das coisas, porque você não consegue agir sobre o programa.

***Participante: veja se estou certo. Ao olhar para ela e ver alguma coisa, dizer a mim mesmo que isso é o meu programa que está rodando, que é verdade apenas para mim.***

Com isso estaria interferindo no programa, criando uma nova visão das coisas e não é isso que estou falando.

***Participante: ver com outros olhos também não é algo que o programa cria?***

Não. O que estou falando ver com outros olhos é tocar em outros pontos, usar outros filtros, mas isso não é o programa que faz. Vou explicar melhor.

O que estou falando na verdade aqui é um ensinamento da psicologia: a dissociação de si mesmo. Ver com outros olhos é se afastar de você e ver livremente ou com outro ângulo de visão. Foi o que falamos sobre a batida do carro. Se está de lado vê uma coisa, estando de frente vê outra, de costas, outra coisa.

É preciso explorar outros ângulos. Para que? Para não aceitar nenhum. Não se dissociando de si mesmo, sabendo que é um espírito e só um programa que gera a realidade, ficará igual a jumento: estanca e não anda com nada. Não sai do lugar. Assim, cada vez que a imagem for criada, sofrerá.

Portanto, é preciso se dissociar de si mesmo, ver com outros olhos, observar por outros ângulos, tocar em outros pontos, usar outros filtros. A palavra não importa. O importante é sair de si mesmo e dizer que a compreensão que está recebendo não é a verdade absoluta, mas apenas uma programação. Pode ser isso ou aquilo.

Com isso o que gera para si? Dúvida: eu não sei o que é. É preciso que tenha muitas opções de poder ser para que não saiba o que é na verdade. Na hora que elimina alguma coisa que pode ser como realidade, a emoção, que é posterior à razão que cria o momento, não vem.

A razão sempre gera algo. Aceitando o que ela diz, terá que viver a emoção que for criada. Não tendo razão, não há emoção.

***Participante: isso não faz parte do espírito?***

Não o sentir faz parte do espírito. A parte do espírito é o que vem antes de toda a razão e que a gera.

Digamos que o espírito tenha um sentimento de posse, o amor egoísta. Por causa disso cria-se uma história que envolva este tema



para poder testar aquela posse. Por isso sempre separei sentimento de emoção.

***Participante: viver antes de lhe conhecer era mais fácil, mas o problema é que depois que se estica um elástico, ele nunca mais volta ao natural. No entanto, é difícil ouvir tudo isso.***

A ideia é só essa, porque ela é não criar novas verdades, já que neste mundo não existe verdade verdadeira. Por isso é preciso levar uma pessoa a vivência do nada e ela é a negação de qualquer coisa não é verdade e não um nada. Trata-se de um nada cheio de tudo. Um nada onde todas as probabilidades podem ser.

***Participante: é como o senhor disse: a intenção é criar uma confusão tão grande que não se consegue chegar a nada, a nenhuma.***

Perfeito. Inclusive você já viveu em alguns momentos da sua vida isso desde que está junto a nós.

Para fazer isso, no entanto, o primeiro detalhe é saber que existe um programa, que são eles geram a realidade e não você, depois precisa se dissociar para pensar em outras possibilidades e aí poder negar tudo.

***Participante: o pior de fazer isso é que a mente vai gerar um monte de coisas ...***

Deixe ela à vontade. Deixe ela gritar, se esparnear, se matar na tentativa de lhe convencer de alguma coisa.

Esse é o trabalho, pois a mente possui um objetivo e diversos argumentos que estão subordinados a ele.

Na realidade tudo isso que estou falando é uma ilusão. O que estou fazendo é colocando as coisas de uma forma didática ao ser humano para que compreendam qual o trabalho. A própria psicologia ensina isso. Ela diz que se não fizer este afastamento e olhar-se pelo lado de fora, não conhecerá a realidade, continuará vivendo o mesmo que vive hoje.

Não se preocupe com o que falará naquele momento. Será a boca que falará. O importante é que essa visão seja interiorizada.

## 12. Um momento

Agora posso falar do seu caso, da leitura de um livro humano que se transformou em algo sério. O que aconteceu ali? Os programas ativaram uma realidade, não se afastou, não abriu o leque de possibilidades e encarou uma só. Na hora que dei outra, a comprou.

Só que o que disse pode ou não ser realidade. Uma vez me perguntaram se o que digo é verdadeiro. Eu respondi: ninguém, nem eu.

Como acreditou no que eu disse, teve uma nova ideia que gerará mais uma, outra realidade, que pode acabar lhe levando a viver a mesma emoção que teria vivido se preso à sua realidade original.

É isso que estou tentando lhe mostrar. Em tudo, inclusive na hora de ler alguma coisa ou quando falar comigo, ao ver que está surgindo uma compreensão saiba que não é você que está compreendendo nem isso que está sendo dito. Isso é fruto do meu programa. Por isso preciso me afastar e olhar esta questão por outro ângulo, abrir o leque de possibilidades de ser outra coisa para que não compre a ideia.

### ***Participante: a linha é tênue ...***

Sim, é tênue e por isso precisa ser feito sempre e obtendo resultados aos poucos. Agora, é coisa possível de ser feita. Você possui condições. Apenas um detalhe: é impossível de ser feita o dia inteiro.

Porque? Porque vocês esqueceram o show do pensamento. Vivem só no piloto automático, não pensam o pensamento, a vida. Apenas vivem. É por isso que é impossível se alcançar o que falamos o tempo inteiro. Para conseguir, teriam que sair de si o tempo inteiro. Como não pensam a vida, mas apenas a vivem, não se lembrarão de fazer isso o tempo inteiro.

### 13. Assistir ao show do pensamento

***Participante: nesse show do pensamento que o senhor fala, as verdades podem ser mudadas ao longo tempo? Hoje, por exemplo, eu acredito que o chá me ajuda a emagrecer. Amanhã assistindo ao show do pensamento posso acreditar que não preciso dele para emagrecer?***

Pode. Como já disse, a mente não tem lógica. Ela usará milhares de argumentos para o mesmo fim. Isso não tem problema.

O que quer é que aceite a realidade que ela criou, para isso usa de diversos argumentos. Ela precisa que você faça isso porque se não a realidade visual e racional, não tem emoção.

Todo o seu mundo mental é montado objetivando lhe passar uma emoção. Isso porque a emoção está vinculada ao seu atual estágio no mundo espiritual. Se vive a emoção de ganância, através de histórias diferentes, é sinal de que o espírito é ganancioso.

***Participante: se eu tenho uma emoção vendo um passarinho bebendo água, o que o espírito tem a ver com esta emoção?***

O apego ao mundo material.

Veja, você me falou do passarinho, mas vamos colocar no assunto também seu cachorro brincando, seu gato lhe lambendo, da sua casa arrumada, da roupa dentro da moda. Todas estas proposições mentais estão ligadas ao mesmo gênero de provas, tudo se refere ao apego ao mundo material. Por isso, a emoção que vai surgir, mesmo que vocês deem nomes diferentes, é a mesma.

Parecem assuntos diferentes, mas a emoção é a mesma. É isso que estou dizendo, a mente via trabalhando em um monte de ideias, mas no fundo o que quer é que viva determinada emoção, pois ela é a sua prova, já que está ligada à sua atual situação no mundo espiritual.

***Participante: para nos dar a prova a mente é interessante, realmente. Eu faço chá para emagrecer, mas se for procurar na internet informações sobre emagrecimento, aparecerá a informação de que açúcar com maionese é um ótimo emagrecedor. Aí compra essa ideia e acaba engordando ...***

Me diga uma coisa. Você comprou osso para o seu cachorro?

***Participante: não.***

Porque? Por ter lido que aquilo faz mal ao animal. Pergunto: quantos anos você deu esse osso para ele e nunca fez mal?

***Participante: mas, um dia pode fazer.***

Eis aí o gerador de realidades criando uma possibilidade, que pode ser falta, mas que você tomou como verdadeira. Compreendeu o que quero dizer?

***Participante: compreender eu compreendi, mas acho muito ruim viver desse jeito ...***

Não, ruim é viver do jeito que vivem hoje. Num momento estão lá em cima, no êxtase do prazer, e no momento seguinte caem na depressão da dor. Acho que isso é pior.

Essa é a apatia que estamos falando a anos.

***Participante: mas, como falou, quando chegarmos na outra vida não tem passarinho, cachorro, nada.***

Mas, têm os sentimentos.

Deixe-me dizer uma coisa. O que você quer não é o passarinho nem os seus animais. O que quer é a emoção que vive ao estar com eles.

O ser humanizado não precisa das coisas deste mundo, mas sim de determinadas emoções. Convivem com os animais, por exemplo, para sentir uma coisa, com a família para sentir outra. Esse sentir existe lá e se é ele que lhe sustenta, lá também estará sustentada.

O problema é que não acreditam nisso. Acham que é preciso haver um animal perto para sentirem o que sentem. Isso é ilusão gerada pela mente. Afastada deles pode viver a mesma coisa que perto.

***Participante: acho que esta explicação deveria sempre ser dada para que nós achássemos graça no mundo espiritual que você descreve.***

Poderia, mas de que adiantaria. Se estivesse achando graça, não seria que estaria, mas o seu programa. Os de uns achariam graça nisso e outros naquilo, mas nada disso pertenceria ao espírito, mas sim à razão humana. Essa graça é um programa tenho, é um filtro que foi criando.

***Participante: aí vai filtrando, filtrando e onde chega?***

Chega na hora que não precisa de mais filtros, pois está preparada para a realidade. Esta hora é aquela onde não acha mais graças em determinados filtros e por isso pode viver o que existe.

Não precisará mais do filtro que cria o prazer de estar com os animais nem com a família. Por isso poderá o mesmo sentimento estando com coisa que hoje não consegue compreender.

Entendeu agora o que quero dizer?

***Participante: entender eu sempre entendi. O negócio é ter a tal da atenção plena.***

Para tê-la, é preciso ter cinco consciências: a primeira é de que não existe o ser humano, mas que você é um espírito. A segunda é que não existe o mundo humano, tudo é espiritual. A terceira diz que você não nasceu para passear nem se divertir, mas para trabalhar. A quarta lhe diz que esta prova gira em torno do amor universal, ou seja, que você nasceu para amar. Já a quinta lhe mostra que Deus é Causa Primária de tudo, gerando as coisas com Amor Sublime e Justiça Perfeita. As cinco verdades universais.

## **14. O trato com a verdade**

***Participante: a figura do computador, do programa é boa ...***

Sim, mas não termina só nisso. Trata-se de um programa e você precisa se afastar das criações dele. Esse afastar-se consiste em ver a realidade com outros olhos, ou seja, explorar por todas as possibilidades, e não optar por nenhuma realidade gerada nesse processo.

Aí é que surge o grande problema.

***Participante: resolver um problema traz outro?***

Sim, porque tratam o que sabem como um tesouro.

Quantas vezes já conversamos com pessoas e quando eu digo algo diferente do que pensam a primeira coisa que fazem é dizer que não é bem assim e tentam me provar que o que sabem é a realidade? Se eu lhe digo que essa camisa é branca, dirá que não, que é vermelha. Se eu digo que alguém não fez determinada coisa, a pessoa logo responde que fez sim, que ela sabe que sim.

As verdades que possuem são tratadas como algo de um valor inestimável e por isso morrem defendendo-a.

***Participante: compreendo. Isso quer dizer que se eu escolher uma das possibilidades me dano.***

Sim, mas o que estou falando não é de não suar, mas que o problema para fazer o que lhe indiquei, para caminhar o caminho que mostrei, é a forma como se relacionam com as suas verdades. Tratam a elas como se fossem algo importantíssimo. Como se fosse algo que não pode abrir, como se precisasse dela, como se não pudesse abrir mão de ter uma.

Se começar a discutir com você sobre algo que imagina que conhece, me dirá que o que estou falando não é certo e me explicar como é. Claro que se sair de si e olhar aquela realidade com outros filtros verá outras possibilidades de realidades e pode até abrir mão desta, mas a dificuldade de fazer isso se encontra no trato que tem com as suas verdades: eu sei ...

Isso que eu acredito é irretocável, vocês pensam. Por isso não estão dispostos a abrir mão do que tem. Este é o primeiro ponto para fazer o que falei: mudar o trato que tem com suas verdades. Ao invés de imaginar que sabe as coisas e por isso tratar a verdade como algo

que não pode ser questionada, precisa lidar com elas de uma forma menos possessiva.

O problema é não ter a forma de lidar com a verdade: como se fosse coisa preciosa.

Deixe fazer uma pergunta. Você está para trocar o piso da sua casa, não é?

***Participante: sim.***

Porque, eu acho que esse está muito bom.

Opa, antes que você comece a me explicar os defeitos que este piso tem, lembre-se de que isso deve ser tratado de você de uma forma não possessiva e não real. Precisa olhar com outros olhos e libertar-se da ideia de que precisa muda-lo.

Isso é o que acabamos de falar e você disse que entendeu. Porque quando falei que não precisava você logo defendeu seu ponto de vista? Porque eu ataquei a sua verdade. Tendo em vista a importância que ela tem para você e a forma como se relaciona com ela, tratou logo de defende-la.

***Participante: não é bem isso. O fato é que as coisas vão sendo constituídas ao longo dos anos através de comprovação. Por exemplo, quando eu como engordo, quando não, emagreço. Isso virou verdade por causa de anos de observações O que você acha se eu viver isso apenas como uma verdade minha?***

Sim, é uma verdade só sua, já que tem pessoas que comem um prato muito cheio de comida e não engordam.

A questão que levantou faz parte da universalidade da verdade. A verdade humana é individual, pertence só a ele mesmo. Mas, existe outro aspecto envolvido na verdade relativa: a eternidade. Nenhuma verdade humana dura eternamente.

Por isso, se você disser que essa é a sua verdade individual de hoje e que pode não ser a mesma no futuro, aí aceito. De nada adianta acreditar apenas na individualidade dela, pois se amanhã não comer e não conseguir emagrecer vai sofrer.

Na verdade, quando você me fala na verdade sendo comprovada pela observação, está me falando na força de maya. O

programa da sua vida, a sua mente, já lhe disse diversas vezes que tal coisa dá em determinado resultado. Por isso, ele lhe diz que pode acreditar. Você acredita e cai.

***Participante: porque, então, quando quis comer como uma pessoa normal eu engordei quase dez quilos?***

Porque este trabalho que estamos conversando não é para lhe engordar ou emagrecer. A prática do ensinamento não mudará o seu peso, a sua forma, mas sim a forma como se relaciona se por acaso engordar ou quando emagrecer. Ou seja, vai lhe tirar do ciclo de dor e prazer.

Emagrecer ou engordar não é problema. O importante é entender como convivem com a verdade que a mente cria. Acha que é algo do qual dependem para existir e por isso não deixam ninguém nem chegar perto dela, ameaçá-la. Por causa desta forma de lidar com elas é que não fazem o trabalho.

A verdade para vocês é um bem muito precioso. Quantas vezes já conversamos sobre pessoas e suas ações e você me disse que determinada pessoa estava agindo neste sentido ou com aquela intencionalidade e eu disse que não era isso? Quando isso aconteceu, sempre me respondeu: '*está sim, tenho certeza*' ...

Só que quando falo sobre o que as outras pessoas estão fazendo, não estou querendo quebrar a sua verdade, ensinar o certo. O que quero fazer é aumentar as possibilidades das intenções delas para eu você olhe por um ângulo diferente aquele acontecimento. Só que não faz isso, porque não consegue abrir mão do que acha. É neste ponto que estou alertando.

***Participante: só que não estou falando de outras pessoas, mas de mim mesmo.***

Eu também. Não estou falando do que outra pessoa fez, mas daquilo que você achou que foi feito.

Sempre que conversamos eu tento abrir o leque de possibilidades de coisas que tenham acontecido justamente para que você não escolha uma e por esta característica humana de ter como um bem imenso a sua própria verdade, você não me ouve e prefere ficar com a sua interpretação.



É isso que estou falando. Para poder fazer a dissociação a primeira coisa que precisa ser alterada é o trato com que se relaciona com suas verdades. Essa mudança se consiste para aquilo que vocês mesmos dizem: tudo pode ser, pode não ser.

É preciso, então, mudar a forma de lidar com as verdades que já estão, ou seja, com os filtros.

***Participante: eu não posso mudar a minha verdade.***

Não estou falando em alterá-la, mas mudar a forma como se relaciona com ela. Não é dizer que pode comer e não emagrecer, mas constatar de que porque comeu engordou, mas assim mesmo não ter certeza de que comer faz engordar.

***Participante: leva, porque para mim sempre faz isso.***

Sim, hoje e para você faz, mas será que amanhã ou para aquela outra pessoa ali essa verdade é absoluta?

É sua verdade, mas já houve dias onde comeu e não engordou.

***Participante: isso nunca aconteceu.***

Nunca aconteceu de comer diversos dias e não engordar, mas algumas vezes isoladamente aconteceu.

Mas, isso não importa. O importante é o que estou querendo alertar é que para fazer a dissociação precisa mudar a forma de se relacionar com o que sabe hoje. Se não mudar, jamais questionará a verdade, o filtro.

Acreditando que o reflexo daquela camisa é vermelho, sempre conseguirá distingui-lo, mesmo sem luz. Com isso não abrirá o leque de possibilidades para outras coisas e irá querer defender suas verdades quando elas forem contrariadas.

***Participante: mas, tem coisas que estou conseguindo fazer e o senhor disse que não era possível ser feito.***

Você não me conhece? Sempre que diz que pode eu digo que não, quando diz que não, eu falo que pode. Isso porque quero sempre abrir o leque de possibilidades para que não gere uma verdade para você. Se acreditar que pode, quanto mais com o meu aval, não conseguindo o sofrimento será inevitável. Como estou preocupado com a capacidade de sofrer que possuem, prefiro ser sempre o

advogado do diabo para que não aumentem a possibilidade de conseguir o que querem.

É só essa a minha função e ela é desse jeito porque vocês precisam se libertar da força de maya, ou seja, deixarem de acreditar que alguma coisa é realmente absoluta.