

Equipe Divina Ciência

Curso de Autoconhecimento

&

Mudança Interior

"Quando um homem não encontra a si mesmo, não encontra a nada"

Goethe

Publicação de livre distribuição.

Curso de autoconhecimento e mudança interior

Índice

Introdução.....	3
O que morre em nós e o que não morre.....	4
Projeção astral I – primeiros passos.....	7
Os sete centros da máquina humana.....	9
O sentido da Auto-observação.....	11
Técnica para relaxamento.....	14
O morrer psicológico.....	16
Projeção astral II – a técnica do saltinho.....	20
Conduta gregária.....	24
O nível do Ser.....	27
O terrível defeito da ira.....	30
A concentração – como desenvolvê-la.....	32
A tagarelice interior e a canção psicológica.....	34
O despertar da consciência.....	37
A Meditação.....	40
Drogas e alcoolismo – eliminação radical do vício.....	43
Os sofismas de distração.....	46
Projeção astral III – mantras e concentração.....	49
Vidas passadas e acontecimentos presentes.....	53
A escravidão psicológica.....	56
Evolução e involução.....	60
Os Três Fatores de Revolução da Consciência.....	64
As leis de Carma e Darma.....	67
Projeção astral IV - buscando o conhecimento objetivo.....	70
Considerações Finais.....	72
Bibliografia.....	74

Introdução

Antes de iniciarmos o curso propriamente dito gostaríamos primeiramente de dar a você nossas boas vindas e dizer algumas palavras sobre este curso.

Se você se interessou por fazer este curso sem dúvida alguma é porque algo dentro de você, de alguma forma, está lhe dizendo que você precisa mudar, que precisa conhecer algo novo que o leve a conhecer uma nova e surpreendente realidade.

Exagero? Pode ter certeza que não caro amigo ou amiga.

Existe de fato uma outra realidade que lhe mostrará um sentido totalmente novo para a vida, por certo muito diferente deste que aprendemos a conhecer e aceitar desde cedo, de apenas nascer, crescer, lutar para sobreviver, reproduzir-se, envelhecer e morrer.

Como poderá ver, no decorrer do curso serão abordados temas que a primeira vista parecerão um pouco estranhos.

Isso é perfeitamente compreensível, especialmente quando consideramos o fato de que não fomos educados para esse tipo de conhecimento e que, muitas vezes, fomos ensinados justamente para aceitar o oposto disso.

Você poderá comprovar por si mesmo tudo o que é ensinado neste curso. Muitas pessoas fizeram e continuam a fazer isso, pois o que aprenderá será para toda sua vida.

Porém é necessário praticar com continuidade o que será ensinado. Não espere conseguir comprovar algo e obter resultados acomodando-se em apenas ler textos e acumular informações.

Também gostaríamos de enfatizar que não temos a intenção de convencer ninguém de nada, mas de simplesmente disponibilizar informações para os que estão realmente interessados em obtê-las.

Dito isso, fazemos votos de que você aprecie e aproveite ao máximo este breve curso, que nada mais é que uma porta de entrada para esta nova realidade, mas que necessariamente precisa ser transposta.

Um grande abraço
Equipe Divina Ciência.

LIÇÃO 1

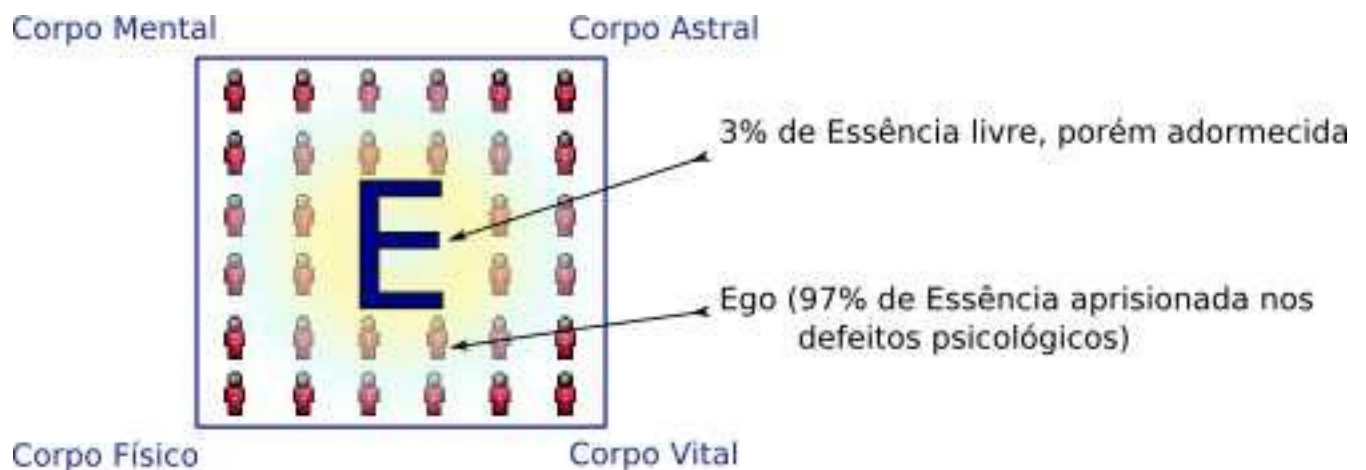
O que morre em nós e o que não morre

Somos muito mais do que apenas podemos ver e tocar fisicamente.

A anatomia do ser humano vai muito além da parte física, fato que não era ignorado pelas antigas e sábias formas de medicina egípcias, chinesas, indianas entre outras.

Para a perfeita compreensão dos temas tratados no curso, iremos falar um pouco sobre os corpos ou veículos que formam o conjunto do ser humano, assim como o que anima ou dá vida a esses veículos.

O gráfico abaixo nos mostra precisamente isso:



Corpo físico é nosso corpo de carne e osso e é o veículo com o qual nos expressamos no mundo físico. Esse corpo está sujeito ao tempo, isto é, se deteriora com o passar do tempo e portanto chega o dia em que cessam suas funções biológicas e o metabolismo.

É a morte desse veículo.

Corpo vital é a parte tetradimensional do corpo físico, ou seja, é um correspondente intimamente ligado ao corpo físico que porém não é visível ao olho humano.

O corpo vital também é conhecido como aura, corpo etérico ou ainda, no oriente, *lingan sarira*.

É esse corpo que dá vitalidade e calor ao corpo físico e, quando começa a se deteriorar (pois também está sujeito ao tempo) o corpo físico seguramente irá pelo mesmo caminho. Quando da morte do corpo físico o corpo vital também se desintegra.

Corpo astral é o veículo com o qual nos expressamos no mundo astral ou mundo dos sonhos.

Este veículo não está sujeito ao tempo, não morre e nem se desintegra quando ocorre a morte física. Este corpo é ligado ao corpo físico pelo cordão de prata, também chamado de fio da vida e, no oriente, de Antakarana. É um fio de energia que somente é rompido no momento da morte física. Com o corpo astral podemos atuar conscientemente fora do corpo físico e visitar os diversos lugares do mundo astral ou mesmo do físico. É o que se conhece por desdobramento astral, projeção astral, sonho lúcido, etc., o que, aliás, será tratado com detalhes no decorrer deste curso.

Corpo mental é o veículo com o qual nos expressamos no mundo mental, que também se encontra na quinta dimensão, por isso assim como o corpo astral não morre nem se desintegra quando ocorre a morte física. O corpo mental está relacionado aos nossos pensamentos e funcionalismos cerebrais.

Acima citamos os veículos ou corpos que possuímos.

Abaixo veremos o que anima esses veículos, o que realmente somos internamente.

Essência, consciência ou alma é de fato o que temos de mais nobre. É uma parte divina que se expressa nas diferentes dimensões através dos veículos acima citados. No oriente a Essência é também conhecida por Budhata.

É o que realmente somos, mas infelizmente está demasiada adormecida e aprisionada em nossos muitos defeitos psicológicos (que também podemos chamar de eus) e dificilmente consegue se expressar.

A essência é imortal.

Em uma criança recém-nascida a Essência se expressa livre dos defeitos psicológicos, o que torna essas crianças belas, inocentes e adoráveis.

Infelizmente, com o passar dos anos, a Essência volta a ser aprisionada nos eus, e aquela beleza espontânea vai se acabando.

Quando dizemos que a Essência volta a ser aprisionada, nos referimos ao fato de que quando nascemos estamos na verdade vindo de uma existência anterior, na qual a Essência já estava aprisionada pelos defeitos psicológicos. Veremos isso com mais profundidade nas lições seguintes.

Ego é o conjunto de todos os nossos defeitos psicológicos, também chamados de **eus ou detalhes do ego**. Apesar de ser de natureza inumana também é o que somos.

Como a Essência aprisionada dificilmente se expressa, quem atua em nós quase na totalidade do tempo é o ego.

No gráfico anterior vimos que temos:

- 3% de Essência livre (porém adormecida)
- 97% de Essência aprisionada nos diferentes eus

Os eus são como muitas pessoas vivendo dentro de nós, cada qual com suas vontades, opiniões, desejos, pensamentos, etc. Cada uma dessas "pessoas" luta pela supremacia, para ser o comandante da máquina humana.

Seria como se a máquina humana fosse um navio tripulado por muitas pessoas, as quais estão constantemente lutando entre si para ser o comandante e pilotar o navio.

O ego é pluralizado, é o conjunto de muitíssimos eus ou defeitos psicológicos que foram criados e são alimentados por nós mesmos.

O ego não morre quando ocorre a morte do corpo físico, segue vivendo na quinta dimensão. Quando a essência retorna em um novo corpo físico o ego torna a se reincorporar neste novo organismo e continua mantendo a essência adormecida e aprisionada.

Não há nada de divino ou superior no ego. Sem sombra de dúvida o ego é a causa de nossos sofrimentos, inconsciência e limitações.

Felizmente o ego pode ser eliminado de nós e por nós mesmos, de forma voluntária e consciente.

LIÇÃO 2

Projeção astral I – primeiros passos.

Nesta lição vamos começar a conhecer e entender um fenômeno que é algo natural do ser humano e que ocorre conosco sempre que adormecemos.

Trata-se da projeção ou desdobramento astral, que também é conhecido como viagem astral ou ainda sonho lúcido.

A despeito de a pessoa aceitar isso ou não, ter consciência disso ou não, o fato é que esse fenômeno tem nos acompanhado desde que nascemos.

A motivo de estudarmos esse tema é o fato de que podemos desenvolver a capacidade de ter controle sobre a projeção astral.

E qual a vantagem de se ter controle sobre a projeção astral?

Como vimos na lição anterior, nós possuímos um corpo astral e esse corpo é o veículo utilizado para a nossa manifestação no mundo astral.

Isso significa que se tivermos controle sobre a projeção astral poderemos atuar conscientemente no mundo astral, um mundo totalmente novo, onde o tempo não existe, e que guarda muitos segredos sobre nós mesmos, sobre o destino, sobre os mistérios da vida e da morte, do Universo e de toda a criação.

Podemos também dizer que tudo o que existe no físico existe também no astral, mas nem tudo que existe no astral existe no físico.

Para começar veremos como e porque ocorre o processo da projeção astral inconsciente.

Todo ser humano necessariamente precisa dormir para que o organismo descanse e seja revitalizado para recuperar as energias gastas nas atividades normais do dia a dia.

Por esse motivo é impossível uma pessoa permanecer muito tempo sem dormir. O corpo físico precisa ser revitalizado para que continue a funcionar.

Um exemplo muito comum disso é o caso de pessoas que, pela necessidade inadiável de revitalização do corpo físico, adormecem ao volante de um veículo sofrendo e causando graves acidentes.

O corpo vital é o responsável pela revitalização do corpo físico. Mas para que o corpo vital desempenhe sua função é necessário haver a separação ou desdobramento do corpo astral. Assim, ao adormecermos, literalmente saímos do corpo físico "vestidos" com o corpo astral.

O problema é que por estarmos com a consciência adormecida, não nos damos conta deste processo, e por isso para nós tudo se passa como nada se passasse.

Quando retornamos ao corpo físico e acordamos, depois de ter decorrido o tempo suficiente para o organismo ser revitalizado, normalmente recordamos apenas de fragmentos de sonhos.

Evidentemente que a clareza e a intensidade com que as recordações são trazidas do mundo astral podem variar muito de pessoa para pessoa.

Algumas conseguem recordar de muitos detalhes e outras podem simplesmente acordar sem lembrar de absolutamente nada.

Nesta lição vimos uma introdução sobre o fenômeno da projeção astral.

Na próxima lição sobre este tema iremos nos aprofundar um pouco mais e aprenderemos como conseguir experiências astrais conscientes, ter consciência de que estamos no mundo astral e ter controle sobre nosso sonho, o que sem dúvida aumenta enormemente nossas possibilidades.

LIÇÃO 3

Os sete centros da máquina humana

Nesta lição veremos algo sobre os sete centros que controlam a máquina humana. Este tema é simples porém importantíssimo, e compreendê-lo é fundamental para entender os temas que virão e, principalmente, para colocar em prática as técnicas de autoconhecimento e mudança interior.

É bom também ter em conta que este tema não tem relação alguma com os sete chacras principais do ser humano, pois os chacras são algo totalmente distinto dos centros que tratamos nesta lição.

Nosso corpo possui determinados centros de controle que são responsáveis por exercer determinadas funções físicas e psicológicas. São sete os centros que controlam a máquina humana, sendo dois centros superiores e cinco inferiores.

Os dois centros superiores, que são o **emocional superior** e o **mental superior**, estão como "desconectados" do ser humano comum e corrente, fato devido à nossa condição psicológica e espiritual tão limitada.

O ser humano tem espantosas possibilidades de desenvolvimento interior, a ponto de conseguir ter uma ordem perfeita dentro de si, com todos os cinco centros perfeitamente equilibrados e harmoniosamente "conectados" aos outros dois centros superiores.

Uma criatura assim tem total domínio sobre si mesma, é senhor de seus processos psicológicos e de suas emoções.

Os cinco centros inferiores todos os seres humanos os possuem, pois são indispensáveis à nossa existência.

Cada centro trabalha com o tipo de energia que lhe corresponde e o uso excessivo, que na verdade podemos chamar de abuso, de qualquer um dos centros esgota uma pessoa, podendo mesmo levá-la a um colapso de suas funções, o que modernamente é chamado de stress.

Estes centros são os seguintes:

- **Centro intelectual:** localizado no cérebro este centro trabalha com a energia mental, e é responsável pelos processos do raciocínio e do pensar. Quando uma pessoa, por exemplo, está estudando ou raciocinando para resolver um problema, está utilizando energia do centro intelectual.

- **Centro motor:** localizado na parte superior da coluna vertebral (base do crânio), este centro controla os movimentos que fazemos. Por isso uma lesão na coluna pode comprometer seriamente o controle dos movimentos do corpo.
- **Centro emocional:** é um único centro de controle que porém é formado por dois pontos que se localizam um no coração e outro no plexo solar (região do umbigo), e este centro trabalha com a energia emocional. Talvez você já tenha reparado que diante de certos acontecimentos em nossa vida, às vezes sentimos uma sensação esquisita no coração ou um certo “frio na barriga”. Repare que essas sensações são perceptíveis justamente nos pontos que formam o centro emocional.
- **Centro instintivo:** este centro está localizado na base da coluna vertebral, e controla os instintos naturais do ser humano como o instinto de sobrevivência, instinto materno, instinto sexual, etc.
- **Centro sexual:** localizado nos órgãos sexuais trabalha com a energia sexual, que é a energia mais poderosa de todas.

Infelizmente devido aos nossos já conhecidos **defeitos psicológicos**, também chamados de **ego**, estes centros não trabalham corretamente, o que causa o mau funcionamento físico e psicológico da máquina humana.

Isso como consequência traz enfermidades de todo tipo.

O ego atua nestes centros a cada instante, abusando da energia destes centros, desgastando e controlando a máquina humana. O mais incrível de tudo é que ninguém sequer suspeita do que está ocorrendo em si mesmo, em seu próprio mundo interior, físico e psicológico. Apenas sofre as consequências sem saber as causas.

Mas a partir de agora isso começa a mudar.

Como podemos comprovar a atuação dos defeitos psicológicos em nós?

Existe em nós um sentido que está atrofiado pelo desuso. Trata-se da Auto-observação.

Com esse sentido podemos perceber a atuação dos defeitos psicológicos em cada centro e, percebendo isto, podemos eliminá-los através do que chamamos morte psicológica, também conhecida como morte mística ou ainda morrer psicológico.

Os temas da Auto-observação e da Morte psicológica serão explicados em detalhes nas próximas lições do curso, e são imprescindíveis para o auto-conhecimento e a mudança interior.

LIÇÃO 4

O sentido da Auto-observação

Nesta lição aprenderemos sobre um precioso sentido que todos possuímos, mas que infelizmente, pelo seu total desconhecimento e conseqüente desuso, está atrofiado.

Felizmente, conforme vamos voltando a usar este sentido, este vai novamente se desenvolvendo e é como se fossemos abrindo gradualmente uma janela em nós mesmos, a qual por muito tempo permaneceu fechada e agora permite que um pouco de luz entre e ilumine nosso mundo interior, e dessa forma vamos conseguindo enxergar pouco a pouco tudo o que ali existe.

Conforme mais exercitamos este sentido mais a janela se abre e conseqüentemente mais luz entra, e assim vamos enxergando cada vez mais e mais coisas que até então estavam ocultas e que nem remotamente suspeitávamos que existiam.

Esse sentido é chamado de **auto-observação** e compreender este tema é básico e fundamental. Não é possível nos conhecermos a fundo sem utilizar o sentido da auto-observação.

Mas afinal, o que vamos observar em nós?

Através da auto-observação iremos ver e sentir o que se passa nos centros da máquina humana, nos cinco centros inferiores que estudamos na lição anterior.

E como veremos nesta lição, nestes centros a todo instante algo está ocorrendo, e na maioria das vezes sem nosso conhecimento e muito menos consentimento.

E como fazer a auto-observação?

Não há uma técnica para se fazer a auto-observação. Simplesmente, conhecendo quais são os centros da máquina humana (intelectual – motor – emocional – instintivo – sexual), passamos a observá-los, ou seja, dirigimos nossa atenção para estes centros a fim de percebermos quais sentimentos e pensamentos estão se manifestando ali.

Para isso não é necessário parar de fazer o que estamos fazendo, seja em casa, no trabalho ou em qualquer lugar que se esteja.

Praticando a auto-observação você verá que este sentido nos permite ver e sentir extraordinariamente o que se passa dentro de nós e, ao mesmo tempo, ter total atenção no mundo exterior e ao que estamos fazendo. Na verdade, como a prática lhe mostrará, se consegue ter muito mais atenção e concentração no que estamos fazendo quando estamos em auto-observação.

Agora que já estamos com nossa atenção dirigida para nossos centros, devemos observar o que está ocorrendo ali, sejam pensamentos ou sentimentos.

Conforme vimos na lição anterior, os defeitos psicológicos atuam nos centros da máquina humana, nutrindo-se da energia destes centros e causando muitos malefícios físicos e psicológicos.

Quando dizemos atuam, isso significa que provocam, dependendo do centro e da natureza do defeito psicológico, certos tipos de pensamentos, sentimentos, etc., às vezes incrivelmente amargos e dolorosos o suficiente para causar um profundo sofrimento.

A título de exemplo, relacionamos abaixo o que podemos observar de mais comum em cada um dos cinco centros da máquina humana:

Centro Intelectual: pensamentos mórbidos e negativos, para com você mesmo e para com as outras pessoas, como a ira, a luxúria, a inveja, a cobiça, a desonestidade, a traição, o roubo, a maledicência, etc.

Devemos também observar como os pensamentos mudam rapidamente.

Pensamos a maior parte do tempo nas coisas que fizemos ou que vamos fazer, no que vimos na televisão, o que deveríamos ter falado ou vamos dizer a fulano, enfim uma sucessão de pensamentos sem controle e normalmente ligados ao passado ou ao futuro. Toda essa confusão de pensamentos e imagens mentais são também causadas pelos defeitos psicológicos e podem desgastar muito uma pessoa.

Centro Motor: basicamente neste centro o que podemos observar são movimentos feitos mecanicamente, de forma automática, sem ter atenção sobre eles. Um exemplo clássico é quando dirigimos um carro e ao mesmo tempo estamos pensando em várias outras coisas e, no entanto, continuamos a trocar as marchas, acelerar, frear, etc., tudo feito de forma automática.

Agora podemos nos perguntar:

Por que uma pessoa ultrapassa um sinal vermelho sem se dar conta e provoca um acidente?

Por que uma pessoa atravessa a rua sem perceber que um carro está vindo em sua direção e é atropelada?

Essas coisas só acontecem porque as pessoas não estão conscientes de seus movimentos, de seu centro motor. Precisamos nos esforçar por fazer os movimentos com atenção.

Centro emocional: emoções negativas de todo o tipo como o ódio (ainda que sutilmente disfarçado), a inveja, o medo (não importa do que seja), a angústia, a ansiedade, a impaciência, o apego a coisas e pessoas, preocupações, sentimentos exagerados, etc.

Um mesmo defeito psicológico pode atuar, por exemplo, primeiro no centro emocional, depois no centro intelectual e em seguida no centro motor.

Por exemplo, quando alguém diz algo que não gostamos.

Ficamos bravos (centro emocional) e logo pensamos em reagir ou ficamos pensando em muitas coisas que deveríamos ter falado, feito, etc. (centro intelectual).

Podemos ficar mais identificados ainda com a situação e fazer gestos ou mesmo brigar.

Observe neste exemplo que toda a máquina humana foi controlada pelo ego como se fosse uma marionete, passando a controlar primeiramente o centro emocional, depois o intelectual e por fim o centro motor.

Se estivermos em auto-observação veremos que isso acontece a todo o momento.

Centro Instintivo: neste centro o que observamos é o exagero ou abuso de certos instintos naturais. Vejamos por exemplo o instinto materno, que faz com que naturalmente uma mãe zele pela sobrevivência de seu filho. O abuso deste instinto seria expresso na forma de uma super-proteção por parte da mãe, fazendo com que ela cuide e se preocupe exageradamente com seu filho, mesmo quando este já possui idade suficiente para cuidar de si mesmo.

Mais comum é o abuso do instinto de sobrevivência, que entre outras coisas, nos diz que devemos nos alimentar para sobreviver. Neste caso os defeitos psicológicos atuam fazendo com que a pessoa se alimente em demasia, comendo muito mais do que necessita para sobreviver. É o conhecido defeito da gula.

Centro sexual: abuso das energias sexuais. A energia criadora do sexo é infinitamente a mais poderosa que possuímos e que o ego gasta bestamente vendo filmes, cenas, anúncios, explícita ou implicitamente pornográficos ou imorais, pensamentos mórbidos, conversas desonestas, etc.

O abuso das energias sexuais leva, cedo ou tarde, à impotência sexual.

No começo conseguimos nos auto-observar muito pouco, talvez algumas vezes por dia apenas.

Isso varia de pessoa para pessoa, depende do quanto está atrofiado este precioso sentido. Porém, com a prática, esse tempo de auto-observação vai gradualmente aumentando e passamos a nos autoconhecer cada vez mais, jogando mais luz em nosso interior e vendo como realmente somos interiormente.

E quando estamos em auto-observação e percebemos a atuação de algum defeito psicológico, o que fazer para que este seja eliminado?

No decorrer do curso aprenderemos, como já mencionado na lição anterior, a técnica do morrer psicológico, através da qual podemos eliminar cada defeito psicológico que conseguimos perceber atuando em nós.

Por isso desde já pratique muito a auto-observação, exercite e desenvolva este sentido porque dele dependerá sua mudança interior.

LIÇÃO 5

Técnica para relaxamento

Nesta lição vamos aprender a importância de fazermos o relaxamento do corpo, os benefícios que isso trará e sua importância para a prática das técnicas de projeção astral e de meditação, que serão vistas nas próximas lições do curso.

Estudos no campo da psicologia revelaram que uma pessoa que pratica regularmente alguma técnica de relaxamento tem uma possibilidade muito grande de evitar doenças causadas pelo stress, de poder lidar melhor com a ansiedade, de ter um melhor relacionamento interpessoal, etc.

Quando praticamos o relaxamento nosso objetivo é “esquecermos” de nosso corpo, isto é, deixá-lo tão relaxado e sem tensões de tal forma que seria como se ele não estivesse ali, como se naquele momento não tivéssemos corpo físico.

Além dos benefícios para a saúde que já vimos, o relaxamento será a primeira etapa das técnicas que aprenderemos para a projeção astral e para a meditação.

Por isso desde já comece a praticar a técnica de relaxamento que daremos a seguir para ir se acostumando.

Se possível pratique pelo menos uma vez ao dia no horário que achar mais conveniente.

Quanto mais praticar melhor.

A técnica que aprenderemos para fazer o relaxamento é muito simples e ao mesmo tempo muito eficiente, e a chamamos de “Técnica da luz azul”.

Para praticá-la usaremos nossa concentração e imaginação combinadas, da forma como é descrito abaixo:

- Primeiramente devemos nos deitar em uma posição confortável o suficiente para não precisarmos nos mexer mais, escolhendo um lugar silencioso, tranquilo e bem arejado. O quarto de dormir normalmente é o ideal.
- Agora fechamos os olhos, nos concentramos e vamos imaginar, ou seja, visualizar com a mente, todo nosso corpo que está deitado, da melhor forma que conseguirmos, dos pés à cabeça.
- Depois disso vamos começar a imaginar uma luz azul celeste preenchendo nosso corpo, começando pelos dedos dos pés, preenchendo todo o pé, o tornozelo, as panturrilhas e assim por diante até o

topo da cabeça. Não imagine apenas essa luz apenas revestindo seu corpo, mas sim imagine que ela preenche seu corpo como se ele fosse oco.

- Faça a etapa anterior sem pressa e imaginando da melhor forma possível todo esse processo, sentindo o relaxamento de cada músculo por onde passa a luz azul.
- Ao final da prática o corpo deverá estar totalmente tomado pela luz azul, assim como também totalmente relaxado. Se achar necessário repita todas as etapas novamente.

Pode ser que você tenha alguma dificuldade em se concentrar e em manter a imagem na mente. Isso é reflexo de nossa falta de concentração. Não se preocupe, pois com a prática isso irá melhorando. Além disso, no curso teremos uma lição que tratará exclusivamente do tema da concentração e como desenvolvê-la.

LIÇÃO 6

O morrer psicológico

Nas lições anteriores já aprendemos sobre nossa constituição interior e sobre os defeitos psicológicos, e também como estes atuam nos centros da máquina humana.

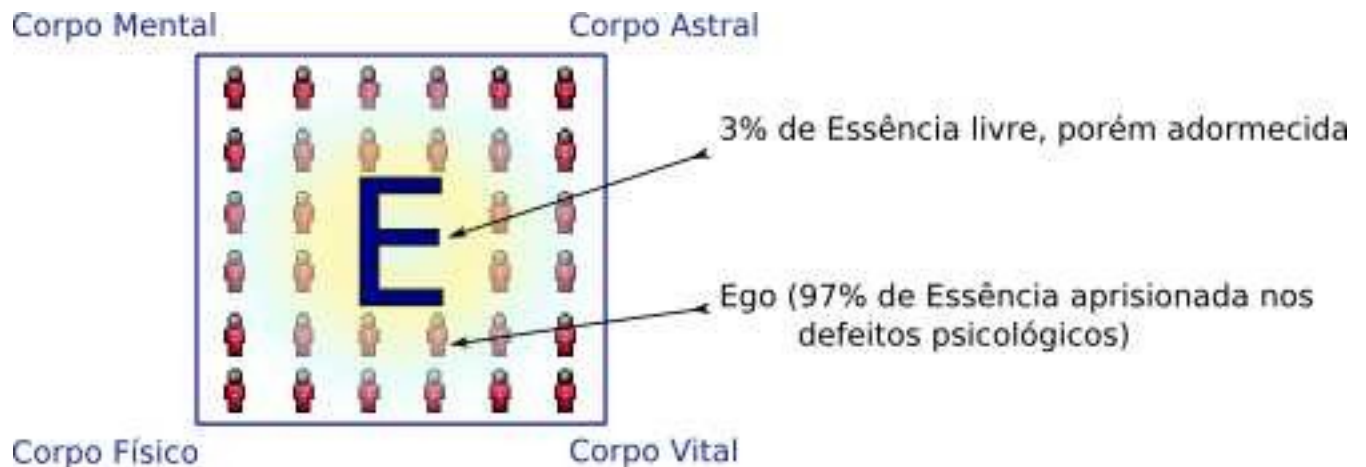
Aprendemos também que podemos ver e sentir estes defeitos agindo através do sentido da auto-observação.

Nesta lição aprenderemos o principal tema de todo o curso, pois corresponde à etapa principal para todas as pessoas que realmente querem mudar interiormente, que desejam transformar a si mesmas em pessoas melhores, eliminando de seu interior os elementos psicológicos indesejáveis que são os responsáveis pelas nossas limitações, inconsciência e sofrimentos.

Este tema é o morrer psicológico, também conhecido como morte psicológica ou ainda morte mística.

Vamos agora fazer uma rápida recordação de alguns pontos já estudados e que são fundamentais para a compreensão deste tema.

Vejamos abaixo o gráfico que mostra nossa constituição interior:



O que é importante sabermos claramente para esta lição são os conceitos de ego e de Essência.

Então vejamos:

O ego.

O ego é a soma de nossos muitos defeitos psicológicos que vivem em nosso mundo interior, que foram criados e continuam a ser alimentados inconscientemente por nós mesmos. Esses defeitos se

nutrem das energias dos centros da máquina humana. Cada um desses defeitos é chamado também de **eu** ou **detalhe do ego**.

O ego é realmente a causa de nossos sofrimentos, inconsciência, erros, vícios, medos, fraquezas ,etc. No antigo Egito o ego era conhecido como os demônios vermelhos de Seth.

No Bhagavad-Gita o ego é simbolizado como os "parentes" com os quais Arjuna, iluminado diretamente pelo Sr. Krishna, deveria travar terríveis batalhas.

Na mitologia o ego é, entre outros simbolismos, representado pela Medusa, causadora de todo tipo de sofrimento aos homens e que é decapitada pela espada de Perseu.

Na Bíblia podemos reconhecer o ego na passagem na qual o grande Mestre Jesus pergunta ao demônio que possuía o infeliz geraseno qual era o seu nome, sendo que este lhe responde: "**Meu nome é Legião, porque somos muitos.**" (Marcos - 5,1-20).

Também dentro do cristianismo podemos encontrar o ego representado nos chamados sete pecados capitais relacionados por Tomás de Aquino: luxúria, ira, inveja, cobiça, gula, preguiça e orgulho.

Enquanto mantermos em nosso interior essa natureza inumana, seremos criaturas limitadas, inconscientes, sofredoras e vítimas das circunstâncias.

Se os seres humanos não carregassem dentro de si o ego, o mundo seria um verdadeiro paraíso.

A Essência

Nossa consciência é uma partícula divina, que podemos também chamá-la de Essência.

Conforme escreveu Victor Hugo:

"Escuta tua consciência antes de agir, porque a consciência é Deus presente no homem".

A Essência é o que de mais nobre levamos dentro e é imortal.

Conforme vamos eliminando os detalhes do ego vamos fortalecendo essa consciência ou alma, já que cada eu mantém aprisionada uma fração de nossa Essência.

Considere cada eu como uma garrafa que mantém um pouco de nossa consciência aprisionada. Quebrando a garrafa retorna a nós aquela parcela de consciência que estava aprisionada.

Assim é como vamos realmente mudando interiormente, substituindo pouco a pouco nossos muitos defeitos psicológicos por nobres e belas virtudes.

A Mãe Divina

Há também em nós uma outra partícula divina a qual chamamos de Mãe Divina.

Nas antigas culturas ela sempre foi conhecida e venerada.

A casta Diana grega, a Isis egípcia, a Tonantzin asteca, a Shakti hindu, a Stella Maris dos alquimistas medievais, a Maria - Nossa Senhora dos cristãos, etc, são os outros nomes atribuídos à Mãe Divina dentro dos simbolismos de cada cultura e época.

Assim como nossa mãe física, ela zela por seu filho ou filha e é individual. Cada ser humano tem a sua.

Devemos sempre pedir seu auxílio, seu conforto e sua proteção.

Ela nunca abandona o filho suplicante, desde que este tenha uma conduta reta. Sua missão principal em nós é justamente a eliminação do ego, de cada defeito psicológico que conseguimos perceber através da auto-observação.

Com a ajuda dela é que vamos morrendo psicologicamente, eliminando os defeitos psicológicos.

A Morte Psicológica

O trabalho da morte psicológica é antiquíssimo e sempre foi ensinado à humanidade pelos vários Mestres ou Avatares que vieram para instruí-la, mostrando-lhe os meios para acabar com seus próprios sofrimentos e limitações.

Jesus Cristo (o mais exaltado de todos), Buda, Quetzalcoatl (O Cristo asteca), Hermes Trismegisto no Egito, Krishina entre outros.

Cada um ensinou a mesma doutrina, porém adaptada ao seu tempo, com seus próprios termos e símbolos.

Infelizmente quando o Mestre parte, os homens, manipulados por seus próprios egos, começam a distorcer a doutrina e pouco a pouco o principal se perde ou é oculto da humanidade.

Passemos a prática:

Primeiramente é fundamental estar em auto-observação, prestando atenção em nossas emoções, sentimentos, pensamentos, etc.

Quando percebermos a atuação de um defeito psicológico em algum dos centros da máquina humana, pedimos mentalmente a nossa Mãe Divina para que ela elimine esse defeito, que o desintegre.

O detalhe é então imediatamente eliminado e resgatamos a parcela de consciência que ele aprisionava.

É realmente muito simples.

Cada pessoa faz a petição como achar melhor, de coração, porém de forma enérgica, como quando um filho pede algo urgente a sua mãe.

A mãe então atende prontamente.

Cada um tem suas próprias palavras, mas um exemplo é:

“Mãe minha, elimine esse defeito, desintegre-o!”.

Se um mesmo tipo de defeito insiste em atuar seguidamente tornamos a pedir por sua eliminação. Isso pode ocorrer quando um defeito é muito forte, quando foi muito "alimentado" através do tempo. Contudo, utilizando a técnica da morte psicológica toda vez que o defeito atuar, este irá perdendo sua força até finalmente morrer.

Para uma melhor compreensão, façamos uma comparação entre o ego e uma árvore.

Uma árvore se desenvolve e se mantém viva e forte retirando do solo os nutrientes necessários para sua sobrevivência, e para isso depende totalmente de suas raízes, já que estas são a parte da árvore que efetivamente retira do solo os nutrientes.

Agora consideremos o ego como uma árvore que depende totalmente dos pequenos detalhes ou eus (que podemos comparar às raízes da árvore), já que são estes que retiram a energia suficiente dos centros da máquina humana e assim mantém o ego vivo.

Se cortarmos as raízes do ego (que são os defeitos psicológicos) através da morte psicológica, conseqüentemente o ego irá gradualmente perdendo sua força, se desnutrindo e morrendo, tal qual ocorreria com uma árvore se cortássemos suas raízes.

O contrário também pode ocorrer, ou seja, se permitimos que os detalhes atuem todo o tempo nos centros da máquina humana, o ego irá se tornando cada vez mais forte e desenvolvido. Isso é o que infelizmente tem ocorrido até o momento conosco.

No decorrer do curso vamos conhecer também novas facetas dos defeitos psicológicos, e entender porque muitas vezes temos certas atitudes e comportamentos que na verdade somente nos prejudicam.

De qualquer forma o meio para eliminação de qualquer defeito psicológico é e será sempre a morte psicológica, por isso não deixe de colocar em prática o que aprendemos nesta lição.

LIÇÃO 7

Projeção astral II – a técnica do saltinho

Na lição nº 2 vimos o que é o fenômeno da projeção astral, falamos um pouco sobre os sonhos e sobre o mundo astral.

Continuando nosso estudo sobre projeção astral, aprenderemos nesta lição uma técnica para despertar a consciência no mundo astral, isto é, quando estivermos dormindo e sonhando, despertarmos do sonho e nos darmos conta que estamos no mundo astral e, a partir disso, fazer nossas primeiras experiências conscientes em astral.

A técnica que aprenderemos é a técnica do saltinho, uma forma simples e eficiente para despertar a consciência no astral.

Isso de despertar consciência já estando em astral é chamado por muitos de sonho lúcido. Alguns consideram projeção astral apenas quando alguém sai em astral do corpo físico conscientemente, o que inclusive aprenderemos também neste curso.

Para nós, no entanto, isso não faz nenhuma diferença, pois o que importa é estar consciente no astral, não importando se saiu consciente do corpo ou se despertou consciência quando já se estava em astral.

A técnica do saltinho é na verdade uma disciplina que incorporamos em nosso dia a dia.

E essa disciplina é a seguinte:

Em nosso dia a dia devemos estar atentos a tudo que nos cerca, pessoas, objetos, lugares, etc. No mundo astral existem muitas coisas e fenômenos que não existem no mundo físico como objetos que voam, seres estranhos, criaturas desconhecidas e uma infinidade de outras coisas.

Então em nosso dia a dia quando vemos algo que nos pareça um pouco estranho ou diferente (uma pessoa com roupa extravagante, uma construção diferente, um objeto incomum ou fora do lugar, enfim qualquer coisa ou situação que seja um pouco diferente) devemos nos questionar "[Estou no mundo físico ou no astral agora?](#)", e então dar um pequeno salto [com a intenção de flutuar](#).

Se não flutuar é óbvio que estará no físico, mas se flutuar significa que até aquele momento você estava sonhando e que agora está consciente no mundo astral.

Quanto mais vezes fizer isto durante o dia melhor, pois será mais fácil de despertar no astral. Se acostumar a essa disciplina aqui no mundo físico quando ver no astral alguma das muitas coisas estranhas que lá existem fará a mesma coisa, isto é, irá se questionar, dar um saltinho e flutuar, e então se dará conta de que está no astral.

O ideal é sempre dar o saltinho, mas podem ocorrer situações em que isto não seja possível, por exemplo no local de trabalho, perto de outras pessoas, etc.

Nestas situações, após vermos algo que achamos um pouco estranho e nos questionarmos se estamos no físico ou no astral, podemos fazer uma outra coisa ao invés de dar o saltinho: puxar um dedo da mão com a [intenção de esticá-lo](#). Isto também funciona porque quando puxarmos o dedo no astral ele realmente esticará como se fosse de borracha e então nos daremos conta de que estamos no astral.

O ponto mais importante sobre esta técnica é fazê-la [realmente duvidando se estamos no físico ou no astral](#), até porque só teremos certeza disso quando darmos o saltinho ou puxarmos o dedo.

Afinal, quem garante que agora mesmo você não está apenas sonhando que está lendo este texto??

Se não der o saltinho ou puxar o dedo para comprovar pode ser que você acorde daqui a pouco e se lamente por não ter usado a técnica para despertar no astral.

E quando despertarmos no astral, o que faremos ou para onde iremos?

É claro que temos um objetivo definido para praticarmos estas técnicas de projeção astral: descobrir o que está oculto sobre nós mesmos e sobre muitos outros mistérios.

No entanto ainda estamos "aprendendo a andar" neste assunto de projeção astral e por hora faremos apenas algumas experiências.

Estando consciente em astral você pode experimentar saltar muito alto ou mesmo tentar voar. Pode também tentar atravessar paredes e ver o que acontece.

Veremos em outras lições do curso um objetivo muito mais importante para a projeção astral do que as experiências acima sugeridas.

Abaixo transcrevemos um trecho do livro "Sim há inferno, sim há diabo, sim há carma", que ilustra bem o tema desta lição:

["Uma noite de tantas, entrava pelas portas de uma maravilhosa mansão. Silente, atravessei um formoso jardim até chegar a uma fastuosa sala. Movido por um impulso interior, passei um pouco mais além e penetrei ousadamente num escritório de advogado.](#)

[Ante o bufete achei sentada uma dama de regular estatura, cabeça cana, rosto pálido, lábio delgado e nariz romano. Era aquela senhora de aparência respeitável e mediana estatura. Seu corpo não era muito delgado, porém, tampouco demasiado gordo. Seu olhar mais parecia melancólico e sereno.](#)

[Com voz doce e agradável, a dama me convidou para sentar ante a escrivaninha.](#)

[Em tais instantes, algo insólito acontece: Vejo, sobre a escrivaninha, duas borboletas de vidro que tinham vida própria, moviam suas asas, respiravam, olhavam, etc., etc., etc. O caso, por certo, parecia-me demasiado exótico e raro. Duas borboletas de vidro e com vida própria?](#)

Acostumado como estava a dividir a atenção em três partes, primeiro: não me esqueci de mim mesmo; segundo: não me identifiquei com aquelas borboletas de vidro; terceiro: observei cuidadosamente o lugar. Ao contemplar tais animais de vidro, disse a mim mesmo:

Isto não pode ser um fenômeno do mundo físico, porque na região tridimensional de Euclides jamais conheci borboletas de vidro com vida própria. Inquestionavelmente, isto pode ser um fenômeno do mundo astral.

Olhei logo ao meu redor e me fiz as seguintes perguntas: Por que estou neste lugar? Por que vim aqui? Que estou fazendo aqui?

Dirigindo-me logo à dama, falei-lhe da seguinte forma: Senhora, permita-me a senhora sair um momento ao jardim que logo regressarei.

A dama assentiu com um movimento de cabeça e eu abandonei, por um instante, aquele escritório.

Já fora, no jardim, dei um saltinho alongado com a intenção de flutuar no ambiente circundante. Grande foi meu assombro quando verifiquei, por mim mesmo, que realmente me achava fora do corpo físico. Então compreendi que estava em astral.

Em tais momentos me recordei de que fazia longo tempo, várias horas que havia abandonado meu corpo físico e que este, inquestionavelmente, se achava agora repousando em seu leito.

Feita a singular comprovação, regressei ao escritório, onde a dama me aguardava. Então quis convencê-la de que estava fora do corpo físico: Senhora, disse-lhe. A senhora e eu estamos fora do corpo físico. Quero que recorde que faz umas quantas horas se deitou fora do seu corpo físico, pois sabido é que, quando o corpo dorme, a Consciência, a Essência, desafortunadamente metida entre o ego, anda fora do veículo corpóreo.

Ditas todas estas palavras, a dama me olhou com olhos de sonâmbula, não me entendeu. Eu compreendi que aquela senhora tinha a Consciência adormecida... Não querendo insistir mais, despedi-me dela e abandonei o lugar.

Depois me dirigi para a Califórnia, com o propósito de realizar certas investigações importantes.”

Despertar a consciência no astral é uma experiência nova e muito gratificante, da mesma forma que é para uma criança dar os seus primeiros passos.

Porém, da mesma forma que uma criança que dá os primeiros passos não aprende a correr de um dia para o outro, também nossas primeiras experiências no mundo astral em geral são bem curtas e acabamos retornando ao corpo físico involuntariamente e muito antes do que gostaríamos.

Uma dúvida comum é como fazer para permanecer todo o tempo que se queira em astral e também voltar ao corpo físico no momento em que desejar. A verdade é que isso só se consegue com muita prática.

De qualquer forma, tal qual quando sonhamos (lembre-se que o sonho é simplesmente é uma projeção astral inconsciente), o **corpo astral sempre retorna ao corpo físico quando este estiver revitalizado**.

Para ter cada vez mais e melhores experiências astrais é fundamental:

- Praticar muitas vezes a técnica do saltinho durante o dia.
- Praticar muito, muito mesmo a auto-observação e a morte psicológica, pois assim se vai resgatando cada vez mais consciência para atuar em astral com maior lucidez. Além disso, quanto mais tempo se fica em auto-observação no físico também ficará mais tempo consciente no astral, pois estar consciente é estar em auto-observação.
- Estando em astral procurar segurar (ou se segurar em) algum objeto que encontrar ali, pois enquanto estiver segurando algum objeto do astral não se retorna ao corpo físico. Quando quiser retornar solte o objeto.

LIÇÃO 8

Conduta gregária

Nesta lição veremos uma das facetas do ego que, se não estamos atentos, nos induz a ter um comportamento e atitudes que nos levam a cometer erros e até prejudicar outras pessoas e a nós mesmos.

Esse comportamento é chamado de conduta gregária, e está bem explicado no trecho abaixo retirado do livro "A Revolução da Dialética".

Vejamos:

"Conduta gregária é a tendência que tem a máquina humana de estar misturada com as outras sem distinção e sem controle de espécie algum.

Vejamos o que se faz quando se está em grupo ou entre a multidão.

Estou seguro de que bem poucas pessoas se atreveriam a sair na rua e jogar pedras contra alguém.

No entanto, em grupo o fazem. Alguém pode infiltrar-se numa manifestação pública e ficar exaltado por causa do entusiasmo.

Terminará jogando pedras junto com a multidão ainda que depois venha a se perguntar porque o fez.

O ser humano comporta-se de forma diferente quando em grupo e faz coisas que nunca faria sozinho.

A que se deve isso?

Deve-se às impressões negativas às quais abriu as portas. Assim, termina fazendo o que jamais faria sozinho.

Quando alguém abre as portas às impressões negativas, não só altera a ordem do centro emocional, que está no coração, como ainda o torna negativo.

Quando alguém abre suas portas, por exemplo, às emoções negativas de uma pessoa que vem cheia de ira, porque alguém lhe causou algum dano, termina aliando-se a essa pessoa contra o causador do dano e se encherá de raiva também sem ter nada que ver com o assunto.

Suponhamos que alguém abra as portas às impressões negativas de um embriagado e termina aceitando um copo de bebida. Em seguida, aceita dois, três... dez. Em conclusão, fica embriagado também.

Suponhamos que alguém abra as portas às impressões negativas de uma pessoa do sexo oposto. Provavelmente, acabará fornicando e cometendo todo tipo de delitos.

Se abirmos as portas às impressões negativas de um drogado, quem sabe terminemos também fumando maconha ou consumindo algum tipo de entorpecente. Como conclusão, virá o fracasso.

Assim é como os seres humanos contagiam-se uns aos outros dentro de ambientes negativos.

Os ladrões tornam as outras pessoas ladras. Os homicidas sempre contagiam alguém. Os viciados contagiam os outros e multiplicam-se os drogados, os ladrões, os agiotas, os homicidas, etc.

Por que?

Porque cometem o erro de abrir sempre as portas às emoções negativas. Isso não está certo. Seleccionemos nossas emoções.

Se alguém nos trazer emoções positivas de luz, de beleza, de harmonia, de alegria, de perfeição, de amor abramos a elas as portas do nosso coração.

Porém, se alguém nos trazer emoções negativas de ódio, de violência, de ciúmes, de drogas, de álcool, de fornicação ou de adultério, por que iremos lhe abrir as portas do nosso coração?

Fechemo-las! Cerremos as portas às emoções negativas!

Quando alguém reflete sobre a conduta gregária, pode perfeitamente modificá-la e fazer de sua vida algo melhor.”

Como visto no trecho acima, o ser humano tem dentro de si a tendência a ter uma conduta gregária. Isso se deve a nossa inconsciência e mecanicidade, que nos faz aceitar certas coisas automaticamente, sem analisá-las e nem refletir sobre as consequências que podem ter.

Pessoas de boa índole acabam cometendo graves erros em virtude de ter aceitado, ainda que inconscientemente, as sugestões e emoções negativas procedentes de outra pessoa ou grupo de pessoas.

Vejamos alguns exemplos comuns de conduta gregária:

- Quando uma pessoa vem a nós e começa a falar maldades sobre outra pessoa. Se não estamos atentos começamos a falar mal desta pessoa também, ainda que até aquele momento não tivéssemos nada contra ela ou talvez nem a conheçamos.
- O caso de uma pessoa que vive em um ambiente onde existem muitos criminosos, e essa pessoa permanece nesse ambiente abrindo as portas a todas as sugestões e emoções negativas e acaba também se tornando uma criminosa. As inúmeras cadeias que existem nos mostram exatamente isso, pois servem mais como uma escola para criminosos do que como centros de reabilitação.

- Outro caso comum é o comportamento de muitas torcidas em campos de futebol, onde em grupos, se envolvem em todo tipo de atitude negativa, como atos de violência, consumo de drogas, vandalismos, etc.
- Os meios de comunicação, em especial a televisão, em muito contribui para motivar a conduta gregária, pois em várias ocasiões promove através de programas, filmes e novelas a distorção dos valores morais, banalizando comportamentos antes considerados abomináveis, como a violência, o adultério, a desonestidade, o crime, etc.

Por isso precisamos estar muito atentos a todo tipo de emoção e sugestão que nos trazem.

Não aceite nada sem antes analisar se isto contribuirá com algo positivo e moral em sua vida.

LIÇÃO 9

O nível do Ser

“Qual é o objetivo real de nossa existência? Para que estamos aqui? Por quê?

Isto é algo que devemos elucidar com clareza meridiana; isto é algo que devemos sopesar, analisar, julgar serenamente.

Vivemos, no mundo, com que objetivo? Sofremos o indizível para quê? Lutamos para conseguir isso que se chama pão, agasalho e abrigo e, depois de tudo, o quê?

Em que ficam todos os nossos esforços? Viver por viver, trabalhar para viver e logo morrer é, acaso, algo maravilhoso? Em verdade, amigos, faz-se necessário compreender o sentido de nossa existência, o sentido do viver.

Há duas linhas na vida: a uma delas poderíamos chamar horizontal, a outra, vertical. Elas formam uma cruz dentro de nós mesmos, aqui e agora, nem um segundo mais adiante, nem um segundo mais atrás.

Necessitamos objetivar um pouco estas duas linhas.

A horizontal começa com o nascimento e termina com a morte; ante cada berço existe a perspectiva de um sepulcro, tudo o que nasce deve morrer.

Na horizontal está todo o processo do nascer, crescer, reproduzir-se, envelhecer e logo morrer.

Na horizontal estão os vãos prazeres da vida: licores, fofocações, adultérios, etc.

Na horizontal está a luta pelo pão de cada dia, a luta por não morrer, por existir sob a luz do sol.

Na horizontal estão todos esses sofrimentos íntimos da vida prática, do lar, da rua, do escritório, etc.

Nada maravilhoso pode nos oferecer a linha horizontal.

Mas, existe outra linha totalmente diferente; quero referir-me, de forma enfática, à vertical. Esta vertical é interessante.

Nela encontramos os distintos níveis do Ser; nela estão os poderes transcendentais e transcendentes do Intimo; nesta vertical estão os poderes esotéricos, os poderes que divinizam, a Revolução da Consciência, etc.

Com as forças da vertical nós podemos influir decididamente sobre os aspectos horizontais da vida prática; podemos mudar, totalmente, nosso próprio destino, fazer de nossa vida algo diferente, algo distinto e passarmos a ser algo totalmente distinto do que fomos, do que somos, do que temos conhecido nesta amarga existência.

A vertical é, pois, maravilhosa, revolucionária por natureza; porém, necessita-se ter um pouco de inquietudes.

Antes de tudo, pergunto-me e pergunto a todos:

Estamos, acaso, contentes com o que somos? Quem de vocês sente-se feliz, no sentido mais completo da palavra?"

Acima foi transcrito o prólogo do livro "Tratado de Psicologia Revolucionária", com o propósito de compreendermos o tema desta lição - o nível do Ser.

Como vimos no texto acima, na vida existem duas linhas (ou dois aspectos da vida) que se cruzam continuamente, sendo que uma delas, a horizontal, representa o tempo de duração de nossa existência contido entre o nosso nascimento e a morte.

Evidentemente que entre o nascer e o morrer estão todos os acontecimentos e fatos do cotidiano que ocorreram e que estão por acontecer em nossa vida.

Realmente não há nada muito interessante ou certo relacionado com a linha horizontal, sendo que a única certeza que podemos ter em relação a esta linha é que ela tem um início e um fim.

Já a outra linha, a vertical, nos oferece infinitas possibilidades, pois é a linha onde estão os níveis do Ser. Na linha vertical estão as virtudes, a mudança interior, a sabedoria, os poderes e as faculdades do Ser, e é totalmente independente da linha horizontal.

Podemos comparar a linha vertical a uma escada, na qual os degraus mais elevados correspondem a níveis do Ser mais elevados também.

E, analogamente, os degraus mais baixos correspondem aos níveis do Ser mais inferiores.

Na vida as pessoas estão em variados níveis do Ser, e as pessoas com o mesmo nível do Ser tendem a se atraírem por afinidade e relacionarem entre si.

Por isso que uma pessoa abstêmia não tem afinidades com um grupo de bêbados; ou uma mulher honrada não vive em meio a prostitutas, ou um homem honesto não tem amigos criminosos.

Outro fato importante relacionado aos níveis do Ser, é que se uma pessoa melhora seu nível do Ser conseqüentemente irá se relacionar com pessoas mais decentes do que as que se relacionava anteriormente.

Isso se deve ao fato de que as afinidades mudam quando muda o nível do Ser, e essa pessoa que mudou seu nível do Ser irá perdendo as afinidades que tinha com seu antigo círculo de relacionamentos, e agora sentirá afinidades com pessoas que estejam no mesmo nível do Ser em que se encontra.

Se queremos gerar novas condições em nossa existência, se queremos provocar uma mudança em nossa vida, temos que necessariamente mudar nosso nível do Ser.

Do contrário continuaremos a ser apenas vítimas das circunstâncias e dos acontecimentos que nos esperam na linha horizontal.

Por mais incrível que isto pareça, sem mudar nosso nível do Ser, não podemos manipular em nada o curso de nossa existência, os fatos simplesmente nos sucedem de acordo com as leis mecânicas da natureza, as quais estão relacionadas à linha horizontal.

Depois de tudo o que foi explicado sobre os níveis do Ser, ainda resta uma questão fundamental: Como fazer para elevar nosso nível do Ser?

Através da morte psicológica, da eliminação dos defeitos psicológicos.

Quanto mais defeitos eliminamos mais elevado será o nosso nível do Ser, e assim mais intensas serão as mudanças que provocaremos também em nossa existência.

Aqui fica claro então o grande dilema filosófico: "Ser ou não Ser, eis a questão".

O que queremos fazer de nós e de nossa vida? Vamos mudar nosso nível do Ser ou não?

Por mais difícil que possa ser tomar uma decisão, existem somente duas alternativas: Ser ou não Ser.

Diante de cada situação pergunte a si mesmo:

Farei isto dessa forma ou de uma forma que eleve meu nível de Ser?

Darei poderes ao ego ou fortalecerei a Essência?

Lembre-se que essas pequenas decisões são justamente as que fazem toda a diferença.

LIÇÃO 10

O terrível defeito da ira

O objetivo desta lição é colocar ênfase em um tipo de defeito psicológico muito comum, que é fácil de ser percebido atuando nos centros da máquina humana e que, no entanto, é um dos maiores causadores de sofrimentos e problemas psicológicos, físicos e sociais.

Vejamos o seguinte trecho retirado do livro "A Revolução da Dialética":

"A ira aniquila a capacidade de pensar e de resolver os problemas que a originam. Obviamente, a ira é uma emoção negativa.

O enfrentamento de duas emoções negativas de ira não consegue paz nem compreensão criadora.

Inquestionavelmente, sempre que projetamos a ira a outro ser humano, produz-se a derrubada de nossa própria imagem e isto nunca é conveniente no mundo das inter-relações.

Os diversos processos da ira conduzem o ser humano para horríveis fracassos sociais, econômicos e psicológicos.

É claro que a saúde também é afetada pela ira.

Existem certos néscios que se aproveitam da ira, já que esta lhes dá um certo ar de superioridade. Nestes casos a ira combina-se com o orgulho.

A ira também costuma se combinar com a presunção e até com a auto-suficiência. A bondade é uma força muito mais esmagadora que a ira.

Uma discussão colérica é tão somente uma excitação carente de convicção.

Ao enfrentarmos a ira, devemos resolver-nos, devemos decidir-nos, pelo tipo de emoção que mais nos convém.

A bondade e a compreensão resultam melhores que a ira. Bondade e compreensão são emoções permanentes, posto que podem vencer a ira.

Quem se deixa controlar pela ira destrói sua própria imagem. O homem que tem um completo autocontrole, sempre estará no cimo.

A frustração, o medo, a dúvida e a culpa originam os processos da ira. Frustração, medo, duvida e culpabilidade produz a ira. Quem se libertar destas quatro emoções negativas dominará o mundo. Aceitar paixões negativas é algo que vai contra o auto-respeito.

A ira pertence aos loucos. Não serve porque leva à violência. O fim da ira é levar-nos à violência e esta produz mais violência."

Esteja especialmente atento a este defeito, pois ele se manifesta muitas vezes e de várias formas, e seus efeitos são extremamente negativos.

O meio para eliminá-lo é o mesmo que para qualquer defeito psicológico: auto-observação e morte psicológica.

Nada justifica ficarmos nervosos, bravos, com ódio, etc., seja por qual motivo for.

Embora não seja o comum, o normal seria encarar com serenidade qualquer fato ou evento, seja este desagradável ou até mesmo desastroso.

Conforme vamos eliminando o defeito da ira vai surgindo em nós, na mesma proporção, a virtude da serenidade. Conforme vamos eliminando o defeito do ódio, irá surgindo em nós a virtude do amor.

O defeito da ira alimenta-se de muitos detalhes e se manifesta em várias situações.

Algumas situações comuns nas quais se manifesta o defeito da ira são:

- Discussões em casa ou no trabalho, ainda que de forma sutil.
- Situações desagradáveis e inevitáveis.
- Acidentes de qualquer natureza, como quebrar um objeto estimado.
- Fatos que geram frustração, como quando se está esperando por algo que não acontece.

O defeito da ira pode, sozinho, desgraçar por completo a vida de uma pessoa.

Mais ainda, pode desgraçar também a vida de todos ao seu redor, como infelizmente ocorre, por exemplo, nos tristes casos de violência doméstica.

Não permita de forma alguma que esse defeito influencie a sua vida.

"Bem-aventurados os mansos, porque possuirão a terra."

Jesus Cristo (Mateus – 5,5)

LIÇÃO 11

A concentração – como desenvolvê-la

Nesta lição aprenderemos sobre a importância da concentração, como desenvolvê-la e como isso nos ajudará em neste curso e até mesmo em nossa vida cotidiana.

No curso algumas técnicas para serem executadas necessitam de concentração e imaginação. São os casos das técnicas de relaxamento, meditação e projeção astral.

Ter capacidade de concentração é essencial para colher resultados nas práticas que estamos aprendendo no curso.

Mas afinal, o que é exatamente concentração?

Concentração é a capacidade de ter em mente apenas um único pensamento, é ter a atenção voltada para um único ponto.

Estamos concentrados quando temos em mente apenas um único objetivo, ou uma única imagem mental.

Se por exemplo, estamos tentando imaginar algo e em nossa mente está passando uma sucessão de pensamentos, vozes e imagens, então não estamos concentrados em nada.

E como fazer para desenvolver a concentração?

Para desenvolver a concentração precisamos nos disciplinar para isto, ou seja, adotar certos hábitos em nosso dia a dia que contribuam para treinar a concentração.

Dessa forma, quando fizermos uma prática seja ela de relaxamento, meditação ou projeção astral, será muito fácil nos concentrarmos porque em nosso dia a dia nos acostumamos a fazer tudo com concentração.

Além disso, ter o hábito de fazer tudo com concentração também nos ajudará no desempenho das tarefas do cotidiano, seja em casa, no trabalho, etc.

Disciplina

A seguir veremos algumas dicas simples, as quais se implantadas em nosso dia a dia, nos ajudarão a desenvolver a capacidade de concentração:

- Primeiramente deve estar bem claro que só podemos fazer uma coisa de cada vez, e quando estivermos fazendo uma atividade devemos ter toda nossa atenção voltada somente a ela. Isso pode parecer óbvio, mas o mais comum é que uma pessoa faça uma determinada atividade e esteja pensando na próxima que precisará fazer depois.

- Dedique o tempo que for necessário para concluir uma determinada atividade que esteja fazendo e, somente após concluí-la, passe para uma próxima atividade, e assim sucessivamente até terminar o seu dia.
- Faça seus movimentos com concentração. Estamos muito acostumados a fazer as atividades de forma mecânica, isto é, fazendo determinados movimentos sem prestar atenção, e pensando em outras coisas que não tem relação alguma com o que estamos fazendo. Situações muito comuns onde isto ocorre é quando estamos tomando banho, escovando os dentes, dirigindo o carro, etc.
- É claro que quando tentarmos nos concentrar em algo nossa mente tentará desviar para outros pensamentos, já que nunca foi submetida a uma disciplina. Quando isto ocorrer devemos trazer nossa atenção imediatamente para onde estávamos concentrados, tantas vezes quanto seja necessário.
- Se os pensamentos estão insistindo demais em atrapalhar a concentração podemos também lhes aplicar a morte psicológica, pois cada pensamento destes é um eu, um defeito psicológico e, portanto podem ser eliminados.

Seguindo essa disciplina você conseguirá seguramente desenvolver bastante sua capacidade de concentração. Mas não se esqueça que só conseguirá resultados com prática e continuidade.

LIÇÃO 12

A tagarelice interior e a canção psicológica

Nesta lição veremos como se manifestam mais duas facetas do ego em nós, as quais na maioria das vezes podem passar como um comportamento normal do ser humano, mas que na verdade são mais duas formas do ego se nutrir de nossa energia e manter-se vivo, além de serem extremamente prejudiciais em vários aspectos de nossa vida.

A tagarelice interior.

A chamada tagarelice interior, como o nome já sugere, é a sucessão de conversas, falas, atos, etc., que ocorrem em nosso mundo interior na forma de pensamentos quando alguém nos faz ou fala algo que não gostamos.

Neste caso, ainda que não digamos nada verbalmente, em nosso interior estamos falando coisas horríveis a esta pessoa, maldizendo-a, humilhando-a, etc., etc.

Por exemplo:

Suponhamos que trabalhamos em uma empresa e que, fazendo uma tarefa qualquer, cometemos um determinado erro. Então nosso patrão nos chama a sua sala e nos repreende educadamente pelo erro. Isso já pode ser o suficiente para em nosso interior estarmos esfolando vivo a esse homem, humilhando-o e dizendo-lhe horrores, ainda que ao ouvir sua repreensão, exteriormente, apenas nos desculpamos pelo erro e saímos calmamente de sua sala.

E por que isso ocorre?

Porque, devido ao ego, nossa vida emocional se fundamenta na auto-simpatia. Isso significa que só simpatizamos conosco mesmo, com nosso querido ego; e sentimos antipatia e até ódio daqueles que não simpatizam conosco.

O maior problema é que esta tagarelice interior causa muito sofrimento e desgaste psicológico a pessoa que fica nesta condição, pois lhe tira muita energia e acompanha-a todo o tempo.

Além disso, pode trazer problemas na esfera dos relacionamentos sociais também. Uma pessoa que alimenta essa tagarelice interior é como uma bomba que um dia pode explodir.

São conhecidos vários casos de pessoas que eram aparentemente calmas e caladas e, da noite para o dia, foram capazes de cometer terríveis atos de violência.

Então o que fazer em relação a isto?

Ora, já vimos que a tagarelice interior se deve à auto-simpatia, que nada mais é do que um defeito psicológico. Logo a única solução realmente efetiva para resolver isto é aplicar a morte psicológica.

Então quando sentirmos aquele sentimento desagradável que ocorre quando alguém diz ou faz algo que não gostamos, devemos imediatamente aplicar a morte psicológica.

Também devemos aplicar a morte psicológica quando surgirem em nossa mente os pensamentos de ódio, de dizer ou fazer algo a uma pessoa com a qual não simpatizamos.

Além disso, devemos também adotar uma nova atitude mental em relação a isto.

Necessitamos aprender a ver do ponto de vista alheio, assim como saber nos colocar no lugar das outras pessoas.

No exemplo que foi dado, analisando o caso do ponto de vista do patrão, ele agiu corretamente pois sua função é justamente coordenar os trabalhos na sua empresa. Além disso, se nos colocarmos em seu lugar provavelmente faríamos a mesma coisa, uma vez que o patrão assim como nós, tem suas responsabilidades e precisa cumpri-las também.

A canção psicológica

A canção psicológica é semelhante à tagarelice interior, pois também se processa na forma de diálogos e falas em nosso mundo psicológico, e também nos causa sofrimento e desgaste.

Mas a canção psicológica tem outros fundamentos que a originam, e freqüentemente é manifestada exteriormente (verbalmente).

A canção psicológica está relacionada a nossa autoconsideração, que se dá especialmente quando nos identificamos conosco mesmo.

Autoconsideração significa sentir piedade de si mesmo, é pensar que sempre nos portamos bem com todas as pessoas e estas não reconhecem isso, não nos dão o valor que achamos que temos, são ingratas, não retribuem os favores que fizemos, que nos devem algo, etc., etc.

Em resumo: no fundo nos consideramos ótimas pessoas que, de alguma forma, somos sempre vítimas das injustiças e maldades das demais pessoas e da sociedade.

Uma forma também muito comum de autoconsideração é se preocupar com o que as outras pessoas podem pensar de nós; talvez pensem que não somos pessoas honradas, sinceras, corretas, justas, etc.

Normalmente uma pessoa que esteja identificada consigo mesma, identificada com sua autoconsideração, tende a exteriorizar isto que está sentindo.

Então é quando surgem aquelas pessoas que sempre repetem as mesmas conversas (a mesma canção psicológica), nas quais revivem fatos passados onde julga que foi injustiçada por outras pessoas, que fez muitos favores a fulano e este não lhe deu o devido valor, que trabalhou muito em

seu emprego e seu patrão não lhe paga o que realmente merece, que ajudou muito a beltrano e só recebeu ingratidão, etc.

Este tipo de pessoa repete sempre a mesma canção psicológica toda vez que encontra alguém disposto a ouvi-la e, no seu entender, de compreendê-la.

Com uma pessoa assim é praticamente impossível conversar, pois sempre o diálogo retorna ao mesmo ponto, ao mesmo assunto.

Se uma pessoa vive constantemente sofrendo pelo que lhe devem, pelo que lhe fizeram, pelas amarguras que lhe causaram, nada poderá crescer em seu interior. Essas pessoas sentem normalmente uma grande tristeza interior, uma sensação de monotonia, um profundo aborrecimento, cansaço íntimo e frustração.

É uma situação muito triste.

Porém, assim como a auto-simpatia, a autoconsideração também é um defeito psicológico que pode e deve ser eliminado através da morte psicológica.

Por isso esteja atento a sentimentos, pensamentos e comportamentos semelhantes ao que vimos sobre a canção psicológica e a tagarelice interior.

LIÇÃO 13

O despertar da consciência

Nesta lição falaremos sobre o despertar da consciência, o qual juntamente com os temas do autoconhecimento e da mudança interior, vem a ser um dos tópicos principais do curso.

Vamos estudar inicialmente os seguintes textos de Samael Aun Weor:

Toda a humanidade vive em um sono profundo.

“Todo ser humano pode chegar à experiência da realidade. Todo ser humano tem direito às grandes vivências do espírito, a conhecer os reinos e nações das regiões moleculares e eletrônicas.

Todo aspirante tem direito a estudar aos pés do Mestre, a entrar pelas portas esplêndidas dos Templos de Mistérios Maiores, a conversar com os brilhantes filhos da aurora do Maha-Manvantara da criação face a face.

Contudo, tem-se que começar por despertar a consciência.

É impossível estar despertos nos Mundos Superiores se aqui neste mundo celular, físico, material, o aspirante está dormido. Quem quiser despertar a consciência nos mundos internos, deve despertar aqui e agora, neste mundo denso.

Se o aspirante não despertou consciência aqui neste mundo físico, muito menos nos mundos superiores.

Quem desperta consciência aqui e agora, desperta em todas as partes. Quem desperta consciência aqui neste mundo físico, de fato e por direito próprio, fica desperto nos Mundos Superiores.

O primeiro que se necessita para despertar consciência é saber que se está dormido.

Isso de compreender que se está dormido é algo muito difícil, porque normalmente todas as gentes estão absolutamente convencidas de que estão despertas.

Quando um homem compreende que está dormido, inicia então o processo do auto-despertar.

Estamos dizendo algo que ninguém aceita.

Se a qualquer homem intelectual se lhe dissesse que está dormido, podeis estar seguro de que poderia ofender-se. As gentes estão plenamente convencidas de que estão despertas.

As gentes trabalham dormidas, sonhando... manejam carros dormidas, sonhando... casam-se dormidas, vivem dormidas, sonhando... e não obstante, estão totalmente convencidas de que estão despertas.

Quem quiser despertar consciência aqui e agora, deve começar por compreender os três fatores subconscientes chamados: identificação, fascinação e sonho.

Todo tipo de identificação produz fascinação e sonho.

Nós vamos andando por uma rua, de repente se encontra com as turbas que vão protestar por algo ante o palácio do senhor Presidente. Se não está em estado de alerta (auto-observação) identifica-se com o desfile, mescla-se com as multidões, fascina-se e a seguir vem o sonho: grita, lança pedras, faz coisas que em outras circunstâncias não faria, nem por um milhão de dólares.

Olvidar-se de si mesmo é um erro de incalculáveis consequências. Identificar-se com algo é o cúmulo da estupidez porque o resultado vem a ser a fascinação e o sonho.

É impossível que alguém possa despertar consciência se se deixa fascinar, se cai no sonho."

Já vimos em lições anteriores que nossa constituição psicológica de um modo geral é:

- 3% de Essência livre, porém adormecida.
- 97% de Essência adormecida aprisionada nos defeitos psicológicos.

Isto significa que não temos absolutamente nada de consciência desperta, que vivemos adormecidos todo o tempo. Mas podemos indagar:

Como posso estar adormecido se agora estou lendo este texto, se posso operar o computador, fazer os afazeres domésticos, etc?

Primeiramente precisamos entender as grandes diferenças entre consciência desperta e adormecida. A primeira grande diferença é que uma pessoa desperta é autoconsciente, isto é, percebe todos seus processos internos. Isso significa que ela permanece em auto-observação continuamente, que não se identifica com as coisas e fatos externos.

Obs: "Identificar-se" no contexto do curso significa não estar em auto-observação. Quando uma pessoa não está em auto-observação necessariamente ela está identificada com algo, seja externo (objeto, fato, etc.) ou interno (pensamentos ou emoções).

Quando uma pessoa desperta consciência, ela desperta aqui no mundo físico e também nas outras dimensões da natureza, como por exemplo no mundo astral.

Por isso uma pessoa de consciência desperta não necessita praticar técnicas para se projetar em astral, ela naturalmente se projeta no momento que desejar, percebe como ocorre todo o processo do desdobramento astral e tem total controle sobre si mesma em qualquer dimensão que esteja.

Uma pessoa de consciência desperta consegue recordar sem esforço as suas existências anteriores, assim como conhecer também seu próprio destino, ter percepções e faculdades extraordinárias e ainda muito mais.

E uma pessoa de consciência adormecida, o que lhe ocorre?

Vamos fazer uma analogia em relação ao que vimos nos parágrafos acima.

Uma pessoa de consciência adormecida não é autoconsciente, isto significa que não consegue ou tem dificuldades em permanecer em auto-observação.

Uma pessoa que não despertou do sono da consciência está adormecida aqui e em todas as dimensões da natureza.

Temos o exemplo da projeção astral, que necessitamos utilizar certas técnicas para conseguirmos estar conscientes no mundo astral, onde na maior parte do tempo estamos adormecidos, simplesmente sonhando.

E se estamos adormecidos e sonhando no mundo astral é porque estamos adormecidos e sonhando aqui no mundo físico também, ou seja, não temos as percepções que uma pessoa desperta tem.

Por isso não é à toa que cometemos muitos erros, já que agimos, tomamos decisões, etc. com a consciência adormecida.

Quanto mais adormecida esteja a consciência, mais passíveis de cometer erros estamos.

Quanto mais adormecida esteja a humanidade em geral, mais veremos atos de violência, guerras, barbáries, etc.

Se os seres humanos tivessem pelo menos um pouco de consciência desperta as guerras seriam totalmente impossíveis.

Na verdade só a prática pode realmente nos mostrar e fazer entender essas diferenças. Também é importante ter em conta que a natureza não dá saltos, e que o processo do despertar da consciência é lento e gradual como o crescer de uma árvore, e requer esforço contínuo para isso.

E como fazer para despertar a consciência?

Praticando o que aprendemos até agora, especialmente a auto-observação e a morte psicológica, e também o que iremos aprender na próxima lição: a meditação.

A morte psicológica e a meditação são os meios definitivos para o despertar da consciência.

LIÇÃO 14

A Meditação

Nesta lição aprenderemos, de uma forma bem simples e objetiva, como praticar a meditação e quais os enormes benefícios que podemos ter praticando-a regularmente.

Na lição anterior vimos algo sobre o que é o despertar da consciência, e as grandes diferenças que existem entre ter a consciência desperta e adormecida. Vimos também que os meios efetivos para o despertar da consciência são a prática da morte psicológica e da meditação.

Aqui está então o principal objetivo de praticarmos a meditação: despertar nossa consciência, o que por si só nos faz pessoas totalmente diferentes do que somos, com diferentes capacidades, objetivos e percepções.

A prática da meditação remonta a tempos antiquíssimos e está representada em todas as grandes religiões do mundo como o budismo, hinduísmo, cristianismo, sufismo, judaísmo, taoísmo, etc.

Também a moderna Psicologia tem estudado e atestado que são muitos os benefícios advindos da prática da meditação.

A prática da meditação

Primeiramente devemos escolher um local silencioso, arejado e limpo. O quarto de dormir é o ideal. Depois devemos nos acomodar em uma posição confortável, na qual seja possível permanecer por um bom tempo sem se mover.

Pode-se se sentar com as pernas cruzadas ao estilo oriental ou deitar-se com a barriga para cima, as pernas esticadas e os pés unidos.

Após isso deve-se fazer o relaxamento de todo o corpo, e para isso usaremos a técnica que já vimos nas primeiras lições deste curso.

Feito isso, iremos utilizar o método descrito abaixo e passar a praticar a meditação propriamente dita.

Ao praticar a meditação entenda que seu único objetivo deve ser silenciar a mente, parar com sua agitação e com a sucessão de pensamentos que normalmente ocorre.

Quando se consegue alcançar o silêncio absoluto da mente, ou seja, a ausência total de pensamentos, é que experimentamos o Vazio Iluminador, o êxtase místico, a liberdade da alma.

Quanto mais se pratica a meditação mais a mente vai se aquietando, e mais perto estaremos de alcançar o Vazio Iluminador.

Não se preocupe em saber como deve ser o Vazio Iluminador ou qualquer coisa do tipo. Concentre-se apenas na técnica de meditação que você estiver fazendo. Seu objetivo deve ser apenas silenciar a mente, nada mais. O demais virá por acréscimo.

A mente é como um animal selvagem que precisa ser domado para obedecer. Inclusive isto é simbolizado na passagem bíblica na qual o grande mestre Jesus entra em Jerusalém montado sobre o asno, o burrico. Se quisermos entrar na Jerusalém celestial, nas dimensões superiores da natureza, devemos montar, domar e controlar o asno, ou seja, a mente.

Os koans

Um koan é uma frase enigmática que tem como objetivo propor um problema à mente que ela não consegue resolver.

Dessa forma fazemos com que a mente se canse procurando uma resposta que ela não pode encontrar, uma vez que a resposta para um koan está além da mente, em um nível superior. Conforme a mente vai se cansando ela vai também se aquietando até ficar em completo silêncio.

Esse é o objetivo do koan: silenciar a mente e ao mesmo tempo atrair levemente o sono. Quando adormecemos, mesmo que por um breve instante, com a mente em silêncio, é que vivemos a experiência mística.

Pode-se escolher um dos seguintes koans para praticar a meditação:

"Quem é aquele que está só no meio de dez mil coisas?"

"Se tudo se reduz à unidade, a que se reduz a unidade?"

Também podemos usar um outro koan, nos concentrando e imaginando a seguinte situação:

Existe um profundo abismo e na beira deste uma grande árvore está plantada. Essa árvore possui um longo galho que cresceu de tal forma que sua ponta se projetou vários metros sobre o abismo.

Agora imaginamos que na ponta deste galho está amarrada uma corda e na outra ponta da corda está você, com as mãos e pés firmemente amarrados de forma que é impossível soltá-los, e apenas se segurando à corda com os dentes. Então pergunte à mente:

Como faço para sair vivo desta situação sem nenhuma ajuda?

Então o que fazemos é lançar qualquer uma dessas perguntas à mente e ordenar que responda. Depois de lançar o koan para a mente responder deve-se concentrar esperando a sua resposta, como se estivesse olhando dentro da mente à espera da resposta que ela está obrigada a trazer.

Dessa forma, mantemos a mente "pressionada" a trazer a resposta até ela ir se cansando e ficando em silêncio.

A mente é claro, tenderá a não obedecer, a trazer respostas erradas (pois ela não conhece a resposta para um koan) ou desviar para outros pensamentos.

Por isso deve-se insistir para que ela obedeça e traga a resposta para o koan.

Se a mente insiste em desviar para outros pensamentos seja imperativo com ela dizendo mentalmente:

- Fora! Não é isso que estou procurando!

Em seguida volta a se concentrar esperando a resposta.

Lembre-se: qualquer resposta trazida pela mente estará errada, pois ela jamais pode conhecer algo que está além dos afetos e da mente.

Cada pessoa deve praticar a meditação (ou qualquer outra prática) respeitando seus limites, ou seja, começar praticando por pouco tempo e, gradativamente, ir aumentando o tempo da prática.

Se forçar a concentração por longo tempo logo de início, pode ser que ocorram dores de cabeça ou mesmo tontura.

É importante que se pratique essas técnicas com continuidade, preferencialmente todos os dias, pois é dessa forma que se obtém resultados.

Boas experiências!

LIÇÃO 15

Drogas e alcoolismo – eliminação radical do vício

Nesta lição vamos aprender sobre os perigos e os danos ocultos que fazem o consumo de álcool e de substâncias entorpecentes.

Também veremos que qualquer tipo de vício pode ser curado radicalmente. Quando dizemos curar radicalmente estamos nos referindo a eliminar as causas psicológicas do vício, o que é muito diferente de apenas, como normalmente ocorre, reprimir o vício, o que deixa a pessoa vulnerável a recaídas.

O vício.

Qualquer tipo de vício é devido aos nossos defeitos psicológicos, nossos eus.

Esses eus se mantêm vivos e alimentam-se cada vez que cedemos ao vício, seja fumando um cigarro, ingerindo álcool ou utilizando algum outro tipo de entorpecente ou substância alucinógena.

Embora não seja especificamente tratado aqui, outros vícios como o jogo, a prostituição, o fumo, etc., têm a mesma causa, efeito e solução.

O mais grave é que sempre que é alimentado o ego vai ficando mais forte e com isso tem maior poder de controle sobre o viciado, agindo em sua psique e sobre seu organismo, obrigando essa pobre pessoa a voltar a cair no vício e assim tornar a alimentar esse defeito.

É fácil concluir que isso vai se tornando uma "bola de neve", um problema que inicialmente era pequeno se transforma em algo totalmente sem controle.

Por esse motivo é que as pessoas tornam-se viciadas apenas experimentando poucas quantidades no início, pois crêem que podem largar o vício tão logo queiram. Isso é um grande erro, pois mesmo com essas pequenas quantidades o defeito psicológico já é criado e alimentado e, muito lentamente, vai se robustecendo e evoluindo sua vítima até que tenha o controle sobre essa pessoa.

Quando a pessoa se dá conta do problema o vício já está muito forte.

O álcool.

O vício do álcool traz terríveis conseqüências para o viciado. Além dos conhecidos malefícios que vão desde cirrose à alucinação e loucura, o álcool também é desastroso para a parte espiritual, pois possui o poder de reviver os defeitos psicológicos que já foram eliminados através da morte psicológica.

O mais perigoso é que o álcool é tratado como algo sociável, sempre presente em reuniões, festas, comemorações e até mesmo dentro dos lares, sem distinção de classe social ou cultural.

Por toda parte se infiltra muito sutilmente o vício do álcool.

Com isso vemos a cada ano as pesquisas indicarem que a idade média para a ingestão da primeira dose de bebida alcoólica pelos jovens é cada vez menor.

A seguir transcrevemos alguns trechos do livro O Mistério do Áureo Florescer:

“Resulta palmário e manifesto que o álcool tende a eliminar a capacidade de pensar independentemente, já que estimula, fatalmente, a fantasia, e de julgar serenamente, assim como debilita, espantosamente, o sentido ético e a liberdade individual.

Os ditadores de todos os tempos, os tiranos não ignoram que é mais fácil governar e escravizar um povo de beberrões que um povo de abstêmios.

É igualmente sabido que, em estado de embriaguez, pode-se fazer aceitar a uma pessoa qualquer sugestão e cumprir atos contra seu decoro e sentido moral. É demasiado notória a influência do álcool sobre os crimes, para que haja necessidade de insistir nisso”.

As drogas.

O problema das drogas é outro flagelo que atinge a humanidade, sobretudo a juventude.

Foram investidas gigantescas somas, mas nem os governos e nem a ciência conseguem encontrar uma solução para o problema que a cada dia torna-se mais grave e atinge a todas as classes.

Somente como aprenderemos nesta lição é que se poderá resolver esse problema de forma radical e definitiva.

O problema do vício é interno e psicológico e deve ser combatido nesse terreno.

Os efeitos da droga são tão devastadores como o do álcool, porém seus estragos são sentidos bem mais cedo.

Como se livrar radicalmente do vício?

Felizmente dentro do ser humano existe um poder latente capaz de extirpar de seu interior qualquer tipo de vício. Como você já deve estar imaginando, se o vício é devido aos defeitos psicológicos o meio para eliminá-lo é a morte psicológica.

Além da dependência psicológica que o vício acarreta, um outro problema para eliminar esses vícios de drogas, álcool, fumo, etc. é a dependência química, pois o organismo do viciado ficou condicionado a trabalhar com estas substâncias.

Por isso na maioria das vezes não é possível deixar o vício imediatamente, e nestes casos o mais indicado é combinar o trabalho da morte psicológica com a redução gradual da substância do qual se é dependente.

Vejamos abaixo um exemplo que pode ser utilizado na prática:

Suponhamos que determinada pessoa esteja habituada a ingerir por dia não menos que 20 copos de bebida alcoólica.

Esta pessoa deveria se disciplinar para, durante uma semana, ingerir no máximo 19 copos de bebida por dia, e toda vez que esta pessoa sentir vontade ou sequer pensar em beber além disso, ela aplicará a morte psicológica nestes defeitos.

Na semana seguinte a pessoa passará a ingerir no máximo 18 copos de bebida por dia e, novamente, toda vez que esta pessoa sentir vontade de beber além disso aplicará a morte psicológica.

E assim continuará, semana após semana, até quando não esteja consumindo nenhuma quantidade de bebida alcoólica.

Seguindo essa disciplina a pessoa não só irá deixar de beber, como também não mais sentirá nenhuma vontade de fazê-lo.

O que se necessita é que a pessoa realmente queira mudar e passe a se dedicar a isso imediatamente e continuamente.

Dessa forma seguramente se livrará do vício, por mais forte que este seja.

LIÇÃO 16

Os sofismas de distração

Nesta lição aprenderemos que muitas vezes temos um comportamento equivocado e que acreditamos (ou queremos acreditar) estarmos agindo de forma correta.

A esse tipo de auto-engano damos o nome de sofismas, e que devido a nossa inconsciência, acabam por nos prejudicar ou mesmo impedir nosso trabalho de despertar da consciência, assim como podem também fazer com que prejudiquemos outras pessoas ao nosso redor.

O texto abaixo, retirado do livro "A Revolução da Dialética", nos explica muito bem o que são os sofismas de distração:

"Sofismas são os falsos raciocínios que induzem ao erro e que são gerados pelo Ego nos 49 níveis do subconsciente.

O subconsciente é o sepulcro do passado sobre o qual arde a fátua chama do pensamento e onde são gerados os sofismas de distração que levam o animal intelectual à fascinação e por fim ao sonho da consciência.

Aquilo que está guardado no sepulcro é podridão e ossos de mortos. Porém, a louça sepulcral é muito bonita e sobre ela arde fatalmente a chama do intelecto.

Se quisermos dissolver o eu, teremos que destapar o sepulcro do subconsciente e exumar todos os ossos e a podridão do passado. Muito bonito é o sepulcro por fora, porém por dentro é imundo e abominável. Precisamos nos tornar coveiros.

Insultar a outrem, ferí-lo em seus sentimentos, humilhá-lo, é coisa fácil quando se trata - dizem - de corrigí-lo para o seu próprio bem. Assim pensam os iracundos, aqueles que julgando não odiar, odeiam sem saber que odeiam.

Muitas são as pessoas que lutam na vida para serem ricas.

Trabalham, economizam e se esmeram em tudo, porém a mola secreta de todas as suas ações é a inveja secreta, que elas desconhecem, que não sai à superfície e que permanece escondida no sepulcro do subconsciente.

É difícil achar na vida alguém que não inveje a bonita casa, o flamejante automóvel, a inteligência do líder, o belo traje, a boa posição social, a grande fortuna, etc.

Quase sempre os melhores esforços dos cidadãos têm como mola secreta a inveja.

Muitas são as pessoas que gozam de um bom apetite e condenam a gula, porém comem sempre muito além do normal.

Muitas são as pessoas que vigiam exageradamente o cônjuge, porém condenam os ciúmes.

Muitos são os estudantes de certas escolas pseudo-esotéricas e pseudo-ocultistas que condenam as coisas deste mundo e não trabalham em nada porque tudo é vaidade, porém são tão zelosos de suas virtudes que jamais aceitam que alguém os qualifique de preguiçosos.

Muitos são os que odeiam a lisonja e o elogio, mas não vêem inconveniente algum em humilhar com sua modéstia o pobre poeta que lhes dedicou um verso com o único propósito de conseguir uma moeda para comprar um pão.

Muitos são os juízes que sabem cumprir com seu dever, mas também são muitos os juízes que com a virtude do dever têm assassinado os outros. Foram numerosas as cabeças que caíram na guilhotina da revolução francesa.

Os verdugos cumprem sempre com seu dever. Já são milhões as vítimas inocentes dos verdugos e nenhum deles se sente culpado; todos cumprem com seu dever.

As prisões estão cheias de inocentes, mas os juízes não se sentem culpados porque estão cumprindo com seu dever.

O pai ou a mãe de família, cheio de ira, açoitam e batem com paus em seus pequenos filhos e não sentem remorsos porque - dizem - estão cumprindo com seu dever; aceitariam tudo menos que se os qualificassem de cruéis.

Só com a mente quieta e silenciosa, submergidos em profunda meditação, conseguiremos extrair do sepulcro do subconsciente toda a podridão secreta que carrega. Não é nada agradável ver a negra sepultura com todos seus ossos e podridão do passado.

Não digamos meu eu tem inveja, ódio, ira, ciúmes, luxúria, etc. Melhor é não nos dividirmos. Melhor é dizer; eu tenho inveja, ódio, ciúmes, ira, luxúria, etc.

Quando estudamos os livros sagrados da Índia, nos entusiasmos pensando no Supremo Brahatman e na união do Atman com o Brahatman.

Porém, realmente, enquanto existir um eu psicológico com seus sofismas de distração, não conseguiremos a sorte de nos unirmos com o Espírito Universal da Vida.

Morto o eu, o Espírito Universal da Vida estará em nós como a chama na lâmpada."

Como visto acima, os sofismas de distração são gerados pelos nossos defeitos psicológicos, pelo ego, com a finalidade de manter nossa consciência adormecida, e assim continuar vivo e forte, alimentando-se de nossos erros.

Realmente o ego sabe que quando uma pessoa começa a se autoconhecer, a tomar consciência de que é uma marionete na mão dos defeitos psicológicos, ele é ferido mortalmente, pois é o principio do fim de seu reinado.

Por isso você pode ter a mais absoluta certeza de que o ego fará todo o esforço possível para tentar iludir esta pessoa, usará tudo o que estiver a seu alcance para desviá-la do caminho do despertar da consciência e assim mantê-la fascinada e ocupada com as coisas passageiras da existência cotidiana.

LIÇÃO 17

Projeção astral III – mantras e concentração

Nesta lição voltamos novamente a estudar o tema da projeção astral, e nesta oportunidade aprenderemos novas técnicas nas quais utilizaremos os recursos que nos oferecem os mantras e também a concentração em um objeto.

As técnicas que estudaremos agora requerem do praticante uma boa capacidade de concentração, por isso é muito importante que você já esteja se disciplinando e treinando a concentração, usando, por exemplo, o que aprendemos na lição sobre concentração.

Caso ainda não esteja fazendo isso, você provavelmente terá maior dificuldade em usar as técnicas desta lição. Porém nunca é tarde para começar a se disciplinar.

Utilizando mantras

Um mantra (do sânscrito **Man** (mente) e **Tra** (alavanca)) é um conjunto de sons que podemos pronunciar (vogais, sílabas ou palavras) verbalmente ou mentalmente e que, por terem uma determinada vibração, produzem um efeito desejado.

Os mantras a seguir têm como efeito a projeção astral.

FARAON – pronuncia-se em duas partes, assim:

FFFFFFAAAAAAAAAAAAAAAAAA...RRRRRRRAAAAAAAAAAOOOOOONNNNNN

LARAS – pronuncia-se em duas partes, assim:

LLLLLAAAAAAAAAAAAAAAA...RRRRRRRRRRRAAAAAAAAAASSSSSSS

TAIRÊRÊRÊRÊ – pronuncia-se em uma só parte, assim:

TAAAIIII...RÊ RÊ RÊ RÊ RÊ RÊ RÊ RÊ

EGIPTO – pronuncia-se em duas partes, assim:

**EEEEEEEEEEEEEEEEEEEE...GGGGGGIIIIIIIIIIIIIIIIIIIIII P
TTTTTTTTTTTOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOO**

Para se fazer esta prática devemos nos deitar em uma posição confortável, fazer o relaxamento do corpo e depois então começamos a pronunciar os mantras com muita concentração, sem pensar em mais nada.

Pode-se fazer os mantras algumas vezes verbalmente e depois passar a fazê-los mentalmente, repetindo o mantra indefinidamente até atrair o sono levemente e sair em astral.

Concentre-se apenas em pronunciar esse mantra, sinta-se submerso no som deste mantra.

Quando surgir algum pensamento simplesmente não lhe dê atenção e torne a se concentrar na pronúncia do mantra.

É muito importante não fazer desta prática apenas uma repetição mecânica dos mantras, pois assim não se conseguirá nenhum resultado.

Veja que nesta técnica (e também na outra que aprenderemos nesta lição) o objetivo é muito diferente da técnica do saltinho.

Nas técnicas desta lição o objetivo não é adormecer inconsciente e depois despertar no astral, mas agora o objetivo é provocar e acompanhar conscientemente o processo da projeção astral, perceber o corpo astral saindo do corpo físico.

Por isso que são muito interessantes estas novas técnicas que estamos aprendendo agora, pois o praticante pode, após desdobrar-se, comprovar muito mais coisas.

Pode, por exemplo, ver seu corpo físico que ficou deitado na cama, flutuar em seu quarto, atravessar as paredes de sua casa, e muitas outras coisas que cada um poderá ver por si mesmo, e isso é o que mais importa.

Como agora vamos acompanhar o processo da projeção astral, é normal percebermos alguns sintomas que ocorrem durante o desdobramento, como um "formigamento" generalizado, o corpo físico paralisado e uma forte vibração ou ruído. Tudo isso é perfeitamente natural e quando perceber esses sintomas apenas continue com os mantras até que saia do corpo físico.

Concentração no coração.

Uma outra prática extremamente eficiente que é utilizada para sair em astral é a concentração no coração.

Os passos preliminares são os mesmos da técnica anterior, ou seja, deitar em uma posição confortável e deixar o corpo bem relaxado.

Após isso o praticante deverá se concentrar e imaginar seu próprio coração.

Procure realmente ver seu coração, como ele bate, como é externamente, sua cor, textura, etc.

Não se preocupe se você não sabe como é um coração detalhadamente, simplesmente imagine da forma que você acha que seja.

Com a prática você realmente verá o aspecto real deste órgão ("o sábio que imagina vê").

Após visualizar bem o coração externamente, penetre com a imaginação dentro de seu coração e passe a ver como ele é e funciona internamente (da forma que você imagina que seja).

Quando estiver satisfeito com a investigação interna de seu coração aprofunde mais a concentração e visualize as células dele. Após concentre-se mais ainda e veja apenas uma célula. Imagine até o interior do núcleo da célula.

Faça essa concentração sem pressa e da melhor forma possível.

Procure adormecer fazendo essa concentração.

Usando esta técnica sentiremos os mesmos sintomas vistos na técnica dos mantras. Aqui também você deverá ignorar estes sintomas e continuar com a concentração até sair em astral.

Dicas importantes.

- É imprescindível praticar as técnicas com concentração para se ter resultados. Se isto está sendo um problema para você, recomendamos rever a lição 11 e aplicá-la no seu dia a dia. Não se preocupe, pois com a prática isto se resolve.
- É fundamental praticar bastante durante o dia a auto-observação e a morte psicológica, pois assim, além de todos os outros benefícios, se consegue ter cada vez mais lucidez nas experiências astrais.
- Todas as técnicas descritas nesta lição levam o praticante a se projetar em astral, porém a técnica de concentração no coração é mais objetiva, o que significa que se consegue resultados melhores e mais rapidamente. Recomendamos dar atenção especial a esta técnica.
- É sabido que praticar durante a madrugada, após já ter dormido algumas horas, é mais fácil de se conseguir o desdobramento astral, porque além do corpo físico estar mais descansado (o que refletirá em um sono mais leve) a atmosfera na madrugada é também mais tranqüila e silenciosa. Isso entretanto não significa que não se possa praticar durante o dia, caso você tenha tempo disponível e um local silencioso para isso.
- Escolha a técnica que mais lhe agrada (mantra ou concentração no coração) e pratique com regularidade. Evite ficar trocando de técnica constantemente, pois desta forma não se chega a lugar algum.
- Não conte suas experiências astrais para outras pessoas (nem mesmo sonhos), pois as experiências que temos nos são dadas em confiança como recompensa por nossos esforços no sentido de evoluir espiritualmente.

- Isso funciona da mesma forma como quando contamos um segredo a uma pessoa: se essa pessoa revela esse segredo aos outros provavelmente não voltaremos a lhe confiar mais nada, não é mesmo?

Pode estar seguro que ao fazer estas práticas, seguindo as recomendações dadas, terá os resultados desejados.

Muitas pessoas, usando as técnicas acima descritas, puderam e continuam a experimentar por si mesmas a realidade e os benefícios do desdobramento astral.

Tudo o que se necessita é boa vontade, prática e continuidade.

Na próxima e última lição sobre projeção astral, veremos como podemos ir a determinados lugares em astral, e aprenderemos a buscar a autêntica sabedoria em um lugar muito especial.

LIÇÃO 18

Vidas passadas e acontecimentos presentes

Nesta lição estudaremos duas leis mecânicas da natureza as quais todos estamos submetidos, e que são responsáveis por passarmos várias existências sucessivas repetindo os mesmos fatos, as mesmas ações, reencontrando as mesmas pessoas, etc.

Essas leis estão diretamente relacionadas com os fatos de nossas existências passadas e da presente. São as leis de Retorno e Recorrência.

Abaixo veremos um capítulo do livro "Tratado de Psicologia Revolucionária" que nos explica muito bem como funcionam estas duas leis e o que precisamos fazer para transcendê-las:

"Um homem é o que é sua vida; se um homem não modifica nada dentro de si mesmo, se não transforma radicalmente sua vida, se não trabalha sobre si mesmo, está perdendo seu tempo miseravelmente.

A morte é o regresso ao próprio começo de sua vida, com a possibilidade de repeti-la novamente. Muito se disse na literatura pseudo-esotérica e pseudo-ocultista sobre o tema das vidas sucessivas; melhor é que nos ocupemos das existências sucessivas.

A vida de cada um de nós, com todos os seus tempos, é sempre a mesma, repetindo-se de existência em existência, através dos inumeráveis séculos. Inquestionavelmente, continuamos na semente de nossos descendentes, isto é algo que já está demonstrado.

A vida de cada um de nós, em particular, é um filme vivo que ao morrer levamos para a eternidade. Cada um de nós leva seu filme e torna a trazê-lo para projetá-lo outra vez na tela de uma nova existência.

A repetição de dramas, comédias e tragédias é um axioma fundamental da Lei de Recorrência. Em cada nova existência se repetem sempre as mesmas circunstâncias. Os atores de tais cenas, sempre repetidas, são essa gente que vive em nosso interior, os "Eus".

Se desintegramos esses atores, esses eus que originam as sempre repetidas cenas de nossa vida, então a repetição de tais circunstâncias se faria algo mais que impossível.

Obviamente, sem atores não pode haver cenas; isto é algo irrefutável, irrefutável. Assim é como podemos libertar-nos das Leis de Retorno e Recorrência, assim podemos fazer-nos livres de verdade. Obviamente, cada um dos personagens (eus) que em nosso interior levamos repete, de existência em existência, seu mesmo papel. Se o desintegramos, se o ator morre, o papel termina.

Refletindo seriamente sobre a Lei de Recorrência, ou repetição das cenas em cada Retorno, descobrimos, por auto-observação íntima, os mecanismos secretos desta questão.

Se na existência passada, na idade de vinte e cinco anos, tivemos uma aventura amorosa, é indubitável que o eu de tal compromisso buscará a mulher de seus sonhos aos vinte e cinco anos da nova existência.

Se a dama em questão só tinha então quinze anos, o "eu" de tal aventura buscará seu amado na mesma idade na nova existência.

Resulta claro compreender que os dois "eus", tanto o dele como o dela, buscam-se telepaticamente e se reencontram novamente, para repetir a mesma aventura da existência passada.

Dois inimigos que lutaram até a morte na passada existência se encontrarão outra vez na nova existência, para repetir sua tragédia na idade correspondente. Se duas pessoas tiveram uma disputa por bens de raiz, na idade de quarenta anos na existência passada, na mesma idade se buscarão telepaticamente na nova existência, para repetir o mesmo.

Dentro de cada um de nós vivem muitas pessoas cheias de compromissos. Isso é irrefutável. Um ladrão leva em seu interior um covil de ladrões, com diversos compromissos delituosos.

O assassino leva dentro de si mesmo um clube de assassinos e o luxurioso porta, em sua psique, uma "casa de encontros".

O grave de tudo isso é que o intelecto ignora a existência de tais pessoas ou eus dentro de si mesmo e de tais compromissos que fatalmente vão se cumprindo.

Todos esses compromissos dos eus que moram dentro de nós acontecem sob a nossa razão.

São fatos que ignoramos; coisas que nos sucedem; acontecimentos que se processam no subconsciente e inconsciente.

Com justa razão nos foi dito que tudo nos acontece, como quando chove ou quando troveja.

Realmente temos a ilusão de fazer, mas nada fazemos, nos acontece. Isto é fatal, mecânico.

Nossa personalidade é tão só um instrumento de diferentes pessoas (eus), mediante a qual cada uma dessas pessoas (eus) cumpre seus compromissos.

Por baixo da nossa capacidade cognitiva sucedem muitas coisas e desgraçadamente ignoramos o que se passa por baixo de nossa pobre razão.

Creio-nos sábios, quando em verdade nem sequer sabemos que não sabemos. Somos míseros troncos arrastados pelas embravecidas ondas do mar da existência.

Sair desta desgraça, desta inconsciência, do estado tão lamentável em que nos encontramos, só é possível morrendo em nós mesmos...”

LIÇÃO 19

A escravidão psicológica

Vamos começar esta lição estudando o seguinte texto, retirado do livro "A Revolução da Dialética":

"A escravidão psicológica destrói a convivência.

Depender psicologicamente de alguém é escravidão. Se nossa maneira de pensar, sentir e obrar depende da maneira de pensar, sentir e obrar daquelas pessoas que convivem conosco, então estamos escravizados.

Constantemente, recebemos cartas de muita gente desejosa de dissolver o eu, porém queixam-se da mulher, dos filhos, do irmão, da família, do marido, do patrão, etc. Essas pessoas exigem condições para dissolver o eu.

Querem comodidades para aniquilar o Ego, reclamam magnífica conduta daqueles que com eles convivem.

O mais gracioso de tudo isto é que essas pobres pessoas buscam as mais variadas evasivas: querem fugir, abandonar o lar, o trabalho, etc. - dizem que - para se realizarem a fundo.

Pobre gente... seus adorados tormentos são seus amos. Naturalmente, essas pessoas não aprenderam a ser livres, sua conduta depende da conduta alheia.

Se quisermos seguir a senda da castidade e aspiramos a que primeiro a mulher seja casta, então estamos fracassados.

Se queremos deixar de ser bêbados, porém nos afligimos quando nos oferecem o copo, por causa daquilo que dirão ou porque a recusa possa incomodar nossos amigos, então jamais deixaremos de ser bêbados.

Se queremos deixar de ser coléricos, irascíveis, iracundos, furiosos, porém como primeira condição exigimos que aqueles que convivem conosco sejam amáveis e serenos e que nada façam que nos irrite, estamos bem fracassados, sim, porque eles não são santos e a qualquer momento acabarão com as nossas boas intenções.

Se queremos dissolver o eu, precisamos ser livres.

Quem depender da conduta alheia não poderá dissolver o eu.

Temos de ter nossa própria conduta e não depender de ninguém.

Nossos pensamentos, sentimentos e ações devem fluir independentemente de dentro para fora.

As piores dificuldades nos oferecem as melhores oportunidades.

No passado, existiram sábios rodeados de todo tipo de comodidade; sem dificuldades de espécie alguma.

Esses sábios querendo aniquilar o eu, tiveram de criar situações difíceis para si mesmos.

Nas situações difíceis, temos oportunidades formidáveis para estudar nossos impulsos internos e externos, nossos pensamentos, sentimentos, ações, nossas reações, volições, etc.

A convivência é um espelho de corpo inteiro onde nos podemos ver tal como somos e não como aparentemente somos.

A convivência é uma maravilha. Se estivermos bem atentos, poderemos descobrir a cada instante nossos defeitos mais secretos. Eles afloram, saltam fora, quando menos esperamos.

Conhecemos muitas pessoas que diziam: Eu não tenho mais ira... e à menor provocação trovejavam e faiscavam.

Outros dizem: Eu não sinto mais ciúmes - porém basta um sorriso do cônjuge a qualquer vizinho ou vizinha para os seus rostos se tornarem verdes de ciúmes.

As pessoas protestam contra as dificuldades que a convivência lhes oferece. Não querem se dar conta de que essas dificuldades, precisamente elas, estão lhe brindando todas as oportunidades necessárias para a dissolução do eu.

A convivência é uma escola formidável. O livro dessa escola tem muitos tomos, o livro dessa escola é o eu.

Necessitamos ser livres de verdade se é que realmente queremos dissolver o eu. Não é livre quem depende da conduta alheia.

Só aquele que se faz livre de verdade sabe o que é o amor. O escravo não sabe o que é o verdadeiro amor. Se somos escravos do pensar, do sentir e do fazer dos demais, nunca saberemos o que é o amor.

O amor nasce em nós quando acabamos com a escravidão psicológica.

Temos de compreender profundamente e em todos os terrenos da mente esse complicado mecanismo da escravidão psicológica.

Existem muitas formas de escravidão psicológica. É necessário estudar-se todas elas se é que realmente queremos dissolver o eu.

Existe escravidão psicológica não só no interno como também no externo. Existe a escravidão íntima, a secreta, a oculta, da qual não suspeitamos sequer remotamente.

O escravo pensa que ama quando na verdade só está temendo. O escravo não sabe o que é o verdadeiro amor.

A mulher que teme a seu marido pensa que o adora quando na verdade só o está temendo. O marido que teme a sua mulher pensa que a ama quando na realidade o que acontece é que a teme.

Pode ser que tema que se vá com outro, que seu caráter se torne azedo, que o recuse sexualmente, etc.

O trabalhador que teme ao patrão pensa que o ama, que o respeita, que vela por seus interesses, etc. Nenhum escravo psicológico sabe o que é amor; a escravidão psicológica é incompatível com o amor. Existem duas espécies de conduta: a primeira é a que vem de fora para dentro e a segunda é a que sai de dentro para fora.

A primeira é o resultado da escravidão psicológica e se origina por reação.

Nos pegam e pegamos, nos insultam e respondemos com grosserias.

O segundo tipo de conduta é melhor, é o tipo de conduta daquele que já não é escravo, daquele que nada mais tem que ver com o pensar, o sentir e o fazer dos demais.

Tal tipo de conduta é independente, é conduta reta e justa. Se nos pegam, respondemos abençoando. Se nos insultam, guardamos silêncio. Se querem nos embriagar, não bebemos ainda que nossos amigos se aborream, etc.

Agora, nossos leitores compreenderão porque a liberdade psicológica traz isso que se chama amor.”

Este texto nos fala sobre algumas dificuldades que nós mesmos colocamos em nosso caminho, e que são um sério obstáculo para a mudança interior:

1 - Ter um comportamento que depende da vontade dos outros e não de nossos próprios princípios. Ora, se queremos mudar temos que seguir nossos princípios, fazer o que achamos ser o correto. Porém é muito comum que algumas pessoas que vivem ao nosso redor e que não estão interessadas em mudar a si mesmas, incomodem-se quando nós deixamos de ser o que éramos, querem que não mudemos também, que continuemos a ser os mesmos de antes, que voltemos a fazer as mesmas coisas.

A nós, como sempre, nos resta escolher entre as duas conhecidas opções: Ser ou não Ser?

2 - Fugir das situações difíceis que ocorrem em nossa vida, e que são importantes para o autoconhecimento e a mudança interior.

Este provavelmente seja um dos maiores obstáculos para a mudança interior. Evidentemente ninguém gosta de passar por situações desagradáveis, no entanto são nestas situações em que descobrimos nossos maiores defeitos, os defeitos que precisamos eliminar com maior urgência para elevarmos nosso nível do Ser.

Se nos habituamos a fugir das situações difíceis seremos sempre escravos psicológicos, e não poderemos provocar em nós mesmos uma verdadeira mudança. Ante as situações desagradáveis teremos que escolher entre enfrentar a nós mesmos ou simplesmente fugir de nós mesmos. Mais uma vez existem apenas duas opções: Ser ou não Ser.

Por isso escreveu Nietzsche:

"O pior inimigo que você poderá encontrar será sempre você mesmo".

LIÇÃO 20

Evolução e involução

Nesta lição estudaremos as leis de evolução e involução, que são duas das várias leis mecânicas da natureza as quais estamos submetidos.

Podemos notar a ação desta lei nos seres humanos observando desde que nasce a criança, seu crescimento, desenvolvimento, velhice e morte.

Se observarmos em outros seres, veremos que ocorre a mesma coisa, por exemplo, com as plantas.

Após um ciclo evolutivo sempre sucede um ciclo involutivo. Essa é a lei.

Porém, como veremos nas linhas abaixo, podemos transcender essas leis mecânicas da natureza com o trabalho do despertar da consciência.

Antes porém, para uma melhor compreensão, aprenderemos alguns novos conceitos sobre as dimensões da natureza e sobre de onde viemos.

O Absoluto.

É de onde emana toda a criação, mundos, seres, leis da natureza que abrangem os 4 reinos : mineral, vegetal, animal e humano. Essas leis regulam os processos evolutivos e involutivos da criação nos planetas.

Toda a criação, mundos, galáxias, etc., provém do que chamamos Absoluto.

Não é fácil de se compreender algo tão vasto e além da mente humana, mas por hora é suficiente entender o Absoluto como o ponto de origem e retorno de toda a criação, algo que está além do bem e do mal e onde reina a legítima felicidade e harmonia divinas.

As dimensões.

Do Absoluto originam as várias dimensões ou regiões da natureza. Estas dimensões são mundos paralelos que se penetram e compenetraram sem se confundirem, cada qual com suas próprias leis.

As dimensões são em número de 7.

Os exemplos de dimensões mais próximos da nossa realidade (talvez seria melhor dizer "capacidade de percepção") são a terceira dimensão, na qual existe o nosso mundo físico, e a quinta dimensão na qual existe o mundo astral, que já tanto falamos neste curso.

O Real Ser.

As **Mônadas** saem do Absoluto para terem consciência das dimensões e de sua própria felicidade.

A isto chamamos de Auto Realização Íntima do Ser. Mônada é o mesmo que **Ser, Real Ser** ou **Pai**.

Cada um de nós tem seu próprio Real Ser ou Pai, que é o nosso Deus ou Mestre individual e é o que realmente somos.

“Mas tu, quando orares, entra no teu quarto e, fechando a porta, ora a teu Pai que está em secreto; e teu Pai, que vê em secreto, te recompensará.”

Jesus Cristo (Mateus – 6,6).

O Real Ser envia através das dimensões sua Essência ou alma para que ela faça o trabalho que lhe corresponde, o trabalho da Auto Realização Íntima do Ser.

Já vimos que nós somos a Essência, somos uma das partes divinas de nosso Real Ser.

Nossa Mãe Divina é outro desdobramento ou parte de nosso Real Ser.

Nosso Real Ser nos impulsiona para que cheguemos a obter o conhecimento necessário para a Auto Realização, para fazer o nosso trabalho, para buscar algo superior.

Por isso que há algo que não vemos e nem entendemos direito, mas simplesmente temos uma vontade quase irresistível de buscar algo superior. É o Real Ser de cada um que impulsiona sua Essência a trabalhar, a buscar esse conhecimento.

O problema é que nos esquecemos disso porque estamos com a consciência muito adormecida e fascinados pelas coisas passageiras e ilusórias deste mundo, e não fazemos a vontade de nosso Pai.

O resultado é que criamos e alimentamos o ego, e este por sua vez nos afasta do Pai cada vez mais.

O resultado é dor, ignorância, miséria e sofrimento. Ao contrário quando fazemos a vontade do Pai tudo caminha harmoniosamente.

O ciclo evolutivo.

Toda Essência que chega ao mundo físico começa sua evolução pelo reino mineral. Todo mineral, rocha, cristal, etc, é o corpo físico de um elemental.

Essência e elemental são basicamente sinônimos, mas utilizamos o termo Essência para a alma que está no reino humano e elemental para a alma que esta nos outros reinos (mineral, vegetal e animal).

Esse elemental é instruído por seres superiores cuja função é encaminhar esses elementais sabiamente através dos reinos no seu processo de evolução. Esses seres são chamados de Devas da natureza.

Quando chegam ao reino humano os elementais, que passaremos a chamar de Essência, novamente necessitam de instrutores para seguir evoluindo no caminho da Auto Realização.

Os instrutores são agora chamados de Avatares, autênticos Mestres de sabedoria que já fizeram ou estão bastante avançados no trabalho da Auto Realização, por isso são os únicos que nos podem instruir.

Através dos tempos podemos citar grandes avatares como Jesus Cristo, Krishna, Buda, Quetzalcoatl, Hermes Trismegisto, Pitágoras, entre outros.

Estes avatares vieram ao mundo físico para ensinar a doutrina da Auto Realização. Muitas pessoas aceitaram. Muito mais ainda nada quiseram fazer por si mesmos.

Quando um mestre parte a doutrina original é pouco a pouco adulterada pelos homens e o conhecimento se perde. Por isso em cada época foi (e é) necessário a vinda de um avatar para instruir a humanidade.

A todas as pessoas são concedidas 108 existências para que façam seu trabalho. Isto está simbolizado nas 108 contas do colar do Buda. Se nessas 108 existências não nos auto-realizamos, entramos no processo de involução. Então passamos a fazer o caminho inverso. Entramos pelo reino animal e vamos involuindo até o reino mineral.

O ciclo involutivo.

Este processo é necessário para que o ego que criamos e alimentamos seja dissolvido nas infra-dimensões da natureza. É um processo extremamente lento e doloroso.

A vida nas infra-dimensões da natureza é extremamente dolorosa e difícil.

Quanto mais forte está o ego da pessoa mais tempo levará para ser desintegrado.

As infra-dimensões estão relatadas de forma simbólica no livro "A Divina Comédia" de Dante Alighieri. É o que conhecemos por inferno, palavra que por sua vez vêm do latim infernus, que significa inferior.

Ao terminar a involução no reino mineral o ego é desintegrado. Esta é a segunda morte citada na Bíblia.

Os Devas examinam o elemental para que possam colocá-lo novamente no processo evolutivo que se iniciará, como já vimos, pelo reino mineral e chegará ao humano.

Com isso a Roda do Samsara completou uma volta, ou seja, ocorreu um ciclo evolutivo-involutivo.

Mais 108 existências terá a Essência para que faça seu trabalho de Auto Realização.

Porém a Roda do Samsara gira 3000 vezes para cada Essência. Após o último giro todas as portas estarão fechadas. O Real Ser então recolherá sua essência que retornará sem conseguir a Auto Realização, fracassado, para o Absoluto.

Concluimos então que temos $108 \times 3000 = 324000$ existências para fazer nosso trabalho.

O problema é que somos muito antigos, passamos muitas vezes pelos processos involutivos e evolutivos, e não sabemos quantas existências nos restam.

Felizmente podemos desintegrar o ego aqui e agora e escapar do processo involutivo.

É para isso que existe o trabalho do morrer psicológico, base para a Auto Realização Íntima do Ser, e que vimos em detalhes neste curso.

A escolha é de cada um.

Desintegramos o ego voluntariamente e seguimos em direção ao Pai e a sabedoria, ou então entramos no processo involutivo até a segunda morte.

Mais uma vez temos que escolher: Ser ou não Ser?

LIÇÃO 21

Os Três Fatores de Revolução da Consciência

Até a lição 19 temos aprendido que nosso objetivo principal era nos autoconhecer e, através da morte psicológica, elevar nosso nível do Ser e despertar a consciência, provocando assim uma grande mudança em nós mesmos.

Já na lição anterior, que foi sobre Evolução e involução, aprendemos coisas mais avançadas, como as dimensões da natureza, o nosso Real Ser e sobre o objetivo de vivermos neste mundo, ou seja, a **Auto Realização Íntima do Ser**.

Dizemos isso para esclarecer que tudo que aprendemos até agora sobre o morrer psicológico e elevar o nível do Ser vêm a ser justamente um dos Três Fatores de Revolução da Consciência, que é o tema desta lição.

O termo "revolução da consciência" significa uma mudança radical da consciência provocada por nós mesmos, através de um trabalho e esforço conscientes.

Os Três Fatores de Revolução da Consciência.

Para se fazer a Auto Realização Íntima do Ser é fundamental se trabalhar equilibradamente com os seguintes três fatores:

1 –O Morrer ou morte dos defeitos psicológicos.

É a chamada morte mística ou psicológica, que estudamos detalhadamente no decorrer do curso. Convém deixar claro que este fator Morrer não têm nenhuma relação com a morte física ou com o morrer do corpo físico. É algo exclusivamente psicológico e interior.

2- O Nascer.

Corresponde à sábia manipulação da incrivelmente poderosa energia sexual criadora, conhecida e estudada, de forma velada, entre os povos grego, egípcio, chinês, caldeu, indiano, tibetano, persa, etc. Alguns termos que se referem ao Nascer são Pedra Filosofal, Alquimia (transmutação do chumbo da personalidade no ouro do Espírito), Magia Sexual, Supra-sexo, etc.

Nos limitaremos a deixar para reflexão uma advertência do grande mestre Jesus Cristo:

"Em verdade, em verdade te digo: Quem não nascer da água e do Espírito não pode entrar no reino de Deus." João 3:5.

3 - Sacrifício pela humanidade.

A palavra sacrifício é a junção das palavras sacro (sagrado) e ofício. Logo significa um trabalho superior ou mesmo divino.

O terceiro fator de revolução da consciência é a entrega dos conhecimentos necessários para se fazer a revolução da consciência, ou seja, dos Três Fatores de Revolução da Consciência, a todas as pessoas que queiram conhecê-lo, sem distinção ou discriminação de qualquer espécie, sem exigir ou mesmo esperar nada em troca.

Disso temos vários exemplos em toda a história. Temos o exemplo de vários Mestres ou Avatares que entregaram esse conhecimento aos povos de suas épocas através de pregações, escritos, livros, escolas que fundaram, etc. sem jamais exigir algo em troca.

Cobrar por algo que é universal, que é um legado divino a todos os seres humanos, é um absurdo para o qual não existe justificativa.

Existem várias formas de se sacrificar pela humanidade:

- ensinando esse conhecimento às pessoas com as quais convivemos diariamente e que se interessem pelo assunto, porém nunca se esquecendo que devemos sempre respeitar o livre arbítrio de todos.
- recebendo e praticando esses ensinamentos, pois assim, naturalmente, servimos de exemplo para os demais.
- indicando às pessoas interessadas onde obter esse conhecimento, por exemplo através deste site (www.divinaciencia.com), distribuindo aos interessados o material que está disponível para download.

Também podemos concluir que o contrário de sacrificar-se pela humanidade é sacrificar a humanidade. Por isso nunca devemos:

- jamais, em hipótese alguma, cobrar ou mesmo esperar algo em troca pela entrega desse conhecimento.
- receber esse conhecimento e não praticá-lo. Isso inevitavelmente, ainda que tentemos disfarçar, em algum momento será descoberto na forma de más ações e exemplos e isso somente ajudará a desencorajar as pessoas a praticar esses ensinamentos.
- ocultar as fontes onde sabemos que as pessoas podem obter esse conhecimento.

- ingerir, oferecer ou comercializar bebidas alcoólicas e muito menos substâncias alucinógenas e entorpecentes. Já vimos os malefícios que isso causa.

LIÇÃO 22

As leis de Carma e Darma

Nesta lição aprenderemos sobre duas leis superiores, e é muito importante entender como essas leis funcionam para que possamos saber o que fazer para conduzir nossas vidas em harmonia com as forças superiores.

Qualquer ato seja este bom ou mal, tem a sua consequência. Se praticarmos o bem a consequência será boa para nós, se temos uma má conduta as consequências serão ruins.

Não existe efeito sem causa e nem causa sem efeito.

E para julgar nossas ações existem seres de consciência totalmente desperta, que são os responsáveis para levar a cabo este trabalho.

Estes seres constituem o Tribunal da Justiça Divina, cuja função é pesar nossas boas e más ações e aplicar de forma justa a sentença, a consequência de nossas ações.

O Tribunal da Justiça Divina.

Esse Tribunal é formado pelo regente Anúbis e seus 42 juízes.

Nas pirâmides do Egito foram encontradas várias ilustrações do Tribunal da Justiça Divina. Nestas ilustrações o regente Anúbis é representado por um homem com a cabeça de chacal e os 42 juízes são simbolizados por diversos animais. Anúbis, na tradição egípcia, é o juiz que pesa o coração dos mortos e aplica a pena correspondente.

A Lei Divina tem como base a justiça e a misericórdia. A justiça sem misericórdia é tirania. A misericórdia sem justiça é tolerância, complacência com o erro.

Se ao pesar nossas ações em uma balança, o prato das boas ações estiver mais pesado o resultado será um **Darma**, que é uma recompensa pelas boas obras que fazemos.

O Darma (do sânscrito Dharma) significa também realidade ou ainda virtude.

Se ocorrer o contrário, se o prato das más ações estiver mais pesado, o resultado será um **Carma** para nós, ou seja sofrimento, dor, adversidades, etc.

A palavra de origem sânscrita Karma significa ação. Podemos entendê-la como lei de ação e consequência.

Os tipos de Carma

Existem vários tipos de Carma:

Individual: quando é aplicado especificamente a uma pessoa. Por exemplo, no caso de uma doença. (é importante ressaltar que nem todo sofrimento ou acontecimento ruim é cármico, pois devido a nossa inconsciência podemos causar diretamente nosso próprio sofrimento. Ex: uma pessoa que atravessa uma rua sem a devida atenção e é atropelada).

Familiar: quando é aplicado de tal forma que afeta toda uma família. Por exemplo, no caso de se ter um membro da família que é viciado em drogas. Isto traz sofrimento para todos ao redor.

Regional: quando é aplicado em determinada região. Temos como exemplo as secas, enchentes ou outras adversidades climáticas que ocorrem em determinados lugares e regiões.

Nacional: é uma ampliação do carma regional. Temos o exemplo de países que são assolados pela guerra, ditaduras, misérias, desastres naturais, etc.

Mundial: quando é aplicado a toda humanidade. Temos o exemplo das guerras mundiais e, atualmente, vemos a imensa degradação e a progressiva escassez dos recursos naturais, iminência de guerra nuclear, grandes desastres naturais, ameaças de epidemias, etc.

Neste momento não poderíamos deixar de alertar que estão ocorrendo grandes transformações em nosso mundo.

Katância: é o carma mais rigoroso, que é aplicado aos Mestres, que apesar de suas inúmeras perfeições, podem cometer erros e ser penalizados.

Kamaduro: que é o carma aplicado a erros graves, assassinatos, emboscadas, torturas, etc. Esse tipo de karma não é negociável e quando é aplicado vai inevitavelmente até as suas consequências finais.

Karmasaya: esse carma também não é negociável e é aplicado quando a pessoa comete **adultério**. Nas escrituras sagradas está escrito que "todo pecado será perdoado, menos os pecados contra o Espírito Santo", e esse pecado é o adultério. Mas o que é considerado adultério perante a Justiça Divina?

Perante a Lei Divina quando **duas pessoas se unem sexualmente elas estão casadas nos mundos internos** (independente de serem casadas pelas leis físicas). Portanto se a pessoa tem mais de um/a parceiro sexual em um determinado espaço de tempo (menos de um ano), essa pessoa comete adultério e lança Carma sobre suas costas.

Mais ainda, quando duas pessoas se unem sexualmente, por estarem internamente casadas, seus Carmas se **somam e tornam-se comum as duas pessoas**. E se uma dessas duas pessoas tiver outra relação sexual com uma terceira pessoa, essa última terá o Carma das três pessoas.

Sabendo disso podemos então fazer uma idéia de como é grave a situação cármica de toda a humanidade.

Os negócios.

Como foi dito acima as bases da Lei Divina são a justiça e a misericórdia. Isso significa que, por mais duro que seja nosso carma, podemos pagá-lo com boas obras e então não necessitaremos sofrer.

“Quando uma lei inferior é transcendida por uma lei superior, a lei superior lava a lei inferior.”

“Faze boas obras para que pagues tuas dívidas. Ao leão da lei se combate com a balança.”

“Quem tem com que pagar, paga e sai bem em seus negócios; quem não tem com que pagar, pagará com dor.”

Se no prato da balança cósmica colocamos as boas obras e no outro as más, é evidente que o Carma dependerá de qual prato estará mais pesado.

Todos somos grandes devedores, seja devido aos nossos atos desta ou de passadas existências.

Por isso é urgente que mudemos nossa conduta diária. Ao invés de protestarmos por estarmos em dificuldades, devemos sim procurar ajudar aos demais.

Ao invés de protestarmos por estarmos doentes, devemos dar medicamentos aos que não podem comprá-los, levar ao médico os que não podem ir, etc.

Ao invés de reclamarmos das pessoas que nos caluniam, devemos aprender a ver o ponto de visto alheio e abandonar de uma vez a calúnia, as intrigas, as reclamações, etc.

Nosso carma pode ser perdoado se eliminarmos a causa de nossos erros, de nossa ira, de nossa inveja, de nosso orgulho, etc.

A causa de nossos erros e, por conseguinte, de nosso sofrimento é o ego, nossos defeitos psicológicos.

O mundo seria um paraíso se as pessoas eliminassem de si mesma essas abominações inumanas.

Não é possível ter uma conduta reta se somos manipulados pelos defeitos psicológicos.

Conforme vamos eliminando nossos próprios defeitos o carma referente a tal ou qual defeito vai sendo perdoado. Isto é a misericórdia.

Nunca devemos protestar contra nossa situação cármica, pois isso só vem a agravá-la.

O Carma é um remédio que nos aplicam para que vejamos nossos maiores defeitos e que normalmente são a causa de nosso sofrimento.

LIÇÃO 23

Projeção astral IV - buscando o conhecimento objetivo

No decorrer do curso aprendemos várias técnicas de projeção astral, porém até o momento nosso objetivo tem sido apenas conseguir sair ou estar em astral conscientes, e assim comprovar por nós mesmos que existem outras dimensões, que temos um corpo astral, etc.

São realmente muito importantes essas comprovações, porque assim não dependemos mais de simplesmente acreditar se algo é verdadeiro ou não. Comprovando nós sabemos por experiência direta que é real.

Nesta lição veremos que existe um objetivo muito mais definido e importante para a projeção astral, que é buscar no mundo astral a autêntica sabedoria, a qual nos possibilitará continuar nosso desenvolvimento em direção ao autoconhecimento e à evolução espiritual, nos revelando muitos mistérios acerca de nós mesmos, das diferentes dimensões da natureza e de toda a criação.

Essa sabedoria não tem limite, é infinita, e não pode ser encontrada em livros. Tudo o que os grandes Avatares ensinaram publicamente à humanidade foi justamente o que fazer para conseguir essa sabedoria.

Também o que temos aprendido neste curso são os passos fundamentais, os meios para iniciar um caminho sério de autoconhecimento e evolução espiritual.

Mas afinal, onde está a autêntica sabedoria? E quem nos pode ensiná-la?

No mundo astral (e somente no mundo astral) existem Templos de Sabedoria.

Nestes templos seres de consciência desperta, seres que trabalham com os Três Fatores de Revolução da Consciência, Iniciados de diversos graus, oficiam e conduzem seus próprios trabalhos de evolução espiritual, e isso inclui também auxiliar da melhor forma possível a humanidade, ou seja, instruir e ensinar as pessoas que estão em busca da verdadeira sabedoria e da evolução espiritual.

Se você chegou até esta lição provavelmente você também é uma destas pessoas.

E como chegar a um Templo de Sabedoria?

Aqui é onde entra e é fundamental tudo o que aprendemos no curso.

Se esses templos de sabedoria existem apenas no mundo astral, evidentemente que o primeiro passo é estar ou sair em astral conscientemente. Já sabemos que para isso utilizamos as técnicas de projeção astral.

Aqui não importa se saímos do corpo conscientes com as técnicas de mantras e concentração, ou se despertamos a consciência já estando no astral com a técnica do saltinho.

O que realmente importa é estar consciente no mundo astral.

Passada essa primeira etapa, agora temos que nos deslocar até um Templo de Sabedoria.

Mas como, se não sabemos sequer onde estamos ou que direção tomar?

O que fazemos então é pedir ao nosso Real Ser, ao nosso Pai que está em secreto, assim que nos dermos conta de que estamos conscientes em astral, para que Ele nos leve até um Templo de Sabedoria.

Faça simplesmente isso e Ele o levará.

Pelo que foi exposto até aqui, aparentemente basta saber sair em astral para ir a um Templo de Sabedoria.

Na verdade não.

É preciso também mostrar que realmente estamos muito interessados e determinados para isso.

Entenda que isso não é um jogo para curiosos. Estamos tratando de algo muito sério.

Por isso o aspirante terá que demonstrar com fatos que está determinado a receber os ensinamentos diretamente dos Mestres.

Isso requer trabalhar sério na eliminação dos defeitos psicológicos e persistência na projeção astral.

O que aprendemos neste curso, se levado à prática, é suficiente para conseguirmos chegar a um Templo de Sabedoria.

Apenas precisamos escolher o que queremos: Ser ou não Ser?

É comum, no início, que o aspirante peça ao seu Real Ser que o leve a um templo, e simplesmente nada aconteça. Pode ser que ocorra de ser levado a um outro local que, porém, não existe nenhum templo.

Pode ser que seja levado até a um templo e realmente chegue lá, mas não encontre a porta de entrada, ou pode ser que esta porta esteja fechada.

Todas essas experiências indicam que ainda não é a hora, que precisamos trabalhar mais para podermos ter o mérito de entrar em um Templo de Sabedoria.

Contudo, estas experiências já indicam um bom progresso neste trabalho.

Bom trabalho e boas experiências.

Considerações Finais

Olá caro amigo ou amiga.

Infelizmente são poucas as pessoas que se interessam pelos temas tratados neste curso.

O motivo disso é na verdade bem simples: a grande maioria das pessoas só quer mudar se for de uma forma cômoda, que não lhes custe nenhum trabalho, e certamente não é essa a proposta desse curso, até porque não é possível conseguir uma mudança de verdade, radical, se não for com muita disciplina e trabalho interior.

As pessoas em geral sempre irão optar por percorrer o caminho mais fácil, o qual não conduz a lugar nenhum. Infelizmente o resultado disso é viver uma existência ilusória e sem sentido.

Raras são as pessoas que se atreverão a ir pelo caminho mais difícil, a nadar contra a correnteza para atingir o objetivo da mudança interior, do despertar da consciência e da Auto-realização Íntima do Ser, que são as inestimáveis recompensas de todo este trabalho.

"Entrai pela porta estreita, porque larga é a porta e espaçoso o caminho que conduz a perdição, e muitos são os que entram por ela; e porque estreita é a porta e apertado o caminho que leva a vida, e poucos há que a encontrem."

Jesus Cristo (Mateus – 7,13)

Por isso gostaríamos de dar a você os nossos parabéns por ter chegado ao final deste curso de autoconhecimento. Só por esse motivo você pode se considerar uma pessoa diferente das demais.

"Mas e agora? É só isso? Como dar continuidade a estes estudos?"

Essas são perguntas comuns que recebemos de algumas pessoas que terminaram todas as lições do curso.

Terminado o curso, o primeiro objetivo de toda pessoa que queira realmente avançar mais nestes estudos deve ser praticar intensamente o que foi aprendido nas lições do curso, muito especialmente a morte psicológica e a projeção astral. Deve-se tornar um "especialista" nestas práticas.

O segundo objetivo deve ser ir em astral a um Templo de Sabedoria, conforme ensinado na lição anterior, para receber, assim como outras pessoas, os ensinamentos mais avançados diretamente dos verdadeiros Mestres que lá oficiam.

Só com o que foi aprendido neste curso é perfeitamente possível conseguir isso.

Não há necessidade de mais teorias ou cursos. Agora é hora de aprender de verdade, algo que só a prática pode proporcionar.

É preciso ter paciência e perseverança, pois não é muito fácil nadar contra a correnteza (especialmente quando se está começando a aprender a nadar).

Mas se você chegou até aqui não há dúvidas de que pode ir mais longe. Apenas nunca deixe de nadar.

Mas não se esqueça de que o principal sempre será a prática do que foi aprendido no curso.

Muito cuidado para não se acomodar em apenas acumular teorias lendo textos e livros.

Infelizmente esse é o erro de muitas pessoas que, por deixarem a prática de lado, acabam sendo levadas pela correnteza.

Bem, agora é com você. Mas tenha certeza de que nunca estará só neste caminho.

Nunca se esqueça de sua Mãe Divina e de seu Pai que está em secreto. Sempre peça sua ajuda quando precisar.

Além disso, muitos "olhos celestes" estão zelando e até mesmo torcendo por você. Não os decepcione.

Muita força e iluminação em seu caminho, e que todos possamos nos encontrar em breve.

Um fraternal abraço.

Equipe Divina Ciência.

Bibliografia

A base do presente curso é o **conhecimento gnóstico** ou **Gnosis** (palavra de origem grega que basicamente significa conhecimento superior), que é algo tão antigo quanto a humanidade e que sempre existiu nas diversas épocas e culturas ao longo da história.

Pode-se encontrar a Gnosis expressa, por exemplo, na filosofia e na arte das civilizações grega, egípcia, cristã primitiva (primeiros séculos da era cristã), babilônica, chinesa, maia, asteca, entre outras.

Em nossa época contemporânea esse conhecimento foi desvelado por Samael Aun Weor, que escreveu dezenas de livros sobre o tema. O curso é baseado nas principais obras de Samael Aun Weor e outras obras gnósticas, as quais estão abaixo relacionadas:

V.M Samael Aun Weor

Samael Aun Weor nasceu na Colômbia, em 3 de Março de 1917. Suas grandes inquietudes espirituais o levaram a profundas investigações no campo da Psicologia, Antropologia, Ciência, Esoterismo prático e Cristianismo primitivo.

Além de sua vida exemplar, sua doutrina ficou impressa em mais de 100 obras traduzidas em diferentes idiomas; ensinamento que por sua vez sintetiza-se em cinco grandes obras, por ele recomendadas, para todo aquele que realmente queira aprofundar em seu mundo interior através da comprovação direta, sendo requisito indispensável para ele "**Ir mais além da simples interpretação literal, de caráter intelectual**".

Livros de referência para o curso:

- O Mistério do Áureo Florescer (1971)
- As Três Montanhas (1973)
- Sim há inferno, sim há diabo, sim há carma (1974)
- A Grande Rebelião (1975)
- Tratado de Psicologia Revolucionária (1976)
- A Revolução da Dialética (1977)

V.M Rabolú

Nascido na Colômbia em 11 de Outubro de 1926 conheceu a Gnosis através de Samael Aun Weor. Deu continuidade à obra de Samael Aun Weor na difusão do ensinamento gnóstico por toda a América Latina, além do Canadá, parte da Europa e Estados Unidos.

Livros de referência para o curso:

- Orientando o discípulo (1982)
- Ciência Gnóstica (1991)
- Síntese das Três Montanhas (1993)
- A Águia Rebelde(1994)