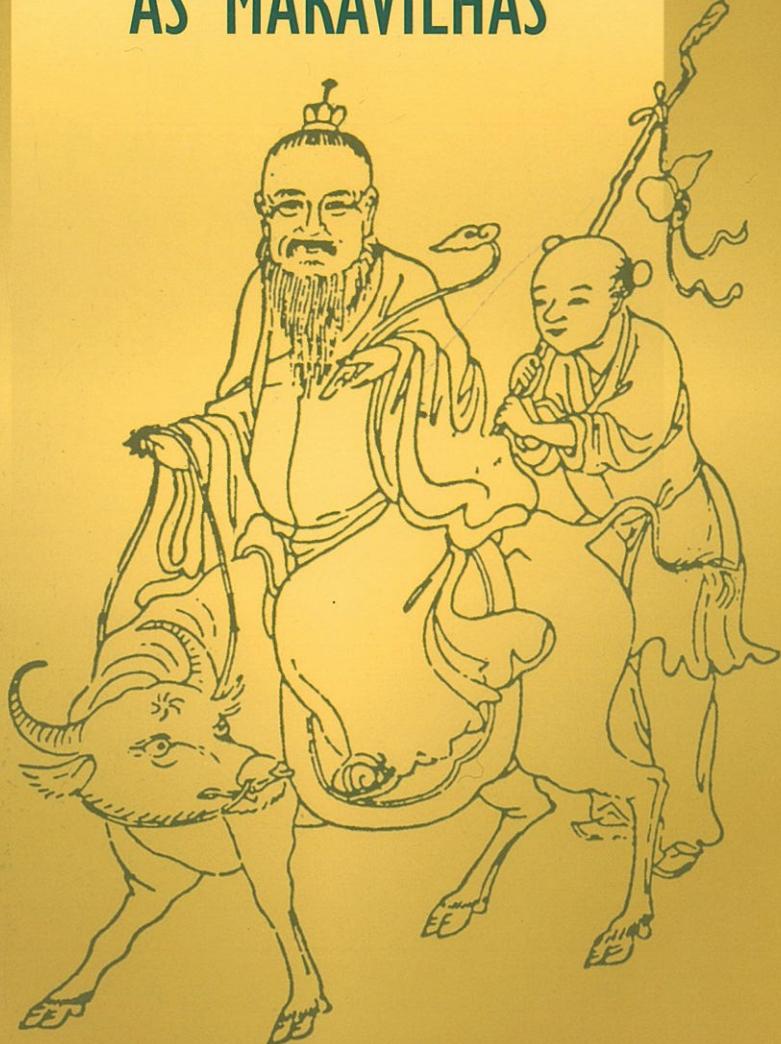


MANTAK CHIA • TAO HUANG

# POR TA PARA TODAS AS MARAVILHAS



Cultrix

Uma Aplicação do  
**TAO TE KING**

*Leia também:*

## **CHI NEI TSANG**

**Massagem dos Órgãos Internos  
com a Energia Chi**

*Mantak Chia*

### **UMA NOVA ABORDAGEM À CURA**

Em *Chi Nei Tsang: Massagem dos Órgãos Internos com a Energia Chi*, o Mestre Mantak Chia continua trazendo para o mundo ocidental o Sistema do Tao da Cura, uma sabedoria antiga que venceu o teste do tempo. *Chi Nei Tsang* propõe toda uma nova compreensão e abordagem à cura, com explicações detalhadas sobre técnicas de auto-aplicação e de cuidados para se evitar a absorção de energias negativas de outras pessoas.

### **TÉCNICAS DE IMPOSIÇÃO DAS MÃOS PARA DESINTOXICAR E REJUVENESCR OS ÓRGÃOS VITAIS**

*Chi Nei Tsang* está cheio de idéias novas e de técnicas de cura antigas, reunidas ao longo de milhares de anos de experiência. A arte do Chi Nei Tsang se desenvolveu num tempo em que havia poucos médicos e as pessoas precisavam saber curar a si mesmas, situação que ainda hoje continua igual para grande parte da população do planeta. *Chi Nei Tsang* ensina as pessoas a assumir total responsabilidade pela própria cura e bem-estar.

### **AS PRIMEIRAS TÉCNICAS CONHECIDAS QUE PODEM SER APLICADAS AO CENTRO DO UMBIGO**

Emoções negativas, stress, tensões e doenças se acumulam e congestionam o Centro do Umbigo, provocando a estagnação de todas as funções vitais. A aplicação das técnicas de Chi Nei Tsang na área em torno do umbigo é o método de cura mais rápido e de resultados mais permanentes por se concentrarem no centro do abdômen, onde a Energia Universal, a Energia Cósmica e a Energia da Terra se combinam e são armazenadas.

Mantak Chia  
Tao Huang

# POR TA PARA TODAS AS MARAVILHAS

Uma Aplicação do Tao Te King

*Tradução*  
HENRIQUE A. R. MONTEIRO

*Revisão técnica*  
ELY A. DE BRITTO



EDITORIA CULTRIX  
São Paulo

Título original: *Door to All Wonders*.

Copyright © 2001 North Star Trust.

Publicado pela primeira vez por Universal Tao Publications.

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida ou usada de qualquer forma ou por qualquer meio, eletrônico ou mecânico, inclusive fotocópias, gravações ou sistema de armazenamento em banco de dados, sem permissão por escrito, exceto nos casos de trechos curtos citados em resenhas críticas ou artigos de revistas.

Ilustrações de Udon Jandee.

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Mantak Chia, 1944-

Porta para todas as maravilhas : uma aplicação  
do Tao Te King / Mantak Chia, Tao Huang ;  
tradução Henrique A. R. Monteiro ; revisão técnica  
Ely A. de Britto ; ilustrações de Udon  
Jandee. — São Paulo : Cultrix, 2004.

Título original: *Door to all wonders*.  
ISBN 85-316-0830-9

1. Espiritualidade 2. I Ching 3. Tao 4. Taoísmo  
I. Tao Huang. II. Título.

04-6025

CDD-299.514

Índices para catálogo sistemático:

1. Tao Te King 2. Aplicação : Taoísmo :  
religião 299.514

O primeiro número à esquerda indica a edição, ou reedição, desta obra. A primeira dezena à direita indica o ano em que esta edição, ou reedição, foi publicada.

Edição	Ano
1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11	04-05-06-07-08-09-10-11-12

Direitos de tradução para a língua portuguesa  
adquiridos com exclusividade pela  
EDITORAS PENSAMENTO-CULTRIX LTDA.

Rua Dr. Mário Vicente, 368 — 04270-000 — São Paulo, SP

Fone: 6166-9000 — Fax: 6166-9008

E-mail: pensamento@cultrix.com.br

<http://www.pensamento-cultrix.com.br>

que se reserva a propriedade literária desta tradução.

---

*Impresso em nossas oficinas gráficas.*

# Sumário

## Sobre os Autores

Mantak Chia .....	11
Tao Huang .....	15
Agradecimentos .....	16
Prefácio .....	17
Advertência .....	24

## Introdução: A Questão Taoísta .....

Uma Colaboração Taoísta .....	25
Base de Referência da Enigmática Cultura Chinesa .....	27
Fontes de Consulta Biográficas e Culturais .....	27
Orientação Cultural .....	27
Profecia no Cemitério da Família — Destinado a Ser um Agente de Cura ou Xamã .....	28
Encarnações Anteriores .....	28
A Prática do Chi Kung — A Cura de Problemas Físicos .....	28
O Despertar do Coração Selado por meio de Lao Tzu .....	29
26ª Linhagem da Escola do Portão do Dragão .....	31
Linhagem, Longevidade e Imortalidade do Mestre Chia .....	32
Educação e Sabedoria Corporal .....	34
A Questão Taoísta: O Testamento Espiritual .....	37
A História .....	37
Inventando a História .....	37
O Testamento Espiritual .....	39
Antecedentes do Desenvolvimento da Vontade de Viver .....	40
A Vida do Mestre Chia, Diferente mas Paralela .....	41
A Busca do Código Secreto .....	42
História do Bebê Recém-nascido e do Velho Recém-falecido .....	44
Resumo do <i>I Ching</i> e do Código Genético .....	46
Propósito .....	46
Ponto de Vista .....	47
Linhas, Diagramas, Trigramas e Hexagramas do <i>I Ching</i> .....	48
Processo Divinatório do <i>I Ching</i> .....	49
Observações, Conceitos Básicos e Vocabulário do DNA .....	51
Comentários Finais .....	55
Práticas Taoísticas Inspiradas na Energia Pura do Te .....	56
Fontes de Consulta .....	58

**Capítulo I**

<b>Som Emitido Sem Nenhum Som: Tao .....</b>	59
Definindo o Tao .....	59
O Tao Comunicável .....	60
A Voz Interior .....	61
O Tao Incomunicável .....	62
A Conexão Intermediária .....	63
A Utilidade do Intermediário .....	63
A Natureza do Tao .....	64
Tao: Além dos Sentidos .....	65
Conhecendo a Origem do Tao: Assim .....	65
Harmonia Vazia — A Ação do Tao .....	67
O Retorno .....	68
O Fole — A Função do Tao .....	70
A Meditação do Fole .....	71
Fêmea Mística — A Origem do Tao .....	74
Água — Símbolo do Tao .....	75
Lao Tzu e o Tao .....	76
Sobre o Tao .....	76
Disciplina .....	77
Ensinando e Aprendendo .....	78
Advertência .....	78
Conselho .....	79

**Capítulo II**

<b>Percepção Sensorial .....</b>	80
Como Percebemos .....	80
A Sensibilidade Espiritual .....	81
O Desenvolvimento dos Cinco Sentidos .....	83
A Percepção Contemplativa .....	89
Os Receptores Sensoriais .....	91
Órgãos dos Sentidos Vulneráveis .....	92
Os Textos de Mawangdui .....	92
Os Cinco Elementos — Representação dos Estímulos .....	94
Pressão sobre os Cinco Sentidos .....	95
Pare de Maltratar os Seus Órgãos Sensoriais .....	96
Afaste-se do Estímulo Motivacional .....	96
Ser Produtivo: A Arma do Ego .....	97
A Doença da Nossa Persuasão .....	98
A Idéia de Propriedade .....	98
Contente-se com o Bastante .....	100
Além da Persuasão do Ego .....	101

**Capítulo III**

Trilhando o Caminho: O Aperfeiçoamento Espiritual .....	104
Somatologia Psicoespiritual Chinesa .....	106
Quadro Histórico .....	106
Três Campos Místicos .....	108
Duas Aberturas .....	110
Mapa Reacional .....	111
Duas Órbitas .....	115
O Coração dos Problemas .....	117
Corpo Carnal — A Raiz dos Problemas .....	117
Fórmula para os Seis Sons de Cura .....	119
Coração Ansioso — O Responsável pelos Problemas .....	128
A Brincadeira dos Cinco Animais (Wu Chin Xi) .....	129
Vitalizando o Corpo .....	132
Humor Emocional — A Provocação de Problemas .....	133
Fórmula das Cinco Cores Emocionais .....	134

**Capítulo IV**

Abraçando a Unidade .....	138
A Unificação Perceptiva da Unidade .....	140
O Enfoque Taoísta .....	141
A Manipulação Científica .....	143
Barriga — O Banco Energético da Unidade .....	145
Fungos — O Alimento da Unidade .....	145
Visão da Unidade .....	146
Unificação Psicoespiritual .....	147
Unidade Biofísica — O Eu Androgino .....	148
Unidade Psicoespiritual — O Eu-como-Deus .....	149
A Fêmea Mística .....	150
A Natureza e o Aperfeiçoamento da Unidade Psicoespiritual ....	152
Três Unidades .....	154
O Poder de Manter a Unidade .....	155
Unidade — O Filho do Tao .....	156
O Resultado do Aperfeiçoamento .....	158

**Capítulo V**

O Mundo do Sábio .....	160
O que é um Sábio? .....	160
A Condição Física do Sábio .....	162
Sobre a Água .....	163
A Condição Mental do Sábio .....	167

Wu Wei .....	167
Su Zheng .....	168
Shan .....	170
Xian .....	171
Acalmando a Mente .....	173
Perseguindo o Tao .....	173
Adotando a Simplicidade .....	174
Riqueza e Frugalidade .....	175
Mentalidade Não Dualista .....	176
Característica da Vida do Sábio .....	178
Capacidade de Rejuvenescimento Natural .....	178
Extravasamento do Eu .....	178
Sabedoria de um Menino Velho .....	179

**Capítulo VI**

Enaltecedo o Te .....	182
O que é Ação Bondosa? .....	183
O Uso da Linguagem .....	183
Enaltecedo o Te .....	187
Acumulação de Te .....	188
A Natureza da Ação Bondosa.....	188
A Capacidade de Ações Bondosas .....	189
HUMILHAÇÃO .....	190
ACUMULAÇÃO DE AÇÕES BONDOSAS .....	191
Ji Te .....	193
O Equilíbrio das Ações Bondosas .....	194
Aperfeiçoamento em Ações Bondosas .....	196
A Natureza do Aperfeiçoamento .....	196
Compreendendo o Te Místico .....	198
Ação Bondosa — A Única Medida .....	199

**Capítulo VII**

Entre o Palácio e o Templo .....	202
Amando o Povo .....	207
O que é o “Povo”? .....	207
Como Amar o Povo .....	208
Como Cuidar do Povo .....	209
A Fórmula Contra o Medo .....	209
O Sucesso Material .....	210
Governando o País .....	210
A Natureza de um País .....	210

Maneiras de Governar um País .....	212
A Existência Mútua dos Países .....	213
Militares .....	214
A Natureza da Guerra .....	214
Militares — Um Exército Forte.....	217
Mentalidade de Ganhar .....	218
Estratégias Militares .....	218
Realeza .....	219
Viúva ou Órfão? .....	219
A Sustentação do Tao .....	219
 <b>Capítulo VIII</b>	
Longevidade e Imortalidade .....	221
Batendo no Portão da Longevidade .....	222
Considerações .....	222
Destilando as Nuvens Mentais .....	223
Invocando o Espírito do Vale .....	224
Imaginando a Imortalidade .....	225
Percorrendo a Realidade Viva .....	226
A Natureza da Mudança.....	226
Inundando-se com a Presença .....	227
Invertendo o Processo da Entropia .....	228
Ligando-se à Fonte da Longevidade .....	230
Da Longevidade à Imortalidade .....	232
Passando pela Morte .....	232
Abrindo Caminho à Longevidade .....	233
Um Feixe de <i>Laser</i> na Imortalidade .....	234
A Sua Escolha é Importante .....	235
 <b>Capítulo IX</b>	
Fidelidade .....	236
Contrato Preliminar de Fidelidade: A Fala .....	239
A Natureza da Fala .....	239
O Caráter da Fala .....	241
O Predicado da Fala .....	242
Ação Silenciosa .....	244
Confiabilidade .....	245
Estabelecendo um Ambiente de Confiança .....	245
O Mecanismo da Confiança .....	246
Estilo de Confiabilidade .....	246
Fidelidade .....	247

O Deus do Nosso Espírito .....	247
O Valor da Fidelidade .....	248
Além da Transformação da Vida .....	249
<b>Apêndice I</b>	
O <i>Tao Te King</i> de Lao Tzu .....	252
<b>Apêndice II</b>	
O Sistema Binário e o <i>I Ching</i> .....	283

## Sobre os Autores



### *Mantak Chia*

#### **Mestre Mantak Chia**

O mestre Mantak Chia é o criador do Universal Tao System e é o diretor do Universal Tao Center e do Tao Garden Health Resort and Training Center, na bela região norte da Tailândia. Desde a infância ele estuda o estilo de vida taoísta. A sua formação nesse antigo conhecimento, aprimorada pelo estudo de outras disciplinas, resultou no desenvolvimento do Universal Tao System, que atualmente é ensinado em todo o mundo.

Filho de pais chineses, Mantak Chia nasceu na Tailândia em 1944. Quando tinha seis anos de idade, monges budistas o ensinaram a sentar-se e “aquietar a mente”. Ainda na escola primária, ele aprendeu o tradicional boxe tailandês. Na época aprendeu também o Tai Chi Chuan com o mestre Lu, que logo o introduziu nos ensinamentos do Aikidô, da Yoga, e em níveis mais gerais do Tai Chi.

Anos depois, quando ele era um estudante em Hong Kong, destacando-se em competições de atletismo, um colega de classe veterano, chamado Cheng Sue-Sue, apresentou-o ao seu primeiro professor esotérico e mestre taoísta, o mestre Yi Eng (I Yun). A essa altura, o mestre Chia iniciou os seus estudos do estilo de vida taoísta com afinco. Ele aprendeu como fazer circular a energia pela Órbita Microcósmica e, por meio da prática da Fusão dos Cinco Elementos, como abrir os outros Seis Canais Especiais. Mais adiante, enquanto estudava Alquimia Interior, ele aprendeu a Iluminação de Kan e Li, o Selamento dos Cinco Sentidos, o Encontro de Céu e Terra e a Reunião de Céu e Homem. Foi o mestre Yi Eng quem autorizou o mestre Chia a ministrar cursos e a praticar a cura.

Com pouco mais de 20 anos de idade, Mantak Chia estudou com o mestre Meugi, em Cingapura, que lhe ensinou sobre a Kundalini, sobre a Yoga taoísta e sobre a Palma de Buda. Logo ele era capaz de eliminar bloqueios ao fluxo de energia dentro do próprio corpo. Ele aprendeu a fazer a energia da força vital passar através das mãos, de modo que pôde curar os pacientes do mestre Meugi. Então ele aprendeu o Chi Nei Tsang com o dr. Mui Yimwattana, na Tailândia.

Pouco tempo depois, ele estudou com o mestre Cheng Yao-Lun, que lhe ensinou o Método Shao-Lin da Força Interior. Ele aprendeu o segredo muito pouco difundido dos exercícios para os órgãos, as glândulas e a medula óssea, conhecidos como Nei Kung da Medula Óssea, e os exercícios conhecidos como Fortalecimento e Restauração dos Tendões. O sistema do mestre Cheg Yao-Lun combinava o boxe tailandês e o Kung Fu. O mestre Chia também estudou nessa época com o mestre Pan Yu, cujo sistema combinava os ensinamentos taoístas, budistas e zen. O mestre Pan Yu também ensinou-lhe sobre a troca de poderes de yin e yang entre homens e mulheres, e como desenvolver o Corpo de Aço.

Para entender melhor os mecanismos por trás da energia de cura, o mestre Chia estudou durante dois anos a anatomia e a ciência médica ocidentais. Durante os seus estudos, ele administrou a empresa Gestetner Company, fabricante de suprimentos de escritório, período em que familiarizou-se com a tecnologia de impressão *offset* e com as máquinas copiadoras.

Usando os seus conhecimentos do taoísmo juntamente com os de outras disciplinas, o mestre Chia começou a ensinar o Universal Tao System.

Ele acabou por treinar outros instrutores para transmitir os seus conhecimentos e fundou o Natural Healing Center, na Tailândia. Cinco anos mais tarde, ele decidiu mudar-se para Nova York, onde, em 1979, inaugurou o Universal Tao Center. Durante os anos que passou nos Estados Unidos, o mestre Chia continuou os seus estudos sobre o sistema Wu do Tai Chi, com Edward Yee, em Nova York.

Desde essa época, o mestre Chia tem ensinado dezenas de milhares de estudantes em todo o mundo. Ele formou e certificou acima de 1.200 instrutores e profissionais de todas as partes do mundo. Foram criados centros de Tao Universal e institutos de Chi Nei Tsang em muitas cidades da América do Norte, da Europa, da Ásia e da Austrália.

Em 1994, o mestre Chia retornou à Tailândia, onde começara a construção do Tao Garden, o Universal Tao Training Center, em Chiang Mai.

O mestre Chia é uma pessoa cordial, amistosa e prestativa, que se considera basicamente um professor. Ele apresenta o Universal Tao System de maneira direta e prática, ao mesmo tempo que procura ampliar os seus conhecimentos e métodos didáticos. Ele usa um computador pessoal portátil para escrever e está plenamente familiarizado com a mais avançada tecnologia de computadores.

O mestre Chia calcula que seriam necessários 35 livros para transmitir completamente o Universal Tao System. Em junho de 1990, num jantar em San Francisco, na Califórnia, o mestre Chia foi homenageado pelo International Congress of Chinese Medicine and Qi Gong (Chi Kung), que o intitulou o “Mestre de Qi Gong do Ano”. Ele foi a primeira pessoa a receber essa honraria anual.

Em dezembro de 2000, o Tao Garden Health Resort and Universal Tao Training Center foi concluído, com dois Salões de Meditação, dois pavilhões ao ar livre de Chi Kung Simples, Tai Chi em ambiente fechado, Tao Tao Yin e um salão de Chi Nei Tsang, uma piscina natural para a prática do Tai Chi, um Pakua Communications Center, com uma completa biblioteca taoísta, um salão de condicionamento chamado de Internal World Class Weight Lifting Hall e oito quadras esportivas completas.

Em fevereiro de 2002, as técnicas de Immortal Tao serão realizadas no Tao Garden, usando pela primeira vez a tecnologia de Dark Room para criar um ambiente pleno para as técnicas taoísticas do nível mais superior.

Até o momento, o mestre Chia escreveu e publicou os seguintes livros sobre o Tao Universal:

*Awaken Healing Energy of the Tao*, 1983;

*Taoist Secrets of Love: Cultivating Male Sexual Energy*, em co-autoria com Michael Winn, 1984;

*Taoist Ways to Transform Stress into Vitality*, 1985;

*Chi Self-Massage: the Tao of Rejuvenation*, 1986;  
*Iron Shirt Chi Kung I*, 1986;  
*Healing Love Through the Tao: Cultivating Female Sexual Energy*, 1986;  
*Bone Marrow Nei Kung*, 1989;  
*Fusion of the Five Elements I*, 1990;  
*Chi Nei Tsang: Internal Organ Chi Massage*, 1990;  
*Awaken Healing Light of the Tao*, 1993;  
*The Inner Structure of Tai Chi*, em co-autoria com Juan Li, 1996;  
*Multi-Orgasmic Man*, em co-autoria com Douglas Abrams, 1996, publicado por Harper/Collins;  
*Tao Yin*, 1999;  
*Chi Nei Tsang II*, 2000;  
*Multi-Orgasmic Couple*, em co-autoria com Douglas Abrams, 2000, publicado por Harper/Collins;  
*Cosmic Healing I*, 2001;  
*Cosmic Healing II*, em co-autoria com Dirk Oellibrandt, 2001.

Além do português, muitos dos livros acima estão traduzidos para os seguintes idiomas: búlgaro, tcheco, dinamarquês, holandês, inglês, francês, alemão, grego, hebraico, húngaro, indonésio, italiano, japonês, coreano, lituano, malásio, polonês, russo, servo-croata, esloveno, espanhol, turco.

# Tao Huang



Tao Huang nasceu e cresceu na província de Dingxi, no noroeste da China. Tao Huang estava destinado a ser um agente de cura ou xamã de acordo com a profecia revelada no cemitério da sua família. Em encarnações anteriores, ele fora duas vezes budista e passara duas vidas como praticante espiritual indiano nativo. Ele começou a praticar o Chi Kung durante a adolescência, logo depois da Revolução Cultural, e sanou os próprios problemas físicos.

Em viagem aos Estados Unidos, aos 24 anos de idade, num programa de intercâmbio, ele descobriu o taoísmo entre outras disciplinas espirituais, como o cristianismo e o budismo. Retornando à China um ano depois, ele procurou um templo para começar as suas atividades taoistas. Mas, em vez disso, no solstício de inverno de 1988, teve o seu despertar do coração selado por meio de Lao Tzu para viver e pregar o taoísmo no Ocidente. Mais tarde, foi ordenado na 26<sup>a</sup> linhagem da Escola do Portão do Dragão e recebeu os ensinamentos do talismã, da Corte Amarela, da alquimia interior e da prática ocultista.

Tao Huang chegou aos Estados Unidos como imigrante em 1990, para apresentar os ensinamentos do laoísmo e as práticas do taoísmo, tendo adotado o nome espiritual de "Valley Spirit" (Espírito do Vale). Ele é o autor de *Laoism, the Complete Teachings of Lao Zi*. A sua biografia foi publicada recentemente (no ano 2000) em *Ways of Spirit*. Ele é atualmente um profissional de taoísmo com um centro de atividade próprio em Lakewood, Ohio, denominado Tao Healing Arts. Atualmente, está trabalhando na obra *Taoist Trilogy, Jing, Qi and Shen*, e nos ensinamentos dos oito meridianos espirituais.

Para entrar em contato com ele, envie o seu e-mail para:

TAOHEALING@aol.com

Ou telefone para: 001 216 521-9779

Correspondência para: Tao's Healing Art

14419 Detroit Ave.

Lakewood, Ohio 44107

USA

# Agradecimentos

A equipe da Universal Tao Publications envolvida na preparação e produção de *Porta para Todas as Maravilhas — Uma Aplicação do Tao Te King* estende a sua gratidão às diversas gerações de mestres taoístas que passaram adiante a sua linhagem especial, na forma de uma transmissão oral contínua, ao longo de milhares de anos. Agradecemos ao mestre taoísta I Yun (Yi Eng), por sua boa vontade em divulgar as fórmulas da Alquimia Interior Taoísta.

Nossos agradecimentos a Juan Li, pelo uso dos seus desenhos bonitos e visionários, ilustrando as práticas esotéricas taoísticas.

Ofertamos a nossa eterna gratidão aos nossos pais e professores, pelos inúmeros talentos que nos legaram. Lembrá-los nos traz alegria e satisfação sobre os nossos esforços continuados na apresentação do Universal Tao System. Por seus talentos, ofertamos a nossa eterna gratidão e amor. Como sempre, a contribuição deles foi decisiva na apresentação dos conceitos e técnicas do Tao Universal.

Desejamos agradecer aos milhares de homens e mulheres desconhecidos dos serviços de cura chineses que desenvolveram muitos dos métodos e idéias apresentados neste livro.

Desejamos agradecer a Dennis Huntington pelo seu trabalho editorial e pelas suas contribuições ao texto, assim como pelas suas idéias para a capa. Apreciamos a sua pesquisa e o seu trabalho superior. Desejamos agradecer a Colin Campbell, pelas suas contribuições editoriais para a edição revisada deste livro, assim como agradecemos aos nossos instrutores veteranos, Rene J. Narvarro e Annette Derksen, pelas suas contribuições inteligentes à versão revisada. Agradecemos a Joost Kuiterbrouwer pela sua sugestão para a escolha do título deste livro e pelas suas diversas idéias. Agradecemos especialmente a Marion Knabe pelas suas várias edições ao longo de três anos, antes que o manuscrito chegasse às mãos de Dennis.

Um agradecimento especial à nossa equipe de produção tailandesa, pela ilustração de capa [da edição em inglês] e pelo projeto gráfico do livro: Raruen Keawpadung, computação gráfica; Saysunee Yongyod, fotografia; Udon Jandee, ilustração; e Saniem Chaisarn, produção gráfica.

# Prefácio

Ao longo de 2.500 anos, os 5.000 ideogramas do *Tao Te Ching*, a escritura do laoísmo e a bíblia do taoísmo, foram considerados um dos maiores tesouros do mundo. Li (ameixa), nascido por volta de 640 a.C. com o nome de Er (orelha), compilou o texto no meio-oeste chinês. O seu nome lendário, Lao Tzu — significando “antigo filósofo” ou “filho antigo” —, nasceu dos lábios da mãe enquanto dava-o à luz embaixo de uma ameixeira. O cabelo branco conferiu-lhe a aparência de um homem idoso, que produziu o choro de alegria da mãe ao vê-lo surgir neste mundo. Durante toda a vida ele trabalhou na capital da nação como bibliotecário dos Arquivos Imperiais. Isso lhe permitiu reconstruir os caminhos de muitos sábios iluminados e de homens santos que viveram antes dos seus dias. Depois de ter meditado por três anos numa caverna no noroeste da China (atualmente conhecida como a Caverna de Lao Tzu), ele atingiu a iluminação. Antes de deixar o convívio da sociedade, Lao Tzu escreveu o seu presente de despedida — o *Texto* — a um buscador do Tao, que era um Passante (como um porteiro de rua). Confúcio deu-lhe um nome — Dragão — depois da visita.

O *Texto* contém duas partes. A primeira é o Tao Ching (Ching significa obra clássica) e a segunda é intitulada Te Ching. A palavra Tao no sentido literal significa Deus, criação de Deus, natureza, essência universal e a sua manifestação, o Estilo de vida e a sua prática. O Te se refere a ação, virtude, moralidade, beleza e comportamento afável. Muitos anos depois do surgimento desses escritos, *He Shanggong* (*O Homem-na-Margem-do-Rio*), que se acreditava ser a reencarnação de Lao Tzu, dividiu o *Texto* em 81 capítulos. Os números sempre tiveram um lugar de destaque na filosofia e no simbolismo chineses. O Tao Ching tem 37 capítulos e o Te Ching é composto de 44. Analisando numericamente, vemos que três e sete fazem dez, e quatro mais quatro dá oito; juntos, eles fazem dezoito, ou duas vezes nove, que quando multiplicados dão 81. Individualmente, três representa a multiplicidade (semente) e quatro retrata o fundamento (cruz). Sete representa o espírito masculino (cabalo) e oito, o espírito feminino (carneiro). Biologicamente, o feto leva 37 semanas para completar o seu crescimento; espiritualmente, a semente do Tao é contida em 37 capítulos. Cada ser espiritual contém a cópia de três, as almas duplas de sete e oito, e as duas mortes de quatro: uma para o corpo e a outra para a alma. O sacrifício do duplo quatro (dupla cruz) para o alimento e o aperfeiçoamento da espiritualidade renascem na semente: a transformação do amor e da virtude em *pessoa pura* (a unidade entre o nove espiritual da alma pura e o nove do espírito puro de Deus).

## A Tradução Inglesa do *Tao Te Ching*

A tradução que apresentamos aqui é a da versão inglesa do *Tao Te Ching* de Lao Tzu feita por Tao Huang, que poderá ser consultada no Apêndice I, em seguida ao Capítulo IX, o último capítulo do comentário.

O Texto de Lao Tzu do *Tao Te Ching* recebeu uma nova tradução do original chinês em *Porta para Todas as Maravilhas*. Evitando acúmulos que se avolumaram na versão padrão ao longo dos séculos, o mestre Tao Huang (com a assistência do professor Edward Brennan) traduziu o Texto montando a partir dos textos de Mawangdui. O mestre Huang comentou: “Os arqueólogos chineses os desenterraram em 1973. Esses são os textos mais antigos existentes. Há uma nova edição do material desenterrado de Guodian (cerca de 100 anos ou mais antes dos textos MW), mas faltam palavras, frases ou capítulos em tantos lugares que é impossível confiar plenamente nessa edição. Respeitamos a originalidade e a simplicidade dos textos de Mawangdui. Os textos de Mawangdui e a versão padrão do Texto estão misturados na nossa tradução em alguns lugares. Nós usamos a versão padrão apenas para preencher os espaços em branco em casos em que havia palavras ou frases faltando nos textos de Mawangdui.”

Ao longo da sua história, o Texto incorporou em toda a sua extensão uma infinidade de alterações em razão das traduções de diversos comentadores e tradutores. O processo de interpretação de palavras, racionalização e especulação filosófica invalidou a aplicação ocultista e um razoável esclarecimento intelectual ou cultural. Explicações mais conceptuais e interpretações lingüísticas obscureceram o seu intenso sentimento religioso essencialmente contemplativo e a sua compreensibilidade espiritual. Contudo, apesar das racionalizações dos filósofos, das manipulações de líderes, das estratégias dos militares, das deturpações dos letRADOS, do salmodiar dos praticantes de meditação e da veneração dos religiosos, o Texto conservou-se sábio e salvo, puro e intocado pelo tempo.

Ao examinar as variações encontradas entre os textos de Mawangdui (as duas cópias mais antigas existentes do manuscrito original, descobertas em 1973) e a versão padrão original, os problemas são surpreendentemente evidentes. Ao longo da história, os filósofos laoístas optaram por padronizar o Texto de acordo com os seus próprios ensinamentos, negando-lhe a aplicação prática, fundamental para o seu significado essencial. Por causa do alto grau de dificuldade encontrado em permanecer coerentes com os seus criadores, as massas gravitaram ao longo do tempo para o confucionismo, uma filosofia com uma orientação mais social. Há também muitos que converteram a sua indagação visionária na prática mais religiosa do budismo. Juntos, ele declararam que o Texto estaria eivado de

abundantes maneirismos e sofismas. Essa reputação maculada resulta de justificar a censura da atitude enganosa dos crentes. Essas configurações mentais do *Texto* podem ser observadas nos diversos títulos chineses como *Lao-Tzu*, *O Livro de Lao-Tzu*, *Tao Te Ching*, *Te Tao Ching* ou *O Livro de Lao-Tzu Tao Te Ching*.

De maneira semelhante, os tradutores seguiram o mesmo caminho. Os exemplos de versões inglesas, embora relativamente recentes, derivam tanto de originais chineses quanto de outras fontes. O primeiro título inglês, *The Speculations on Metaphysics, Policy and Morality of the "The Old Philosopher"*, *Lao-tsze* — traduzido por John Chalmers, em 1868, do francês para o inglês —, pôs “o pensamento de Lao Tzu numa roupagem inglesa legível”. No entanto, esse tradutor não entendeu que essa obra se tornaria o modelo da prática da imitação, assim como o próprio Lao Zi desdobra-se em todo o tipo de laoísmos, laoístas e escolas do gênero. O *Texto* dele alcança uma escala mais descriptiva do que os comentadores históricos chineses poderiam esperar. Algumas das imitações são: *Taoist texts, ethical, political and speculative* (Frederick Henry Balfour, 1884), *The remains of Lao Tzu* (Herbert A. Giles, 1886), *Tao-Teh King* (James Legge, 1891), *Lao-Tsze's Tao-Te-King* (Paul Carus, 1896, a primeira versão americana revisada em 1913 como *The Canon of reason and virtue*), *The Light of China* (Heysinger, 1903), *The saying of Lao Tzu* (Lionel Giles, 1904), *The teachings of the Old Boy* (T. MacInnes, 1927), *The Way and its power* (Arther Waley, 1934), *The way of acceptance* (Herman Ould, 1946), *The wisdom of Laotse* (Lin Yutang, 1948), *The Tao, the sacred way* (Tolbert McCarroll, 1982), *The way of the ways* (Henrrymon Maurer, 1982), *The essential Tao* (Thomas Cleary, 1991) e *The Tao of the Tao Te Ching* (Michael LaFargue, 1992), *Lao Tzu Tao Te Ching* (Ursula K. Le Guin, 1997), *The Living Tao* (Stephen F. Kaufman, 1998).

A lista acima é apenas uma pequena amostra das cópias existentes publicadas em inglês. Um número imprevisível de novas cópias deverão aparecer no futuro. Para ir além desse resultado prolífico e rendoso, os leitores de língua inglesa devem procurar sintonizar-se com o pensamento original de Lao Tzu, não com a preocupação desastrada alheia em relação a Lao Tzu. Esses leitores precisam desesperadamente da vibração energética gerada por intermédio de Lao Tzu, não da interpretação lingüística. Eles precisam de uma sensação espiritual direta transmitida por Lao Tzu. Foi para essa necessidade social que nos destinamos a restaurar a imagem original do *Texto*. Desejamos captar o estado original do fluxo de consciência simultaneamente cuidadoso e consciente de Lao Tzu, e sentir a vibração do som emitido sem nenhum som do Tao: a voz do nosso verdadeiro ser assexuado e exposto.

## Essência Transiluminada

No que diz respeito à sua relação com Lao Tzu, Tao Huang declara que tem uma ligação direta com o “Velho Mestre”, o próprio Lao Tzu! “A transmissão de Lao Tzu ocorreu no solstício de inverno de 1988. Ele se manifestou a mim por meio da meditação, e eu escrevi automaticamente como seria a minha vida no Ocidente. Esse foi o início do ensinamento do coração selado da minha vida, ou iniciação espiritual pessoal.”

Com relação à redação deste livro, o mestre Huang explica: “Dividi cuidadosamente os oitenta e um capítulos por nove. Para cada capítulo deste livro, escolhi todas as palavras e frases do *Tao Te King* relacionadas ao tema principal do capítulo. Por exemplo, no Capítulo I, são representados 32 capítulos do *Tao Te King* que mencionavam ou enfatizavam a palavra Tao. Este nosso livro é muito importante de diversas maneiras. Em primeiro lugar, é o primeiro na história inglesa que integra a meditação, a interpretação e a ilustração juntos. Em segundo lugar, não existe comentário chinês sobre esse assunto. Em terceiro lugar, reorganizamos a divisão de capítulos para apresentar o verdadeiro significado da integração entre a força celestial e a força humana no campo místico dentro de nós.

“A essência deste projeto tem uma natureza mais experimental do que conceitual, muito embora esteja relacionada com todos os tipos de conceitos taoístas. O taoísmo tem tudo a ver com a vivência, o sentimento: as palavras são o elixir final, ou as representações desse elixir, sendo cristalizado. Elas são como o DNA num corpo vivo.”

*Porta para Todas as Maravilhas* não é nem uma tradução nem uma transliteração do *Tao Te King*. Muito embora as palavras de Lao Tzu possam ser traduzidas, determinadas palavras chinesas não são traduzíveis. O inglês não tem palavras equivalentes para Tao ou Chi; nem o chinês tem a sua equivalência para palavras inglesas como mente ou Deus. Muito embora os ensinamentos Dele tenham sido convertidos para a forma literária, a essência não pode ser transliterada. Ele tem de ser transmitido pela devação fervorosa e transiluminado mediante o despertar do coração. A fé abre a porta para a mente sábia, permitindo que a força do ensinamento seja iluminada dentro da câmara dourada do coração.

Por sermos de origem chinesa, testemunhamos como o texto original do *Tao Te King* se proliferou por meio da censura pessoal ou literária. Da mesma maneira, enquanto nos destinamos a apresentar os ensinamentos do Tao no Ocidente, também nos ocidentalizamos, capacitando-nos, assim, a navegar entre o chinês e o inglês como cidadãos cosmopolitas.

Contudo, as palavras servem melhor para o propósito de transmitir os significados da experiência de vida sensível ou iluminada — assim como os nossos vasos glorificam o poder de Deus ao longo da sua jornada de

destino. Para essa finalidade, digerimos todas as palavras do ensinamento Dele, sabendo como elas devem ser registradas na mente e encontrar eco no coração. No momento em que atingimos o ponto em que não podemos nem traduzir o poder do Tao nem demonstrar sua ação eficaz por meio de palavras, ficamos presos num beco sem saída, perdidos na imensidão enquanto as palavras são sopradas para fora das pegadas da vida pelo vento cósmico.

A luz vem de cima, abrindo o nosso coração; as vontades são carregadas, demonstrando a qualidade do ensinamento. O poder universal transcende as características culturais enquanto os ensinamentos são revividos por meio dos vasos sagrados fechados dentro dos números celestiais. A união entre Tao e Te está concluída.

O texto em dois volumes integra o nosso corpo e a nossa mente, assim como os seus 81 capítulos selam os nossos nove orifícios corporais com as suas palavras brilhantes vertendo pelas nossas pontas dos dedos canalizadoras. Nós as romanizamos enquanto a nossa expressão da consciência caminha através de temas de todos os assuntos. Os 37 capítulos do Tao tornam-se os primeiros cinco capítulos apresentados por nós: os cinco elementos da mente chinesa ou as cinco câmaras da maçã mística. Os 44 capítulos do Te (a cruz dobrada original) torna-se a cruz viva que cada um de nós carrega embaixo da carruagem universal ou dentro da perfeição de dez simbolizada em chinês.

### **Observação sobre a Transliteração**

Existem diversos sistemas de transliteração das palavras chinesas para o inglês. No caso deste livro, optamos por reter a grafia das palavras escolhidas para sermos coerentes com o padrão usado nos livros anteriores do mestre Chia (baseados no sistema Wade-Giles). Usamos as grafias Tao, Lao Tzu, Chi e Ching. No sistema *pin-yin*, essas palavras seriam grafadas Dao, Lao-zi, Qi e Jing. Poderão aparecer outras palavras chinesas com a grafia do sistema *pin-yin*.\*

### **Ponte Cósmica**

O título *Porta para Todas as Maravilhas* deriva da última sentença — na verdade, a última frase — do primeiro capítulo do *Tao Te King* de Lao Tzu.

\* Na tradução para o português, adotamos o sistema de transliteração do texto original. Não vimos necessidade de nos debater com o problema da criação de novos sistemas válidos exclusivamente entre o português e os outros idiomas em questão, daí repetirmos, por exemplo, a grafia "Lao Tzu" do original, mesmo em face da grafia "Lao-tsé", amplamente consagrada em nosso país. (N. do T.)

Antes de mais nada, a porta é um olho aberto e uma ligação da consciência com as maravilhas do universo, ou a criação de Deus. A “Porta” funciona como um ponto intermediário entre os mundos interior e exterior, entre a informação possuída e a desconhecida — ou entre aqueles que foram iniciados, ordenados ou batizados, e que têm as dádivas de Deus, mas não estabeleceram uma ponte cósmica interiormente.

Para os nossos taoístas, a ponte é a Estrela Polar, a Ursa Maior, a cor violeta e o elixir dourado. Não treinamos as pessoas nas outras seis tonalidades de cores do arco-íris, mas apenas focalizamos a última, a cor violeta, que torna o nosso taoísmo tão especial, tão solitário e tão maravilhoso. Não temos tempo para a pré-escola, nem para o ginásio, para o colegial ou para a faculdade. Só fazemos o curso de pós-graduação. Isso porque, na nossa crença taoísta, cada uma das sete cores do arco-íris requer todo o tempo de uma vida para ser concluída, se tivermos sorte. É por isso que são necessárias sete vidas de prática para criar um Zhen Ren, uma Pessoa Pura — ou Cavalo Branco no cristianismo.

Portanto, a porta torna-se um veículo necessário para a comunicação das pessoas com ambos os lados — como os professores, que estão sempre do lado de dentro da porta, e os estudantes, se não iniciados, estão imaginando (ou sonhando) como seria do outro lado. Para abrir essa porta, primeiro é preciso admitir a boa vontade no coração e concluir a purificação. Do contrário, os ensinamentos do coração selado entre professor e aluno não poderão ter início. Afinal de contas, a porta refere-se a uma esfera específica da consciência de Deus, uma linha ligando dois lados, ou um rio corrente cobrindo ambos os lados do leito do rio. *Sheol* é a palavra na Bíblia.

Tomando outro exemplo, as peças de Shakespeare são portas, que são confirmadas tanto pelos leitores quanto pelos autores, ou entre os atores no palco e a platéia. Esse é o funcionamento preciso de uma porta, um veículo cósmico ligando o coração e a mente, Xing e Ming, a alma e o espírito.

O que, então, apresentamos a você aqui é a nossa transmissão, enquanto as palavras de Lao Tzu são romanizadas como letras entalhadas em pedra nas profundezas do nosso fluxo de consciência. Você não pode ler Lao Tzu aqui; Ele está morto dentro dos nossos corações. Você não pode concretizar os seus ensinamentos a partir dos ensinamentos que transmitimos; as palavras dele são agora as nossas palavras. A transmissão que você receber vai depender de como o seu coração terá sido guiado pela sua fé.

À medida que avançar ao longo do livro, leia as palavras como se as ouvisse de um narrador, escutando o diálogo da sua consciência interior e avançando e recuando em devaneio entre o seu eu verdadeiro e Deus. Então siga em frente, lance os seus olhos sobre a sua alma irada; as mensagens do ensinamento irão iluminá-lo.

Ao apresentar as quatro técnicas no Capítulo III — “esvaziar a mente, vitalizar o estômago, acalmar o desejo e fortalecer o caráter” — esperamos justificar a necessidade social conforme a consideramos. “Esvaziar a mente” requer uma compreensão completa do eu e da sociedade antes que a mente possa tornar-se tranqüila e retornar à sua etapa infantil. Só quando a mente estiver vazia o corpo estará repleto de amor e o espírito será capaz de se fazer presente. “Vitalizar o estômago” é encher o estômago de Chi purificado. “Acalmar o desejo” discute o processo de aceitar plenamente o corpo/mente e o mundo, diminuindo a expectativa do eu: o desejo de iludir-se/punir-se. E finalmente “fortalecer o caráter” é permanecer com o caráter autêntico — o eu verdadeiro — e permitir que a mente brilhe mesmo num corpo desinteressante. Alcançar isso é a resposta à *Porta para Todas as Maravilhas*: porque o Tao está sempre presente, o Texto vive sempre e Lao Tzu sorri perenemente como uma criança. Esse é o segredo para a porta de todas as maravilhas — aberta àqueles que desejem ingressar no mistério da vida e além desta.

# Advertência

As técnicas apresentadas neste livro vêm sendo usadas com sucesso há milhares de anos por taoístas treinados pela instrução pessoal. Os leitores não devem praticá-las sem antes receber orientação e treinamento pessoais por parte de um instrutor credenciado do Universal Tao, uma vez que algumas dessas técnicas, se realizadas de maneira inadequada, podem causar lesões ou resultar em problemas de saúde. Este livro tem como objetivo complementar o treinamento individual pelo Universal Tao e servir como um manual de consulta para essas práticas. Quem praticar essas técnicas com base apenas no livro, estará agindo por sua própria conta e risco.

As meditações, técnicas e métodos descritos aqui **não** devem ser usados como uma alternativa ou substituto de tratamentos ou cuidados médicos profissionais. Se algum leitor estiver sofrendo de alguma doença decorrente de transtornos mentais ou emocionais, deverá consultar um profissional de saúde ou terapeuta credenciado. Tais problemas devem ser sanados antes de começar o treinamento.

Nem o Universal Tao, nem a sua equipe de instrutores podem ser responsabilizados pelas consequências de alguma prática ou mau uso das informações contidas neste livro. Se o leitor praticar algum exercício sem seguir estritamente as instruções, observações e advertências, a responsabilidade deverá recair exclusivamente sobre esse leitor.

Este livro não tem como objetivo oferecer diagnóstico médico, tratamento, receita nem qualquer recomendação quanto a medicamentos em relação a nenhuma doença, mal-estar, dor ou problema físico de qualquer natureza.

# Introdução

## A Questão Taoísta

Por Dennis Huntington

### Uma Colaboração Taoísta

Os capítulos a seguir são o resultado de esforços cooperativos de dois taoístas diferentes. Eles têm antecedentes de vida e orientações diferentes, segundo seus pontos de vista, na prática do Tao. O mestre Chia é como um irmão mais velho em alguns sentidos, um professor mais experiente do Tao nas culturas ocidentais. Ele ensina uma série cada vez mais extensa de técnicas projetadas para culminar no Wu Chi, a imortalidade espiritual e a imortalidade física/espiritual. No entanto, no momento, ele é mais famoso por ensinar às pessoas os fundamentos taoístas para a saúde e a paz interior — que incluem a compreensão, o aperfeiçoamento e o domínio da energia sexual.

Um taoísta mais jovem, o mestre Tao Huang comentou comigo nas nossas comunicações por e-mail: “O mestre Chia dedicou a vida inteira a ensinar o Tao e é nele que eu encontro a esperança e a alegria de dedicar a minha vida o mais plenamente possível à prática e ao ensino do Tao. (...) A sexualidade é a base de tudo, mas a percepção de caráter oculto é a semente. Esse é o supremo yin e yang, a harmonia entre o corpo e a mente. Essa é talvez a maior ajuda que o mestre Chia me tenha dado: ele fez de mim alguém como Jung com a sua abordagem freudiana. (...) Eu sei que é difícil para você, mas essa é a natureza da vida. É ainda mais difícil para o mestre Chia desta vez, porque nós simplesmente consideramos e trilhamos o Tao de maneiras diferentes. Na nossa tradição taoísta, estamos todos de acordo quanto à unidade do Tao, o poder da Virtude, a dualidade de Ming e Xing, a trindade de *Ching*, *Chi* e *Shen*, e o pentagrama de todas as vidas que temos — e nesse sentido, que o universo também tem. O modo como trilhamos o caminho individual momentâneo entre essas convenções é o caminho da compreensão, do amor e da aceitação mútua. Isso é tudo o que temos, e esse é o sentimento hereditário que todos herdamos na medida em que nos consideramos taoístas.”

Você vai encontrar os comentários sobre a imortalidade do mestre Tao Huang, com base nas referências de Lao Tzu sobre o assunto no *Tao Te*

King. Lao Tzu é um dos milhares de imortais conhecidos na tradição taoísta. Existem oito imortais famosos (incluindo Lao Tzu), citados simplesmente como os Oito Imortais. Cada um deles é singular e excepcional no que se refere ao seu histórico pessoal, no seu estilo de vida e nas suas técnicas de abordagem do Tao. Contudo, todos eles integram uma comunidade de experiência de vida na medida em que eles evoluíram para a unidade do eterno, da imortalidade, do vazio universal do Tao, que abrange a tudo. Embora os mestres Chia e Huang tenham adotado campos diferentes de especialização na sua abordagem do Tao, o seu ponto de destino final é o mesmo. Somos afortunados por sermos os beneficiários da sua contribuição conjunta.

Como não tive ainda a oportunidade de conhecer Tao Huang pessoalmente, baseio minhas impressões nas nossas comunicações por e-mail. Além disso, obtive respostas do mestre Chia. As respostas dele repercutem — num sentido da polaridade yin/yang — os sentimentos expressos acima sobre considerar e trilhar o Tao de modo diferente. A caracterização geral que ele faz das práticas do mestre Tao Huang pode ser resumida num comentário dele, feito para mim numa manhã. A respeito do relacionamento amistoso de ambos, que começou em 1995, Tao Huang observou sobre o mestre Chia: “É como se ele estivesse sempre me contando sobre uma experiência que teve em sonho na noite anterior.” Esse comentário é coerente com a impressão expressa na introdução à biografia de Tao Huang no livro *Ways of Spirit*, publicado pela editora Dandelion Books, em 2000. A saber: “O Tao me permitiu entender como ele usa subjetivamente os sonhos para se inspirar no seu dia-a-dia. Na verdade, ele sabe de antemão quando vou telefonar, me dizendo que sonhou com isso na noite anterior.”

Essas caracterizações sem dúvida refletem os esforços introspectivos do mestre Huang em sua busca da liberação emocional/psicológica, as suas práticas análogas à yoga dos sonhos e as suas técnicas de meditação “neidan”. Ao passo que o mestre Chia concentra toda a sua atividade didática na energia: sentir o Ching e o Chi. Educar essa energia da força vital; conservá-la e refiná-la até obter o Shen. Usar o Shen para entrar no Wu Chi, para retornar ao Tao e atingir a imortalidade. Ele se concentra no aperfeiçoamento prático: “Fazendo, você consegue.”

*Porta para Todas as Maravilhas* contém algumas descrições e referências a técnicas taoístas. O mestre Huang estabeleceu os fundamentos do texto com base em seus comentários e informações práticas relativas ao *Tao Te King* de Lao Tzu. O mestre Chia contribui com pontos de vista e técnicas complementares aprimoradas a partir de uma ampla experiência adquirida com o ensino de pessoas em todo o mundo. O tema principal do livro está voltado para a importância prática e as ramificações do aperfeiçoamento no Tao e no Te — sem levar em conta os exercícios que podem ser utiliza-

dos para o aprendizado. A observância do Tao e do Te na nossa vida e na nossa busca de aperfeiçoamento aumentam a eficácia de tudo o que somos e tudo o que fazemos.

## Base de Referência da Enigmática Cultura Chinesa

### Fontes de Consulta Biográficas e Culturais

Ficou claro que eu tinha de fazer alguma lição de casa/pesquisa depois da minha primeira leitura do original do mestre Tao Huang. No esboço biográfico lemos: “(...) destinado a ser um agente de cura ou xamã — a profecia revelou no cemitério da família (...) encarnações anteriores — duas vezes budista, duas vidas como guia espiritual entre os índios americanos (...) a prática do Chi Kung — a cura de problemas físicos (...) despertar do coração selado por intermédio de Lao Tzu (...) 26<sup>a</sup> linhagem da Escola do Portão do Dragão (...) nome espiritual de Espírito do Vale.” Ainda que interessantes, essas não são referências comuns que se esperaria encontrar numa biografia normal num ambiente cultural ocidental — não, se você fosse um gerente de pessoal de uma empresa avaliando um candidato a um cargo! Da mesma maneira, se você fosse alguém não familiarizado com as artes, ciências e mitologia da enigmática cultura chinesa, com certeza ergueria as sobrancelhas.

Acumulei esclarecimentos e pormenores por e-mail para tornar essas informações biográficas mais verdadeiras e razoáveis para a satisfação do leitor. Além disso, a pesquisa na forma de leitura de outros livros de consulta sustentou a maior parte das informações pessoais dele como sendo altamente confiáveis. Outros pormenores dos recursos biográficos/culturais de Tao Huang que corroboraram o texto dele são fornecidos nos parágrafos seguintes.

### Orientação Cultural

“A enigmática cultura chinesa está enraizada no taoísmo, uma combinação de tudo desde o céu acima da terra até a terra embaixo, e todas as coisas no meio. Os detalhes podem ser encontrados no texto. O taoísmo me ofereceu um caminho de pensamento original — embora a cultura ocidental abra o horizonte de normas para o meu pensamento liberal, especialmente o caminho do amor de Cristo. Eu ainda o estou vivenciando dia após dia.”

## **Profecia no Cemitério da Família — Destinado a Ser um Agente de Cura ou Xamã**

“De acordo com a geomancia chinesa, ou feng-shui, o cemitério onde uma pessoa foi enterrada influencia as próximas quatro gerações. Quando o cemitério do avô de Chiang Kai Shek (o fundador do partido nacionalista que agora se encontra baseado em Taiwan) foi escolhido, o melhor mestre de feng-shui da província previu que na terceira geração haveria um imperador.

“O feng-shui é uma das quatro técnicas taoístas — weidan, neidan, fangzhong e fangshi — e o feng-shui faz parte da quarta ramificação. O feng-shui tem duas ramificações, yang e yin. A ramificação yang lida com a estrutura de vida dos que estão vivos, ao passo que a ramificação yin lida diretamente com o cemitério, do pó ao pó, e das cinzas às cinzas.”

Esse é o contexto em que a profecia pessoal do Tao foi revelada.

## **Encarnações Anteriores**

“Minha vida passada foi conhecida por intermédio da meditação — fui budista duas vezes, vivi duas vezes como um guia espiritual entre os índios americanos. Durante a meditação nos últimos vinte anos, algumas das informações tratavam de experiências em vidas passadas, como em encarnações como budista e índio americano. Eu até mesmo me encontrei com as minhas antigas esposas quando estava encarnado como um curandeiro índio americano. Elas faziam parte dos caminhos passados que me levaram até a cor violeta da prática taoísta.”

## **A Prática do Chi Kung — A Cura de Problemas Físicos**

“Por ter uma saúde péssima, aos 19 anos de idade iniciei a prática do Chi Kung na minha cidade natal. No início, aprendi sozinho, usando um dos primeiros exemplares do livro *Chi Gong*, que fora publicado na China na década de 1930. Encontrei esse livro na biblioteca da faculdade quando buscava desesperadamente uma maneira de me tratar. Uma frase que me tocou profundamente foi: ‘Se você pode utilizar o Chi da terra e do céu, então pode ter filhos, fazer os dentes renascerem e mudar o cabelo branco para preto.’ Esse foi o começo da minha sedução pelo Chi Kung, uma prática que permaneceu na minha vida a despeito de muitas provações, e as provas que vieram com a devoção devida à busca pelo significado da vida.

“Durante os meus anos de colégio, eu sofria de indigestão crônica, artrite reumatóide e insônia. Meu cabelo havia ficado dois terços branco embora eu ainda tivesse 19 anos de idade. Eu comecei a prática do Chi Kung com um dos alunos de Liu Yi-Ming (Thomas Cleary traduziu diversos livros de Liu). Em três anos de prática do Chi Kung, meu cabelo voltou

a ficar preto. Toda manhã eu fazia uma meditação de 30 minutos em pé com os dedos indicador e médio estendidos à minha frente, enquanto contava em silêncio as minhas respirações. Depois de apenas algumas semanas desse tratamento, minha insônia acabou e voltei a dormir profundamente outra vez. No terceiro ano de prática diária, minha artrite sumiu. Quando o Chi de cura começou a percorrer os meus dedos e ossos, foi como se fosse mais do que eu podia resistir. À medida que aumentava, a corrente viva de cura permeava todo o meu ser.

“Com o Chi Kung como uma prática interior, consome-se pouco oxigênio, embora a capacidade de absorção dos pulmões aumente de maneira significativa. Esse não é o caso quando ocorre o extremo esgotamento físico, especialmente se for durante uma competição. É cansativo para os pulmões assim como para o coração e pode ser danoso à saúde como um todo. Portanto, interrompi as corridas diárias que praticava, que me deixavam com a sensação de esgotamento. O Chi Kung sempre me deixou revigorado e recuperado.

“Em 1986, com 24 anos de idade (no meu ano de nascimento do Tigre), tive o privilégio de ir para os Estados Unidos num intercâmbio de professores. Ao fim do período escolar, fui convidado a lecionar a língua chinesa, assim como o Chi Kung, num colégio em Cleveland. Aquele foi um ano decisivo que mudou toda a minha vida, tanto do ponto de vista pessoal, quanto cultural e espiritual. No plano pessoal, ele me despertou para o caminho da jornada da minha vida — o qual se revelaria solitário, mas por sua vez compensador. No plano cultural, eu descobri que a minha cultura tradicional oferecia alguma coisa não só para mim, mas também para o mundo inteiro. Ela abrangia a essência da medicina chinesa e a Alquimia Interior Taoísta. No plano espiritual, escolhi o taoísmo em lugar do budismo, do confucionismo e do cristianismo.”

### O Despertar do Coração Selado por meio de Lao Tzu

“Às 3 horas em ponto do solstício de inverno de 1988, acordei sentindo-me estufado, muito embora não tivesse ingerido mais alimento do que o normal. Acendi um bastão de incenso e comecei a meditar. Imediatamente, senti os movimentos espontâneos de todos os tipos de formas de artes marciais por todo o meu corpo (mais tarde descobri que esse fato estava ligado a vidas passadas como monge budista e soldado). Então senti uma energia forte e fria penetrar os meus dedos dos pés e das mãos, e ouvi um som borbulhante vindo dos meus dedos das mãos.

“Mais adiante, acendi um segundo bastão de incenso. Um forte sentimento me levou a escrever para a minha namorada (que hoje é a minha esposa). Eu estava num estado de Chi Gong pelo qual experimentava a escrita automática. As palavras que surgiram através de mim não refletiam

os meus pensamentos, nem eram escritas com a minha caligrafia. No momento em que ‘eu’ assinei o texto, para minha surpresa e incredulidade, a assinatura revelou-se como sendo a do nome espiritual de Lao Tzu, ‘Mestre Supremo Lao Jun’, ou *Tai-Shang-Lao-Jun* em chinês. Então senti um enorme feixe de energia preta sair de um ímpeto do meu corpo e ir para o céu.

“Senti-me radiante depois de passar por tantos desapontamentos — uma vez que havia recebido o Tao e estava selado internamente com o poder da tradição da alquimia interior. Mais tarde eu descobriria que esse tipo de experiência é normal na tradição taoísta. É um método de transmissão ancestral de ensinamentos do mestre ao aluno. Eu fui, daquele dia em diante, envolvido por milhares de anos de tradição taoísta e ligado aos ensinamentos sagrados por intermédio do poder de Lao Tzu.

“Eu havia compreendido mal como o Tao funciona. O ensinamento sagrado do taoísmo nunca se perdeu; ao contrário, ele tem sido transmitido apenas a discípulos escolhidos quando chega o momento certo. Estou contente por ser um deles, e grato por trazer essa tradição ao Ocidente. Lao Tzu me deu uma segunda motivação para eu viver no Ocidente, e me tornar americano.

“Eu estava muito contente e me sentia muito afortunado por ser capaz de ter Lao Tzu como o meu Mestre Espiritual. Isso se tornou a razão fundamental de eu ter me tornado um taoísta de verdade. Então eu podia praticar o taoísmo não somente a partir de crenças pessoais, mas também a partir da ligação pessoal e da adoção de um verdadeiro Mestre.

“O ensinamento do coração selado é o método essencial na prática neidan. Assim como num casal de cônjuges, cada um é estéril, tendo apenas metade do coração completo. Quando o coração do professor e o do aluno tornam-se um, ou duas almas tornam-se um espírito puro, os ensinamentos são dados e recebidos por conta própria. Isso tem sido caracterizado pelo oitavo hexagrama do *I Ching*, em que duas cabeças são cortadas — apenas os dois corações pela metade se fundem numa coisa única. Fundamentalmente, trata-se de dois noves, um para o nosso espírito/alma e o outro para a consciência cósmica/de Deus. A unidade é a combinação de branco da semente/consciência de Deus e amarelo campo/broto do eu espiritual. [Mais adiante os hexagramas do *I Ching* serão discutidos em maiores detalhes.]

“Além disso, quando os dois corações atingem a unidade, não se pode dizer qual é um e qual é outro. Essa é a situação que tenho mais dificuldade de explicar: qual parte dos exercícios são próprias de Lao Tzu e quais partes são resultantes do meu entendimento ou reflexão — ou revelação — sobre os ensinamentos dele.”

**Nota:** Para mais informações sobre esse númeno espiritual, existe uma obra traduzida para o inglês: *The Jade Emperor's Mind Seal Classic*.<sup>1</sup> Os

caracteres chineses para coração e a mente são iguais. Portanto, essa tradução inglesa do texto chinês do clássico taoísta em questão usou a palavra “mente” em lugar de coração, em contraste com a escolha de termos de Tao Huang.

**Importância do Solstício de Inverno:** “Na tradição taoísta, temos quatro grandes ocasiões durante o ano, os solstícios de inverno/verão e os equinócios da primavera/outono. Da mesma maneira em relação a cada dia, 11 horas da noite/manhã a 1 hora da madrugada/tarde e 5 horas da manhã/tarde a 7 horas da manhã/noite. Essas são as quatro esquinas do ano e do dia. A energia é muito mais forte do que nos outros momentos. Esses horários são quando o Chi tanto yang quanto yin começa ou o yang e yin chegam a um equilíbrio.”

## 26<sup>a</sup> Linhagem da Escola do Portão do Dragão

“O Portão do Dragão é uma continuação da prática histórica do neidan, que enfatiza a trindade taoísta de Ching, Chi e Shen. É também a unificação de budismo, taoísmo e confucionismo. O que eu recebi foi o caminho do coração e a recolocação do nome familiar para o nome espiritual — de Zhi de inteligência para Chung de devoção, o 26<sup>a</sup> caractere do verso poético do mestre Chou.”

**Nomes Ancestrais:** “Chung significa honrar ou respeitar a montanha. Na tradição taoísta, cada fundador religioso ou espiritual escreveu um poema, a primeira palavra do poema pertence à primeira geração daquela linhagem ou discípulos, e assim por diante. Chung é a 26<sup>a</sup> palavra escrita pelo mestre Chou Chuji, o fundador da linhagem do Portão do Dragão. Além disso, quatro anos a partir de então, Lao Tzu comemoraria o seu 2.600<sup>o</sup> aniversário; ele nasceu em 15 de fevereiro no calendário chinês.”

**Nome Pessoal:** “Tao é o nome que o meu pai me deu, o qual é diferente da palavra Dao. Meu nome pessoal significa a parte elevada da onda no mar. Eu gosto desse nome; muito embora seja diferente da palavra Dao, em inglês posso misturá-la. Huang é o meu nome familiar. Na tradição taoísta, não mudamos o nome familiar, só mudamos do nome geracional para o nome espiritual, e também temos a autoridade de nos atribuir um nome espiritual, além de um nome ancestral espiritual.”

**Nome Espiritual:** “Espírito do Vale me ocorreu depois de ler e meditar sobre o *Tao Te King* durante muitos anos. Em chinês ele é chamado *gu-xuan-zi*: *gu* significa grão ou vale, como aparece no Capítulo 6 do *Tao Te King*; e *xuan*, púrpura ou violeta mística, é a cor básica do taoísmo, que aparece em muitas partes do texto do *Tao Te King*. *Zi* significa semente ou filho. Vale é a natureza yin da grande mãe; Espírito é o filho de Deus e unidade de espírito — em conjunto, significam a harmonia do Tao. Recebi

a revelação aos 20 anos de idade, quando li os capítulos 6 e 8 de Lao Tzu. Vale também se refere a grão.”

**Iniciação do Portão do Dragão:** “Em 1992, ao retornar da minha viagem aos Estados Unidos, tornei a visitar o Mosteiro de Chincheng e recebi a minha iniciação como taoísta do abade Jiang Xingpin. Ele mudou o meu nome de geração familiar para um nome de geração religioso. Meu nome foi mudado de Zhi para Chung, que significa ‘louvar e venerar’. Então passei a pertencer à 26<sup>a</sup> geração da Escola de Taoísmo do Portão do Dragão. O fundador da Escola do Portão do Dragão, Chou Chuji, ou a Pessoa Pura da Eterna Primavera, reconheceu e unificou em sua época a essência dos três ensinamentos do taoísmo, do budismo e do confucionismo. Se tivéssemos tido a oportunidade de aprender e conhecer os ensinamentos ocidentais do cristianismo, do judaísmo e do islamismo, acredito que a Escola do Portão do Dragão teria se tornado mais universal e multicultural. Esse é o desenvolvimento futuro ou evolução da prática religiosa humana sobre a Terra.

“Havia uma profunda significação nesse novo nome para mim. Daquele momento em diante, eu não pertencia mais à minha família biológica. Então eu era um integrante de uma família espiritual com uma linhagem de ancestrais espirituais no Tao. O nome Zhi pertence à inteira linha masculina da minha geração e estava escrito na minha árvore genealógica, que fora destruída durante a Revolução Cultural. Depois da Revolução, o nome de geração familiar foi descontinuado.

“Todos os iniciados na Escola do Portão do Dragão carregam o mesmo nome espiritual geracional. Eu estava radiante e profundamente grato pela nova identidade que me fora conferida. Eu me sentia renascido. Apenas gradualmente, tomei consciência das profundas implicações sobre mim. Eu tinha de fazer uma escolha entre uma carreira social e seguir a minha vocação espiritual como taoísta profissional.”

### **Linhagem, Longevidade e Imortalidade do Mestre Chia**

O mestre Chia acumulou aspectos diferentes das práticas taoísticas de uma variedade de professores — e continua a reunir constantemente conhecimentos de diversas fontes que possa aplicar. Ele integrou as suas experiências e conhecimentos no sistema do Tao Universal de práticas correlacionadas. No entanto, o seu principal mentor espiritual foi Yi Eng.

Durante o meu curso de treinamento para obter o certificado de instrutor, o mestre Chia falou sobre como veio a receber a sua transmissão espiritual do seu mestre de 90 anos de idade (também conhecido como Nuvem Branca) em Hong Kong. Ele se encontrou com o mestre quase diariamente, por cerca de vinte dias, para instrução e discussão, até que

Nuvem Branca determinasse que o tempo era o bastante. Então ele transmitiu a energia espiritual ao jovem Mantak Chia para despertar a sua consciência e ajudou-o a circular o Chi na sua Órbita Microcósmica. Em seguida ele lhe ensinou a série de práticas necessárias para abrir todos os canais do seu corpo. Ambos mantiveram contato regular com uma orientação pessoal específica até que Nuvem Branca também transmitiu as técnicas necessárias para alcançar as transformações alquímicas interiores necessárias também para um domínio espiritual de mestre. Por fim, ele autorizou o jovem Chia a ministrar ensinamentos, e aconselhou-o a ensinar os ocidentais.

**O que é imortalidade?** O mestre Chia nos explicou que imortalidade é a meta suprema das técnicas taoístas, mas esse é um grande salto do desenvolvimento normal na sociedade atual. Mais ainda, são precisos muitos anos de aperfeiçoamento consciente para alcançar toda a extensão da imortalidade física/espiritual. No entanto, aprendendo as técnicas básicas, qualquer um pode melhorar a sua vida diária num sentido prático. Só acreditar e ter fé na realidade espiritual/imortal é conveniente para justificar o envolvimento pessoal, mas isso apenas não garante que todo o trabalho esteja feito. Se for uma escolha própria, a pessoa também pode aperfeiçoar a sua experiência em níveis superiores de realização espiritual — mas cada coisa a seu tempo. O que é importante é estar presente nesta vida, aprender a transformar o stress em vitalidade e desenvolver a compaixão por intermédio do amor. Então, reciclar esse tipo especial de energia para manter o corpo saudável e em harmonia com a mente e o espírito — a aprender a educar a natureza verdadeira como espírito. Aí você está aberto a desenvolver possibilidades além dos ciclos da vida e da morte.

**Os taoístas valorizam a saúde e a longevidade** pelos seus benefícios para capacitar uma melhor qualidade de vida. Além disso, esses atributos são valorizados porque fornecem a força e o tempo necessários para sustentar o esforço prolongado necessário para alcançar a imortalidade espiritual. Por causa de variáveis em circunstâncias individuais, não existe apenas uma disposição temporal para todo mundo; assim é melhor ter mais tempo disponível para o caso de ser necessário. **A longevidade torna alguém um sábio ou imortal?** Essas perguntas surgem normalmente de tempos em tempos. Mestre Chia respondeu a essa pergunta da seguinte maneira: “Nuvem Branca me disse que o professor dele, meu Grande Mestre na China, era muito velho, tinha mais de 100 anos, mas eu não sei exatamente. Ele tinha ido para uma caverna no alto das montanhas para fazer uma prolongada meditação envolvendo viagem para fora do corpo nos planos superiores e retornando à origem. Por esse tipo de técnica, o Grande Mestre passou cera no nariz e em outros orifícios para protegê-los dos insetos e da poeira. Nuvem Branca tinha de ter certeza de que o corpo

não fosse comido enquanto o espírito do seu professor estivesse viajando para a origem. Há muitas histórias como essa em que um discípulo de confiança ou outro auxiliar toma conta do corpo de um meditador avançado.

“Com certeza, se a pessoa vive para ficar muito velha e se aplicou seriamente em se aperfeiçoar e transformar a energia em espírito, é muito provável que ela possa se tornar um sábio. Tudo depende do seu nível de prática. O mesmo se aplica à imortalidade. Se a pessoa não acabou de transformar a sua energia, ela pode se tornar um imortal espiritual parcial ou imortal parcial físico/espiritual.”

Portanto, o que é imortalidade — significa manter o mesmo corpo para sempre? Na verdade, não. Ou é a consciência do seu espírito em várias encarnações? Não. Embora os praticantes de meditação geralmente relatem uma consciência de vidas passadas na sua prática da meditação — e isso pode ser conveniente e interessante — não é o que significa ter alcançado a imortalidade. A alma espiritual da pessoa não foi liberada quando participa do ciclo das diversas encarnações. Ela ainda tem necessidade de ser purificada até alcançar o estado evoluído de liberação espiritual.

Em ocasiões diferentes, o mestre Chia discutiu a diferença entre imortalidade espiritual e imortalidade física/espiritual. Ela depende do grau técnico alcançado pela pessoa. É fácil entender a distinção. Na imortalidade espiritual, a pessoa atingiu a capacidade de retirar a sua energia espiritual purificada do corpo e viajar através das regiões interiores de maneira independente — e fundir-se na unidade com a origem eterna, chamada Tao, Wu Chi ou Deus, etc. Nesse estado, o espírito liberado pode se manifestar nos planos interiores, mas o corpo físico retornou ao pó e o espírito não pode retornar à forma física.

Ao passo que a pessoa que atingiu a imortalidade física/espiritual é capaz de concluir o processo mais tedioso e demorado de transformar toda a sua energia física, da alma e do espírito, em corpo espiritual durante o tempo da vida no corpo físico. Assim, ganhando todos os poderes da liberação espiritual, mas a capacidade de se manifestar à vontade na forma física. Em outras palavras, no estado alcançado de imortalidade física/espiritual, a pessoa tem o domínio da capacidade de desmaterializar e rematerializar o corpo humano.

## **Educação e Sabedoria Corporal**

“De volta aos Estados Unidos, dediquei-me avidamente a estudar para reunir informações e técnicas espirituais enquanto lutava desesperadamente com determinadas posturas mentais. Os taoístas sempre questionaram as estruturas formais de autoridade e hierarquia. Talvez por causa do meu caráter feroz natural do Tigre, decidi descontinuar o meu curso de pós-graduação no California Institute for Integral Studies. Cada vez mais eu

sentia um conflito entre o meu despertar espiritual e a estrutura acadêmica formal. Esses são dois mundos estranhos um ao outro: um é original e autêntico; o outro é corrupto e egoísta.

“Com o meu rompimento com os estudos formais, recuperei um sentido de liberdade que me deu uma sensação de mais espaço e alegria. Pude respirar livremente outra vez e descobrir a minha espontaneidade criativa. Recuperei a minha capacidade de ouvir o meu coração e o que sentia no fundo de mim mesmo. Voltei então a me ligar à minha percepção sensorial, e estava grato por tomar consciência da vida que corria no meu corpo e no universo ao meu redor. Pouco a pouco aprendi a integrar o meu instinto ao meu coração e à minha mente.

“Em chinês, os caracteres para coração e mente são iguais, o que me lembra de algo que li na autobiografia de Carl Jung. Quando viajou ao Arizona na década de 1920, Jung conheceu um índio velho cujo nome era Lago Azul. Quando Jung perguntou a ele sobre o que pensava dos brancos, Lago Azul respondeu que achava que eram loucos. Quando Jung lhe perguntou por que, Lago Azul explicou que parecia que estavam sempre agitados — correndo sem parar atrás das coisas — e que só conseguiam pensar com a cabeça.

“Jung perguntou-lhe, então, de onde ele tirara aquelas idéias. Lago Azul não falou, mas apontou para o coração. Jung disse, então, que pela primeira vez na vida encontrara alguém que falava a verdade sobre a cultura ocidental.

“A minha decisão de desistir do curso de pós-graduação no California Institute for Integral Studies estava intimamente relacionada à necessidade de me libertar das expectativas convencionais que tinha interiorizado ao longo da vida. O meu nome de geração familiar, Zhi, refletia o sonho confuciano que os pais mantinham por séculos, percebendo o sucesso em termos de fortuna, carreira e profissão. A primeira obrigação de um filho era contribuir para a fortuna e a riqueza da família. Essa era a maneira principal de honrar a sua linhagem. A perspectiva taoísta confronta radicalmente a cultura familiar confuciana. É um estilo de individualismo cósmico, uma vez que a linhagem é restaurada por meio da ancestralidade espiritual relativa ao espírito primordial do nosso início por meio do criador do nosso espírito individual — mas não biologicamente, em razão da degradação posterior.

“O novo nome taoísta refletia uma perspectiva inteiramente nova. A ênfase era honrar o espírito e erguer-se acima do ego e dos limites do egoísmo estreito que ficou tão incrustado no etos familiar confuciano e na sociedade chinesa em geral. Embora o longo período do governo comunista tenha feito ataques à nossa cultura — no inconsciente das pessoas e nos valores de base do país —, o confucionismo permaneceu intacto e foi até

mesmo reativado. Ele serviu para consolidar o poder do Partido Comunista, efetuando a domesticação e a subserviência do povo à sua estrutura de comando autoritária. Em contraste, o conceito taoísta é de honrar não os espíritos da linhagem familiar e o poder da autoridade pessoal, mas abraçar o poder gigantesco da mãe terra, onde o seu poder de tranquilidade e de nascente interage para fazer nascer todas as coisas e as recebe no próprio seio depois de estarem perdidas ou depois da morte.

“Não é de surpreender que os taoístas fossem temidos, sendo ameaçados e perseguidos — uma vez que questionam todas as atitudes consideradas contrárias à natureza. Da mesma forma, eles questionam as atitudes contrárias ao que emerge espontaneamente nos seres humanos, ao que esteja alinhado com o universo. Nesse contexto, podemos observar que nas belas-artes (como a pintura) e na prática das artes marciais, o movimento como uma habilidade e uma técnica foi sistematicamente expresso nas disciplinas formais de ensino e aprendizado. Como resultado, ele tende a destruir o impulso espontâneo, criativo no processo de aprendizagem.

“A ênfase dos taoístas tem recaído sobre a criação de um espaço energético aberto para o aperfeiçoamento de um fluxo energético espontâneo, natural, uma vez que o despertar da intuição e a sua manifestação é intrínseco à sabedoria do corpo. Portanto, podemos observar que no confucionismo, assim como na educação convencional moderna, existe uma forma de domesticação da autoconfiança e das múltiplas originalidades da expressão do ser. O aperfeiçoamento da intenção verdadeira e das emoções profundas, como a compaixão, o amor, a atenção, a generosidade e a disposição, é ignorado e reprimido. Como resultado, o crescimento pessoal é tolhido e incentiva-se o surgimento de neuroses e tensões por todos os lados, enquanto o corpo protesta e busca ser reconhecido e respeitado na sua condição mais autêntica.

“Na visão taoísta do processo de aprendizado, a memória corporal — pela qual o universo e a natureza se expressam e pela qual estamos ligados aos nossos ancestrais biológicos e espirituais — é a base da consciência intuitiva e da mente como consciência. Nessa perspectiva, a mente espelha conscientemente o corpo. Carregamos dentro do nosso corpo todo o processo da evolução da humanidade e a sua interligação com o universo e com a natureza. No seu estado natural, o nosso corpo está em ressonância com o universo e a natureza por meio da própria estrutura cristalina dos seus ossos, das suas abóbadas, dos pés, da pelve, do peito, do palato e do crânio, assim como por meio das suas glândulas e órgãos.”

# A Questão Taoísta: O Testamento Espiritual

道 骨

## A História

O *Tao Te King* de Lao Tzu e *Porta para Todas as Maravilhas* dizem respeito a como aprimorar o Tao na nossa vida com o Te, para alcançar a imortalidade espiritual. Na etapa final, deve-se ter atingido um estado claro e definido de testamento espiritual para se considerar como sendo bem-sucedido.

No manuscrito original que recebi, aparecia uma “história” junto ao início do primeiro capítulo, na seção intitulada *Tao Comunicável*. Numa percepção tardia da natureza do fato, agora eu a caracterizaria como uma representação simbólica — uma apresentação alegórica — de um resumo conciso dos conceitos essenciais (um sumário) de *Porta para Todas as Maravilhas*. No entanto, minhas primeiras tentativas de ler essa parábola misteriosa e outras declarações e passagens no manuscrito deixaram-me exasperado e frustrado, porque não havia suficientes informações que as explicassem. Em consequência disso, tive de tentar adivinhar o que aquilo tudo queria dizer. No momento oportuno, o mestre Huang me contou depois que lhe perguntei: “A história é o resultado dos meus vinte anos de pesquisas, conforme todos nós fazemos em cada etapa da jornada da vida. Nomear é a prerrogativa do homem, depois de ser capaz de ejacular um espírito dentro do útero.” Nesta parte, veremos algumas das interessantes informações de base que ele me forneceu — além disso, teremos mais instantâneos da experiência de vida de ambos os autores. Passei a “história” para esta *Introdução*, colocando-a no fim desta parte sobre a Questão Taoísta, para aproximar-a da discussão e dos respectivos antecedentes.

Nas nossas comunicações, referi-me a essa narrativa como a **História do Bebê Recém-nascido e o Velho Recém-falecido**. Assim como eu, muitos taoístas ocidentais praticantes e leitores não têm um conhecimento significativo da “experiência chinesa” — os chineses têm uma maneira de pensar e uma referência cultural diferentes —, nem é provável que estejam a par de outros fatores sobre a experiência pessoal de vida de Tao Huang. Portanto, compartilho aqui algumas das informações e experiências vislumbradas mediante as respostas dele por e-mail.

## Inventando a História

Em resposta às minhas perguntas, Tao replicou: “Essa história em forma de parábola, do Bebê Recém-nascido e o Velho Recém-falecido, trata do testamento espiritual. O caractere chinês correspondente seria a Questão Taoísta. A natureza da Questão Taoísta trata dos dons que herdamos

de Deus, pela manifestação do corpo e da mente. A única maneira de esclarecer essa questão é a iluminação na morte. A questão, a propósito, contém todas as informações genéticas do corpo e da mente.

"Portanto, é essa questão taoísta vindo vezes seguidas na forma de carne que é anunciada pelo sangue de nascença e o sangue de batalha. Não batalhamos contra todas as respirações por essa questão, como um osso ensanguentado — seja o nosso nome, um conceito consciente ou o mapeamento cósmico? Portanto, a questão da nossa vida é a batalha entre sangue e osso. Vemos o sangue da mulher, seja depois da lua, seja depois de dar à luz. Do mesmo modo, vemos o sangue na batalha do homem ou na consciência do homem — vemos a dança cósmica entre o amor e a visão\*, entre a voz e a palavra, e entre o país e a bandeira.

"É assim: a minha história da canalização do espírito é tão forte quanto um país ou uma linhagem, e é tão forte quanto a identificação da mulher com o sangue dela. É a essa consangüinidade que esse espírito se alinha e em relação à qual a consciência de Deus é mapeada.

"Depois de passar vinte anos em busca do amor entre o meu corpo e o arbítrio garantido por Deus — chamado oferta da natureza em chinês ou dom de Deus em inglês — não posso encontrar nada que seja valioso interiormente com relação ao território de um país ou a palavras humanas. Deus é inominável e o Tao é inominável.

"Uns dias atrás, quando sintonizei a NPR [National Public Radio], uma repórter falava da Chechênia, na Rússia ocidental, dizendo que não entendia por que a maioria das mulheres estava grávida por lá. Aquele fenômeno era a maneira pela qual os soldados mortos estavam reencarnando outra vez. Aquela era a consangüinidade entre o campo de batalha do homem e o corpo das mulheres. O sangue nunca seca, mas circula de carne para carne, de amor para amor, de espírito para espírito.

"O que estamos fazendo na tradição taoísta? Nós levamos adiante o testamento de sangue. Acontece o mesmo com toda carreira e profissão e não faz diferença quanto à raça, cultura ou nação — ou até mesmo quanto ao tempo nesse sentido. Nós somos os animais de sangue corrente e levamos o testamento da Cruz ou Tao e Te nos nossos ombros e por meio dos nossos pés.

"Não fosse por causa desse sangue, onde estariam a paixão, o fogo e a corrente da vida? Não fosse por causa do testamento, qual seria a nossa ligação com o mundo interior e exterior, entre nós e o universo?"

\* **Nota do Editor:** A palavra acima, "visão" — no contexto de "na consciência humana, vemos a dança cósmica entre o amor e a visão" —, carrega um elevado e revelador sentido de experiência. No processo mental e na experiência das pessoas que compartilham um sistema lingüístico escrito

baseado em imagens visuais, como o chinês e o japonês, há uma etapa de consciência que é diferente dos sistemas de escrita baseados nos sons. Existe aí um processo mental e visual que é uma etapa pré-verbal exclusiva da consciência.

James Legge, no seu *Prefácio do Tradutor* (escrito em 1882) para a sua tradução do *I Ching*, *O Livro das Mutações*, elucida essa característica especial da “visão”: “Os caracteres da escrita chinesa não são representações de palavras, mas símbolos de idéias, e a combinação delas em uma composição não é uma representação do que o escritor quer dizer, mas do que ele pensa. (...) Como os caracteres simbólicos transmitem o significado ‘de acordo’ com o seu autor, ele é livre para traduzir as suas idéias na própria língua, ou em outra qualquer, da melhor maneira que puder. (...) No estudo de um livro clássico chinês, há não tanto uma interpretação dos caracteres utilizados pelo escritor como uma participação dos seus pensamentos — há uma visão de mente para mente.”<sup>2</sup>

## O Testamento Espiritual

“A História do Bebê Recém-nascido e o Velho Recém-falecido também é uma reflexão da porta — a ligação vital entre nascimento e morte, a consciência dividida em linhagens, raças e nações. É a parte que cabe a cada um de nós.

“Devemos ser os escravos de Deus. Ser um escravo é ser Jó no Livro de Jó. Temos sido escravizados desde o nascimento, tendo trabalho para fazer peregrinações e sofrer por elas. Como é em cima, também é embaixo; para ser um mestre, primeiro seja escravo. Só depende de você a decisão de tomar o seu próprio caminho, devotar o seu amor. Como consumir o seu Chi de amor é como ser o escravo de si mesmo e de Deus ao mesmo tempo. Mas, falando seriamente, somos duplamente escravos — o escravo de Deus e o escravo do homem. Para atingir o estado espiritual, a morte do governo/carne e a morte da religião/alma são um dever, chamadas duas mortes no cristianismo, a crucificação e a ressurreição.

“Mais uma observação sobre a escravidão: é verdade que em relação a todo o caminho taoísta de libertação interna somos o nosso único senhor e escravo, no mesmo corpo e na mesma mente. Mas, para alcançar uma libertação completa, devemos trabalhar para anular o karma. Do contrário, ainda seríamos controlados por todos os reinos das sombras — as sombras de cores, culturas, linhagens, nações e raças. A palavra ‘testamento’ refere-se a testamento espiritual, como uma rocha inabalável de Pedro, continuando o caminho do amor de Cristo. É esse testamento que liga e relaciona tudo.”

## Antecedentes do Desenvolvimento da Vontade de Viver

“Nasci aproximadamente às 9 horas da noite, no dia 3 de outubro de 1962, no calendário chinês. Era o dia 30 de outubro no calendário ocidental. Eu era o terceiro filho da minha mãe e o quinto filho do meu pai. A primeira esposa do meu pai deixara três filhos ao morrer. O período de 1958 a 1960 foi uma época extremamente precária no interior onde vivíamos. Poucas crianças nasciam naquela época. O alimento era tão escasso que poucos pais se dispunham a ter outra boca para alimentar. No meu primeiro ano de vida, contudo, houve um grande salto no índice de nascimentos, uma vez que o ano anterior apresentara uma colheita farta e a China não tinha dívidas a pagar com a Rússia.

“Naquela época, no noroeste da China, a minha família foi acossada por uma grande pobreza, assim como a maioria das famílias. O clima na nossa região, que abrange a parte central da China, no coração do planalto central, era praticamente inóspito. Por causa da nossa situação difícil, com uma grave desnutrição e carência de moradias, as crianças eram muito propensas a doenças.

“Eu pesava menos de 2 quilos ao nascer. O meu pai, que era uma pessoa relativamente bem-educada e trabalhava como secretário na administração municipal, não queria ver a minha mãe com mais encargos do que ela já possuía. Ele sugeriu que ela me pusesse dentro do ‘kang’ para ser incinerado. A minha mãe disse ao meu pai: ‘Não posso fazer isso — o bebê é uma vida.’ Foi assim que ela me salvou. Ela me contou essa história quando eu era adolescente, e a minha primeira reação foi me sentir muito indignado em relação ao meu pai. A minha raiva não durou mais do que algumas horas, porém, quando entendi que o meu pai tinha agido como qualquer camponês pobre naquelas circunstâncias.

“Depois de terminar a faculdade, os parentes me contaram que, de todos os doze netos, eu era o que o meu avô mais amava. Quando eu tinha um ou dois anos de idade, ele me pegava depois que eu adormecia no cochilo da tarde e me levava para longas caminhadas. Após duas ou três horas de caminhada, ele voltava para casa e eu acordava. Os meus irmãos e irmãs invejavam a minha sorte de ser o objeto desse gesto especial de amor.

“Em homenagem à minha mãe, quero dizer que ela me deu todo o amor que podia, mas isso não ajudou a melhorar a minha saúde precária durante a infância. Eu me sentia desesperado e desamparado. Lembro-me de quando tinha acessos de diarréia e febre, ela pegava uma tigela de água fria e a borrifava em mim com três pares de pauzinhos. Depois disso, agitava os pauzinhos ao redor da minha cabeça, primeiro no sentido horário e depois no sentido anti-horário. Em seguida, ela se voltava para o leste, enchia a boca de água e a cuspiá no chão. No momento em que ela agitava os pauzinhos diante do meu rosto, eu me acalmava e ficava em paz, e

imediatamente sentia o calor da febre do meu corpo diminuir. Eu ainda guardo na memória do meu corpo aquele fluxo de água fria e do calor afetuoso da minha mãe.

“No inverno, quando o tempo esfriava, o ar ficava muito seco. As nossas mãos e pés rachavam e escorria sangue da pele. A minha mãe punha uma tigela no centro da sala para recolher a urina da noite. Ao amanhecer, a urina era fervida e ela massageava com o líquido a pele das nossas mãos e pés. Era um remédio muito eficaz. Na medicina chinesa, a urina — especialmente dos bebês — ainda é considerada um ótimo remédio para muitas doenças, principalmente para problemas abdominais.

“Quando provoco a memória corporal da minha infância e do vilarejo em que vivíamos, sou dominado por uma profunda sensação de desamparo e desespero. Não é difícil reviver a sensação penetrante da fome. Nunca sabíamos quando teríamos a nossa próxima refeição. Às vezes, não havia água para beber. Nessas condições, o nosso corpo encolhe e seca. Ao mesmo tempo, tem-se uma sensação profunda de aceitação, de saber como a natureza opera.

“Observando o passado, entendo que a lição era se desligar de tudo, não ter expectativas e aceitar o que vida oferecesse. Isso me ajudou a deixar de lado objetivos e desejos pessoais, e a seguir o caminho que me era revelado. O único aspecto permanente da vida é a mudança; esse é o significado essencial do *I Ching*. Apenas pela compreensão da mudança se pode acompanhá-la e assim desistir de qualquer tentativa de controlar uma situação. As mudanças na natureza são rudes e impiedosas. Nós, as pessoas que viviam no planalto amarelo, não podemos hoje — nem podíamos então — controlar e domar a natureza, a despeito do slogan de Mao: ‘O homem deve superar o Céu’ ser alardeado ensurdecadora e incessantemente em nossos ouvidos.”

### A Vida do Mestre Chia, Diferente mas Paralela

Sobre a questão da urina como remédio na medicina chinesa, se é que posso observar, existe um paralelo na vida do mestre Chia que influenciou a disposição inicial dele em relação a uma vida de curas e de ensinamento do Tao. Ele começou a sua vida em Bangcoc, Tailândia, como um bebê saudável de pais chineses. Ele nasceu em circunstâncias dramáticas durante a Segunda Guerra Mundial, quando os pilotos americanos bombardearam alvos japoneses na região de Bangcoc. Os pais dele, sendo cristãos devotos, imaginaram que os americanos não bombardeariam uma igreja cristã; então refugiaram-se na igreja que freqüentavam para assegurar um parto são e salvo ao seu bebê, Mantak.

Durante a infância, ele foi um menino saudável no bairro chinês de Bangcoc. Embora crescesse numa família cristã fervorosa, cercado pela

influência da cultura budista onipresente na Tailândia, ele também vivia num ambiente de cura taoísta chinesa. Por ser um menino saudável, várias vezes pediram-lhe para urinar num jarro de modo que os vizinhos pudessem usar a sua urina como remédio quando ficassem doentes. Depois de algum tempo, ele começou a pensar: "Eu devo ser especial." Ele sentia-se orgulhoso por poder ajudar as pessoas a ficar bem. A partir desse começo, ele aprimorou os seus conhecimentos sobre os métodos naturais para viver uma vida saudável e ajudar os outros a se curar.

Ainda quando trabalhava e fazia sucesso como gerente de vendas da matriz na Tailândia da Gestetner Company, em Bangcoc, ele abriu o seu centro de tratamento natural de saúde, onde aplicou suas habilidades para curar. No final da década de 1970, ele se mudou para Nova York, onde pretendia comercializar uma máquina de Chi (um gerador de Chi para aumentar o Chi corporal) que havia inventado. No entanto, o público americano nada sabia sobre o Chi; assim, não havia mercado para o seu aparelho de saúde. No entanto, enquanto aplicava as suas artes de cura numa clínica de saúde no bairro chinês de Nova York, ele acabou sendo descoberto por ansiosos estudantes americanos que procuravam um professor de técnicas taoísticas. O resto é história.

## A Busca do Código Secreto

Tao Huang continua: "Havia dois outros livros que eu tomei emprestado da biblioteca da faculdade. Um era o *I Ching*, e o outro era *A Interpretação dos Sonhos*, de Sigmund Freud (tradução chinesa). No início da Revolução Chinesa, a leitura do *I Ching* foi proibida. A obra foi considerada pelo governo como o reflexo de uma cultura feudal perniciosa e uma herança confuciana conservadora e corruptora. Eu tinha um desejo resoluto de obter uma compreensão total do *I Ching*, que era considerado pelo povo como um dos grandes tesouros da China. A obra sempre fora valorizada como um dos fundamentos da cosmologia taoísta e como a fonte da sabedoria tradicional chinesa.

"Para a minha decepção, o estudo do *I Ching* me deixou muito confuso. Na época eu não sabia que, ao longo da história chinesa, a interpretação dessa obra fora a responsável pela instauração de um campo de batalha ideológico entre os comentadores. Ela fora o assunto de um profundo conflito na imaginação e na visão de mundo dos praticantes taoístas e estudiosos confucionistas. A interpretação confucionista concentrava-se amplamente na explicação lingüística e na compreensão analítica. A versão taoísta centrava-se na aplicação prática, na compreensão dos eventos naturais e no aprofundamento do processo consciente do indivíduo. Eu tomava conhecimento do fato de que a compreensão taoísta do universo e da natureza, assim como das relações humanas e da ciência chinesa, achava-

se na própria raiz da civilização chinesa. A ideologia confucionista, ao contrário, servira, desde tempos muito remotos, como o principal instrumento da ordem feudal.

"Eu também entendi que, enquanto a cultura confuciana tornara-se dominante, a visão de mundo taoísta e a sua teoria sobre as técnicas relacionadas à natureza geralmente tinham sido consideradas pelos governantes como perigosas, esquisitas e obscuras, a despeito das suas contribuições para a ciência, a medicina e outras áreas da cultura chinesa. Eu desconhecia também até que ponto a visão de mundo taoísta fora sistematicamente reprimida pelo sistema, tanto em âmbito nacional quanto local.

"Também comecei a entender que, na tradição taoísta, o *I Ching* era considerado um livro sagrado. Acreditava-se que ele contivesse um código secreto que despertaria a consciência humana. Ele servia para revelar o verdadeiro destino do povo, e fornecia um padrão para transformar e enriquecer a força vital que herdamos dos nossos ancestrais e dos nossos pais, assim como as energias do céu e da terra. Essa visão da vida como um processo de transformação pessoal — uma jornada interior — estava enraizada na visão de que os seres humanos são um microcosmo que reflete as energias do macrocosmo. Na visão taoísta não há limites para o aperfeiçoamento do potencial criativo e espiritual de cada pessoa.

"A *Interpretação dos Sonhos* havia sido declarado um tabu durante a Revolução Cultural. A obra era tida como um produto perverso do capitalismo. Na cultura chinesa tradicional, os sonhos sempre foram considerados essenciais para a previsão dos acontecimentos futuros, coletiva e pessoalmente. Freud enfatizava a importância da interpretação dos sonhos como um meio de entender o presente à luz do passado. Na visão dele, a libido desempenhava um papel fundamental. Obviamente, o sistema comunista chinês recusava-se a considerar que o seu próprio tabu a respeito da sexualidade e também as suas atitudes puritanas não eram tão diferentes das que vigoravam na Europa na época de Freud, especialmente em Viena.

"Inicialmente, senti-me muito atraído pelas opiniões de Freud. Elas abriram para mim todo um mundo novo, dando-me uma sensação de liberdade em face da minha cultura puritana. Ainda assim, entendi também que havia um tipo de obsessão nas idéias de Freud. Quando iniciei os meus estudos de graduação em psicologia na Cleveland State University, tornei-me cada vez mais insatisfeito com a posição dele. Concluí que ela refletia um estado patológico da elite da época dele, que ele então usara como a base para as suas opiniões sobre a sexualidade. Nos meus estudos de pós-graduação no California Institute for Integral Studies, em San Francisco, entendi que a minha principal objeção a Freud era que a visão dele da sexualidade era altamente redutora. Eu não podia negar, porém, que os ensinamentos dele contribuíam para aumentar os rendimen-

tos dos professores de psicologia. Tornei-me muito desconfortável dentro do ambiente acadêmico por essa razão.

“A minha prática do Chi Kung e os seus efeitos terapêuticos contribuíram para a minha mudança de atitude em relação a Freud. Essa mudança também foi radicalmente influenciada pela minha descoberta da obra de Carl Jung e o seu subsequente rompimento com a tradição positivista européia. A sua libertação daquele molde manifestou-se claramente na descoberta do fenômeno da sincronicidade (eventos acontecendo simultaneamente que não são coincidentes mas predestinados), juntamente com a grande identificação dele com a tradição taoísta. Isso transparece no comentário dele sobre o clássico taoísta, *O Segredo da Flor Dourada*, e na introdução que ele fez à primeira tradução ocidental do *I Ching*, feita por Richard Wilhelm.”

## História do Bebê Recém-nascido e do Velho Recém-falecido

**Ao morrer, a voz e o nome são extintos pelo testamento espiritual — caso esse tenha sido desenvolvido — permitindo que a pessoa entre na vida imortal e eterna.**

Existe uma história sobre o testamento que é mais ou menos assim: Uma vez, anos atrás, um bebê mal chegou a este mundo e a primeira coisa que fez foi chorar, mas sem derramar lágrimas. Logo ele percebeu os sons de vozes chorosas que lhe chegavam de outra direção. As pessoas lamentavam a perda de um homem idoso que morrera no exato momento em que o bebê nascera. Durante a noite, em sonho, o recém-nascido conversou com o morto. O bebê, considerando os acontecimentos, indagou:

— Ao chegar a este mundo eu chorei, não porque queria, mas porque precisava fazê-lo. O médico disse que era necessário para desobstruir os meus pulmões e provocar a exalação produzida pelo som do choro. Os budistas dizem que é uma coisa triste nascer neste mundo. Mas por que os vivos choram por um homem morto como você?

O morto esclareceu:

— As pessoas que estavam chorando eram aquelas que possuíam ou o meu sangue ou o meu testamento.

O bebê então questionou:

— Por que ninguém chorou por mim quando cheguei a este mundo?

O morto observou profundamente o bebê e explicou:

— Veja o sangue que você trouxe a este mundo; alguém precisava morrer para que você nascesse. A voz com que você chorou é a continuação da voz de alguém que morreu.

— Mas por que você não chorou por si mesmo? Você não está triste por deixar este mundo? — expressou-se o bebê.

— Eu não podia falar uma palavra quando exalei o meu último suspiro — replicou o velho. — Tudo o que tenho a dizer está escrito no meu testamento.

— Você pode me mostrar o seu testamento? — pediu o bebê.

— Não, não posso. Você não é do meu sangue. Só podem ter acesso ao meu testamento aqueles que têm uma ligação de sangue comigo.

Instigado pelo sonho, o bebê começou a pesquisar a própria voz chorosa, o testamento de sangue que herdara. Ele descobriu que desde os sons *ma-ma* e *ba-ba* até palavras mais interessantes e números viáveis, todos os testamentos eram iguais: escritos com letras e números. Eles variavam apenas no direito de apelar e maneiras de aplicar. Geração após geração, gotas de sangue haviam se expandido até se tornar rios de sangue; os testamentos dos rios cheios de sangue haviam sido escritos sucessivamente no mesmo formato obtido pelo mesmo processo: a capacidade intencional de interpretar. Cada testamento envolve sangue e permuta intencional, e cada permuta envolve a morte de uma geração mais velha, uma raça/cultura mais velha e o nascimento de uma nova geração, uma nova raça/cultura. Contudo, o sangue permanece sempre o mesmo. O formato desses testamentos está sempre mudando com as vozes e os nomes dentro dos sons imutáveis de masculino e feminino e com os símbolos de letras e números. O som transforma a vida assim como os símbolos ligando a Imagem Ideal de Deus com a Terra Realista dos países.

### — Fim da História —

Entendeu? O bebê poderia ter herdado o testamento mediante a consangüinidade familiar se pertencesse à família do homem? Não pelo sangue!

Considere o seguinte fato: na hereditariedade, os registros de idéias mais antigos que sobreviveram aos mecanismos da hereditariedade são dos antigos gregos. Por exemplo, Aristóteles especulou que, uma vez que o sangue irrigava e alimentava os órgãos do corpo, a procriação também deveria ocorrer por intermédio do sangue. Ele sugeriu que o sêmen masculino seria sangue purificado e que a contribuição genética feminina para a geração seguinte seria o sangue menstrual. No entanto, essas e outras idéias deram pouca ou nenhuma contribuição para o desenvolvimento final do nosso conhecimento atual da hereditariedade. Depois dos gregos, houve um silêncio de 2.000 anos sobre os mecanismos da hereditariedade. A genética como uma disciplina científica não existiu antes da obra de Gregor Mendel — em meados do século XIX.<sup>3</sup>

Portanto, a imagem do sangue deve ser uma metáfora para algo mais. Então, como entendê-la, como testamento espiritual? Dica: leia no restante do livro sobre como purificar o “sangue” com o Tao e o Te.

## Resumo do I Ching e do Código Genético

### Propósito

Ao longo do texto, em *Porta para Todas as Maravilhas*, há referências a hexagramas do *I Ching* e a caracteres chineses que lhes dão nome ou então que os explicam. Incluímos essas imagens nos capítulos para a consulta do leitor juntamente com o texto. Por causa dessa presença difusa do *I Ching*, subjacente ao pensamento e à cultura taoísta, incluímos um simples resumo introdutório da estrutura do *I Ching* — assim como a sua impressionante correlação com descobertas e avanços recentes da ciência moderna. Esse conhecimento tem aplicações práticas, especialmente na área da biologia molecular, do código genético, do nosso DNA e do mundo subatômico da mecânica quântica. Isso se traduz numa influência importante sobre a nossa vida, a nossa experiência espiritual e o cumprimento do nosso patrimônio hereditário evolucionário.

Para aqueles de nós que não têm um conhecimento do funcionamento do *I Ching* ou da ciência moderna da genética, nesta seção serão apresentados alguns fundamentos otimizados. A intenção é dar uma explicação sobre a sua estrutura básica e as suas funções, o bastante apenas para avaliar a sua dimensão e importância. Não é necessário ter um extenso conhecimento para obter os benefícios da leitura de *Porta*.

No Prefácio, o mestre Huang escreveu: “(...) *Tao Te Ching* (...) O Texto contém duas partes. (...) *He Shanggong* (*O Homem-Na-Margem-do-Rio*), que se acreditava ser a reencarnação de Lao Tzu, dividiu o Texto em 81 capítulos. Os números sempre tiveram um lugar de destaque na filosofia e no simbolismo chineses. O *Tao Ching* tem 37 capítulos e o *Te Ching* é composto de 44. Analisando numericamente, vemos que três e sete fazem dez, e quatro mais quatro dá oito; juntos, eles fazem dezoito, ou duas vezes nove, que quando multiplicados dão 81 (...) a transformação do amor e da virtude em *pessoa pura* (a unidade entre o nove espiritual da alma pura e o nove do espírito puro de Deus).”

Não tentaremos analisar a organização e o simbolismo da numerologia chinesa nesta introdução. No entanto, ajudaremos os leitores que não estudaram o *I Ching* a conhecer alguns conceitos básicos da estrutura e da dinâmica dessa obra. Os “duplos noves” são a designação numérica (mentionada adiante) das linhas duplas, ou linhas interrompidas, encontradas nos trigramas de alguns hexagramas do *I Ching*. Há que considerar compo-

sições diversas no processo de leitura dos hexagramas; as linhas são lidas de baixo para cima. Ao ler a composição das linhas em trigramas, as três linhas inferiores são consideradas como o trígrama da Terra, e as três superiores constituem o trígrama do Céu. Na composição das seis linhas do hexagrama, os trigramas podem apresentar linhas duplas ou interrompidas, também chamadas “duplos noves”, conforme mencionado acima.

## Ponto de Vista

As raízes do Tao remontam talvez a 20.000 anos.<sup>4</sup> Acredita-se que tenha sido o legendário Fu-Hsi (Fuxi) o compilador da remota sabedoria cerca de 5.000 anos atrás. Ele criou os trigramas com linhas contínuas e interrompidas, para representar as oito forças elementares do universo e da natureza, dispondo-as na famosa figura octogonal do Pakua (conforme se observa no logotipo do Universal Tao).



O Pakua octogonal com o símbolo de Yin-Yang do Tai Chi no centro.

Combinando os oito trigramas como pares de todas as possíveis combinações de trigramas, ele delineou a estrutura da versão mais antiga dos 64 hexagramas e do sistema que viria a ser conhecido como o *I Ching*. (Veja a tabela de Fu-Hsi para o *I Ching* mais adiante.) Os hexagramas mais tarde foram reorganizados e qualificados por escrito pelo rei Wen, cerca de 3.000 anos atrás. Essa versão foi posteriormente corrigida por um dos filhos dele, o duque de Chou. Confúcio e alguns dos discípulos dele editaram então a versão de Chou (e acrescentaram mais correções) cerca de 500 anos mais tarde — durante a época de Lao Tzu.

Pode interessar ao leitor saber que cerca de trinta anos atrás reconheceu-se que o *I Ching* tem a mesma estrutura matemática do código genético.<sup>5</sup> Watson e Crick explicaram corretamente a estrutura do DNA em 1953,<sup>6</sup> pelo que receberam o Prêmio Nobel em 1962. Também iremos fornecer

um resumo simples e não técnico da estrutura matemática do DNA, que se correlaciona à estrutura e dinâmica do *I Ching*.

Em 1975, foi descoberto o caráter ondulatório, a “outra metade” da estrutura do DNA — a metade que é complementar ao aspecto material. Isso implica que existe um sistema universal de comunicação entre as células operando em velocidades muito superiores aos dos sistemas humorais ou neurais conhecidos até então. Biossinais na freqüência do ultravioleta “correm” em espirais de DNA e ativam códons específicos<sup>7</sup> (os códons são unidades de informações biológicas no código de 64 trincas do DNA — análogo às combinações de trigramas do *I Ching*). Esse conhecimento (conforme exposto pelo dr. D. A. Popp, descobridor do caráter ondulatório do DNA) leva-nos ao reconhecimento de que o espírito pode ser transformado a partir da matéria, e a matéria só ganha sentido por meio do espírito.<sup>8</sup> Portanto, do ponto de vista taoísta, parece provável que o nosso espírito/consciência pode ser educado para aumentar a probabilidade das possibilidades mais benéficas na nossa vida.

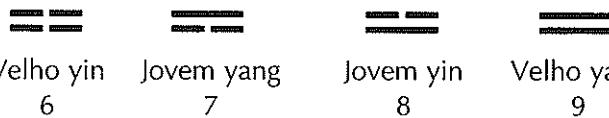
### Linhas, Diagramas, Trigramas e Hexagramas do *I Ching*

O “I” do *I Ching* geralmente significa mudança, transformação. Também existe uma antiga definição em chinês que o caracteriza como “criador de vida nova”. Convém ter em mente esse último significado ao correlacionar as estruturas e a dinâmica do *I Ching* e o código genético, o DNA.

O Tao em manifestação é representado como o intercâmbio de duas fases primordiais correlacionadas, yin e yang. No sistema de representação do *I Ching*, yin é explicado como uma característica de energia feminina, receptiva, retraída, e é apresentado como uma linha interrompida (—). Yang é o componente complementar e é uma energia masculina, doadora, expansiva, representada como uma linha contínua (—). No sistema numérico binário, yin e yang são representados como (0 e 1) também escrito como (O e L) — o que é ótimo para operação dos computadores, etc. Os aspectos ou tendências yin/yang não são isolados como opostos, mas, ao contrário, são concebidos como sendo correlacionados e operando harmoniosamente para o bem comum de ambos. Eles são pólos de um contínuo interligado de proporções mutantes, alterando-se por graus de relacionamento entre si. Assim, eles denotam polaridades de um todo e não opositos separados e dualistas.

Explicando a metodologia e a prática do *I Ching*, Confúcio disse: “Em ‘I’ existe o Tai Chi (grande vazio), que cria dois pólos, os quais criam quatro quadrantes, que criam oito oitantes.” Os dois pólos são as linhas yang (—) e yin (—). Os quadrantes são os diagramas constituídos de combinações de pares de yin e yang.

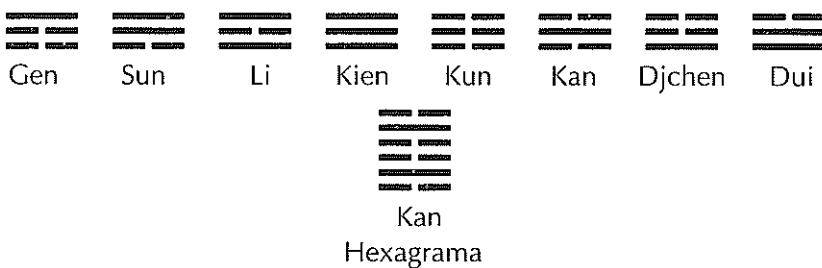
Digramas:



O número do diagrama mostrado embaixo de cada par é o número que é determinado por essa configuração como parte do processo de adivinhação. As combinações das duas linhas (pólos) dão origem à dualidade dupla dos diagramas — yin e yang fornecem a dualidade básica ou polaridade — e uma linha a mais fornece a dualidade adicional de velho ou jovem.

Ao se acrescentar uma linha a mais aos diagramas obtém-se como resultado oito combinações de oitantes — os trigramas.

Trigramas:



Quando estão configuradas as combinações em pares de todos os oito trigramas, o resultado produzido são os 64 hexagramas do *I Ching*. Por exemplo, a combinação de dois trigramas Kan resulta no hexagrama Kan. Os oito hexagramas que emparelham os trigramas iguais retêm o nome dos trigramas isolados, como no exemplo dado. Textos tradicionais breves — chamados “Imagens”, “Julgamentos” e “Oráculos” — interpretando o significado e a estrutura do hexagrama foram anexados aos hexagramas. O *I Ching* é autodescritivo e auto-renovador, além de ter um mecanismo interno para evitar a incondicionalidade — é uma Teoria da Relatividade em grande escala.

### Processo Divinatório do *I Ching*

O *I Ching* é compreendido como uma “receita do mundo”, consistindo de 64 hexagramas possíveis que simbolizam todos os estados da existência, ou tendências da orientação energética. As transformações de energia ocorrem no fluxo contínuo e infinito de mudanças da vida desde o microcosmo

Tabela de Fu-Hsi para o *I Ching*

Superior Trígrama Inferior ▼	☰	☱	☲	☳	☴	☵	☶	☷
	☰ 2 Kun	☱ 23 Bo	☲ 8 Bi	☳ 20 Guan	☴ 16 Yü	☵ 35 Dsin	☶ 45 Tsui	☷ 12 Pi
	☱ 15 Kiën	☲ 52 Gen	☲ 39 Giën	☳ 53 Dsién	☴ 62 Siau Go	☵ 56 Lü	☶ 31 Hiën	☷ 33 Dun
	☲ 7 Sch'i	☱ 4 Mong	☱ 29 Kan	☳ 59 Huan	☴ 40 Hië	☵ 64 We dsi	☶ 47 Kun	☷ 6 Sung
	☱ 46 Schong	☱ 18 Gu	☲ 48 Dsing	☳ 57 Sun	☴ 32 Hong	☵ 50 Ding	☶ 28 Da Go	☷ 44 Gou
	☲ 24 Fu	☱ 27 I	☲ 3 Dschun	☳ 42 I(Yi)	☴ 51 Dschen	☵ 21 Sch'i Ho	☶ 17 Sui	☷ 25 Wu Wang
	☱ 36 Ming I	☱ 22 Bi	☲ 63 Gi dsi	☳ 37 Gia Jen	☴ 55 Fong	☵ 30 Li	☶ 49 Go	☷ 13 Tung Jen
	☲ 19 Lin	☱ 41 Sun	☲ 60 Dsië	☳ 61 Dschung Fu	☴ 54 Gui Me	☵ 38 Kui	☶ 58 Dui	☷ 10 Lü
	☱ 11 Tai	☱ 26 Da Tschu	☲ 5 Sü	☲ 9 Siau Tschu	☴ 34 Da Dschuang	☵ 14 Da Yu	☶ 43 Guai	☷ 1 Kiën

até os níveis macrocósmicos da existência. Possibilidades prováveis e probabilidades dos resultados das mudanças podem ser indagadas e apuradas — com base em variáveis relevantes presentes num “instantâneo” de experiência num dado momento do tempo. Chega-se a essas possibilidades e probabilidades por meio do processo “oracular”, ou de adivinhação, associado aos hexagramas adequados. Essa concepção é o fundamento teórico para explicar a dinâmica do Tao na criação. É o sustentáculo da enigmática cultura chinesa.

Os 64 hexagramas do *I Ching* também podem ser considerados como tríades de digramas; ou seja, combinações de três dos quatro digramas possíveis. Existem oito combinações possíveis de três linhas interrompidas/contínuas (resultando em trigramas conforme visto anteriormente). Além de ler os trigramas, o processo de adivinhação do *I Ching* inclui a leitura dos digramas e sua influência correlacionada dentro dos hexagramas e em relação aos hexagramas relacionados. Do mesmo modo, ele dá a importância das linhas isoladas no contexto de um hexagrama determinado e os hexagramas relacionados. [Consulte o Apêndice II, onde há uma lista completa das configurações dos hexagramas e a tradução dos seus nomes chineses feita por Richard Wilhelm.]

O processo de adivinhação serve para estreitar o foco de probabilidades e possibilidades de transformações e resultados — o que pode nunca ser definitivo nem final, mas apenas de natureza relativa. Isso é assim porque — conforme Einstein nos lembrou com a sua fórmula  $E = mc^2$  — até mesmo a matéria sólida é um estado da energia. Os elementos dos hexagramas do *I Ching* representam 64 estados dinâmicos da tensão entre os opositos de yang e yin para manter um estado determinado. A certa altura das polaridades duais, yang muda para yin e yin muda para yang, e os estados de energia mudam.

### Observações, Conceitos Básicos e Vocabulário do DNA

A maior história de sucesso na biologia é a elucidação de como a informação torna-se *forma*. Como a informação genética flui, ou como os genes agem, foi chamada de *o novo paradigma da biologia*. Apresentamos aqui alguns conceitos básicos e um vocabulário sobre o conhecimento atual da genética. Os leitores podem criar coragem e se inspirar com um sentido das probabilidades práticas dos benefícios que obtêm pela influência dos genes. Os princípios de adivinhação mencionados anteriormente — que são determinados como probabilidades e possibilidades estatísticas baseadas em variáveis conhecidas e com considerações de acaso e sorte — também se aplicam no campo da genética. Os genes não operam num vácuo, mas interagem com o ambiente em muitos níveis para produzir um fenótipo (a forma expressa do caráter de uma pessoa). O relacionamento do genótipo a fenótipo através de uma série ambiental é chamada de *norma de reação*.

O DNA é o depósito de informações comuns e da organização da expressão da maioria dos organismos do planeta. É um sistema em que as informações fluem do DNA para o RNA e para as proteínas. O DNA é a base informational subjacente a todos os processos e estruturas da vida. A molécula de DNA (*DeoxyriboNucleic Acid*, ou ácido desoxirribonucléico) tem uma estrutura que responde por duas das propriedades fundamentais da vida, a reprodução e a criação da forma. O DNA é uma estrutura em dupla-hélice cujo respectivo desenho é tal que pode ser reproduzido para constituir duas cópias idênticas. A cópia do DNA é a base para toda a reprodução, celular e de todos os organismos vivos. Assim o DNA pode ser encarado como a linha que nos une a todos os nossos ancestrais da cadeia evolutiva. Além do mais, o DNA gera as formas porque um código que contém as instruções para a construção de um organismo estão escritas na seqüência linear dos blocos constituintes de uma molécula de DNA. Podemos considerar isso como informações, ou “o que é necessário para dar forma”.

O DNA funciona virtualmente da mesma maneira em todos os organismos vivos. A maior parte dos códigos genéticos para algum tipo de

**proteína:** sejam proteínas ativas como as enzimas ou proteínas que desempenham um papel estrutural nas células. Um importante marco foi registrado em 1953: James Watson e Francis Crick apresentaram um **modelo em dupla hélice para a estrutura do DNA**. Esse modelo mostra que o DNA pode se multiplicar desenrolando progressivamente os dois cordões entrelaçados da dupla hélice e usando os cordões expostos como modelos para uma nova síntese. Cada um dos dois cordões entrelaçados de DNA é uma seqüência de grupos químicos chamados *nucleotídeos*, dos quais se conhece a existência de quatro tipos.

Cada tipo é composto de um grupo fosfato, uma molécula de açúcar desoxirribose e qualquer uma das quatro bases — adenina (A), guanina (G), citosina (C) e timina (T). Duas das bases, adenina e guanina, têm uma estrutura em anel duplo característica de um tipo de substância química chamada purina. As outras duas bases, citosina e timina, têm uma estrutura em anel simples de um tipo chamado de pirimidina. Uma vez que as proteínas são seqüências de aminoácidos, uma seqüência específica de nucleotídeos de DNA (um gene) contém informações codificadas para especificar a seqüência de aminoácidos e portanto da estrutura da proteína.

No processo da síntese da proteína, o RNA é um mediador entre o DNA e a proteína resultante. No código para o RNA — que reflete as propriedades do DNA do qual ele é derivado — a letra da base T (timina) é substituída por U (uracila). Uma legião de ribossomos percorre o mRNA (m = mensageiro), cada um deles iniciando na terminação 5 e prosseguindo por todo o comprimento do mRNA até a terminação 3. À medida que um ribossomo se desloca, ele “lê” três nucleotídeos de cada vez da seqüência nucleotídica do mRNA. Cada grupo de três, chamado de códon tríplice, representa um aminoácido específico. Uma vez que existem quatro nucleotídeos diferentes no mRNA, existem  $4 \times 4 \times 4 = 64$  códons diferentes possíveis. Esses códons e os aminoácidos que eles representam são mostrados na ilustração “Tabela do Código Genético”.

O arranjo combinatório de trincas de digramas corresponde precisamente à maneira como as combinações de três bases no DNA geram aminoácidos nas células vivas. Os quatro digramas que se combinam em três para formar os hexagramas são análogos às quatro bases, que se combinam em três para formar os “códons” genéticos.

O DNA é composto por duas cadeias paralelas (“cordões”) de nucleotídeos enrolados na forma de uma dupla hélice, como uma escada em espiral, com os cordões correndo em direções opostas. Na molécula de DNA de dois cordões, as duas espinhas dorsais seguem uma orientação oposta, ou *antiparalela*. As duas cadeias estão unidas pelas respectivas bases emparelhadas: A com T e G com C. As bases de DNA interagem

		Segunda Letra					
		U	C	A	G		
Primeira Letra	U	UUU ] Fen UUC UCC UUA ] Leu UUG	UCU ] Ser UCC UCA UCG	UAU ] Tir OCRE UAC UAA (PARE) UAG ÂMBAR (PARE)	UGU ] Cis UGC UGA Começo UGG Trp	U C A G	
	C	CUU ] Leu CUC CUA CUG	CCU ] Pro CCC CCA CCG	CAU ] His CAC CAA ] GluN CAG	CGU ] Arg CGC CGA CGG	U C A G	Terceira Letra
	A	AUU ] Ileu AUC AUA AUG Met = Começo	ACU ] Tre ACC ACA ACG	AAU ] AspN AAC AAA ] Sis AAG	AGU ] Ser AGC AGA AGG ] Arg	U C A G	
	G	GUU ] Val GUC GUA GUG	GCU ] Ala GCC GCA GCG	GAU ] Asp GAC GAA ] Glu GAG	GGU ] Gli GGC GGA GGG	U C A G	

Tabela do Código Genético

Lista dos aminoácidos e suas abreviações no código acima

Ala = Alanina  
 Arg = Arginina  
 Asp = Ácido aspártico  
 AspN = Asparagina  
 Cis = Cistina  
 Fen = Fenilalanina  
 Gli = Glicina

Glu = Ácido glutâmico  
 GluN = Glutarnina  
 His = Histidina  
 Ileu = Isoleucina  
 Leu = Leucina  
 Lis = Lisina  
 Met = Metionina

Pro = Prolína  
 Ser = Serina  
 Tir = Tirosina  
 Tre = Treonina  
 Trp = Triptofano  
 Val = Valina

de acordo com uma regra muito direta, a saber, que existem apenas dois pares de bases: A-T e G-C. As bases nesses dois pares de bases são consideradas como sendo *complementares*. Isso significa que a qualquer “etapa” da molécula de cordões duplos enrolados como uma escada em espiral do DNA, as únicas associações base-a-base que podem existir entre os dois cordões sem distorcer substancialmente a molécula de cordões duplos de DNA são A-T e G-C.

No fim da reprodução de uma molécula de DNA, resultam duas moléculas. Cada uma dessas moléculas é um híbrido, consistindo de um dos cordões paternos entrelaçados com um cordão recém-sintetizado, daí o termo *semiconservador*. A informação codificada na seqüência de nucleotídeos deve ser traduzida em grupos de três nucleotídeos para cada aminoácido. Em 1966, deduziu-se o completo “dicionário” genético de todas as 64 unidades possíveis tricodificadas (códons) e os

aminoácidos específicos a que elas correspondiam. Estudos subsequentes em muitos organismos mostraram que a estrutura di-helicoidal do DNA, o modo da sua reprodução e o dicionário de códons são os mesmos virtualmente em todos os organismos vivos, sejam eles plantas, animais, fungos ou bactérias. [“Notas” — compilado de *MODERN GENETIC ANALYSIS*.]

Permitindo que as bases de nucleotídeos T (ou U), C, G e A sejam expressas pelos digramas do *I Ching* — essa correlação, se substituída na “Tabela do Código Genético”, expressa os mesmos 64 hexagramas do *I Ching*. Portanto, as correlações são as seguintes:

$$U = \text{---} \quad C = \text{---} \quad G = \text{---} \quad A = \text{---}$$

ou T, no caso do DNA

(Tentativa inicial, símbolos permutáveis)

	U	C	G	A			
U	0 32 112 314	16 48 36 112 314	4 20 52 40	8 56 44	24 12 28 60	UCG UCA UGA	
C	1 33 49	17 37 53	5 21 41	9 57	25 45 61	UCG UCA UGA	
G	2 34 50	18 38 54	6 22 54	10 42 58	26 46 62	UCG UCA UGA	
A	3 35	19 51	7 39	23 55	11 43	27 59	15 47 31 63

O *I Ching* transcrito sobre o código genético

## Comentários Finais

Em benefício da brevidade, as apresentações tanto do *I Ching* quanto do código genético foram grosseiramente simplificadas de modo extremo e superficial. O propósito era oferecer uma sensação da validade e importância do *I Ching* para o leitor não iniciado, uma vez que essa questão é mencionada muitas vezes ao longo do texto. Do mesmo modo, em razão dos enormes avanços na pesquisa científica genética, é inspirador ter uma idéia de em que pé estamos nesse campo. Em consequência disso, também pode nos ajudar nas nossas atividades saber que temos realmente a capacidade para influenciar profundamente o nosso estado de saúde e a nossa evolução. Se conseguirmos manter os bons biossinais circulando para cima e para baixo naquelas vias espiraladas do DNA, ativando aqueles bons códons nas nossas células, transformando espírito da matéria e ao mesmo tempo melhorando a qualidade e a importância do nosso ser físico — quem sabe que limites poderemos transcender!

É isso aí! É este o ponto até onde pretendíamos chegar na discussão da correlação entre o *I Ching* e o código genético. A chave para a estrutura e a dinâmica da vida nos nossos genes é a mesma que a dos 64 estados de tensão entre as polaridades opostas yin e yang do *I Ching*. É a mesma que a sabedoria, a cosmologia do mundo, incorporada no *I Ching* que foi compilado 5.000 anos atrás por Fu-Hsi. Ainda que o *I Ching* tenha sido posteriormente corrigido e melhorado por sábios espiritualizados que se sucederam nos milênios depois de Fu-Hsi. Ao comparar as tabelas dos hexagramas de Fu-Hsi e dos códons tríplices do código genético, dá uma sensação de assombro pela beleza e pela força da verdade no microcosmo em cada uma das trilhões de células no nosso corpo. Da mesma maneira, uma sensação de ligação polarizada com o Chi primordial complementar do universo, o macrocosmo.

Seja como Niels Bohr, um dos patronos do mundo subatômico da ciência moderna — a física quântica. Os resultados do trabalho dele e de outros têm confirmado a natureza da polaridade dual da realidade onda/partícula no nível subatômico da existência. Depois de já ter elaborado a interpretação da teoria quântica, ele esteve na China em 1937 e ficou profundamente impressionado pela antiga noção chinesa da complementaridade dos pólos opostos, que estabelecia um paralelo com o seu pensamento. Tanto que, quando foi consagrado cavaleiro na sua Dinamarca natal, em 1947, em reconhecimento por suas notáveis descobertas, ele escolheu o símbolo do Tai Chi e a inscrição “Os opostos são complementares” para o emblema do seu brasão.<sup>9</sup> Crie o seu próprio brasão na consciência do seu corpo, no âmago das suas células e manifeste a sabedoria do seu corpo. O propósito das nossas práticas taoístas é nos capacitar a sermos seres humanos saudáveis, felizes, conscientes, evoluídos, e assim ser capazes de alcançar a vida além da vida.

## Práticas Taoístas Inspiradas na Energia Pura do Te

**Meditação/Exercício.** O mestre Huang fala sobre a apresentação de técnicas em “Porta” a partir do ponto de vista tradicional dele: “Existem dois exercícios que pertencem às técnicas tradicionais, cinco animais e seis sons. O resto são técnicas de orientação da consciência que movimentam órgãos e partes específicos do corpo. Desde o eu interior até a mais elevada e pura reunião, o Tao da semente e o Te do amor casto se tornarão um, como se o corpo e a mente se tornassem um.

“Eu acho que, partindo do conhecimento passado pelo mestre Chia em termos de exercícios, é um pouco difícil captar a parte de exercícios do livro. Por um lado, a apresentação dos exercícios é uma espécie de reflexão ou revelação e há apenas duas partes, ou talvez três, que eu apenas traduzi dos ensinamentos de Hua Te, um dos professores mais conhecidos na China; além de taoísta, ele é um profissional da medicina chinesa. A terceira deriva da Fusão dos Cinco Elementos do mestre Chia. Na tradição taoísta, nós apenas revelamos metade do exercício de meditação numa apresentação puramente literal. A outra metade depende da qualidade do mestre e do preparo do aluno. Quanto mais pura a energia interior do mestre, mais eficaz será o exercício.

“A parte mais crucial é que, em toda a história taoísta, os ensinamentos puros não são perturbados ou distorcidos, pois normalmente se relacionados a um local específico, o poder do Chi terrestre e a personalidade de um mestre. A menos que os antecedentes do aluno não apresentem obstáculos, o que tem a ver com a vida familiar e social, e a menos que ele mostre pureza e integridade suficientes, o ensinamento não pode ser revelado. Por exemplo, eu não posso revelar o exercício sobre a Ursa Maior a menos que o aluno esteja em processo de iniciação e assumindo inteira responsabilidade por ela. Não posso considerar a pessoa com base na hierarquia social ou familiar.

“A terceira parte mais sagrada do ensinamento tem a ver com a oportunidade, tanto no tempo cósmico quanto na facilidade microtemporal dentro de cada pessoa. Além dos fatores micro e macrotemporais, há as influências especiais dos solstícios de inverno/verão e os equinócios de primavera/outono. Esses momentos que são significativos ao longo do ano refletem os quatro períodos temporais dentro de um dia, que são das 11 da manhã à 1 da tarde e das 11 da noite à 1 da madrugada, e entre 5 e 7 da manhã e da tarde. Isso foi resumido na frase: ‘Se você controlar o tempo de um dia, então dominará o ano inteiro.’

“A situação mais interessante é a trindade dos três dantians (tan tiens) na nossa tradição taoísta. Por causa do Chi que circula entre o corpo e

a mente e é independente por si mesmo, não pode haver um só exercício para todos. Não existe essa coisa de um exercício que possa desobstruir tudo. É por isso que todos os pontos de pressão devem ser desobstruídos, assim como os cinco níveis de órgãos, pele, músculos, zang fu (glândulas), ossos e medula óssea, devem atingir um nível de perfeição final antes de se atingir a iluminação.

“Porque o corpo é tão complicado em razão das doenças hereditárias e do condicionamento social — e por causa da interação entre o corpo e o universo, especialmente os planetas internos e as estrelas próximas — cada exercício deve ser considerado na sua especificidade. O exercício só pode ser feito levando-se em consideração as peculiaridades individuais. É por isso que, nas técnicas taoístas do norte, costumamos usar a mente para guiar o corpo, o que produz movimentos ou exercícios resultantes da experiência. Além disso, quando os dois corações atingem a unidade, você não sabe dizer qual é qual. Essa é a situação mais difícil para eu explicar — qual parte dos exercícios são inherentemente de Lao Tzu e quais partes são resultantes da minha própria compreensão ou reflexão decorrentes dos ensinamentos dele — ou revelação. Todas as palavras, orações ou frases destacadas no texto do livro pertencem ao *Tao Te Ching*.

“Se os leitores ou alunos tiverem perguntas a fazer, devem nos encontrar ou procurar pessoalmente para esclarecer os problemas. Não podemos simplesmente lhes dar a refeição e alimentá-los ao mesmo tempo. Só a pessoa certa pode apreender as imagens essenciais dos exercícios. Ou, se forem avançados o suficiente, pela leitura das palavras, eles captam uma vibração energética diretamente. Então, eles não precisam de exercícios uma vez que os canais já estão abertos ou desobstruídos. Tudo o que eu disse acima são sugestões e experiências pessoais de acordo com a nossa tradição. Nós nunca apresentamos tudo por meio de palavras. Se fosse assim, o que teríamos para viver, existir e sobreviver?”

O lema do mestre Tao Huang: “Na tradição taoísta, tenho apenas um conhecimento, e ele está no poder de Lao Tzu. Ele me escolheu e fez de mim um cão fiel, um escravo devotado, um aluno profundamente interessado. Se você questionar os assuntos de Porta, vá diretamente e pergunte a Lao Tzu, e nós compartilharemos um silêncio mútuo — a passagem emocional, visceral e abstrata do Tao.”

*O Editor: Dennis Huntington tem praticado o Tao ensinado pelo mestre Chia desde 1986. Ele se tornou um instrutor diplomado pelo Universal Tao em 1992 e então começou a ensinar no período em que morou no Japão. Hoje ele é um instrutor residente no Universal Tao Training Center no Tao Garden Health Resort, na Tailândia, de onde volta ao Japão regularmente para ensinar. Dennis Huntington é o assistente de ligação do Mestre Chia para os*

assuntos do Japão. Huntington mudou-se para o Tao Garden em 1998 para melhorar sua capacidade técnica e se aprimorar como instrutor do Tao. Ele também presta assistência na área editorial como redator-colaborador e editor-chefe.

Huntington teve uma experiência de voz interior quando era um jovem técnico em eletrônica de aviões na Marinha americana. Não só a experiência de voz interior foi o que despertou o interesse dele, mas também a mensagem recebida — para escrever um livro. Antes de entrar em contato com os ensinamentos taoístas per se, ele se condicionou com a prática da yoga. Ele experimentou a energia kundalini como resultado da sua hatha yoga e prática pranayama. Quando começou a fazer uma forma simples de meditação, experimentou a manifestação do terceiro olho, experiência de visão interior, experiências de saída fora do corpo e sonhos antes de conhecer seus professores espirituais formais no corpo físico. Ele então praticou a meditação da luz interior e som com a orientação de mestres da Índia.

Depois de estudar engenharia elétrica, ciência e matemática como estudante de graduação, e depois de um breve estágio como representante de vendas da IBM, entrou para a faculdade na San Francisco State University, onde estudou inglês, criação literária e pedagogia. Depois, deu aulas de inglês para o colegial em Oakland, Califórnia. Enquanto dava aulas, também se envolveu no Bay Area Writing Project na Universidade da Califórnia, em Berkeley, como professor de redação. Depois disso, morou em Tóquio, Japão, e ensinou inglês para estrangeiros antes de se mudar para o Tao Garden.

## Fontes de Consulta

1. Olson, Stuart Alve. *The Jade Emperor's Mind Seal Classic* (St. Paul, MN: Dragon Door Publications, 1993), p. 37.
2. Legge, James. *I CHING, Book of Changes* (Nova York, NY: Gramercy Books, Random House Value Publishing, Inc., 1996), p. xix.
3. Griffiths, Anthony J. F. ... [et al]. *MODERN GENETIC ANALYSIS* (Nova York: W. H. Freeman and Company, 1999), p. 18.
4. Ni, Hua-Ching. *ESOTERIC TAO TEH CHING* (Santa Monica, CA: Seven Star Communications Group Inc., 1992), p. 2.
5. Yan, Ph.D., Johnson F. *DNA And The I CHING: The Tao of Life* (Berkeley, CA: North Atlantic Books, 1991), p. ix.
6. Griffiths, Anthony J. F. ... [et al]. Op. cit., p. 27.
7. Schonberger, Dr. Martin. *The I CHING & The GENETIC CODE: THE HIDDEN KEY TO LIFE*, 2<sup>a</sup> ed. (Santa Fé, NM: Aurora Press, 1992) pp. 9-10.
8. Schonberger, Dr. Martin. Op. cit., p. 153.
9. Capra, Fritjof. *THE TAO OF PHYSICS*, 2<sup>a</sup> ed. (Boston, MA: NEW SCIENCE LIBRARY, Shambala Publications, Inc., 1985), p. 160.

## Capítulo I

# Som Emitido Sem Nenhum Som: *Tao*



Definindo o Tao 道

A palavra Tao ou Dao (pronuncia-se “dau”) não é mais um termo estranho na sociedade ocidental. Entender o seu significado é o mesmo que observar a magnificência do cosmo, mergulhar no mistério do universo e buscar a origem da natureza. O Tao abrange as vastas extensões exteriores do universo, invisíveis, incomensuráveis e inatingíveis, contudo retém o seu enorme afastamento, remoto e impenetrável. O universo é irracional demais para ser entendido, abstrato demais para ser expresso mesmo metaforicamente, enigmático além da compreensão. Ele permanece eternamente silencioso, inalterado, sublimemente pacífico. Perante o Tao a voz não pode erguer o seu tom, os olhos não podem projetar a sua curiosidade e o movimento é paralisado na sua jornada para adiante. O véu do seu mistério não pode ser devassado. A filosofia não consegue definir o seu nome evanescente. A ciência não é capaz de aumentar o seu potencial. A tecnologia não consegue digitalizar o seu número incalculável.

Definir o Tao é ouvir o silêncio, observar a nudez e intensificar a tranquilidade. Ele pode ser comparado a comunicar-se com a sua voz interior, despertar o seu talento inato, encontrar um lar com beleza eterna e liberar todo o seu potencial. Então não pode haver alienação nem intimidação perante o seu poder supremo.

Definir o Tao é prender a respiração, concentrar a atenção, calcular e esmerar a ação, mover-se com cuidado e fazer dos inimigos os seus amigos. A respiração é inspiração de vida, a atenção forma a concentração, a ação resulta em significado ou consequência, e andar para a frente é a recompensa. Enquanto o inimigo retrocede nas sombras, o Tao permeia a sua aura.

Definir o Tao é pisar o pico da montanha mais alta, nadar num oceano de amor e planar com os pombos no vale da morte. É ligar-se ao poder.

Sentir o Tao é banhar-se numa cachoeira de água gelada; ver o Tao é observar de uma torre elevada; cheirar o Tao é inspirar uma flor perfumada. É dormir tranqüilamente com a porta fechada, não mais espreitar pela janela; observar em primeiro lugar a lei natural e julgar apenas as imperfeições obstinadas da mente.

Definir o Tao pode ser a resposta individual de qualquer um, mas não é assunto de ninguém mais. Tentar descrever o Tao é uma busca insensata, ainda que de âmbito ilimitado; racionalizar o Tao é inútil; rejeitar o Tao é tornar-se impotente; seguir o Tao metodicamente é desesperador; conhecer o Tao é ficar sem fôlego, entender o Tal é ser imorredouro; trilhar o Tao é ser imponderável, ignorar o Tao é ser insensível.

Definir o Tao é cantar com Lao Tzu, rir com Zhuang Zi, analisar Confúcio, entender Buda, amar Cristo, ouvir Maomé, seguir Moisés, observar o Céu e cingir o Supremo.

## O Tao Comunicável 可道

O Tao pode ser expresso de muitas maneiras pelo nosso poder privilegiado de comunicação. Existem três formas de comunicação: oral, escrita e intencional. Entre essas, a comunicação oral é básica, resultando do poder da voz: a manifestação da consciência interior e da nossa trombeta espiritual. A verbalização é o nosso primeiro método para viver uma vida independente, encontrando a passagem para o Tao por meio da respiração da vida e da vibração dos sons. Na época em que a comunicação não serviu mais às nossas necessidades e expectativas humanas, letras e números foram empregados simbolicamente, marcando o início da civilização como um processo cultural.

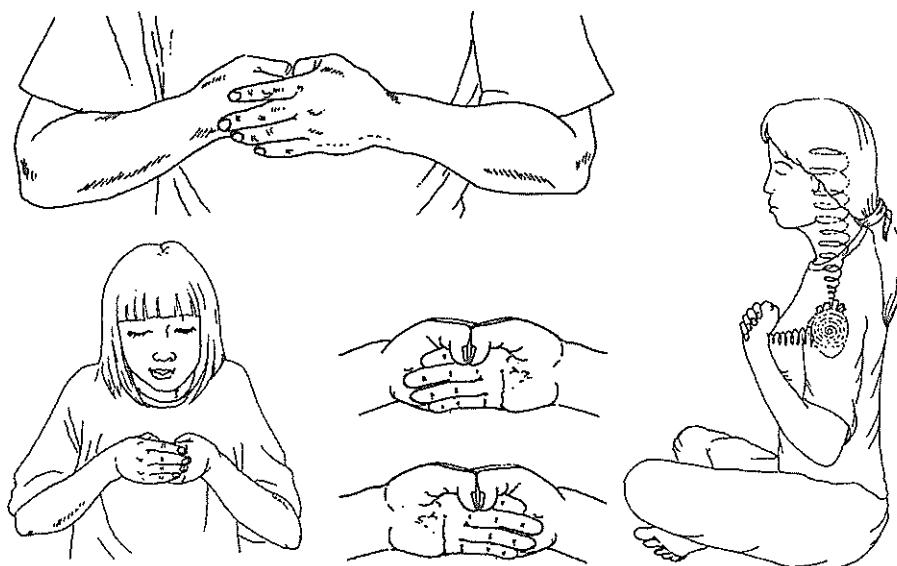
Abarcando essas duas, a voz da vontade torna-se a força mais poderosa que parte de uma pessoa (morta ou viva) para as multidões: a vontade coletiva. Essa passagem sagrada permite que o eu se expresse, toque os corações, imponha-se moralmente e verifique as obras realizadas. A nossa justiça interior é profundamente diferente da prática jurídica da justiça pela justiça. Ela é uma comunicação espiritual direta que vai além da expectativa individual e sociocultural, um processo de realização da força de vontade.

Lao Tzu, o Mestre Superior Lao Jun, é direto nos seus ensinamentos do *Tao Te King*, afirmando que *o Tao que é pronunciado não é mais o Tao eterno. O nome que é atribuído não é mais o nome eterno*. O *Tao que é pronunciado* define a origem do universo por meio de uma expressão subjetiva. Esse é, em essência, o Tao comunicável do eu interior, que se liga profundamente tanto ao nosso eu microbiológico e psicológico quanto ao nosso eu

macrocósmico e celestial. O *nome que foi escrito* concretiza amplamente toda a expressão subjetiva dessa voz interior. Aquele que tiver alcançado os seus primórdios poderá verbalizar e nomear. Ao morrer, a voz e o nome são extintos pelo testamento, permitindo que a pessoa entre na vida eterna e imortal.

## A Voz Interior 心聲

A voz interior é o vaso ou recipiente espiritual mais sagrado. Sem essa voz interior, Deus não está vivo, o Tao não está presente e o eu não está ativo. Essa voz interior expressa e caracteriza a beleza, o significado e a força da vida. Às vezes ela é silenciosa num grau em que não há um ponto focal, enquanto em outras ocasiões ela é imensuravelmente poderosa. Contudo, muitas vezes fechamos os ouvidos a essa voz interior, recusando-nos a nos conformar com ela ou até mesmo lhe dar crédito. Em vez disso, optamos por confiar no mundo exterior, na autoridade e na disciplina, para definir a nossa vida como algo importante, deixando-nos confusos em relação ao verdadeiro significado, que nos parece distorcido.



*Fig. 1.1 Quando as mãos, o coração e a mente estão unificados, a voz interior fala por si mesma.*

Para estabelecer uma relação direta com esse vaso sagrado, o primeiro conjunto de práticas deste livro começa sugerindo encontrar, restaurar e

ouvir essa voz interior em todas os momentos decisivos que se apresentarem. Os exercícios são:

1. Ouça atentamente o som do silêncio: uma combinação de voz espiritual e voz pessoal.
2. Preste atenção à mais imediata orientação e mensagem clara: a manifestação da sua voz interior.
3. Verbalize a voz interiormente, faça ou não sentido para você.
4. Nomeie-a sem nenhuma noção preconcebida.
5. Medite sobre ela como uma parte da jornada visionária da sua vida antes de ela realmente ter-se manifestado.
6. Entre em contato com o seu próprio nome por intermédio dela. Veja como esse nome se conforma a você e à sua personalidade.
7. Faça-a trabalhar a seu favor. Ela pertence ao plano divino e a sua decisão deve ser tomada agora.

## O Tao Incomunicável

Já discutimos a primeira parte das duas primeiras sentenças de Lao Tzu: *o Tao que é pronunciado e o nome que foi escrito*. A segunda parte das duas sentenças nos adverte sobre o fato de que o Tao eterno não pode ser expresso e que o nome eterno não pode ser escrito. Ela nos previne também de que o que foi expresso nunca pode ser o Tao eterno e o que foi atribuído ou escrito não pode nunca ser o nome eterno. O Tao eterno nunca pode ser expresso de maneira completa e abrangente. No momento em que a intenção da mente se conjuga com o foco do coração, o Tao está perdido. A boca não pode expressar uma imagem, uma visão colorida, ou uma consciência do ambiente total, embora simultaneamente impregne a própria linha fina sutil. É por esse motivo que expressar o Tao automática e instantaneamente nos desvincula do Tao eterno. Quando uma mensagem interior é verbalizada, a pessoa que fala se perde e o ouvinte interpreta a mensagem recebida de acordo com o que quer que ele possa, queira ou deseje ouvir. Assim, o nome eterno se perde.

Antes de algo ser enunciado, é submetido ao modo como o observador se lembra dele. Antes de Lao Tzu usar a palavra Tao, muitas outras palavras talvez pudessem ter sido escolhidas. Uma vez que algo é nomeado, as mudanças ocorrem em razão da sua própria natureza ou da natureza do seu criador ou usuário. Assim, a palavra Tao tornou-se uma palavra definida, com um significado definido, distante e longínqua da visão inicial de Lao Tzu, e continua mudando eternamente. É por isso que o Tao tem muitos nomes, Deus tem muitos nomes e nós temos muitos nomes. O que foi expresso não é o que pode ser explicado depois. Não importa o quanto nos esforçemos para isso, acabaremos por fracassar.

## A Conexão Intermediária

Entre a mente e o coração, a boca e a mão, o Tao comunicável e o incomunicável, existem três pontes que temos de atravessar: a voz interior, a conexão mútua e o uso da linguagem. A primeira, a voz interior, é exemplificada pela voz do bebê.

No caso, não ocorre pensamento nem raciocínio; apenas o som da voz. É a alma do Tao, o verdadeiro espírito mais profundo daquela pessoa naquele momento, naquele determinado lugar e naquela disposição de ânimo. A segunda ponte é a conexão mútua entre aquele que fala e o seu ouvinte no estado de acordo e/ou entendimento. A ligação pode ter a forma verbal ou não-verbal. Quando duas pessoas mantêm um diálogo por ligação telefônica internacional não é o conteúdo que importa mas a ligação contínua entre elas. A publicidade serve a um propósito semelhante, em que não contam nem a verdade da mensagem nem a qualidade dos produtos, mas a segurança de uma conexão de massa: a veracidade entre a demanda e o fornecimento.

A terceira ponte é o uso da linguagem. Quando a expressão é executada numa linguagem clara e definida, não há mal-entendidos. A informação é clara, assim como o entendimento do ouvinte, servindo proveitosamente ao propósito da elaboração e do uso da linguagem. Quando duas pessoas tentam se comunicar usando duas linguagens diferentes, as suas palavras soam como vozes animais distintas, incomprensíveis a um terceiro.

## A Utilidade do Intermediário

Ao longo de toda a história da civilização humana — o curso da objetivação mental — nós evoluímos desde o uso de uma única voz para as formas multifacetadas da comunicação oral, escrita e audiovisual digitalizada por computador. É importante entender que hoje estamos, de fato, regredindo. Nós simplificamos o uso da linguagem e encurtamos a distância espacial ao apresentar a comunicação espiritual por meio da telecomunicação global. Os métodos mudaram radicalmente, mas não a fonte. Nós permanecemos como somos. Cada lampejo momentâneo de uma idéia difere dos outros momentos e cada idéia isolada difere das outras, ainda que todas as idéias não sejam mais do que uma manifestação da mente por meio da expressão da alma guiada pelo espírito. O Tao eterno, invariável, constante, duradouro e imutável está além da expressão.

Então, como podemos conhecê-lo? Apenas por intermédio da nossa própria *paz* e do nosso *desejo* podemos nos abrir para a onipresença dele.

Quando temos paz e serenidade, captamos a sutileza dele. Embora atraídos e seduzidos pela paixão do desejo, experimentamos a manifestação dele enquanto o distinguimos como individual ou pessoal, limitando-o sempre entre os nossos próprios limites. Quando estamos relaxados e livres da paixão e da excitação, vemos além da busca inútil dos jogos que fantasiámos. Envolver-se com a paixão e a excitação da atividade em curso é um desvio da nossa ligação com o centro e o equilíbrio. Nós nos dividimos quando decretamos os nossos pequenos papéis.

Nós nos tornamos como que dois: ser e não-ser, nascimento e morte, beleza e feiúra, bem e mal. *Ser e não-ser geram um ao outro; a dificuldade e a facilidade completam-se uma à outra; o comprido e o curto medem um ao outro; o alto e o baixo excedem um ao outro, a voz e o som harmonizam-se entre si; e o antes e o depois seguem um ao outro.* É assim que o mundo se harmoniza num grande acordo. Esse antigo ensinamento nos leva a evitar julgamentos, a não ter preconceitos e a não discriminhar.

No ponto “intermediário” entre essas duas posições reside o mistério oculto. O *mistério dentro do mistério é a porta para todas as maravilhas*. Esse mistério é aquele em que o centro, o meio e o equilíbrio abrangem, equilibram e unificam ambos os lados e ambas as extremidades, embora mantendo o território mediano. É aquele em que a disputa, a competição e a perfeição se defrontam com os seus extremos e opostos de maneira pacífica, e em que a beleza e a feiúra não parecem mais atraentes ou repulsivas, em que o bem e o mal não se distinguem mais.

## A Natureza do Tao

Para entender a natureza do Tao devemos definir em primeiro lugar a natureza em si, uma vez que *o Tao tira a sua origem da Natureza*. Os taoístas definem a natureza assim: “Eu não sei por que ela é assim e não sei por que ela não é assim; eu não posso fazê-la dessa maneira e não posso fazê-la de outra maneira.” A primeira parte trata da compreensão e do entendimento humanos, ao passo que a segunda abrange a habilidade e a capacidade humanas. Um exemplo seria que um ser humano não é nem completamente humano nem até mesmo humano. Na interpretação psicológica junguiana, uma pessoa do sexo masculino necessariamente abriga a coexistência da *persona*, ou personalidade pública, e a sombra da *anima*. Da mesma maneira, uma pessoa do sexo feminino herda, dentro da sua *persona*, o feminino, assim como a sombra de *animus*. Essas são a existência e a transformação recíproca das suas características yin e yang.

A segunda parte da definição coloca a mente humana e a sua capacidade numa posição muito natural. Por exemplo, não podemos transformar

nem uma montanha num rio nem um rio numa montanha. Não podemos impedir que uma montanha aumente de tamanho, como aconteceu com os Himalaias, nem podemos regenerar os efeitos devastadores do vento e de uma tempestade na sua superfície. Concluindo, ao definir a natureza podemos tomar conhecimento de uma ligação transformadora com ela, mas não podemos de fato transformar a sua verdadeira natureza. Consequentemente, não podemos nem conhecer nem nomear o inefável Tao. Lao Tzu explicou sucintamente que *o Tao é eternamente inominável, é louvável mas inominável.*

## Tao: Além dos Sentidos



O Tao é informe e opera em harmonia vazia. Essa harmonia vazia não pode ser apreendida pelos sentidos. Os nossos olhos, ouvidos e mãos humanos tornam-se impotentes nesse esforço. *Olhe dentro dele e não haverá nada a ser visto. Ouça-o e não haverá nada a ouvir. Use-o, mas o uso dele será inexaurível. Quando se fala do Tao, ele é muito banal, não oferecendo nenhuma excitação e estímulo.* Ele está próximo do silêncio e não tem sabor nenhum. Como poderíamos nos excitar com o silêncio ou sentir o que está além dos sentidos?

## Conhecendo a Origem do Tao: Assim

Quando Lao Tzu relutantemente escolheu a palavra Tao para explicar e compartilhar conosco a sua grande sabedoria e compreensão, a sua orientação o levou a um esclarecimento da origem do Tao. Assim, como é explicado no Capítulo 21, ele conhece a substância e o Tao auto-operante que cria inexaurivelmente todas as coisas no seu início, é o próprio antepassado da miríade de coisas no mundo. Embora sem saber de quem ele é filho, Lao Tzu está certo de que deve preceder o Imperador Celestial. Expresso de outra forma no Capítulo 62, Lao Tzu entende que por caber e ajustar-se assim, o Tao é o condutor de todas as coisas: o tesouro dos bons e o protetor dos maus. Por não rejeitar ou julgar o que é bom em face do que é mau, ele não deseja ser presenteado com jade à frente da parelha de quatro cavalos mas, em vez disso, ter sem pedir e perdoar o mal feito.

O que é “assim”? É a consciência do eu e do universo por estar em comunhão com a força criativa e ver através do que é límpido, depois de cegar as bordas afiadas, desenredar os emaranhados de nós, desposar na luz e ser tão comum quanto o pó. Ver através do que é límpido é análogo a entrar no domínio do âmbito da luz. Cegar as bordas afiadas significa diminuir todos os

desejos do coração. *Desenredar os emaranhados de nós*, decompor e esclarecer os constantes enigmas criados pela mente.

Quando o corpo retorna à sua etapa infantil e a mente está completamente desenvolvida, encontra-se com a luz cristalina. Na tradição taoísta, essa luz abrange tanto a luz universal quanto a luz corporal, pela transformação e purificação interior dentro da trindade de *Jing*, *Chi* e *Shen*. De acordo com a moderna teoria quântica, os fótons, ou partículas de luz, têm a capacidade de compartilhar reciprocamente a sua existência. Os elétrons, por outro lado, têm a capacidade de impedir a entrada uns dos outros no respectivo território. Quando os elétrons sexuais e os fótons de luz se encontram, a sua união se transforma num elixir dourado. Esse é o significado de *desposar na luz*. Enquanto o espírito ingressa no seu estado límpido, o corpo retorna à sua característica original: o pó.

Lao Tzu tem consciência de que *a substância do Tao parece ilimitada e insondável*. Uma vez que *a substância do Tao* não é uma forma concreta, ela não pode ser percebida simbolicamente, a não ser no sentido simbólico. Por mais *insondável e ilimitada que pareça ser, ela tem forma*. Pode-se dizer que a forma dela é a do mundo: a imagem aparece mas não é ainda visível. Contudo, *essa forma parece ilimitada e insondável, existe matéria nela. A matéria parece embriônica e escura, existe essência (Jing) dentro dela. A essência é muito pura e completa e há confiança nela*. Por causa dessa confiança, *de agora até os dias de outrora, o nome dela nunca morre* muito embora o nome dela não possa ser definido em termos humanos.

De *substância a forma, de forma a matéria, de matéria a Jing e de Jing a confiança*, é como se estivéssemos vendo um objeto a partir de um satélite ou ao microscópio. Primeiro, quando nos concentramos na configuração exterior do mundo (a substância do Tao), imaginamos uma grande porção de terra, o nosso continente (forma). A partir desse continente, focalizamos um país ou região (matéria). Dessa região, um objeto (essência), como uma placa de automóvel, pode ser marcado e projetado. O objeto é puro e acabado. Ao examinarmos esse mesmo objeto ao microscópio, o espaço da sua substância parece cada vez maior. A massa dele se acumula até que se torna a substância do Tao, que forma o caos do macro/microcaos. Sendo tão grande quanto é e tão pequeno quanto é, ele permanece puro e límpido, ainda que inefável e imutável.

De que mais precisamos além de confiança no objeto em si? É essa mesma confiança que liga o coração de Lao Tzu à origem, *a substância e a auto-operação do Tao*. Lao Tzu antecipa o conforto humano para ter uma relação de confiança com *o filho do Imperador Celestial*. Ele nega a si mesmo a vida confortável que pode necessariamente sustentar em troca de um futuro: a morte. Ele desiste da própria mente — o aparelho exaustivo real de força vital e ele mesmo —, da identidade do ego e da ilusão da mente. O

que ele recebe em última análise é um *assim*. Nada mais do que *assim* e nada além do que *assim*. Que enorme, poderoso e devorador *assim* é esse!

## Harmonia Vazia — A Ação do Tao

虛 和

*O Tao opera na harmonia vazia de si próprio.* Harmonia é onde e como a matéria do Tao produz, fomenta, regenera e renova a si mesma no seu estado de plenitude constante. Uma vez que a ação do Tao reside no seu estado não formado, ou vazio, a sua melhor harmonia está dentro de si mesma, onde nada ainda está produzido e nada pode se perder. Ele também permanece na sua constante plenitude, unidade e inteireza ao preservar a sua desusada e potencial perfeição. *Quando usada, ela permanece plena.* Até mesmo quando o Tao está produzindo, fomentando, preservando e regenerando ao mesmo tempo, ele utiliza tanto o céu quanto a terra como os seus *cães de palha* (espantalhos) para conceber o seu estado informe de unidade: o nada. Ele funciona na sua fraqueza e infinitude preservando a sua plenitude e perfeição. *Essa fonte é indubitavelmente o próprio antepassado da miríade de coisas.*

É igualmente importante notar que o *Tao avança retornando*. Como sabemos, *todas as coisas embaixo do céu nascem do ser. O ser nasce do não-ser.* O ser forma as criaturas que resultam do processo do Tao para um, um para dois, dois para três e três para todas as coisas. Portanto, o Tao da unidade é o próprio Tao da unidade e o Tao de todas as coisas é o próprio Tao de todas as coisas. É por isso que temos o Tao do céu, o Tao da terra, o Tao dos seres humanos, o Tao das plantas e dos animais e o Tao da areia e das pedras. É por isso que todo tipo de competição não tem valor nem realidade; a competição inexiste no esquema das coisas.

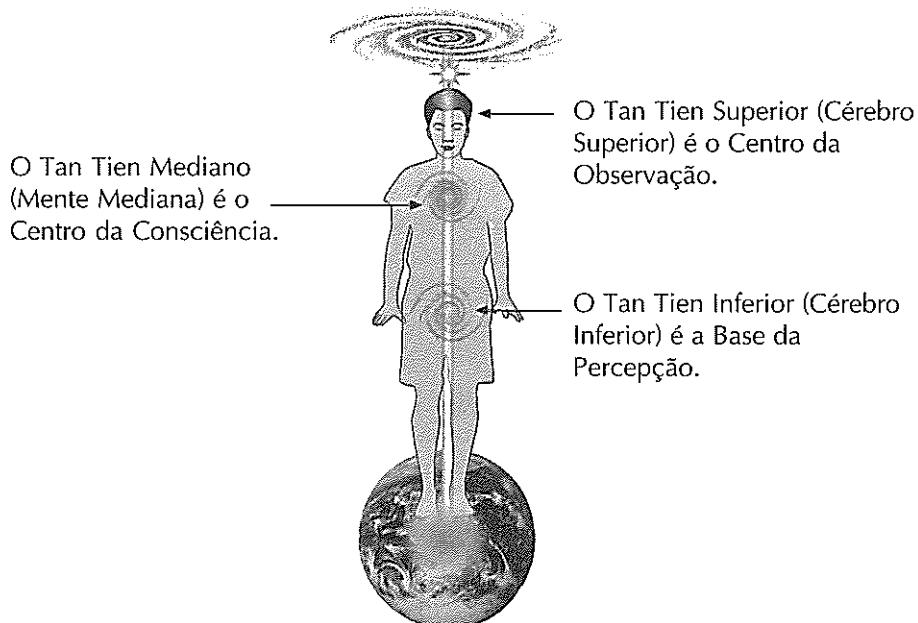
Na nossa sociedade moderna, evoluímos de predadores devoradores de animais a competidores rivais de nós mesmos. Os ganhos e perdas confundem-se mutuamente; o senhor e o escravo prosperam um à custa do outro; as almas penadas e os fantasmas carentes abundam entre o céu e a terra. O stress é a conseqüência da nossa sociedade, a ansiedade é a tática utilizada e a perda da auto-estima é o preço que pagamos. A menos que a mente desperta seja recentrada, que a alma seja restaurada, a bondade (*Te*) fertilizada, o eu, a individualidade e a coletividade nunca sobreviverão.

Pense na palavra “retorno” evocada pela ação de “retornar”: o corpo ao seu destino, a mente à sua criatividade e o espírito à sua unidade. A humana-dade está retornando à terra, uma vez que a *humanidade tira a sua origem da terra*. A terra está retornando também ao céu, uma vez que a *terra tira a*

*sua origem do céu.* O céu está retornando igualmente ao Tao, uma vez que o céu tira a sua origem do Tao. O Tao está retornando também à Natureza, uma vez que o Tao tira a sua origem da Natureza. Essa é a realidade suprema: *retornar* é a pedra angular de ser taoísta. Só pela prática podemos encontrar o caminho, a única orientação, o meio de retornar à nossa juventude, ao nosso nascimento, à nossa fonte, fazendo-nos um com o Tao. Esse é o caminho firme que leva à *porta do mistério* onde nos encontraremos e seremos o filho que sobrepuja o Imperador Celestial.

## O Retorno

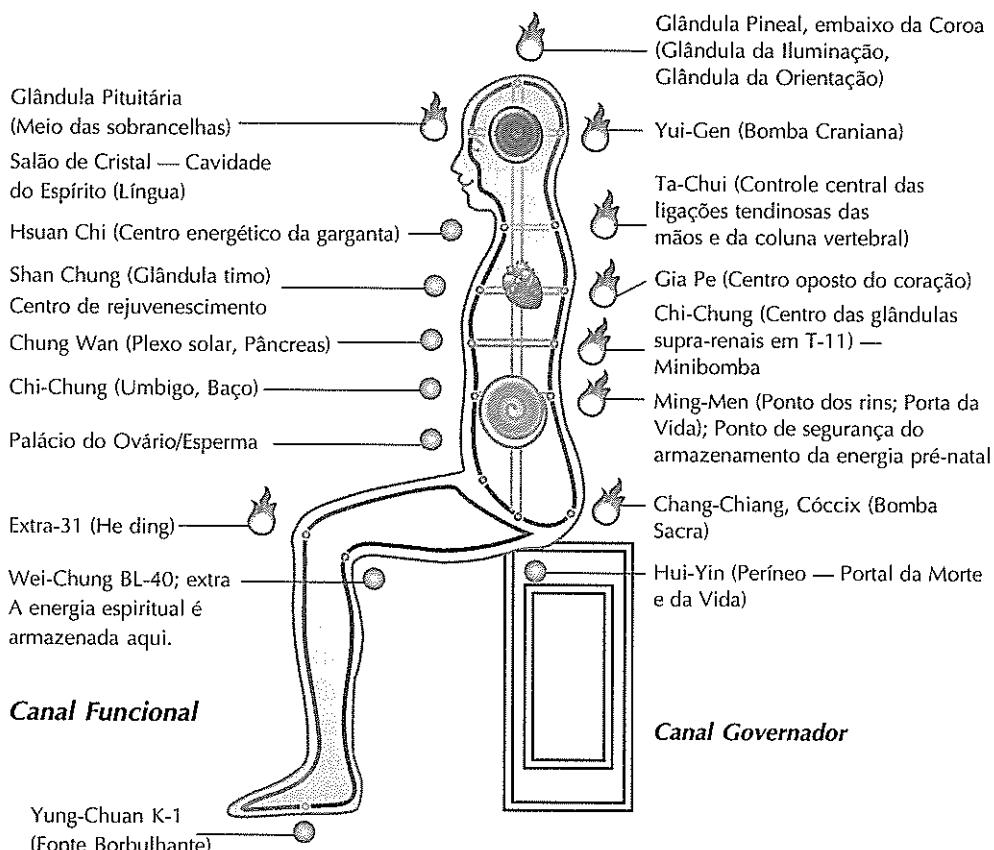
Na alquimia interior taoísta, a harmonia vazia se refere ao Campo Cinábrico ou Caldeirão, onde é refinado o elixir. O cinabre representa inicialmente o mineral avermelhado usado pelos alquimistas externos no processo de refinamento do elixir dourado. O caldeirão é um vaso culinário usado pelos alquimistas externos, enquanto os alquimistas internos o definem como a região do abdome, que tem o centro vazio. Ele contém o elixir dourado cristalizado de Chi yin e yang entre o corpo/mente e o universo. O Chi yin está nos vales da terra e nos rins no corpo humano, ao passo que o Chi yang está no cosmo inteiro e na mente humana. O Chi yin (água) do nosso corpo vem da bexiga urinária, dos ovários/testículos e da glândula da pró-



*Fig. 1.2 Os Três Tan Tiens.*

tata; ao passo que o Chi yang (fogo) encontra-se na nossa consciência, e o espírito sobe do coração e da percepção mental. Quando esses dois tipos de Chi (chamados Kan e Li) são unificados para formar uma ação harmônica, produz-se o elixir dourado.

A prática taoísta do retorno refere-se à fusão dessas duas energias. O segredo para tanto é esvaziar a totalidade da mente esvaziando o coração. Dando um passo adiante, retornar significa não seguir nenhuma orientação de fora ou do mundo. Isso se aplica também aos anseios sexuais, comuns a todos nós. Precisamos praticar o retorno da energia sexual para o peito como amor desinteressado e para o cérebro como sabedoria espiritual. Entre os homens, nenhuma perda dessa preciosa energia sexual significa não sentir remorso nem usar de violência. Entre as mulheres, quando a menstruação, ou o mar de sangue, está ausente, o estado virginal retorna, a luz retorna e o poder retorna. É a isso que nos referimos com



*Fig. 1.3 Aprenda a circular o seu Chi na Órbita Microcósmica para ajudar no controle da retenção do sêmen e na transformação da energia sexual.*

retornar à unidade: a consciência original, o amor original e a consciência original das entradas como uma coisa só. Sem retornar a esse estado sagrado, a vida está perdida, o sonho está perdido e o espírito está perdido.

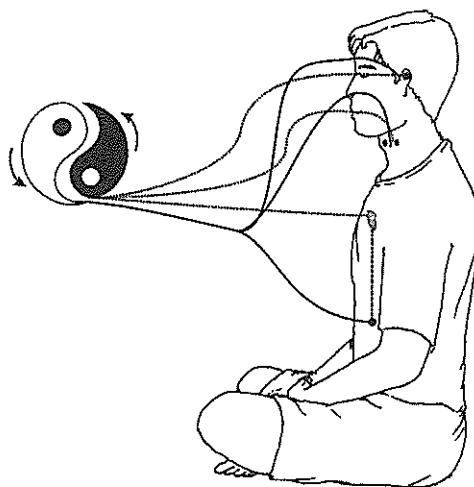
Existem técnicas taoístas para desenvolver, conservar, reciclar (para dentro e para cima do corpo, em vez de para baixo e para fora) e refinar a energia sexual dentro do corpo.

Essas técnicas melhoram a qualidade da vida do indivíduo e alimentam o processo de “retorno” espiritual. Esse conhecimento pode ser alcançado no contexto do celibato, da monogamia sexual ou com múltiplos parceiros — dependendo da pessoa e das circunstâncias. O segredo é fundir a energia sexual com a compaixão amorosa.

## O Fole — A Função do Tao

*Uma vez que o Tao a tudo penetra, ele opera tanto no lado esquerdo quanto no direito. Ele se funde em todos os cantos o tempo todo, sem aviso. Contudo, ele não ocupa espaço, não tem forma. Ele é como o vazio interior do cubo da roda que torna o veículo útil, ainda que esteja ligado pelos raios da roda. É como a concavidade que torna o vaso útil ainda que o vaso seja moldado e colorido. Ele é como o espaço vazio que faz o aposento utilizável, ainda que seja estruturado com janelas, portas e paredes. Esse Tao é também como a água fluindo no rio, criando tanto o fluxo do rio quanto o leito que o sustenta. Ele abrange tanto o pico da montanha quanto o vale do oceano. O fluxo do rio facilita, energiza, opera todas as coisas existentes nas duas margens fornecendo o poder de não ter, não ocupar, não vincular e não estruturar.*

Essa forma de operação energizada espacialmente é descrita metaforicamente por Lao Tzu como um *fole*. Não importa que a matéria esteja liderando ou seguindo, fortalecendo ou enfraquecendo, melhorando ou destruindo, o fole é o mesmo, independentemente do que passe pelo seu espaço vazio. O fole não contém nada. A utilidade dele se desenvolve com a relação de trabalho entre o que é posto dentro dele e o que será então expelido. Contudo, se a entrada for lenta e fraca, nada será produzido. Quando a força é leve demais ou intensa demais, não maximiza o fluxo de ar e pode destruir a utilidade do fole. O segredo dessa prática é a delicadeza, a constância e a consistência. O fole representa com precisão e clareza o fluxo da vida: um lado para a entrada do Tao da vida e a sua masculinidade, e o outro lado para a saída do Te do amor e a sua feminilidade. Os dois lados estão constantemente se fundindo ainda que permaneçam isolados para criar o seu fluxo harmonioso.



*Fig. 1.4 Inalamos a força do Tao na nossa vida e a devolvemos com a virtude do Te.*

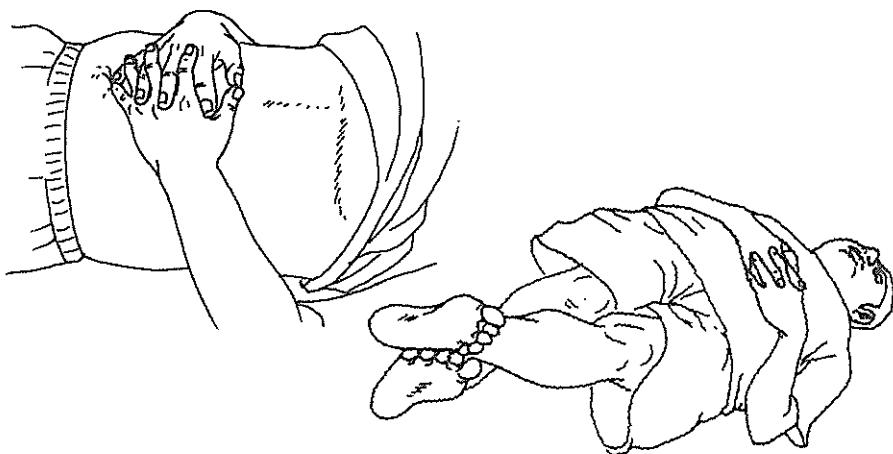
## A Meditação do Fole

Num certo sentido, meditar é expandir o nosso espaço mental para a vastidão do universo. A vida humana e a sua existência neste planeta dependem da criação e da descoberta do espaço mais conveniente a ser ocupado, e depois utilizá-lo de maneira total e agradável. Quando uma pessoa encontra um espaço adequado, ela sobrevive e tem uma vida longa. Esse espaço pode ser tanto físico quanto mental: um bom espaço físico implica um bom local, boas condições de vida e uma boa oportunidade de exercer um trabalho, ao passo que um bom espaço mental deve ter a capacidade para a flexibilidade, a aprovação e a aceitação. Esses dois são igualmente importantes e geralmente difíceis de ocupar, expandir e preservar.

Durante toda a nossa vida, todos temos a garantia de um espaço natural para morar e dar sentido à nossa vida, permitindo-nos realizar um sonho para dar alegria ao coração e prazer ao espírito. Vivendo nesse ambiente podemos exercitar a nossa majestade no nosso precioso reino.

Na prática da meditação, utilizamos o fole — os três espaços preciosos — dentro do nosso corpo. O primeiro fole é a função dos pulmões, a respiração que dá a vida. O segundo fole é o períneo, o portão para o fluxo de todo o mar. O terceiro fole é o terceiro olho, o portão aberto para a realidade do mistério. A respiração consciente é o meio adequado para executar esse procedimento.

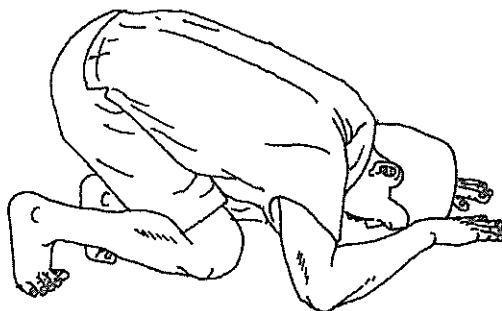
**1. Problemas da Respiração:** Uma série de problemas crônicos existentes na região do peito e do cérebro — bronquite, peito congestionado, rigidez nos ombros, má digestão, dor no pescoço, problemas para dormir entre outros — são o resultado da respiração deficiente ou inadequada. Se você está tendo algum transtorno do sono e deseja desesperadamente um bom sono, deite-se de costas, coloque um pé sobre o outro e cruze as mãos sobre o peito. Feche os olhos e se concentre na sua respiração. Enquanto ouve a sua respiração, logo irá mergulhar num sono profundo e repousante. Antes que perceba, terá amanhecido. Dentro desse meio criativo, você vai gerar mais produtividade com menos tempo e esforço.



*Fig. 1.5 Respirar sonhando para curar e adquirir poder. (As mãos e os pés ficam em posições opostas entre si. Se você é destro, coloque o pé esquerdo por cima do direito e vice-versa.)*

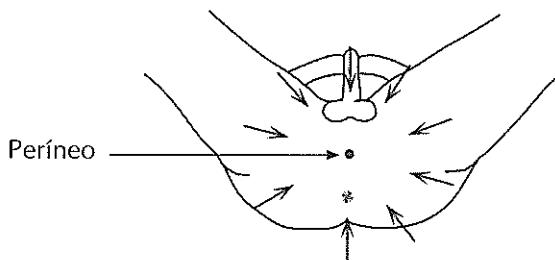
**2. Períneo:** Se você tem problemas na base das costas, constipação, urinação freqüente, menstruação e urinação fracas ou irregulares, além de outros problemas correlatos, deve prestar atenção ao ponto de pressão no períneo. Esse ponto é a chave da felicidade, saúde e energia vital. Ajoelhe-se com os dedos dos pés como na posição em pé. Curve-se até tocar a testa no chão e estenda as mãos juntas sobre o chão na frente do cérebro. Respire fundo e contraia o períneo e os músculos o mais firmemente possível. Prenda a respiração e retenha a posição de contração o máximo de tempo que puder. Depois solte o corpo rapidamente. Fique relaxado por alguns segundos, respirando suavemente. Depois comece a segunda etapa da respiração, usando a mesma técni-

ca. Pratique este exercício por no mínimo quinze minutos. Este exercício também pode ser feito em pé, sentado ou deitado.



*Fig. 1.6 Conectando-se com a mãe terra.*

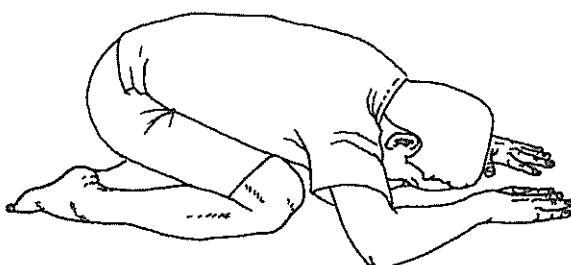
Você pode sentir dor em todos os músculos, articulações ou órgãos envolvidos no exercício, enquanto a cura tem início. A dor é o primeiro passo na direção da cura. Quando a parte inferior do corpo está completamente desobstruída e relaxada, as costas inteiras, o pescoço e o cérebro tornam-se desobstruídos e relaxados. Então você começa a se tornar o melhor médico para si mesmo. Os benefícios deste exercício são ilimitados. O seu apreço por si mesmo e a sua vida vão aumentar à medida que você continuar a praticá-lo.



*Fig. 1.7 Atraindo a energia para dentro do corpo. Inale, prenda a respiração, contraia a região do períneo. Solte o corpo e relaxe.*

3. Terceiro Olho: Para abrir o seu terceiro olho e aumentar a sua consciência tanto no estado de vigília quanto durante os sonhos, faça o seguinte exercício. Ajoelhe-se, incline a cabeça para a frente com as mãos estendidas sobre o chão e encoste a testa no chão por um breve momento. Pode ser que sinta uma dor e tontura passageiras. Esse é o prelúdio para a alegria que irá se suceder. Quando não sentir mais dor ao fazer este exercício, o olho espiritual estará pronto para ser aberto.

Então concentre-se na glândula pituitária. Inale e reúna mentalmente a luz cósmica dentro da glândula pineal por meio do terceiro olho yang no meio da testa. Ao exalar, visualize a energia sendo condensada e envie-a para o terceiro olho yin no ponto de interseção entre os dois olhos. Pode ser que veja números em lampejos na sua tela mental enquanto conta as suas respirações. Quando for capaz de ver um ponto branco, a porta cósmica está pronta para ser aberta. Esse é o instrumento-chave no diagnóstico de cura taoísta. Quando desenvolver essa capacidade, você vai aprender a ver e identificar as doenças.



*Fig. 1.8 Recebendo a luz de dentro.*

## Fêmea Mística — A Origem do Tao

素女 道源

A tranqüilidade do *espírito do vale* da Fêmea Mística é a *mãe* que cria a *raiz do céu e da terra*. Sem tranqüilidade, a fonte do Tao não pode ser retida, a semente da força pré-criativa não pode ser alimentada e o processo da criação não pode ser fundamentado. O Vale é a base sobre a qual a terra e as montanhas repousam. Esse vale de tranqüilidade é o portão místico que estimula os viajantes sonhadores e atores e atrizes aventurosos. Ele fornece o muro ecoante que responde e ressoa fielmente as vozes originais. Ele é o abismo que recebe o poder de discernimento e é o cemitério que proporciona o descanso aos corpos sucumbidos e aos espíritos que retornam. O seu espírito nunca morre, mas está sempre cheio de vitalidade interminável. A luz não pode expandi-lo, a escuridão não pode exauri-lo, nenhuma ação pode sobrecarregá-lo e os assuntos/negócios não podem alterá-lo. Ele é constante, indestrutível, sempre presente, pronto para receber, responder, recobrar, renovar, regenerar e reenergizar.

No próprio início, Lao Tzu instrui-nos de que *a porta de todas as maravilhas* é o mistério dentro do mistério, a mãe do universo. Ele sente isso ao praticar

técnicas simples como fechar a boca e o nariz e obter o alimento da mãe do mundo. Ele promete que *embora o corpo morra, não há nenhum mal*. Ele usa duas analogias para boca e porta (nariz): estreita e larga. A explicação de estreita sugere que, quando a boca está fechada, não pode haver revelação de informações. Quando você se conhece, não é necessária nenhuma explicação sobre o seu ser. Ninguém neste mundo entende melhor a si mesmo do que você. *Aqueles que sabem não falam e aqueles que falam não sabem.*

A explicação geral é que não pode haver fluxo de Chi para fora. Quando a porta terrestre ou órgão sexual está segura, quando o portão celestial — o olho da mente — está preservado internamente, há uma conservação da força espiritual. *Fechando a sua boca e fechando a porta, a vida não é vencida pelo cansaço. Quando abrir a boca e buscar os seus interesses, a vida não poderá ser preservada.* Quando a boca (ou o olho da mente) está fechada e o nariz (a porta terrestre) está bem fechado, vê-se o que é pequeno. Ver o que é pequeno é *discernimento*. Por meio do *discernimento*, preserva-se a sutileza. Preservar a sutileza é ter *força* interior. Ao utilizar essa *força*, pode-se atrair a *luz do discernimento*. Quando o centro do corpo está preservado, a eternidade torna-se visível.

## Água — Símbolo do Tao



Qual é o modelo para estar em comunhão consigo mesmo; como se perde o egoísmo? A água é a resposta. A água fornece a força vital para todos os seres. Ela alimenta, satisfaz, se sacrifica e torna a se purificar. A água, na terra, é vida. Nada pode viver nem concluir a sua jornada sem a água. Esse é o poder e a virtude da água. Esse é o material que se parece mais proximamente com a natureza do Tao.

A água é macia e suave; nada pode competir com ela. Ela ocupa uma superfície maior do que tudo sobre a face da terra. A água é frágil e maleável, contudo nada pode lutar contra a sua força, uma vez que ela permanece proporcional assim como imutável. A água é limpa e pura; nada pode contaminá-la, uma vez que ela purifica as outras matérias ao purificar a si mesma. A água está em paz com a natureza; nada pode superá-la como um tranquilizante, uma vez que os seus estados sombrios são acalmados pela sua tranquilidade interior. A água é inerte, contudo nada pode ser mais vivo do que a água em si; ela está em toda parte, incessante nas suas peregrinações. A água não é competitiva, a tudo vence.

A água está sempre satisfeita no seu local de abrigo momentâneo. Torrencial na forma de chuva e errante na forma de neve, a água viaja intermi-

navelmente ao longo das estações do ano. Formando o orvalho, as tempestades e as geleiras, existindo como sólido, líquido e vapor, ela mantém infinitamente as suas formas de processamento. Ela purifica todos os materiais tóxicos que prejudicam os seres vivos. O fato de ser não competitiva permite à água permanecer em paz em todas as épocas. A água manifesta alegremente a sua fé autêntica, mas a compreensão poluída que temos dela afasta a sua tranquilidade. A água contenta-se em seguir o seu curso, mas o nosso descontrole das questões mundiais tem reduzido o nosso progresso. A água atua no seu tempo certo; nós manipulamos os nossos interesses com um relógio imaginário que destrói os ritmos naturais do nosso corpo.

A água habita o interior de todos os seres e se mostra a substância mais dispersa sobre a terra. Ela não tem necessidade de se demonstrar, provar ou dignificar. A estratégia de submissão que ela utiliza permite-lhe ser flexível, adaptável e descompromissada para manter a sua liberdade. A capacidade com que ela é dotada permite que corra por ambos os lados de um córrego ou rio, contudo ela permanece imparcial na sua atitude singular. Ela goteja ou corre, envolvendo e retornando ao seu destino sem necessidade de uma estratégia sofisticada.

Lao Tzu conclui que *nada no mundo é mais macio e flexível do que a água. Em confronto com a força e a dureza nada a supera. Usar o nada simplifica. Usar a água supera a dureza. Usar a fraqueza supera a força.* Todo mundo sabe disso, contudo ninguém o aplica. Em decorrência disso, a sabedoria dos sábios nos diz: *Quem pode agüentar a desgraça do país é o governante do país. Quem pode agüentar o infortúnio do mundo é o governante do mundo.*

## Lao Tzu e o Tao 老子

### Sobre o Tao

Pelo processo inverso de recuperar a juventude transformando a sua força vital em espírito, Lao Tzu comenta que *a matéria ou o material existente é formado a partir do caos, que antecede o céu e a terra. Silenciosa e informe, ela permanece só, imutável. Ela é eterna, impregnando todas as regiões do universo, nunca se expandindo, nunca mudando e nunca morrendo. Ela torna-se a mãe do céu e da terra.* Lao Tzu disse para si mesmo: *Eu não sei o nome que ela tem. Com relutância, eu a chamo Tao e a julgo grande.* Grande como ela é, permanece no máximo como uma expressão simbólica bem além da compreensão da nossa mente. Simbolicamente de grande alcance, ela impregna o espírito da mente. De grande alcance torna-se retorno, como o céu e o oceano ou a terra fundindo-se sem deixar cicatrizes no horizonte, depois retornando para nós.

Esse Tao é verdadeiramente grande, e aquele céu é também grande. Aquela terra é igualmente grande. Aquela realeza é realisticamente grande.

Lao Tzu forma com grande cautela e meticulosidade a palavra Tao. Tao é Natureza, que é muda, inominável, informe e imóvel. Ninguém, nem mesmo Lao Tzu, pode ter uma definição clara, concreta, precisa e absoluta do Tao. Ele é incapaz de invocar um retrato porque acredita que *saber que você não sabe (tudo)* é superior. *Não saber que você não sabe (tudo)* é uma doença. Ele declara sensatamente que o melhor que pode fazer é chamá-la Tao. Ele está certo de que ela *antecede o Imperador Celestial* mesmo sem *saber de quem ele é filho*. A palavra Tao é simplesmente um som pronunciado pela boca de Lao Tzu. Ele não a criou; ele a estabeleceu arbitrariamente. Sem dúvida, Lao Tzu devia empregar um som ou uma palavra. Quando o sentido correto aparece, as palavras desaparecem; elas não são mais necessárias. Quando o espírito certo aparece, a compreensão desaparece. Qual você escolheria?

Lao Tzu se define dizendo “*o povo me chama Natureza*”. Ele não é nem menor nem maior que a natureza. Ele promove estados que *ninguém no mundo diz que eu sou grande, grande sem paralelo*. Ser sem paralelo é o que possibilita a grandeza. Se houver um paralelo duradouro, ele se tornará pequeno.

A seguir são apresentadas diversas autodefinições com que Lao Tzu classifica a si mesmo:

1. *Eu não tenho desejos nem expectativas, como um bebê que ainda não sorri, acumulando forças, penetrando o abismo além do ponto de retorno.*
2. *Eu, no fundo, sou um tolo, como uma gota de água em relação à fonte.*
3. *Só eu sou estúpido.*
4. *Só eu sou obtuso e grosseiro.*
5. *Só eu mantendo a essência viva dentro de mim. Só eu guardo a fonte unitária, como que por teimosia. Quero ser completamente diferente de todo mundo, tirando o meu sustento da mãe geradora.*

## Disciplina

*Eu sempre tenho três tesouros: o primeiro é a compaixão, o segundo é a frugalidade, o terceiro é não ousar agir à frente do mundo. Assim a compaixão possibilita a coragem. A frugalidade possibilita a abundância. Não ousar agir à frente do mundo possibilita o mecanismo para resistir. Pela compaixão, lutar e vencer; defender e estar seguro. Quando o céu se estabelece, ele conta com a compaixão.*

## Ensino e Aprendizado

Em razão do método de ensino profundo e tácito de Lao Tzu, suas palavras são fáceis de entender e simples de aplicar. Elas são fáceis e simples porque são comuns, nada além é para ser visto ou ouvido. Por causa disso, suas palavras são poucas e pouca gente pode entendê-las. Ele é precioso e o seu ensinamento é precioso; ele usa roupas surradas, mas guarda um tesouro dentro de si.

As palavras têm sua origem e os acontecimentos têm o seu senhor. Ao atingir o vazio supremo, concentrando-se na quietude central, ele descobriu que todas as coisas operam em conjunto. Desse ponto eu observo o retorno delas. Ele conclui que a fala verdadeira parece paradoxal. Além do mais, ser informado em excesso leva ao esgotamento e promessas fáceis necessariamente resultam em pouca confiança. Por causa da discriminação desse paradoxo, Lao Tzu comprehende o conhecimento para trilhar o grande Tao e sabe que não há razão para ter medo. O único medo é o do que é diferente. Esse é o paradoxo mais profundo da vida. Ele funciona como uma técnica de despertar espiritual muito eficaz, assim como também é uma técnica de realização pessoal.

## Advertência

Vendo a que o desejo e a ambição convidam, Lao Tzu adverte que observo claramente que aqueles que querem dominar e manipular o mundo não são bem-sucedidos. Ninguém pode superar a maravilha da natureza. O mecanismo sagrado do mundo não pode ser manipulado. Aqueles que o manipulam fracassarão. Aqueles que o detêm irão perdê-lo. Se Lao Tzu estiver certo, a manipulação da exploração científica nas suas diversas formas, incluindo a nossa própria, levará necessariamente à destruição. Enquanto as bombas e arsenais nucleares proliferarem ao redor do mundo, em razão da busca humana de lucros e poder, chegará um momento de total autodestruição.

Com relação ao governo, Lao Tzu assegura que quanto mais proibições houver no mundo, mais pobre será o povo. Quanto mais armas destrutivas o povo tiver, mais caótica a nação se tornará. Quanto mais experiência o povo tiver, mais coisas estranhas aparecerão. Quanto mais leis e exigências surgirem, mais roubos haverá. Em vez disso, que o povo saboreie o alimento, usufrua as suas roupas, deleite-se com os seus costumes, acostume-se com as suas condições de vida. Os países vizinhos estão à vista. Ouvem-se os ruidos de cães e galinhas. O povo envelhece e morre sem a interferência uns dos outros. Os espíritos chamam, mas os corpos estão em paz com a natureza.

A outra advertência de Lao Tzu é que todas as vezes que o povo tem medo da morte e finge o contrário, eu o capturo e mato a todos; quem pode fingir assim? O

*povo geralmente não tem medo. Quando o povo não tem medo da morte, como a matança pode ser usada como uma ameaça?*

*Se surgir o medo, será um grande medo.* Como resultado, ninguém pode pôr fim ao medo de uma nação. O povo se protegeria do seu próprio medo. Quanto a si próprio, Lao Tzu nunca tem medo porque *não tem um lugar onde morrer.*

## Conselho

Para detalhar o paradoxo acima, Lao Tzu adverte: *usar a legalidade certa para governar o país, usar o inesperado para conduzir a batalha, usar o descomprometimento para dominar o mundo. Quando permaneço inativo, o povo se transforma. Quando me mantendo em quietude, o povo se organiza legalmente. Quando sou descomprometido, o povo enriquece. Quando decido não desejar, o povo permanece simples.*

## Capítulo II

# Percepção Sensorial

意 訳

## Como Percebemos

Perceber é estar consciente do ambiente ao nosso redor como fonte de estímulos por meio dos sentidos. Todos os seres vivos, das plantas aos insetos e animais, possuem capacidade sensorial. As plantas vivas apresentam a mais simples forma de percepção, a de transformar água e luz por meio de minerais. Todas as espécies de insetos vivem à custa de germes e vírus, enquanto os animais dependem dos seus cinco receptores sensoriais para reconhecer, identificar e utilizar as suas necessidades. As plantas e rochas existem de maneira inorgânica ou vegetativa. A partir das suas habilidades inerentes, os animais desenvolveram capacidades inter/intraorgânicas para sobreviver e escapar em segurança por meio dos seus sensores. As suas capacidades rudimentares permitem-lhes interagir com os cinco sensores: olhos, nariz, orelhas, língua e pele. As mãos e os pés humanos, como também as patas dos animais, as asas das aves, etc., são essenciais para os seus correspondentes sentidos da visão, audição, olfato, paladar e tato. Os seres humanos desenvolveram também a capacidade de pensar e raciocinar, de fazer e de utilizar ferramentas. Embora a humanidade seja incapaz de correr tão rápido quanto um jaguar, pular tão alto quanto uma pulga, voar como uma ave ou nadar como um peixe, somos os senhores da manipulação sensorial, fazendo o uso mais criativo das coisas, assim como o uso mais destrutivo.

Juntamente com os cinco sentidos, todos os animais possuem uma alma ou espírito animal, com o respectivo poder intrínseco e independente. Os taoístas chamam a essa forma de espírito *po*, que é instintivo, vegetativo, interesseiro e egoísta. Assim como as plantas variam de sazonais a perenes, existem espíritos animais de cílicos até eternos. Todos os espíritos animais são cílicos, mas os espíritos humanos, sendo os mais altamente evoluídos, podem atingir a eternidade. Todos os espíritos animais são autoprotegidos, uma vez que devem proteger a própria existência. Apenas os seres humanos são conscientes dos seus traços de egoísmo

e desejam de alguma forma estender esse poder além da morte. Todos os animais são realisticamente egoístas; apenas os humanos podem se sacrificar no presente em benefício do futuro.

Quando um espírito/alma é regenerado num corpo físico, ele unifica a sua capacidade orgânica com a capacidade consciente para formar o ego: o senhor dos cinco sentidos. Na interpretação taoista, o ego, como um receptor poderoso e destrutivo, manipula a percepção tanto biológica quanto instintiva de *po* e a percepção tanto consciente quanto mental de *hun*. A percepção consciente humana percebe tanto a realidade presente (natural ou cultural) quanto a realidade projetada (desejada ou planejada). Nós definimos uma presença natural (como o tempo) por meio de uma presença conscientemente percebida (como um momento específico de um dia) e os projetamos num resultado futuro (como ao prever o tempo). Isso é possível pela interação do espírito consciente, do poder antecipatório, da simulação do ego e da capacidade de previsão e controle do medo.

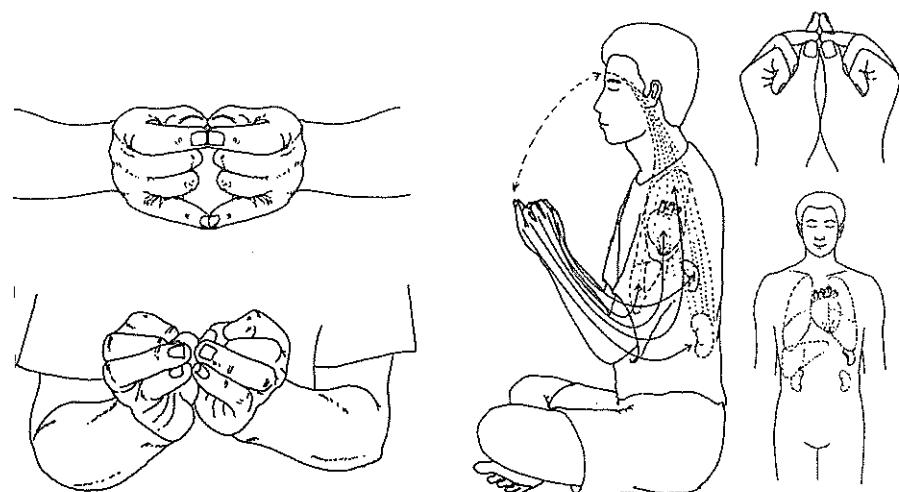
Com a disciplina espiritual, nós nos tornamos plenamente conscientes da presença biológica e receptiva, a presença conscientemente percebida e planejada, e a presença da espiritualidade desperta e transcendida. Essa é a presença da unidade, um composto de matéria, força e impulso adquirido com a sua interação. Essa é a presença do espírito e o seu poder de sabedoria. Na manifestação espiritual, o mundo não é apenas percebido, mas também perceptível. O mundo percebido é o mundo realista em que vivemos atualmente. O mundo perceptível permanece eternamente presente e místico. Portanto, na prática do aperfeiçoamento espiritual, os sentidos são orgânicos e inorgânicos, biológicos e psicológicos, instintivos e conscientes, egoístas e intencionais. O nosso poder sensorial representa o poder da natureza, da mente, da força e da matéria.

## A Sensibilidade Espiritual

Tudo é perceptível como é percebido; a Natureza na criação de Deus é perceptível e o Tao na vida é uma jornada percebida. Na disciplina espiritual, tudo tem o seu poder de cura intrínseco. Perceber o poder de cada ser individual é extremamente difícil por causa do próprio sigilo sagrado e da capacidade interativa pessoal. Por um lado, quando o sigilo é franqueado, o sagrado torna-se manipulador. Quando se é isolado e se desnuda, a presença é comum e a simplicidade é o local de trabalho. Por outro lado, só quando se está exposto é que se revela o próprio sigilo natural; só quando não há mais magia visível se dissimula a verdadeira magia interior: o dom do espírito. No meio desse paradoxo reside a natureza da mente e da fé, ressaltando o caminho da pesquisa e do retorno.

A mente rouba tantas coisas naturais quantas forem possíveis explorando a própria nudez, desconsiderando a privacidade de cada um, sem dar crédito à natureza do sigilo e sem respeitar a beleza da simplicidade. A mente científica, deliberada e egoísta, tranca a porta a toda entrada exposta por meio da possível reconstrução dos elementos e tornando os belos frutos da maternidade um resultado lucrativo. Igualmente alarmante e trágica é a visão religiosa do abandono do corpo, do amor e do fluxo em nome das técnicas institucionais, tornando o poder sagrado da igreja (corpo e filho) desviados da sua origem, do seu amor e do seu recurso: o poder sacrificial da mãe.

*O mundo começa com a mãe como a sua fonte. Quando tiver a mãe, você conhecerá o filho.* A Mãe é a forma natural indivisa do Criador, e o poder criativo dela é o mecanismo de todas as criaturas e as suas funções. Sabendo isso, a menor e mais sutil partícula da semente e do filho, a orfandade do seu verdadeiro ser, faz parte da sua experiência inata. Essa é a compreensão da ciência de cada substância individual e da sua função, das imagens às idéias, e das estruturas aos números. Essa é a fonte da nossa busca mental, tanto do entendimento quanto da realização e do nosso caminho de retorno.



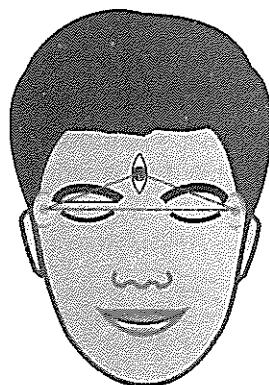
*Fig. 2.1 Quando as partes do corpo trabalham em conjunto, o espírito sente tudo.*

Portanto, nós devemos morrer, assim como o filho e a igreja sagrada, para retornar à fonte. *Quando conhecer o filho, retorne para preservar a mãe. Embora o corpo morra, não há nenhum mal.* Quando você conhece o seu verdadeiro eu interior, volta a abraçar a sua mãe procriativa, a sua origem divina e a sua criatividade. Essa é a obrigação significativa da prática espiritual

religiosa, retornar ao estado original abraçando a fonte indivisa original. Essa é a disciplina espiritual. O amor encontra-se dentro da nossa mente receptiva com as nossas vibrantes sensações de unidade com o amor de Deus conferidas a cada um de nós. A verdade não está dentro do mosteiro; ela está dentro do nosso espírito. A fé não está dentro de um ensinamento; ela é a verdadeira magia do mundo.

Juntos, a sensibilidade espiritual será estabelecida. Não existe rejeição da ciência ante a crença religiosa, e não existe negação da fé religiosa ante nenhuma experimentação. Essa é a mensagem que Lao Zi nos legou. Esse é o poder da sensibilidade espiritual.

## O Desenvolvimento dos Cinco Sentidos



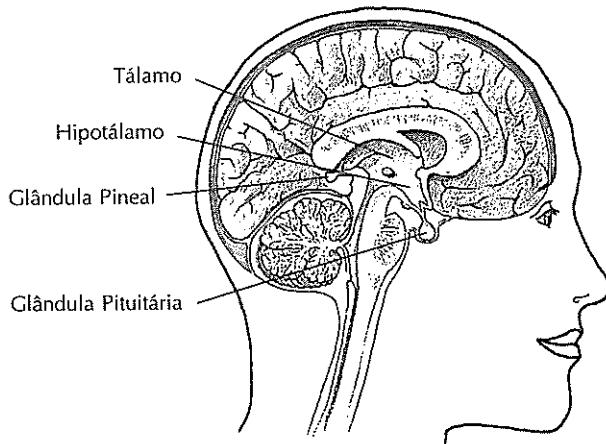
*Fig. 2.2 Os cinco sentidos.*

Os cinco sentidos estão desenvolvidos dentro de todo o reino animal, coordenados por meio do cérebro primitivo, ou córtex cerebral. Nos seres humanos, o termo córtex cerebral refere-se à grossa camada de matéria cinzenta que reveste o cérebro, assim como um fruto circunda a sua semente. O cérebro é a maior parte do encéfalo, constituindo-se de dois hemisférios separados por uma profunda fissura longitudinal. Ele é a autoridade central das sensações, assim como de todas as atividades musculares voluntárias. É a base da consciência e o centro das faculdades mentais superiores, como a memória, o aprendizado, o raciocínio e as emoções. Ele consiste de quatro lobos: o lobo occipital da associação visual, o lobo parietal do tato e do paladar, o lobo temporal do olfato e da audição, e o lobo frontal das atividades motoras de pensamento e raciocínio.

Todas as atividades sensoriais governadas pelo córtex cerebral são centralizadas por meio das glândulas do tálamo e executadas por meio do sistema límbico — o nome é derivado de *limbus*, a palavra latina para “anel”.

Esse sistema anelar nos capacita a aprender e a memorizar. Essa capacidade é condutora do som e das suas freqüências vibratórias, assegurando a próxima respiração, a próxima refeição ou oportunidade pessoal. Antes do desenvolvimento do sistema límbico, todas as espécies possuíam um bulbo raquiano que circundava a parte superior da medula espinhal e era mal desenvolvido, especialmente entre peixes e insetos.

O tronco cerebral, ainda mais primitivo que o sistema límbico, dirige (conforme é programado para fazê-lo) as funções da respiração e do metabolismo. Ele controla as nossas reações e movimentos estereotipados também. Ele é imprescindível à manutenção da nossa vigília e atenção consciente. As funções primárias da vida — os batimentos cardíacos, a pressão sanguínea, a deglutição, a tosse, a respiração e a inconsciência — estão a cargo do bulbo raquiano. O sistema de alarme do cérebro, o sistema de ativação reticulado consiste de uma configuração reticular, subtálamo, hipotálamo e tálamo medial — com o hipotálamo servindo o mais elevado propósito de todos. Ele contém muitos agrupamentos minúsculos de células nervosas chamadas núcleos monitores, que controlam a temperatura do corpo, a ingestão de alimentos, o equilíbrio da água no corpo, o fluxo sanguíneo, o ciclo sono-vigília e a atividade dos hormônios segregados pelas glândulas pituitárias.



*Fig. 2.3 O Salão de Cristal.*

O tronco cerebral, na prática taoísta, compreende a primeira despesa da energia sexual na medida em que ela sobe pela medula espinhal. Depois ela vai alimentar a glândula pituitária e a glândula pineal na prática da meditação no segundo nível: *transformando Chi em Shen, depois Shen em vazio e, finalmente, vazio em Tao*. O seu fator primário é a sua capacidade de regu-

lar a glândula do hipotálamo. Os praticantes de meditação que jejuam por longos períodos sem dormir são capazes de unificar essa glândula atraindo seguidamente a luz para dentro do cérebro e do corpo através da glândula pituitária.

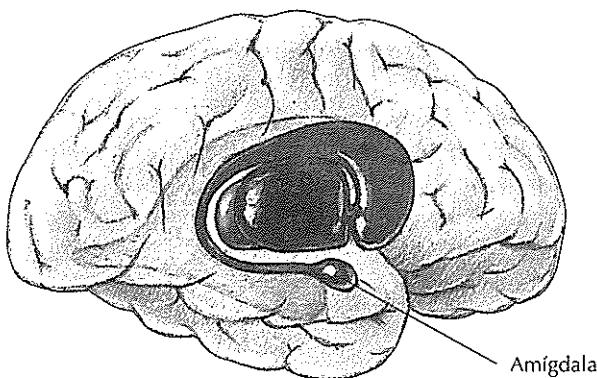
Mantendo os hormônios supra-renais nos seus níveis mais baixos, a paz interior permanecerá imperturbável. Nesse estado, os receptores sensoriais que são controlados pela glândula do tálamo, com a exceção do olfato, retiram-se conscientemente. Portanto, a atividade da respiração é substituída pelo descanso das funções visual e auditiva. Na completa escutidão, como é o caso de algumas cavernas onde os praticantes de meditação encontram-se na sua forma de atividade mais elevada, as capacidades visual e auditiva tornam-se ainda mais ativas. Atraindo a luz inconsciente das glândulas supra-renais que são carregadas pela energia sexual primordial, a mente vê a luz e o ouvido interno ouve a vibração cósmica dentro tanto do corpo/mente quanto da mãe terra.

Misteriosamente, a caverna e a concavidade dentro dos ossos ecoam mutuamente, tornando a vibração cósmica perceptível visível pelo olho da consciência. O órgão olfativo torna-se o mais importante a suprir a energia mínima necessária para o corpo/mente. Assim as glândulas do tálamo são desligadas todas. A glândula pituitária — a principal glândula dos hormônios corporais — torna-se destilada pela troca de energia no corpo/mente necessária para o poder do despertar espiritual. A glândula do hipotálamo alterna-se pacificamente, permanecendo em perfeito equilíbrio entre a vigília e o sono. A glândula pineal, segregando melatonina para controlar os ritmos corporais sutis, é alternada pela vibração da terra e a luz varredora, não sendo mais dirigida pelo impulso instintivo do poder supra-renal e percepção consciente da glândula do tálamo. Nesse estado, a vigília é um estado de devaneio e a consciência de sonho é consciência desperta. Essas se tornam as funções das estrelas espirituais e do planeta terra, em vez do poder giratório da terra, do sol e da lua. Esse estado é a etapa final do processo de retorno na terra.

Com o desenvolvimento do tronco cerebral, o centro emocional ou adaptativo emerge, capacitando o corpo a funcionar melhor tanto orgânica quanto emocionalmente. A palavra raiz de “emoção” é *motere*, o verbo latino para “mover”. Acrescentando o prefixo “e” à palavra “moção”, vemos a correlação entre vida orgânica em circulação e a retirada da sua função mecânica básica.

Os taoístas consideram as atividades emocionais como difusões de energia. As sete expressões emocionais do funcionamento orgânico com a paixão do coração estão intimamente ligadas às sete aberturas na face expressando felicidade, raiva, tristeza, alegria, amor, ódio e ação desejável. As seis primeiras são expressões orgânicas do coração, do fígado e do baço.

A ação desejável é a ação mental egoísta. O órgão primário para essas atividades emocionais é coordenado pela função das duas amígdalas (tiradas da palavra grega para “amêndoas” por causa da sua curiosa semelhança com as amêndoas). Na tradição taoísta, esse é o centro coronal onde são registrados tanto a luz quanto os quadros visuais, como a imagem do sol ou de uma serpente. Quando o poder sexual se envolve com a luz acima do cérebro para formar o orvalho doce, a luz na pituitária torna-se branco-acinzentada. Quando ela irradia, as duas glândulas das amígdalas são ativadas, permitindo que o Chi circule de cada lado da cabeça acima das orelhas e ao redor das têmporas. À medida que a luz se move para a frente, o terceiro olho — o instrumento essencial para o diagnóstico de cura — é aberto.



*Fig. 2.4 Função da amígdala.*

O funcionamento global da amígdala está relacionado à energia do Chi dos rins (entre as glândulas supra-renais, rins, bexiga urinária e glândulas ovarianas/da próstata), especialmente a expressão de vontade/medo. O medo é a mais antiga emoção negativa. Ele é sentido por todos os animais e é até mesmo mais forte entre os seres humanos, uma vez que esses têm tão pouco poder para se proteger, especialmente os recém-nascidos. Quanto mais longa a história requerida para o desenvolvimento orgânico, mais o medo torna-se a base de todo o processo civilizatório: proteger-nos e atingir um potencial superior. Os rins têm as suas localizações faciais correspondentes dentro das têmporas e das orelhas. Quando o seu Chi dos rins vibra e flui livremente para o cérebro, não existe bloqueio nem no lobo temporal nem ao redor do cordão umbilical. A energia flui livremente para criar a vibração emocional pura: compaixão.

Os lobos temporais governam todas as sensibilidades auditivas, somáticas e motoras. A respiração proveniente das narinas assim como a luz que brilha sobre a amígdala carregam essas atividades sensoriais. As

glândulas supra-renais, responsáveis pela liberação de dopamina, norepinefrina e epinefrina, tornam-se a base para a verdadeira tranqüilidade interior. Essa tranqüilidade interior é oposta às reações de medo extremo que se manifestam em resposta a situações de ameaça à vida como paralisia, torpor e imobilidade. Nesse estado, tudo se encontra no inofensivo e adorável presente. O coração, não estando nem amedrontado nem excitado, permanece calmo, sem nenhum vínculo a coisa alguma, interna ou externamente. O principal efeito da dopamina, aumentar os batimentos cardíacos e o fluxo sanguíneo, dissolve-se e se transforma em poder de cura. O efeito básico da norepinefrina, basicamente responsável pela paralisia muscular e pelas expansões dos órgãos, é resfriado. Essas duas catecolaminas então coalescem com a epinefrina. Esse fenômeno aumenta a produção de glicose do glicogênio que é produzido no fígado. Isso resulta em aumento de energia para os olhos e as têmporas, consequentemente diminuindo ou reduzindo grandemente a atividade do sistema gastrintestinal. A energia proveniente do fígado aumenta o poder do fluido cerebroespinal necessário para o funcionamento celular no cérebro. A respiração torna-se mais profunda, mais longa, mais suave e ainda assim mais útil.

Revolucionariamente falando, quando a condição respiratória do meditador torna-se essa, os animais se retiram do seu corpo aparentemente morto. Mais propriamente, eles preferem fazer amizade com esse corpo em vez de encará-lo como refeição. Os animais são curiosos para aprender com o que provém do seu fornecedor de alimento. Com o tempo eles se inspiram para assumir uma vida de serviço para poucas pessoas altamente avançadas. Isso funciona como exemplo da antiga história de domesticação dos animais selvagens. Em muitos casos, esses animais amigos assumem o papel de protetores que lutam pelos seus senhores. Por exemplo, na China antiga, há muitos relatos de comandantes altamente habilidosos e artistas marciais empregando animais selvagens em batalhas. Esse é talvez o mais antigo poder meditativo exercido por seres humanos ao lidar com os seus predadores. Gradualmente, ao longo da história, nós interiorizamos essa habilidade numa técnica bilateral e embutida de autopreservação: positivo e negativo.

A negatividade congela ou entorpece o corpo/mente subconscientemente num confronto com o perigo. O lado positivo exercita a força de vontade humana para a agilidade e o destemor conforme caracterizado por reis, nobres e sábios. *A ação (Te) em sua profundezza é como um bebê recém-nascido. Os insetos peçonheiros e as cobras venenosas não o picam. Os pássaros predadores e os animais ferozes não o alcançam.* Na literatura antiga, contam-se histórias de reis, nobres e sábios como exemplos de supremacia, a serem considerados pelos cidadãos como seres espirituais ou divinos, valoriza-

dos ou venerados. A gente comum precisava de liderança, de orientação, de uma esperança comum e de uma crença. Uma vez que a maioria da população era incapaz de sobreviver em razão do excesso de doenças, da falta de alimento ou por se tornar o suprimento alimentar de animais selvagens mais fortes, as pessoas eram destinadas a morrer muito novas. As poucas que sobreviviam aprimoravam as suas habilidades para transformar o medo e reverter as situações prevalecentes de ameaça à vida em resultados positivos.

De acordo com a teoria pré-celestial da tradição taoísta, o abdome é yang e o cérebro é yin. No início da vida, no interior do útero, geralmente dentro de três a cinco meses, o corpo vira de cabeça para baixo com a água no alto e o fogo embaixo. Esse fluxo é o funcionamento entre a Estrela Polar e o sol: cóccix e fontanelas. A Estrela Polar fornece a água sagrada e a luz espiritual, ao passo que o sol assegura o poder formador biológico e os nutrientes conscientes: sangue e fogo. O cóccix fornece e dirige o poder giratório, rotatório ou oscilante. Ele também proporciona a flexibilidade para a estrutura pélvica para acomodar o processo de nascimento. As fontanelas, servindo como os portões cósmicos urinários e de defecação, canalizam a comunicação entre o feto e a mãe. À medida que o feto se desenvolve, os nutrientes vindos do cordão umbilical e da placenta são despejados através dos ossos sacros para todo o corpo. A espinha torna-se como um leito de rio, permitindo que o Chi como água flua e alimente os órgãos, músculos, tecidos, ossos e outras partes do corpo, capacitando o feto a girar, mover-se de um lado para o outro e para cima e para baixo. As orelhas tornam-se como que a foz desse rio fluente, prontas para receber as vibrações entre o feto e a mãe, e comunicar-se por meio da pele e do líquido amniótico. As artérias e as veias umbilicais dentro do cordão fornecem a circulação energética vital do sangue. Ao contrário de outras espécies do reino animal, os bebês humanos posicionam-se de cabeça para baixo no ventre da mãe até ter início o processo de parto. As mães animais dão à luz em pé sobre as quatro pernas; portanto não existe o medo do escuro entre os filhotes dos animais. Em contraste, o cérebro do bebê humano é sempre mantido como se estivesse na pelve da mãe, olhando para a escuridão abaixo, o que faz com que o medo do escuro se torne uma reação biológica incorporada.

Na vida pós-celestial, os nove ossos sacros e coccígeos fundem-se em dois, permitindo que o tronco do corpo se sustente em pé. A capacidade de andar resultante define a diferença natural entre o bebê humano e o filhote animal. É preciso um período de seis meses ou mais para que o bebê humano desenvolva a capacidade de permanecer em pé e caminhar, ao passo que em questão de minutos um filhote animal faz o mesmo. No entanto, mais tarde, na vida adulta — nos casos em que os efeitos do estilo de vida

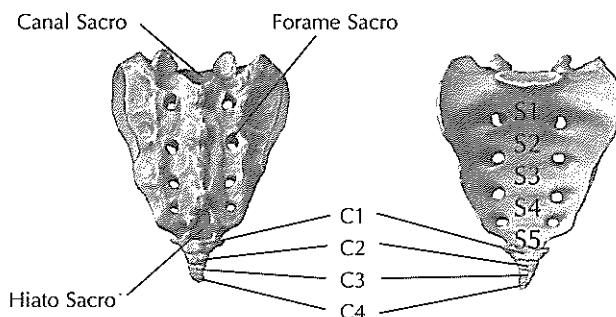


*Fig. 2.5 Vida pré-celestial.*

tenham resultado em problemas de ossificação da cartilagem conectiva e outros tecidos conectivos entre o sacro e os ossos da região pélvica — o sacro e os ossos afetados da cinta pélvica tornam-se efetivamente fundidos entre si. Os ossos fundidos impedem o movimento independente do sacro e a flexibilidade da região sacra se perde. Na prática da meditação, se os ossos sacros não são reabertos, pode não haver livre fluxo da energia kundalini para a experiência do despertar total. Nas etapas superiores da prática de meditação taoísta, somos informados de que, a menos que o sacro e o cóccix (ossos cocígeos) sejam reabertos, não é possível que os músculos do pescoço, da coluna vertebral e da garganta funcionem livremente. O corpo de energia Chi (estado fluido) não pode ser elevado ao estado de corpo de energia Shen (estado iluminado) até que esse processo esteja concluído.

## A Percepção Contemplativa

Ao longo da sua evolução, a humanidade desenvolveu capacidades para distinguir as diferenças entre as cores, os sons e os cheiros com o auxílio dos cinco sentidos. Possuindo esses recursos, nós humanos desenvolve-



*Fig. 2.6 O sacro e o cóccix.*

mos outros sentidos mais sutis. Alguns exemplos são a pressão, a temperatura, o peso, a resistência e a tensão, a dor, a posição, as sensações perceptivas, viscerais e sexuais, o equilíbrio, a fome e a sede. Todas essas sensações surgem da interação entre os órgãos internos e o mundo exterior. O papel primordial dos sentidos — assegurar a nossa sobrevivência e evitar todas as situações perigosas e desastrosas — permite-nos discriminar o que é bom do que é nocivo, o que é valioso do que é inútil. Pela otimização dessas capacidades sensoriais, pouco a pouco nos tornamos mais artísticos, instrumentais e possessivos. Esforçamo-nos continuamente para melhorar essas capacidades de discernir e perceber as formas naturais, para tornar a vida mais simples e mais pacífica, ainda mais significativa e maravilhosa.

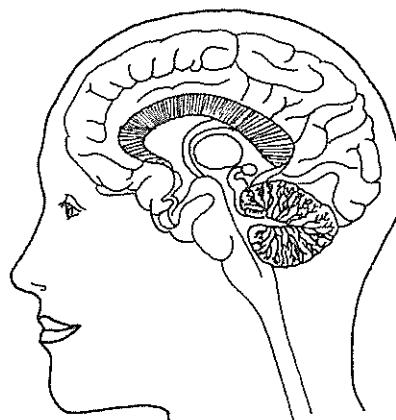
Na prática espiritual, duas coisas são necessárias. A primeira é perceber as coisas exatamente como elas são. Essa é a precisão da exatidão. A outra é a abnegação. Quando o eu está ausente, a discriminação e o julgamento estarão ausentes também. Não pode haver espaço para a dualidade quando o verdadeiro valor da percepção é aparente. Emitir julgamento é o verdadeiro veneno da nossa vida, da nossa saúde e do nosso ambiente espiritual. O verdadeiro julgamento espiritual é desinteressado: perceber as coisas como elas são e reagir de acordo. Na vida, todas as coisas boas são dons transformadores e todas as coisas más são um aprendizado valioso e materiais transformadores. Entender essa realidade — o significado da percepção — é o começo da prática da consciência taoísta. É sendo conscientemente atento que a percepção dos olhos, do nariz e dos ouvidos atua para constituir a maior parte das informações. Quando chegamos ao ponto em que o que percebemos é a perfeição do que a nossa consciência está percebendo, a vida nos apresenta então o seu verdadeiro significado. Nesse ponto, os órgãos dos sentidos não são apenas instrumentos confiáveis mas também veículos espirituais e conscientes valiosos. Por meio dessa

consciência orgânica, a natureza emocional e espiritual mais profunda é despertada e compreendida. Apenas o eu verdadeiro é necessário para atingir esse ponto.

Com a ajuda da luz, todas as coisas podem ser vistas. Para conhecer o Tao, não é necessário nenhum talento especial assim como também não se requer um conhecimento apreciável. Todas as coisas na Terra são sagradas, abençoadas e desinteressadas. Conhecer isso é conhecer o eu verdadeiro e saber como aplicar a habilidade da percepção espiritual. Com esse instrumento, podemos conhecer não só as aparências mundanas que observamos mas também as suas mensagens ocultas. Então alcança-se a unidade, tornando a percepção humana um empreendimento conjunto entre o nosso mundo interior biológico, emocional e espiritual como também com o mundo exterior, com que se relacionam a nossa mente e o nosso coração. A percepção do mundo, do Tao e de Deus é então alcançada enquanto a vida flui por conta própria.

## Os Receptores Sensoriais

Você sabe por que todos os receptores sensoriais estão localizados na frente do corpo? Para nos guiar num movimento sempre para a frente, usando as cores, os sons, os sabores e a pressão até que o nosso corpo finalmente morre. Desde os seus primeiros momentos iniciais, a nossa vida vai se acabando até que a morte retorna para nos resgatar. Durante o dia, seguimos em frente. À noite, retornamos durante o sono. Contudo, quando dormimos de costas, bloqueamos a nossa comunicação espiritual enquanto o sonho repõe a viagem espiritual.



*Fig. 2.7 Receptores sensoriais.*

Quando você aprende a ver as coisas por meio da parte traseira do cérebro, ouvir o som através do centro do seu cérebro e respirar através do umbigo, você se unifica consigo mesmo e com o universo. Se não for capaz de fazer isso agora, as técnicas expostas aqui vão lhe indicar o caminho. Elas vão guiá-lo através do mundo exterior para dentro do mundo interior, não através de esperanças criadas pela sua imaginação mas com os sonhos guardados no seu subconsciente. Esse é o sentido da meditação: retornar à unidade.

## Órgãos dos Sentidos Vulneráveis

### Os Textos de Mawangdui

*Cinco cores cegam os olhos. Correr e caçar enlouquecem o coração. Perseguir o que é raro torna a ação enganosa. Cinco sabores entorpecem o paladar. Cinco tons ensurdecem os ouvidos.* Esse é o conteúdo tirado do Capítulo 12 dos textos de Mawangdui, considerados como sendo as cópias originais e mais inteligíveis existentes na atualidade. Mawangdui é o nome do vilarejo localizado na região centro-sul da China onde foram desenterrados os mais antigos textos conhecidos (duas cópias juntas) do *Tao Te King*, encontrados num túmulo por arqueólogos chineses em 1973. Na versão padrão, mais de sessenta capítulos apresentam diferenças de palavras, de frases, e na disposição dos versos, em relação aos textos originais de Mawangdui. Por exemplo, a versão padrão lista os “três cinco” primeiro (cinco cores, cinco sabores e cinco tons), seguidos por *Correr e perseguir enlouquecem o coração* e *Perseguir o que é raro torna a ação enganosa*. A versão padrão coloca de maneira rígida e forçada os “três cinco” juntos por meio do “processador de texto mental” do raciocínio lógico. Ela oculta a tragédia da interação humana com um cálculo simples: comprimindo a experiência humana numa breve summarização. A manifestação artística na versão padrão perde o ponto mais vital: a posição do coração no centro da ação.

Comparados com a versão padrão, os textos de Mawangdui mostram mais originalidade e são menos prolixos e rebuscados. Isso expressa a natureza do Tao, respondendo com naturalidade ao ignorar o acabamento e a perfeição. *A grande perfeição parece faltar, mas o seu uso nunca se exaure. A grande abundância parece vazia, mas o seu uso nunca chega ao fim. A grande retidão parece curva. A grande habilidade parece desajeitada. O grande excesso parece deficiente.* Esse é um lembrete sincero de como devemos evitar nos envolver e nos satisfazermos com a limitação momentânea. Quem sabe, por meio desse lembrete, fruto da inspiração natural e da experiência pessoal, atravessemos este capítulo e o livro inteiro com elegância, compreensão e desprendimento.

O mais importante ainda, a composição de Mawangdui no Capítulo 12 tem a sua própria seqüência intencional. Não tem a ver com a concatenação lógica da linguagem, mas relaciona-se com a ordem natural aparente: uma combinação de intuição e racionalidade. Ela explica o processo de usar antes os nossos sentidos imediatos das cores, dos batimentos cardíacos e da excitação, seguidos pelos sons, cheiros e sabores. Ela diz respeito à interação orgânica do eu com o mundo, tratando da reflexão mental da aparência do mundo e outras características, como uma unidade interativa e inseparável a ser assimilada tanto da experiência biofísica quanto da compreensão consciente. Essa é a natureza de todas as tradições culturais registradas.

Na ordem espiritual intencional de Lao Tzu, a frase *cinco cores cegam os olhos* revela os olhos como um dos receptores sensoriais mais fundamentais. As cores são os primeiros objetos visíveis no universo e os estímulos naturais mais poderosos. O seu significado é tão importante para a nossa vida, tanto biológica quanto artística, que tingimos os nossos tecidos com cores, colorimos os nossos utensílios, pintamos os nossos aposentos e casas de diversas cores e nos expressamos por intermédio das cores. E somos os consumidores das cores. Quando as cores, como os espectros da luz, entram no nosso coração através dos olhos, o coração é incendiado e enlouquecido e o corpo recebe a mensagem de “ir ao encontro de”. Têm início a corrida e a caçada. A conclusão então se realiza, uma vez que a nossa sobrevivência depende dos frutos coloridos da mãe terra. Quanto mais raro é um objeto, mais intensamente o corpo/mente o persegue. *Perseguir o que é raro torna a ação enganosa:* o começo do pecado humano. A palavra “raro” é usada em referência ao mais visto em função dos estímulos, uma vez que o que é raro agrada ao coração, satisfaz ao ego, determina a posição e aumenta o valor. Enganar, lutar, disfarçar, mentir, invejar, admirar, elogiar, degradar, negar, esconder, exagerar, rotular, desconsiderar, abusar, humilhar, matar e assim por diante, eternamente. Tudo com a finalidade de perseguir os cinco sabores e desfrutar os cinco tons: as recompensas por competir na corrida e caçar. Como os olhos estão cegos, o paladar insensível, os ouvidos ensurdecidos, o corpo fica intoxicado e a mente entorpecida. Na disciplina espiritual, o corpo é o templo “cíclico” do espírito. A mente é o vento dirigente do espírito. A sua força vital ou elixir espiritual só deveria ser usada para dois propósitos: para dar à luz os filhos amados de Deus e espiritualmente ligados a Ele, e para devolver-nos todos à verdadeira natureza de eu: o eu espiritual e divino.

## Os Cinco Elementos — Representação dos Estímulos

Uma vez que estamos expostos ao estímulo das matérias e formas deste mundo, os seus convites podem tornar-se inevitáveis. As cores, os sons, os cheiros e os movimentos das substâncias naturais e das suas várias formas constantemente “invadem” a nossa matéria e a nossa forma microbiológica. Quando seguimos o padrão natural do dia e da noite, despertamos para a parte sombria da luz produzida pelo sol ao amanhecer (o momento mais escuro) e novamente pela manhã logo antes do sol nascer. Esse é um despertador poderoso tocando na nossa inconsciência. Quando a *persona* do sol, luminosa e brilhante em sua luz, é ativada sobre a terra, os pêlos da terra / plantas, flores e árvores — são massageados holisticamente pela sua invasão macia, suave, penetrante, ainda que sutil. E somos irremedavelmente vulneráveis ante o seu imenso poder; regozijamo-nos nele.

É esse convite da natureza que nos permite seguir o fluxo do mundo exterior. Essa capacidade é inata em nós e não há nenhuma necessidade de desenvolvê-la. É um dom recebido. Seguir o fluxo é uma resposta otimista que lida com uma noção de expectativa desinteressada e um compromisso refletido expresso na filosofia e na religião orientais. Os chineses resumiram o mundo ou universo como sendo compreendido de formas que são representadas ou simbolizadas pelos cinco elementos (“formas”, “aparências” ou “fases”). Esses cinco elementos são carregados com duas forças opostas, ainda que coexistentes, de yin e yang.

Todas as coisas naturais, na mente chinesa, estão imersas nessa “explosão mecânica quântica”. Por exemplo, as cinco variações sazonais (primavera, verão, alto-verão, outono e inverno) produzem cinco cores (verde, vermelho, amarelo, branco e preto) e cinco sabores (azedo, amargo, doce, ácido e salgado). Elas ativam os cinco tons (chamado, riso, canto, grito e gemido) por meio dos cinco órgãos faciais (olhos, orelhas, nariz, boca e língua) e também dos cinco órgãos internos (fígado, coração, baço, pulmões e rins). Em troca, esses órgãos são carregados com o Chi dos rins produzido pelos cinco órgãos dos rins (dois rins internos, dois rins externos e um órgão sexual). Esses cinco são concebidos dentro dos cinco elementos corporais (um corpo com dois braços e duas pernas), expressos com cinco emoções (raiva, alegria, preocupação, tristeza e medo) e manifestos com cinco dedos. Os cinco dedos são a última inspiração que completa a estrutura da teoria gerada pela prática: a teoria de yin-yang-cinco-elementos que simboliza a estrutura cosmológica e mitológica do universo dentro de nós.

## Pressão sobre os Cinco Sentidos

O nosso ciclo vital é determinado pela interação dos estímulos eternos e externos. A excitação inicial surge então como ação competitiva, que colherá as recompensas na forma de comida, bebida, sexo e ser rodeado por bens e valores. Esses se tornam os nossos símbolos de *status*. O Chi é consumido mais adiante no trato com as reações duais como a felicidade e a alegria, ou a raiva e a frustração. A guerra começa e a vida se tritura em direção ao fim. Isso é o que Lao Tzu imaginou como *o motivo pelo qual o povo não leva a morte a sério é porque preocupa-se com as obrigações da vida*.

Os órgãos sensoriais tornam-se gradualmente vulneráveis à medida que sucumbem às suas obrigações. Durante grande parte do tempo, os órgãos não podem fazer nada independentemente. Eles somente facilitam os nossos recursos e os benefícios derivados. Eles são dirigidos constantemente por exigências internas e pressões externas. À medida que os cinco receptores são sobrecarregados, o sexto sentido — o sentido corporal — é chamuscado pelo fogo, e o sétimo sentido — a percepção consciente — é atravancado pelas palavras e convicções. Naturalmente, essas coisas nunca nos atraem, agradam ou causam prejuízo aos nossos órgãos sensoriais ou a nós. Não podemos ser escravos de objetos materiais nem de sensibilidades. Uma vez que *grande ou pequeno, muito ou pouco, recompensa ou castigo, tudo é feito pela Ação*, devemos praticar *sem fazer, ocupar-nos de não-negócios, saborear o não-sabor*. Essa *ação* é o verdadeiro produto da mente e do coração. A mente procura e o coração recompensa. Não há necessidade de acelerar o nosso próprio falecimento dirigindo-nos para a derrota.

Seguindo essa prática de não-fazer, temos de prestar atenção a todos os agentes estimulantes, sejam eles internos ou externos. Tudo o que existe exerce uma posição neutra, a qual é alterada pelo modo como a utilizamos. De acordo com a alquimia interior taoísta e a medicina chinesa, as cores, os sabores e os tons podem causar um desequilíbrio orgânico que poderia conduzir então a um tumulto emocional e uma distorção espiritual. As cinco cores, sabores e tons correspondem a reações orgânicas internas, incluindo o orgasmo biológico, emocional e intelectual. Quando as pressões exercidas por esses estímulos são sobrecarregadas, ocorre um bloqueio dos receptores sensoriais dos olhos, orelhas e boca. Os órgãos internos são então prejudicados: a ira frustra o fígado; a raiva causa ódio no coração; a preocupação corrói o baço; a tristeza deprime os pulmões; e o medo se destila nos rins. De certa forma, a alta freqüência provocada por um grito ou um grande barulho pode infligir dano ao coração, a bebida pode envenenar o fígado, a pornografia suga o Chi dos rins. Então é necessária muita energia para se desintoxicar e restabelecer o estado normal do conjunto corpo/mente.

Falando com maiores detalhes, o fígado, por exemplo, tem as atribuições emocionais de bondade e raiva. Quando o Chi do fígado de uma pessoa é puro e forte, essa pessoa é bondosa e apaixonada. Se houver deficiência de Chi, a pessoa pode sentir-se aterrorizada. Uma superabundância de Chi de terror produz a raiva. Como a raiva é guardada no fígado, a mente torna-se desarranjada, perdendo o controle e a clareza. Os músculos dos órgãos genitais contraem-se e sentem câimbra. Expansões constantes no peito e na área da caixa torácica provocam o começo de palpitações, irritabilidade, impaciência, obsessões e sonhos excessivos. Consequências mortais podem assomar no horizonte.

## Pare de Maltratar os Seus Órgãos Sensoriais

Hoje entendemos a vulnerabilidade dos nossos órgãos sensoriais e a necessidade de equilibrá-los. Em vez de honrá-los e respeitá-los, os sobrecarregamos impiedosamente abusando de nós mesmos. Mesmo quando os olhos estão cansados, continuamos olhando. Mesmo quando os ouvidos estão esmagados com o som excessivo, continuamos escutando. Mesmo quando o estômago está cheio, continuamos comendo. Os olhos tornam-se míopes e as orelhas ensurdecidas. O corpo perde seu senso de equilíbrio e a saúde corre risco. Como resultado, *quanto mais prende, mais você perde. No sentido do Tao, isso quer dizer comer demais e agir demais*. O que deveríamos fazer então?

## Afaste-se do Estímulo Motivacional

Facilmente ficamos entediados e nos cansamos da nossa rotina e dos ambientes em que vivemos. Isso nos motiva a buscar mais excitação. Às vezes, somos tão motivados pelos impulsos da persuasão do nosso ego que buscamos a perfeição. Procurar respostas ao propósito da nossa jornada de vida é a forma mais elevada de motivação a ser aperfeiçoada. Nós somos o que somos. Viver pelo que somos é a resposta, mas às vezes nos recusamos aceitá-la. Quando Buda foi iluminado, o seu ensinamento de tornar o sonho realidade atraiu muitos seguidores e continuou a atrair por gerações. Ainda assim, os ensinamentos dele despertam o comportamento dogmático em alguns e a rejeição em outros. O comportamento dogmático fixa-se na mensagem da realização; a rejeição não tem nenhuma consideração pelo sofrimento. Buda foi iluminado mas os ensinamentos dele são apenas parciais. Como então podemos procurar o caminho da iluminação, por Buda ou pelos ensinamentos dele?

Quando nos recusamos a aceitar o truísmo de que somos o que somos e da nossa necessidade momentânea, somos compelidos a adicionar cores, rótulos e significados — a ego-mente acredita que, se somos altamente determinados, podemos ser tudo o que queremos ser. Isso é o que sonhamos e ensinamos aos nossos filhos. Autorizamos, então, o nosso ego a exigir e dirigir as nossas ações, em vez de escutar os sinais de advertência e se dedicar à ação virtuosa. Credenciais, casamentos e outras práticas artificiais retardam e destroem a nossa sensibilidade sagrada, o nosso ir com o fluxo. Esse é o preço exorbitante obtido pelas nossas exigências egoísticas. Se as nossas mentes estiverem *não constrangendo o meio em que vivem, elas não ficam entediadas com a vida. Porque não ficamos entediados, não existe tédio.*

### Ser Produtivo: A Arma do Ego

Durante o nosso avanço ininterrupto em direção à civilização, somos emocionalmente aprisionados. Somos intelectualmente encorajados a acreditar que ser produtivo tem valor e é a razão para viver. Uma vez que a nossa produtividade deve ser medida de acordo com determinados padrões, procuramos de todas as maneiras o que consideramos como sendo metas desejáveis: posições em reuniões sociais, organizações políticas e religiosas. Ao alcançar esses níveis de conforto bem posicionados, sentimo-nos justificados por ter pago um preço tão alto.

Como indivíduos, estamos sempre sozinhos e não suportamos traços mensuráveis. No plano individual da vida, o ego não consegue atingir a satisfação interior; isso requer um ambiente “expandido”. Esse esforço empurra o corpo/mente para uma arena de atividade em meio a grupos e organizações. Então o ego inventa listas infinitas de nomes e títulos para decorar o corpo/mente definido em função do ego. Uma vez que esses grupos e organizações afirmam a sua existência, legislam e demonstram o seu domínio sobre o poder, o recém-chegado — jovem e velho — luta para se tornar parte deles. As organizações sociais tornam-se completamente estabelecidas, fortificando firmemente as gerações futuras. Isso alimenta entre elas o desejo de mais segurança, de receber mais educação e de alcançar padrões mais elevados de civilização: sendo mais produtivo. Ao mesmo tempo as escolas, corporações, igrejas e muitos outros estabelecimentos processam essa mentalidade de “ser produtivo” de maneira apaixonada, vigorosa e violenta. A fazê-lo, podem atrair-se mutuamente, abusar de si mutuamente e, no final das contas, destruir-se mutuamente. A suposição de “ser produtivo” insinua que temos de deixar uma boa impressão, ser jovens, inteligentes, criativos, trabalhadores e, o mais importan-

te, obedientes e flexíveis. As organizações sociais estão ansiosas para “contratar” essas qualidades e fazer pleno uso delas. As suas expectativas são de que melharemos, fiquemos mais eficientes e produtivos para estabelecermos um padrão de sucesso até mesmo mais alto a ser seguido por outros. Os que nos seguem continuam a competir conosco até acabar por assumir as nossas próprias posições superiores conquistadas a duras penas. O que terá acontecido? Nós nos vendemos pelo lance mais alto.

Poucas pessoas vivem com facilidade. Entre os profissionais extremamente talentosos e de alto nível, o seu ego lhes permite ser usados e explorados ao máximo enquanto eles consomem a média e rejeitam o inútil. Aqueles que são extremamente talentosos alcançam uma posição “social” intocável. Embora sejam poucos, eles entram em dois grupos distintos. Os do primeiro grupo purificam-se interiormente e esquecem-se da existência do mundo, porque estão e sempre foram iluminados. Eles são e não são eles mesmos: o que eles são como eles mesmos é o que os outros não podem saber ou não querem saber; o que eles não são como eles mesmos é o modo como são conhecidos. Platão, Lao Tzu, Shakespeare, Rumi, Beethoven, Einstein, Van Gogh e outros estão nesse grupo seleto.

Os do outro grupo se sacrificam e unem-se a Deus e ao coração das pessoas: Jesus Cristo, Maomé, Buda, Gêngis Khan, Napoleão, Washington e Martin Luther King são seus exemplos. Essas pessoas não podem existir por si mesmas e os seus seguidores viverão no isolamento sem a sua imagem e a sua orientação. Quem é o maior: você ou alguém nesses dois grupos? Três constituem o grande.

## A Doença da Nossa Persuasão

### A Idéia de Propriedade

Na esfera da vida do ego, não há expressão forte o bastante para compará-lo. Nunca há o bastante de nada. O ego usa muito espaço físico e mental para alimentar e armazenar as suas ambições e preservar e ampliar as suas posses. Considere o espaço físico que ele ocupa como uma explicação. Não há como medir se o que existe é grande o bastante. Um apartamento pode não ser tão bom quanto uma casa, uma casa não tão boa quanto uma mansão, uma mansão não tão boa quanto um país, um país não tão bom quanto o reino da mente. Pior ainda, o ego individual insaciável projeta-se e se transforma em um ego grupal coletivo.

A idéia de propriedade não é mais do que a aprovação social e a posse civilizada do ego. Quando uma pessoa possui uma casa decente, ela anuncia a propriedade orgulhosamente. Os documentos são assinados e apro-

vados legalmente. Essa pessoa nunca percebe que o primeiro dono e senhor da casa é a mãe terra *em si*. O dono atual pode comerciar a casa, mas não tomar a “propriedade” como sua. Desde o alvorecer da civilização primitiva, os nossos antepassados perceberam que possuir a terra significava possuir todas as posses nela incluídas, isto é, o alimento e a água. O orgulho e o poder da propriedade foram e sempre serão marcados de uma maneira ou de outra dentro da própria terra. Todos os seres vivos sobre a terra lutarão por comida, sexo e abrigo. Só os humanos perderam a beleza do fluir em troca da acumulação de coisas e a afirmação de propriedade. Então essa propriedade se estende desde o chefe de uma família para dentro de uma tribo e em última análise para dentro de um país. Como o chefe da família finalmente torna-se o rei, o presidente ou o funcionário mais graduado, as regras pessoais dele tornam-se as regras de grande alcance do país — chamado o governo — o segundo mestre.

O território de um país tem sido regado e lavado, e continuará a sê-lo, pelo seu patriotismo. Contudo, todo o sangue é dirigido pelo terceiro e mais poderoso proprietário: a mente do governante. Possuir a mente significa possuir o corpo, o território e a riqueza da vida. A partir da sabedoria e da mente intelectual, tudo é criado e todos os outros são manipulados. Na nossa sociedade moderna atual, a inteligência e a tecnologia tornaram-se a fonte principal da estrutura de poder para transformar os recursos naturais e as matérias-primas em bens comerciais. Muitos países do terceiro mundo, embora carentes de intelectuais bem-treinados e de tecnologia bem-aparelhada, têm mais recursos naturais mas são pobres. Em nenhum outro período da história humana a mente foi mais preciosa e inestimável do que é hoje; a mente equivale a lucro, especialmente uma mente inteligente. Nunca houve uma época em que os materiais feitos pelo homem fossem mais valorizados do que os produtos naturais. Por exemplo, um avião ou um foguete têm um preço muito mais elevado que um pedaço de jade ou de diamante.

De maneira semelhante, e curiosamente, o dono supremo da nossa mente é o pai divino: Deus. Os domínios do coração, da mente e da terra são todos Seus pertences criativos. Deus não precisa de um espaço físico, de um pedaço de terra. Deus reside no domínio do coração e dentro da propriedade da fé. O coração é a vasta terra da mãe, a luz é a mente mais poderosa de Deus e o Amor é o seu produto. Somos todos escravos do nosso corpo/terra e da nossa mente/senhor. A Deusa mãe possui essa terra e o Deus pai controla esse senhor.

Tragicamente, por milhares de anos, todas as três organizações religiosas do Ocidente declararam-se o dono supremo dessa Terra Santa: Israel, o reino do céu. Isso não tem nenhuma base na terra *em si*, mas é a afirmação do “selo espiritual” de propriedade. O mundo da terra é enorme, o mundo

de Deus está em todos lugares, mas o “selo espiritual”, o verdadeiro dono, está aqui na terra, diante de você. Moisés, Jesus Cristo e Maomé estabeleceram-se nessa Terra Santa. Os seguidores têm lutado pelo próprio mestre e pelo seu Deus. O “selo espiritual” tornou-se uma entidade misturada de propriedade religiosa e censura nacional. Eles não percebem que todos adoram o mesmo Deus; os mestres são os filhos (dentro da mesma linhagem familiar) do mesmo Deus. Eles estão lutando pelos seus corações ou pelos seus egos? Eles veneram os seus corações ou a sua fé?

### **Contente-se com o Bastante**

Uma vez estabelecida a propriedade, são firmados acordos empresariais para aumentar o crescimento e manter a propriedade. O ego possessivo nunca quer “parar”, uma vez que o ego serve só à sua possessividade. Portanto o ego não consegue distinguir entre nome e corpo, corpo e posse, ou se a vida ou a morte têm mais significado. *O que é mais apreciado, o nome ou o corpo? O que vale mais, o corpo ou as posses? O que é mais benéfico, ganhar ou perder? A ternura extrema é necessariamente muito cara.*

O nome pode ser mudado; o corpo morrerá. Nenhum deles é verdadeiramente apreciado. Uma vez que o corpo necessariamente morrerá, qual é o valor dele? Se o ego pode ser abandonado completamente, como pode ser possuído? Uma vez que o ganho e a perda complementam um ao outro, como podemos ter um sem o outro? Viemos do nada e não temos nada. Não juntamos nada na nossa jornada para a morte além das nossas próprias ações energizadas. O que ganhamos é o que perderemos. Quanto mais ganhamos, mais perderemos. *Quanto mais prende, mais você perde.* A esperança e a perda são igualmente importantes e mutuamente proporcionais; cada esperança gera uma perda e cada perda é uma perda de energia dirigida pela/para a esperança.

Assim, *para conhecer o mundo, não saia pela porta para conhecer o Tao do céu, não espreite pela janela. Quanto mais longe você vai, menos sabe.* “Porta” aqui não se refere à porta de uma casa, igreja, templo ou de um escritório. Estruturalmente, a porta é a imagem de um espaço ocupado pelo eu. Comportamentalmente, a porta representa o passo inicial para a ação: um coordenador entre a cabeça e os pés, uma lembrança do olho consciente. Espiritualmente, a porta é um portal pelo qual a alma perdida acha o seu caminho para casa, o espírito do viajante abraça o campo místico e o olho da sabedoria interage com a carne da criação mística. Na tradição taoísta, a frase “entrar pela porta” é empregada para expressar a iniciação de um aluno. O último aluno é chamado de o discípulo que fecha a porta, permitindo que o mestre transmita tudo a ele e então anuncie a sua aposentado-

ria. Igualmente, quando saímos de casa em busca de alimento ou aventura, sabemos que temos de retornar. Quanto mais longe formos, mais longe estaremos de casa.

A janela representa a beleza atraente e o mistério sensorial. É a sedução do viajante, a intenção da alma, a prontidão da ação, a paciência do coração, a agitação da paixão e a defesa da proteção. Uma janela não pode revelar a imagem de Deus, mas só projeta o nosso próprio reflexo. Ela atrai a conexão mas nega a ação. Convida sem atravessar e concorda sem libertar a informação. Investiga por curiosidade, dirige a nossa ansiedade, conduz a suspeita, é examinada pelo indigno de confiança e guiada pelo viajante.

Um viajante nunca deixa o seu quarto: a fronteira da sua verdadeira natureza. Ainda assim ele cogita sobre a utilidade do seu quarto, o significado da sua fronteira e o valor da sua natureza. Um viajante não se preocupa com a sua aparência; ele está dentro da própria imagem. Ele caminha pela paisagem da terra cheirando a frescor. Ele nunca se considera afetuoso, mas sempre digno de amor. A sua mente caminha para fora da racionalidade e o seu coração é fiel à sua espiritualidade. Ele não busca na sua viagem, mas apenas mede cada passo. Ele nunca fica dentro de casa, mas está sempre em casa. A janela reflete o seu próprio ser e a porta liga a sua consciência espiritual ao seu comportamento como um todo. Ele olha a todos mas vê o um. Ele escuta a vibração cósmica mas ouve a onda silenciosa. Ele esfrega as pontas dos dedos para despertar os sentimentos internos. Ele expressa a sua ternura clamando para uma solução pacífica.

*A Porta para Todas as Maravilhas* está escancarada, quer os viajantes estejam em casa, quer vagueiem e sonhem ofegantes. O corpo é a porta e os pés são os degraus protetores da porta. A mente é a janela, enquanto o espírito reflete a sua liberdade virtuosa dentro da alma saltitante: os sonhos de maravilhas.

## Além da Persuasão do Ego

O nosso ego tenta fazer o seu jogo entre o nosso corpo e a mente, o corpo cósmico da memória. O ego está muito consciente disso. Durante o nosso período de vida experimentamos três tipos de memória: a biológica, a psicológica e a espiritual. A memória biológica é o nosso comportamento instintivo. A percepção sensorial é principalmente, senão completamente, determinada biologicamente. A maneira como respirar, ver, ouvir, sustentar-se e procriar está plenamente estabelecida na nossa memória biológica. A memória psicológica é o jogo principal do ego. Ela se situa entre a mente (alma) e o coração (espírito), planando de um lado para o outro,

para cima e para baixo. Por isso, o ego não precisa ser mortal ou imortal. Ele é a transmissão entre a beleza e a feiúra, o “homem que fala” entre o bem e o mal, e o “personagem benéfico” entre a justiça e a injustiça. O ego ocupa o maior espaço no nosso mundo, muito maior que o nosso eu biológico, e maior que a nossa alma humana pode abarcar. Quando algo extraordinário acontece e o esforço consciente egoísta nem pode prever nem deixar de lado, ele causa um conflito psíquico conduzindo a uma reação defensiva física. Isso acontece porque o ego não quer que *hun* — a alma consciente — se antecipe; nem que *po* — a alma instintiva — torne-se reativa. O ego conhece e controla muito bem *po*, mas nunca confia em *hun*. Muitos problemas crônicos, algumas doenças orgânicas e todos os sintomas psicossomáticos são causados por esse conflito.

Quando o conflito psíquico torna-se mais intenso, o ego chega a qualquer extremo para manter viva a realidade de *po*. Essa situação é semelhante à de uma pessoa de posse de algo valioso, mas que não tem nenhuma habilidade ou capacidade para fazer uso disso. Se a tensão do ego for libertada, produzirá uma valiosa jornada espiritual, uma realização profunda, uma limpeza interna total e uma vida nova e liberta. Muitos eventos traumátizantes são transformados em alegrias por aqueles que conseguiram dominá-los. O mecanismo é a nossa consciência, o amor, a compaixão, a bondade e a fé. A consciência é uma das formas mais elevadas de atividade que a alma pode controlar. Há uma ligação entre a alma e o espírito no nível da consciência, mas o espírito é livre e permite que *hun* administre a maioria das atividades com paz de espírito, perspicácia e velocidade. Amor, compaixão, bondade e fé são os maiores benefícios da prática espiritual. Essa capacidade de se expressar com energia é o caráter superior dos líderes extraordinários, tanto políticos quanto religiosos. Os que possuem esse tipo de caráter funcionam como um campo magnético para reunir os corações de inúmeras pessoas. Eles têm um grande senso de participação, aliado a um desejo e esperança em relação ao futuro. Sob a supervisão do espírito, todos os tipos de conflitos são dissolvidos por atos virtuosos, como a aceitação, o perdão e a confiança interior.

A forma mais elevada de identidade pessoal socialmente reconhecida é a exposição plena do ego e o conhecimento do ego guiado pela dignidade. A preservação das aparências, mantendo as aparências por trás do ego e sendo temeroso de perder a compostura, são as melhores características da dignidade. Os papéis do gerente, do seguidor fiel e do nacionalista fundamentalista pertencem a essa categoria. Eles se acham no papel da identidade pessoal combinada com a dignidade, sacrificando de boa vontade a vida em nome disso. Esses tipos de pessoas dão líderes excelentes porque têm um senso de ligação psíquica interior profunda assim como a capacidade de dirigir o seu poder espiritual para os seguidores e energizá-

los. No entanto, quando são desenergizados, eles podem ser como cães famintos, assassinos sem clemência ou vergonha. A dignidade está próxima da força de vontade espiritual, mas essa última não tem necessidade de se provar e se qualificar. Ela já foi qualificada por Deus e provada pelo espírito.

## Capítulo III

# Trilhando o Caminho: O Aperfeiçoamento Espiritual



No capítulo anterior, discutimos a ordem descendente e disseminada do processo evolutivo realizado pelos nossos receptores sensoriais. Esses nossos sensores depois tornaram-se um traço característico para nós. A nossa intenção neste momento é explicar como essas características fundiram-se, passando de diferentes até serem as mesmas, pelo processo da técnica do retorno.

Essa técnica começa com a prática simples de caminhar — um processo natural — que se segue ao desenvolvimento da força interior. À medida que as pernas ganham força bastante para se levantar na vertical, a criança dá início ao modo humano de caminhar, enquanto abandona o modo animal de rastejar de quatro. Assim, têm início a peregrinação e o aperfeiçoamento. A arte de trilhar o caminho não se aplica ao ato físico de caminhar, mas centra-se na nossa tendência de seguir os nossos sonhos e alcançar as nossas metas: a viagem da nossa alma. Nessa viagem, embora cada passo adiante possa se revelar difícil, ele leva, necessária e naturalmente ao seguinte: sempre engrenado com a eternidade repousante final. *Morrer, mas não ser esquecido, é ser imortal*, é o coração da peregrinação taoísta.

O taoísmo acumulou apenas um punhado de ensinamentos documentados mas oferece infinitas sugestões práticas e recomendáveis. Elas contêm poucas leis a serem seguidas, mas oferecem uma orientação fecunda e inestimável. Não há mandamentos a obedecer, apenas revelações profundas a serem estudadas. Existem muitos professores iluminados, prontos a orientar a sua peregrinação, a ajudar você a entender o seu corpo, a lhe ensinar como destilar a sua mente. Você despertará então para o fluir harmonioso do universo onde habitará o estado procriador.

Os ensinamentos se concentram essencialmente na purificação de Jing-Chi-Shen no seu produto final: o elixir da pessoa pura. Jing é interpretado como a essência do nosso corpo biofísico. Chi manifesta-se como a energia psicopessoal entre o corpo e o espírito. Shen representa o espírito da sabedoria cósmica. O elixir é a partícula que se manifesta como o eu verdadeiro. A peregrinação aparece então como a técnica da coleta de Chi, ou

*cai-Chi*, sendo que “*cai*” significa colecionar, juntar ou apanhar. Assim, a peregrinação espiritual torna-se a técnica de colher e reunir o Chi do orvalho, do pólen e dos elixires de flores, montanhas, espíritos e estrelas, no *jing-corpo*: o vaso do espírito.



*Fig. 3.1 Campo Místico Pequeno (Xiaochu) do 9º Hexagrama.*



*Fig. 3.2 Campo Místico Maior (Dachu) do 26º Hexagrama.*

Em chinês, esse *jing-corpo* é chamado “chu”, feito com as pinzeladas de “xuan”, que significa “místico”, e de “tian”, que significa “campo”. Todos os vasos vivos são campos místicos. No *I Ching*, há dois campos místicos: o Campo Místico Pequeno (Xiaochu), do 9º hexagrama, e o Campo Místico Maior (Dachu), do 26º hexagrama. Xiaochu refere-se ao corpo animal e ao seu espírito, ao passo que Dachu refere-se especificamente ao corpo humano e ao seu espírito. Como integrar esses dois campos em uma unidade de espírito com o Chi universal é a essência da alquimia interior taoísta. Sem o campo da mãe terra, seríamos incapazes de nos manter com frutas e legumes, grãos e sementes. Ainda assim, sem nos liberarmos do nosso próprio campo animado, não podemos sustentar a fonte da mãe, e o nosso espírito não poderia caminhar pelo caminho da beleza, dos valores, da justiça, da longevidade e da imortalidade.

A peregrinação taoísta completa consiste na aprendizagem do processo de plantar uma semente de pessoa pura nos nossos dois campos místicos: o corpo e a alma. Isso é feito pela prática de juntar, circulando e cristalizando o Chi yin-yang do universo nos nossos centros de energia: o caldeirão, o Tribunal Amarelo e a coroa. Por essa prática de acalmar o desejo do coração, abandonar a mente preocupada e tranqüilizar o espírito confuso, esses três planos conscientes são unificados no espírito uno dentro do vazio cósmico.

Para fundir três em um, devemos estar em harmonia com dois. Da mesma maneira que o livro *Tao Te King* tem duas seções distintas, Tao e Te,

a nossa prática espiritual refere-se à aplicação da semente do Tao — o eu espiritual — e o tipo de ação do Te — as ações virtuosas. Quando a semente e o amor tornam-se um, somos o nosso espírito verdadeiro. Este capítulo é dedicado a aprender a purificar o campo pequeno/animal de forma que o campo espiritual possa ser retido. Os exercícios são:

1. Como reabrir meridianos, articulações, músculos, órgãos e funções intra-orgânicas com bloqueio de Chi;
2. Como juntar e armazenar Chi;
3. Como transformar o nosso corpo à semelhança do útero de uma mãe (um vale vazio harmonioso) onde o filho (semente) da unidade é unificado no caldeirão (o estômago).

Nossa primeira abordagem será dedicada aos fundamentos teóricos da causa do bloqueio de Chi, assim como ao propósito do aperfeiçoamento.

## Somatologia Psicoespiritual Chinesa

### Quadro Histórico

O centro da cultura chinesa baseia-se na conexão energética e na compreensão simbólica da sensibilidade intuitiva como manifesta pela concentração indiferente e pela imaginação visual. A racionalidade, porém, funciona como o mecanismo primário para facilitar o quadro intuitivo da vacuidade energética no universo e a sua harmonia. As mentes dos inovadores culturais chineses não foram programadas pela criatividade racional e a especulação; elas se ampararam na consciência derivada da meditação e do despertar da compreensão. Com uma postura mental dessas nada de lógico ou analítico se retém. Foi nesse nível, em face da dimensão cósmica, que surgiram as primeiras configurações culturais, como o *I Ching* e o taoísmo xamânico pré-histórico. Inicialmente, eles representaram todos os símbolos naturais, como o sol, a terra, as montanhas ou os lagos, com o que têm de mais profundo. Em seguida, reuniram as energias instáveis e promissoras de símbolos concretos como o vento, a tempestade e a chuva nos canais energéticos do corpo/mente: os meridianos. Finalmente, permitiram que o corpo/mente penetrasse os órgãos carnais no interior do corpo, assim como os órgãos etéreos do universo.

Em vez de afinar-se passivamente com a função mística dos símbolos, os seguidores culturais foram autorizados a dedicar a vida a produzir o “elixir dourado”. Isso foi executado utilizando substâncias terrestres, como

os metais e os minerais, ou pela prática interior do Chi. O primeiro grupo, chamado de alquimistas externos, reuniu os *primeiros cientistas a trabalhar como um grupo*. Infelizmente, as suas produções mais triunfantes revelaram-se fatais, envenenando dezenas de imperadores além de muitas outras pessoas. Os seus métodos também aperfeiçoaram as armas de mão, facas e flechas, na arma explosiva e devastadora da pólvora. Enquanto isso, o segundo grupo, o dos alquimistas internos, concentrado no aperfeiçoamento do Chi interior pela reunião do campo do Chi do mundo no caldeirão, produziu assim o produto refinado: o elixir da pessoa pura.

Os chineses têm uma teoria clara e profunda com relação a todos os seres naturais sobre a face da terra. Essa teoria defende que a água e o fogo têm Chi mas não ser. As gramíneas e as árvores têm Chi e ser mas não consciência. Os pássaros e os animais têm Chi, ser e consciência mas não retidão. Os seres humanos têm Chi, ser, consciência e retidão. Os homens sábios/santos podem ascender além dos limites da liberdade humana. Os não-seres (a água e o fogo) são as substâncias invisíveis usadas na configuração dos seres. Os seres são configurações biomecânicas entre a terra e o céu. Os seres humanos, ou *Homo sapiens*, apóiam-se firmemente em duas pernas, com os pés plantados no chão, encarando o céu. O corpo/mente em si é um corpo cósmico, uma árvore cósmica e um campo místico. Os cinco dedos de cada mão representam os cinco elementos da elaboração universal, como também os fenômenos subjacentes, conectando assim o reino terrestre de cinco (*monera, protista, fungi, plantae e animalia*).

Os três elementos concretos: água, fogo e terra (pós), fundem-se com dois outros elementos intermediários: madeira e ouro. O fogo desce do céu. A água sobe da terra. A terra está em cima da água. A madeira representa o elemento macio, úmido e escuro da sempre-viva. O ouro forma um cristal duro, seco. Todas as plantas são destituídas do elemento ouro, enquanto os animais têm todos os cinco elementos. Todas as plantas e a maioria dos seres marinhos são destituídos de sangue. Os ossos deles, quando os possuem, são muito macios. Só os animais possuem todos os cinco elementos: a água corporal, o fogo consciente, o elemento governante dos músculos e das glândulas (terra), o elemento constitutivo do sangue (madeira) e o elemento esquelético das proteínas e minerais (ouro).

Entre o processo de procriação assexuada e de reprodução sexual de todas as criaturas da terra, os seres humanos vivem no seu próprio padrão distintivo. Eles não são influenciados pela temperatura como os jacarés, nem são transexuais dentro dos heterossexuados como as plantas, nem de um para outro como um determinado peixe. Em vez disso, os óvulos humanos são influenciados pela lua e o processo do envelhecimento é expresso pela transformação do cabelo celestial — o cabelo cerebral — de qualquer cor (preto, castanho, avermelhado, etc.) em branco. É por isso

que não só somos apenas psicossomáticos mas também psicoespirituais. Os animais possuem um espírito corporal animado que só se manifesta em nível somático, como o ciclo instável entre o estado de vigília e do sono, consumindo o alimento e desfrutando o clímax. Apenas os seres humanos são capazes de comprometer-se com companheiros espirituais e desposar Deuses/Deusas.

### Três Campos Místicos



No corpo humano existem três campos místicos. Eles representam a carne do Tan Tien inferior (*xia*), a alma do Tan Tien mediano (*zhong*) e o espírito do Tan Tien superior (*shang*), todos relacionados com os campos abdominal, peitoral e cerebral. A voz humana apresenta três características — individual, regional e lingüística —, que se originam de uma quarta e que a ela retornam: o silêncio. Da mesma maneira, esses três campos energéticos ligam-se depois a quatro outros campos, dois braços e duas pernas, abertos e fechados por nove buracos: sete na face e dois na parte inferior do tronco. Todos os campos são canalizados pelas linhas nervosas energéticas dentro do corpo — os meridianos — num total de vinte: oito para o céu e doze para a terra. Esses são os componentes que representam os passos a serem seguidos e trilhados. Eles são as mensagens determinadas, a serem reveladas ao longo da peregrinação.

Há três etapas a serem seguidas nas práticas orientadas desses campos energéticos. A primeira etapa é a reunião de Chi no caldeirão ou o Campo Cinábrico Inferior dentro do estômago. Esse Chi produzirá uma “Pérola”, vitalizando o estômago (com Chi), conforme Lao Tzu o expressou. O exercício é *xiaozhoutian* ou Órbita Microcósmica. Os órgãos sexuais no Campo Cinábrico Inferior representam o poder da produção biológica em harmonia com a liberação espiritual. Embora nasçamos com uma capacidade mecânica e manipuladora para projetar e produzir muitas coisas, sem o Chi dos rins não podemos existir. O centro energético da vida espiritual está na área abdominal. O cérebro nada mais é do que um espaço de armazenamento vazio à espera de abrigar todos os nossos pensamentos e desejos. Vitalizar o estômago é reter a saúde física e a estabilidade mental, enquanto o Chi abundante dos rins fornece o vigor para tornar a vida significante e praticável social, política e espiritualmente.

Na segunda etapa, pela fusão dos cinco elementos, os cinco Chi psicossomáticos são unificados em um único Chi psicoespiritual: o Amor. *O céu e a terra combinam-se e concedem o doce orvalho* é a representação literal. Esse é o resultado de juntar Chi yang no universo e trazê-lo para o Tribunal Amarelo no Campo Cinábrico Mediano onde ele harmoniza o Chi le-

vantado do caldeirão dentro da Pérola. A cor amarela refere-se à terra ou à estação dourada do baço: o centro de distribuição da energia. A Órbita Macrocósmica e os Seis Sons de Cura são deliberadamente projetados para essa etapa. Nesse centro psicossomático, os materiais nutricionais (por exemplo ar, alimento e água) absorvidos pela boca e o nariz são gerados na forma de Chi, exatamente para manter o equilíbrio corporal. Isso se manifesta pelos órgãos correspondentes como as atribuições emocionais e outras características de personalidade. O desafio é como transformar a emoção em imobilidade, como mudar o pessoal em impessoal e como purificar o amor egoísta convertendo-o em amor desinteressado. A solução prática é a união interna entre almas gêmeas, onde a negatividade já não existe, onde mais nenhum karma precisa ser cumprido, onde não há mais nenhuma existência dual de macho e fêmea, onde só o eu verdadeiro desinteressado da pessoa pura em unidade é aparente.

Na terceira etapa, o doce orvalho “convida”, “atrai” ou “rouba” a força criativa do espírito de Deus no Campo Cinábrico Superior. O elixir dourado ou eu puro resultará como preparação para o vôo. Essa etapa é caracterizada como “as três flores unidas na cabeça e o retorno dos cinco Chi ao estado etéreo”, o estado do Tao, *uma vez que Tao está além do perigo até mesmo quando o corpo perece*. Quando um meditador atinge esse estado, literalmente “vê” as três flores diferentes nesses centros energéticos: Buda está sentado na flor de lótus; Jesus Cristo adorna a flor com flocos de neve; e Lao Tzu abraça a flor em forma de estrela. Nesse centro psicoespiritual, Shen é a residência e o mestre de *hun* (o espírito celestial submerso em forma de alma humana) e de *po* (a forma terrena da alma animada). É onde o segredo de mecanismo natural é descoberto e as cópias mecânicas (produtos mentais) são pesquisadas.

O cérebro, por si mesmo, não produz energia. A assim chamada energia psicoespiritual é abastecida essencialmente pela energia biomecânica do centro inferior, pela energia psicossomática do centro mediano e pela luz de cima. O fato inegável é que o cérebro é o órgão que mais consome energia do corpo, agradando-se da ajuda desejável de *po* — o espírito animado — pela dissolução da força vital ou libido pelo prazer. A mente torna os seres humanos os animais mais ativos sexualmente da Terra, ocupando-se da fantasia sexualizada, da imitação e da manipulação. Durante a etapa madura da vida, os olhos incendeiam o desejo sexual; a boca transforma a expressão sexual; e a voz emite e expelle o precioso Chi dos rins. Tudo isso se deve à dominação poderosa de *po* e à expectativa consciente de *hun*. *Hun* ativa o Chi dos rins pelo poder do fígado e das células da memória no cérebro. *Po* controla os pulmões, que transmitem o Chi dos rins junto com o coração.

O estilo de vida taoísta visa dirigir a força vital acumulada para baixo e para fora, apenas com a finalidade da procriação. Em todos os outros mo-

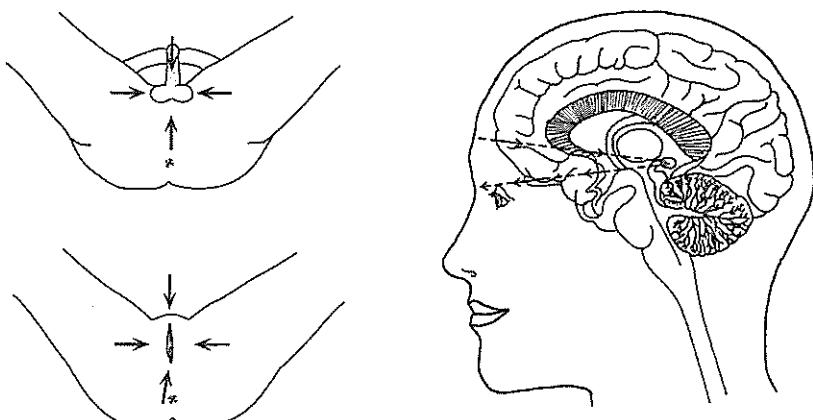
mentos a preserva para cima e para dentro, para nutrir o cérebro e rejuvenescer a medula óssea. Dessa maneira, invertendo o ato do Tao, você escolhe o caminho da restauração do eu puro.

## Duas Aberturas

Segundo a tradição taoísta, a união interna é o desempenho da dança cósmica interior entre o menino virgem e menina virgem. Isso torna-se possível fechando-se o portão divino e a porta terrestre. A condição é o puro amor ou o Amor de Cristo, o estado é eterno, a substância é clara, a semente é a virtude e o resultado é a pessoa pura. A menina virgem é a Mãe: cores, criação, purificação, yin, cromossomo Y, cobra, lago e montanha. O menino virgem é o Pai: luz, poder, transformação, discernimento, yang, cromossomo X, dragão, trovão e estrela. Experimentar a união interna é conhecer a união cósmica, desfrutar o amor eterno, agir por amor desinteressado e preservar o Chi cósmico.

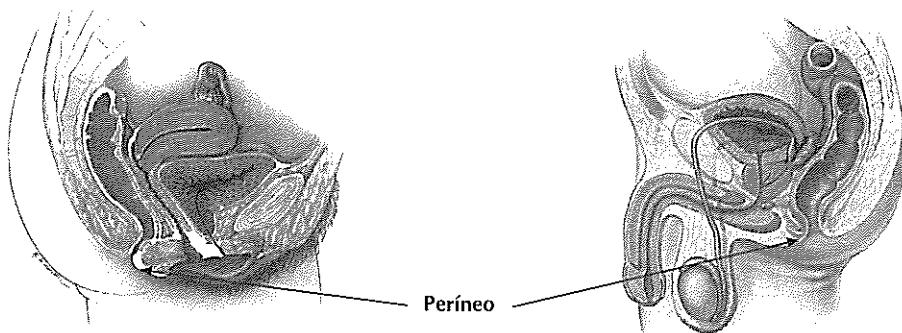
As duas aberturas no nosso corpo/mente são o portão divino — o terceiro olho — que existe no alto, e a porta terrestre — o ponto de pressão do períneo — na parte inferior. A abertura inferior é fechada antes de a etapa pública começar e fechada depois da menopausa ou com a ausência de esperma, mas abre-se completamente na etapa produtiva e quando se manifesta uma doença.

Quando o poder do períneo é fechado internamente, a energia seguirá para cima pela espinha até a parte superior do lobo frontal, que está aberto



*Fig. 3.3 Na prática espiritual, mantenha a porta terrestre fechada pela abertura da porta celestial.*

no seu estado infantil. Muitas pessoas têm a capacidade de trancar a abertura inferior para usar o Chi dos rins para propósitos mais elevados. Alguns exemplos poderiam ser as estrelas do *rock*, cantores, políticos e pais. A abertura superior pode se abrir ocasionalmente durante os estados de consciência pura de *Shen*, como a consciência alterada, as experiências religiosas profundas, os estados meditativos e criativos de pico ou estados de sonhos lúcidos.



*Fig. 3.4 O períneo nos corpos feminino e masculino.*

Essas são as únicas ocasiões na nossa vida humana durante as quais temos uma sensação de viver com Deus. Na história da evolução humana (tanto na evolução quanto na involução), como também na experiência religiosa, nos resultados científicos e nas artes criativas, todos remontam as suas origens a essa fonte mística.

### Mapa Reacional

No espírito taoísta, a nossa vida inteira, perturbada pelas suas doenças inevitáveis, é determinada pelos resultados interativos da circulação de Chi de *jing-chi-shen* e *hun-xin-po*.

精氣神  
*jing-chi-shen*

魂心魄  
*Hun-xin-po*

O Chi atua entre Jing e Shen, assim como xin (coração) equilibra as forças de *hun* e *po*. Aplicando o Tao-Te-forma-matéria-jing-confiança de Lao Tzu, esse modelo difundido nos assegura que o céu (a natureza do Tao) dentro de nós é Te e a terra dentro de nós é Chi. Quando o Te flui e o

*Chi* penetra todos lugares, o ser se forma. A origem do ser é *jing*. Quando dois *jing* se unem, eles se tornam *shen*. O que vem e vai com *shen* é *hun*, e o que vai de um lado para o outro com *jing* é *po*. *Jing*, *shen*, *hun* e *po* são os quatro nomes dos elementos constituintes fundamentais na estrutura da biologia, da fisiologia, da psicologia e da espiritualidade chinesas. *Shen* é o puro *shen yang* ou forma espiritual que reside na cabeça, enquanto *hun* é o *shen yin* ou alma humana. *Jing* é a substância biológica do corpo e *po* é a alma animada de *jing* dentro do corpo. Além desses quatro elementos constituintes, o *Chi* é a fonte da energia e *xin* é a mente em funcionamento. Tudo funciona por intermédio de *Chi*; qualquer coisa que passe pelo corpo também tem de passar pela mente.

Observando o conceito de *Chi* na visão chinesa tradicional, assim como a *libido* na psicologia moderna, vemos a diversidade dessa energia manifestada em duas culturas. Em chinês, *Chi* é universal e orgânico, coletivo e individual, biológico e espiritual. Na psicologia, particularmente na psicologia freudiana, a *libido* não é nada mais que o prazer sexual auto-orientado e a sua satisfação. O abuso de *Chi* ou da *libido* contribui tanto para a idéia taoísta de perda quanto para o conceito psicanalítico freudiano de neurose. Ainda assim, para os taoístas, *Chi*, especialmente no que diz respeito à energia sexual ou à força vital, é o tesouro mais precioso no mundo; qualquer abuso dele causa um dano irreparável à vida. Na opinião de Freud, essa porção de *Chi* é satisfeita seja pelo romance artístico e intelectual, seja reprimida na vida diária como uma doença. Não há meio-termo. O enfoque taoísta pode dar uma valiosa contribuição à psicologia e à prática espiritual modernas, considerando que a análise patológica freudiana oferece pouco para aprimorar a técnica de aperfeiçoamento taoísta.

O único psicólogo conhecido com um sentido do sabor taoísta foi C. G. Jung. Ele teve a percepção de que a prática taoísta poderia constituir uma ciência especial (1931), mas não percebeu que o conceito de *hun* e *po* era de longe maior do que o que os termos simbólicos de *logos* e *anima* poderiam insinuar. Ele não concordou com a idéia de Wilhelm de que *hun* seria equivalente à idéia dele de *animus*, e também não percebeu que *hun* nunca morre. *Hun* e *po* não só são fatores psíquicos distinguíveis, mas também são dinâmicas orgânicas diversificadas. Eles representam a pedra de toque entre o eu puro e o eu egoísta e são distinguíveis em termos de funcionamento psicossomático. É muito interessante perceber que o caráter de *hun* consiste das pinceladas de “nuvem” e “aparição”, e que o caractere de *po* consiste das pinceladas de “branco” e “aparição”. A pincelada básica de “gui” para “aparição” ou “fantasma de morto” nos caracteres de *hun* e *po* combina-se com as pinceladas de “branco” e “coração”. O “coração branco” aqui indica a imagem de uma pessoa perante a morte, a face branca ou pálida, simbolizando a morte do espírito, ou cavalo branco.

De acordo com interpretação taoísta, quando o espírito (*shen*) reside no corpo depois do nascimento, ele tem o seu funcionamento dualístico de alma: o Chi-fogo de *hun* e o Chi-água de *po*. *Hun* é o *espírito* de Chi, enquanto *po* é a *essência* do corpo. De acordo com isso, todas as atividades sensoriais, por exemplo, visual, auditiva e sinestésica, são animadas por *po*. As atividades conscientes, por exemplo, intuição, percepção e consciência global, são geradas por *hun*. Novamente, no Capítulo 10 do *Tao Te King*, a palavra “espírito”, em *vestir o espírito e a alma, e atraí-los para a Unidade*, é a tradução do caractere chinês de yin, que é *hun*. *Hun* é a semente da reencarnação infinita. Pode ser uma pessoa ou um fantasma, santo ou peccador. Surge antes de o corpo existir e parte depois que o corpo deixa de respirar. *Hun* é independente: sempre em movimento e vagando, indo e vindo, num ciclo incessante, resistindo sem se esgotar. A base de *hun* é o fígado e ele se origina de *shen* no cérebro, a base do dia-tempo-yang-Chi ou consciência manifesta, e a fonte dos desejos dos órgãos, que surgem como emoções. *Hun* é a alma encarnada ou espírito humano, a manifestação externa de Chi yang celestial na forma do yin encerrado no corpo. Quando *hun* torna-se o funcionamento orgânico dentro do fígado, ele é aterrado: criativo, planejador e capaz de mudar e mostrar ação. Também é vigoroso e penetrante, atraente e, ao mesmo tempo, desconfiado, misterioso e enganoso.

O centro de *po* são os pulmões e estes se originam de ambos os Chi dos rins — o Chi-água como a substância da existência corporal — e o abastecimento energético através do cordão umbilical. O Chi-água é o Chi yin corporal. *Po* é a ação receptiva, produtiva e obsessiva de comer, dormir e do encontro sexual do espírito animado. Os pulmões substituem o cordão umbilical na pós-vida para canalizar o yin terrestre que respira o ar. *Po* é o centro da “atividade corporal total” (comida, sono e sexo) e a manifestação de noite-tempo-yin-Chi, isto é, consciência que sonha e outras obscuridades. Quando uma pessoa é controlada por *po*, metaforicamente falando, *po* torna-se um fantasma vivo dentro do corpo. O corpo adoece; a mente fica calosa, egoísta, possessiva e obsessiva. O Chi yang corporal de *hun*, a ativação consciente do caráter caloroso, preocupado, bondoso e compreensivo é substituída por *po*. A pessoa de *po* é gananciosa, rude, ciumenta e dissimulada.

Três *Hun*Sete *Po*

O espírito, no começo da sua vida independente, irradia-se na forma de três almas espirituais — *hun*, à esquerda, governadas por Wuying; e

sete almas vegetativas — *po*, à direita, governadas por Baiyuan. *Hun* forma uma estrutura de tríade. As três almas espirituais são o espírito tranqüilo, a luz embrionária e a essência escura. Elas existem como três cadáveres ou três insetos. O primeiro *hun* na cabeça é obcecado pela busca ao tesouro: o espírito puro e harmonioso. Ele guia a mente na escuridão. O espírito central do segundo *hun* é entusiasmado e atraído pelos cinco sabores: a transformação de Chi yin da luz embrionária. Ele é apanhado pela excitação e a raiva; carente de bondade e de clareza de consciência. Ele torna a pessoa esperta e possessiva, e atrai a dificuldade e o castigo. O terceiro *hun* embaixo é guiado pelo sexo, a comida e o sono: a essência do Chi yin misturado. Ele destrói o puro Chi yang e por fim exaure a força vital. *Jing* é infundido na forma física, onde colabora com o Chi primordial.

Os sete *po* são os seguintes: o primeiro é o cadáver do cachorro; o segundo é a seta escondida; o terceiro é o yin preto; o quarto é o ladrão glutônico; o quinto é o veneno forte; o sexto é a sedução abandonada; e o sétimo são os pulmões doentes. Esses sete *po* representam os sete atributos emocionais, conduzindo inexoravelmente à ação possessiva e à autodestruição. Na tradição bíblica, são as sete tigelas ou sete pecados mortais. Conforme questionou Lao Tzu, *o que é mais apreciado, o nome ou o corpo? O que vale mais, o corpo ou as posses? O que é mais benéfico, ganhar ou perder?* Esses são indícios do desejo e tendências do coração egoísta.

Obtendo a nutrição do baço e do estômago (o centro energético para digerir o alimento), da luz do Sol e do ar dos pulmões, a psique ou *xin* tem o instrumento necessário para produzir o sangue: o suprimento energético cinético para o corpo da luz embrionária. *Xin* é a origem do desejo humano (para a existência corporal básica) e da ação (mobilidade). O conceito chinês de *xin* para coração é “*xin* se origina da matéria e morre com a matéria”. Se não existe luz fora do mundo, *xin* não pode ser consciente de si mesmo; se não existe forma biológica de existência corporal, *xin* não tem necessidade de viver com o comportamento instintivo de *po* de calcular coisas e ser protetor. *Po* ou o ego é um conceito muito importante, mas é vazio por seus próprios méritos. A sua natureza imponente aplica-se à cultura ocidental, que é ativa, exigente, dominante, pragmática e controladora, considerando que a visão vazia do Budismo e ação não-aten-ta, não-egoísta do taoísmo no Oriente enfatizem a utilidade da vacuidade. Uma vez que o ego está diretamente unido ao eu consciente e subjetivo, ele transparece através da consciência de *hun* e da subjetividade de *po* para manifestar-se com a paixão e a obsessão de *xin*. É dessa observação que tiramos uma equação em que *xin* e *nao* (cérebro) são os equivalentes chineses de coração e mente.

Ming

Xing

Xin

Nao

Quando a memória biológica para alimento e água é estimulada através da luz na *tabula rasa* de *shen*, a lembrança de *xin* torna-se consciência (*yi*). Quando a consciência é preservada, torna-se vontade (*zhi*). A transformação da vontade é o pensamento, ou o processo do pensamento (*si*). Quando o pensamento é estendido pela vontade, torna-se um plano (*lu*). Quando o plano é projetado na matéria, é a manifestação da compreensão (*zhi*). E a compreensão é a fonte da longevidade, que significa *morrer mas não ser esquecido*. É assim que funcionamos psicologicamente e por que existimos além da nossa vida biológica. Esse é o mapa chinês de *xin* e *não*, ou “biopsicologia” e “neuropsicologia”, como você pode querer chamar. Não é um brilho racional; é o fluxo de Chi, uma combinação de vento cósmico e ar aspirado.

As últimas duas palavras relativas à faculdade psicoespiritual são o destino da vida (*ming*) e o caráter natural da vida (*xing*). Essas duas palavras são os caracteres iniciais da maneira taoísta de entrar no terraço espiritual da mente cósmica. *Xing* é o caráter, a personalidade e a qualidade espiritual de uma pessoa dentro de *ming*, ao lado de *ming* e além de *ming*. É concreto, dinâmico, essencial, característico, penetrante, representativo, simbólico, vistoso, adivinhador. O destino da vida *ming* é formativo, estrutural, mecânico, realístico, receptivo, obediente, resignado, submissivo. *Xing* é o que uma pessoa exemplifica e *ming* é a maneira pela qual ela abraça a vida. *Xing* é a constituição essencial de uma pessoa enquanto *ming* é a sua atividade potencial durante o curso da vida. *Xing* é o corpo burocrático de uma sociedade com *ming* operando como a prática social e cultural. *Xing* é a terra e *ming* é o que a terra produz. *Xing* é a luz e *ming* são as suas cores.

## Duas Órbitas

Os chineses descobriram os canais energéticos — meridianos — com base na prática da meditação, da acupuntura, da massagem e da cura espiritual. Esses meridianos podem ser carregados e recarregados pelas duas órbitas internas: *xiaozhoutian* (Círculo/Órbita Microcósmica) e *dazhoutian* (Círcu-

*lo*/Órbita Macrocosmica). *Xiao* quer dizer pequeno; *zhou* é um círculo de 360 graus; *tian* indica céu ou dia; e *da* conota o sentido de grande. A Órbita Microcosmica Medicinal circula entre os Meridianos Governador e Protetor. A sua Órbita Macrocosmica Medicinal completa todos os meridianos que constituem a Órbita Microcosmica Taoísta. A Órbita Macrocosmica Taoísta é a unidade entre o corpo/mente e o universo. Ambas representam duas técnicas principais: “Irrigação por Circulação da Água” e “Construção da Ponte”.

A “Irrigação por Circulação da Água” tem a finalidade de preservar o Chi yin sexual (do esperma da ejaculação e dos óvulos da menstruação produzidos a partir do Chi yang sexual invisível) para que não seja manifestado externamente. A “Construção da Ponte” no taoísmo significa restabelecer os Meridianos Governador e Protetor ao seu estado fetal. Quando esses dois meridianos são conectados por meio da língua, o Chi corporal circula internamente para receber o Chi fresco e externamente para descartar o Chi inútil. O equilíbrio é então restabelecido e a doença desaparece. A técnica é pressionar a extremidade da língua contra o parte mais dura do palato (extremidade convexa que se estende a partir da raiz dos dentes superiores) durante a respiração.

A técnica detalhada para a Órbita Microcosmica requer essa postura durante a inalação: a pessoa que está meditando visualiza uma linha branca movendo-se dos Campos Cináblicos Inferiores para a Bomba Sacra, subindo até a Craniana e depois contraindo os músculos ao redor do ânus. Enquanto flui até a glândula pituitária na cabeça, o Chi estimula o poder curativo, favorecendo o conhecimento espontâneo e as habilidades interativas enquanto eles formam o elixir dourado. Ao exalar, acompanhe a linha de onde parou na glândula pituitária e divida-a em duas linhas.

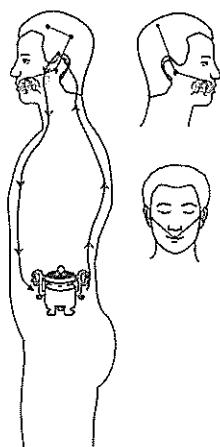
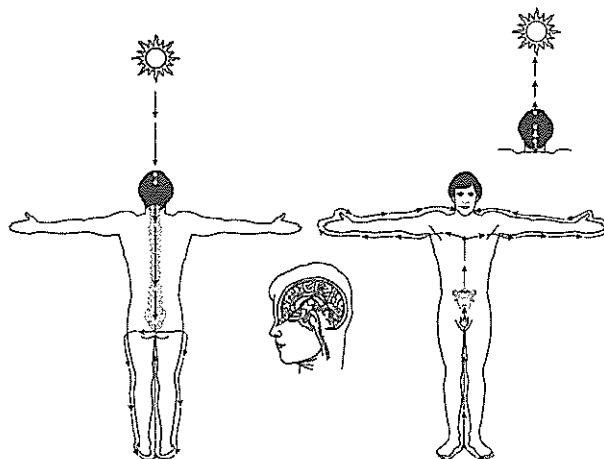


Fig. 3.5 Circulação do Pequeno Céu.

Então abaixe-a em frente às orelhas para as articulações entre a mandíbula superior e a inferior. As duas linhas se encontram então dentro da boca na extremidade da língua. Por intermédio da língua, a linha fundida desce para a mandíbula, a garganta, o pescoço e o peito, nos Campos Cinábricos Mediano e Inferior, onde torna-se um tratamento energético de percussão.

Durante inalação com a Órbita Macrocósmica, a concentração mental começa no Campo Cinábrico Inferior. À medida que sobe até o peito, ela divide a linha em duas para conectar as axilas com os três meridianos yin da mão que correm para os dedos. Enrole os dedos com a “linha” do dedo mínimo para o dedo polegar, para unir os três meridianos yang da mão. Então suba as linhas pelos braços, fundindo-as no C-7 e seguindo até a cabeça. Durante a exalação, desloque mentalmente o Chi yang do céu para o ponto da coroa na cabeça, descendo através da espinha até o cóccix. Então divida a linha em duas. Desça cada linha ao longo dos três meridianos yang da perna até os pés e ao redor dos dedos do pé. Então volte com as linhas para unir os três meridianos yin da perna até a Bomba Sacra. Como eles se fundem em um, a linha branca viaja até o Campo Cinábrico Inferior.



*Fig. 3.6 Circulação do Grande Céu.*

## O Coração dos Problemas

### Corpo Carnal — A Raiz dos Problemas

A vida é sempre problemática, não importa como a pessoa se conduza por ela. O sofrimento é o tema central da filosofia budista; o pecado é excessivamente enfatizado no cristianismo; o taoísmo *avalia o problema como você*

faz com o corpo. Por quê? Se eu não tivesse um corpo, onde estaria o problema? O corpo não entende o significado de sofrer; é a mente consciente que abarca todos os sentimentos, sensações e o significado de sofrer e pecar. A mente egoísta trata a questão como um conceito intelectual. Para o religioso, é uma indução efetiva à causa. Isso explica a razão pela qual muitos fiéis religiosos anulam o próprio eu verdadeiro interpretando mal a natureza da vida. Eles são incapazes de rejeitar as suas lembranças de experiências e atitudes negativas; optam por retê-las por medo do desconhecido. Não entendem a uniformidade óbvia de lados e fins iguais: fundindo-se com os extremos do preto ao branco, abraçando cuidadosamente o *menino virgem* e a *menina virgem*.

O corpo é a estrutura da existência física humana, o fundamento da mente e do espírito, assim como da beleza da forma. Sem considerar a forma corporal, não pode haver comunicação com o crescimento da mente, do espírito e da cultura. Sem o corpo, os bens materiais e espirituais não teriam um lugar em que habitar. Sem o corpo, a beleza da vida humana seria reduzida ao estado do pó soprado pelo vento. A vida humana deixaria de existir. Não há dúvida de que, além de qualquer racionalidade, o corpo é o objeto mais bonito do mundo: a fonte de atração para o amor, o desejo e a união, biológica e espiritual.

O corpo também pode ser considerado como o mais valioso tesouro do mundo; quando é forte e saudável, vivemos no melhor de todos os mundos. Quando o corpo envelhece e morre, não pertence mais a este mundo. *Se avaliamos o mundo como fazemos com o corpo, podemos ter confiança no mundo; Se amamos o corpo como amamos a beleza do mundo, podemos ser responsáveis pelo mundo.* Isso significa que o corpo, na sua imagem do mundo, é o maior tesouro do mundo. O preço que a mente atribui ao corpo é essencialmente o preço que o corpo fixou para si mesmo. (Pergunte a qualquer astro de cinema, atleta de sucesso ou candidato político: qual é o preço deles?) Pela prática de crenças tradicionais e antigas, os taoístas consideram o corpo com a mesma atenção e respeito com que consideram o país. O país tem um fundamento físico (o território, os rios e as florestas), aspectos emocionais (a cultura e os costumes) e uma origem espiritual (os pais e as mães fundadores). A mesma verdade se aplica a todas as pessoas. O corpo é o fundamento da personalidade e das qualidades emocionais que refletem o eu interior. A fé é o centro de ligação. Infelizmente, muitas vezes exibimos a beleza mascarando a fonte verdadeira: a feiúra. As comunicações podem chegar a um ponto em que a feiúra reine e a doença surja. *Todos reconhecem a beleza como beleza, uma vez que o feio também existe.* A verdadeira beleza é a mistura do bem e do mal, da perfeição e da imperfeição. Esse é o poder imensurável da comunicação humana, o agregado de todas as coisas boas e ruins, do instruído e do experiente, do percebido e do misterioso. É o poder predominante, ainda que misteriosamente exibido

nos nossos objetos de arte mais valiosos; eles não só abrigam a sua característica natural de “belas-artes” como também a feiúra explícita e implícita, e também a imperfeição.

### Fórmula para os Seis Sons de Cura

# 六字訣

A teoria e a prática por trás das fórmulas de seis palavras é que os sons naturais podem fazer vibrar os nossos órgãos internos, estimulando os receptores orgânicos e os centros correspondentes. Os sons significativos são então conectados com o desejo do coração em relação aos objetos que produzem o som. Por exemplo, quando o sentimento é o de aflição, por causa de algum bloqueio de um órgão interno ou de estímulos externos, a voz ressoa entre a baixa freqüência e a intensidade baixa. Quando o sentimento é jovial, a voz ressoa em tons suave e firme até ruidoso e entusiasmado. Os extremos positivo ou negativo criam desarmonia no sistema orgânico. As seis palavras de que tratamos neste momento são os seis sons de cura voltados para reabastecer ou esvaziar o bloqueio interno de Chi nos seis órgãos correspondentes.

**Textos Chineses Tradicionais Traduzidos e Ensinamento Personalizado para Ocidentais.** A natureza dos seis sons tem a ver com os cinco sons orgânicos (órgãos vitais), começando com os pulmões — mais o som do triplo aquecedor, que se pronuncia como “iuai”. Cada órgão tem três sons: o neutro, pelo qual o órgão gera a sua mais pura expressão, e os sons duais, nos quais são usados o Tao e o Te, ou inalação e exalação, ou o som mental/físico ou os sons masculino/feminino. É por isso que nos seis sons de cura há dois sons distintivos.

Os seis sons de cura apresentados no texto são a tradução direta de Hua-to, um dos maiores médicos taoístas da China. E no início do seu título ele usava o nome espiritual de Lao Tzu — tai-shang-lao-jun, “o Supremo Mestre Lao Jung” — como o título, como a maioria dos escritores de literatura budista fazem em honra aos ensinamentos de Buda. Os seis sons são aproximadamente doze meridianos ligados a doze órgãos. Por conseguinte, o sexto som [dual] apresentado no texto desta seção refere-se à relação entre a bexiga e a vesícula biliar, derivada de um contexto médico. O outro sexto som de cura, o som do triplo aquecedor — usado no sistema do Tao Universal —, não se relaciona a nenhum órgão particular; não é incluído na discussão do texto. É difícil dizer qual sistema é genuíno, a menos que os nossos órgãos estejam limpos para produzir os próprios

sons autênticos. Cada um dos cinco órgãos vitais está ligado a um ou mais órgãos associados, assim como a um órgão do sentido. Por exemplo: coração, intestino delgado e língua.

No sistema de chakras, os primeiros cinco sons se conectam aos primeiros cinco chakras, do órgão sexual às cordas vocais; o sexto refere-se ao som do terceiro olho, o som interior do despertar da Deusa. Só quando os cinco sons de Chi estão completamente integrados e alcançam um silêncio perfeito, o sexto som pode surgir; ele não pode se manifestar por si só.

Além disso, os primeiros cinco sons referem-se aos cinco reinos animais, ou os cinco sentidos entre os humanos. O som humano, que é o som do baço, está ligado às quatro deidades animais — o Dragão Verde, a Fênix Vermelha, o Tigre Branco e a Tartaruga Preta — por intermédio do Tribunal Amarelo (baço, pâncreas e estômago). O baço é o maior nodo do sistema linfático, tecnicamente não um órgão — mas, por causa da sua importância no sistema imunológico e, energeticamente, na medicina chinesa —, ele é considerado como um órgão vital. Quando o triplo aquecedor é ativado, a trindade do *hun* também é ativada, conectando assim os três Tan Tiens: o superior consciente, o mediano emocional e o inferior físico. Quando *hun* se conecta às quatro deidades animais, os sete estão completos. A coroa é despertada.

Uma vez que a tradução é estritamente literal, e o ensinamento do mestre Chia é pessoal, seja criado por ele, seja transmitido por outro professor, os seis sons que ele ensina são os seis sons neutros. O mestre Chia simplificou os sons usando o processo do Sorriso Interno para neutralizar as energias negativas nos órgãos respectivos antes de ativar o som apropriado e a posição física. O processo das emoções é diferente das descrições no texto traduzido. Além disso, ele agilizou ainda o procedimento, ativando cada órgão vital e o seu parceiro — há uma interligação reconhecível — ao mesmo tempo (isto é, pulmões e intestino grosso). Então, cada som é executado de três a seis vezes, conforme necessário para o maior benefício.

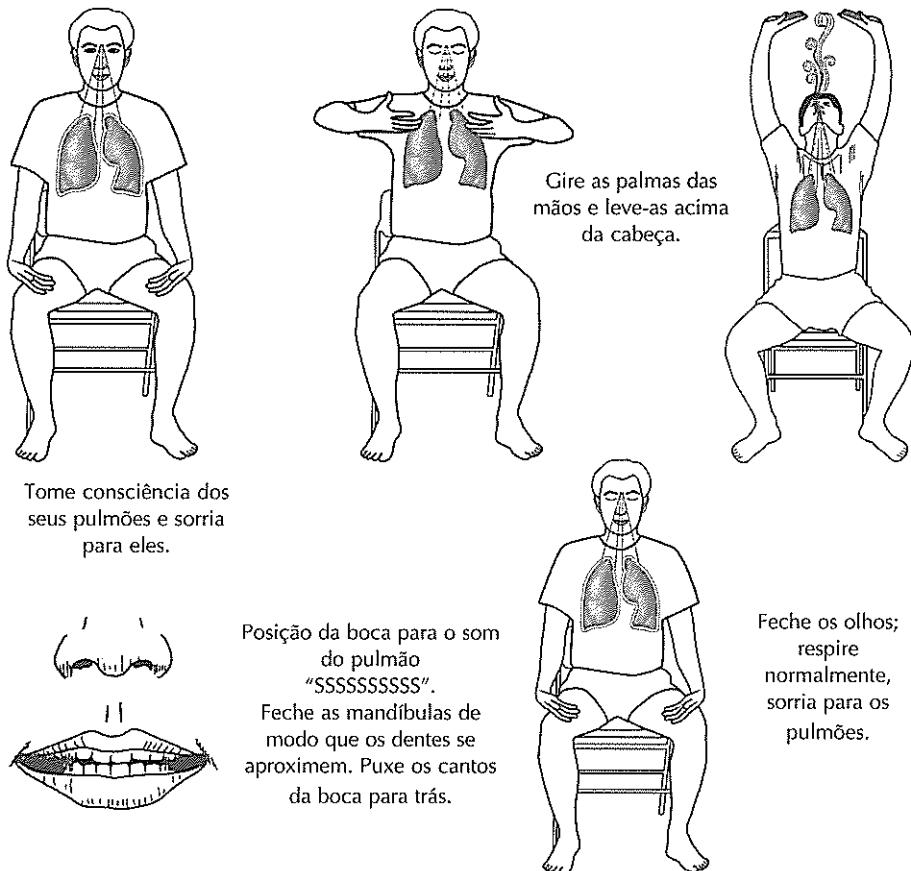
**Os sons são sempre executados no ciclo criativo das relações de energia das cinco fases elementares da energia** (que se correlacionam às energias características dos órgãos). Assim, é mantida a relação encorajadora tanto entre os órgãos vitais como entre os órgãos associados. Uma vez que os rins (bexiga) sustentam o fígado (vesícula biliar) nessa seqüência cílica criativa, a relação entre os meridianos da bexiga e da vesícula biliar é acionada — conforme mencionado no sexto som (vesícula biliar) da tradução. Entre os ensinamentos do Tao Universal, o som do triplo aquecedor é incluído como o sexto som para oferecer o benefício da harmonização e da unificação nos três Tan Tiens. Assim, a seqüência para executar os sons de cura no sistema do Tao Universal do mestre Chia é a seguinte: pulmões, rins, fígado, coração, baço e triplo aquecedor.

O texto traduzido da explicação chinesa tradicional dos Seis Sons de Cura é justaposto às instruções simples ilustradas para cada som de órgão vital e o som do triplo aquecedor ensinado no Tao Universal. Há diferenças aparentes nos procedimentos e características envolvidos na versão do texto traduzido e na apresentação do Tao Universal dos sons de cura. Então, entre as ilustrações, os hexagramas mostrados correspondem à descrição no texto traduzido. Como o ensino dos sons mostrado nas ilustrações baseia-se nas características simples dos cinco elementos, identificaremos a característica dominante do Chi para cada som nomeando o seu elemento e o trígrama que representa o elemento. Consequentemente, pulmões, metal (característica da montanha alta), ken (gen); rins, água; fígado, madeira; coração, fogo; baço, terra; e o triplo aquecedor para os três Tan Tiens não é associado a nenhum elemento específico.

**1. Mapa dos Pulmões** (o som *si* é para reabastecer e o som *hu* é para relaxar): Os pulmões são o Chi do hexagrama Dui (lago), a essência do ouro e a cor branca. Os pulmões dominam *po* (alma animal), transformando-se em uma criança de jade de 18 centímetros de comprimento. O seu espírito é o animal branco que protege o corpo. Os pulmões ligam-se internamente ao intestino grosso, onde dominam o nariz externamente. A sua expressão emocional é a de medo, emanada quando estão perdendo o seu *po*. Os pulmões são finos e luminosos, e têm pouca resistência contra o resfriado. Quando estão brancos, não ocorre nenhuma doença. Um som no intestino grosso indica um bloqueio de Chi. Um som *xu* freqüente (ofegante) indica uma debilitação dos pulmões. Os pulmões dominam o Sétimo Palácio: o Portão Dourado. Às 7 horas da manhã do primeiro dia da estação do outono, a pessoa ao meditar deve sentar-se de frente para o oeste, executar o exercício de bater o tambor do céu por sete vezes e engolir o guisado do poço de jade (saliva) por três vezes. Então deve fechar os olhos e se concentrar no Palácio Dui (boca). Deve permitir que o Chi branco entre na boca e engolir por três vezes. O espírito infantil estará tranqüilo; os cem demônios não invadirão o corpo e os soldados não poderão usar armas.



*Fig. 3.7 Os pulmões são o Chi do hexagrama Dui (Lago).*



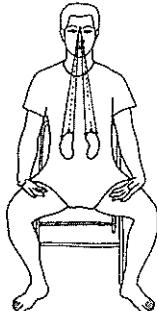
**Fig. 3.8 Som e exercício dos pulmões.** Elemento metal (montanha elevada) Gen. 

## 2. Mapa dos Rins (o som *chui* é para relaxar e o som *si* é para reabastecer):

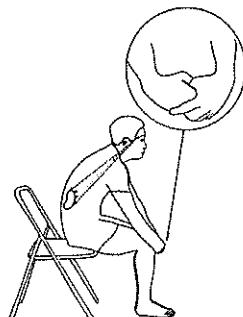
Os rins controlam a essência, o Chi do hexagrama Kan (Água), e a sua cor é preta. Eles são círculos. Um dos nomes é “fermento”. O seu espírito é um cervo branco e eles se transformam em duas crianças de jade de 30 centímetros de comprimento. As miríades de coisas são governadas pela essência, desenvolvidas pelo testamento, aperfeiçoadas pela pureza e harmonizadas pela tranqüilidade. Os rins estão ligados aos ossos e os seus órgãos faciais são as orelhas. Se a parte de trás não puder se alongar, os rins ficarão frios. Às 7 horas da manhã do primeiro dia da estação do inverno, sente-se voltado para o norte, clicando o telhado dourado por cinco vezes, bebendo do poço de jade por três vezes e inspirando o Chi preto do Palácio Místico (ovários/próstata) para alimentar as crianças de jade. O espírito é harmonizado e o corpo fica em paz. Isso aumenta a longevidade.



*Fig. 3.9 O Chi do hexagrama Kan (Água).*



Tome consciência dos seus rins.



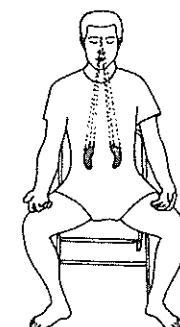
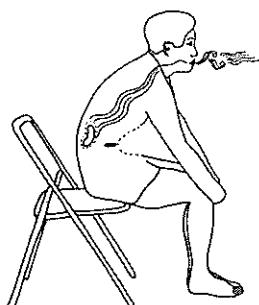
Prenda as mãos em volta dos joelhos.



Arredonde os lábios, fazendo o som *chu-u-u* que se faz quando se assopra a chama de uma vela depois da inicial “ch”.



Pressione o meio do abdome contra os rins.



Feche os olhos e sorria para os rins.

*Fig. 3.10 Som e exercício dos rins. Elemento água, Kan.*

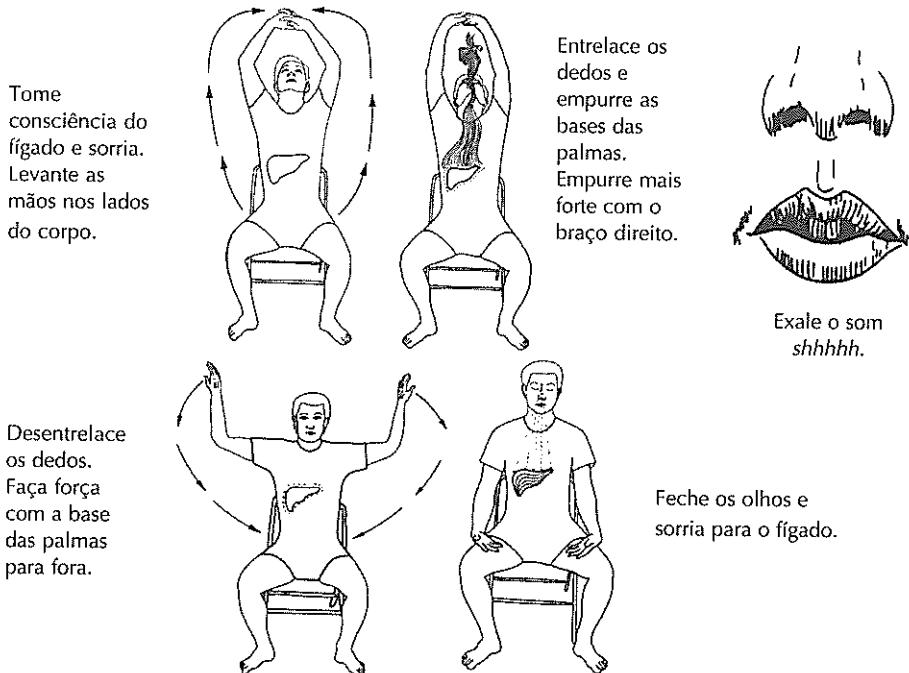


3. Mapa do Fígado (o som *xu* é para relaxar e o som *chui* é para reabastecer): O fígado é o Chi do hexagrama Zheng (trovão), a essência de madeira e a cor verde. O fígado controla *hun*. O seu espírito é semelhante ao dragão e ele se transforma em duas crianças de jade de 18 centímetros de comprimento: o verde agarra o dragão e o amarelo segura o orvalho de jade. Aquele que deseja envelhecer em paz deve retornar à tranquilidade superior. O fígado liga-se aos tecidos e fibras que compõem os músculos. Os olhos são a conexão facial do fígado. Quando os olhos ficam quentes e avermelhados, algo está extraviado no fígado. O fígado controla a primavera e se manifesta como o Chi

essencial da fonte. O florescer da miríade de coisas segue o Tao do Chi yang. Às 3 horas da manhã no primeiro dia da estação da primavera, sente-se de frente para o leste e clique os dentes por três vezes. Inale por sete vezes. Prenda o fôlego depois de cada inalação. Inale o Chi verde do Palácio de Zheng (fígado) por três vezes, então engula. Isso alimenta as duas crianças do fígado.



*Fig. 3.11 O fígado é o Chi do hexagrama Zheng (trovão).*



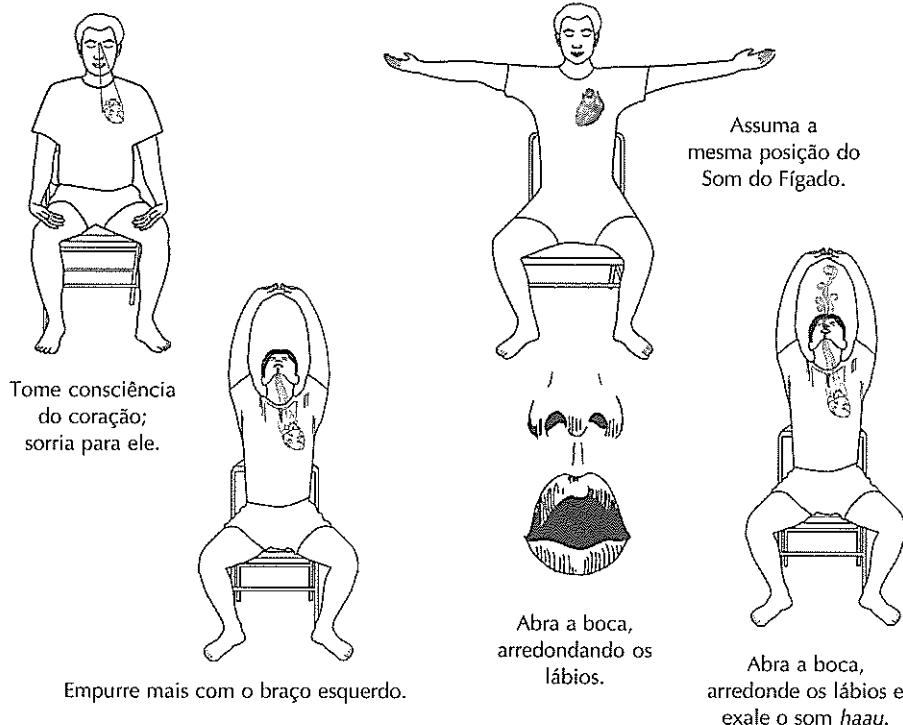
*Fig. 3.12 Exercício e som do fígado. Elemento madeira, Chen.*

4. **Mapa do Coração** (o som *ker* é para relaxar e o som *xu* é para reabastecer): O coração é o Chi do hexagrama Li (Fogo), a essência de fogo e a cor vermelha. O seu espírito é o do tentilhão-rosa, o qual se transforma em uma moça de jade de 20 centímetros de comprimento (o órgão do coração). Para pacificar o espírito e aperfeiçoar a forma (corpo), é preciso retornar à harmonia essencial. O coração liga-se ao intestino delgado e controla o sangue. A língua é o seu órgão facial correspondente. Quando a circulação do sangue estiver obstruída, ela chocará a

língua, que por sua vez tornar-se-á insensível ao sabor. Quando o coração está perturbado, o som *xu* (arquejos) aumenta.



*Fig. 3.13 O coração é o Chi do hexagrama Li (fogo).*



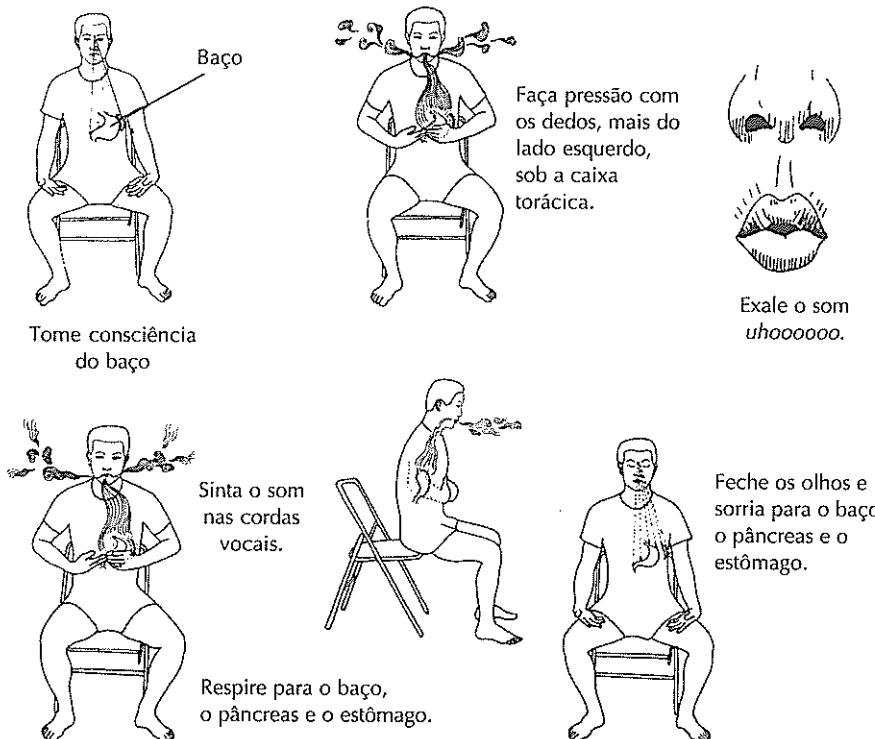
*Fig. 3.14 Som e exercício do coração. Elemento fogo, Li.* ☰

O coração controla o Nono Palácio, o portão assustador. Quando estiver em harmonia, a forma será perfeita. Às 7 horas da manhã do primeiro dia da estação do verão, sente-se de frente para o sul, clicando o telhado dourado (dentes superiores) por nove vezes, borbulhando o poço místico (saliva), depois engolindo em três porções iguais. Concentre-se intensamente em inalar o Chi vermelho no Palácio de Li (coração), então engula o Chi vermelho por três vezes para nutrir a moça de jade — na mansão espiritual de Li. Quando o espírito está pacificado, o corpo está em paz. Embora cem desastres possam surgir, eles não poderão trazer nenhum dano.

**5. Mapa do Baço** (o som *hu* é para relaxar e o som *ker* é para reabastecer): O baço é o Chi do hexagrama Geng (montanha), a essência da terra e a cor amarela. É como a tampa de uma banheira. O seu espírito é semelhante à fênix e se transforma em uma moça de jade de 15 centímetros de comprimento.



*Fig. 3.15* O baço é o Chi do hexagrama Gen (montanha).



*Fig. 3.16* Som e exercício do baço. Elemento terra, Kun.



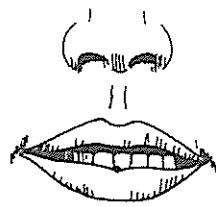
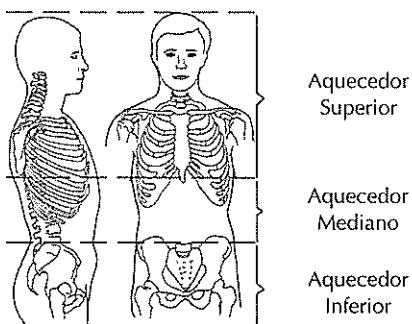
O baço se liga ao yin superior e o seu órgão facial correspondente é a boca. Quando a sua aparência estiver úmida e macia, não existe problema. O baço não tem nenhuma posição fixa, como os outros órgãos internos. Muda dentro de um período de dezoito dias durante cada uma das quatro estações. Às 5 horas da manhã, sente-se no Palácio Central (triplo aquecedor, timo) e evite respirar por cinco vezes. Pratique o exercício da batida do tambor por sete vezes e então imagine o Chi amarelo do Palácio Central

e engula. Beba o orvalho de jade para chegar a um estado sublime. Os seres humanos dependem do Tao do céu para regular o Chi vital. Preservando a essência do Chi sexual atinge-se a longevidade. Concentre-se na lagoa de pérola (boca) e beba o suco de jade (saliva), então o Chi harmonioso regulará todos os meridianos. Prenda-se à fonte essencial, sustente a pureza e elimine o envelhecimento. Este processo é chamado a fórmula secreta para se concentrar na pureza e sustentar a longevidade.

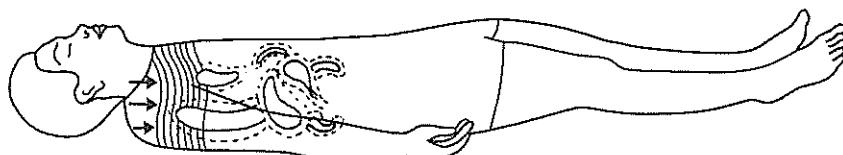
**6. Mapa da Vesicula Biliar** (o som *xi* é para relaxar e o som *xu* é para reabastecer): A vesícula biliar é a essência de ouro, o Chi da água e a cor azul. Seu espírito é semelhante à tartaruga e se transforma em uma moça de jade de 30 centímetros de comprimento, que é muito valente. A vesícula biliar liga-se à bexiga. Quando a sua cor for azul-escuro, não existe problema. Durante o primeiro mês de toda estação, sente-se de frente para o Norte Místico e inale o Chi preto com a boca, engolindo o Chi do guisado do poço de jade por nove vezes. O êxtase e a raiva prejudicam a personalidade; a tristeza e a alegria danificam o espírito. Quando o espírito estiver danificado, a vida estará em extinção e a personalidade inata será destruída. Eduque a personalidade para gerar Chi. Preserve o espírito para descansar o coração. Quando o Chi for pacificado, o corpo estará equilibrado, a essência é aperfeiçoadas e o coração estará descansado. Essa é a fórmula para desenvolver a pureza, preservando a essência espiritual e aumentando a longevidade.

### Triplo Aquecedor

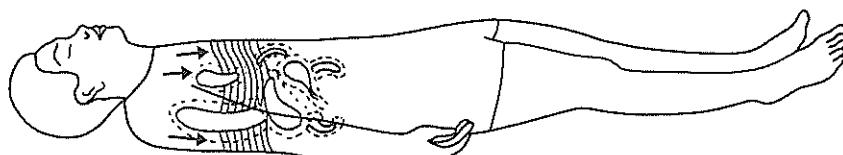
1. Deite-se de costas.
2. Feche os olhos e respire fundo, expandindo o estômago e o peito sem esforço.
3. Exale com o som *hiiiiiii* emitido subvocalmente, imaginando como se sentisse a respiração forçada por um grande rolo compressor.



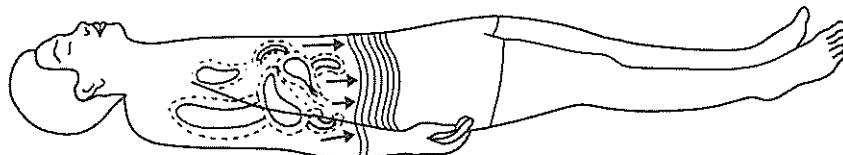
Exale com o som  
*hiiiiiii*.



Começando no alto do peito.



Continue descendo pelo peito.



Terminando no baixo abdome.

*Fig. 3.17 Som e exercício do triplo aquecedor. Os Três Tan Tiens, sem um elemento específico.*

### Coração Ansioso O Responsável pelos Problemas

妄心

O coração ansioso (*wang xin*) é um empreendimento conjunto entre o espírito elevado *hun* e o espírito animado *po*. *Xin* é o governante do corpo e o senhor do espírito humano. É o fundamento do eu e a trajetória da mente egoísta. *Xin* existe com as coisas materiais e por isso morre. A situação invertida seria “longe da vista, fora da mente”. Isso acontece por causa do seu aparelho, os olhos. Os olhos são as janelas de *hun* e *po*, e as lágrimas são a manifestação da alegria e da perda. O estímulo de *xin* vem dos olhos e os olhos são o meio e a conexão entre a luz e a energia, as cores e as paixões. O coração reflete o mundo materialista e o estado interno da mente. Biossomaticamente falando, o sangue, o nosso abastecimento energético principal, vem do Chi nutricional do baço e do estômago. Embaixo da

corrente de luz solar que entra pelos olhos assim como pelo corpo, o Chi nutricional muda a sua cor para o vermelho e então se distribui ao longo do corpo inteiro.

Aos olhos do taoísmo e da teoria médica chinesa, o centro da mente é o *shen* que é armazenado no coração e governa todas as atividades do corpo/mente. A função pura de *shen*, que é espiritual, difunde-se na compreensão e se liga aos órgãos emocionais. O conhecimento, a expectativa concluída e a compreensão sutil são a imagem de *shen*. O pensamento ou raciocínio consciente e a conduta moral são os serviços de *shen*. A conexão triangular orgânica de *shen* são o coração, os olhos e o cérebro. O cérebro é a sede; o coração é o abastecimento energético; os olhos são a saída expressiva.

A natureza orgânica (biológica) é que os cinco *zang* (fígado, coração, baço, pulmões e rins) e os seis *fu* (isto é, estômago, bexiga, vesícula biliar, intestino grosso, intestino delgado e o triplo aquecedor) estão constantemente competindo pela energia. Como resultado, há seis desejos (cor, som, fragrância, textura, sabor, pensamento ou reação). A cor é o desejo do sexo; o som é o desejo da voz; a fragrância é o desejo do cheiro; a textura é o desejo de tocar e de contato da pele; o sabor é o desejo do alimento; e o pensamento ou reação é o desejo de atenção e de entender. De acordo com a prática taoísta, esses comportamentos biológicos *não são instintivos*. Respirar é o comportamento mais instintivo do corpo. Ao praticar a meditação, pode-se reduzir gradualmente a freqüência da respiração até o nível da respiração embrionária mais inicial. Os exercícios a seguir foram criados para atingir esse propósito.

### A Brincadeira dos Cinco Animais

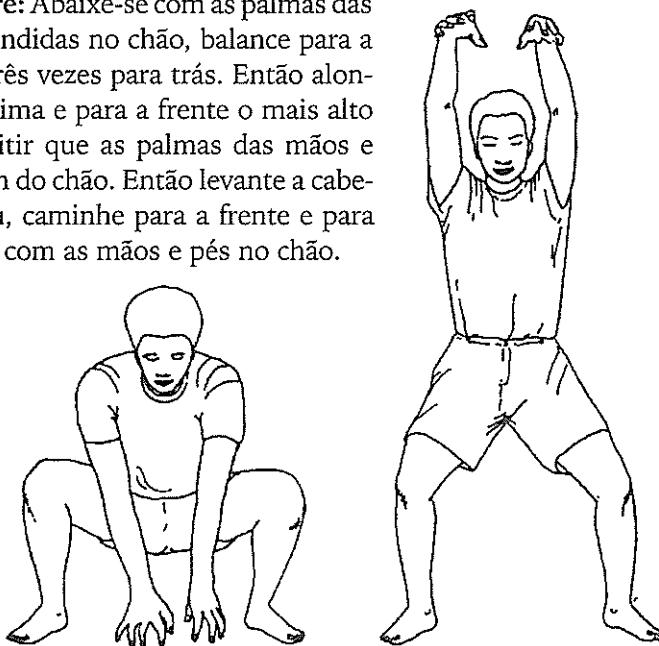
五禽戏

Wu Chin Xi

Como um dos exercícios holísticos mais populares, a Brincadeira dos Cinco Animais (*daiyin*) circulou entre os praticantes de meditação, agentes de cura e praticantes de artes marciais há milhares de anos. A biônica moderna e pesquisa animal baseiam-se nos mesmos recursos dos animais. Observando o comportamento natural e as atividades dos animais, despertam-se os órgãos humanos e as suas habilidades correspondentes. Os sábios antigos alongavam o corpo e dobravam o pescoço como um pássaro, permitindo que a energia circulasse por fora da pele e dentro do corpo, de forma que os tendões e as articulações permanecessem macios e flexíveis.

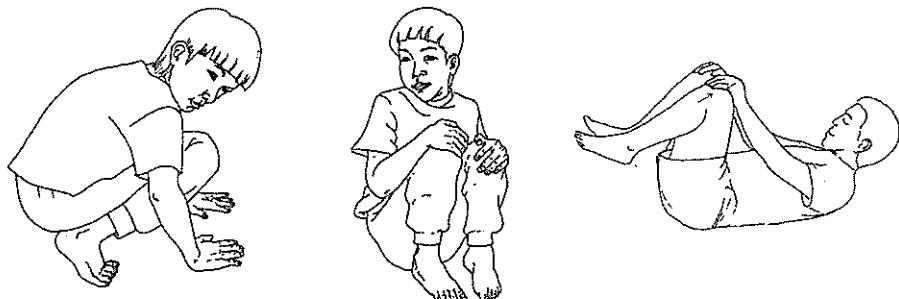
O seu propósito era relaxar o corpo, eliminar o Chi ruim, aumentar a força física e curar a doença. Esse é o modo de enfrentar as doenças e o processo de envelhecimento na vida.

**Brincadeira do Tigre:** Abaixe-se com as palmas das mãos e dos pés estendidas no chão, balance para a frente e incline-se três vezes para trás. Então alongue as costas para cima e para a frente o mais alto possível, sem permitir que as palmas das mãos e dos pés desencostem do chão. Então levante a cabeça e olhe para o céu, caminhe para a frente e para trás, por sete vezes, com as mãos e pés no chão.



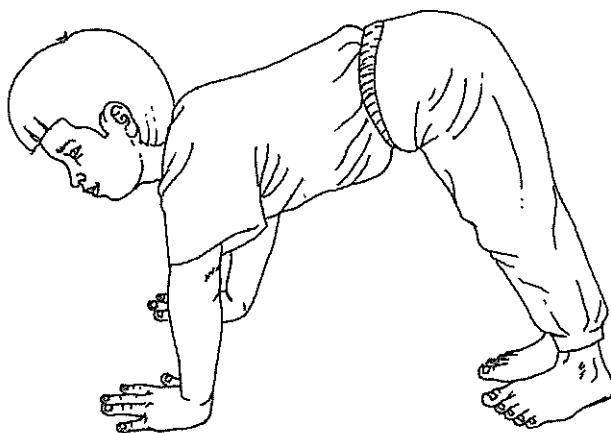
*Fig. 3.18 Postura do Tigre.*

**Brincadeira do Urso:** Deite-se de costas segurando os joelhos com ambas as mãos. Levante a cabeça e incline-a para o chão alternadamente para a esquerda e a direita, sete vezes de cada lado. Em seguida, agache-se com mãos apoiadas no chão e repita o movimento de cabeça, sete vezes de cada lado, à esquerda e à direita.



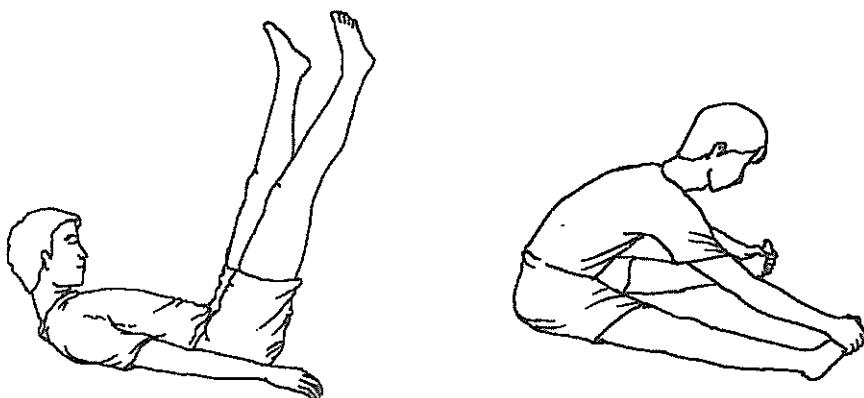
*Fig. 3.19 Postura do Urso.*

**Brincadeira do Cervo:** Fique de quatro, apoiando-se nas mãos e nos pés, e alongue o pescoço para cima, movendo a cabeça à esquerda por três vezes e depois à direita por três vezes. Então, enquanto move a cabeça à esquerda, alongue a perna direita. Enquanto move a cabeça à direita, alongue a perna esquerda. Em seguida, alongue o pescoço e contraia a cabeça por três vezes.



*Fig. 3.20 Postura do Cervo.*

**Brincadeira do Macaco:** Segure-se num ponto de apoio, levante e abaixe o corpo sete vezes. Então prenda os pés no ponto de apoio e balance o corpo para a frente e para trás por sete vezes. Sente-se e segure ambos os pés com as mãos, então toque-os com a cabeça por sete vezes.



*Fig. 3.21 Postura do Macaco.*

**Brincadeira do Pássaro:** De pé, levante uma perna e abra e estique ambos os braços enquanto levanta as sobrancelhas por catorze vezes. Faça o mesmo com a outra perna. Sente-se, alongue as pernas, segure os pés com as mãos e avance cada pé para a frente por sete vezes.

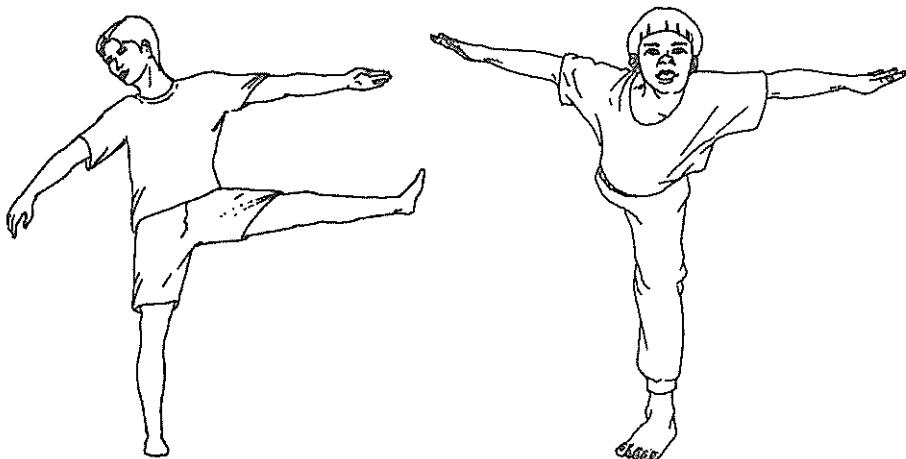


Fig. 3.22 Postura do Pássaro.

## Vitalizando o Corpo



O aperfeiçoamento pela transformação marca o processo gradual no percurso do caminho do Tao. Para iniciá-lo é preciso necessariamente estar em boas condições de saúde (física, psicológica e espiritual), com autoconsciência e autoconfiança. Com a confiança interior, a ação será deliberada, a prática será diligente e o aprendizado será o resultado inevitável. Esse método de seguir o caminho faz com que volta e meia se reexamine, reavalie e redirecione o eu: uma prática científica na própria disciplina espiritual. A exigência fundamental para esse aperfeiçoamento aprimora-se com a ajuda das faculdades sensoriais e visuais. Elas lhe permitem transformar a reação perceptiva negativa em positiva.

Na visão taoísta, o positivo refere-se à força yang, a energia masculina da luz divina, enquanto o negativo é consignado à força yin ou energia formadora terrestre. Um engano comum na sociedade ocidental sustenta que a mente é programada e reforçada apenas para o que é considerado bom, positivo, produtivo e benéfico. O resultado entre as forças positiva e

negativa torna-se uma expectativa racionalizada, uma aspiração induzida pelo desejo e um tumulto constante. Enquanto um lado for aparentemente tão desejável, comerciável, saudável e valioso, o próprio positivo torna-se negativo e o outro lado permanece distante, temeroso de se envolver, desconfiado e incompreendido, com medo da rejeição. Isso aproxima ameaçadoramente o mal, o monstro, a doença, o perdedor e a própria morte.

Essa situação não deveria ser mal interpretada como a manifestação da sua natureza dualista. Em grande parte ela se deve à ausência da compreensão racional da sua sensibilidade física e da visualização mental criada pela mente. Na prática taoísta, sem a sensibilidade física e a visualização mental, o aperfeiçoamento é encarado como nada mais do que movimentos mecanicistas e alucinações mentais. O corpo tem de aprender a sentir os seus vários padrões energéticos e a circulação deles, da mesma maneira que a mente deve ser “visível” para “imaginar” os padrões energéticos de cores, luzes, órgãos e células. Portanto, o aperfeiçoamento torna-se um desempenho artístico. As cores do sol, da lua, das montanhas, dos rios, assim como dos órgãos e dos meridianos, são as exigências instrumentais. A concentração mental representa a tela; a visualização energética e a circulação biológica são as ferramentas, canetas e pincéis; e a reação do corpo/mente é entregue aos leitores ou à audiência. O aperfeiçoamento todo forma o processo de aprendizagem de conhecer espontaneamente, avaliar prontamente e oportunamente readaptar e reinformar a certeza imprevisível.

Ninguém nos valoriza mais do que nós mesmos; ninguém nos conhece melhor do que nós mesmos. Manter um corpo/mente forte e saudável impede que a doença estabeleça um ponto de apoio. O maior mistério da doença reside no fato de que todas as estruturas conscientes negativas são causas de doenças, não as configurações celulares doentes. As células não são a raiz do problema, uma vez que as células derivam de não-células. A consciência é a raiz subjacente de tudo, da saúde e da doença. Os vírus são neutros, uma ponte entre a saúde e a doença. Os tratamentos medicinais não podem enfrentá-los todos. O aperfeiçoamento fornece essa força. A mente acima do corpo não é só a fórmula mais antiga, mas também a mais eficaz e prática.

### **Humor Emocional — A Provocação de Problemas**

A condição climática da nossa vida — o humor — é em grande parte orgânica. As mudanças sazonais, as cores, os sons e os sabores do mundo exterior são estimulantes invasivos em relação às nossas sete aberturas faciais. Pelos cinco transmissores orgânicos, os cinco estímulos do humor ligam-

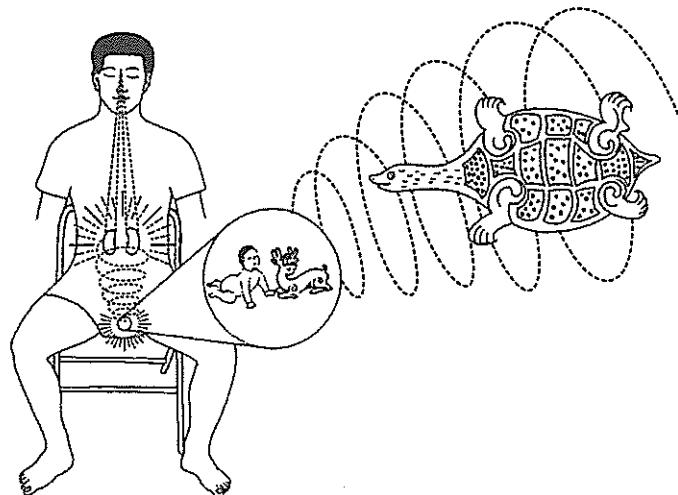
se aos órgãos internos (*wuzang*), respondendo psicossomaticamente. Na medicina chinesa, não há um comando único para o humor e as características emocionais; eles se espalham pela área entre o tronco e o cérebro. Isso difere das teorias ocidentais nos campos da frenologia, da psicologia e da neurologia, que dão ênfase à conexão mental, o poder do cérebro. Os meridianos energéticos do corpo são multidimensionais e criam uma interação funcional entre o corpo/mente e o universo. Esses padrões energéticos são a personalidade, o caráter, o humor, a atribuição emocional e o amor vibracional. Os meridianos têm sido experimentados subjetivamente, aplicados transpessoalmente e diversificados mecanicamente, dependendo de fornecimentos energéticos específicos (físico, mental e eletrônico). Historicamente, antes que as ervas fossem testadas pela meditação e prescritas clinicamente, os meridianos eram os principais instrumentos de comunicação ou símbolos entre os agentes de cura e os pacientes.

O entendimento chinês do humor e do seu funcionamento emocional está organicamente ligado e holisticamente manifesto. No Ocidente, ele parece ser determinado mais biologicamente e interpretado psicologicamente. O *stress*, nos termos da explicação taoísta, é uma reação mista entre o desejo e o humor. Se não houver nenhum desejo, o humor permanecerá estável. Se o desejo for alto, forte e penetrante, haverá uma reação emocional opressiva. Quando os órgãos já não puderem regular um ao outro, o Chi ruim alterará a condição corporal saudável. Os transtornos somáticos e os sintomas psicossomáticos surgirão como características estressantes no corpo/mente.

### Fórmula das Cinco Cores Emocionais

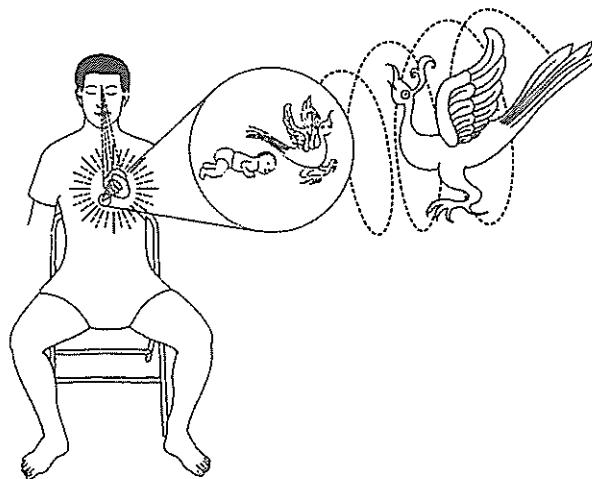
O propósito deste exercício é a visualização, para atrair as forças universais das cores energéticas. O Chi negativo, desequilibrado ou desarmonizado, será ou exalado ou transformado, e as forças energéticas positivas serão então restabelecidas. Os órgãos emocionais tornam-se, assim, harmonizados e puros.

1. **Rins:** Visualize uma luz azul viva no céu; atraia a luz mentalmente para os rins; permita que essa energia virtuosa de bondade penetre os rins. Forme internamente com ela um menino virgem ou menina virgem e deixe a criança virgem soprar uma respiração azulada na forma de um cervo. Então forme a força do elemento água dentro do corpo, na imagem de uma tartaruga azul grande, preta ou escura (o Guerreiro Preto), que então capturará o cervo. Coloque a tartaruga nas suas costas como um animal protetor.



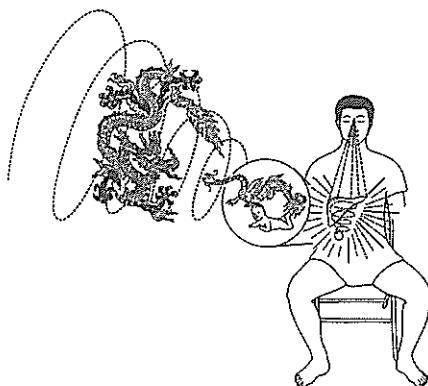
*Fig. 3.23 Rins: mostrados projetando-se nas Costas e atraindo a Força Terrestre da Tartaruga do Norte.*

2. **Coração:** Visualize uma luz vermelha viva sobre a cabeça e no céu e atraia a cor mentalmente para o coração. Sinta a mensagem iluminadora, o amor virtuoso, a alegria e a felicidade no coração. Forme internamente uma criança virgem e deixe-a expirar a cor vermelha como um faisão vermelho. Então forme a força do elemento fogo dentro do corpo e deixe o faisão vermelho abraçar a força. Coloque esse faisão vermelho à frente do corpo para servir como animal protetor.



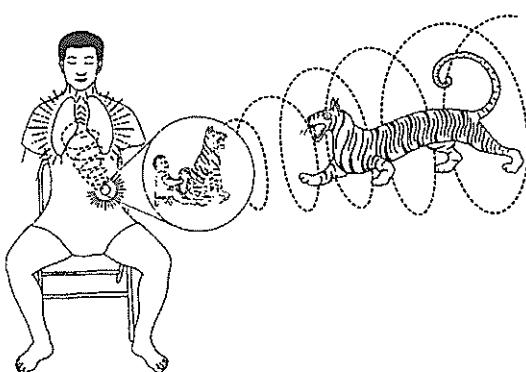
*Fig. 3.24 Coração: mostrado projetando-se para a Frente e atraindo a Força Terrestre do Faisão do Sul.*

3. **Fígado:** Visualize uma luz verde viva sobre a cabeça e no céu e atraia a cor mentalmente para o fígado; deixe essa energia de bondade pura e virtuosa penetrar o fígado. Forme internamente uma criança virgem e deixe-a expirar a cor verde como um dragão verde. Então forme a força do elemento madeira perene dentro do corpo e deixe o dragão verde abraçar a força. Coloque o dragão verde do lado direito como o animal protetor.



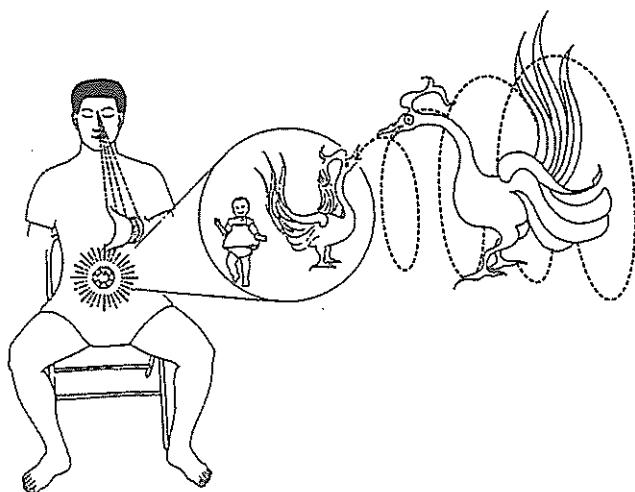
*Fig. 3.25 Fígado: mostrado projetando-se para a Direita e atraindo a Força Terrestre do Dragão do Leste.*

4. **Pulmões:** Visualize uma cor branca viva sobre a cabeça e no céu e atraia a luz mentalmente para ambos os pulmões; deixe essa energia virtuosa de encorajamento penetrar os pulmões. Forme internamente uma criança virgem e deixe-a expirar a cor branca como um tigre branco. Então forme a força universal criativa — branco — dentro do corpo e deixe o tigre branco abraçar a força. Coloque o tigre branco no lado esquerdo como o animal protetor.



*Fig. 3.26 Pulmões: mostrados projetando-se para a Esquerda e atraindo a Força Terrestre do Tigre do Oeste.*

5. Baço: Visualize uma cor amarela viva sobre a cabeça e no céu e atraia a luz mentalmente para o baço; deixe essa energia virtuosa de justiça e franqueza vitalizar o baço. Forme internamente uma criança virgem e deixe-a expirar a cor amarela como uma fênix amarela. Então forme a força terrestre criativa — amarelo — dentro do corpo e deixe a fênix amarela abraçar a força. Coloque a fênix amarela no centro do topo da cabeça como o animal protetor.



*Fig. 3.27 Baço: mostrado projetando-se para Cima e atraindo a Força Terrestre da Fênix do Meio.*

## Capítulo IV

# Abraçando a Unidade

抱一

À medida que você começa a trilhar o caminho da sua peregrinação, o seu corpo vai gradualmente se desintoxicando e vitalizando, com a mente purificada e tranqüila. O histórico de vida, seja na atualidade, seja desde o princípio do seu centro espiritual imutável, torna-se um instrumento vibrante de ensinamento para o peregrino e de aprendizado para os demais. A sua voz em oração e os seus braços acolhedores atraem as multidões aglomeradas e esclarecem a confusão enquanto o seu ensinamento silencioso e a sua disciplina interior produzem confiança e elevam o espírito. A peregrinação da caminhada espiritual é um processo de purificação e um período de libertação, assim como uma viagem interior e um caminho revelador. À medida que a peregrinação segue o seu curso, o corpo e a mente iniciam a sua relação conjugal interior e fundamental. Dentro dessa verdadeira família espiritual, o papel feminino de participação realística harmoniza-se com o papel masculino de orientação autodisciplinada. A viagem empírica e o caminho para o despertar seguem lado a lado, promovem e aprimoram um ao outro para produzir o eu puro. Todas as relações pessoais, sociais e ancestrais são veículos que facilitam essa relação interior sagrada. Esse é o empreendimento da verdadeira tarefa da sua própria peregrinação, caminhando com o seu próprio passado nos confins da sua própria família.



Fig. 4.1 37º Hexagrama (Família).

No *I Ching*, o 37º hexagrama (Família) expressa essa noção precisamente, a família de duas sementes: a cabeça consciente e instintiva do homem dentro da família do sol, a luz solar em cima e o vento solar embaiixo. Nesse hexagrama, o vento sopra constantemente o fogo embaixo, espalhando a nutrição a todos seres vivos e servindo como um anjo inspirador para as almas existentes na terra. A função do vento na Família é óbvia: despertar, guiar, dirigir e disciplinar. Conforme o exposto nos dicionários

chineses, o caractere “vento” representa a força motriz que dá à luz “vermes e parasitas”. Um verme biológico normalmente leva oito dias para se transformar. Um ciclo anual leva oito períodos de vento para soprar de um Solstício de Inverno para o seguinte. Os oito períodos do vento em um ano guiam adequadamente as oito fases da lua em um mês, com 45 graus em cada etapa, manifestando-se juntos diariamente, com 45 dias para cada período. Isso tudo repousa no poder do oito, o shao (jovem) yin, a ovelha, e a separação depois da união. O caractere chinês *ba* para oito indica a separação da união do seis (*liu*) e a inovação do sete (Chi). O seu desenho representa duas pessoas dormindo de costas uma para a outra. Esse também é o poder dos oito hexagramas que compõem o *I Ching*, a trindade da harmonia de yin e yang, a conexão interna e externa dos quatro cantos do mundo e a manifestação do três. O Tao dá origem a um. Um dá origem a dois. Dois dá origem a três. Três dá origem a todas as coisas.

O poder meditativo do vento, representando o trígrama superior no hexagrama da Família, fica situado na direção nordeste: o trígrama de Geng (montanha). Ele se aplica às brisas suaves, mornas, do vento primaveril suave. Representa o despertar consciente, o carinho suave, a consciência pacífica e a orientação cuidadosa. O vento é a inalação da respiração cósmica enquanto a luz é a exalação. No nosso corpo, o vento representa a respiração dos pulmões, o círculo das coxas, o martelar das orelhas e a vibração das têmporas. O vento pessoal representa a sensação consciente e a reflexão; o vento físico é a orientação psíquica; o vento familiar é o papel orientador do pai; o vento social é o princípio burocrático; o vento interno é o fogo/água sagrado, ou a mente espiritual. No sentido mundano, o vento representa a orientação da sensação física, o grau de vibração cósmica e a intensidade da interação entre a luz e a sua forma: o nulo.

Em contraste, o fogo, estando na posição inferior, representa o poder pela purificação e pela transformação. O calor gerado pelo fogo deve estar numa forma fluida condensada para permitir que a sua chama purifique todas as coisas ao longo do seu curso despertador: uma tarefa que combina a consciência interior e o processo biológico. A consciência interior, representando o vento espiritual e a quietude, esfria ou esquenta a intensidade do fogo amoroso, assegurando assim a purificação, a perfeição e a transformação. Enquanto isso, deve haver um lugar para produzir o calor.



*Fig. 4.2 50º Hexagrama (Caldeirão).*

Esse lugar é chamado de caldeirão (50º hexagrama), a cozinha da família dentro do corpo, um centro vazio no abdome. Esse centro não é nem um órgão nem uma glândula, mas o espaço imaginário intermediário. O caldeirão é o útero espiritual invisível, o embrião sagrado. A água sagrada do fluido biológico está contida dentro do caldeirão, com o fogo consciente do amor fervendo e cozinhando por baixo dele. A quietude guia o processo individual com a sua postura relaxada e a consciência focalizada. O calor interiorizado faz ferver a água biológica — fluido sexual —, transformando-a em elixir. Sem isso, o eu está perdido, a família está em desordem e a sociedade torna-se caótica.

Trilhar o caminho nesta vida pode ser comparado a caminhar pela selva, realizando tentativas e desvendando os enigmas da vida ao restabelecer a sua natureza infantil que flui livremente. Isso é chamado retornar à infância e tornar-se um “eu renascido”, o processo de abraçar a Unidade, ou de conhecer o filho e apreender a mãe, ou vestir *hun* e *po* e atraí-los para a Unidade. A Unidade é o primeiro e mais velho filho do Tao, permitindo a manifestação de tudo, a aceitação total, o discernimento sutil e o controle completo. Essa Unidade é a semente do todo, do acordo e da integridade. É o único, puro, primário, primordial e iluminador Chi yang do Universo. Também é a Divindade hermafrodita, ou o útero hermafrodita do mundo. A atividade de abraçar é um processo de juntar energia pela concentração da mente: um processo psicoespiritual de unificar o Chi divino e o terrestre. O propósito de preservar o Chi é unificar ambos os lados do eu completo, um processo biológico de retornar à forma não dividida de androginia. Essa é a “matéria pura” da Unidade: a preparação necessária a ser concluída antes de entrar no plano celestial.

## A Unificação Perceptiva da Unidade

A técnica de unificação de todas as faculdades perceptivas é uma técnica de unificação dos sentimentos, das sensações, das inspirações e da sabedoria numa coisa só: um sentido único, um sentido divino, um sentido verdadeiro e um sentido puro. Essa é uma consciência total e abrangente do corpo/mente, uma interação completa e espontânea, um saber sutil e penetrante. Ela é comparável a ver a história inteira de uma pessoa, do nascimento à morte, abarcando o conhecido e o desconhecido. Na prática da meditação na etapa adiantada, os seis sentidos (visão, audição, olfato, paladar, tato e pensamento) devem ser unificados. Todos os aspectos de uma pessoa — biológicos, emocionais, intelectuais e espirituais — devem ser unificados em uma única percepção: a combinação da percepção espiritual original com a percepção realística verdadeira. A percepção espiri-

tual é a forma mais elevada da capacidade de percepção, assim como o princípio orientador de saber e entender. A percepção realística verdadeira a que podemos aspirar é a percepção mais segura e confiável. O caminho subjacente é a jornada baseada na experiência: o significado divino da tradição da sabedoria.

## O Enfoque Taoísta

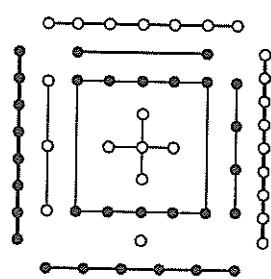
A sensação instintiva é a mais comum experiência instintiva compartilhada por todos, não importa como se manifeste, seja por um mal-entendido, seja pela confiança, seja pela desconfiança. A informação é percebida imediatamente, sem tempo ou oportunidade para a interação orgânica e a contrapartida emocional. Essa é a purgação, a configuração e o fluir do mundo. Nesse ambiente perceptivo e percebido, as cinco faculdades sensoriais e as cinco funções orgânicas são completamente centralizadas. Os três Campos energéticos estão em um lugar, sem nenhuma distração mental e nenhuma divagação espiritual. Quando a abertura de baixo está fechada, o Chi sexual flui para cima e para dentro. Lao Tzu resumiu isso como: *Trinta raios unem-se no cubo da roda, mas é o vazio interior do cubo da roda que torna o veículo útil.* “Trinta raios” refere-se aos cinco órgãos da face (olhos, orelhas, narinas, boca e língua), aos cinco órgãos internos (fígado, coração, baço, pulmões e rins), aos dez dedos das mãos e aos dez dedos dos pés. O cubo central é a coluna vertebral dos vertebrados, particularmente o cóccix, que se liga ao centro vazio do coração. Isso se baseia precisamente nas mudanças numéricas das ordens universais que aparecem entre o Diagrama do Rio (He-tu) e o Desenho Luo (Luo-shu).\*

\* Diagrama místico do *I Ching*, Hetu, ou O Diagrama do Rio

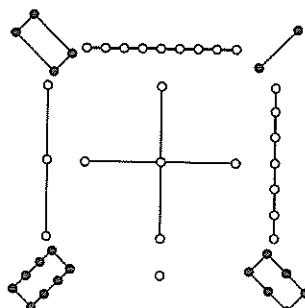
A única diferença entre o misticismo oriental e o ocidental reside no fato de que, no Oriente, a construção numérica é 55 enquanto no Ocidente é 76 ou 78.

O número total apresentado no Hetu é 55, que tem quatro voltas. No centro estão os cinco elementos cósmicos. Em volta dos cinco encontra-se a perfeição de dez, em todos os planos. Depois, externamente os dez encontram-se na companhia de outros dez, a soma de um até quatro, como os quatro cantos do universo e a construção interna do universo interior. A volta externa dá trinta, de seis a nove, que é o que Lao Tzu chama de trinta raios no Capítulo 11.

A perfeição original de Deus mudou do Hetu para o Luoshu, o Desenho Luo. O dez da segunda volta é eliminado, por causa da corrupção cósmica. As três voltas externas fundem-se em uma volta, como o resultado da mudança de direção. Três na esquerda e sete à direita tornam-se os 37 capítulos do Tao Te King. Isso se deve à mudança do centro — a semente no meio acompanhada pelos quatro números ao redor. Assim, restam apenas 45 no Desenho Luo, que é a caixa mágica de nove, cuja disposição é: 2-9-4 na posição superior, 7-5-3 na posição mediana e 6-1-8 na posi-



*Fig. 4.3 Diagrama do Rio (Hetu).*



*Fig. 4.4 Desenho do Rio Luo (Luoshu).*

Quando a perfeição cósmica de dez foi eliminada por causa da criação corruptora, as três voltas do Diagrama do Rio foram combinadas como uma única volta no Desenho de Luo. Assim, o nascimento (inalação), a vida (transformação) e a morte (exalação) são integrados entre a criação original de dez ( $1 + 2 + 3 + 4$ ) e a volta externa de trinta ( $6 + 7 + 8 + 9$ ). A volta externa de trinta é o significado dos trinta raios.

ção inferior. Nessa disposição, qualquer combinação dá sempre 15, ou três cincos, que são o ensinamento confuciano de três disciplinas e cinco ordens.

Além disso, o poder místico dos oito meridianos extras é disposto da seguinte maneira: Em primeiro lugar, há quatro ou oito no *dantian* (Tan Tien) inferior, duas glândulas supra-renais trabalhando em conjunto com as duas glândulas dos ovários/testículos, os dois rins trabalhando em conjunto com os intestinos delgado/grosso. O centro é a bexiga, o quinto ou o décimo primeiro. Esse é o mapa original dos oito meridianos, dependendo da força aplicada, o poder da vontade e a expressão sexual, indo tanto para cima/para dentro, quanto para baixo/para fora. Quando se trata do poder interior, resulta a procriação espiritual; no segundo caso, trata-se da descendência.

Como esses oito meridianos movem-se para cima, há dois outros conjuntos de oito que circulam no cérebro. Entre eles o tálamo, o hipotálamo e as glândulas pituitárias formam a tríade de três no cérebro. Quando são controlados pela amígdala, trata-se da consciência emocional, intuitiva e psíquica. Essas quatro glândulas trabalham em conjunto com os quatro ventrículos do cérebro.

Quando as três glândulas são controladas pela glândula pineal, trata-se de poder espiritual, de sabedoria e poder intelectual. Os quatro lobos em torno do cérebro são iluminados e reverberam na interação com essas quatro glândulas. Portanto, agora temos dois mapas interativos de oito meridianos extras, entre a emoção e o corpo, ou entre a sabedoria e o corpo. Os dois conjuntos de quatro no cérebro são o funcionamento místico de 44, o volume do Te.

Essa é a natureza da transformação das sete emoções e dos seis desejos na nossa tradição taoísta. À medida que as emoções positivas são transformadas, elas se tornam a iluminação da sabedoria. Com relação às emoções negativas, elas se tornam a técnica da consciência virtuosa e mística. Assim, o Tao e o Te são unificados, e corpo e a mente encontram a sua união final.

As palavras têm a sua origem, os números têm os seus significados e os eventos têm o seu líder. Lao Tzu raramente usou números na sua didática, mas todos os números que escolheu usar no *Tao Te King* têm significados precisos. Por exemplo, a expressão “dez e três” representa uma jornada de vida geneticamente codificada e cosmicamente numerada na perfeição de dez e função experimental de nascimento, vida e morte. O dez na cultura chinesa representa a perfeição da função numérica que vem depois do nove, que é o maior e mais alto número cardeal. Dez e três representam a ordem numérica da manifestação universal. Toda matéria vive dentro do ciclo de nascimento, crescimento, morte e renascimento, dentro da manifestação cíclica de dez e três. Sem dez, não haverá nenhuma presença completa e perfeita da matéria com as suas miríades de formas e movimentos. Cada etapa e cada estado é perfeito em si mesmo, mas dificilmente permanente, porque a etapa e o estado já estão em fluxo constante. Ainda assim, toda a perfeição assim como as variações inconstantes incluem-se no mecanismo do sistema de codificação secreto universal: três de um. Esse é o modo como as matérias universais se transformam a partir do processo de produção cílico e de encarnação no processo de repetição de reciclagem e reencarnação. Continuamente, uma vez após outra, incessantemente, nunca há uma resolução. Essa é a natureza do produto celestial, a perfeição de dez. Isso também se deve ao número cílico universal de três que contém os mecanismos de yin e yang e o seu fluxo harmonioso: a representação da multiplicidade. O momento certo de agir é uma caracterização precisa do fluxo.

## A Manipulação Científica

O desenvolvimento histórico da ciência baseia-se na mente racional, na instituição dogmática e na prática religiosa da cultura ocidental. Quando a mente racional torna-se a linha definida entre o sim e o não, quando a instituição dogmática separa o homem de Deus, quando a prática religiosa condena os seres humanos como pecadores por natureza, a adoração religiosa institucional é transformada em devoção científica pessoal. O dogma racional torna-se lei científica. Os produtos mentais substituem produtos naturais. A posição que a inteligência racional assume é a de que o “sim” é absolutamente “sim” e o “não” é absolutamente “não”, não tendo nenhuma ligação entre si. Essa mentalidade de separação e isolamento chega gradualmente à sua posição dominante na história da evolução humana. A sua linha sutil torna-se a noção linear da lei universal; o seu método e dispositivo técnico converte-se nas justiças sociais. Por conseguinte, a comunicação na nossa sociedade complexa prospera no uso de vocabulários

científicos, hipóteses racionais e mentiras estatísticas. Os que são pouco familiarizados com os termos geralmente são classificados como sem educação e seres indígenas alienados.

No nosso tempo presente, o poder da ciência geralmente oferece satisfação imediata. O fato científico de ontem pode ser contestado pela nova teoria de amanhã, derivada de um cálculo diferente por uma tecnologia mais avançada. Essa é uma decisão impiedosa, uma imaginação delirante e uma auto-rejeição suprema. A mensuração científica baseia-se na repetição da pesquisa e na reciclagem entre os dois, assim como o cálculo estatístico e a avaliação de um e três: um é a etapa da descoberta; três é a prática do marketing; dois é a união entre a subjetividade e a objetividade. Esse é o ponto abstrato, a lei racional e a linha sutil da visão científica como resultado de uma distorção do nosso ritmo natural. A harmonia é diversificada na classificação e na categorização, e o fluxo é o anúncio comercial e a flutuação da ação à custa de um ciclo natural. A afirmação de Lao Tzu de agir no momento oportuno torna-se um conceito antiquado, que é facilmente descartado. Nós nos fechamos em um padrão de autodestruição, esquecendo que o nosso avanço baseia-se em ir com o fluxo, em se adaptar e enfrentar as circunstâncias variáveis. Quando ocorre um retorno inesperado dos acontecimentos, ficamos lamentavelmente despreparados para aceitar as mudanças. À medida que as situações tornam-se mais caóticas e além do nosso controle, o chefe culpa os empregados, os empregados culpam a má conservação das estradas e a mente culpa os desastres "naturais".

Quando a ciência descobriu o hormônio do crescimento, o seu potencial pareceu ser incomparável, mas logo entrou erroneamente nos experimentos, resultando em processos malignos no estômago. As pessoas afeitas poderiam escolher entre viver com a doença ou tomar medidas drásticas, incluindo a remoção cirúrgica do tumor resultante.

Com a invenção do sistema de comunicação digital por satélite via cabo poderíamos assistir à televisão (a nossa própria imagem) na nossa casa. Ainda assim, essa tecnologia avançada é pouco mais do que o espelhinho levado na bolsa de uma mulher. Quando o conhecimento científico conduziu à invenção de máquinas como os automóveis, o ar envenenado do sistema de exaustão invadiu os nossos pulmões. Ele aumentou ainda mais, desenvolvendo-se na nossa atual atmosfera poluída pela fumaça, que por sua vez conduziu a uma série de doenças incapacitantes.

Quando os cientistas enterraram o seu lixo nuclear no chão, ele vazou na nossa água potável e contaminou a terra em que cultivamos o nosso alimento e onde construímos a casa onde residimos. Com a invenção de fórmulas engarrafadas, os bebês foram privados da nutrição perfeita da natureza que os permitiria desenvolver um bom sistema imunológico.

Finalmente, os receptores orgânicos são estendidos pelo equipamento tecnológico; as disfunções orgânicas são substituídas por transplantes. Os satélites substituem a mensagem indiscriminada de boas-vindas de Deus ao reino celestial; o *telemarketing* torna-se a satisfação biofisiológica; o reinvestimento e os avanços tecnológicos tornam-se os últimos gurus psicoespirituais. Todas as técnicas mecânicas que acumulamos ao longo da nossa civilização, especialmente depois da revolução científica moderna, foram no mínimo desprovidas dos fenômenos naturais de mudança.

Dirigida pela expectativa da mente, a reação natural transforma-se em projeção mental. Os retraiimentos mundiais, dominados pela competição, beiram o catastrófico. À medida que a ciência progride e amadurece, a sua limitação natural convida a um recuo, a punição suprema por manipular o mecanismo sagrado da natureza.

### **Barriga — O Banco Energético da Unidade**

Lao Tzu assevera que a barriga é o método de ser. A barriga é onde repousam os túmulos de Deus — os ossos sacros e coccígeos —, em cujo nome o Chi da vida é conduzido e pelo qual existimos e continuamos existindo. Pelo umbigo, ou o Velho Portão na tradição bíblica, a vida é determinada. O conhecimento cósmico da corrupção torna-se um mecanismo biológico, a vida eterna evolui nos dois mundos — a realidade vivente e a realidade de sonho —, carregada pela modalidade variável da presença.

Quando a energia acumulada acima da cabeça (o Chi universal) e debaixo dos pés (o Chi terrestre) é armazenada no Campo Cinábrico Inferior, torna-se um processo de unificar tudo na Unidade. Esse é o único propósito como também a atividade habitual da prática cotidiana de Lao Tzu para se sustentar a partir da fonte materna; vivenciar o significado e a utilidade da Unidade. Na vida diária, o Campo Cinábrico Inferior torna-se um banco energético que gera o corpo e a mente para agir em um padrão harmonioso, em vez de um dispositivo reprodutivo para descarregar a força vital. Nesse “campo”, a “água” do rim fornece a nutrição básica para o corpo e a mente, fazendo circular o seu Chi para cima e para baixo ao longo da Órbita Microcósmica, da mesma maneira como a água ou uma fonte na montanha.

### **Fungos — O Alimento da Unidade**

Segundo a tradição taoísta, o jejum é uma disciplina usada para purificar o corpo. Ele tem sido aplicado desde os tempos primordiais na abstenção do

consumo de cereais, para permitir que o corpo volte à sua dieta nômade de ervas, fungos e cogumelos. Essa prática antiga de abstinência é chamada “Bigu”, com “bi” definido como “ficar longe de” ou “cortar”, e “gu” como “vale” ou “cereal”. O cereal, na prática da meditação, é considerado como o alimento sólido. Consumir esse alimento pesado impede a prática do avanço, tornando-o mais difícil ou até mesmo impossível.

Cada erva é uma planta natural, com a sua própria característica energética de cor, sabor e substância energética. Ao ingerir ervas e cogumelos naturais, o corpo retorna à sua condição leve, permitindo que o Chi do ar e da luz o penetrem facilmente e fluam por ele. Quando a água se combina com o ar e a luz, o corpo recebe o necessário para um adulto médio. Os minerais do corpo não flutuam à mesma velocidade que os elementos vegetativos. Eles são as substâncias básicas e os elementos constituintes do corpo, e os fungos são muito benéficos porque pertencem à família mais antiga da configuração biológica da terra. Ao consumi-los, o corpo físico, o organismo mais altamente desenvolvido da terra, reverte ao seu estado de fungo original. Você passa a depender mais diretamente do Chi do céu e da terra — oxigênio, hidrogênio, nitrogênio e as diversas partículas que constituem o calor e a luz — para substituir o consumo alimentar comum. Essa é a prática da hibernação (como alguns animais fazem durante a estação do inverno) e da metamorfose (a transformação do corpo larval entre os seres voadores). Os taoístas seguem esse caminho. Meditando em cavernas, eles absorvem diretamente o Chi yang cósmico assim como o ar, moléculas de água e minerais. A meditação torna-se a soma de todas as atividades da vida.

Gehong, um famoso mestre do Tao do século II, escreveu o primeiro resumo da prática do jejum taoísta de usar elementos naturais como fungos e ervas. Ele afirmou que os que consomem plantas são bons para caminhar mas taciturnos. Os que consomem carne são mais fortes, mas tendem a ser agressivos. Os que comem cereais são inteligentes mas não vivem muito tempo. Os que comem fungos tornam-se espirituais e não morrem, porque o espírito nunca morre.

## Visão da Unidade

Lao Tzu percebeu que, quando ele se centrou, os receptores sensoriais tornaram-se inúteis perante o “olho” do Tao. *Olhar e não ver é chamado invisível; escutar e não ouvir é chamado inaudível; estender a mão e não tocar é chamado intangível.* O invisível, o inaudível e o intangível são manifestações do Tao. Os instrumentos mecânicos do nosso corpo para ver, ouvir e tocar são limitados ao ambiente formal e materialista. Eles só se manifestam pelo

aparecimento da Forma, pela multiplicidade do Um e pela criação do Não-ser. A natureza da Unidade, a qualquer nível e a qualquer hora, está além da nossa capacidade de comunicação corporal. O invisível é a cor sutil que os olhos não podem ver. O inaudível é a vibração sutil que as orelhas não podem ouvir. O intangível é a aparência pura que as mãos e a pele do corpo não podem tocar.

A cor pura está além da consideração até mesmo se os nossos olhos fossem dotados com a capacidade máxima de visão para ver tão claramente quanto um microscópio ou um telescópio. As nossas orelhas podem ser equipadas com dispositivos auditivos digitais para aumentar o som, no entanto a vibração sutil está além da nossa detecção. As nossas mãos estendem-se além da aparência tangível da matéria, no entanto não podemos segurar a aparência pura. Esses três estão além da consideração, uma vez que o verdadeiro estado da Natureza está além de qualquer estimativa mecânica empregada pela nossa mentalidade humana. Ainda assim, quando esses três estiverem fundidos, eles se tornam o Um. *Quanto a esse Um, nada existe acima dele que seja justificado, nada existe abaixo dele que tenha sido excluído. Por mais que se procure, ele estará sempre além do reconhecimento. Ele retorna a coisa nenhuma. Seu estado é explicado como estado nenhum, sua forma é explicada como informe. Ele é chamado a visão além do foco. Siga atrás dele e ele se mostrará infinito. Vá à frente dele e não achará começo nenhum.*

*Empregue o Tao de hoje para resolver os problemas de hoje e para conhecer o passado remoto.* Nada é velho e nada é novo. Todos os dias são o mesmo dia e todos os anos são o mesmo ano. Tudo está aqui e agora completamente presente diante de nós. Não temos nenhuma necessidade de estudar a história para conhecer o passado, viver o presente e predizer o futuro. O que ontem era inaudível, hoje é intangível, ou amanhã será invisível — não importa absolutamente. Esse é o poder de saber em todas as direções e a técnica da presença espiritual.

## Unificação Psicoespiritual

A prática do aperfeiçoamento taoísta é psicoespiritual na sua natureza. A força de vontade — a melhor arma da mente — é essencial para a transformação do espiritual em biofisiológico. Sem unificação psicológica, a energia não pode ser centrada e cristalizada. Por exemplo, os sistemas endócrino e imunológico, tão essenciais à nossa existência, seriam dissolvidos em nada mais do que uma prática institucional supersticiosa. A Unidade de yin e yang possivelmente não poderia ser reunida. Portanto, a transformação psicológica é um meio e um imperativo. Por meio dessa transformação, o processo de atrair o espírito e a alma para a Unidade tem o seu

resultado necessário. A natureza biofisiológica de yin (feminino) e yang (masculino) retornará inevitavelmente para a sua Unidade acabada e unificada: a unidade hermafrodita.

## Unidade Biofísica — O Eu Andrógino

Em teologia e na prática espiritual, a água benta tem sido um assunto inevitável. Basicamente, ela é usada para purificar o corpo e limpar o espírito, o que é realizado por intermédio de várias cerimônias religiosas. Há uma semelhança na prática convencional do taoísmo com relação ao aspecto da cura. O taoísmo define a água benta como a combinação da medula óssea com o fluido hormonal. Nas profundezas do aperfeiçoamento esotérico, a água benta, ou o Jing essencial do Campo Cinábrico Inferior (caldeirão), responde ao desafio do espírito santo. A pessoa pura ou eu hermafrodito é armazenado então no Campo Cinábrico Mediano (timo/coração) pela fusão dos cinco Chi orgânicos. *Entendendo o macho e apreendendo a fêmea, vemos que o céu e a terra se combinam e concedem o doce orvalho.* Quando o Jing essencial do Chi dos rins ao longo da espinha alcança o cerebelo no cérebro, ele provoca o fogo consciente reunindo o sopro etéreo: a luz pura. A essência de yin misturada à respiração etérea unifica-se para produzir um material que chamamos de néctar, orvalho doce ou água benta. Quando esse néctar flui por dentro da boca, não é mais saliva, mas o fluido de jade, preparado para ser assimilado pela tireóide e pelas glândulas paratireóides com a finalidade de purificar os cinco Chi orgânicos do peito.

Os momentos mais indicados para purificar a água benta e produzir o orvalho doce são: das 11 horas da noite à 1 da madrugada, das 3 da madrugada às 5 horas da manhã e no momento da excitação sexual, a qualquer hora. Das 11 horas da noite à 1 da madrugada o Chi yin da terra é reposto pelo Chi yang solar. Das 3 horas da madrugada às 5 da manhã, o meridiano dos rins ativa o Chi dos rins, libertando tanto o Chi sexual essencial produzido quanto os materiais de excreção (urina e dejetos intestinais). É o momento em que o poder do espírito sobrepuja ao poder do fantasma. Ainda assim, o estado de estimulação sexual, chamado *huo-zhi-shi*, ou o período de estimulação das 11 à 1, é o momento mais precioso para praticar a coleta da água benta.

### Exercícios:

- Para o homem, una os dedos polegar e médio de ambas as mãos, depois visualize a “cabeça” do pênis ereto. Quando o pênis estiver relaxado, visualize os seus dois testículos como dois olhos. Depois disso,

descanse a mente consciente ao nível do cerebelo. Então o Chi sexual será reabsorvido.

2. Para a mulher, massageie os seios enquanto visualiza o clitóris e acompanha a sua respiração. Então atraia o Chi sexual do clitóris seguindo uma linha para cima (a linha branca) até o ponto central entre os seios. Em seguida, ligue essa porção de Chi com a tireóide e as glândulas paratireóides. Armaízene o Chi final — misturado no centro, entre a segunda e a terceira costela — atrás do osso esterno, que é o centro dos pulmões e da glândula timo.

Esse Chi cristalizado elimina os problemas psicossomáticos presos no peito, reduz a quantidade do fluxo durante a menstruação e convida o menino virgem (luz espiritual) na flor a produzir a semente espiritual: o elixir dourado.

Conforme ilustrou Lao Tzu, *entender o macho e apreender a fêmea* refere-se à constituição biológica de yin e yang. *Entender o puro e apreender o impuro* refere-se ao estado de yin e yang. E *entender o branco e apreender o preto* refere-se ao aparecimento de yin e yang. *O fluxo do mundo, a limpeza do mundo e a configuração do mundo* são as três características naturais de yin e yang. Yin é feminino: o impuro e preto; yang é masculino: puro e branco. O fluxo é a combinação de puro e impuro: a configuração de preto e branco. A infância é a unificação de yin e yang: um estado simples de limpar e ter uma ação contínua suficiente que não hesita. Esse estado também é um estado infinito do ato de retorno do Tao; o mecanismo é simplificar a ação do yang puro e do yin impuro. De dentro do escuro vem a quietude. *O feminino estimula com o seu leite*. A semente da quietude está viva dentro da matéria escura, a mãe. Por sua vez, a força vital — o leite — é produzida para nutrir o crescimento de uma vida: a transformação da semente. A mãe tem o corpo escuro, atrai a quietude e produz as substâncias do Tao: a água benta e o leite. *Mantendo esse Tao, o excesso é indesejável. Não desejando nenhum excesso, o trabalho é concluído sem esgotamento*. Com isso, Lao Tzu diz que *o sábio faz dela o principal governante. Fazendo assim, o grande governo nunca se divide*.

## Unidade Psicoespiritual — O Eu-como-Deus

A noção religiosa de desposar Deus é descrita por Lao Tzu como *vestir o espírito e a alma, e atraí-los para a Unidade*. Então o verdadeiro ego nunca partirá. Isso se traduz como: ao reservar a ação da energia corrente, o desejo é reduzido; pelo processo de reunir o Chi celestial, é controlada a conduta de *po*. Quando há uma mente calma, a atividade consciente mental de

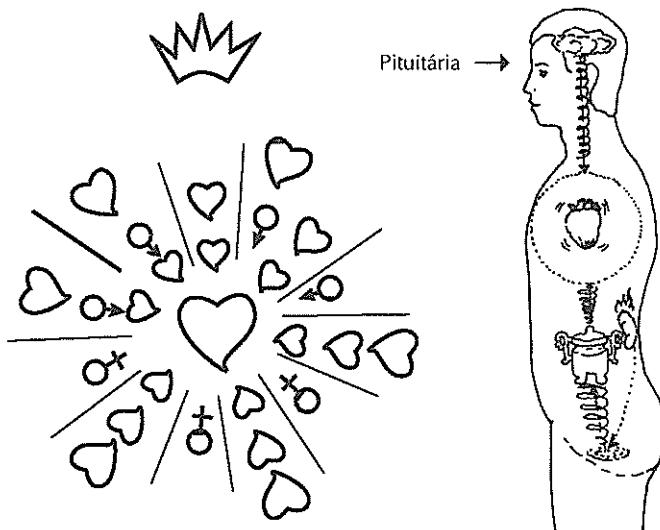
*hun* retorna ao puro estado consciente de Shen: a capacidade de saber e de se antecipar dentro e fora. Esse retorno é a ação do Tao.

A Unidade psicoespiritual baseia-se na combinação da Unidade biofísica e o Chi yang celestial. Ela é luz pura ou os três estados unificados da cor: o estado formal (estado constitutivo) da luz espiritual dourada, o estado de limpeza (estado criativo) da alva conífera azul e o estado mecânico (estado de retorno) da força branca universal procriativa. A Unidade psicoespiritual é um processo de manipulação da energia baseado na característica da virtude e das ações que produz. *Quem age de acordo com o Tao se aproxima do Tao. Da mesma maneira aproxima-se do Te. Da mesma maneira aproxima-se da perda. Unindo-se com o Te, o Tao torna-se Te. Unindo-se com a perda, o Tao torna-se a perda.* O Tao nunca se perde mas é transmitido em qualquer Ação (Te) ou perda. Se o seu propósito em vida é a aquisição de coisas materiais, especialmente um nome preeminente e acumulação de bens, você acabará inevitavelmente com a perda. Se quiser se unir à Ação do Tao, perderá tudo mas não a Ação do Tao. Se quiser se unir ao Tao, você perderá tudo mas não o Tao.

Nós podemos desconsiderar as nossas projeções e avaliações mentais para nos concentrar em fazer um julgamento certo da realidade da natureza, abraçando-a e unindo-nos a ela. Há pouca diferença entre um patriota e um assassino, um partido e uma gangue, ou um santo e um pecador. Uma vez que cada um depende do outro para a sua existência, tudo o que importa é a “linha sutil” onde a pessoa está parada. Essa “linha sutil” é a intenção da mente vigiada pela alma, pelo coração e pelo espírito, e a ação do sistema corpo/mente. Se a intenção é desinteressada, não existe motivo para preocupação. Seja simplesmente o que você é e faça o que tem de fazer. Você pode salvar a vida de alguém por meio da bondade ou destruir uma relação abusando da bondade. Você pode salvar a vida de alguém por meio da justiça ou matar essa pessoa ao restabelecer a justiça estabelecida. Se uma ação lhe exigir que pise com o pé direito, então a ação com o pé esquerdo trará problemas.

### A Fêmea Mística 素女

O corpo é um campo místico, seja ele masculino ou feminino. Há três áreas representando a fêmea mística. A primeira área é a do períneo, onde é recebida a semente biológica do amor que gera a nova vida. A segunda área está na glândula timo, para receber o amor de luz e o eu perdido. A terceira é a glândula pituitária, que recebe o poder cósmico e a compreensão espiritual.



*Fig. 4.5 O Vale do Poço, as glândulas timo e pituitária formam a Tríade Mística.*

A primeira região exemplifica o estado oceânico, inconsciente e de Vida-morte. Quando o praticante se concentra no ponto de pressão e nos músculos do períneo, ele experimenta a união entre a vagina e o pênis que lhe corresponde. Quanto à praticante do sexo feminino, quando a energia corre diretamente do períneo à vulva e ao clitóris, o calor gerado pela contração colidirá naturalmente com os ovários, transformando internamente os óvulos em substâncias úteis para sustentar-lhe o corpo.

Com respeito ao homem, todos os músculos ao redor do ponto de pressão do períneo devem estar abertos e em estado de relaxamento. Músculos contraídos e apertados indicam todo o tipo de problemas crônicos, por exemplo, dor na base das costas, ciática, ejaculação precoce, impotência, medo, baixa auto-estima e mau desempenho mental. Mais importante ainda, a baixa energia sexual resultará em mau funcionamento mental e vice-versa.

A segunda área, para abrir o portão do amor incondicional e desinteressado, fica na glândula timo. Quando a glândula timo é deficiente, revela as características de egoísmo, discriminação e egolatria. Quando unificada com o amor perdido, essa glândula torna-se o recipiente sagrado, no qual se manifesta um amor conscientemente desinteressado e feliz. Quem não se unificou com o amor perdido, se tornará o perdedor em uma relação amorosa, independentemente da história passada. Toda relação a longo prazo requer sacrifício constante, que em troca dá oportunidade para a

liberação e o crescimento. A união, tanto biológica quanto espiritual, é uma falsa promessa subjacente a um bloqueio kármico entre os dois e uma oportunidade para transformá-lo. Nenhum parceiro pode viver o que o outro deve viver e nenhuma alma esperançosa pode satisfazer a outra alma perdida. Terminar uma relação antes de transformar o bloqueio kármico traz o desastre ao eu e à relação corrente. Uma promessa, em si mesma, demonstra uma falta exata de amor-próprio e confiança. O espírito não tem nenhuma razão para prometer nada. A união suprema — espírito e amor — não pode viver no elevado padrão da promessa pessoal e de um juramento.

Na terceira área, a experiência mais recompensadora é despertar o inconsciente que é armazenado na área abdominal e o amor emocional que reside no peito. Isso pode acontecer quando a mente ativa é acalmada e a glândula pituitária está tranqüila enquanto as suas funções de condução dos hormônios estão equilibradas e reduzidas ao mínimo. Em condições uniformes de meditação em câmara escura (como em uma caverna na montanha), esse efeito sutil desejável é especialmente profundo quando a glândula pineal torna-se o centro energético — o processo biológico inteiro da vida é alterado. A relação de tríade entre espírito, amor e glândula pineal cria o melhor casamento na terra e no céu: a unidade.

### **A Natureza e o Aperfeiçoamento da Unidade Psicoespiritual**

A época do ano não importa, contanto que possamos reunir energia do mundo exterior. Se somos capazes de saber, não temos nenhuma necessidade de nos proteger. Quando estamos unidos com a Unidade, não é necessário nomeá-la. Se a chamamos Deus, Brama, Alá, Nirvana, o Supremo, Tao ou “o que quer que seja” é indiferente. Essa é a natureza da Unidade psicoespiritual conforme é experimentada e abraçada por todos os indivíduos iluminados, desde o tempo dos fundadores religiosos mais antigos até os confins do futuro ignoto. Eles não têm nenhuma necessidade de ser abraçados ou venerados. Eles só se preocupam com o seu potencial de comunhão com o Tao, não com as nossas expectativas, convicções e valores. Eles nos examinam com uma compreensão sutil, não oferecendo nenhuma resposta à nossa mente exigente e aos nossos corpos adornados. Eles estão tão imersos em permanecer nesse estado que o valorizam mais do que à própria vida. Tudo o que eles requerem de nós é a nossa disposição.

O que temos de saber e entender antes de mais nada é a exigência do pré-requisito de compromisso total à ligação entre eles e nós. Os seres iluminados são as imagens, as figuras e as luzes vistas pelo nosso espírito

imaginado. Eles podem transformar um determinado poder dentro de nós, mas não manter o nosso corpo físico. Nem podemos depender completamente deles. Temos de nos alimentar, o que envolve a reunião do Chi e o nosso aperfeiçoamento. Nunca pense que, porque acreditamos neles, eles nos darão tudo o que precisamos. Saiba que a nossa mente egóica não agradará a eles. Não há nenhuma evidência de que qualquer fundador religioso ou pessoa espiritualmente iluminada não tenha precisado primeiro vivenciar o seu processo biofisiológico do nascimento até a morte. O que lutamos para aprender hoje é como integrar as experiências de vida e os ensinamentos fundamentais deles à nossa prática diária. Um sábio, um verdadeiro médico espiritual, pode nos ajudar a abrir a porta do âmago maravilhoso dos nossos desejos, mas para fazê-lo temos de nos render à nossa verdadeira natureza — o nosso eu completo —, à liberdade absoluta e à espontaneidade criativa.

A prática religiosa é em parte uma ramificação cultural; as convicções religiosas são idéias culturalmente definidas. Em termos taoístas, a meta de entrar no Tao é ser Um com o Tao. Determinadas práticas culturais úteis são a cura xamânica e o aconselhamento do *I Ching*. Os mais eficazes desses auxílios culturais são o Tao e yin/yang, mas eles nem estão concluídos culturalmente nem limitados dentro da própria estrutura cultural. Viver além da cultura e do eu é o modelo ideal de aperfeiçoamento taoísta para a Unidade psicoespiritual.

Historicamente, os nossos antepassados viveram com apenas uma única conexão, uma fé e uma crença. A conexão é entre o eu e o universo, a fé é entre o eu e Deus, e a crença é o conhecimento espiritual puro e a prática mental consciente. Uma vez que temos a conexão entre os nossos pais biológicos e o pai espiritual, temos crenças mais detalhadas do que a fé e técnicas mais mecânicas do que as crenças. Mudamos das margens do rio para as praias do oceano e passamos de uma conexão espiritual para a imaginação científica. A nossa água primaveril é hoje uma bebida misturada, a crença espiritual tornou-se um paradigma científico e a conexão mental resultou numa operação mecânica. Há mais poluição que natureza intata. Há mais atividades — uma mistura de bom e ruim — do que atos conscientes puros e ações virtuosas.

A maior tarefa do aperfeiçoamento é a reparação dessa realidade. Ela pode ser realizada focalizando-se internamente onde a intenção e a consciência perceptiva tornam-se etapas de orientação totalmente interativas. Quando as funções orgânicas são centralizadas e as suas aparências orgânicas fundem-se com a luz universal, os “olhos” vêm naturalmente as cores orgânicas internas, o seu funcionamento metabólico, as experiências passadas e os eventos futuros. As “orelhas” ouvem as atividades vibratórias dos fenômenos naturais. A mente recupera a capacidade do seu *shen* de saber pela unificação de *hun* e *po*, assim como a redução das

exigências de *xin* e o desejo de *po*. O trabalho árduo pela continuação da existência é substituído pela prática da meditação. O estado consciente de vigília e o estado de sonho noturno se fundem em um. A vida sexual é equilibrada internamente e neutralizada. O nome e a fama expandem-se na imagem da atividade universal. A possessão e a obsessão transformam-se em bondade, atenção e doação. A experiência fora-do-corpo, a experiência no limiar da morte, as percepções extra-sensoriais, sendo uma coisa só com o universo, a obstrução do tempo, e sendo finalmente Um com Deus, são as principais experiências acumuladas.

### Três Unidades

Há três tipos de reuniões na experiência da vida. Elas são as seguintes: a união biofísica, a ligação ideal e a reunião espiritual geralmente chamada “união com Deus”. A união biofísica é a conexão do Chi dos rins yin e yang. O clímax é sua experiência de ponta, seguida pelos produtos da descendência. A ligação ideal é a comunicação mental entre o tipo yin de *hun* humano e o tipo yang do mecanismo universal. A experiência de ponta são a perspicácia e a clareza mental acabada. Os produtos são as idéias, pensamentos e todos os produtos manifestados que tratam da compreensão da natureza e da evolução da civilização. A união espiritual é a conexão entre a pura força corporal yang e a força yang divina. A experiência de ponta é a felicidade. Os produtos são as pessoas puras ou os filhos de Deus.

Entre esses três, a primeira reunião é a de um par terrestre. Embora ambos desfrutem do processo e experimentem a Unidade, o ato é uma troca simultânea entre a morte e o nascimento. A Unidade é a reunião das duas entidades difundidas, separadas e manifestas de yin e yang, de masculino e feminino, de *anima* e *animus*. Ela é originalmente, em si mesma, a Unidade completa, que também é três.

Como acontece na ligação ideal, o lado subjetivo é a conexão interna pura entre o lampejo mental e a luz, o eu e o pensamento, a perspicácia e a experiência, a consciência espiritual de *hun* e a consciência pura de *shen*, a idéia e a realidade, e a realidade e a eternidade. Depois que esses temas são transformados em cartas e números, ferramentas e máquinas, o seu resultado final é totalmente distinto da sua forma original. O processo é contínuo desde a identidade individual até a prática profissional, da autodescoberta à justificação social, da compreensão interior à culturalização. A dualidade existe entre a voz e a ordem, a consciência e a justiça, a conveniência e a prática.

É essa ação individual e o processo cultural que dão origem às invenções, que se tornam altamente estimadas e valiosas, mas que só servem

para tornar a nossa vida mais infeliz. Na vida, deparamo-nos com inúmeras escolhas, mas elas são todas baseadas nos pais que escolhemos. Na sociedade, podemos desfrutar a liberdade, mas talvez não a sua prática cultural. No governo, falamos com franqueza em relação às nossas opiniões pessoais, mas temos pouco a dizer sobre as suas estruturas políticas. No culto, podemos nos encantar com experiências esotéricas, mas não podemos desafiar nenhuma crença religiosa abertamente. Poderíamos culpar os nossos pais pelas nossas imperfeições da mesma maneira que poderíamos culpar a sociedade por impor as suas práticas culturais padronizadas mas limitadas, as quais baseiam-se na criatividade mental, na descoberta, na legislatura e na sanção um pouco restritas.

É por isso que o aperfeiçoamento taoísta ainda abre outra porta, uma estrada nova para os que estão infelizes com as restrições herdadas dos pais e da sociedade, para os que desejam ser eles mesmos. Ser taoísta é ter a menor mente possível, fazer o menor número possível de escolhas e desfrutar da maior liberdade possível. A única escolha a ser feita é seguir as pegadas do sábio, indo para trás, e ser Um com o Tao. Essa não é outra regra obrigatória; é reverter à natureza original unificada, onde espera-se que estejamos. A vida de um sábio não cria nenhuma ramificação social, uma vez que ele vive além da qualificação social e da limitação cultural. É por isso que ser Um com o Tao significa abandonar a mente egoísta e a cultura autocensurada.

## O Poder de Manter a Unidade

Seguir em frente é ter a experiência verdadeira da transformação psicoespiritual. Sem essa valiosa experiência a transformação parecerá um texto fictício. Ela será interpretada do ponto de vista dos estudos liberais e os textos serão tratados como os pensamentos criativos do escritor e não como uma experiência verdadeira e terrestre. Claro que ainda se poderia sustentar que essa visualização é como um instrumento tanto para a redação criativa quanto para a prática da meditação. Sem nenhuma experiência prática, seria uma tarefa difícil diferenciar entre o texto dos resultados fenomenológicos da meditação e a literatura encarada como enredos fictícios. De maneira geral, a maioria das pessoas gosta de ler ficção em vez de material religioso ou meditativo.

A principal diferença entre as pessoas que praticam a meditação e os escritores é que as pessoas que praticam a meditação não têm nenhuma necessidade de registrar a experiência como tem sido feito tradicionalmente em todas as religiões esotéricas. Jesus, um dos melhores meditadores da história do mundo, não deixou nada escrito por si mesmo. O propósito

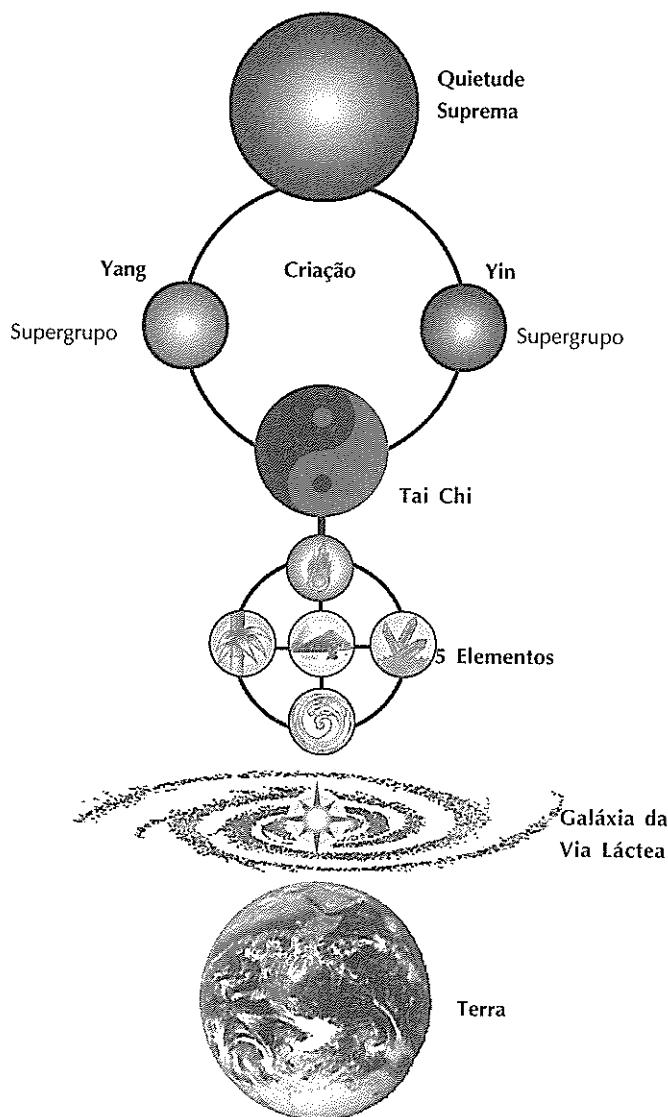
de escrever não tem a ver tanto com a importância do material em si quanto com a preservação e transmissão da tradição. Para os que o fazem, escrever é o seu meio de vida. Se os textos não são publicados, encenados ou produzidos para a televisão ou o cinema, eles não têm uma profissão.

Outra consideração é que algumas pessoas que praticam a meditação podem ser escritores e alguns escritores podem ser meditadores. Entretanto, nem todos os meditadores são escritores e nem todos os escritores são meditadores. O bom meditador não tem nenhuma necessidade de escrever, uma vez que a meditação não se baseia na habilidade linguística e nas técnicas de redação. Tudo o que é preciso é um bom coração e uma fé desinteressada acompanhados pela prática diligente. O coração leva a fé para a prática diligente. Em contraste, um bom escritor deveria ser um bom meditador. Está na prática da meditação que o pensamento venha à tona, que seja assegurada a qualidade e que a mente possa expressar o significado das palavras. As experiências de meditação baseiam-se apenas na preservação criteriosa da Unidade retida.

## Unidade — O Filho do Tao

A unidade é o primeiro e o mais velho filho gerado pelo Tao. Existindo dentro dessa unidade estão as forças co-dependentes, coexistentes e co-encorajadoras dos dois. Esse dois são a harmonia de yin e yang. Quando yin e yang se unem, combinando as suas forças opostas, produz-se o três — o filho de todos os filhos, a cópia de todas as cópias e a semente da miríade de coisas do mundo. Esse é o processo evolutivo definido como *o Tao dá origem a um; um dá origem a dois; dois dá origem a três; três dá origem a todas as coisas*.

Quando o Tao dá a vida, ele se funde, difunde e dissemina na forma de matérias. A função do Tao é a fusão dentro do vazio harmonioso. O papel do Tao é assumido pela Ação (ou o Te virtuoso), uma vez que o Tao se perde na existência harmoniosa de yin e yang. Pela bondade, a gentileza e o alimento da ação pela Fêmea Mística ou Mãe Divina, a matéria adquire existência. Essa matéria é a semente de todas as matérias. É o mecanismo que gera e regenera todas as matérias existentes. A matéria é a forma do mundo, enquanto o mecanismo é o funcionamento do mundo. Na nossa linguagem cotidiana da existência encontra-se o mecanismo da mente; cozinar é o mecanismo do estômago; os livros são o mecanismo do erudito. As palavras e as idéias são o mecanismo da inteligência, as máquinas são o mecanismo da ciência, o cirurgião é o mecanismo de reconstituição corporal, a desvinculação é o mecanismo de uma mente saudável e a ilu-



*Fig. 4.6 Wu Chi — O Universo.*

minação é o mecanismo da revelação espiritual. Principalmente, o sexo é o mecanismo da vida e da morte.

Dos primórdios iniciais da nossa forma humana, o mecanismo original foi o único, puro, primário, primordial e iluminador Chi yang: a semente com o potencial da difusão em dois. Essa semente carrega também o potencial da coexistência de Pai-Mãe ou Progenitor-Progenitora. A força amo-

rosa de Chi os atrai para uma união temporal, gerando assim o trê: a origem do nosso eu biológico. A mitologia chinesa nos conta que os seres humanos existem desde que a Mãe terrestre recebeu Chi, a energia sexual de Deus da luz reveladora e cósmica. No seu interior, ela sentiu um orgasmo repentino completo (sexual, emocional, intelectual e espiritual). Os seus dois filhos, o irmão/marido Fuxi e a irmã/esposa Nuwa, tornaram-se os antepassados conhecidos. Nuwa estabeleceu a primeira lei na China, impedindo a prática da união entre irmãos, como resultado da sua experiência trágica. Fuxi foi o inventor dos métodos de adoração e de prestação de contas, assim como da compreensão dos Oito Diagramas. Ele ensinou aos seus filhos como pescar e caçar.

O tabu incestuoso entre irmãos é a revelação mais proibitiva do nosso segredo comum: somos todos irmãos e irmãs. Os nossos pais, assim como os nossos avós, eram irmãos e irmãs. Por isso toda atividade sexual é pecaminosa do ponto de vista religioso. Ele esclarece por que, geração após geração, temos constante e continuamente procurado, tentando nos unificar, e ainda assim, constante e tristemente, falhamos. O Eu separado e perdido abre os seus braços, convidando-nos sempre para o seu abraço, sempre evasivo e finalmente rejeitado. Ele não está ao nosso alcance. *O mecanismo sagrado do mundo não pode ser manipulado. Os que o manipulam fraccassarão, os que se prendem a ele irão perdê-lo.*

A verdade oculta é que todos temos o eu masculino e o feminino dentro de nós: a fraternidade e a irmandade dos nossos antepassados biológicos. Estamos tão sós quanto a viúva e o órfão desamparados. A viúva é nossa Grande Mãe e o órfão é o seu filho, que não recebe cuidados nem atenção do seu Pai divino. *Mas os senhores e os governantes nomeiam-se como tais.* Todo aquele que é coroado torna-se o último órfão da terra e daquele país, uma vez que ninguém mais pode sentar no seu trono e nenhuma outra pessoa pode falar por ele: só Deus. Ele fala às pessoas em nome do nosso criador, Deus. Esse trono é a última prisão da terra, mais solitária do que o espírito. O sábio nunca ocupará o palácio; ele jamais poderia ser feliz, nem mesmo poderia existir em tal posição auto-reprimida.

## O Resultado do Aperfeiçoamento

Lao Tzu expressou-se de maneira detalhada e poética sobre a natureza e a história de atingir e preservar a Unidade. Ele resume as vidas daqueles que no passado atingiram a Unidade por fenômenos naturais da experiência humana. As palavras que ele usa para defini-lo são: *Ao atingir a Unidade, o céu clareia. Ao atingir a Unidade, a terra fica em paz. Ao atingir a Unidade, o espírito é estimulado. Ao atingir a Unidade, o vale se torna abundante. Ao atingir*

*a Unidade, o rei põe ordem no mundo inteiro. Tudo isso resulta da Unidade. Sem a sua claridade, o céu é capaz de explodir. Sem a sua paz, a terra é capaz de estourar. Sem o seu estímulo, o espírito é capaz de desaparecer. Sem a sua abundância, os vales são capazes de secar. Sem a estima adequada, o rei é capaz de cair. A estima está arraigada no humilde. O de cima tem os seus fundamentos no de baixo. É por isso que os senhores e governantes se acham viúvas e órfãos desamparados. Não está aí a raiz de ser humilde? Muito elogio resulta em elogio nenhum. Sem preferência, o Ser é tão ressonante quanto o Jade e tão grave quanto a pedra. Ceder, mas sem perder a integridade. Nas profundezas do turbilhão, existe quietude. O vazio possibilita a abundância. O velho abre caminho para o novo. O pequeno permite o aumento. O excesso cria a confusão.*

A qualidade e o significado da vida estão contidos no Um. Conforme os chineses o definiram filosoficamente: um é tudo e tudo é um. Temos uma vida para viver na Terra neste momento, sem levar em conta a história do nosso passado ou a esperança em relação ao futuro. Se a desperdiçarmos ou destruirmos, não haverá outra oportunidade nesta vida. A vida é considerada um assunto muito sério. Se não nos abrirmos a essa verdade solene, perderemos o nosso espírito-eu na espiral descendente para o nosso último destino: a morte. Lao Tzu concluiu sabiamente que *o motivo pelo qual o povo não leva a morte a sério é porque preocupa-se com as obrigações da vida.*

## Capítulo V

# O Mundo do Sábio



## O que é um Sábio?



Historicamente, o sábio ocupa a mais elevada posição intelectual conhecida para um homem, possuindo a mais profunda responsabilidade moral enquanto abriga a menor objeção material. Uma figura solitária, ele ocupa a posição intermediária entre a Verdade e o conhecimento, transforma-se de sábio em sagrado, evolui da vida cíclica para o vazio eterno. Ele é considerado como uma figura masculina lendária, só interessado em sustentar a pureza e a perfeição do Chi yang: a energia celestial. Ele desdenha a visão firmemente implantada e preconceituosa adotada pelas massas. Nós consideramos o sábio como a culminação da sabedoria e da imortalidade. Pela compreensão que ele nos passa, somos capazes de julgar as decisões humanas em face de Deus. Tomamos consciência, na nossa existência terrestre, da linha definida entre espíritos celestiais e as almas terrestres. Por causa dele, podemos nos elevar acima das nossas circunstâncias nesta vida humana; eles não são nada, renunciando a tudo pelo sonho de uma vida celestial.

Nesse contexto, o pensamento chinês considera o sábio como a pessoa mais venerável entre o céu e a terra, o Modelo Ideal para um ser humano emular. A alquimia interior taoísta não nos pode ensinar “o que” é um

taoísta, mas abre a mente para muitas “maneiras” de tornar-se um taoísta, como nos informaram os próprios sábios. Desde as histórias lendárias do nascimento dos primeiros seres humanos até a da posição mais elevada do país — o primeiro imperador (Chin-Shi-Huang-Di 259—210 a.C.) — nunca houve outra fonte individual. O sábio fala no tom exaltado de Deus, age em nome da vontade de Deus e representa o filho mais favorecido de Deus. O taoísmo é, no máximo, uma religião nativa mas não nacional. Da ligação ideal entre o homem e o céu até a prática realística entre o poder do ego e a liberdade da mente, nunca houve uma religião nacional, dogmática e institucional na cultura chinesa. Controlados pelo poder político e pela prática ética confuciana, os chineses tiveram negada a liberdade de ação mas sempre empregaram a liberdade da mente espiritual.

No livro *Tao Te King*, o termo “sábio” é o mais freqüentemente usado, aparecendo em 21 capítulos. Nesses capítulos, Lao Tzu retrata o sábio que caminha pela vida humana de acordo com a sabedoria. Ele atribui maior ênfase à importância de ser um sábio do que ao significado de *ouvir falar do Tao*. O sábio é uma pessoa que pratica a meditação e dominou o método de aperfeiçoamento do corpo/mente como um bebê recém-nascido. Ele é um portador da bondade cuja nutrição moral é utilizada no coração das pessoas mas não claramente entendida pela mente delas. Ele é um governante do mundo cuja conduta transmite um estado de ser, cuja postura é humilde e cujo método é a simplicidade absoluta. O mecanismo do intelecto é elevado a um mecanismo de manifestação universal. O intelecto é sábio quando não há nenhum desejo na mente; quando capturado pelas exigências, ele se torna astucioso. O próprio ato em si é bondoso quando não há nenhuma competição; quando procura a perfeição, ele se torna possessivo. Assim, quando Lao Tzu representa o sábio, ele emprega as características de “sabedor”, “bondoso” e “Wu Wei”, que são definições intercambiáveis no retrato do sábio por parte dele.

Lao Tzu chama-se de sábio. Por exemplo, o método da sua prática de aperfeiçoamento descrito como *esvaziar a mente, vitalizar o estômago, abrandar a vontade, fortalecer o caráter* é rotulado como *os métodos de governo do sábio*. As expressões a seguir são outros exemplos:

1. *O sábio se preocupa com a barriga, não com os olhos.*
2. *O sábio usa roupas surradas, mas guarda um tesouro dentro de si.*
3. *O sábio guarda a unidade como o pastor do mundo.*
4. *Portanto, o sábio diz: Quando permaneço inativo, o povo se transforma. Quando me mantendo em quietude, o povo se organiza legalmente. Quando sou descomprometido, o povo enriquece. Quando decido não desejar, o povo permanece simples.*

Ser um sábio e viver uma vida de sábio não é fácil nem impossível. É uma vida destituída de desejo, ambição, nome, competição, riqueza e posses. O sábio guarda um nome maravilhoso chamado imortalidade, um atributo que não pode ser definido social e culturalmente. Alcançar a imortalidade é eclipsar o próprio ego. Exercitar só a conduta certa da fala e da ação, não fazer nem mais nem menos do que é necessário. É agir no momento certo com a pessoa certa, dentro do espaço certo, sem expressar nenhuma explicação pessoal nem propaganda de si mesmo. A voz é o veículo complementar da ação; o Tao é transformado no virtuoso Te de bondade. O termo “taoísta” pode ser interpretado como “obscuro”, “abstrato”, “ético” e “forte”, mas o comportamento do sábio ilumina o Tao como algo vivo, ativo e realizable.

## A Condição Física do Sábio

Sábio é a *persona* individual, coletiva e universal sob a qual a trilogia do Tao, o significado da ação e o papel de ser humano são incorporados e caracterizados uniformemente. Num exame do resultado prático do aperfeiçoamento, vemos que o corpo do sábio é um corpo de Chi androgino. Com essa capacidade invisível, o corpo do sábio vive em comunhão com a mente, não é um fardo de percepção e energia limitadas. Por causa dessa infusão total, o corpo do sábio é um amigo da vida, não um objeto a ser exibido. Com sua capacidade sem igual para rejuvenescer, o corpo do sábio é um útero para produzir um bebê como um eu, não um tesouro a ser preservado. A sua perfeição e singularidade servem como um campo cinábrico para desenvolver o eu-como-Deus, mas não um elixir dourado a ser guardado e acumulado. Conforme Lao Tzu continua expondo: *Relaxando o corpo, o corpo vem para a frente. Além do corpo, o corpo vem para a frente. Além do corpo, o corpo existe por si mesmo. Nem mesmo contar com a abnegação permite ao eu ser satisfeito.*

A definição de relaxamento é comparável à idéia budista de prontidão: sem doença, sem frustração, sem repressão e sem expectativa. É o significado global da presença. “Vir para a frente” não significa que o papel de vigia seja afastado da mente, permitindo ao corpo vagar sem direção, correndo apressadamente para a beira de um precipício, nem é esperar que o corpo enfrente riscos sem ajuda. “Vir para a frente” é permitir que o corpo contorne a estimativa e a expectativa mentais, sendo livre para seguir no seu próprio ritmo, a seu próprio passo, medir-se pela sua própria força e no seu próprio tempo. Assim, a mente vai além do corpo, ainda que a quietude interna o mantenha a distância.

*Quando o corpo vem para a frente pelos seus próprios meios, os insetos peçonhentos e as cobras venenosas não o picam. Os pássaros predadores e animais ferozes não o alcançam. Os seus ossos são macios e os seus tendões flexíveis, mas o seu aperto é firme; sem conhecer a união de macho e fêmea, os seus órgãos despertam. A sua essência vital é precisa; chorando o dia todo, a sua voz nunca fica rouca. A sua harmonia é precisa. O local central e essencial chega no momento certo e no ambiente certo, comprometido com a conduta corporal correta. É por isso que a mente deve ser removida, relaxada e reposta. A estimulação dos órgãos fornece o poder de discernimento deliberado para prender a atenção central e expressar a vibração orgânica harmoniosa. A suavidade cria o espaço da firmeza, enquanto o aterrramento gera o poder dirigido e o choro nostálgico é a voz das almas moderadas.*

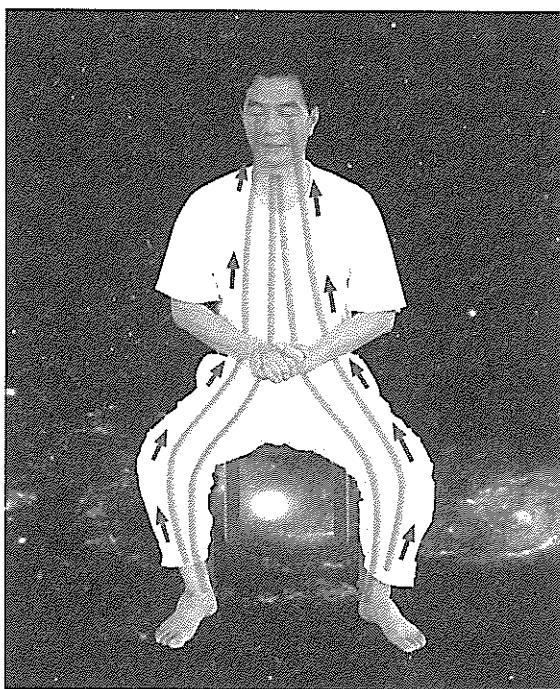
*Porque o sábio avalia o mundo como faz com o corpo, ele pode ter confiança no mundo. Porque ele ama o corpo como ama a beleza do mundo, pode ser responsável pelo mundo. Enquanto a força, a vontade e a harmonia são alcançadas, o valor do corpo é exposto; o significado do país é revelado na sua beleza: o tesouro do vaso sagrado. O sábio, com a sua força oculta e o seu valor intrínseco, agüenta a desgraça do país e torna-se o governante do país. Com graça e beleza, o sábio agüenta o infortúnio do mundo e é o governante do mundo.*

## Sobre a Água

Quatro meridianos no sistema chinês estão relacionados apenas com o fluxo de água para dentro e para fora do corpo/mente. Eles são: o meridiano da bexiga, o meridiano do cinturão, os meridianos *chiao* yin e *wei* yin. Os meridianos *ren*, dos rins e empurrador também estão intimamente relacionados à função da água.

No método de cura taoísta, o primeiro passo é reabrir e rejuvenescer os meridianos empurrador e do cinturão. Eles são o primeiro conjunto de Kan (água) e Li (fogo): sem água, sem o fluido dos rins e o fluxo corporal; sem fogo, sem o poder supra-renal e a capacidade intelectual.

O passo seguinte é abrir os meridianos *chiao* yin e *wei* yin. O caractere chinês para *chiao* significa “salto”, “pulo” ou “ginga”, enquanto *wei* significa “cercar”, “ircular” ou “reunir”. Esses dois meridianos estão comprometidos com a função da água vital desde as plantas, frutas e árvores, até os animais, seres humanos e espíritos cósmicos da terra. Nas plantas e árvores eles começam na raiz. Então sobem internamente pelo tronco para se manifestar como flores e frutos. No corpo humano, esses dois meridianos partem da região interna do tornozelo e da canela, subindo por dentro das pernas e à frente do corpo. Através do pescoço, *wei* permanece dentro da

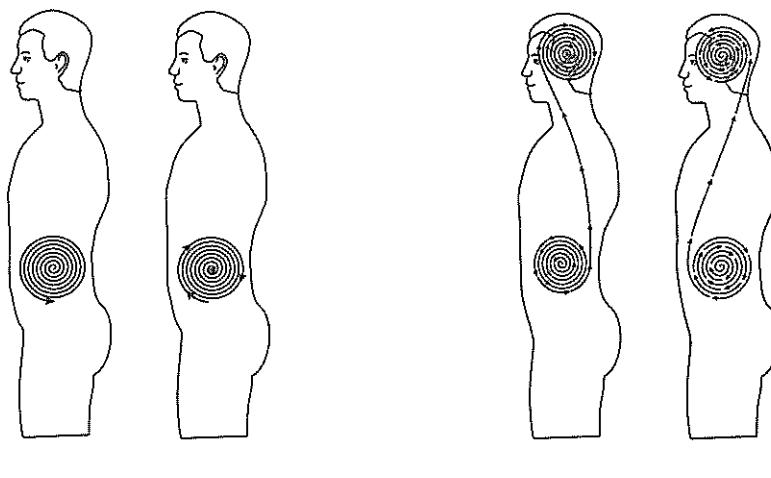


*Fig. 5.1 Meditando para ativar os meridianos wei (linhas internas) e chiao (linhas externas).*

tireóide e das glândulas paratireóides, enquanto *chiao* segue para os olhos. Cada lateral do corpo contém um conjunto completo desses meridianos.

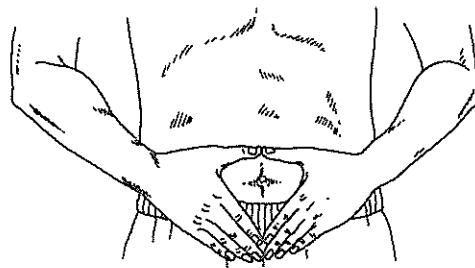
### **Exercícios com os Quatro Meridianos:**

1. Coloque ambas as mãos com as palmas para dentro em contato com o umbigo. Visualize um pequeno ponto branco no meio da região abdominal.
2. Mentalmente, gire esse pequeno ponto branco para a frente e para baixo, depois para trás e para cima, no ritmo da respiração. Inale, visualizando esse ponto indo para a frente e para baixo, e exale, imaginando-o indo para trás e para cima até formar o mais diminuto círculo. Continue essa prática, permitindo que o círculo torne-se um pouco maior a cada vez. Ele irá literalmente atrair o Chi dos testículos/ovários para cima, em direção ao peito, quando a contagem atingir 49.
3. Pare por um instante para sentir o calor e o aquecimento nas regiões abdominal e do peito.
4. Faça o exercício anterior no sentido inverso. Inale, visualize o conjunto energético em movimento desde o plano maior e descendo. Exale e move-o para cima. Depois de 49 vezes, voltar ao ponto branco original.



*Fig. 5.2 Fazendo circular a água oceânica interior.*

5. Agora, sinta a mudança energética que acontece no corpo. Então inale, aperte as mãos espalmadas contra a parte da frente da região abdominal. Sinta a ligação da união dianteira com a traseira.
6. Prenda o fôlego e sinta a intensidade da pressão do ar ou o calor, o aquecimento ou a sensação que aparecer.
7. Quando não conseguir mais manter o fôlego preso, exale e deixe escapar a pressão de dentro do abdome.
8. Pratique os pontos 5, 6 e 7 até sentir o calor e o vapor literalmente fundirem-se ao corpo.

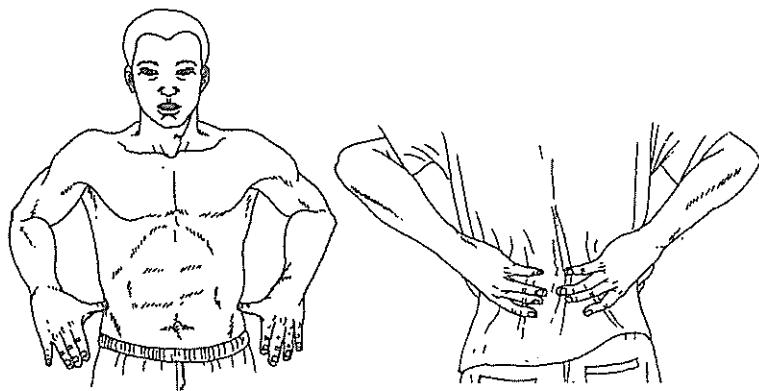


*Fig. 5.3 Condensando o Chi com as mãos.*

9. Abra as mãos. Inale, movendo suavemente o calor ao redor do meridiano do cinturão e cruzando o osso pélvico. Exale e coloque os polegares

tocando-se na extremidade dos ossos pélvicos (ilíacos) dos dois lados. Una as mãos com quatro dedos de cada lado.

10. Sinta a energia circular por algum tempo antes de retornar com as mãos para a área do umbigo. Recomece o exercício até sentir a energia circulando uniformemente na área abdominal inteira.



*Fig. 5.4 Fazendo o Chi circular pelo meridiano do cinturão.*

11. Abra as mãos com as palmas voltadas para o chão. Envie o Chi das palmas até os pés. Inale, recolha a energia para cima e para dentro na área do meridiano do cinturão. Exale, sinta a circulação interior.
12. Quando você tiver energia suficiente surgindo acima do meridiano do cinturão, essa energia irá se mover naturalmente mais para o peito e



*Fig. 5.5 Fazendo circular o Chi entre o céu e a terra.*

- para a região do cérebro. O ponto mais alto em que as mãos se encontram deve ser paralelo aos olhos.
13. Quando o corpo estiver literalmente “cozido”, vire as palmas das mãos para o céu. Isso esfriará tudo abaixo de uma só vez.
  14. Massageie a área que desejar do corpo/mente.

## A Condição Mental do Sábio

A descrição da inteligência do sábio pode tornar-se extremamente prolixa. Uma pequena amostra de como o sábio poderia ser: simples, limpo e puro, penetrante, adaptável, flexível, cuidadoso, sério, bondoso, fiel, engenho-so, experiente, não julgador, não competitivo, satisfeito, consciente, reali-zado e discreto. Ele também tem o benefício de ser velho e ter se retirado fisicamente da ação desejável. Em chinês, isso pode ser resumido como embutido em quatro agrupamentos — *Wu Wei*, *Wu Zheng*, *Shan* e *Xian* — traduzidos como “não-desejo” ou “não-ação”, “não-competição”, “bonda-de” e “sabedoria”. Analisaremos todos eles, um por um.

*Wu Wei* 無 为

*Wu Wei* é uma expressão conceitual na filosofia taoísta, muito próxima da noção de “ser” na filosofia ocidental. Pela combinação do caractere *wu* de “nenhum” ou “não” e o caractere *wei* de “agir” ou “tornar-se”, a expressão pode ser traduzida como “inação”, “não-ação”, “inativo”, “não agir”, “não-fazer” ou “sem ação”, dependendo do que for mais conveniente nas cir-cunstâncias. *Wu Wei* não sugere “disposto”, “sem movimento”, “entorpe-cido” e “sem fazer nada”. Nem significa “não comprometer a ação” ou “não ser atento”. O significado essencial é “não agir desejavelmente”, “não se comprometer egoisticamente” e “não ficar possessivo”. Seu sentido prin-cipal é o uso da ação psicológica sobre a especulação filosófica; inclinando-se mais para o compromisso consciente que para a projeção racional; refle-tindo a ação espontânea em vez do envolvimento mecanicista.

Por viver comprometido com a inação e pregar a doutrina silenciosa, Lao Tzu descobriu que *a miríade de criaturas age sem princípio, nutre sem possuir, com-promete-se sem reivindicar crédito*. Na vida comum, somos instruídos e treinados para projetar um resultado possível antes de entrar em ação, para pre-ver um resultado planejado pela ação do sacrifício emocional guiado pelo ego. Esperamos a aceitação dos valores sociais para uma realizaçāo antes de ela ser alcançada. Mas quando o ego encontra-se em remissão a mente faz sem fazer, ocupa-se de não-negócios e saboreia o não-sabor. Quando o eu está

ativo, feito o trabalho, o corpo se retira; esse é o Tao do céu. Como o Tao a tudo penetra, ele opera tanto na esquerda quanto na direita. O sucesso é consequente a todos os negócios. Ele não proclama a própria existência. Todas as coisas retornam. Ainda assim, não há nenhuma reivindicação de posse, portanto ele nunca deseja nada. Isso pode ser chamado de pequeno. Isso ocorre porque a mente pode buscar o que é difícil com facilidade, efetuar o que é grande enquanto é pequeno. A partir da observação natural, Lao Tzu percebeu que as coisas mais difíceis do mundo são feitas enquanto são fáceis. As maiores coisas do mundo são feitas enquanto são pequenas, uma vez que o que é fácil necessariamente requer dificuldade. Assim o sábio, por tentativas radicais, não encontra nenhuma dificuldade.

Todas as coisas retornam, ainda assim, não há nenhuma reivindicação de posse, isso pode ser chamado de grande. É o cumprimento sem a reivindicação de crédito que torna o resultado auto-sustentado. A idéia é essencialmente dar-se conta da diferença inegável entre um negócio realizado chamado sucesso e um resultado desejável denominado sucesso. O sábio realiza a grandeza não planejando uma coisa grande e não agindo com grandeza; como resultado, ele realiza o que é grande. Pela não-ação, o sábio não fracassa. Não se prendendo, ele não perde.

O resultado do aperfeiçoamento vivido por Lao Tzu é que quando permaneço “inativo”, o povo se transforma. Quando eu me mantendo em quietude, o povo se organiza legalmente. Quando sou descomprometido, o povo enriquece. Quando decido não desejar, o povo permanece simples. A palavra “eu” representa a entidade espiritual pura e a palavra “povo” abrange o ato combinado da necessidade corporal de *po* e a atividade consciente de *hun*. A afirmação de Lao Tzu pode ser interpretada assim: quando o eu está *inativo*, o corpo se transforma; quando o eu mantém-se em quietude, o corpo se organiza; quando o eu está descomprometido, o corpo enriquece; quando o eu escolhe o não-desejo, o corpo permanece simples. Porque ele libertou a própria mente das trevas, *hun* é impedido de cumprir o seu papel. *Shen* recupera a consciência, a clareza e a expressividade próprias; *po* já não é obrigado a fornecer possessivamente a demanda de energia para a “alvura” dos ossos do corpo e a gordura. O desejo e a demanda desaparecem naturalmente.

## Wu Zheng 無爭

O caractere *zheng* significa muito mais do que “esforçar-se” ou “competir” como é exigido do ego. Ele representa a confusão mental e o desafio intelectual como “disputar”, “discutir” ou “debater”. O significado de *wu zheng* é “não se esforçar pelo que está além do eu e não procurar o que não pertence ao eu”. As pessoas são inclinadas a projetar uma atitude negativa em relação ao significado transliteral de “não-competição”. O termo “não-competição” representa uma pessoa dividida entre dois extremos: ser mag-

nântimo, excessivamente generoso e acomodado demais, ou reciprocamente ser resignado demais, retraído, vulnerável, mole e fraco. A pessoa também poderia ser alguém carente de confiança, de amor-próprio, sem capacidade de proteger o eu e incapaz de apresentar restrições. Esse é o modelo do quietismo e do passivismo, mas distinto da natureza do Tao. Não é o ato da água, nem a expressão completa de *wu zheng*: não ceder nem se render. Tudo merece o que recebe em troca e tudo deve receber a sua parte naturalmente, sem manipulação.

Igualmente, quando o sábio *abandona os extremos, a extravagância, a multiplicidade. Ele deseja não desejar e não valoriza os bens que são difíceis de adquirir. Ele aprende a não aprender e restabelece as perdas da gente comum. Ele é capaz de apoiar a natureza de todas as coisas e, não ousando, impor a ação*. Então qual é o sentido de competir e qual é o propósito da competição?

Nos textos de Mawangdui, a expressão padrão *Wu Zheng*, no Capítulo 8 do Texto A, é *youjing*. No Texto B é *youzheng*. *You* significa “tem” e *jing*, “tranquílio”. Se o segundo caractere é “tranquílio” ou “competição”, o primeiro caractere significa “tem” e não “não tem”. A oração inteira nos textos de Mawangdui pode ser traduzida como *a água é boa ao beneficiar todas as coisas, mas ela é muito competitiva*. Quem pode provar que a água *não compete*; quem há de dizer que a água *não é ativa*? Na história humana, as pessoas têm tentado desesperadamente mas sem sucesso controlar as inundações: a loucura da água apressada. Números incontáveis de vidas, humanas e animais, afogaram-se e obliteraram-se pela fúria das inundações. A água é a matéria mais ativa e poderosa da terra, a própria razão por ela poder reter o seu estado inativo. A aplicação especial é que quando a água *recolhe-se a lugares indesejáveis, a quietude dentro da água abarca e equilibra todas as medidas competitivas, não deixando nada inacabado*. Assim, ela está próxima do Tao.

Como o aperfeiçoamento passa pela última perda, não há negatividade que permaneça como o desejo e o perigo de que a mente seja transformada em consciência sutil. A competição final não será sobre ganhos, sucesso, um nome e posses, mas pela morte deles todos. Quem supera a morte supera a vida, quem vive além da morte vive além da vida. Sustentando a fonte da mãe, o sábio percebe que *desde que exista para os outros, ele tem mais. Desde que ele dê aos outros, ele tem mais*. Assim o Tao do céu beneficia e não prejudica. O Tao do gênero humano existe e não compete. A esse nível, o sábio pode administrar a perda que causa todas as perdas; ele usa toda influência negativa como o tesouro do ensinamento. Assim, ser um bom guerreiro não requer poder. Um bom lutador não tem raiva. Aquele que é bom em superar o inimigo não entra em contato com ele. Aquele que é bom em liderar o povo age com humildade. Isso é chamado Ação de não-competição. Isso é chamado liderar o povo. Isso é chamado o Supremo tão velho quanto o céu.

Shan



No texto do *Tao Te King*, o caractere *shan* é equiparado a “bondoso”, “bom” ou “compaixão”, muito embora o seu significado original em chinês seja simplesmente “bondoso”. Há caracteres que representam “bom” e “compaixão” no idioma chinês, contudo Lao Tzu se esforça para ilustrar plenamente o significado de *shan*. Ele enfatiza que a bondade é a virtude da ação: *o sábio é bondoso com os que são bondosos, ele também é bondoso com os que não são bondosos. É a bondade da Ação em si.* A esse respeito, a bondade da Ação não é julgada pela atividade consciente de *hun*, nem é preferida ou desconsiderada pela expectativa do ego de *po*. A prática da bondade não deveria ser aumentada com a finalidade de ganho pessoal, nem deveria ser omitida caso não haja perspectiva de reconhecimento pessoal ou social. A bondade é a representação do grande mestre Tao.

Ao empregar a bondade o sábio tem a capacidade de ser bom. Por conseguinte, ninguém é deixado de fora e nenhum talento é desperdiçado. Os que são lentos ou fracos são encorajados e apoiados pela bondade, considerando que os que mostram talento e têm rapidez de pensamento se desdobrarão e explorarão todo o seu potencial por meio da bondade. Lao Tzu chama isso de *estar a reboque da iluminação. Pois tudo o que é bom é o professor da pessoa boa. Tudo o que é mau torna-se um recurso para a pessoa boa. Não há necessidade de honrar os professores. Não há necessidade de amar os recursos.* Isso acontece porque yin e yang surgem dessa ação e são gerados por ela. O corpo e a mente são o espelho duplo; a consciência interior e o comportamento exterior vêem-se; o amor e a percepção são a ação dual da unidade. Como resultado, *o sábio habitando lugares bons, procede de boas fontes, provém da boa natureza, exprime-se com boa-fé, governa com boas leis, conduz-se com capacidade, e age no tempo certo. Por esse motivo, não há competição, não há com que se preocupar.*

Empregando a bondade, o sábio age com compaixão (*shan*). *Pela compaixão: luta e vence; defende-se e está seguro. Quando o céu se estabelece, ele sempre confia na compaixão.* Claramente, ele está dizendo que, se o sábio tiver de lutar, não terá nada a temer, nenhuma preocupação. Ele terá de fazer um julgamento cuidadoso e completo dos seus arredores quando se confrontar com o perigo. Ele terá de defender a si e aos outros; não poderá haver nenhum erro de cálculo, nada poderá ser negligenciado. Tudo isso deverá ser protegido e mantido seguro.

Xian 

O termo *xian*, em chinês, é equivalente a sábio/homem santo. Entre todos os idiomas existentes, o caractere chinês para *xian* é talvez a descrição visual mais clara sobre a vida do sábio. Ele é composto pelas pinceladas de “humano” (*ren*) e “montanha” (*shan*). Na estrutura antiga do idioma, a pincelada para humano aparece no alto e a pincelada para montanha, embaixo. Traduz-se como “humano em pé no topo de uma montanha”. A montanha é o local ideal para o homem, para dormir, para meditar ou para ver. Nada na terra é mais alto que uma montanha. Só o vento, as nuvens e uma torre construída pelo homem podem assomar acima do pico de uma montanha. Quando o caractere foi rearranjado mais tarde, a pincelada para “humano” foi colocada do lado esquerdo e a pincelada para “montanha” foi disposta do lado direito. Talvez a mudança tenha sido feita porque simbolizava frio, seco, varrido pelo vento e solitário. Ou, talvez, o imperador tivesse se ressentido por uma forma humana diferente da dele próprio ocupar uma posição mais alta que a sua na terra. Ele ordenou que os lingüistas refizessem o caractere, colocando o propenso sábio situado lado a lado com a montanha. Nessa posição, não se via mais ninguém no alto para ameaçar a imagem dele. O seu prestígio e o seu poder inigualável foram restaurados. O imperador poderia então desfrutar completamente da sua vida familiar e limitar-se a administrar os seus negócios do palácio, reinando supremo.

O buscador da alma, o peregrino viajante, ou qualquer um que se dedique à indagação espiritual prefere morar em uma caverna na montanha a viver numa casa confortável ou num grande palácio. As montanhas são os símbolos da vida na terra. A terra sem montanhas poderia ser comparada a uma mãe sem mamas para alimentar. As montanhas contêm uma vasta quantidade de alimento para a sobrevivência de todas as criaturas terrestres. O fluxo da natureza possibilita a configuração natural da chuva e da neve, a atividade das nuvens e dos ventos, a circulação de ar seco e a umidade da exsudação. Eles se formam no plano e na extensão da latitude, no grau do calor e do frio, nas condições de luz e sombra. Nas mudanças de luz e sombra, nas luzes do sol e da lua, e nos ciclos de verão e inverno, continuamos existindo.

O poder da terra de gerar, desenvolver e transformar reside na imensidão das montanhas. Em contraste, os vales são o descanso do solo, os espaços para os ecos e a fonte do rejuvenescimento. A imagem entre uma montanha e um vale é semelhante às imagens relativas à vida e à morte: macho e fêmea, céu e terra, ser e não-ser. Por causa das montanhas, a força gravitacional gera os ventos e as nuvens, a chuva e a neve, o planalto e a planí-

cie, suprindo as necessidades de todas as criaturas. Assim, as montanhas são os lugares mais sagrados da terra. Na sua atmosfera criadora, a consciência da atmosfera é ampliada e a doença é desintoxicada. Trilhar o caminho torna-se a viagem de retorno; a procura exterior torna-se o abraço interior.



*Fig. 5.6 24º Hexagrama (Retorno).*

O filho retorna à casa, como é expresso no 24º hexagrama. Esse processo de retorno é um processo de unificação, um ato de harmonia, uma restauração da totalidade e uma combinação do céu e da terra. A unidade unificada nunca necessita retornar ao seu estado separado — a estrutura polarizada — mas permanece com o ato harmonioso. Ela demonstra a ação da abnegação, nunca a do egoísmo. Ela não se estende apenas aos pontos mais próximos dentro da dimensão, mas funde-se com o círculo da unidade.

A natureza de *xian* no *Tao Te King* refere-se à sabedoria e à santidade. A capacidade interna do sábio é que ele é sábio por natureza. A sua manifestação intelectual exterior é a sabedoria que ele produz. Ser sábio é uma virtude, ao passo que gerar sabedoria é uma capacidade mental. Ser sábio é ter a capacidade inata, ter sabedoria é adquirir a capacidade de agir, julgar, expressar, demonstrar e produzir a santidade e a obra intelectual. *Só os que não são escravos da vida estão preocupados com o valor da vida.* É assim que o sábio existe sem possuir, realiza sem reter. É assim, sem desejo, que o sábio vê.

Santidade é a Unidade unificada de *shen*: a união de espírito e fantasma. O espírito dá e o fantasma toma; o espírito beneficia e o fantasma prejudica. Lao Tzu ilustra a sabedoria e a bondade que o sábio guarda e abraça dizendo que: *Governar um país grande é como cozinhar um peixe pequeno. Se o Tao for utilizado para conduzir a sociedade, o seu fantasma não se tornará um espírito. Não que o fantasma não seja espiritual, mas o espírito não prejudica ninguém. Não só o espírito não prejudica ninguém, como também o sábio é inofensivo. Como esses dois não causam nenhum dano, eles estão unidos na Ação.*

Esse é o único capítulo no qual Lao Tzu discute a diferença entre o espírito e o fantasma. Exemplarmente ilustrado, ele ordena os significados mais complicados. A primeira frase explica que educar o corpo inteiro é como fundir o *jing* úmido. O seu significado literal é como aquecer e cristalizar o esperma e os óvulos que cheiram a peixe. Quando o Tao é usado para governar a mente, *hun* e *po* não podem assumir o poder de *shen*. Por causa do fogo eterno, o fantasma não pode roubar o amor apaixonado;

e por causa da quietude interna o espírito não pode destruir a virtude inocente. O corpo não terá apetite para o fogo do amor e a mente não perseguirá a quietude interna. Assim, o sábio vê.

## Acalmando a Mente



### Perseguindo o Tao

Perseguir o Tao é um ato de educação espiritual. Sem o Tao, é impossível trilhar o caminho. Sem o Tao, o aperfeiçoamento não tem nenhuma fonte, nenhuma raiz, nenhum poder e nenhum significado. Perseguir o Tao é tornar-se centrado na fala e na conduta, ser aterrado com fundamentos, ser diligente com a Mãe Natureza e ser harmoniosamente equilibrado entre a ação subjetiva e os negócios mundanos. Isso é o que Lao Tzu vivenciou e nos explicou: *Ouvir o Tao traz uma perda dia após dia. Perder cada vez mais até suceder a inação. A inação sucede, ainda assim tudo está feito. Conduzir o mundo sempre envolve o não comprometimento. Tão logo haja comprometimento, nunca haverá o bastante dele para conduzir o mundo.*

Por que Lao Tzu experimentou uma perda total enquanto escutava o Tao silencioso? Ele usa o modo sublime de procurar o Tao como um modelo para ilustrar o significado por trás do Tao. *Quando as pessoas eminentes ouvem falar do Tao, elas o praticam fielmente.* Essa prática traz uma grande perda, porque *conhecer o Tao parece custoso, entrar no Tao parece como se retirar e tornar-se igual ao Tao produz paradoxos.* É preciso viver a vida para conhecer o Tao. Entrar no Tao é consumir a força vital que lhe foi dada; ficar igual ao Tao é como sentar-se nas duas pernas, pegar com duas mãos, ver com dois olhos, pisar com os dois pés, dançar com dois corações e dormir com dois mundos. Tudo isso é a natureza paradoxal do corpo e da mente.

*O céu é eterno e a terra é duradoura. Mas os ventos tempestuosos não duram toda a manhã, os aguaceiros não duram o dia todo. O que causa isso? O céu e a terra não durarão para sempre, como poderia um ser humano durar!* Existir com o Tao eterno do eu e a respiração temporária do Tao dentro de nós é a verdadeira dualidade, o verdadeiro paradoxo. A cada respiração o som e o significado do Tao são exercitados, assim a pessoa ouve o Tao. Ao ouvir e entrar no Tao pelo seu processo de retorno, a sede de conhecimento é extinta pela luz emitida pelo portão do céu. Isso assegura um completo “saber em todas as direções”, uma expressão literal usada por Lao Tzu. Outros conheedores do mundo são conhecidos por nós, permitindo que o eu se enriqueça com

o que o mundo oferece. Quando não nos sentimos mais compelidos a ser um sabedor, a doença acabou; a iluminação foi alcançada. Ainda assim, o saber permanece constante: uma interação espontânea entre o eu e o ambiente. Ele não pode ser ensinado, repetido ou registrado. Não há nenhuma necessidade de tentar explicar o inexplicável e de procurar o invisível. É por isso que Lao Tzu simplesmente conclui que *conhecer a si mesmo é iluminação*.

O conhecimento que é compartilhado, ensinado, repetido e registrado não é mais o autoconhecimento. É simplesmente um processo de aprendizagem; não vivo, presente, espontaneamente interligado ao redor com a ação mútua do autoconhecimento em todas as direções. *Conhecer os outros é ser culto*, embora limitado, restrito, contido. O nosso conhecimento limitado nunca é suficiente para explorar a compreensão e entender os outros. O conhecimento compartilhado meramente promove novas buscas, um esforço para obter o poder de dominar e o controle infinito. Dessa maneira, procurar o conhecimento torna-se um desejo corrosivo, uma fixação e uma ação possessiva. É sobre essa convicção mental que Lao Tzu bondosamente aconselha que *saber o que é suficiente é ser rico*. Ele também distingue o conhecimento verdadeiro que a mente adquiriu da avaliação mental que fazemos sobre ser culto. Ele afirma que *saber que você não sabe (tudo) é superior e não saber que você não sabe (tudo) é uma doença*. Só se pode conhecer ouvindo e entrando no Tao.

A nossa capacidade de obter tudo agora e de saber que tudo retorna para nós é a manifestação de verdadeiro paradoxo. *A ação eminentemente é como um vale, a compreensão total se assemelha a cair em desgraça, a ação abrangente parece rendição, a ação construtiva parece fraca, a integridade pura parece perversa, o grande quadrado não tem ângulos, o grande talento amadurece tarde, a grande voz soa lânguida, a grande imagem não tem nenhuma forma, o Tao é elogiado mas é inominável.*

## Adotando a Simplicidade

*Observe o comum e abrace o simples.* Essa é a maneira de ouvir e entrar no Tao. O *comum* é a base da diversidade, da complexidade, da incerteza e da imprevisibilidade. A *simplicidade* é a etapa inicial do crescimento, da expansão, do desenvolvimento e da perfeição. O raciocínio baseado na causalidade e a necessidade de resultados são expulsos quando se adotam essas duas posturas. Aprendendo com base no significado da natureza é simplificar ao máximo, comprometer-se conscientemente. Lao Tzu esclarece a questão assim: *É fácil sustentar o que está em repouso. É fácil planejar sobre algo de que não há nem mesmo um sinal.* A consciência total, a atenção consciente e a plena expectativa podem ser aplicadas para fundamentar o planejamen-

to e observar com a mente. A prevenção é necessária antes que o frágil se quebre e o diminuto se disperse. Deve-se agir antes que algo exista, controlá-lo antes que se torne caótico. Nesse sentido, um pequeno broto cresce para se tornar uma árvore frondosa, um torrão de terra irá sustentar um prédio de nove andares e um único passo desenvolver-se-á numa escalada de mil braças.

Consciente do que foi exposto, Lao Tzu adverte que *embora a simplicidade seja pequena, o mundo não pode tratá-la como subordinada*. Se os senhores e governantes puderem apreendê-la, tudo se tornará auto-suficiente. O céu e a terra combinam-se e concedem o doce orvalho. Sem regras, a gente torna-se naturalmente igual. No princípio, a regra deve ser expressada. Uma vez que ela existe, pare de falar nela. O resultado de não falar nela é a eliminação do perigo. Num modo de dizer, o Tao está para o mundo assim como os rios estão para os oceanos e mares.

Contudo, os que impõem a ação fracassarão. Os que se apegam perderão. Assim o sábio, por meio da não-ação, não fracassa. Não se apegando, ele não perde. O compromisso da gente comum nos negócios fracassa antes do sucesso. As pessoas projetam resultados proativos para o resultado, forçando a ação a tornar-se fatigante e laboriosa. Elas foram tão acostumadas a esse processo que em toda atividade se esforçam só para satisfazer os padrões que a sociedade estabeleceu. Somos advertidos a prestar tanta atenção ao fim quanto ao começo; e os negócios não fracassarão. É por conta disso que o sábio deseja não desejar e não valoriza os bens que são difíceis de adquirir. Ele aprende a não aprender e restabelece as perdas da gente comum. Ele é capaz de apoiar a natureza de todas as coisas e, não ousando, impor a ação.

Além disso, a simplicidade permite a medição proativa. Como prefigurou Lao Tzu: *Busque o que é difícil com facilidade e efetue o que é grande enquanto é pequeno, uma vez que as coisas mais difíceis do mundo são feitas enquanto são fáceis. As maiores coisas do mundo são feitas enquanto são pequenas. O sábio nunca planeja fazer uma grande coisa. Assim, ele realiza o que é grande. Promessas fáceis necessariamente resultam em pouca confiança. O que é fácil necessariamente requer dificuldade.*

## Riqueza e Frugalidade

Tendo o comum como a visão e a simplicidade como a medida, a *frugalidade* torna-se o único dispositivo mais útil. Uma vez que a frugalidade é o cálculo mais direto e eficaz do consumo de energia, o desperdício seria eliminado e não haveria nenhuma dívida, nenhuma reciclagem, nenhum peso e nenhum castigo. É por isso que a “perda” é muito necessária do ponto de vista de Lao Tzu. Quando o custo do ego é reduzido a zero e quando o metabolismo corporal funciona no seu estado provisório, a energia é consumida pelo benefício e pela bondade dos outros. Assim, a fruga-

lidade assegura um estilo de vida simples e a simplicidade pode ser completamente exercida.

A frugalidade não tem nenhuma ligação com a estratégia egoísta da maldade ou da ganância. A maldade e a ganância transformam a obsessão mental de uma pessoa em realidade. A maldade tem a sua fonte no medo e na obsessão; a obsessão alimenta-se na maldade e na ganância para ocupar o espaço do egoísmo. O mundo inteiro torna-se então uma fonte infinita para satisfazer a luxúria do egoísmo, abundando em manifestação mundana. A frugalidade é diametralmente oposta a isso. Não há nenhum desperdício de energia derivado da abnegação. A “perda” negativa transforma-se em “ganho” positivo, o ganho puro. Lao Tzu aplica isso à construção de uma sociedade dizendo que: *Para governar o povo e conduzir os negócios, nada é melhor do que a frugalidade. Só a frugalidade possibilita as medidas vazias por antecipação. Medidas vazias por antecipação significam um grande acúmulo de Ação. Um grande acúmulo de Ação não deixa nada a ser conquistado. Quando nada precisa ser conquistado, conhece-se a ausência de limites. Quando se conhece a ausência de limites, o país pode existir. O país, existindo a partir da sua origem, pode resistir. Esse é o Tao de quando se tem raízes profundas, um caule forte, uma vida longa e uma visão duradoura.*

Quando se mantém a frugalidade em casa, está-se perfeitamente fundamentado com a fonte e a força que estão arraigados na manifestação da luz. Preserva-se calmamente a tranqüilidade que domina a vida inquieta. Está-se constantemente alcançando o vazio supremo e o absoluto ao concentrar-se na quietude central. Só por meio dessas qualidades é que todas as coisas operam em conjunto. Não existe azar, nem explosão pela culatra, nem castigo, porque não se tem nenhuma expectativa, não se fez nada errado e não se desperdiçou nada. Não há necessidade de ganhar nada nem medo de perder nada. A harmonia do mundo torna-se uma verdadeira amiga, o verdadeiro saber em todas as direções e o recurso inquestionável.

### Mentalidade Não Dualista

Sair pela “porta” da ação misteriosa é a co-dependência do aspecto dualista assim como o processo tanto de construção mútua como de destruição mútua. Não se deixe enganar por nenhum deles. É a sedução mística, a característica mais elevada e mais pura da perfeição humana — o amor — que molda o destino da vida. A beleza torna-se a sedução primitiva do desejo humano, e o bem é a melhor fixação para a ativação desse desejo.

Quando se busca apenas essa beleza, estigmatiza-se o feio, e quando a conduta é guiada apenas pela bondade, age-se dentro do comportamento preconceituoso. Quando as pessoas vêm a beleza como beleza pura, elas vêm o feio depreciativamente. Ao avaliar o bom como puramente bom, o

julgamento delas baseia-se na idéia de mau. Quando o universal se manifesta pela divisão de um em dois, cada lado também deveria se situar nos lados opostos. A interação desses dois lados da unidade ao ligar e separar cria um indivíduo verdadeiro. Isso por sua vez torna o indivíduo um não-indivíduo. Bonito ou feio são apenas dois lados da mesma moeda. *Quanta diferença existe entre bonito e feio?* É uma linha sutil. Oh, aquela desobstrutora glória do coração e o desgosto da mente!

Com base nesses paradoxos, Lao Tzu propôs que *ser e não-ser geram um ao outro, a dificuldade e a facilidade completam-se uma à outra, o comprido e o curto medem um ao outro, o alto e o baixo excedem um ao outro, a voz e o som harmonizam-se entre si, e o antes e o depois seguem um ao outro*. Ainda assim, precisamos de um caráter individual como uma medida comum entre individualidade e totalidade. Uma vez que *o desastre é do que o destino depende, o destino é o que o desastre subjuga. Quem conhece o resultado final? Não existe legalidade certa. A justiça tende ao extremo. A bondade tende para o mal. O povo está familiarizado com isso há muito tempo*. Por causa dessas mudanças e transformações, a ação consciente deveria ser *arredondada sem ser cortada, ser compatível sem perfurar, ser direta sem enganar, ser brilhante sem deslumbrar*.

Isso não indica que não haja nenhuma “justiça” celestial. *A rede do céu é larga e folgada, mas nada lhe escapa. Grande ou pequeno, muito ou pouco, recompensa ou castigo, tudo é feito pela Ação.* Essa é a medida da virtude e do julgamento correto. Por causa da virtude, a intenção consciente interior e o desempenho físico exterior são integrados e nada é deixado para trás. *Um bom viajante não deixa rastros. Um bom orador não comete erros. Um bom planejador não calcula. Um bom porteiro não fecha a sete chaves, ainda assim a porta não pode ser aberta. Um bom fazedor de nós não ata, ainda assim o nó não pode ser desfeito.* O que isso significa é que precisamos saber interagir sem nos impor ou ser travados pela nossa projeção mental. Nenhuma impressão mental deveria ser deixada de lado; assim, não resultaria nenhuma doença. Isso difere da tendência do senso comum de fazer algo e depois deixar de lado. Essa é uma questão de medir os passos antes de escorregar e cair. Para chegar a esse estado de ser basta ser o que somos e saber e estar conscientes do que nos rodeia. Isso é tudo o que podemos fazer.

Uma vez que *deixar-se prender causa superabundância; melhor abrir mão. O consentimento forçado não perdura. Aquele que se exibe não é visto. Aquele que se justifica não é compreendido. Aquele que fustiga não é bem-sucedido. Aquele que se fia em si mesmo não resiste*. O resultado natural é: *Aquele que não se exibe é visto. Aquele que não se justifica é compreendido. Aquele que não fustiga é bem-sucedido. Aquele que não se fia em si mesmo resiste.* Portanto, só o espírito da não competição torna as coisas não competitivas. Então o velho ditado, “*ceder, mas sem perder a integridade*”, não passa de algumas palavras. Mas quando compreendido corretamente, a integridade retorna.

## Característica da Vida do Sábio

### Capacidade de Rejuvenescimento Natural

*No mundo, o sábio inala.* Essa frase caracteriza a maneira pela qual o sábio vive a vida dele. Para viver do mundo, ele reúne a energia pela inalação do ar, não de nenhuma outra fonte. Essa inalação não é a respiração rasa e superficial feita pelas narinas. É a respiração corporal embrionária e total. Essa respiração da vida é a nutrição, o sopro, a informação e a sabedoria. É por isso que *o sábio conhece o mundo sem sair pela porta (o portão da vida), conhece o Tao sem espreitar pela janela (olhos) e sorri como uma criança*. Isso é chamado unificar o mundo de dentro e de fora. O mundo de dentro é a fonte e o mundo de fora é o mecanismo. Eles existem entre a matéria e a energia, a estrutura e o movimento, o processo e o procedimento. A fonte é o sopro da vida, a nutrição da vitalidade e a energia da luz. A respiração é o estado de vapor, a vitalidade é o estado de fluido e luz é o estado de sólido. A luz é o foco central, a vitalidade é a força geradora, e o ar é o espaço inclusivo. Inalando desse modo embrionário, o vasto espaço e a presença minúscula são instiladas na carne, na consciência e na interação. O mundo é conhecido, o Eu é carregado e a ação é pura e simples em si mesma.

### Extravasamento do Eu

Em razão da sua presença mundana, *o sábio mantém a mente simples*. A “mente simples” é o coração bondoso, não o intelecto da mente. Mente simples é não-mente — a maior expansão da mente — e a mais elevada clareza da mente. Não-mente significa mente não-egóica. A expansão é a fusão e a expansão da mente espalhando-se em todos os ângulos e trajetórias na sua imagem, uma vez que a clareza da mente refere-se à pureza de qualidade espiritual. Esse é o lado prático do aperfeiçoamento: o modo como o sábio vive para o mundo e não para si mesmo.

Como? Em primeiro lugar, o sábio mantém a mente simples: nada de distrair a atenção, nada de desperdício de energia e nada de confusão da mente. Em segundo lugar, mantendo a mente simples, ele projeta a sua mente na mente e na vida das pessoas, as mentes delas tornam-se como a mente dele. Para esclarecer esse assunto, Lao Tzu comenta: *A natureza não tem benevolência, trata todas as coisas como cães de palha; o sábio não tem benevolência, ele trata o seu povo como cães de palha. Assim, quando o sábio quer elevar o povo, a sua fala desce ao nível terreno. Quando o sábio quer promover o povo, ele se*

*posiciona na retaguarda. Quando ele está à frente, o povo não o prejudica; quando ele está acima, o povo não se sente pressionado. O mundo inteiro o apóia sem se cansar. Uma vez que ele não confia na competição, o mundo não tem nada com que competir.*

Em terceiro lugar, não há nenhuma repressão e nenhuma fixação da mente ou para a mente. Se a mente estiver fixa e constrangida, segue-se o enfado. Então a mente torna-se constantemente variável, inconstante, interrogativa e exigente. Esse é o poder do ego e o karma da repressão. *Não constrangendo o meio em que vivem, elas não ficam entediadas com a vida. Porque não ficamos entediados, não existe o tédio.* Portanto, o sábio é consciente de si mesmo mas não introspectivo. Ele tem amor-próprio mas não se valoriza. Ele rejeita um e leva o outro. Por causa disso, quando o sábio vive para toda a gente do mundo, a mente dele é tão aberta e adaptável como a mente do povo. A esperança de toda a gente é o encorajamento dele e a tristeza da gente o seu infortúnio. Quando as pessoas requerem a sua presença, o sábio já está lá, esperando; quando precisam dele, o sábio é o pilar que as sustenta. Como as pessoas poderiam viver sem ele e como poderiam distanciar-se dele?

### Sabedoria de um Menino Velho

*Os antigos sábios do Tao são sutis e misteriosamente perspicazes. A profundidade deles está além do poder da vontade. Porque o Tao está além do poder da vontade, o máximo que se pode fazer é explicá-lo. Assim, cheio de cuidados, como alguém cruzando um rio congelado no inverno; atento, como alguém cioso do ambiente como um todo; reservado, como quem é o convidado; sobranceiro, como ao confrontar um pântano; simples, como a madeira não entalhada; opaco, igual à lama; magnífico, como um vale. De dentro do escuro vem a quietude. O feminino estimula com o seu leite. Conservando esse Tao, o excesso é indesejável. Não desejando nenhum excesso, o trabalho é concluído sem esgotamento.*

Neste capítulo, Lao Tzu ilustra vividamente a característica psicoespiritual e o equilíbrio biológico que o sábio retém. Embora o sábio retorno à sua tranqüilidade espiritual infantil e viva dentro de uma condição corporal revigorada, ele é imensamente diferente de quando se encontra no seu estado infantil. A semelhança reside apenas na natureza descritiva. Não há nenhuma outra etapa evolutiva disponível ou satisfatória para categorizar a sabedoria diferente de infância.

Na sua obra *Memórias, Sonhos, Reflexões* (1965), Jung comentou que: "Lao Tzu é o exemplo de um homem com percepção superior que percebeu e vivenciou o valor e a falta de valor, e que no fim da vida deseja retornar ao seu próprio ser, ao significado desconhecido eterno. O arquéti-

po do homem velho que viu o bastante é eternamente verdadeiro. Em todo nível da inteligência aparece esse tipo e os seus lineamentos são sempre os mesmos, seja ele um velho camponês ou um grande filósofo como Lao Tzu. Essa é velhice, e uma limitação.” A partir da sua própria experiência, Jung vivenciou também a transformação da “alienação” que o separou do mundo no seu mundo interior, onde vivenciou uma “estranheza inesperada”.

A palavra “velho” nesse contexto refere-se ao estado quase acabado da manifestação biológica, como também à memória psicológica e à experiência pessoal e social. Ela situa a qualidade e o enriquecimento da jornada da vida. É também a última etapa antes da morte. A vida à frente é ela própria uma “limitação”, conforme Jung caracterizou assim tão sucintamente, mas um menino velho viveu mentalmente e espiritualmente através da morte. Sem medo, o mundo visto pelos olhos do menino velho difere grandemente do visto por um menino recém-nascido. O menino velho não se desespera com o mundo, mas simplesmente se retira; afastando-se da sedução dos olhos para dedicar-se ao coração. O que atrai os olhos são o estado, a mudança e a manifestação das formas, enquanto o coração é atraído pela eternidade informe, invariável e insondável.

A essa altura, a inesperada estranheza experimentada por Jung é reproduzida pela explicação de Lao Tzu. A principal diferença entre um menino velho e um menino recém-nascido é a experiência da vida. *Ser cauteloso ao cruzar um rio no inverno* é uma percepção consciente precavida. Ser atento significa estar consciente e concentrado ao mesmo tempo, enquanto ser reservado significa ser humilde e grato. Quem está sobranceiro tem o espaço mental irrestrito, a *simplicidade* é a capacidade de permanecer revigorado e energizado, *opaco* é a qualidade de ser a Unidade interna e externamente, e *magnífico* refere-se à capacidade de reter, reciclar e rejuvenescer a unidade interior.

*Ser cauteloso ao cruzar um rio no inverno* implica dois significados. Um é ser cauteloso em relação à união da unidade entre a luz e a água, o macho e a fêmea. O outro é ser mais cauteloso perante o sucesso. Se houver fracasso, o esforço inteiro estará arruinado, a prática do aperfeiçoamento inteira tornar-se-á infrutífera. Quem ri por último ri melhor! No *I Ching*, essas duas precauções são expressas vivamente entre o 63º hexagrama, Ji Ji, e 64º hexagrama, Weiji. A primeira precaução é expressada na linha superior do 63º hexagrama. “Ela (a raposa) mantém a sua cabeça na água. Perigo.” A união entre o fogo e a água é uma ação cautelosa e perigosa. Esse é o mecanismo sagrado da natureza.

A segunda precaução é ilustrada na definição de 64º hexagrama, em que a pequena raposa mantém a cauda na água ao cruzar o rio no inverno. Simbolicamente, a cauda e os ossos sacros (“a circulação da água”) guar-



Fig. 5.7 63º Hexagrama (Primeira Precaução).



Fig. 5.8 64º Hexagrama (Segunda Precaução).

dam a energia sexual que será completamente transformada em elixir espiritual ou a *pessoa pura*.

O sábio é velho e novo, experiente e revigorado, culto e humilde, pronto para morrer e pronto para voar. Ele tem uma memória da vida mas não é contido pela memória; ele tem a riqueza da vida mas é ilimitado pelo significado da vida; ele valoriza a qualidade da vida mas está muito distante da unidade da vida. Ele é o professor e o amigo, o guia e o companheiro, o destruidor do velho e o protetor do novo, uma bateria para gerar qualquer coisa e recarregar ou rejuvenescer tudo. Ele é o corpo da alma e o coração do espírito, o advogado e a justiça de acordo com a situação, o orador para a nação e um símbolo para a raça humana. Ele fala numa voz sem idioma; é natural de um país sem nacionalidade; ocupa um corpo sem mortalidade; possui uma mente sem mentalidade.

## Capítulo VI

# Enaltecendo o Te

崇德

Chegar ao Te (*de*), ou “Ação”, que compreende a segunda parte do *Tao Te King*, pode bem revelar-se uma viagem longa porém frutífera. No livro *Tao Te King*, as seções do Tao e do Te (Ação) são intercambiáveis. A seção do Te, nos textos de Mawangdui, aparece na primeira parte do livro, seguida pelo Tao.

Essa divisão é a mesma em várias outras traduções. Do ponto de vista taoísta, elas só diferem nos termos da ordem em que são tratadas primeiramente: como meditação ou aperfeiçoamento. O Tao baseia-se na meditação; o Te está enraizado no aperfeiçoamento. A meditação refere-se ao corpo/mente, ao passo que o aperfeiçoamento é um tratado sobre a virtude e a mente consciente. Meditar é acumular e fazer circular o Chi; aperfeiçoar-se é abandonar o ego e purificar a consciência.

Na alquimia interior taoísta, ambos são igualmente importantes. Administrá-los ao mesmo tempo seria realmente desafiador, tornando a prática irreal e o significado da alquimia interior dogmático. A técnica de destilar a mente poderá parecer assustadora quando o corpo estiver verdadeiramente faminto. Seria igualmente impraticável purificar o corpo se a mente não estivesse completamente preparada para oferecer o próprio ambiente.

Na prática da meditação e do aperfeiçoamento, o Tao e o Te trilham o mesmo caminho durante a inalação, uma vez que o Te ainda não terá sido difundido. O Tao se difunde sobre o céu e dentro do nada. Uma vez que o Tao da semente eterna tenha sido gerado, a ordem descendente é concluída e tem lugar a ação do Te. É a chegada da ordem ascendente do retorno; exaltando e honrando a própria ação que sobe acima do vínculo físico e mental. Demorando-se nessa ação está o Chi: a energia do amor e da respiração.

Nesse contexto, o Tao é invisível e o Te é visível; o Tao é intangível e o Te é tangível; o Tao é desumano e o Te é humanitário; o Tao é imóvel e o Te é bondoso; o Tao inala e o Te sorri. Por causa dessa transição esotérica, a matéria é visível, a forma é tangível, a substância é controlável e a confiança está segura. Elas são todas expressões virtuosas do Te, que é o resultado do poder que emerge do Tao.

A exalação do Te é a soma de todas as atividades humanas conduzidas com o julgamento moral e supervisionadas pelo espírito. Portanto, em harmonia com a ação bondosa do Te, tudo é inspirado, encorajado e enaltecido; toda ação é honrada, respeitável e poderosa. No último suspiro da vida, o *shen* purificado acumula o elixir ou as relíquias remanescentes que perduram no corpo e, guiado por um mestre iluminado ou um anjo, expelle esse refugo pelo topo da cabeça em vez de pela boca ou nariz. Isso só acontece depois de se concluir a *ação bondosa* e de todas as dívidas serem liquidadas. A menos que essas condições sejam atendidas, a pessoa morrerá como um fantasma faminto (caso *po domine hun*) ou como um fantasma viajante (quando *hun colhe po*).

Essa tarefa pode ser empreendida tanto pelo aperfeiçoamento como pela meditação. Quando os sete *po* são energizados pelo poder da Ursa Maior e os três *hun* são unificados na Unidade, o eu egoísta e a existência dualista do corpo e da mente unem-se no interagir espontâneo e no saber com a natureza de *shen*. A meditação do amor, que é a energia da autopreservação, é transformada no aperfeiçoamento da *ação bondosa*, qualificada pela bondade, pela gentileza, pela harmonia, pela imparcialidade, pela integridade e pela santidade do Te (Ação). O amor já não será mais uma projeção mental de conexão biológica e ideal para hábitos sociais, mas um verdadeiro e honesto amor-próprio. Como o poder da meditação e o resultado do aperfeiçoamento geram *ação bondosa*, o sábio integra e abraça o ato da natureza e a ação humana.

Agora examinaremos a definição do Te, ou *ação bondosa*.

## O que é Ação Bondosa?

善 行

### O Uso da Linguagem

Ao contrário da palavra Tao, cuja transliteração original permanece inalterada, o caractere Te foi tratado de outra maneira. Em 1864, Chalmers apresentou a primeira tradução inglesa de Te, atribuindo-lhe o significado de *virtude*. Desde essa ocasião, o Te tem sido interpretado como *caráter* (Lin Yutang, 1948), *inteligência* (Balm, 1950) ou *integridade* (Mair, 1990), assim como a transliteração *Teh* (*Shrine of Wisdom*, Manual Nº 8, 1924). Mas o que vem a ser Te? Do ponto de vista taoísta, *Te* é o que “goteja”, “desce” e “cai” do *Tao*. Depois de vários anos meditando sobre o Te, ainda não consegui desenvolver um sentido verdadeiro. Então, numa noite de verão de 1995, recebi uma mensagem reveladora num sonho. Apareceram

na minha mente dois caracteres chineses — *Tao goteja*. Aquilo se enquadra perfeitamente no conteúdo da explicação de Lao Tzu: *Quando o Tao está perdido, torna-se Ação*. A palavra “perdido” representa a completa dissolução e transformação do evoluir de um estado de ser para o próximo. A definição chinesa original de “perda” é “perder por causa da mão”, significando “descarregar” ou “abandonar”. Quando o Tao infinito é convertido em Te ativo, ele se torna então corrompido e visível. Te representa o estado mais elevado da transformação do Tao em matéria e substância, retendo a honra mais elevada da essência do Tao.

Esse processo descendente é bastante semelhante ao significado ocidental de *virtude*: um poder sobrenatural ou influência exercida por um ser divino. Esse significado é posteriormente comprovado pela interpretação de Lao Tzu do Te como “ação mística” (*xuan te*). Assim ele foi definido originalmente. Sobrenatural ou místico, é só uma questão de cognição mental. Os significados essenciais são os mesmos. A discrepância encontrada é que, em termos ocidentais, um ser divino, por sua natureza, é um ser totalmente diferente de um ser humano. Há uma distinção clara entre ser santo ou divino e ser humano e comum. O “sentido literal” é que um ser humano nunca poderia possuir um estado sobrenatural nesta vida. Só um ser divino pode ser classificado como sobrenatural.

Contrariamente a isso, o taoísmo não especifica esse poder (de acordo com natureza), ou poder sobrenatural (de acordo com os seres humanos), como o símbolo patente de um ser divino. O que importa é o seu desejo de acordo com a intenção da sua mente. O que é natural para a natureza é sobrenatural para o homem; o que é natural para os adultos é sobrenatural para as crianças; e o que é natural para um bilionário é sobrenatural para um mendigo de rua. Trata-se claramente de uma projeção da mente e de uma persuasão do desejo mental.

A mente discrimina primeiro se há ou não há uma demarcação clara. Lao Tzu explica que *quem age de acordo com Tao se aproxima do Tao. Da mesma maneira aproxima-se da ação. Da mesma maneira aproxima-se da perda*. O poder do Tao torna-se a semente da vida, emergindo como o elixir da virtude ou evaporando no nada. Assim o Tao salva o espírito ou perde a vida terrestre. Retornar para casa com virtude é salvar o espírito; seguir em frente para a sepultura é perda.

O significado lingüístico original de Te em chinês é ascender, “subir” e “elevar-se”, indicando “a elevação do espírito humano elevando-se do corpo carnal terrestre em pura ação espiritual sem influência consciente e obsessão egoísta”. Em termos ocidentais, isso se traduz como uma “prática moral ou ação; conformidade para o padrão de direito; excelência moral; integridade de caráter, conduta ilibada; retidão, moralidade”. Embora a definição e a explicação ocidentais de virtude se ajustem ao significado

lingüístico de Te, virtude não é algo simples, comum e presente que possa ser adaptado à ação humana. A ação, para o taoísta, é um compromisso simples, espontâneo e interativo entre o corpo e a mente, uma visão e um desempenho real; é o julgamento do bem e do mal, e a conduta do divino e do comum. A natureza age, os seres humanos executam; a natureza apresenta, os seres humanos exibem; a natureza revela, os seres humanos mostram; a natureza expressa, os seres humanos acompanham; a natureza mostra, os seres humanos se comportam; a natureza abarca, os seres humanos valorizam; a natureza integra, os seres humanos dissolvem; a natureza unifica, os seres humanos separam.

É a partir desse ponto que escolhemos, da melhor maneira que pudemos, a palavra “ação” para Te na nossa tradução. Dentro desse raciocínio, *virtude*, para a mente comum, é algo remoto, puro e fora do alcance. É uma conclusão da bondade sobre e acima da ação humana, um ideal de pureza sagrada não visto pelo olho parcial. É uma qualidade moral conveniente apenas a um ser divino. A virtude é algo em que podemos pensar e nos esforçar para ter, mas não podemos executar. Podemos visualizá-la mas não apreendê-la; compreendê-la mentalmente mas não adotá-la fisicamente; aumentá-la mas não lançar-nos sobre ela.

Essa ordem ascendente e esse processo de retorno tratam precisamente da transição do “campo místico pequeno” para o “campo místico grande”. O campo místico pequeno é o do mundo carnal e do reino animal. O campo místico grande abrange o mundo espiritual e o universo cósmico. Obviamente, o campo místico pequeno trata da mente pequena, da mente egoísta, egoística e cultural. O campo místico grande abriga a mente individual, consciente, desinteressada e cósmica. Energeticamente, o campo místico pequeno trata de ações biológicas instintivas de autopreservação e sobrevivência. Não tem nenhuma preocupação com o mundo diferente do que o olho desejoso busca, o estômago faminto almeja e a sensação grosseira pulsa. No campo místico grande não existe visão auto-sustentada ou autodeterminada, nem ação autoconsciente; o eu está em todos os lugares e em toda ação.



*Fig. 6.1 Campo Místico Pequeno (Xiaochu) do 9º Hexagrama.*

Esses dois campos são explicados completamente no *I Ching* entre o 9º e o 26º hexagramas, que contêm um trígrama inferior idêntico: o poder



*Fig. 6.2 Campo Místico Grande (Dachu) do 26º Hexagrama.*

criativo do cosmo e a luz invisível do céu. No 9º hexagrama, o trígrama superior é o do vento, que representa a ordem divina, a percepção consciente e o comportamento instintivo. Mobilidade, agitação, inconstância e insegurança são as suas características. Nebulosidade, obscuridade, rigidez e dispersão são as suas tendências. A mente é mutável sem um quadro mental claro. Há nuvens mas nenhuma chuva, divagação mas não despertar, apenas confusão sem autocompreensão. O caráter exterior é aprimorado mas não há despertar do caráter interior.

Em contraste, o 26º hexagrama mostra-nos que o vento é substituído pela montanha, a agitação pela quietude, a mobilidade pelo voluntarismo, a inconstância pela firmeza, a insegurança pela confiança. Quando a montanha serve de base para o espírito e alimenta a alma, a mente é esclarecida, o corpo purificado, a atitude torna-se flexível e o resultado se completa. Isso se realiza pela instituição do fundamento nos peitos férteis da mãe terra, renunciando-se à confiança nos produtos feitos pelo homem.

O eu nunca está perdido, a energia nunca se exaure e o espírito nunca está morto. Como indica a última linha: “alcançou o caminho do céu”. “Não comer em casa” e “cruzar o grande rio” são as representações mais precisas do 26º hexagrama. A sua tradução é que o sábio nunca é atraído pelo alimento preparado em casa. Ele se sustenta com os recursos da mãe. Ele não depende da família para manter a sua existência mas está em todos os lugares do mundo. Ele não tem necessidade da proteção e do conforto da casa que lhe dá abrigo, ele é vestido de luz, respira a força vital e habita o universo. Isso exemplifica o mais elevado estado contemplativo: o estado de jejum.



*Fig. 6.3 Caractere chinês Te.*

No desenho do caractere Te, o lado direito é composto de quatro caracteres: “mão”, “vaso”, “um” e “coração”. Essa parte do caractere pode ser expressa como: “O coração sozinho apóia e dirige o vaso do corpo levado pela mão.” Verdadeiramente, o corpo é o vaso mais sagrado e as

mãos são as ferramentas mais poderosas e úteis. Ainda assim, sem coração não há fundamento; sem o coração determinado não há transformação. O lado direito é um estado meditativo no qual as mãos são unificadas com o vaso corporal e guiadas pelo coração sozinho dedicado. Essa ação é acompanhada pelos passos cuidadosos do caminhar, executada pelas coxas — não pernas, como representado pelo lado esquerdo do caractere Te. Portanto, a atividade das mãos — colher e reunir o alimento e levá-lo à boca — deixa de ser responsável pelo vaso corporal. O Chi único do céu é então a força procriadora no caldeirão que sustenta o vaso e satisfaz o coração. As mãos estão unidas como no estado meditativo. Os cinco Chi elementares são carregados pelo orvalho da montanha. A ação da vibração consciente é vestida com a luz cósmica. O mutável é visto, o inalterável é refletido. O mundo está em sua ordem perfeita e o corpo/mente está em sua harmonia perfeita.

Há um caractere chinês remanescente que expressa o significado do Te. Ele é composto por “direto” e “coração”. O caractere “direto” para “zhi” é composto de “dez”, “olho” e “cobra/curva”, significando “olhar e examinar com olhos atentos e costas contraídas”. Dez é a imagem visual que cobre os olhos e se estende do nariz às sobrancelhas, ou a porção Y do olho. Isso implica que: “Os olhos estão dentro do coração e o coração está dentro da consciência espiritual, o espiritual consciente está dentro do caráter da natureza.” Tudo existe e nada existe. Todas as linhas, ângulos, articulações e pontos se penetram, vaporizam, purificam e transformam pelo fogo da luz. *Desposar na luz* é o que Lao Tzu vivenciou, um fogo combinado entre a consciência e a luz. Essa é a atividade mágica do sábio dentro da boa sorte de retornar ao Tao e ao poder do Te.

## Enaltecer o Te

De acordo com a ordem descendente, até mesmo se a ação da natureza for desumana, impessoal e imparcial, deverá haver bondade nas almas humanas, garantida pelos espíritos. Isso possibilita aos seres humanos executar o “texing” ou o “caractere do Te”, assim como exercitar “falu” ou “lei” e “justiça”. Caso se deixe de obedecer a fa, haverá castigo por parte do governo. Caso não se tenha o “texing”, o castigo será o azar e o karma ruim executados pela decisão consciente interior individual, conforme julgado pela lei do céu. Embora não se possa representar o texing, pode-se senti-lo. Você não pode comprovar o texing mas pode esperar o resultado dele. Você não pode exaltar o texing mas pode seguir o seu coração-consciência. Você não pode achar uma regra para validar o texing, mas a sua sensação intuitiva o conhece plenamente. Isso acontece porque *as evidências da ativi-*

*dade profunda seguem-se apenas do Tao.* É por isso que o sábio não acumula nada mais do que a ação bondosa: aperfeiçoando-se e unindo-se por meio da ação bondosa, honrando e sendo recompensado ou punido pela ação bondosa.

Na ordem ascendente, o espírito unifica-se com a ação, preparando-se para ascender e ser elevado. O caminho foi desimpedido. A consciência não é mais uma longa série de pontos e lampejos definidos. O ego fracassa no seu papel de monstro governante da vida. A ação pessoal é a bondade em si. A projeção mentalmente fixa de procurar a verdade é substituída pela *ação bondosa*: a verdade da experiência e da expressão. A ação espontânea e interativa entre os seres humanos e a natureza é a realidade da verdade. As meditações de Lao Tzu revelaram-se como: *Estando em paz, pode-se perscrutar o util. Empenhando-se com paixão, pode-se perscrutar o manifesto.*

Na prática da *ação bondosa*, o amor não é mais um jogo consciente desempenhado pelo ego. Ele já não funciona como um desejo mental obsessivo, uma explosão emocional descontrolada ou numa ininterrupta busca da alma. O preconceito é superado pela liberdade humana para agir: a vulnerabilidade do ego e a interação de *shen*. Quanto mais valioso o ego se julga, mais o *shen* agirá espontaneamente. Quando ambos atuarem harmoniosamente em conjunto, a empatia será o resultado mútuo. A simpatia torna-se encorajamento mútuo. A piedade se reverte para fundir-se como o gesto mais destemido de amor. As emoções negativas não ferem as pessoas e as emoções positivas não as podem deprimir. Quando todos esses atributos emocionais forem purificados na forma de compaixão, não haverá mais sensação ardente manifestando-se como compaixão e nenhuma redução será encontrada na compaixão. A *ação bondosa* é: presente e não inflamável, remota e não distanciada, oportuna e não esperada, preciosa e inestimável, generosa e não egoísta, sincera e não acusadora, comum e não degradante.

## Acumulação de Te



### A Natureza da Ação Bondosa

Quando a natureza da abnegação é restabelecida pela meditação do Amor, o resultado da ação é em si mesmo bondoso e confiável, além do que a mente racional definiu. A confiabilidade da verdade segue-se à configuração mental da verdade e à confiança na realidade de uma possível mudança da verdade. O processo é bondoso e a qualidade interior é confiável por

causa da transformação do Amor e do respeito total do Amor Interior. Quando se reúne internamente a energia amorosa universal, cumprem-se a necessidade biológica e a satisfação psicológica, não deixando assim nenhum espaço dentro do corpo e da mente para o desejo e as exigências criadas pelo ego. A autoconfiança se estabelece e renuncia-se ao medo consciente.

Quando o sábio (*a pessoa pura*) usa a energia amorosa universal, a sua ação é tanto *bondosa* quanto *confiável*, conforme afirmou Lao Tzu. *Ele é bondoso com os que são bondosos. Ele também é bondoso com os que não são bondosos. É a bondade da Ação em si. Ele é confiável com os que são confiáveis. Ele também é confiável com os que não são confiáveis. É a confiança da Ação em si.* Não há necessidade de demonstrar ou provar a Ação (ela mesma) em nome da Ação (você). As pessoas dizem “sim” ou “não”, mas não faz diferença para a Ação ou texing. Pela *ação bondosa*, as pessoas bondosas e maldosas são unificadas. Os que são bondosos transformam os que não são bondosos; não há separação entre o que é uma pessoa bondosa e a própria bondade. Os que não são bondosos se beneficiam dos que são bondosos, e a bondade em si está então a caminho. Pela *ação bondosa*, as pessoas, confiáveis e indignas de confiança, são centralizadas. As que são confiáveis tornam-se melhores e percebem que há mais confiança no futuro. As que não são confiáveis se desaprovam, ainda que venham a ser acolhidas pela confiança ao longo do caminho.

### A Capacidade de Ações Bondosas

Por intermédio do Amor, a ação bondosa torna-se infinita, inesgotável e insondável. Lao Tzu enfatizou que o *Te superior é como um vale*, uma vez que o *espírito do vale é imortal*. A *ação bondosa* é a própria natureza do poder de nutrição criadora da Mãe: uma combinação de amor desinteressado e abnegação. Lao Tzu testemunhou que a *compreensão total (disso) se assemelha a cair em desgraça*: um estado de pequenez, simplicidade, integridade, paz, não-competição e não-ação: os caminhos do Tao. Ser pequeno possibilita o crescimento, a expansão e o desenvolvimento. É o modo mais eficaz de conservar energia, já que o pequeno consome energia mínima. Uma vez que a humildade do coração honesto entra, o oportunismo da mente egoísta é expulso e o desejo de realização torna-se ilusório.

A simplicidade é a maneira de conduzir a sua vida; ela é sempre visível e dirigida com clareza. Não há confusão a resolver, nenhuma ilusão mental nem disfarce. Sem nenhum vínculo, cada minúsculo detalhe e característica da pequenez se manifestam. Enquanto isso, como um bebê recém-nascido, a pequenez requer a sua atenção total, o maior cuidado e as melhores

medidas preventivas. A menor desatenção ou o mais leve descuido não intencional podem causar um desastre imprevisto imediato.

Tendo percebido isso, tudo se manifesta por si só; até mesmo o método da simplicidade se ausenta. Todo pré-requisito, como o conhecimento, a estimativa e o intelecto, é eliminado. Assim, *difundir sem simplicidade é eliminar a humilhação. Sem humilhação, surge a paz.* Pela paz, observa-se que a ação vasta *parece render-se*, porque nunca age dentro de uma linha direta, mas se reorce, gira com o ímpeto de um redemoinho. A *ação construtiva parece fraca*, uma vez que não é nem submissa nem enganosa. A inatividade e a estupidez são evidentes na sua constituição natural. A *integridade pura parece perversa*. Invariavelmente, é o resultado da co-independência e contradição interna de yin e yang.

Da compreensão dessas explicações vivenciais, Lao Tzu conclui ainda que: *O grande quadrado não tem nenhum ângulo. O grande talento amadurece tarde. A grande voz soa lânguida. Isso é chamado o Te místico. A grande imagem não tem nenhuma forma. Por isso, todas as coisas adoram o Tao e exaltam o Te. A adoração do Tao e a exaltação do Te não são concedidas, mas sempre surgem naturalmente.*

## Humilhação 忿 扈

A humilhação é uma das emoções mais devastadoras pelas quais se pode passar. Lao Tzu explica que “*Favor e desgraça surpreendem ao máximo*”. A palavra desgraça é sinônimo de humilhação, uma reação que ninguém deseja experimentar. Quando ocorre a humilhação, a mente consciente se obscurece completamente e se enche de desespero, deixando a vítima em um estado desprezível, sem oportunidade de se esconder ou escapar. As expressões verbais personalizadas e os frutos de Deus são descartados completamente. Eles tornam a pessoa sem valor, como se não existisse. Por outro lado, como resultado, no momento certo a pessoa se examina objetivamente, acabando por enfrentar a situação com elegância e compreensão, como uma criança, e por glorificar a Deus uma vez mais. A vítima deve agradecer à pessoa que invocou a humilhação.

A essência de ter contato com a humilhação é purificar-se de todos os aspectos distorcidos da vida, descobrindo que o verdadeiro significado da vida, tanto do ponto de vista simplista quanto misterioso, mantém o seu curso. Segue-se uma passagem a ser considerada durante a meditação.

1. Mentalmente, imagine a cena que precipitou a sua humilhação. Sinta a presença daquela vibração energética.
2. Guarde a dor e o sofrimento. Mantenha-os pelo maior tempo possível. Então liberte-os e sinta-se liberto.

3. Não fique bravo nem frustrado em relação à sua humilhação. Considere-a objetivamente. O que significa essa humilhação? Qual foi o seu propósito?
4. Sinta a humilhação da mesma maneira que faz com o vento que sopra ou os acontecimentos diários que há muito foram esquecidos. Eles não são nada e não deveriam ser considerados como algo especial. Isso não quer dizer que o vento soprando e os acontecimentos diários não sejam nada, mas que todas as coisas que existem na vida são normais e nada é especial.
5. Então pense no motivo por que alguém escolheu humilhar você. Faça uma equação entre vocês dois, destruindo a rigidez dentro de si que o impeça de estar aberto a coisas novas e inesperadas.
6. Ponha-se no lugar de uma pessoa muito importante num dos seus momentos mais difíceis. Pense em si pessoalmente e não profissionalmente. Você encontrará características mais verdadeiras na natureza humana que nos profissionais.
7. Então observe qual de vocês recebeu o maior benefício com a situação. Você descobrirá que ser humilhado está vinculado a expectativas, um determinado conhecimento por trás de uma falta de amor-próprio e de liberdade.
8. Deixe que a sua humilhação e a sua mente sejam purificadas pela dor, da mesma forma que o seu corpo poderia ser examinado objetivamente, e a fonte da sua doença cirurgicamente removida. A plena realização desse processo de humilhação tem a mesma conotação de ter a sua identidade, a sua posição, a sua estima e o valor pessoal extirpados.
9. Decida se vai permitir que o seu corpo/mente se cure sozinho, ou se prefere prender-se à dor por razões das quais pode não estar inteiramente ciente?
10. A lição é livrar-se de situações penosas. Lembre-se de que poderão ocorrer mais humilhações, mas agora você está mais bem preparado para lidar com elas quando ocorrerem.
11. Uma vez tomada a decisão, entre em ação imediatamente para limpar e purificar o corpo/mente.

### **Acumulação de Ações Bondosas**

Para muitas pessoas, a palavra “acumulação” está associada a riqueza, conhecimento, posse e poder pessoal. Essa associação é estabelecida pelo propósito enganoso de autoproteção pelas exigências feitas de satisfação antecipada. Elas se sustentam na natureza do medo, a emoção que no final das contas consome a força vital da pessoa. A acumulação torna-se ainda

mais penosa — obsessiva, ingênua, preconceituosa, maligna, acentuada, desgastante. À medida que ela aumenta, também aumentam os problemas infligidos ao corpo/mente. Gradualmente, viver torna-se mais difícil e a ameaça da morte é até mesmo mais problemática.

Lao Tzu afirma que a *acumulação*, literalmente, significa *frugalidade*. Ele mostrou que *para governar o povo e servir ao céu, nada é melhor do que a frugalidade. Só a frugalidade possibilita as medidas vazias por antecipação. As medidas vazias por antecipação significam um grande acúmulo de Te. Um grande acúmulo de Te não deixa nada a ser conquistado. Quando nada precisa ser conquistado, conhece-se a ausência de limites.*

Claramente, quando a *frugalidade* é a medida da vida diária, a pessoa nem exagera em extravagâncias, nem permite que o egoísmo a controle. Não deveria haver nenhuma poluição no consumo de energia; nenhuma expectativa do ego em relação à ação; nenhuma contaminação do coração; nenhuma confusão da mente; e nenhuma negatividade decorrente da ação. Então as *medidas vazias por antecipação* podem tornar-se as condutoras da vida. A interpretação literal de *medidas vazias por antecipação* é “reunir (comer) Chi antecipadamente”. Aplicar esse conceito de maneira realista é reabastecer o estômago de Chi antes de o alimento ser absorvido e restabelecer a tranqüilidade do espírito na mente antes que o ego se lance sobre ele. Não haverá nenhum elemento de limitação temporal, ambiente competitivo ou outras pressões que impulsionem a pessoa a obter vantagens à frente dos outros. A mentalidade de precaução e proatividade destrói o ambiente de *egoísmo*. As *medidas vazias por antecipação abraçam a abnegação*, existindo antes da matéria, por intermédio da ação bondosa, e dentro do Tao.

Por meio da *frugalidade*, a mente se ocupa do material da energia universal. A inteligência do espaço universal e a ação da oportunidade universal são os aspectos supremos da mente, antes de manifestar-se a identidade própria. A identidade própria está ligada à auto-estima. Com a auto-estima vem a dignidade própria. A identidade própria assegura o crescimento da auto-estima, que então se eleva à posição de dignidade própria.

A dignidade própria é totalmente oposta à dignidade individual. Ela é o centro do eu e do interesse próprio. Todos precisamos desses atributos para nos centrar. Ninguém pode fazer isso por nós. Temos de gostar de nós mesmos se esperamos que os outros gostem de nós. O centro consciente da dignidade própria não é outro senão a percepção consciente. Ela existe com o propósito exclusivo de cumprir a natureza da bondade. A dignidade própria é considerada como consciência, não como uma posição atingida. É um estado de franqueza sem comedimento. Ela não tem nenhuma dignidade em si mesma, mas funções como uma circulação energética.

Não é surpreendente que a dignidade nos liberte da nossa última prisão antes de abrir a porta espiritual. A dignidade tem maior poder que o

ego. Agarrando-se desesperadamente à dignidade, o ego mantém o seu poder de sustentação por trás do egoísmo, da identidade étnica e dos padrões de crenças. Quando a dignidade ocupa a coroa da mente, a índole espiritual de perdão, aceitação, generosidade, bondade e compaixão está perdida. Ao cumprir as regras de ordens burocráticas dadas em doses além da dignidade, o mundo inteiro está sob controle mecânico.

Em um mundo do eu-primeiro, acima de todos os outros, como podemos começar a contemplar a acumulação da *ação bondosa!* Com o egoísmo como direção, a definição padrão das ações morais não obstante baseia-se na posse de alguns seres imortais e divinos. Essa aplicação não tem nenhum suporte no Amor incondicional, desinteressado e universal que já está armazenado na camada mais profunda da existência pura. Atinge-se o amor universal como o destino final do egoísmo que existe por si só, tendo sido libertado do seu último baluarte. Essa é a verdadeira natureza da ação mística da Mãe, a Realidade da realização da Mente, a Veracidade do ato da Natureza.

## Ji Te 賈 德

A expressão *Ji Te* é usada para representar a lição de casa dos praticantes espirituais: o sofrimento gratificante das práticas de aperfeiçoamento e a medida objetiva de todos os resultados da meditação. A palavra “*ji*” significa “acumular”. *Ji Te* é acumular *Te*, a lição de casa mais desafiadora em toda prática espiritual, mais exigente que a meditação e mais difícil que compartilhar e dar. É um processo de purificação constante fundado na disciplina da frugalidade conforme comentado acima. *Te* é uma entidade de energia objetiva mas não um objeto concreto a ser identificado e possuído. É a acumulação de bondade, energia amorosa e abnegação. *Ji Te* é a transformação do corpo biofísico em corpo de Chi amoroso. Funciona como um meio para elevar o Chi sexual e emocional em Chi amoroso e libertador. É uma lição de constituição de um mundo de energia invisível fundado na profunda compreensão consciente e no discernimento espiritual.

Em chinês, *Ji Te* é o processo de estabelecimento da qualidade de *Texing* ou caractere *Te*. Sem a acumulação de *Te*, não há nenhuma característica objetiva a ser percebida pelos outros. É essa prática acumulativa, praticada dia após dia, de um evento a outro e de tentativa a tentativa, que dissolve o ego, purifica o corpo e destila a mente. Seja você espiritualista ou religioso, um chinês nativo ou nascido no exterior, o *Ji Te* existe como a reação objetiva ao ser atual em todas as coisas. Tanto na literatura budista quanto na taoísta, é maior a concentração dos textos dedicados ao *Ji Te* e ao *Texing*. No taoísmo, considera-se que devam ser realizados 36.000 trabalhos de

“jiinizar” o Te antes de se pensar em transformar Shen em Xu. Essa parece ser uma quantidade invulgar de lição de casa, mas é uma disciplina necessária. Não é insuperável.

Na nossa sociedade, existem muitas técnicas de meditação a serem aprendidas, muitos conhecimentos a serem dominados, muitas oportunidades para os que buscam uma posição. O Ji Te pode ser ensinado mas não pode ser aprendido, uma vez que tão logo algo é ensinado, já é secundário. Você não pode controlar ou dominar o Ji Te; você simplesmente sacrifica a vida inteira a praticá-lo. Ele é mais doloroso que qualquer doença, mais degradante que a humilhação. Requer mais sofrimento do que a natureza do sofrimento em si. Ainda assim, quem quer que deseje se superar terá de superar esses “bloqueios” primeiro. Você está pronto para começar?

O Te acumulado de um mestre é aplicado ao seu nome espiritual. Pertece ao mestre. Ninguém pode dar Texing a outra pessoa, embora essa pessoa possa ser o alvo da sua bondade e generosidade. O Texing é muito egoísta; honra só aquele que o honra. Essa é a natureza da circulação energética espiritual. Qualquer estudante que deseje construir uma boa reputação na prática do Texing entenderá depressa que não pode dominá-lo aprendendo com os outros. Esse deve ser um processo de domínio pessoal. O Ji Te e o Texing só pertencem ao mundo espiritual. Eles são o *feng-shui* da bondade cósmica, representando o Te místico na ação bondosa.

## O Equilíbrio das Ações Bondosas

Lao Tzu usa duas palavras — eminente e inferior — para identificar a lacuna entre ação natural despreocupada, indiferente, e ação prática individualista, presumida. Portanto, *o Te eminentemente é descomprometido. Por isso é constantemente e eternamente ativo, e nada resta incompleto. O Te inferior nunca deixa de agir. Por isso é inativo.* É a ação do individualismo e a ilusão da mente egóica.

Quando a ação eminentemente deriva em ação inferior, aquela que é amalgamada no autocomprometimento em vez da ação espontânea e da retidão eminentemente, ela reverte então no comprometimento da mente. *Quando a retidão eminentemente se compromete, o julgamento se configura, reduzindo os resultados dos compromissos.* Uma vez dispersada a retidão, *a justiça eminentemente se compromete, mas não responde adequadamente às situações.* Por esse motivo ela é frustrada. Quando o Tao está perdido, ele se torna Ação; quando a Ação está perdida, ela se torna benevolência; quando a benevolência está perdida, ela se torna justiça. Quando a justiça está perdida, ela se torna decoro. O decoro é o verniz da fé e da lealdade, e a vanguarda das perturbações. A previsão é a vã exibição do Tao, e a vanguarda da insensatez.

A justiça se perde na autojustificação e na proteção cultural da vida social. Ela não sustenta nenhuma semelhança com a *ação bondosa*. Ela se baseia na auto-agressão e na oposição a essa agressão. A imparcialidade, na prática da justiça, já não existe como imparcialidade. As medidas mais eficazes, protetoras e inteligentes e as previsões são estabelecidas pelas fontes mais fortes de justiça. Perante o braço forte da justiça, o destemido está em perigo e pode perder a vida, mas depois o karma da reação emerge. Em face da justiça, o medroso pode sobreviver antes de ser pronunciado o julgamento final. O seu corpo físico é protegido temporariamente, mas o seu coração clama. À medida que a justiça emprega cada vez mais procedimentos, a sociedade torna-se mais caótica e desordenada. Essa não é a natureza do Tao; essa não é nenhuma *ação bondosa*.

Há uma diferença clara entre disciplina moral e justiça social. A disciplina moral é a medida conscientiosa das ações virtuosas realizadas por amor e bondade, equilibradas pelo mecanismo sagrado. Quando o amor e a bondade são fracos, a mente reage inconscientemente. Assassinatos, roubos, mentiras e todos os tipos de “comportamentos injustos” se manifestam. Eles servem ao propósito de levar vantagem sobre os outros (e no final das contas sobre o próprio eu) num esforço fracassado para compensar a deficiência de amor e de bondade.

Daí vem a *retidão*, o julgamento padrão da conduta moral. Quando a *retidão* está perdida no domínio do ego e da agressão, as regras religiosas/políticas florescem, moldando o comportamento social pelo seu próprio padrão de *retidão*. A retidão torna-se então a prioridade da justiça social, a medida da ação específica. A *ação bondosa* é transposta na forma de regras dogmáticas e de preconceito social. Quando a disciplina moral entra na categoria de justiça social, a conduta moral é substituída pela conduta social: um jogo de atividades coletivas iniciado por certos indivíduos. Um grupo seletivo foi conduzido a posições de autoridade pela mente coletiva. A disciplina moral torna-se um princípio racional. O amor incondicional e desinteressado resulta na conexão condicional do amor egoísta. A bondade é o instrumento para a sedução e a compaixão é o disfarce para a satisfação do ego. Tudo está perdido no labirinto de leis rudes, cruéis, desumanas e racionalizadas, elogiadas e protegidas pelo ego. No meio da ação bondosa e da justiça, o santo e o pecador exercitam os extremos do bem e do mal: um economiza enquanto o outro destrói.

As pessoas devem entender que a qualidade da *ação bondosa inativa* deve ser restabelecida antes que o amor possa disseminar-se incondicionalmente. Então não haverá nenhum mal, nenhuma desculpa “moral” e não mais justiça social. A mente estará perdida e a mente julgadora estará perdida. Isso, em si mesmo, é a *ação bondosa*.

## Aperfeiçoamento em Ações Bondosas

### A Natureza do Aperfeiçoamento

Do ponto de vista da mente, o aperfeiçoamento começa no eu e termina no não-eu. É a transformação do compromisso mental em percepção observadora plena. A perspectiva do taoísta é de que o aperfeiçoamento começa com o não-eu e culmina no eu universal: o elixir dourado. O não-eu refere-se ao eu puro que não está dissimulado pela mente racional e intelectual, nem distraído pelo coração desejoso e egoísta. Ele é o poder da mente sábia assim como o espaço de coração puro.

*Quando surge a inteligência, ocorre muita manipulação.* O próprio ato da mente sagaz, obsessiva e alucinante dessa proliferação intelectual torna as pessoas infelizes, calculistas, e a sociedade caótica. A afirmação de Lao Tzu foi confirmada pela experiência profissional de C. G. Jung, conforme comentado na sua obra biográfica, *Memórias, Sonhos, Reflexões*. Ele relatou que “pela minha experiência, portanto, os pacientes mais difíceis, assim como mais ingratos, além de serem mentirosos contumazes, são os chamados intelectuais. Com eles, uma mão nunca sabe o que a outra está fazendo. Eles cultivam uma ‘psicologia de comportamentos’. Qualquer coisa pode ser resolvida por um intelecto que não esteja sujeito ao controle do sentimento — e ainda assim os intelectuais continuam sofrendo da neurose de sentir-se pouco desenvolvidos sentimentalmente” (1961, p. 145). Os intelectuais não conseguem nunca uma harmonia entre o que pensam e o que sentem. Eles não são capazes de interiorizar os pensamentos sobre o Tê consciencioso antes de agir analiticamente. Eles caminham por um túnel estreito — o processo lógico —, que é a neurose da intelectualização ocidental ou civilização em geral.

Só quando a capacidade intelectual puder se acalmar é que o coração ansioso será reprimido. Só quando a mente egoísta for dispersa o eu verdadeiro poderá assumir o seu lugar legítimo. A paz e a tranqüilidade são a estrutura da iluminação da mente, enquanto a originalidade e a sabedoria são o conteúdo da verdadeira inteligência da mente. Essa inteligência está muito além do que a educação e a persuasão podem alcançar. Ela está ligada a toda capacidade inata não alterada e pura do indivíduo. Quando essa capacidade se liga à sua fonte, torna-se o eu universal.

Para chegar a esse ponto, é necessário dominar o eu, a semente do Tao. *Eduque o eu, trate o eu pelo padrão do eu, e a ação será pura.* O eu é uma entidade tal que subjetiviza a forma do corpo/mente. Ele objetiviza imagens subjetivas e visões com significados racionalizados e expressões lingüísticas. Depois ele interioriza imagens que o corpo/mente recebe e as expressa

pela ação que o corpo/mente interiorizou. Ele se concentra na consciência, escuta o coração, fala pela boca, projeta pela inteligência e luta com o não-eu e os falsos egos. Ele é manifesto pelo corpo, conduzido pela mente, avaliado pela justiça, protegido pela personalidade e grandemente admirado pelo ego. Quando todos esses pedaços do eu são unificados e cristalizados pela natureza do Tao, não há nenhuma diferença entre o eu individual e os eus dos outros; não há nenhuma separação entre o eu interior e o eu exterior; não há nenhum espaço entre o eu puro e a ausência de eu.

A personalidade é tal que a individualidade não pode existir onde a autoconsciência não existe. Quando o eu não é compreendido, o ser verdadeiro não suporta nenhum significado específico. Mas quando a consciência é voltada para si mesma, o egoísmo aflora. Se o significado da consciência é mantido apenas subjetivamente, não existe nenhuma interação ou comunicação, restando apenas o corpo constrangido, isolado e congelado. Se um eu desses fosse aberto ao público, seria visto como um eu disponível, um sopro de vento indesejado, um vírus contaminado. Se um eu desses desse ser desejado pelo público, seria considerado um objeto ideal, uma conexão mental ou um desejo ardente. Permanecer nesse plano torna-se enfadonho, solitário e suspenso. Exibir-se com ele é problemático, exaustivo e ilimitado. Identificar-se com ele é uma fixação e deixá-lo de lado torna-se sem sentido. Esse é o pobre eu generoso e desinteressado, a personalidade autolimitada.

Uma maneira de tratar o eu é entendê-lo de acordo com o padrão do eu. Tratá-lo como uma entidade objetiva, sem vínculo físico, emocional e mental, seja como um corpo carnal, seja como um ser consciente, seja como um determinado artigo especial de Deus. Superada essa etapa, ocorrerá uma compreensão clara e completa da cor, da textura, da qualidade e da utilidade desse eu. Uma vez que o Tao é difundido e misturado dentro do eu, deve ser reconhecido como o único modelo de papel a ser desempenhado para a família na sociedade e na terra.

O que está dentro e o que está além manifestam-se uniformemente. Dentro está a pura e verdadeira natureza desse eu. O que está além são a aceitação e a unificação ilimitadas em relação ao mundo do universo. Quando o eu identificável é puro, o espaço mental é ilimitado. Ele vai para a família, a comunidade, a nação e o mundo. Eduque a família e a ação será abundante. Eduque a comunidade e a ação resistirá. Eduque a nação e a ação será fértil. Eduque o mundo e a ação estará impregnada em toda parte.

A educação toma o mesmo caminho e abrange o mesmo território com a noção do tratamento objetivo. Esse tratamento objetivo é a concentração atenta e a meditação no objetivo adotado pelo eu. Para citar Lao Tzu: *Trate a família pelo padrão da família. Trate a comunidade pelo padrão da comunidade. Trate a nação pelo padrão da nação. Trate o mundo pelo padrão do mundo.* O eu é

o mundo e o mundo é o Eu. Educar o eu, estabelecer a família, governar o país, permanecer em paz com o mundo e harmonizar-se no Tao da natureza são os caminhos do assim.

Lao Tzu se pergunta: “*Como eu sei como é o mundo?*” Basta pronunciar uma palavra: “Assim.”

## Compreendendo o Te Místico

Quando o eu é puro, encontra um ambiente encorajador onde pode entrar no espaço da ação mística dentro da ação mística. A ação mística adotada pelo eu não é misteriosa, mas bastante comum e simples. Uma vez que a ação dessa ação mística é gerar mas não possuir, aumentar mas não dominar; (ela) estimula e nutre, desenvolve e educa, integra e completa, eleva e sustenta. Ela estimula sem possuir. Ela age sem confiar. Ela se desenvolve sem controlar.

Mais adiante, Lao Tzu usa a entidade conceitual da mente — o conhecimento — para mergulhar na ação mística. O conhecimento, para Lao Tzu, é informação mental adquirida dirigida pelo desejo consciente ou persuasão egoísta. O conhecimento é algo que, no máximo, pode ser usado para ajudar a mente a entender as contínuas informações importantes mas desprezadas: um contínuo variável com a sua configuração espacial e temporalmente definida. Sob essa condição, é preciso ter a capacidade e a habilidade de saber em todas as direções. No entanto, não é em benefício de perseguir o conhecimento que a natureza etiológica e patológica desse mal se manifesta.

O uso que ela faz do país conota uma mensagem dupla. De um lado, um corpo isolado com carne e ossos, guiado pela mente. De outro, uma nação independente com o território e a sua gente sendo conduzidos por um governante. Na forma não-egoísta, autorizar-se a comandar um país tem o mesmo significado que assumir o controle do eu antes que a mente egóica interceda. O corpo é o país; o espaço mental ocupado pela mente. Ninguém pode controlar o vazio natural criado tanto pela imensidão da individualidade quanto pela terra visionária a ser conquistada. Esse espaço mental é o que distingue a vida humana da animal. Independentemente de qual seja esse espaço: uma configuração individual, um território nacional, a energia desse espaço usada para amar ou governar, a energia que conduz o espaço tanto biossexual quanto psicobiossexual — o espaço mental permanece o mesmo. *Se você avalia o mundo como faz com o corpo, pode ter confiança no mundo; se você ama o corpo como ama a beleza do mundo, você pode ser responsável pelo mundo.*

De certo modo, o conhecimento é a circulação, a vibração e a evaporação energéticas conduzidas por esse espaço. Uma vez que a energia nunca

é fixa ou morta, o conhecimento pode ser considerado de maneira semelhante, embora não seja tão vibrante e estimulante quanto a energia. Ele deve ser aplicável, renovável, cinético e disponível. Ele não existe como uma forma fixa, mas como um padrão variável; não como uma possessão mental, mas como um dom vivido; não como uma marca registrada, mas como lixo à disposição. Ele não é uma virtude pura como a mente o trata, mas um monstro destrutivo na realização da mente iludida.

Obter conhecimento é necessário, mas tê-lo é devastador; aplicá-lo requer habilidade, possuí-lo congela a adaptabilidade mental. Quando a mente não está acostumada com o conhecimento, ela é uma “pedra” vazia. (Até mesmo vazio, ainda é tão duro quanto uma pedra; muito difícil de influenciar e muito duro de mudar.) Enquanto condicionada pelo conhecimento, a mente torna-se uma escrava desse conhecimento. Tentar obtê-lo é uma obsessão; não manifestá-lo perante a mente diminui o preço que a mente pagou por ele. O conhecimento não estima a si mesmo, mas está sempre à mercê da ocupação mental; ele não é valorizado pela sua própria virtude, mas pela exigência do ego; e ele não se fixa numa determinada ação, mas é constantemente manchado pela obsessão consciente.

Quando a natureza do conhecimento é compreendida pela mente, transformada e absorvida pela mente, a ação mística é vista então pelos olhos da mente, vista pela visão da mente, fundida na ação da mente. A ação mística não conforta os hábitos da mente nem satisfaz a confirmação mental do conhecimento. Não serve às necessidades das exigências do eu. Ela pode ser experimentada completamente, mas nunca pode ser completamente explicada; inteiramente pressentida, mas nunca absolutamente entendida; significativamente antecipada, mas nunca analisada em detalhes. A ação mística é descuidada na sua natureza, mas atenta ao espírito humano. Ela se inicia na originalidade da natureza humana, mas está além da capacidade da mente buscadora. Ela existe sempre por si só, mas nunca existe totalmente na analogia da mente. Ela existe quando a mente está ocupada, mas nunca quando a mente está preocupada. Ela é muito comum, mas permanece sempre um mistério para o potencial da mente humana.

### Ação Bondosa — A Única Medida

Quando o amor incondicional é substituído pelo amor interesseiro do mundo da comunicação e das relações humanas, ele necessariamente dá origem a antipatias e animosidades. É quase impossível a quem abrigue essa atitude e mentalidade mudar a sua mente. À medida que a pessoa se torna mais egoísta, a animosidade se alimenta de si mesma. Por quanto mais

tempo ela exista, maior será a sua proporção. Quando essa negatividade tornar-se insuportável, a expressão será hostil, indignada e ressentida. A violência pode preceder o seu resultado final, servindo como um mecanismo de defesa protetor. Sob essas condições, só a reconciliação será efetuada quando a situação puder ser negociada vantajosamente. Contudo, o verdadeiro problema permanece não resolvido. Lao Tzu declara que *reconciliar um grande ódio requer necessariamente um ódio não resolvido. Como isso pode ser benevolente?*

Esse tipo de situação foi amplificado pelas negociações de paz no Oriente Médio. O ódio entre as duas nações tem sido profundo e forte. As cicatrizes dessa violência secular são tão graves e evidentes que essa hostilidade profundamente arraigada não pode ou não será alvo de reconciliação por meio de conversas políticas e barganhas de terras. Nessa batalha antiga pelo território, almas inocentes lutam ferozmente umas contra as outras enquanto a terra mantém o testemunho e lava o sangue. Quem pode prometer governar a terra inalterável em constante mudança? Quem se beneficia com a matança, o senhor ou o escravo?

A separação de duas facções em uma nação é comparável à separação entre duas montanhas. As montanhas, erguendo-se sobre a boca do vale, compartilham as suas bases e os recursos energéticos, e estão contentes com a própria existência do vale. O espaço entre elas é tão largo que não podem erguer-se lado a lado, mas permanecem inseparáveis. Cada montanha mantém a própria base de terreno independente, embora ambas tenham o mesmo fundo de vale.

A observação de Lao Tzu sobre o assunto é que *o sábio honra a contagem duvidosa mas não culpa o povo*. A contagem duvidosa é o marco guardado com o registro do acordo inicial. É uma promessa tanto do contrato inicial quanto a esperança voltada para o resultado, mas não a promessa de que não possa ser feita nenhuma mudança. O sábio, é claro, honra o acordo. O sábio deveria passar por cima da contagem e lutar em benefício de um acordo sem sentido? Ele não deve fazê-lo e nunca o faz. Ao invés disso, a sua mente está aberta e o coração também. *Perante a ação bondosa, sustenta a contagem. Perante a ação maldosa, sustenta a franqueza*. Essa é a virtude da probidade. Essa é a virtude de Amar. Essa é a virtude da ação bondosa.

Perante a ação bondosa, a contagem é sempre útil, não em si mesma, mas porque a ação bondosa a torna útil. Perante a ação bondosa, a contagem é a parede de pedra, a distância do confronto, o início da violência. Conforme discutido anteriormente quando o amor egoísta ocupa o comando, nada mais importa. De que vale manter a promessa dada? Já que foi prometido por egoísmo. Amemos o nosso inimigo como nos amamos; o nosso inimigo é o verdadeiro ódio do nosso próprio eu!

Essa é a representação simbólica da diferença entre dois indivíduos, duas nações e dois países. Essa é a aplicação de como somos todos

inseparáveis. Macho e fêmea são diferentes mas precisam dormir juntos; duas raças são duas famílias diferentes, mas têm de compartilhar a mesma terra; dois países hasteiam bandeiras diferentes mas compartilham uma divisa territorial comum. *O Tao do céu é impessoal. Ele valoriza os que são bondosos.* É o Amor genuíno e o Amor incondicional que mantêm as duas pessoas unidas. É a bondade e a generosidade que mantêm as duas famílias unidas. É a visão e a imagem que mantêm unificadas as duas nações. Essa é a única maneira pela qual poderemos superar o problema do “ódio”. Não há nenhuma outra escolha, nem agora nem nunca.

O amor condicional é instável e incerto, sujeito a mudanças, variando de amor a ódio; o Amor incondicional não tem fronteiras, nem território, nem limite, nem ego. É a transformação ideal do aperfeiçoamento. Por causa do seu resoluto aperfeiçoamento do amor ele harmoniza o povo e a nação, a *pessoa pura* e o universo, um e todos.

## Capítulo VII

# Entre o Palácio e o Templo



Fig. 7.1 34º Hexagrama (Boa Sorte).

A sexta linha no topo do 34º hexagrama do *I Ching* indica: “Quando o bode marra contra a cerca viva, não pode avançar nem recuar. Nada mais é servido. A dificuldade traz boa sorte.” Nessa linha, a cerca viva representa tanto as ordens religiosas divinas quanto as leis burocráticas institucionalizadas. O povo, representado pelo bode, está aprisionado no seu país de residência assim como no seu templo de adoração. A sua semente espiritualmente transformada de bode (os ossos pélvicos), que dá estrutura ao abdome, é contida pelo sangue da carne e pela paixão do fogo. Marchar atrevidamente para a frente desafia as leis do governo do país (corpo) e retirar-se é contra as regras naturais de transcender o poder (espírito dormente). Elas (ovelhas transformadas a partir do bode) vivem em condições que necessariamente evocarão uma Revolução (Ge), do 49º hexagrama.



Fig. 7.2 49º Hexagrama (Revolução).

O governo autoritário (o instinto profundo) já foi estabelecido no hexagrama anterior, o 48º, o Poço (Jing), a concavidade cósmica do poço, sendo o resultado da reação revolucionária (a corrupção de Deus). Isso é simbolizado como a pele de um animal (necessidades da escravidão) que, pelo seu uso com o passar dos anos (sacrifício), perdeu a sua resiliência (o

Chi do amor), suavizou-se (domesticação) e por conseguinte perdeu o seu caráter original (o poder do espírito). De certa forma, tempo e mudança dão origem à ação revolucionária, um novo começo (uma esperança sonhada). Sem isso, o homem pára, tendo sofrido uma lavagem cerebral ou batido com a cabeça contra uma parede inflexível de leis. Um novo sistema tem de substituir o velho, como simbolizado por uma nova pelica crescente. O homem deve armazenar as suas forças e habilidades para avançar na vida, na sua contínua busca da liberdade.



*Fig. 7.3 48º Hexagrama (o Poço).*

Este 49º hexagrama é uma combinação da mentalidade apegada e da atitude incendiada de Li, acompanhada pela mentalidade jovial e a atitude espontânea de Dui. Li representa o abdome (intestino grosso), a filha do meio e a felicidade. Dui representa a boca, a filha mais nova e a fé. Esse hexagrama ilustra a justa necessidade do abdome pelo alimento para sustentar o corpo. A boca é necessária como expressão da alma a ser retida. A filha do meio augea-se à sua realidade física de segurança e estabilidade, e a filha mais nova deseja liberdade espiritual e expressão espontânea. Quando a felicidade encontra a fé, a ação revolucionária constante é invocada. A revolução brota da expressão do espírito e da alma, pela vibração biológica e a iluminação espiritual. Ela é definida pelas leis soberanas e pelas ordens espirituais, legisladas em palácios e templos e administradas pela gente espiritualizada.

Como conter a mentalidade apegada do vínculo espiritual é a função de um corpo governante. A mente deve ser acalmada para o corpo poder se libertar desse apego obsessivo. Como purificar a mentalidade jovial do espírito no seu poder de profunda sabedoria é a função do poder transcendente. O espírito deve ser destilado para permitir que a sabedoria se manifeste. Essa é a dificuldade que envolve o corpo e a mente, o povo e o espírito, o estado e a igreja.

Este é o estado do engodo, a condição de prisão e a situação de dificuldade que requer a revolução. Essa atmosfera asfixiante de batalha remonta à sua origem na revolução entre o céu e a terra, o fogo e a água. O lago do peito é enfrentado com o desafio de morrer e o abdome encontra-se em perigo iminente de fome. O consciente afronta o desafio do esgotamento verbal, enquanto o inconsciente é ameaçado pela urgência instintiva.



*Fig. 7.4 17º Hexagrama (Seguir).*

Felizmente, o 49º hexagrama pode ser realizado pela função do Caldeirão (Ding): o 50º hexagrama. Essa jornada é levada a cabo, conforme indicado pela terceira linha do 17º hexagrama: Seguir (Sui). A linha expressa que: “Quem se apega a um grande homem, perde o pequeno homem. Na seqüência, encontra o que procura. Bom por morar e preservar.” Nesse comentário o pequeno homem/menino representa o imaturo e que se encontra em posição inferior. O grande homem encarna a posição inflexível e o seu predicado eterno. Abandonam-se as ações infantis buscando a seguir o atributo espiritual mais elevado. O que se perde é o que já se viveu e digeriu; portanto, não há necessidade de se apegar. Essa é uma mensagem profunda, para dedicar-se ao espírito verdadeiro interior no processo de dissolver todas as ações e convicções superficiais. Pode-se então permanecer no puro estado de órfão amparado na fonte da grande mãe.

Lao Tzu comentou a situação do órfão sugerindo ainda que ele necessita *não buscar o ganho em perder, nem a perda em ganhar*. É assim que devemos viver juntos. Tanto na vida política quanto na vida espiritual, devemos harmonizar o papel protetor do governo — o papel da Deusa — com o poder instruído da igreja — o poder de Deus — em unidade inseparável e indivisa. Agindo assim, o povo será unificado com os seus espíritos e o governo e a ordem divinatória estarão integrados. Reunir o Chi em harmonia é o pai do ensinamento. Ninguém salva o povo; ele se salva sozinho. Nenhuma religião pode liberar os espíritos; eles atingem a iluminação por si sós.

Os taoístas declaram: “O meu corpo é o país e a minha mente é o rei. A minha vida é controlada por mim, não por Deus.” Eles se dedicam ao enfoque taoísta, que exclama: “Eu quero ser e tornar-me grávido de mim mesmo.” É por isso que o taoísmo não pode nunca ser institucionalizado. A essência do taoísmo permaneceu inalterada desde o seu aparecimento na China antiga. Se um imperador favoreceu ou negou o Tao, os seus ensinamentos são firmes, simples, muito embora profundos. A sua essência resiste. Alguns tentaram converter o Tao em uma entidade rígida e concreta, mas inevitavelmente encontraram o fracasso. Uma vez no passado, houve uma confrontação verbal e literal entre o budismo e o taoísmo, embora nenhuma violência tenha ocorrido e nenhuma vida tenha se perdido.

Lao Tzu exclama: *Quero ser completamente diferente de todo mundo, tirando o meu sustento da mãe geradora.* Quando a prática da alquimia interior, com a meditação e o aperfeiçoamento, chega à *ação bondosa*, o corpo tem energia

suficiente para se sustentar, a mente é pura o bastante para permitir que *shen* conduza as questões cotidianas. O meditador é assim capaz de executar a *ação bondosa* em sociedade, amando “o povo” e governando “o país”. Amar o povo é amar a energia (*Chi*), governar o país é controlar o corpo. O corpo é a imagem do povo; o amor é a energia do povo; o exército é o meio de controlar a energia e a realeza é a coroa santa de eu verdadeiro.

No Capítulo 58, Lao Tzu explica que *quando o governo silencia, o povo é sincero. Quando o governo se intromete, o estado é decisivo*. A palavra “decisivo” é *guai* em chinês ou *jue* nos textos de Mawangdui. Lingüisticamente, *jue* significa decidir, fazer uma escolha ou confirmar. *Jue* foi uma extensão de *guai*, cujo significado era dividir, separar, irromper ou resolver. O caractere *guai*, que é o 43º hexagrama, é o único que Lao Tzu aplicou do ensinamento do *I Ching*: Resolução (*Guai*). O caractere *guai* inicialmente significa separar, isolar ou dividir o material. Ele é composto pelas pinceladas de mão e objeto, indicando que as mãos quebram um objeto em pedaços.



*Fig. 7.5 43º Hexagrama (Irromper).*

Esse foi talvez o método mais antigo de distribuição: quebrar e dividir os objetos com as mãos e distribuí-los uniformemente ou de preferência entre os familiares. Quando a carne estava cozida, o chefe da família a dividia em pedaços menores para distribuí-la entre todos os familiares. Mais tarde ainda, o *guai* viria a representar o selo de jade do imperador. O selo tinha uma borda esculpida e podia ser levado na mão por um orifício escavado com esse propósito. Ou como medida de proteção podia ser usado ao redor do pescoço pendurado por um fio de seda decorativo. Na história do desenvolvimento humano, o método mais antigo de tomada de decisão e distribuição material do *guai* foi gradualmente passando ao formato lingüístico para esboçar leis, normas e práticas de justiça. Os objetos materiais (como a carne) foram substituídos pelas decisões ou escolhas feitas pela mente e as palavras escritas. A documentação oficial começou a circular dentro do tribunal e do Estado.

Lao Tzu adverte que *quando o governo é intrusivo, o estado é decisivo*, referindo-se às condições entre o corpo burocrático e os seus negócios estatais. O chefe da família torna-se o governante do Estado e os assuntos familiares são ampliados como negócios de Estado. Em vez de castigar ou recompensar diretamente os parceiros com a força das mãos, cartas e do-

cumentos assumiram o poder da bofetada, do reconhecimento deliberado e das congratulações disfarçadas enquanto os governantes começaram a contratar funcionários e testamenteiros para executar as suas ordens. Quanto mais intrusivo o governo se tornou, mais regras, regulamentos e legislação foram instituídos. Mais documentos oficiais e ordens foram distribuídos no Estado, proliferando-se rapidamente até chegar ao que existe no governo hoje em dia.

Como indica o 43º hexagrama, e como uma regra de ordem natural, a decisão primária provém de uma perspectiva masculina ou feminina. O homem velho, o cavalo, céu, o pai ou o marido são representados no trígrama inferior, enquanto a filha mais nova, a ovelha, a concubina, a beleza ou o vampiro estão representados no trígrama superior. A resolução do poder celestial funciona como a base do fundamento cósmico, enquanto o lago jovial indeciso da beleza é a transição criativa. Essa ordem eterna representa a última demarcação entre a sabedoria e a mocidade, a quietude e a paixão, a compreensão e o sentimento, o discernimento e a criação, e a separação e a unificação: a estrutura cósmica irrestrita sem igual.

Externamente, o povo representa o alimento, o material e a circulação energética, enquanto o país representa as mãos, a inteligência e o poder da sabedoria. A terra produz o alimento, a mãe dá à luz todas as criaturas e o amor faz tudo começar e fluir. Esse é o poder de yin: a virgem, a receptividade e a ressurreição. As mãos são as fabricantes de todas as coisas, a mente é a decisão de todas as coisas e o poder da sabedoria é a luz de todas as coisas. Esse é o poder de yang, a criação, o discernimento e a separação.

Na verdadeira vida espiritual, portanto, a mente deve ser decisiva, o corpo transformado e o karma purificado. Essa é a prática do Chi Kung cósmico, a terceira etapa da prática taoísta da alquimia interior: transformar Shen em Xu. A mente não deveria mais ser egoísta, a alma não mais egoísta, a sensação não mais dispersa e o corpo não mais contaminado. Temos então a união mais desejável, a unificação mais elevada e a harmonia mais calma. O corpo/mente interno está em harmonia para processar o alimento e interagir com o ambiente. A mente decidida jamais oscila entre a consciência da quietude interior e o sacrifício interno. O caos deve ser colocado em ordem. Os passos importantes devem ser firmes. Qualquer distração perturbadora deve ser registrada subconscientemente. A expressão facial da pessoa deve estar serena, ainda que grave e firme. A falta de criatividade (representada pelo dano cutâneo da coxa na quarta linha) deve ser despertada por inspiração espontânea em vez de por participação antecipada. A carne envenenada deve ser eliminada, a terra coberta de erva daninha deve ser cultivada e o corpo/mente adoecido deve ser purificado. Essa é a expressão literal do guai e a aplicação prática deste capítulo.

## Amando o Povo



### O que é o “Povo”?

O povo é tanto um corpo/mente unificado quanto coletivo. O povo é tudo o que importa num país: uma única e unificada entidade de terra e população. O território é onde o povo nasce, vive e morre. Em conjunto, o povo compõe a população e torna-se o zelador do território. Como um corpo/mente coletivo, a sociedade é composta de hábitos, costumes e regras necessários. Esses três são a riqueza de uma nação, uma vez que incluem e abarcam as cores e flores, a beleza e a sedução, a disciplina e a ordem. O povo é a cidadania da terra e dos rios, o amor e a benevolência, a justiça e os desordeiros; o povo é o destruidor.

Somos informados de que *o sábio não tem benevolência, ele trata o seu povo como cães de palha e o sábio sempre está sem a própria mente. Ele usa a mente do povo como a sua mente.* Só quando o sábio está livre da benevolência e da mente, ele consegue administrar a benevolência objetivamente e estar atento à mente do povo. O sábio é a fonte da mente e o povo é a mente atuante. A benevolência é o equilíbrio interno. Quanto mais profundamente o sábio está ligado à fonte, mais atento está às ações do povo. À medida que se torna mais atento, ele também fica mais fiel e amoroso em relação à fonte. Uma vez que o sábio tem fé em si e no povo, não se pode discernir nenhuma desconfiança ou suspeita. Só medidas de benevolência. *Quando a fé é fraca, há desconfiança. Especialmente no valor da fala. Os resultados falam por si.*

No contexto da natureza, *o motivo pelo qual os rios e os mares têm a capacidade de reinar sobre todos os vales é que eles excedem em inferioridade.* É por isso que *eles têm a capacidade de reinar sobre todos os vales.* Assim, quando o sábio quer elevar o povo, a sua fala desce ao nível terreno. Quando o sábio quer promover o povo, ele se posiciona na retaguarda. De forma que, quando ele está à frente, o povo não o prejudica. Quando ele está acima, o povo não se sente pressionado. O mundo inteiro o apóia incansavelmente. Uma vez que ele não confia na competição, o mundo não tem nada com que competir. O sábio não é nem um líder político nem religioso, mas uma combinação de ambos. Ele tem o menor ego mas equilibra o ego enorme do imperador. Isso pode ser ilustrado pela história da estrutura política chinesa e as suas práticas religiosas. O lema do imperador na mente chinesa é “agir em nome do Tao do céu” (*ti-tian-xing-dao*). O papel misto que ele desempenha, o cargo ambivalente que ocupa, o poder limitado que exibe e a fantasia política com a qual sonha, posicionam o imperador como um ser humano e um imperador celestial. O poder do seu

ego circula interminavelmente enquanto ele se funde na sua monarquia autocrática.

As convicções taoístas tornam-se a visão interior que o imperador só pode imaginar e a sedução externa que ele pode demonstrar. A disciplina de Confúcio torna-se a regra consuetudinária que permite ao imperador lançar a sua execução política e exercer a sua repressão moral. As idéias taoístas dão-lhe a liberdade e as disciplinas de Confúcio proporcionam-lhe a segurança. Ao povo chinês, o poder do imperador celestial é tão diretivo e eficaz quanto as ordens do imperador, mas a espiritualidade do imperador não é maior que a da cidadania. É a presença de poder egoísta e a invisibilidade da fantasia espiritual que dão origem ao papel ilimitado do imperador. É essa realidade condicionada e essa espiritualidade desenfreada que concedem às pessoas não só uma posição limitada em que se colocar, mas também um espaço aberto para explorar.

### Como Amar o Povo

Amar o povo é ser desinteressado e ter uma consciência, uma intenção, uma atenção e um comprometimento despreocupado. Quando o eu egóico e o seu egoísmo são expugnados da mente, o coração se abre, o amor a tudo penetra. Amar o povo é praticar a *ação bondosa* e ter fé adequada suficiente dentro da *ação bondosa*. Quando há fé adequada, o povo vive feliz e morre gloriosamente. A fé permite que a mente do sábio seja tão pura e limpa quanto a de uma criança e que a mente do povo seja clara e simples como um tronco não esculpido. O sorriso do sábio é a esperança dentro dos corações do povo. A plena exibição da força vital dele é o desejo que vai na mente do povo. Essa ação espontânea é a orientação não demonstrada seguida pelo povo.

Lao Tzu aconselha: *Não exalte a inteligência e o povo não competirá; não valorize os bens raros e o povo não roubará; não exponha à apreciação pública e o povo não desejará. Livre-se da sabedoria, abandone a inteligência, e o povo se beneficiará uma centena de vezes. Livre-se da benevolência, abandone a justiça, e o povo retornará à devoção filial e à bondade. Livre-se da técnica, abandone o lucro, e os ladrões desaparecerão. Esses três são inadequados. Portanto, simplesmente deixe as coisas acontecerem. Observe o comum e abrace o simples.*

## Como Cuidar do Povo Empregando a Virtude Desconhecida

De acordo com a estratégia de Lao Tzu: *Os que praticavam o Tao antigamente não iluminavam o povo, em vez disso, eles o tornavam simples.* Ninguém pode outorgar a iluminação a ninguém. A iluminação deve ser uma jornada individual por uma terra universal. Quando o povo vive a sua vida simples, é iluminado ao longo da própria jornada atribuída por Deus. Lao Tzu explica ainda a razão para isso dizendo: *O que torna mais difícil governar o povo é o que ele já sabe. Fica muito difícil governar o povo por causa do conhecimento dele. Quanto mais conhecimento o povo tiver, mais coisas estranhas aparecerão.*

Saber o que se sabe é um dom. Esse processo interno é um procedimento que busca a conexão, um caminho para discernir o mistério criativo de Deus. O conhecimento é um produto mental, uma semente da mente.

Ter conhecimento é ter habilidade. Ser capaz de *saber* é uma habilidade humana, ser capaz de *ficar sabendo* em todas as direções é uma inteligência humana; obter *conhecimento* é obter a posse do ego, e transferir o *conhecimento* é transferir a obsessão do ego.

A melhor maneira de lidar com o conhecimento é abandoná-lo; a melhor maneira de lidar com o sabedor é fundamentar-se com a quietude do desconhecido. *Ao usar o conhecimento para governar o país, o conhecimento torna-se o ladrão do país. Não usando o conhecimento para governar o país, o conhecimento em si é a ação do país. Entenda sempre que esses dois são o modelo de governo.*

## A Fórmula Contra o Medo

Há uma história por trás dessa fórmula. Quando Gêngis Khan atravessou o território da China, matar era o propósito assim como a recompensa. Ele ficou surpreso e perplexo com a percepção de Chiu Chuji de que “*O povo não teme a morte*”. Citado diretamente de Lao Tzu. Chiu Chuji foi o fundador da Escola do Portão do Dragão do Taoísmo (1148—1227). A mensagem subjacente é que não se pode matar o povo inteiro, porque o povo é destemido perante o poder. Ele é o poder. Quando surge o medo, esse é esmagador. O medo pode conduzir à morte de uma raça inteira de seres humanos e de uma nação. A trágica experiência e uma vida sem teto registradas na história judia fundamentam esse conceito.

*Quando o povo não tem medo da morte, como a matança pode ser usada como uma ameaça?* Quando o povo levanta os braços para lutar contra a vontade do seu coração honesto em uma ação egoísta, deve aprender uma lição. Isso é bem verdadeiro como quando ele usa o coração desejoso para alcan-

çar a sua “perfeição” personalizada. A disciplina de matar conforme a lei da natureza é completamente baseada na ação do povo e nos resultados dessa ação. *Todas as vezes que o povo tem medo da morte e finge o contrário, eu o capturo e mato a todos; quem pode fingir assim? Quando o povo tem um medo absoluto da morte e ainda assim se torna o assassino, desempenha o papel de um executor. Isso é como fazer uma escultura para um mestre escultor. Ao fazer a escultura para um mestre escultor, como se pode não cortar a mão?*

A mensagem é deixar os assassinos matarem-se uns aos outros. Como o dever do executor é exercitar a sua lei natural, ele é destinado a matar, exercitando a disciplina do governante, assim como de livrar o inocente da tarefa.

## O Sucesso Material

O sucesso é determinado pela auto-realização nos negócios por meio do poder interno da dedicação, da determinação e da vontade. Sem a realização interna, não pode haver nenhum reconhecimento social do sucesso. O *sucesso é consequente a todos os negócios. Ele não proclama a própria existência.* Por que apegar-se a ele? No taoísmo, o sucesso tem a ver com a libertação pessoal em relação à transformação de energia sem o reconhecimento da avaliação social. Uma vez que o valor da vida em si é erigido dentro da *ação bondosa*, não há necessidade do reconhecimento social. Ele está dentro do coração das pessoas e a sua recompensa é o resultado final, o de tornar-se imortal.

Com respeito à maioria das pessoas, o *seu compromisso nos negócios fracassa antes do sucesso.* Elas ou se perdem dentro de si mesmas, ou se exaurrem antes de alcançar o sucesso. Citando: “*Preste tanta atenção ao fim quanto ao começo; e os negócios não fracassarão.*” É por conta disso que o sábio deseja não desejar e não valoriza os bens que são difíceis de adquirir. Ele aprende a não aprender e restabelece as perdas da gente comum. Ele é capaz de apoiar a natureza de todas as coisas e, não ousando, impor a ação.

## Governando o País



### A Natureza de um País

A natureza de um país dentro de uma sociedade é tão concreta e sutil como o nome dado de uma pessoa. A imagem de um país é tão frágil e

delicada quanto os pensamentos passageiros que ocorrem à mente. A estrutura de um país é tão tangível e existencial quanto a identidade pessoal de alguém, e a herança de um país é tão forte e firme quanto a convicção de um buscador.

Dentro de um determinado país, o território é o solo, as montanhas são as mamas, os rios são a corrente sanguínea e o povo são os habitantes. A mocidade é a flor, o intelecto a sedução e a cultura o adorno. O país é feito sob encomenda com vários padrões estruturais e cores decorativas. O exército é o protetor e o governo é o destruidor. Para um país, o ambiente é o corpo, o rei é a mente, o povo é a percepção, a religião é a consciência, o governo é o ego, os pais fundadores são os espíritos ou os adoradores. Dentro de um país, as pessoas são a essência, a cultura é a vitalidade e a administração é o espírito. O povo deve se comprometer com uma atitude mental calma e estar à vontade consigo mesmo para que a terra seja cultivada e o país fique saudável. Quando a cultura for vital e energética, a mente será alimentada e o país rico. Quando a administração for limpa e simples, a sociedade será bem preservada e o país estará tranquilo.

O país é a identidade de um forte grupo étnico que é prefigurada pelos mais fracos. Um país pequeno é uma família pequena e um país grande é uma comunidade grande. A linha territorial entre países é como uma projeção do pensamento, uma imagem da mente, uma identidade do eu, um sinal de vitória, um charnão de atenção e uma proteção contra o medo. Os portões dentro da linha são escancarados e a comunicação tão fácil quanto entre dois amantes. As paredes na linha são tão firmes quanto os sistemas de crenças de duas distintas culturas. A luz que brilha através da linha é tão cintilante e jovial quanto os nossos sonhos pessoais e o fogo que queima na linha é tão quente e flamejante quanto uma expectativa cultural.

A própria divisa territorial é a marca de uma guerra, a mancha sangrenta partida pelo sacrificador, a afirmação vitoriosa do vencedor e a confirmação da rendição do perdedor. O território é onde as nacionalidades está definida e são requeridos passaportes. É onde a políticas vigem, imersas dentro dos próprios limites inseparáveis. É onde os corpos de duas nacionalidades atraem um ao outro, as mentes de dois idiomas se comunicam de uma maneira ou de outra e as sementes da unificação cultural dão à luz uma à outra.

A própria linha é tão sutil quanto o fluir de dois fluxos de consciência diferentes e tão larga quanto a projeção do olho da mente. É a distância mais longa que o ego pode cobrir com aprovação; a prova final de que a justiça pode manifestar-se e proteger. Ela se levanta ante os olhos quando o ego se expressa, mas se esconde atrás de uma cortina quando a consciência flui. É por isso que duas nacionalidades podem existir entre si e duas culturas podem se fundir. A vida de uma pessoa, uma família, uma comu-

nidade, uma nação e uma cultura é a demarcação dessa linha territorial. Que marcas importantes a mente tem alcançado! Que bandeira inspiradora e bonita o ego tem reverenciado! Que estado confortável esse em que as pessoas estão encerradas!

## Maneiras de Governar um País

Governar um país pode ser um processo tão complexo quanto curar a doença de uma pessoa. Quando o corpo está em harmonia com a mente e o ambiente, o estado resultante é o de saúde. Ao lidar com a doença, a mente tem de assumir a responsabilidade por buscar a sua própria cura. Superar a doença permite o crescimento adicional e a transformação. Viver com a doença permite que a pessoa entenda o significado, a amplitude e a duração da vida. Aprimorar o eu e buscar ajuda profissional são os dois modos de resolver os problemas. Aprimorar o eu sempre foi a esperança, o método e a tarefa primária. Sem demanda interna, não pode haver nenhuma ajuda profissional; sem a necessidade de avançar, a ajuda espiritual que está sempre presente torna-se remota. Ao se liberar desses dois, alcança-se a suprema liberdade e a iluminação. O corpo tem de viver e tem de morrer; a alma deve ser mantida na eterna união de amor e paz.

Em assuntos de governo, Lao Tzu sugere: *Não constrangendo o ambiente vivo, ele (o povo) não fica entediado com a vida. Porque não ficamos entediados, não existe o tédio.* Todos os problemas dentro de uma sociedade são criados pela confusão e o conflito da mente, gerando assim o sistema legal e a interferência militar. *Quanto mais proibições houver no mundo, mais pobre será o povo. Quanto mais leis e exigências surgirem, mais roubos haverá.*

Lao Tzu critica asperamente o fracasso de um governo declarando: *O motivo pelo qual o povo está passando fome é que o governo cobra impostos demais. Esse é o motivo da fome. O motivo pelo qual o povo é difícil de governar é que os seus líderes estão profundamente comprometidos. É por isso que ele é difícil de governar. O motivo pelo qual o povo não leva a morte a sério é porque preocupa-se com as obrigações da vida. É por isso que não leva a morte a sério.*

É crucial saber que a mente exaure a energia corporal da mesma maneira que o governo exaure a energia das pessoas. Por um lado, o governo floresce a partir das ações do seu povo. Sem o povo, o governo é uma forma vazia do ego, e o seu escritório burocrático torna-se uma capela funerária deserta. Por outro lado, governo é a casa de força do povo em causa, *preocupando-se com as obrigações da vida* por causa das necessidades escravizadas e os desejos coletivos do seu governo.

Lao Tzu também propôs que: *Governar um país grande é como cozinhar um peixe pequeno. Usar a legalidade certa para governar o país. Como eu sei que é*

assim? Quando se conhece a ausência de limites, o país pode existir. O país, existindo a partir da sua origem, pode resistir. O papel de um governo é integrar os elementos sociais diversificados em uma grande harmonia, sem julgar ou valorizar a bondade da intenção, a eficiência do processo, a qualidade dos produtos e os ensinamentos resultantes. O caráter do governo é uma mente invisível com bondade e um corpo visível com força. É a fusão da vontade e do discernimento do poder. Ele deve ser uma bela harmonia de simplicidade, não uma organização diversificada de complexidade. Essa é a legalidade certa, a arte de cozinhar (fritando) um peixe pequeno, em que cada uma das almas nada no corpo oceânico.

Quem entende as necessidades do povo sabe como um governo deveria governar. Quem fica do lado do povo ganha a guerra, e quem pressente o quadro de um ambiente limpo, saudável, produtivo e harmonioso é capaz de assumir o poder da beleza. *Quando o país está em grande dificuldade, surge o patriotismo. Quem pode agüentar a desgraça do país é o governante do país. Quem pode agüentar o infortúnio do mundo é o governante do mundo.*

A história de Gandhi serve como um exemplo dessa afirmação. Ele poderia não ter lido Lao Tzu ou o livro do *Tao Te King*, mas não faz diferença tanto para Gandhi quanto para Lao Tzu. O que Gandhi fez não foi para si mesmo, embora o poder tenha emergido do interior dele. O que Lao Tzu declarou não foi para o benefício de si mesmo, embora “passasse” pela mente dele.

## A Existência Mútua dos Países

*Uma grande nação corre a jusante; ela é a mãe do mundo e a integração do mundo. A mãe está sempre tranquila e supera o macho com a sua tranquilidade; assim ela beneficia o mundo. Uma grande nação confia em uma posição inferior para dominar uma nação pequena. Uma nação pequena, estando em posição inferior, é dominada por uma grande nação. Assim, ser inferior permite dominar ou ser dominado. A grande nação apenas deseja unificar o povo. A nação pequena busca apenas os negócios do povo. Ambas obtêm o que querem, mas a maior está sendo inferior.*

Um grande país abre a boca para o mar com o seu principal corpo fluvial. A posição dele é naturalmente inferior à dos países menores que só têm rios pequenos correndo a quilômetros para o mar ou longe dele. Um país ou nação pequena já está na posição mais inferior. Faltam-lhe os recursos para se expandir. Sem recursos valiosos, o seu negócio único e mais importante é o seu povo. O pequeno país do Japão emergiu como uma nação economicamente poderosa, prosperando com o negócio do seu próprio povo: o poder coletivo da mente.

A aplicação da relação internacional é não pisar nas divisões mas girar ao redor delas, não desenhar a linha mas fluir ao longo dela. Os pontos culturais já existem e as linhas raciais já existiram. A camada de pontos culturais não pode ser coberta, uma vez que são a imagem cultural e a personalidade. Como se pode entender a cultura ocidental moderna sem o auxílio de um enfoque científico? Como se pode ocupar da prática mística indiana sem primeiro conhecer a Yoga? E como se pode entender a mente chinesa sem o conhecimento da filosofia chinesa?

Com o mesmo raciocínio, pode-se caminhar ao longo da linha racial, mas sem encontrar um meio de cruzá-la. A linha é invisível. Dentro dessa linha invisível a raça é uma leoa dormente. A linha não pode ser cruzada sem se destruir a sua existência. Se a mente estiver aberta, a linha torna-se visível; o espaço ao redor da linha é vibrante. Todo mundo pode atravessar ou até mesmo pisar na linha. Essa é a natureza da mútua e neutra *coexistência*. Essa é a natureza do coração comunicativo dos seres humanos, os portadores da maior *existência* potencial na terra.

## Militares



### A Natureza da Guerra

A guerra é o resultado final do conflito mental, a irrupção da confrontação do ego, a reconstituição da justiça distorcida, a restauração da consciência ausente e a redistribuição da estrutura de poder. Quando há um conflito ou confrontação por causa de um mal-entendido e uma desconfiança, a tensão e o calor podem acelerar ao grau em que o antagonismo e a contenção são a única realidade. Isso pode aumentar em escala, resultando na guerra como a melhor ou única solução. Quando o poder é usado em excesso, como em qualquer invasão agressiva, como na exploração coercitiva, obsessiva e na punição repressiva, essas ações abusivas culminam na guerra. No final das contas, o dono do poder necessariamente será dominado pelo povo ou pelas partes que haviam sido reprimidas e oprimidas. De maneira semelhante, *quando os exércitos adversários colidem, os que choram vencem! A rigidez e a insensibilidade são a companhia da morte. A suavidade e a flexibilidade são a companhia da vida. O exército poderoso não há de vencer. Uma árvore rija há de se quebrar. Assim, a rigidez e o poder ficam embaixo. A suavidade e a flexibilidade ficam em cima.*

Essa observação explica que a guerra é o único meio para mudar a estrutura de poder, restabelecendo assim a paz e enaltecedo a consciência

humana. Pela sua própria natureza, a guerra é autodestruidora. Se não houvesse nenhum bloqueio, nenhum engano, nenhuma obsessão do ego, nada em suspenso, não haveria nenhuma guerra. A guerra é em si o sinal demonstrativo da involução individual em face da evolução do grupo, da atualização do eu em face da civilização cultural e do ódio interpessoal contra a expressão social desse ódio. Entender a natureza da guerra é entender a natureza do conflito interior humano entre a percepção espiritual conscienciosa e a ação injusta do ego, entre a submissão ao poder do corpo e a plena exibição do poder da mente.

A guerra é, com efeito, um processo evolutivo para mudar a estratégia adaptável humana da reação passiva para o controle agressivo. Isso se aplica aos ambientes natural e social. A guerra evolui do caráter destrutivo da agressão do egoísta, enquanto a paz chega pela natureza construtiva do espírito humano. Para permitir a existência do novo, devem ser cortados os velhos hábitos e sistemas mantidos firmemente ao longo de gerações. O processo de mudança é extremamente difícil. Pode ser necessária uma guerra para exigir vigorosamente a transição, assegurar a mudança e anunciar a nova ordem.

O processo da guerra pode ser reconhecido como duplo, com experiências tanto positivas quanto negativas como o resultado, apesar das situações atenuantes. Enquanto os limites vinculantes são rompidos para se ingressar na liberdade do desconhecido, o futuro é incerto e imprevisível. Ele pode ser tão destrutivo quanto o processo de deterioração e deformação de qualquer existência material. A guerra é muito dolorosa e estraçalhadora para que se exija que qualquer um passe pelas suas consequências devastadoras. É desolador estar às portas da morte no início da vida, testemunhando os camaradas caídos cruzarem o seu limiar. Dentro da zona de guerra, não há nenhum vislumbre de expectativa mental; só o fogo da artilharia, o som de explosões que causam destruição incalculável, o clamor dos corações, a carne queimada e as cinzas acumuladas.

O estopim subjacente para o estouro desse conflito é acendido pelo poder do ego, o poder da mente enfurecida. Uma vez que a guerra não tem nenhuma avaliação e estimativa conscienciosa, ela desconsidera toda justiça social. A pessoa que lança a guerra se justifica para proteger o seu ego.

Se a guerra pudesse ser justificada, não teria sido negado ao povo judeu o direito de residir em Israel por muitos anos. Os índios americanos não teriam sido forçados a se manter em reservas. Nada importa na guerra a não ser quem é derrotado, quem é vitorioso. Ao vencedor, cabe o poder de demonstrar justiça; aos derrotados que perderam a sua sobrevivência cabe a preservação da justiça que assegurará a vingança futura.

Quando o país invadido tem a possibilidade de se defender e se proteger, a invasão é frustrada. Se não tiver nenhuma defesa, não se trata mais

de uma invasão mas de um ato de submissão perante os invasores. Os invasores exibem o seu poder e a sua autoridade. Tanto o nativo quanto o invasor são todos iguais perante o fluxo de poder da natureza. A guerra é justa para todo mundo. Se a posição de poder terminou, a estrutura de poder presente não pode resistir. Se for o momento para outro poder assumir, ele não poderá fracassar. Nenhum dos lados está disposto a ser subjugado. A natureza tem de forçar a saída do poder.

Quando a consciência interior estiver viva no coração de todos, não haverá guerra. No entanto, quando a guerra for necessária, o lado com consciência interior terá a maior oportunidade de vitória. Isso não quer dizer que a falta de uma consciência interior motivada precipitará necessariamente uma perda. A solução final depende de em quem recaí o poder pelo *retorno da natureza*. Ninguém pode mudar isso ou pode influenciar esse fato imutável. Chame-o de poder de Deus ou de justiça de Deus; esse retorno da natureza está além da manipulação humana. Os mongóis, os árabes, os manchus, os europeus e os japoneses, todos tentaram invadir o território da China. Todos eles falharam; não existe um meio possível de eles tomarem e manterem esse território em seu poder. Ninguém pode tomar “a beleza” do rei a menos que ele esteja disposto a compartilhá-la, e ninguém pode cuidar da “beleza” a não ser o rei-fera, a contrapartida perfeita para a beleza da flor humana.

Essa é a verdade, o fato e a justiça do mundo animal, do qual nós somos um elemento. Os mais fortes, mais rápidos e mais inteligentes tomam o assento do poder. Os mais fracos, mais lentos e menos inteligentes formam as massas. Eles são relegados a executar as tarefas mais servis, a serem subservientes. Os financeiramente pobres, os mentalmente retardados, os sem educação abrem mão do seu período de vida natural. Por conseguinte, os mais ricos, mais fortes e mais inteligentes têm de se encarregar dos parceiros submissos para que eles não sejam colhidos pelos novos invasores que surgem das hierarquias. Lao Tzu revelou que: *Quando os exércitos adversários colidem, os que choram vencem!* Na história mundial, Roma, Pérsia, China, Mongólia, França, Inglaterra, todos desfrutaram a sua época de glória. Os Estados Unidos estão tendo a sua época agora. Poderá ela durar?

Sobre esse assunto, Lao Tzu propõe: *Ao usar o Tao como a lei para governar o povo, não empregue o exército como o poder do mundo, pois é provável que o tiro saia pela culatra. Por onde o exército marchou, crescem espinhos e roseiras-bravas. Ser bom tem a sua própria consequência, que não pode ser apreendida pelo poder. Conquistar sem arrogância, conquistar sem se vangloriar, conquistar sem danificar, conquistar sem tomar posse. Isso é chamado conquistar sem força. A matéria torna-se forte, depois envelhece. Isso é chamado o “Não-Tao”. Morrer jovem é “Não-Tao”.*

## Militares — Um Exército Forte

Os militares significam a melhor preparação para a proteção do ego e a defesa final contra o medo da morte. Lao Tzu declara implicitamente que: *O exército forte é o mecanismo do azar. Os elementos do mundo podem se opor. Assim, os que têm ambições não podem descansar. Portanto, o nobre se coloca do lado esquerdo, e o comandante do lado direito. Assim, o exército não é a arma do nobre. Como um mecanismo do azar, ele o usa apenas como o último recurso. Então é melhor usá-lo rápida e destrutivamente. Não tenha prazer com isso. Deliciar-se assim é gostar de matar gente. Os que gostam de matar gente não atraem o favor do mundo. Os bons inclinam-se à esquerda, os maus inclinam-se à direita. Assim, o oficial inteligente fica à esquerda, o comandante do exército fica à direita. Para usar uma imagem de tristeza, depois de matar gente, todo mundo só tem a lamentar. A vitória é celebrada como um serviço funerário.*

Lao Tzu assumiu uma posição humanística ao tratar o exército como o último recurso e não a melhor exibição. A posição à esquerda é a auspiciosa, enquanto o lado direito indica azar. Pela sua própria natureza, ganhar uma guerra baseia-se na morte e na rendição dos outros. É claro que a vitória deveria ser celebrada como um serviço funerário. A personificação do patriotismo é no máximo uma extensão do amor egoísta. Não requer um quadro de justiça e imparcialidade. Além disso, a guerra é o extremo da competição; tanto o vencedor quanto o perdedor misturam sentimentos quanto à aceitação da realidade, há ressentimento e descontentamento. Um sentido de medo e incerteza quanto ao futuro espreita o lado vitorioso e uma forte vontade de vingança e retaliação surge no lado perdedor.

A realidade suprema, como explica Lao Tzu, é que *mesmo se as armas forem mais numerosas que o povo, elas não serão usadas. Quanto mais armas destrutivas o povo tiver, mais caótica a nação se tornará. Deixe o povo encarar a morte com seriedade e desfrute uma longa jornada. Embora estejam disponíveis, carruagens e barcos não são úteis para a viagem. Deixe o povo retornar: use a técnica de amarrar a corda, saboreando o alimento, usufruindo as roupas, deleitando-se com os seus costumes, familiarizando-se com as suas condições de vida. Os países vizinhos estão à vista. Ouvem-se os ruídos de cães e galinhas. O povo envelhece e morre sem a interferência uns dos outros.* Que imagem bonita de um país e o povo é: o governo simples e os cidadãos comuns. Se todas as pessoas cuidarem do próprio caminho, preocuparem-se apenas com os seus próprios negócios e contentarem-se consigo mesmas, então a mente de todo mundo estará em paz, o mundo inteiro fluirá harmoniosamente na cadência de um estado pacífico.

## Mentalidade de Ganhar

*Ser um bom guerreiro não requer poder. Um bom lutador não tem raiva. Aquele que é bom em superar o inimigo não entra em contato com ele. Aquele que é bom em liderar o povo age com humildade. Isso é chamado Ação de não-competição. Isso é chamado liderar o povo. Isso é chamado o Supremo tão velho quanto o céu. Quando há ausência de poder, a mente preserva a sua total clareza e consciência. Quando uma pessoa não está com raiva, não há perturbação emocional perante a ação. Quando não há confronto, ocorre o esgotamento do consumo de energia. Quando a mente é humilde, o povo é encorajado e o trabalho é feito.*

Lao Tzu explica ainda que *há um ditado sobre o uso da força militar que diz: Eu não ouso ser o anfitrião, mas em vez disso um convidado. Eu não ouso avançar um centímetro, mas em vez disso recuar um metro. Isso é chamado executar sem executar, arregaçar as mangas sem mostrar os braços. Não prendendo o inimigo, não há inimigo. Não há desastre maior do que não ter nenhum inimigo. Não ter nenhum inimigo quase destrói o meu tesouro.* O que Lao Tzu quer dizer é que nunca se deve subestimar nada, especialmente o inimigo. No uso da força militar, superestimar leva à perda de uma oportunidade e subestimar leva à perda da guerra. Sendo um anfitrião dá as boas-vindas à guerra, sendo um convidado administra a guerra. Ao avançar, o corpo é exposto; retirando-se, o corpo preserva os seus recursos. O corpo deve estar relaxado, a mente deve estar desimpedida. Examinando essa questão, antes da ação, a mente se antecipa sem expectativa. Durante a confrontação, o corpo/mente se compromete intensamente sem perder o seu terreno. Quando a batalha termina, não se acha nenhuma cicatriz no corpo e não permanece nenhuma lembrança na mente.

## Estratégias Militares

*Usar o inesperado para conduzir a batalha. Usar o descomprometimento para dominar o mundo. Quando você quiser constringir algo, terá de deixá-lo expandir-se primeiro; quando você quiser debilitar algo, terá de habilitá-lo primeiro; quando você quiser eliminar algo, terá de permiti-lo primeiro; quando você quiser conquistar algo, terá de deixá-lo à vontade. Isso é chamado Luz Superior. O fraco supera o forte. Os peixes não podem viver longe da sua origem. As armas afiadas da nação não devem nunca ser expostas, nem devem ser comercializadas. O tesouro é algo que deve ser mantido secretamente e ser preservado com cuidado. Quando é exibido, convida a manipulação, o seu segredo é exposto, tornando o tesouro sem valor. E o tesouro também não deve ser considerado um ganho econômico; é um ato do autotraição. A julgar pelo modo como*

efetivamente os Estados Unidos mantêm o seu armamento militar escondido — um segredo extremamente guardado — podemos entender que exibi-lo seria um convite aberto ao inimigo. Poderia haver um ganho monetário para alguns, mas isso se mostraria como uma ação contraprodutiva. Em troca, causaríamos um recuo inconcebível. Podemos arcar com o custo de uma tal explosão pela culatra? Podemos nos proteger em segurança atrás do nosso melhor mecanismo defensivo?

## Realeza 皇位 Viúva ou Órfão?

*O que o mundo odeia são a viúva e o órfão desamparados. Mas os senhores e os governantes nomeiam-se como tais.* A viúva, por um lado, é a mãe sem marido. Ela vive com a natureza de Maternidade; dando as boas-vindas ao poder de discernimento. Ela desfruta do cuidado desinteressado, oferece o alimento necessário e retorna finalmente ao seu estado de útero vazio congelado onde o óvulo torna-se leite novamente.

O órfão, por outro lado, é o filho cuja mãe o gerou. Ele só se lembra de sugar, mas a fonte não existe mais para sustentá-lo. Ele guarda a lembrança do pai no seu sangue, sem a percepção consciente da identidade do pai. Assim, ele retorna à montanha e dorme dentro da caverna. A lembrança de sugar é restabelecida com a respiração embrionária; a imagem da mãe vibra dentro do seu corpo e o espírito do pai brilha dentro do seu coração. A mãe chora em prantos, expressando a alegria do povo. O pai ri deliberadamente, demonstrando a fidelidade do povo. Ele se torna a Unidade do Um.

## A Sustentação do Tao 求道

*O Tao é eternamente inominável. Embora a simplicidade seja pequena, o mundo não pode tratá-la como subordinada. Se os senhores e governantes puderem apreendê-la, tudo se tornará auto-suficiente. O céu e a terra combinam-se e concedem o doce orvalho. Sem regras, a gente torna-se naturalmente igual. No princípio, a regra deve ser expressada. Uma vez que ela exista, pare de falar nela. O resultado de não falar nela é a eliminação do perigo. Num modo de dizer, o Tao está para o mundo assim como os rios estão para os oceanos e mares.*

*O Tao é eternamente inominável. Se os senhores e governantes aceitassem isso, todas as coisas evoluiriam por si. O que evolui deseja agir. Eu, então, difundo-o com*

*simplicidade inominada. Difundir com simplicidade inominada é eliminar a humilhação. Sem humilhação, surge a paz. O céu e a terra governam-se.* A “simplicidade” refere-se à etapa procriativa que assegura a maturidade e a complexidade com a vitalidade primária. Ela também serve como o retorno e a revitalização que canalizam a fusão de mudanças da maturidade e da complexidade. Unificar essa noção do Tao contempla a pessoa com uma mente calma, uma vida feliz e um estômago cheio. O que mais pode ser preciso?

## Capítulo VIII

# Longevidade e Imortalidade

成仙

Neste capítulo, reunimos toda a energia no cérebro, ou *niwan*, que é um dos muitos termos taoístas para cérebro: com *ni* para “lama” e *wan* para “elixir”. Quando o cérebro encontra-se em um estado de vacuidade, nele abrem-se numerosos orifícios para conectá-lo com o poder cósmico, emitindo uma fumaça cósmica parecida com uma nuvem. Então o Te torna-se a raiz do céu, unificando tudo aquilo que o cerca. O cérebro funciona como a base aquosa cósmica ou lago sagrado, convidando ao aperfeiçoamento espiritual mais elevado e unificando o Chi dos cinco elementos em estado de Wu Chi.

O espírito puro, elixir ou pessoa pura floresce nessa subcorrente sagrada como uma flor de lótus sem raiz. O cérebro funciona como o templo das mentes onde todas as pessoas unidas ligam-se para promover a compreensão mútua, a ternura e o crescimento. O cérebro não é a raiz do ego e do instinto, mas o pedreiro do espírito e da sabedoria. As oito seções do crânio do cérebro representam o dorso da tartaruga. Os nove palácios (orifícios) no cérebro ligam-se ao cóccix e ao sacro, permitindo o fluxo puro de Chi no corpo/mente. Quando o Chi abdominal é reunido e purificado no cérebro, os nove palácios ligam-se com as nove estrelas do universo, possibilitando assim toda a nutrição necessária requerida pelo corpo/mente.



Fig. 8.1 45º Hexagrama (Reunião).

No *I Ching*, essa noção é expressada pelo 45º hexagrama: Reunião (Cui). Como aprendemos com uma conclusão muito importante e representativa feita por um sábio, todos os álcoois se reúnem para purificar as almas feridas e as mentes enevoadas. Constrói-se um templo para render ho-

menagem aos antepassados, unificando assim em uma família todos os espíritos tornados corpo/mente, iluminados e abandonados. Essa família representa o nosso fundamento espiritual comum, a nossa interligação e o nosso destino comum.

Essa é a transição de Guai para Cui, onde o trígrama do céu em Guai transforma-se no trígrama da terra em Cui. A terra representa a mãe cósmica, a raiz do céu e o útero criativo das criaturas universais. No 43º hexagrama, a mente espiritual é elevada para seguir um caminho espiritual superior. As necessidades individuais diminuem, abandona-se o comportamento instintivo, para abraçar o poder do Te. Quando o Te unifica todos os espíritos dentro da sua família, o pedreiro espiritual e as almas perdidas unificam-se. Produzem-se flores e frutas espirituais, assegura-se a longevidade e o resultado é a imortalidade. Isso se pressente como a transição da ordem para o trabalho, da disciplina para a obediência, da realização pessoal para a concretização pessoal. Portanto, a longevidade é a ordem, a disciplina e a realização pessoal. A imortalidade é o trabalho, a obediência e a concretização pessoal. A longevidade é um desejo e a imortalidade é o resultado do desejo. Agora, vamos examinar esse desejo.

## Batendo no Portão da Longevidade



### Considerações

Na história da humanidade, a longevidade tem sido o desejo mais comum da mente. Não há desejo maior da mente do que atingir a imortalidade espiritual. A longevidade é um desejo mental infinito que conduz o corpo finito existente além da sua duração natural. Esse desejo pode remontar a um erro de cálculo imprevisível da duração exata do ciclo de vida natural. Também pode ter a sua origem num impulso excessivo do espírito transcendental. O erro de cálculo se deve à má informação conduzida pela expectativa do ego. O impulso é uma tentativa feita pelo espírito de escapar o mais rápido possível da existência do corpo e da mente encurralados.

Só uma pequena minoria é capaz de dominar o uso da predição da jornada individual da vida física. Os mestres em meditação podem fazê-lo. Um bom médico é capaz de predizer qual será a duração final de um paciente clínico com base nas evidências patológicas. Uma pessoa clarividente pode ter uma pequena sensação a respeito na forma de uma previsão.

Ainda assim, a vida espiritual é independente da vida física. O corpo não tem outra escolha a não ser morrer, mas a mente *pode* escolher quando liberar o suspiro final.

A expectativa deliberada da mente desempenha um papel importante em termos da situação global da morte e de morrer. Se uma pessoa decidiu se suicidar, ninguém pode impedi-la. Os trabalhos inacabados que foram inventados pela mente devem ser atualizados ou deslocados antes de o espírito partir do corpo e deste mundo. A decisão vem de dentro. O método adequado é viver a vida completamente, sem lutar contra a natureza da morte. Isso pode ser ilustrado pelas histórias de vida de Buda ou Jesus, ambos fundadores de religiões, assim como mestres superiores em meditação. Buda comeu carne envenenada para apressar o seu último suspiro; Jesus foi crucificado depois da última refeição. Cada um deles sabia o que o esperava: libertar-se da morte pelo domínio do caminho do espírito.

Um período de vida de várias centenas de anos não era incomum entre os antigos sábios taoístas. Por exemplo, Guang Chengzi, o gurú do Imperador Amarelo, viveu 1.200 anos, de acordo com Zhuang Zi (Chuang Tse). Ainda assim, a longevidade não substitui a imortalidade. Não é preciso ter uma vida física longa para alcançar a imortalidade. Wang Chunyang, o fundador da Escola de Taoísmo da Realidade Total, viveu apenas até a idade de 58 anos.

### Destilando as Nuvens Mentais

Quando o ego recua completamente, o corpo é capaz de viver a sua jornada de vida material de maneira mais plena. Quando a mente desaparece por completo, a imortalidade, ou a eternidade espiritual espontânea, torna-se inteiramente presente. A longevidade é o processo de mudança dentro do imutável, enquanto a imortalidade é o caráter da uniformidade do imutável dentro da mudança. A mudança a partir do imutável e na direção dele nunca poderia ser preedita pelo ego. No imutável dentro da mudança, a mente nunca pode sentir o vazio dentro do nada. O imutável é a união do preto com o branco; a mudança interior é a transformação da ponte do arco-íris, a distribuição racial da humanidade. *Entender o branco e apreender o preto possibilita a constituição do mundo. Sendo essa a constituição do mundo, a ação contínua não se desvia. Quando a ação contínua não se desvia, ela retorna ao infinito. Essa simplicidade toma forma como um mecanismo. O sábio faz dela o principal governante. O grande governo nunca se divide.*

A configuração do mundo é elaborada dentro do mecanismo; a grande decisão é o que o governa. Esse é o mecanismo da vida e da morte, do nascimento e do renascimento. Desde o nascer do sol ao pôr-do-sol, da

noite para o dia, esse é o cenário estacionário desperto do processo mutante livre. Do masculino ao feminino, do branco ao preto, do fogo à água, é o poder de discernimento. Do feminino ao masculino, do preto ao branco, da água ao fogo, é o poder de receptividade. Penetrar e receber continuam sem sinal de começo ou fim. Os dois nunca se perdem um do outro: a Unidade interior, a configuração do mundo. Essa ação não parte de lugar nenhum, está presente e existe em todos lugares. *Nada existe acima dele que seja justificado, nada existe abaixo dele que tenha sido excluído. Por mais que se procure, ele estará sempre além do reconhecimento. Ele retorna a coisa nenhuma. Seu estado é explicado como estado nenhum, sua forma é explicada como informe. Ele é chamado a visão além do foco. Siga atrás dele e ele se mostrará infinito. Vá à frente dele e não achará começo nenhum. Empregue o Tao de hoje para resolver os problemas de hoje e para conhecer o passado remoto. Isso é chamado o princípio do Tao.*

### **Invocando o Espírito do Vale**

Quando a nossa mente começa a funcionar, entendemos a funcionalidade do mundo. Quando a nossa mente começa a mudar de direção, entendemos a mudança no nosso mundo em mutação. Quando a nossa mente deixa de mudar, concluímos que a mudança é imutável. Isso é tudo o que sabemos, é tudo o que alguma vez soubemos. O nosso consciente é dividido entre os dois lados do desconhecido, a criança e o sábio. Quando vamos para um lado, o outro lado se estende numa projeção de sonhos a desejos e a planos. Ao seguirmos para o outro lado, imediatamente revela-se uma história vivida como um mistério imutável e lendário. A mente é, assim, uma entidade tangível dentro de uma realidade infinita. A consciência intermediária salta para o céu e cai na terra; a inconsciência consome-se no submundo e o superconsciente plana no mundo etéreo. A luz espiritual órfã é magnificente demais para ser retida, com o vento cósmico girando com sementes incontáveis corruptoras. A escuridão abissal do vale profundo é muito assustadora enquanto amaldiçoa a sua jornada imortal, um fluxo gotejante infinito que corre para o mar insondável. Perdido num labirinto, o olho da mente procura só. Ainda em um corpo capaz, mas com a mente doente, os olhos famintos e a voz triste, recua do passado apenas para retornar novamente a uma vida sem sentido. Avançamos na nossa viagem desesperada para enfrentar a realidade inexistente da morte. O que pode fazer a mente, em que ela é capaz de se tornar?

Essa realidade imutável além da expectativa da mente é a natureza do Tao, o nascimento do universo e o espírito do vale da Grande Mão. Lao Tzu assinalou que *o espírito do vale é imortal, ele é chamado a fêmea mística. O portal*

*da fêmea mística é chamado a raiz do céu e da terra. Pairando, ele parece onipresente. Posto em uso, nunca se exaure.*

## Imaginando a Imortalidade

A natureza do imutável perante a Unidade sem nascimento/morte é a longevidade da Natureza e a imortalidade do Tao. Para defini-lo mais claramente, a longevidade trata da forma, transformando e deformando. Ela existe entre o nascimento e a morte, o crescimento e a aposentadoria, avançando e retrocedendo. A imortalidade revela a presença da eternidade perpétua. Lao Tzu entendeu que *o que faz o céu e a terra eternos e duradouros é que eles não geram a si mesmos*. É isso que os faz eternos e duradouros. Ele explica mais ainda que *alcançando o vazio supremo, concentrando-se na quietude central, todas as coisas operam em conjunto. Desse ponto eu observo o retorno delas. Todas as coisas embaixo do céu florescem na sua própria vitalidade, mas cada uma retorna à sua própria raiz. Isso é quietude. Quietude significa retornar ao próprio destino. Retornar ao próprio destino é firmeza. Conhecer a firmeza significa iluminação. Não conhecer a firmeza é agir vigorosamente. Agir vigorosamente traz o desastre. Conhecer a firmeza implica aceitação. A aceitação é imparcial. O imparcial é magnífico. Magnífico é o céu. O céu é o Tao. O Tao está além do perigo até mesmo quando o corpo perece.*

Neste capítulo, Lao Tzu analisa o Tao pela observação atenta de retornar à quietude total daquele destino arraigado. Ele acha que o destino avança pelo seu curso constante sem ser perturbado pela mente; essa é a realização de ser iluminado. Saber isso é aceitar que a mente esteja com a imparcialidade do reino do céu. Essa imparcialidade faz parte do corpo do Tao, um processo de retorno, um movimento para trás na direção do seu estado de procriação, de não-ser e de nada. A nossa mente nunca questiona o amanhecer seguinte depois de se despedir do pôr-do-sol, mas sonha ansiosamente com o retorno. Ainda assim, a mente não precisa ser considerada equilibrada como se você fosse um livro de registros, um apontador do tempo. O ritmo do corpo/mente tem a capacidade de controlar a atividade necessária da vida, como o movimento do sol e as fases da lua. O tempo cuida de si mesmo. Não há necessidade de se lembrar de tudo e não há necessidade de cuidar de tudo. Esse é o filho do Tao: a renovação da mudança. O sol, a lua e a terra são mais conscientes das suas ações e atividades que qualquer coisa que poderíamos impor-lhes. Esse é o processo da aceitação; essa é a capacidade de manter a firmeza; essa é a mente verdadeira, o corpo do Tao.

## Percorrendo a Realidade Viva

現實生活

### A Natureza da Mudança

Tudo o que sentimos é mudança. Da união consciente dos nossos pais até a configuração do nosso processo vital individual independente; do lampejo de uma idéia à sua forma concentrada de pensamento; desse pensamento interiorizado à atividade expressiva; de uma atividade programada a um desejo que vai além da produtividade final; todos esses fazem parte do processo evolutivo de mudança involuntária. A natureza nunca age, uma vez que é sempre a mesma; a natureza nunca deixa de agir porque nunca permanece a mesma dentro da sua forma mutante. Lao Tzu prossegue dizendo que: *Ventos tempestuosos não duram toda a manhã, aguaceiros não duram o dia todo. O que causa isso? O céu e a terra não durarão para sempre, como poderia um ser humano durar!*

Na superfície e nos níveis lingüísticos, a frase “O céu e a terra não durarão para sempre” parece contraditória em relação à frase “O céu é eterno e a terra é duradoura”. O amor saturado na natureza humana é diferente dos amores específicos guiados pelos desejos emocionais, mentais e conscientes. Isso ilustra a diferença entre a presença pura do espírito (*shen*) e a sua atividade consciente momentânea eternamente fluente. Também esclarece a diferença entre fé e crença. O que está presente é muito duradouro. O que está além da previsão mental e da expectativa do ego é o Amor que a tudo penetra. O que está além da avaliação racional e do julgamento baseado na experiência é a fé, que vai além da profundidade do testamento da vida. A fé é individual/universal enquanto a crença é pessoal/cultural. Um cientista seguirá as diretrizes de um sistema de crenças científicas. Numa cerimônia funerária judia, são seguidos os seus costumes e rituais próprios. Ao entrar em um templo budista, observam-se as regras que são seguidas dentro do templo. Mas transpessoalmente e entre as culturas, os cientistas, o povo judeu e os budistas têm a confiança interior tácita, individual e universalmente. Essa confiança interior é chamada de “fé”, que é incondicional, coletiva e universal. Uma crença é um conjunto de hábitos baseados na experiência, regras racionalizadas e sistemas mentalmente programados num ambiente cultural, enquanto a fé é mais sutil, mais profunda e muito mais penetrante e inclusiva. Ela envolve o Amor e a eternidade da Natureza.

A fé eterna nunca morre ao passo que a crença baseada na experiência tem de morrer. Só depois que cada crença datada e baseada na experiência

morre e se transforma, a mente pode retornar ao seu estado infantil, despertar do sono, ser humilde e estar pronta para enfrentar tudo o que pode acontecer. Mas uma coisa permanece constante: toda a realidade viva torna-se uma realidade cósmica, mas cada um tem de existir, morrer e continuar. Glória ou fracasso, ganho ou perda nada mais são que mudança constante. Acalme-se, relaxe e deixe estar.

Enquanto isso, cada movimento é uma jornada iluminada. Sem a presença da mente e se o corpo não estiver pronto, terão de ocorrer a repetição e a continuação até que a mente seja livre e o corpo esteja pronto para dormir. Essa é a glória da realidade viva e a graça da realidade iluminada. Viva completamente, morra completamente. Então, continue sem olhar para trás como se nada tivesse acontecido. Esse é o verdadeiro paradoxo do ensinamento de Lao Tzu. Praticá-lo requer pureza, inocência e humildade. Essa deve ser a expressão certa, a compreensão certa e a atitude correta.

### Inundando-se com a Presença

Como encher o próprio conteúdo mental com a presença é o tema principal do aperfeiçoamento, ou a aplicação de *wuwei*, *ação inativa*, *ação dirigida*. *Saber o que é suficiente é ser rico. Agir com determinação é ter vontade. Não perder os seus recursos é resistir. Morrer, mas não ser esquecido, é ser imortal.* Encher o próprio conteúdo mental com a presença é permitir que a presença do espírito comprometa-se completamente com a unificação constante, momento a momento, da ação biofisiológica e do comportamento psicoespiritual. É necessária uma consciência mental total, sem questionar o significado e o resultado de cada atividade. Nenhuma hipótese é necessária antes da atividade, nenhum controle desejável é exibido para o resultado da atividade. Amar e ser amado é a prática eficaz de estar completamente presente. Quando a realidade da presença está ausente ou bloqueada, cria-se um desequilíbrio e uma deficiência de energia. A mente se manifesta com desejos e anseios em relação à perda da presença amorosa conectada. Se a desconexão continuar existindo, perde-se a esperança, a depressão escurece a mente, provoca-se o desejo ou a ação suicida enquanto a riqueza da vida se encolhe. É como uma flor bonita murchando. Isso é o que Lao Tzu chamou de *a ternura extrema é necessariamente muito cara*. Ainda assim, a ternura é uma avaliação resultante da qualidade energética tanto da luz quanto da escuridão. Ser aficionado pelo caminho espiritual sacrifica a vida material mas liberta o eu, enquanto gostar da força das trevas esvazia tudo, só agrada ao mundo infernal.

Em vez de se comprometer completamente com a presença, a mente começa a fechar o seu ambiente à medida que o ego avança. Essa é a nature-

za da atividade egoísta animada no seu medo de perder a conexão. O ego aumenta ainda mais a pressão sobre a ação biofisiológica. Por esse processo, o enriquecimento psicoespiritual de viver, de “ser com a presença”, desce para o controle obsessivo do ego. A riqueza da vida é substituída pelo desejo de ficar materialmente rico. Pela obsessão o ego atinge a satisfação; pela posse a mente evita se perder na realidade da natureza. A natureza transcendente da Realidade torna-se uma configuração mental, a mente requer o conhecimento e possui os implementos. Seguir com a corrente é místico e viver com a configuração habitual parece sempre carente. A visão do céu é distante, a realidade da atitude mental é muito infernal. Viver não faz sentido; morrer parece insatisfatório. Lao Tzu anunciou que *Quanto mais você se prende, mais perde.* Isso se refere tanto aos objetos reais aos quais a mente se prende quanto ao próprio ato de se prender. Os objetos representam imagens e são os símbolos desse comportamento aderente. Esse é o esforço que esvazia o Chi ou a força vital que canaliza o equilíbrio do corpo/mente.

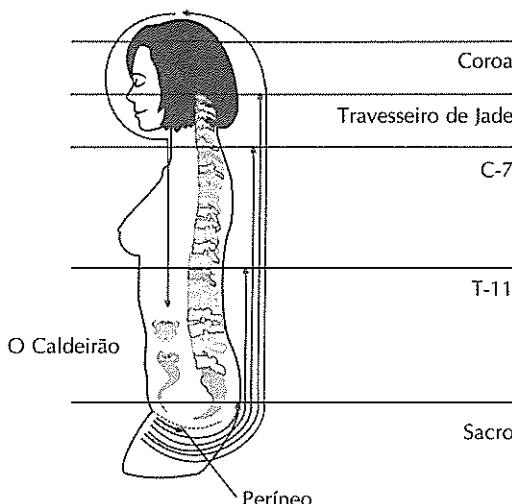
## Invertendo o Processo da Entropia

*Quando a gente nasce, é macia e suave. Quando morre, é dura e calosa. Quando a miríade de coisas, gramas e árvores, nascem, são macias e tenras. Quando morrem, elas estão murchas. Assim, a rigidez e a insensibilidade são a companhia da morte. A suavidade e a flexibilidade são a companhia da vida.* Não se encontra, na obra de Lao Tzu, nenhuma pesquisa no campo da gerontologia, ainda assim ele obteve uma compreensão completa da natureza dessa matéria. Com base na observação natural e na investigação epistemológica, ele conseguiu sobreviver à etapa regressiva de evolução para a infância, indo além do processo vital de nascimento e morte. Por não encontrar um lugar onde morrer fisicamente, ele percebeu em vida que a harmonia é eterna.

O Tao é a harmonia de yin e yang. Para os seres humanos, o mais primordial “estado de harmonia” entre o céu e a terra é a natureza eterna daquele *eu puro*, a unificação de yin e yang. Pela evolução do crescimento humano e do desenvolvimento, o Chi yin, fundamental na nossa Grande Mãe, e o Chi yang que desce do Pai Etéreo (o espírito de Deus) unem-se na harmonia pura. Contudo, eles perdem o equilíbrio essencial através do seus filhos: os nossos pais biológicos originais. Por causa disso, raramente entramos em contato com a verdadeira natureza da harmonia eterna. Raramente experimentamos a felicidade dessa beleza harmoniosa, com as possíveis exceções de ter um sexo biológico, abarcando as duas almas, ou entrar na região abismal onde a nossa Grande Mãe encontra o Pai Etéreo.

Pela sua própria natureza, a atividade sexual humana avança sempre para o ponto onde não há retorno. Quando duas pessoas se atraem a ativi-

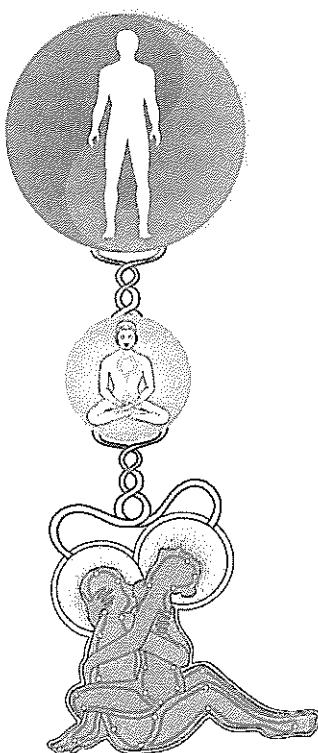
dade pode começar com um abraço. Essa harmonia unifica as duas almas perdidas no início de um novo produto: três — o eu combinado —, o filho. Duas coisas transparecem então. Existe-se, como explicou Lao Tzu, quando as coisas alcançam o clímax, estão repentinamente velhas. Esse é o “Não-Tao”. O “Não-Tao” morre jovem. Como resultado, o próprio clímax exaure a força vital e impulsiona a vida física para a sua etapa “velha”. O clímax se anuncia como o início do crescimento e do desenvolvimento da vida. Pela prática sexual, a força vital se perde tanto em preservativos quanto em úteros — entre as pessoas que não realizam a prática taoísta de aperfeiçoamento e conservação da energia sexual.



**Fig. 8.2** A energia sexual é atraída e segue pela espinha até a coroa, sendo refinada na Órbita Microcósmica, fundida com o Chi positivo dos órgãos e armazenada no Caldeirão. A alquimia interior começa no Caldeirão.

O único ganho é possivelmente a experiência corporal armazenada dentro da memória, preparando-se para ser retransmitida a qualquer momento que a mente deseje iniciar um clímax. Os filhos são às vezes subprodutos dessa experiência.

Além disso, o amor torna-se uma perda; vida sexual é uma perda; ter filhos é uma perda. Levar uma vida de casado não conduz a encontrar a parte perdida do *eu puro*: a Unidade harmoniosa. A relação inicialmente amorosa é transformada a partir da etapa romântica de procurar o Chi do outro, o outro lado da Unidade, a própria parte perdida da Unidade. Isso se inicia com o compromisso de manter a relação e aceitar a responsabilidade de criar os filhos e manter viva a promessa pessoal. Apenas alguns casais são



*Fig. 8.3 As técnicas taoístas de amor de cura abrem caminho à experiência da liberdade suprema. A energia sexual refinada é usada para aprimorar a saúde e para a alquimia espiritual na criação do nosso corpo espiritual.*

verdadeiros companheiros espirituais. Quando é óbvio que a relação não pode conduzir à satisfação eterna, quando não pode ser garantida pelo reconhecimento social, o casamento pode ser dissolvido. Embora a procura seja contínua e interminável, o eu que se perdeu nunca mais poderá ser recobrado. Então as pessoas culpam o amor como o bode expiatório, mesmo que continuem a procura insensata. Elas culpam o cônjuge e os filhos. A procura da parte perdida da Unidade é azedada pelo ódio e a paixão inicial que uniu os dois converte-se em vingança. Eles estão procurando no lugar errado.

### Ligando-se à Fonte da Longevidade

A fonte para a longevidade está dentro do corpo, não na forma de um útero físico, mas um útero espiritual. Os taoístas chamam esse útero espiritual de “caldeirão”. O método certo de “cozinhar no caldeirão” é procurar o

amor não externamente nos outros, mas procurá-lo internamente, no eu exposto e abandonado. É o método de retornar ao estado no qual somos todos órfãos, nas próprias profundezas do nosso corpo/mente. É aí que a nossa Grande Mãe torna-se uma viúva depois de dar à luz nós dois, o masculino do nosso Pai Etéreo e o feminino d'Elas mesma. O espírito e a respiração pertencem ao Pai Etéreo e o corpo e o sangue pertencem à nossa Grande Mãe. Quando somos capazes de preservar a beleza e a sedução da nossa Grande Mãe, preservamos a metade dessa Unidade abraçando a outra metade que já está dentro de nós. Quando chegamos a esse ponto, reconhecemos a maior virtude da nossa Grande Mãe, reconhecemos a sua solidão inata, respeitamos a sua devoção deliberada e nos reconciliamos com a sensação entorpecida da sua atividade vampiresca.

Essa é a verdadeira aplicação de *vestir o espírito e a alma, e atraí-los para a Unidade*. O espírito é a verdadeira semente dessa metade perdida, e a alma é a verdadeira essência do nosso eu biológico. O espírito é yang e a alma é yin. Quando eles estão juntos, a Unidade é preservada. Somos os filhos da nossa grande Mãe e do Pai Etéreo, e uma vez que somos os filhos de Deus, o Chi yang Dele é instilado no nosso corpo/mente. *Conhecer a harmonia é discernimento. Aumentar a vida é equanimidade. Gerar vitalidade pela mente é força.* A vida é aumentada pela vitalidade universal, a vontade de procurar a parte perdida do eu se fortalece; e a ação do discernimento é eternizada. Essa é a harmonia mais autêntica que se pode alcançar. Esse é o verdadeiro significado do retorno e a aplicação mais prática da unificação de dois em Unidade. *Agir com determinação é ter vontade. Não perder os seus recursos é resistir.* Na questão do aperfeiçoamento e da transformação não há nem gênero nem diferença biológica. Somos todos os filhos dos nossos pais; somos todos os filhos de Deus.

As duas partes separadas do *eu puro*, a co-existência da Unidade harmoniosa, são a viúva e o órfão. A viúva é a essência do yin terrestre e o órfão é a semente do yang divino descendente e transformado. Isso foi detalhado no 15º hexagrama do *I Ching*, Modéstia (Chian). Nesse hexagrama, o filho mais novo do Criador, o representante do céu na terra, retira-se para a montanha. Ele bebe a lágrima do céu — a chuva e a água da fonte da montanha — a substância básica da vida. É aqui que o órfão — o filho — encontra a mãe — a viúva — que é o espírito da montanha. É por isso que o hexagrama é definido como *a alavanca da Ação Bondosa, o cultuador da luz e o pautador do costume*.



*Fig. 8.4 15º Hexagrama (Modéstia).*

A explicação de Lao Tzu para este hexagrama é quando conhecer o filho, retorno para preservar a mãe. Embora o corpo morra, não há nenhum mal. Fechando a sua boca e fechando a porta, a vida não é vencida pelo cansaço. Quando abrir a boca e buscar os seus interesses, a vida não poderá ser preservada. Ver o que é pequeno é discernimento. Preservar a sutileza é força. Usar a luz possibilita retornar ao discernimento. Não perder o centro do corpo é chamado penetrar o eterno.

Quando a viúva e o órfão são aceitos, o filho conhece a relação entre o masculino do espírito e o feminino da carne como a relação de amor mais íntima da fraternidade e da irmandade. Então a harmonia é reconhecida e unida, unificada e adotada, reservada e preservada. Eles podem ser tão íntimos quanto desejem e podem ser tão distantes quanto precisem ser. Eles são o Um, a Unidade, o eu puro harmonizado e acabado. A relação interior e intermediária é então ampliada, já não contida pela representação de papéis. A relação é expandida, não sendo mais o mundo pequeno dos egos encerrados e imobilizados. A relação é transformada; o eu e a imagem não são mais definidos separadamente. Os filhos são o mundo do Amor. Todas as pessoas são irmãos e irmãs. O amor é tanto a imagem da visão interior quanto a paixão que se estende às profundezas e à imensidão do universo. A compaixão é tanto a necessidade de inalar quanto a ação de exalar. A felicidade é o discernimento e o florescimento interior. A bondade é dar e receber. O desejo não é mais estressante, a sabedoria já não é produzida. A renovação e o revigoramento das relações são concedidos harmoniosamente. O ego se consome no Amor incondicional e na percepção condicional. A mente se expande em compreensão universal. A ação em si é a expressão da jornada da vida.

## Da Longevidade à Imortalidade

長壽之門

Passando pela Morte

Todos morremos, da mesma maneira que estamos morrendo neste momento. O desejo dos nossos pais morreu na nossa vida e o nosso desejo morrerá, ou já morreu, nas infinitas gerações futuras. Esse desejo agonizante é o ato específico do amor. Somos elaborados na forma que nos é dada (física, mental e espiritual) e na forma informe que carregamos internamente. A forma é composta de tudo a respeito do nosso ser individual, do cabelo às unhas. A forma informe é a semente coletiva (esperma e óvulo) concedida pela nossa Grande Mãe. A forma tem de morrer, mas a forma informe nunca morre. Essa é a verdadeira natureza da transformação da energia. No nível subliminar, a matéria e a energia são inseparáveis. Elas

são o dois do Um e o Um do dois. Elas são a forma por causa da sua integridade e da sua perfeição inatas; não são a forma por causa da sua característica mutante e transformadora. O fogo nunca se extingue e o brilho de cada fogo deve ser extinto. A água nunca seca, no entanto cada molécula de água evapora. Vamos morrer, porém nunca morreremos. O que morre? A transformação agonizante da forma tornada corpo/mente. O corpo tem de morrer e a mente tem de morrer.

*Para aqueles que são bons em preservar a própria vida — caminhando, não evitando rinocerontes e tigres. Entrando na batalha sem usar armamentos. — O rinoceronte não tem um lugar onde enterrar os seus chifres. O tigre não tem um lugar onde arrastar as suas garras. O soldado não tem um lugar onde empurrar a sua lâmina. Por que é assim? Porque eles não têm um lugar onde morrer. Viver entre o nascimento e a morte está sujeito ao controle da alma (mente) e da carne, entre dez e três. Viver além da configuração cíclica da morte é a integração de dez e três, produzindo a perfeição acabada e o retorno da trindade. A perfeição do filho de Deus e o produtor da Sua trindade torna-se um outra vez, o verdadeiro espírito.*

### Abrindo Caminho à Longevidade

Há dois tipos de longevidade: a biofisiológica e a psicoespiritual. A família confuciana atravessou quinhentas gerações, de acordo com a genealogia existente, com seguidores espalhados pelo mundo inteiro. A longevidade psicoespiritual é a configuração ideal das criações psicoespirituais, das invenções e das descobertas. Os seres humanos, individual e coletivamente, possuem longevidade e imortalidade. A nossa forma é sempre a de um corpo humano e uma mente com desejos e sonhos. A nossa forma nunca é a mesma de uma vida para a seguinte. Ela muda e somos todo diferentes ainda que existindo dentro da Uniformidade dessa mudança. Morremos individualmente repetidas vezes, de acordo com a longevidade dessa Uniformidade. Quem deseja alcançar a longevidade terá de viver em função da sua longevidade. Quem estiver procurando a imortalidade, terá de viver em função da mortalidade da sua longevidade. Ninguém além de você pode entender a sua determinação voluntária; nenhuma outra pessoa poderia responder pelo seu destino pessoal. Não responda com “sim” ou “não” a qualquer circunstância, simplesmente viva tudo aquilo que lhe aparecer pela frente. “Sim” é a estrutura e o corpo do Tao, ao passo que “não” é o significado e o funcionamento do Tao. A estrutura e o corpo do Tao são a longevidade do Tao no nosso ser, e o significado e o funcionamento do Tao são a imortalidade do Tao sem o nosso ser.

A longevidade vive informemente dentro de cada forma; a imortalidade existe além de qualquer significado gerado pela mente. Quando cada forma vive completamente, nenhuma forma é mantida; há apenas a transformação informe. A mente que busca o seu próprio significado torna-se ela própria sem sentido. Esse é o Tao vivo com a forma pela forma informe. Esse é o Tao em funcionamento com um sentido acima da falta de sentido. Será esse Tao realmente informe ou sem sentido?!

### Um Feixe de *Laser* na Imortalidade

Morrer de modo consciente e deliberado é ter vivido segundo a percepção consciente de *hun* ou ser descarregado da obsessão mórbida de *po*. Caso contrário, a configuração mental da morte e morrer são como o soprar do vento, a mudança de temperatura, o movimento da luz solar ou o fluxo da consciência. Durante o último suspiro, se a percepção consciente mortal de *hun* permanecer com *po*, ela se fundirá no padrão da energia terrestre de um fantasma. Atravessará o portal da boca, do nariz ou até mesmo das orelhas, independentemente de ser santa ou maligna. Esse padrão energético nunca se associará com o terceiro olho ou o ponto de coroa. Se for santo, será um fantasma viajante; se for maligno, será um fantasma faminto.

A percepção consciente mortal de *hun* descarrega-se de *po*, retornando ao seu formato original de *shen*. Ao abraçar a luz, esse espírito individual se cristaliza em elixir dourado, ou ser espiritual, como um feixe intensificado e condensado de luz de *laser*. Entre os vivos, os mestres espirituais elevados, sejam religiosos ou xamânicos, têm o poder de uma luz de *laser*. Eles emitem os ímpetos de energia clara como uma forma de amor desinteressado, coração puro, consciência total e ação apaixonada. O feixe de luz pura *cristalizada* ou *concentrada* dentro desses mestres é comparável a um feixe de luz pura *condensada* ou *intensificada* produzida dentro de uma máquina de *laser*. Muita gente não tem consciência da morte na nossa história humana, seja qual for a sua crença religiosa. “Deus me ama” não é uma configuração mental alucinatória ou desejo consciente grandioso. Quando o amor é purificado desinteressada e completamente, ele é o eu puro e o amor puro do eu-Deus interior. O corpo espiritual é luz e o movimento espiritual é amor; o seu corpo é informe e a sua ação é imortal.

É isso o que quer dizer a afirmação de Lao Tzu de que: *morrer, mas não ser esquecido, é ser imortal*. A morte não é nada diferente de uma lembrança mórbida e conscientemente fixa; a morte em si é uma forma pura de medo, uma incapacidade de se libertar dessa obsessão constante. A mente pensa, o eu controla, a ação final é praticada. Ser imortal não é uma forma de se

dessensibilizar, mas sim um sentido puro além do físico e do mental. É um sentido de conclusão/inclusão e de integração/adoção que não deixa nada de lado ou para trás. Há satisfação e felicidade interiores e nenhum medo de estar só. Já não são precisos desejos e os sonhos são recordações infantis. Não há nenhum sentido sobre quem está morto e quem está vivo; nenhuma consciência de viver e morrer. Sair voando da vida não é uma tristeza — atravessou-se o perdão do coração e o vínculo da mente. A consciência torna-se um espelho e o ego não é nada mais do que um velho hábito. Essa é uma emissão de *laser* de luz pura, sendo de luz pura, retornando ao eu acabado e ao Amor de Deus. Esse é o destino de ser imortal e entrar na imortalidade. Lao Tzu chama isso de *o Tao de quando se tem raízes profundas, um caule forte, uma vida longa e uma visão duradoura*. A raiz é a fonte e o talo é a forma; a vida é o ato e a visão é a luz.

## A Sua Escolha é Importante

Quer você queira aderir à mortalidade, quer deseje ser partidário da imortalidade, isso é inteiramente uma escolha sua. O Pai Celestial lhe dá a luz, o coração e a consciência. A Mãe Terrestre lhe dá o seu corpo, os rins e os instintos. Você é envolvido pela luz. A liberdade de escolha é dada ao seu coração, a liberdade de ação é concedida à sua mente e a liberdade de canalizar a energia existe para ser praticada. Se você seguir os seus atributos mentais, sairá perseguindo idéias, elevando-se e caindo com as suas emoções, protegendo as suas convicções, e dormirá enroscado em pesadelos. Deixe a luz brilhar através de você para viver com compaixão, sendo descontrolado pelas questões primárias da conquista sexual assim como as questões secundárias relacionadas às ligações ideais. Se puder agüentar viver com o seu companheiro interior que não dorme, não se deixe perturbar pela solidão insuportável da sua mente e do desejo ansioso, então poderá viver com a paz interior. Você poderá saber com a pura consciência, gostar de trabalhar com o caráter variável da natureza e contentar-se com a sua relação sagrada. Lao Tzu enfatiza que: *quem age de acordo com o Tao se aproxima do Tao*. Ele acrescenta humildemente: *Só os que não são escravos da vida estão preocupados com o valor da vida*.

## Capítulo IX

# Fidelidade

誠 信

A longevidade é o fundamento da tradição taoísta, enquanto a imortalidade funciona como um utilitário. O fundamento é um vaso em que é facilitada a existência harmoniosa do espírito no corpo/mente. A utilidade é o processo de conexão, compreensão e transformação interiores, construído a partir do fundamento. O processo de construir e manter o fundamento que seja utilizável ao máximo coexiste com o processo de aperfeiçoamento e cristalização do Tao da harmonia (água e fogo). A água representa a substância terrestre e o fogo é a substância cósmica. Ambos são muito bem expressos nos dois hexagramas do *I Ching*, de número 34 e 63. No 34º hexagrama, o trovão ribomba sobre os céus, indicando o poder penetrante que surge da sua própria sabedoria criativa. O nome desse hexagrama é Dazhuang (Ta Chuang) ou Super Grande, com *da* significando “grande” ou “extenso”, e *zhuang* expressando “grande” ou “magnífico”. Lingüisticamente, o caractere *zhuang* é composto de duas pinceladas, os galhos de bambu cortados, “pan”, e o soldado, “shi”. Pan é usado como medida e shi representa a força. O caractere shi consiste de dez e um, representando a perfeição dos negócios. “Zhuang” indica que um homem, no seu trigésimo ano, deve ter atingido uma meta estabelecida, ter construído uma família, ter acumulado força e sabedoria.



Fig. 9.1 34º Hexagrama (O Poder do Grande).

Este hexagrama é a combinação de pai virtuoso e filho virtuoso. O pai representa a ordem espiritual, a disciplina criativa e o mecanismo sagrado. O filho representa o poder, a juventude, a força e a paixão. A explicação introdutória é: “Nos tempos antigos, os antepassados dormiam em cavernas e viviam na selva. Mais tarde, os sábios elevaram essas condições a palácios e casas. Eles eram construídos com um pau de cumeeira sobre o

teto, para permitir que o vento e a chuva soprasssem nos beirais e não na casa. Eles chamavam a isso Dazhuang.”

O significado simbólico é que o sábio não trilha o caminho que é incongruente em relação às ordens estabelecidas. As ordens são os princípios orientadores necessários para acumular Te. As casas e os palácios representam os vasos para a existência do corpo físico, da família e também para a nação. As igrejas e os templos são os vasos para a existência do corpo etéreo, da alma e do espírito. A lei e a justiça, conforme representado no número 43, são os elementos constituintes básicos necessários à construção de uma vida social harmoniosa onde todos os corpos podem encontrar a sua segurança na sociedade. As regras e as disciplinas, porém, representam os vasos ou caldeirões usados para estabelecer um fundamento para o enriquecimento da vida espiritual. Eles são a proteção para as atividades conscientes internas. Sem uma casa, a família não tem um lugar onde ficar; sem um templo, o espírito não tem um aposento onde se alojar. Sem leis, a sociedade é um caos; sem disciplina, a vida espiritual não tem propósito.

Enquanto isso, porém, o verdadeiro significado da libertação espiritual é como libertar a si mesmo de todos os hábitos e de tudo o que foi estabelecido. Isso é alcançado tanto com a Liberação (Ge), do 49º hexagrama, quanto pela “autopurificação”, que é representada pelo 23º hexagrama, Desintegração (Bo). A revolução permite que uma nova vitalidade floresça na sociedade. Pela autopurificação, a vida se transforma. Portanto, a necessidade de superar a si mesmo torna-se o maior desafio. A preguiça, a indulgência, o orgulho, a fixação, a falta de disciplina e autocontrole, a agitação, a ansiedade, o medo e todas as projeções externas são as experiências que se encontram ao longo do caminho. Qualquer indicação ou implicação inadequadas podem impedir o progresso do caminho. Esses acidentes de percurso são espelhos espirituais. Ao observar constantemente esses sinais, começa-se a ver a si mesmo com clareza. Deus torna-se o foco dos olhos, deixando o eu para trás. Todas as ações conduzem inevitavelmente ao seu destino final, assim como a fala exterior torna-se uma disciplina interior, e enquanto a ação exterior torna-se uma reflexão interior. Isso é a fé sendo praticada interna e externamente.



*Fig. 9.2 49º Hexagrama (Revolução).*



*Fig. 9.3 23º Hexagrama (Desintegração).*

Exigem-se duas substâncias, a água e o fogo, para erigir tal fé. Nesta vida, somos feitos de água e carregados de fogo. Todos possuímos essas duas substâncias básicas que, quando administradas harmoniosamente, permitem viver uma vida familiar feliz e desfrutar completamente a vida espiritual. O parceiro e a alma gêmea estão presentes. O eu e o amor estão presentes. O Deus e a Deusa estão presentes. Isso é perfeitamente ilustrado pelo hexagrama número 63, Após a Conclusão (Jiji) (Ji Chi). O primeiro caractere, “ji”, representa “terminar a refeição”. Ele pode ser interpretado pelo seu desenho como “devorar o arroz com uma colher.” O lado esquerdo da pincelada é feito com “branco” e “colher”, indicando “arroz” ou “painço”. A pincelada da direita significa “devorar”. O segundo “ji” significa “melhora” ou “ser bem-sucedido”. Ele é composto com uma pincelada com água na esquerda e uma pincelada “organizada” ou “em ordem” do lado direito. É inicialmente um nome de rio. Assim, o termo desse hexagrama pode ser interpretado como “devorar o sucesso da pessoa” ou “concluindo a ordem”.



*Fig. 9.4 63º Hexagrama (Após a Conclusão).*

Há uma diferença notável entre a prática geral e a técnica alquímica interior ao lidar com esse hexagrama. A prática geral é se acabar ou esvaziar a si mesmo. A linha superior do hexagrama expressa “A cabeça está na água. Perigo.” É claro que uma pessoa com a cabeça na água está em perigo de afogamento, mas isso também poderia aplicar-se a outras situações de perigo. Na técnica alquímica interior, esse hexagrama representa uma unificação ideal. Dentro do hexagrama há dois trigramas da água e dois trigramas do fogo (cada hexagrama do *I Ching* pode ser dividido em quatro trigramas desde a linha inferior até a linha superior, representando as imagens dos quatro mundos internos). Os dois conjuntos de trigramas representam a Dança do Amor Interior e o Banho Cósmico. Na Dança do Amor Interior, a masculinidade e a feminilidade estão eternamente unificadas, dançando juntas para sempre. No Banho Cósmico, o “órfão” e a “viúva” se abraçam. A semente sagrada e o cosmo estão unidos. Enquanto a dupla união é conclu-

ída, o espírito retorna. Entender é a chave para alcançar esse estado. A fé é o meio. Entender é uma necessidade para a fala, e a fé é necessária para a confiança interior. Isso será revelado neste último capítulo.

## Contrato Preliminar de Fidelidade: A Fala

### A Natureza da Fala

Originalmente, a necessidade e o desejo de comunicação começaram com a expressão do nosso vibrante estado interno de circulação energética, expressando o nosso sentido inato e intuitivo com um som emitido sem nenhum som: o Tao. É uma forma de revelar o verdadeiro estado de ligação entre o eu e o não-eu. O eu não tem necessidade de ser revelado, descoberto e exibido, ao passo que o não-eu busca desesperadamente ser pronunciado, expresso e compreendido. É semelhante a uma erupção estomacal da terra — um vulcão —, uma vez que as montanhas imóveis estão ligadas à quietude interna. A mente verdadeira não tem nenhuma necessidade de se comunicar, mas a mente preocupada nunca deixa de se comunicar; a mente verdadeira é como o puro e cristalino céu claro, a mente preocupada é como as nuvens em movimento e o tempo tempestuoso. A mente verdadeira é a pura consciência da mente, em que não há nenhuma necessidade de estar consciente de si mesma. A mente preocupada é a interpretação simbólica e a compreensão lingüística daquela mente, ela é incessantemente preocupada de si mesma e nunca chega ao estado de consciência pura, acabada. Assim, o desejo humano intrínseco de falar é “decomposto” pela mente preocupada que se assemelha à natureza da fala, composta pela utilidade da fala e emergindo como o humano comunicável e a mente comunicativa.

Nós começamos com o som sem nenhum som do Tao no primeiro capítulo e temos de tratar de maneira conclusiva da sua manifestação característica chamada fala e da voz produzida. Falar é a primeira ação natural, habitual e instintiva do corpo/mente. É também a fala primária antes da atuação criativa ou intelectual. Essa voz pura, honesta, humilde e inocente é o “som do Tao”, pelo simples fato de abrir a boca e se expressar. Essa voz inicial evolui para a “estrutura simbólica do Tao”. É um caractere combinado com dois subcaracteres de “cabeça” e “pé”. A cabeça manifesta a fala do pensamento consciente para a expressão exterior, que é característica de voz assim como de caligrafia. Os pés caminham e dançam, caminhando para procurar e dançando para curar. Falar e dançar circulam harmoniosamente pelo corpo/mente como e sobre uma não-ação efetiva, en-

quanto caminhar e escrever empenham o corpo/mente num comprometimento eficaz. Isso também significa que a cabeça inicia e dirige a ação corporal executada pelos pés.

Perguntar o significado dessa voz é perguntar o significado do som do trovão, dos terremotos, da chuva, do canto dos pássaros, ou de qualquer vibração natural produzida pelos fenômenos naturais. Ouvimo-los e conhecemo-los. Não há nenhuma necessidade de entender ou interpretar. Entender é comprometimento e interpretar é descomprometimento em relação àquilo com que já se esteve comprometido. Interpretar isso é como tramar um tecido com a vertigem corporal, agir com a opacidade mental e sorrir por trás da astúcia intelectual.

Os nossos pés normalmente respondem a tudo o que a mente ordena; eles são responsáveis por manter a nossa base de sustentação, ao mesmo tempo que fornecem segurança e transporte para as ações mentais e atividades físicas. Uma cabeça e dois pés formam a trindade ou o diamante triangular do corpo/mente entre o céu e a terra. Uma cabeça e duas mãos são a trindade ou o diamante triangular do corpo/mente que manipula o mecanismo do céu e da terra. A ação da cabeça é uma ação inativa que age sem se comprometer, move-se sem andar, conversa sem caminhar. São as nuvens leves e o espírito incolor que executam essa ação inativa. A ação dos pés é um comprometimento eficaz; ela compromete sem saber, marcha sem direção e caminha sem parar. Trata-se da mente intelectual e do corpo biológico comprometidos na ação. Ao fazer uma visita a um amigo, é ela que faz a visita. A mente dirige o corpo ao seu destino enquanto o corpo transporta a mente para o comprometimento. Ao executar o ato de amor físico, não é o corpo que cria a excitação mas a mente que empurra o corpo/mente para o clímax. Quando alguém pensa em assassinar, as mãos não entendem o que significa a ação de matar. Essa ação é uma configuração da mente.

Quando uma cabeça e dois pés agem harmoniosamente, os pés não atuam independentemente. Eles são o Um, uma vez que têm de atuar juntos, e tampouco completam uma ação por si sós. A característica dessa trindade ou diamante triangular é não deixar espaço para atividades projetadas ou especificadas, como a criatividade mental, a manipulação consciente, a configuração da personalidade e a expressão emocional. Nem separa o corpo da mente dividindo a circulação da energia harmoniosa total em pequena, estagnada ou pedaços dinâmicos. Contudo, pelo nosso processo civilizatório, especialmente a evolução industrial, a coordenação da ação harmoniosa entre a cabeça e os pés é diminuída pelo mecanismo das rodas. Os automóveis e transportes coletivos substituem o que os pés podem fazer e refletem uma manipulação mecânica da vida, assim como um controle mental desta. Os pés são usados como pedais para controlar

as rodas, e as mãos são estendidas para a manipulação de máquinas e dos inumeráveis produtos do mundo. Isso não é perigoso em si mesmo, mas logo torna-se autodestrutivo. Não há um perigo real além do medo da morte física. A morte em si não é perigosa, mas agir perigosamente é prejudicial ao corpo/mente. É melhor dizer “a mente”, uma vez que o corpo não entende o significado do perigo.

## O Caráter da Fala

Em si mesma, a fala é só uma ação parcial do corpo/mente e uma expressão do estado mental progressivo. Ela é tanto auto-explicativa quanto auto-insegura, auto-esperançosa e autodisfarçada, uma autoconvicção e uma autodescrença, e uma autoconfiança e autodesconfiança.

### Há quatro características na fala:

1. Lao Tzu declara que: *Os que sabem não dizem. Os que dizem não sabem.* Se alguém sabe verdadeira e absolutamente, a que propósito serve falar a respeito? Num certo sentido, a comunicação é uma tentativa de esclarecer mentalmente. A fala em si funciona como um veículo que se desloca de um lado para outro entre saber e não saber. A fala expressa o que já se sabe, explica o que se quer saber, pede o que se busca de si e dos outros e defende a posição habitual de meramente saber.
2. A fala é uma autopromessa, um caminho de encorajar a si mesmo, estando continuamente comprometido consigo mesmo e estabelecendo uma confiança total no eu. O propósito duplo da fala é: 1) estabelecer uma relação e erigir uma confiança mútua; 2) prender-se a hábitos fixados, assegurando uma ligação viciada e agarrando-se firmemente ao vínculo entre corpo/mente. O sentido do interesse em fazer uma promessa é assegurar o compromisso, empenhar-se no processo e ligar-se ao resultado do que foi planejado. O valor da promessa deve ser entendido como uma promessa só a si mesmo, sem relação com a mudança e o resultado final. A natureza desse processo está tão plena de mudança e de complexidades que pode tornar o eu individual impotente e desamparado. Controlar as mudanças e prever o resultado é inconcebível.

No âmbito social, a prática de prometer insere-se no campo das possibilidades apenas numa situação em que se tenha controle absoluto. A promessa é um sacrifício, especialmente quando se está inseguro de si mesmo ou quando são envolvidas as duas partes. A vida não é uma promessa; não há necessidade de relegar a sua riqueza a uma autopromessa programada. Na sua profundidade, a promessa trata com

a auto-insegurança; é uma forma poderosa de proteção do eu e de supressão do medo. Por mais inseguro que você se sinta, mais profundo será o seu medo. Quando a promessa é feita com facilidade e freqüência, continua-se a fazer mais promessas. O outro elemento existente nas profundezas da promessa encontra-se na necessidade e na exigência. A esse nível, a promessa é um processo de barganha, independentemente do seu propósito, seja um ganho material, seja a satisfação emocional ou uma ligação espiritual. Grande parte da confiança se transmite pelo aperto de mãos, não pela expressão verbal. Analisando esse ponto, Lao Tzu explica que *a fala natural consiste de poucas palavras e exprime-se com boa-fé*. A ação da promessa carrega o significado da caracterização feita por Lao Tzu: *as palavras bonitas podem informar bem*.

3. A fala é uma expressão do sistema de crenças da mente, individual e coletivo, pessoal e cultural. É uma premissa ou uma afirmação à qual a mente adere. É uma técnica de ligação e rejeição. A identidade individual, a dinâmica de grupo e a construção social baseiam-se todas no uso efetivo e eficaz da fala. Dessa maneira a individualidade, a singularidade e a personalidade disseminam-se pelo conteúdo do grupo social e do ambiente cultural.
4. A fala é uma maneira de revelar a confiança interior esclarecendo e confirmado a habilidade e a capacidade de manter relações confiáveis entre o eu interno e a avaliação do eu ou entre eu e os outros. Com base nessa confiança interna, frases ou declarações como o Poder ou a Mensagem ou a Voz de Deus são aceitas e entendidas universalmente. Perante o poder, a mensagem e a voz de Deus, não há nada a temer; nem mesmo a morte em si. Isto realça o significado autêntico da fala, a probidade, e a confiança interna mais profunda dentro do Eu.

## O Predicado da Fala

Ao aceitar os limites da fala, temos então de avaliar os valores da fala. Ela é a assinatura original da ação humana, assim como a perfeição exclusiva dessa ação. A partir desse conhecimento sabemos que a fala pode salvar ou destruir a vida do eu e dos outros. *Ser descuidado tira-lhe o fundamento. Estar inquieto tira-lhe o domínio*. O fundamento é a existência do corpo; o domínio é a tranquilidade da mente. *Um bom orador não comete erros*. Em primeiro lugar, cada um conhece muito bem a si mesmo; portanto, a fonte da sua fala é autêntica e original. Em segundo lugar, a intenção não é outra a não ser a auto-exibição inocente. Não pode haver outra motivação na fala além daquela vibração sincera e honesta. Em terceiro lugar, o propósito da fala está claro e completo dentro da própria fala; não há nenhuma

outra necessidade de esclarecimento e complementação. *Quando o sábio quer elevar as pessoas, a sua fala desce ao nível terreno.* Além disso, aquele que é bom em liderar as pessoas age com humildade.

Qualquer pessoa experiente entende o resultado da tolerância excessiva consigo mesma e está consciente da consequência de informar-se em excesso: *ser informado em excesso leva ao esgotamento, melhor ser centrado.* A informação é semelhante a moléculas de energia. A cada troca de informação específica há uma transmissão de energia, seja ela mental, emocional ou mecânica. Além disso, informar é ensinar e aperfeiçoar. Incontáveis elementos moldam o significado e a qualidade da propagação da informação, coloridos pelos conflitos internos do informante. Não é uma tarefa fácil transmitir informações com precisão entre as pessoas. Continua sendo um desafio importante o processo da comunicação entre as pessoas e de uma geração para a seguinte.

Se não houver lacuna no espaço entre o orador e o ouvinte, a informação será tangível, senciente, atraente ou confiável. Não existe crise de identidade entre ensinar e aprender, e não existe bloqueio entre oferta e procura. Todos fazem parte do Um. Ninguém é incompetente, ninguém é egoísta, nenhuma pessoa é considerada como melhor ou pior. Um satisfaz as carências do outro. Não há uma identidade rígida entre uma pessoa chamada “professor” ou “mestre” e a outra chamada de “aluno” ou “discípulo”. O professor é recompensado por ensinar e o aluno é informado pelo aprendizado uma vez que *ambos nascem de uma fonte comum mas têm nomes diferentes.* A geração mais velha passa e não fica com nada; os receptores recebem tudo mas não ficam com nada. Nenhuma geração específica é valorizada uma vez que tenha sobrevivido à sua utilidade. O conhecimento básico tem sido transmitido de maneira semelhante por todas as raças e tem sido basicamente o mesmo nas atividades de alimentação, sono, namoro e adoração.

Outro exemplo que vale a pena considerar é a respiração do ar. O ar é como a informação, a energia e a força vital. Todos respiramos o mesmo ar existente em todos lugares neste planeta. Com a respiração, a inalação é o filho, o aluno, o solicitante e a própria vida. A exalação é o pai, o mestre, o fornecedor e a morte. Temos consciência de que o ritmo entre as respirações e o pensamento são semelhantes durante o ato de falar. Individualmente, pensamos enquanto inalamos, o que é seguido por um breve ponto de ruptura. Falamos imediatamente com a exalação depois desse ponto de rompimento. Quando terminamos de falar quando estamos em um grupo, sucede-se uma pausa normalmente com o silêncio da audiência por uma questão de segundos a minutos. Durante esse breve período, o orador inala não só o ar assim como a vibração da audiência. Assim é uma comunicação interior em andamento. A esse nível, a mensagem da fala não é mais do idioma. É pura vibração e circulação de energia. Quando a audiên-

cia é receptiva, cada pausa é respondida com aplausos e exclamações verbais. Um único orador pode inalar todo o estímulo-resposta da audiência. Esse é o predicatedo e o poder da fala!

## Ação Silenciosa 無言之行

Depois de resolver o problema da rede central da fala no órgão-cérebro, podemos retornar então ao centro energético do estômago. Quando vivíamos no útero da nossa mãe, éramos pouco mais que apenas uma imagem na cabeça dela. Quando o sábio produz um gameta autofertilizado, baseado no princípio da construção universal e na história humana, ele chega ao estado da imortalidade: destituído do desejo em relação a sexo, alimento e sono. O filho (semente) que ele produz está dentro do corpo dele, mas sem um corpo. Não tem nenhuma raiz mas está profundamente arraigado. Quando o sábio alcança essa meta, não é mais um ser terrestre; ele é transportado a um tipo de espécie diferente no universo. Ele terá alcançado a fase final do que Lao Tzu representou como *imortalidade*.

Durante essa fase, o sábio *respira do mundo e sorri como uma criança para o mundo*. Ele percebe duas coisas: uma é o *Tao do céu é bom em responder sem falar e em aparecer sem ser convidado*; a outra é o *ensinamento silencioso e as riquezas da não-ação equiparam-se muito pouco no mundo*.

Com referência ao sorriso infantil, essa é a expressão mais autêntica do amor e da paixão. Esse tipo de sorriso é: vibrante mas não ardente, luminoso mas não deslumbrado, inocente sem mal, humilde sem a necessidade de se reconhecer como instruído, vulnerável sem o desejo a ser salvo. Esse sorriso indica que se está: feliz mas não entusiasmado demais, jovial mas com bastante autocontrole, reconhecido mas sem preferência, comunicativo mas sem malícia, compreensivo mas sem preconceito e respeitoso mas sem autocensura. Esse sorriso não tem precognição, mecanismo defensivo, proteção contra o medo nem sabedoria intelectual. Ainda assim, é esse sorriso que expressa o prazer com o alimento, a comunicação, a proteção e o crescimento. Esse sorriso é tão poderoso que uma mãe morreria por ele; é tão puro que perante ele todo adulto malicioso tem necessariamente de refletir sobre a verdadeira natureza da criança interior. Quem poderia fugir de um sorriso assim tão inocente e luminoso? Essa é a virtude do puro Amor, da manifestação do amor apaixonado, da expressão da bondade e da comunicação suprema sem necessidade de mais nada.

Esse sorriso infantil também carrega o significado de um ensinamento silencioso que tem duas funções: o verdadeiro ensinamento sem nenhum pré-requisito nem limitação de linguagem. O primeiro é o amor pela luz e pela vida. Ele está sempre presente mesmo quando você não percebe, mas

quando você procura entendê-lo conscientemente de qualquer maneira, ele não está presente nem jamais esteve. A segunda função é a indicação e a dedução da limitação da linguagem. Nunca há o bastante dela; ela pode estimular um estado de perfeição. Qualquer um que não seja obcecado com as “estruturas mentais”, que não possa ser satisfeito totalmente pela linguagem impressa na mente, sabe que ele é simplesmente um instrumento para comunicar sentimentos e sensações entre o corpo e a mente, um veículo para transportar os lampejos e recortes da inteligência.

## Confiabilidade



### Estabelecendo um Ambiente de Confiança

No idioma chinês, o caractere *xing* significa tanto confiança quanto fé, traçado com uma pincelada para “pessoa” e outra para “aquele que fala”. O seu significado literal é “aquele que fala” ou “a pessoa que fala”. De dentro de si, a pessoa revela a sua veracidade natural sem a índole mecânica daquela confirmação mental. A pessoa com o coração do corpo/mente. Essa não é uma descrição de valor e mérito do eu como pessoa; é um reconhecimento do estado e da etapa existente no momento. Não é uma prescrição da ação propositada voltada para o eu; é uma indicação de existir em nenhuma parte. Não é um desejo do que a mente antecipa; é um estado de estar perdido na vulnerabilidade humana. Não é um pedido de ajuda como o eu poderia desejar; é uma apresentação do ideal humano da existência mental e comunal.

Viver desse modo gera uma convivência de confiança verdadeira. Os outros ouvem não só a vibração da voz mas também a circulação do batimento cardíaco de todos os lados. O que os outros apreendem não é só o entendimento intelectual das palavras, das idéias ou das convicções. Há uma consciência da franqueza do coração e da honestidade da mente que carrega tanto o saber quanto o respeito, tanto a comunicação energética quanto a conexão interior. A audiência é o ouvinte, parte do ambiente existente, os compatriotas com o direito de ouvir e o privilégio de ser um parceiro de um valor mutuamente compartilhado.

## O Mecanismo da Confiança

Ao tratar do mecanismo da confiança, Lao Tzu declara que: *As palavras confiáveis não são belas. As palavras belas não são confiáveis. As palavras verdadeiras parecem paradoxais.* Isso acontece porque *o sabedor não sabe tudo; o sabichão não sabe nada.* E *a bondade não é tratada com excessiva complacência; o excesso de complacência não é bom.* A primeira afirmação atribui a franqueza ao conhecimento. A segunda acentua a beleza da bondade. O conhecimento é uma virtude. Não há nenhuma necessidade de exibi-lo. Se alguém considera o conhecimento pelo que ele é, tão imperfeito quanto o eu, então essa pessoa o aceitou e aplicou. Esse é um verdadeiro sabedor de não saber mais do que o que já era conhecido. O sabichão, porém, é aquele que tem fome continuamente, sem se lembrar do que foi comido e digerido ao longo da vida atual.

A bondade deixa de existir além do que o bom pode fazer; nunca nega o que o bom já decidiu. A bondade é a beleza que emana do amor honesto, da preocupação benevolente, da pronta aceitação e do que é dado de boa vontade. Ela existe para a ação inativa. Há uma preparação mútua, um respeito neutro e uma responsabilidade desinteressada a ser aplicada à harmonia da ação. Com respeito à ação inativa, cada um não espera nada em troca, não perde nada e não ganha nada. Não há pedido de julgamento em sua conexão dentro ou fora. *O Tao do céu beneficia e não prejudica. O Tao do gênero humano existe e não compete.* Enquanto o usa, *uma vez que exista para os outros, ele tem mais. Uma vez que ele dê aos outros, ele tem mais.* Essa é toda a revelação da bondade universal.

## Estilo de Confiabilidade

Na aparência, a maioria das pessoas não parece digna de confiança. Quando as pessoas confiam, é com ansiedade e medo, com base no desejo ou num interesse de compromisso. Isso é diferente da confiança que existe entre duas pessoas que confiam em que conhecem muito bem uma à outra. É possível que, mesmo que sua situação azede, a relação não sofra nenhum dano. No entanto, estabelecer a confiança interior e construir uma relação confiável são duas entidades diferentes. Embora seja preciso tempo, esforço e um ambiente satisfatório para construir uma relação confiável, as exigências requeridas para a autoconfiança interior são muito maiores. Normalmente, as pessoas estão pouco dispostas a investigar a natureza da autoconfiança. Essa requer um conhecimento completo do eu, uma completa imersão na natureza desse eu, aplicando-o objetivamente

e extravasando-se alegremente com o resultado. O auto-exame deve ser objetivo e desinteressado. Ser confiável é colocar a confiança em si assim como nos outros sem preferência ou preconceito, realizando assim completamente essa confiança. *Ele é confiável com os que são confiáveis. Ele também é confiável com os que não são confiáveis. É a confiança da Ação em si.* Não é necessário confiar nos outros antes de confiar em si mesmo, nem é necessário agir para os outros para ser confiável. A natureza da ação confiável é ter a posse da confiança, agir de acordo com ela e ser merecedor da *confiança da Ação*.

## Fidelidade



### O Deus do Nosso Espírito

A fé é um ato de submissão total e adoção à Unidade enquanto balança suavemente ao longo da formação da presença, ilimitada pela deformação/transformação de ontem ou amanhã. A fé aceita o que está presente e confia em tudo o que foi oculto; a fé está contente com o concebível e contente com o manejável; a fé está satisfeita com tudo o que é realizável e bem consciente do incontrolável. A fé é essencial mas não tem um núcleo central. A fé é onipresente; às vezes observável mas sem um ponto focal. A fé é o dom que clareia o caminho para o que podemos ser, mas não para o que somos incapazes de ser; ela revela que é o Amor, mas não o que é digno de amor; ela expressa a devoção desinteressada, mas não a abnegação. A fé é o desdobramento de tudo aquilo que podemos libertar, mas não o que recebemos.

A fé é visível quando o coração está aberto, muito embora invisível quando as lágrimas daquele que chora são para o pranteado. Ela se aconchega secretamente dentro do seu travesseiro, mas permanece além da capacidade de imaginação. Ela é tão silente quanto a respiração “sem ondulação”, tão luminosa quanto a iluminação “sem fio”. Você poderá abrigá-la, sem dúvida, mas nunca achará o menor rastro dela. Ela reside dentro do coração dedicado e do sorriso de Amor. A mente racional não pode entendê-la; a mente intuitiva não tem nenhuma necessidade disso; a inteligência não pode chegar a uma compreensão dela; a estupidez não pode compreendê-la. A Mãe não pode viver longe dela; o Filho não tem nenhuma necessidade de procurá-la. Deus instila a sua coragem; o eu experimenta a felicidade interior sublime. O espaço não pode prendê-la; o tempo

não pode localizá-la. A matéria não se forma sem ela; a energia não flui sem ela. A fé nutre o nosso espírito, estimula-o com a adoração, e no final das contas se extingue com ela.

## O Valor da Fidelidade

A fé gera confiança, promove a atividade amorosa, assegura a *ação bondosa*, assevera o significado e a qualidade da vida e eleva a vida acima e além da sua atividade cíclica de nascimento e morte. Da aventura conjunta na terra entre a luz penetrante do Progenitor e o magnetismo giratório da Grande Mãe à engenharia genética da fertilização *in vitro* entre o esperma e o óvulo, a fé não ganha nada, não perde nada, não se desvia de nada, não integra nada. A procura da fé na crença fica questionável. Na tentativa de criar a fé dentro da igreja, somos deixados com o isolamento auto-imposto. Na construção da fé com palavras, a interpretação lingüística torna-se a atração principal. Quando ligamos a fé à ação, o resultado é a rejeição propositada. Quando expressamos a fé com carinho, sobeja a atração sexual e assexuada. Quando defendemos a fé elevando a espada, a vingança virá no futuro. Ao jogar a nossa fé contra a vida somos recompensados com um cadáver exausto. Visualizar a fé invoca um símbolo manchado. Procurar um sentido na fé expõe uma alucinação conscientemente ativada. Projetar a fé com racionalidade constrói uma ilusão autodefinida.

É essa fé sem rosto que nos permite ver a nossa verdade, observar a nossa ação, expressar o nosso sentimento, compartilhar o nosso amor, transmitir a nossa mensagem transcendental e revelar a nossa natureza eterna. A fé nunca pode ser uma mercadoria benéfica nem um bem de valor aos olhos da mente do nosso eu. Eles só vêm para capitalizar o que é visto, para empregar o seu serviço em benefício próprio.

Tornamo-nos tão fixados na nossa busca de ganhos materiais que temos enfrentar Deus. Sempre houve na nossa mente um espaço reservado para Deus, ainda que a vida tenha terminado para nós. Exploramos o nosso ambiente de maneira egoísta e impiedosa, o que nos leva a órgãos mortos e matéria inanimada. A vida tornou-se a força motriz de uma orientação perseguida, um prazer aumentado, um sentimento sensorial, uma meta imaginada e uma mente elusiva. Os nossos hábitos e convicções estão concluídos desde o princípio até o fim de um momento experencial para o próximo momento de transição na quantidade no contínuo do intervalo entre o nascimento e a morte. Vemos a vida no nosso mundo como uma estrela brilhante seguindo em uma direção. Tratamos o significado da vida como seguir uma meta projetada com a solução conclusiva de que a morte torna-se a única resposta.

Estamos morrendo, como todos temos de fazê-lo. Por que deveríamos nos aborrecer com uma vida já aborrecida com uma solução assim sem sentido? O que pode ser mais sem sentido e vazio de matéria que a sua forma vazia? Agarramos cobiçosamente a vida antes de pô-la de lado para visitar a sua irmã gêmea — a morte. A morte é igualmente tão importante quanto a vida; ela é a vida dentro de si mesma e por si mesma.

### **Além da Transformação da Vida**

Quando olhamos além da nossa presença viva sensorial, a nossa mente sente-se subjugada. Assim que entendemos a inevitabilidade da morte, a nossa mente relaxa na sua luta. Quando descobrimos que a crença é tão poderosa e inútil quanto a descrença e a falsa crença, a nossa mente pára de se prender a convicções arraigadas e firmemente entranhadas. Ao rejeitar falsas interpretações do passado, a nossa mente pode tornar a ser infantil outra vez. É o começo da compreensão do que não podemos explicar, nem há nenhuma necessidade de explicar. Quando a mente preocupada é colocada de lado, a própria mente fica magicamente fiel. Então Deus é fiel, o mundo é fiel, assim como nós somos fiéis.

O coração sempre é fiel, porque está em contato com a luz, abraça o nascimento e a morte, e é fiel em si mesmo. *Quando a fé é fraca, há desconfiança. Especialmente no valor da fala. Os resultados falam por si.* Lao Tzu é muito prático no uso que faz de poucas palavras no seu ensinamento. Ele declara que: *As minhas palavras são fáceis de entender e de aplicar. Ainda que ninguém no mundo as possa entender e ninguém as possa aplicar.* Ele pode parecer exigente e preocupado demais, mas em relação à fidelidade ele entende que: *As palavras têm a sua origem, e os acontecimentos têm o seu líder. Só porque a ignorância prevalece é que eu não sou compreendido. Quanto menos gente me entende, mais precioso eu me torno. Assim o sábio usa roupas surradas, mas guarda um tesouro dentro de si.* O tesouro dentro dele é a criança interior, o eu puro, o eu-como-Deus. Perante a luz do Amor, o que é o uso de um adorno? Perante a verdade da nudez, o que é o uso da sujeira e do pó? Perante o eu onipresente, como pode a roupa esfarrapada competir com a sua própria decadência? Perante a destruição e a decomposição do processo mutacional físico, onde podemos nos esconder?

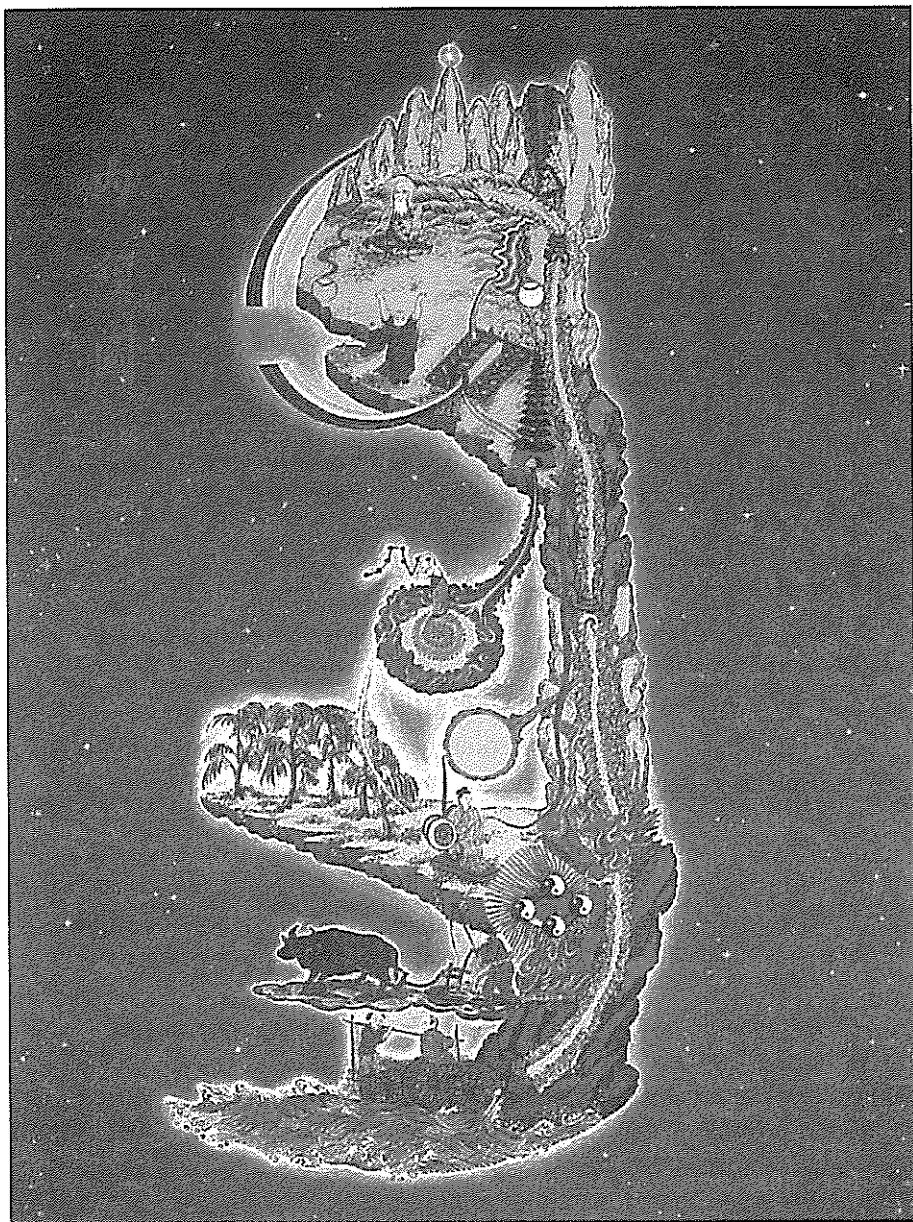
Toda expressão viva é sustentada pelo consumo de energia correspondente da força vital dentro do eu. Se não souber se preservar, você sucumbirá ao esgotamento. Ache algo essencial para fazer antes que a sua vida acabe. Reconheça o tesouro que há dentro de você e fique com ele. Use atos de bondade para se promover. *O Tao do céu é impessoal. Ele valoriza os que são bondosos.*

*Os que são bondosos* são as pessoas que possuem o Amor dentro de si e preservam o Amor fora de si. Quando se abraça o Amor com egoísmo, ele se torna Eu puro. O Tao está vivo internamente. Quando o Tao é preservado, e nada mais que isso, ele é o poder do Eu. Esse é o poder de Deus dentro de nós. Sem ele, a vida está saciada e exausta, ou deprimida e faminta. Nós saciamos o prazer vigoroso do eu para esvaziar a nossa própria força vital. Estamos deprimidos porque não podemos encontrar o amor — o amor verdadeiro — seja pela beleza da atração física, seja pelo fluxo do exame mental. Somos destinados a permanecer famintos, buscando, como fazemos, o estímulo atraente ou o clímax sexual. Esse é o Tao do Amor dentro e fora.

*Os que são bondosos* são os que praticam a *ação bondosa* e agem com bondade. Quando há Amor interior, há bastante bondade, compaixão e generosidade. A fome está repleta com a luz do Amor; a sede é substituída pela harmonia do Tao — *o orvalho doce entre* o céu e a terra; o eu é transformado na quietude do coração, na sabedoria da mente e na tranqüilidade do espírito. Uma vez que a harmonia do Tao está além da criação e da destruição, então *o orvalho doce* está além da vida e da morte. Ele representa as lágrimas do céu e da terra, o eu do masculino e do feminino, o Amor do Tao e a Ação de bondade.

*Os que são bondosos* são os que têm fé interior, exterior e intermediária. A fé interior é o poder do Tao; a fé intermediária é a harmonia entre nós mesmos e a nossa companhia (amado ou amante); a fé exterior não é nem uma estimativa e uma expectativa, nem a adoração e o sacrifício. A estimativa é o mecanismo do eu; a expectativa é o desejo do eu; a adoração é a atração disfarçada do eu; e o sacrifício é a honra ameaçada do eu. O amor não precisa de nenhuma estimativa; a ação não precisa de nenhuma expectativa; a harmonia não precisa de nenhuma adoração e a fé não precisa de nenhum sacrifício. O Tao penetra, o Te envolve tudo, a harmonia é energizada e a fé é disseminada. Essa é a realização do Tao, a aplicação da Ação, a meditação da harmonia e o aperfeiçoamento da fé.

Ao longo da nossa viagem nas idas e vindas entre o Tao pronunciado sem nenhum som, a mente torna-se imóvel, a boca sem fala, a respiração paralisada, a vida imortal. O silêncio se estabelece no corpo, a quietude conforta a mente e o mistério capta o espírito. Uma vez mais, inútil, sem sentido, sem oscilações... perante o Tao pronunciado do não-Tao, ao longo da *ação bondosa* inativa, durante a meditação que expande o coração e depois do aperfeiçoamento incessante, sem sentido, tudo é cercado pela elevação fiel.



*Fig. 9.5 Alquimia Interior do Tao.*

## Apêndice I

# O Tao Te King de Lao Tzu

Tradução inglesa de  
Edward Brennan  
Tao Huang

## Capítulo 1

1. O Tao que é pronunciado não é mais o Tao eterno.  
O nome que foi escrito não é mais o nome eterno.
2. O inominável é o princípio do universo cósmico.  
O nomeado é a mãe da miríade de criaturas.
3. Estando em paz, pode-se perscrutar o sutil.  
Empenhando-se com paixão, pode-se perscrutar o manifesto.
4. Ambos nascem de uma fonte comum mas têm nomes diferentes.  
Ambos são chamados o mistério dentro do mistério.  
Eles são a porta para todas as maravilhas.

## Capítulo 2

1. No mundo,  
Todos reconhecem a beleza como beleza,  
Uma vez que o feio também existe.  
Todos reconhecem a bondade como bondade,  
Uma vez que o mal também existe.
2. Uma vez que  
Ser e não-ser geram um ao outro,  
A dificuldade e a facilidade completam-se uma à outra,  
O comprido e o curto medem um ao outro,  
O alto e o baixo excedem um ao outro,  
A voz e o som harmonizam-se entre si,  
E o antes e o depois seguem um ao outro.
3. Portanto o sábio  
Vive comprometido com a inação,  
E prega a doutrina silenciosa.
4. A miríade de criaturas  
Age sem princípio,  
Nutre sem possuir,  
Compromete-se sem reivindicar crédito.

5. É o cumprimento sem a reivindicação de crédito que torna o resultado auto-sustentado.

## Capítulo 3

1. Não exalte a inteligência e o povo não competirá;  
Não valorize os bens raros e o povo não roubará;  
Não exponha à apreciação pública e o povo não desejará.
2. Assim os métodos de governo do sábio são:  
Esvaziar a mente,  
Vitalizar o estômago,  
Abrandar a vontade,  
Fortalecer o caráter.
3. Isso sempre faz o povo não saber e não desejar.  
Isso sempre faz o sabedor não ousar agir.  
Portanto, nada está além do governo.

## Capítulo 4

1. O Tao opera na harmonia vazia de si próprio.  
Quando usado, ele permanece cheio.
2. Sem dúvida, essa fonte é o próprio antepassado da miríade de coisas.
3. Cegando as bordas afiadas,  
Desenredando os emaranhados de nós,  
Desposando na luz,  
Sendo tão comum quanto o pó.
4. Ah! Límpido, ele parece existir sempre.
5. Eu não sei de quem ele é filho,  
Esse que sobrepuja o Imperador Celestial.

## Capítulo 5

1. A natureza não tem benevolência,  
Trata todas as coisas como cães de palha;  
O sábio não tem benevolência,  
Ele trata o seu povo como cães de palha.
2. Entre o céu e a terra ele parece um fole:  
Vazio, ainda que inexaurível,  
Quanto mais forte é acionado, maior o resultado.
3. Ser informado em excesso leva ao esgotamento,  
Melhor ser centrado.

## Capítulo 6

1. O espírito do vale é imortal,  
Ele é chamado de a fêmea mística.
2. O portal da fêmea mística  
É chamado a raiz do céu e da terra.
3. Pairando, ele parece onipresente. Posto em uso, nunca se exaure.

## Capítulo 7

1. O céu é eterno e a terra é duradoura.
2. O que faz o céu e a terra eternos e duradouros é que eles não geram a si mesmos.  
É isso que os faz eternos e duradouros.
3. Por isso o sábio,  
Relaxando o corpo, o corpo vem para a frente.  
Além do corpo, o corpo vem para a frente.  
Além do corpo, o corpo existe por si mesmo.
4. Nem mesmo contar com a abnegação  
Permite ao eu ser satisfeito.

## Capítulo 8

1. A bondade eminentemente é como a água.
2. A água é boa ao beneficiar todas as coisas,  
Mas ela é muito competitiva.  
Recolhe-se a lugares indesejáveis.  
Assim ela está próxima do Tao.
3. Habitando lugares bons,  
Procedendo de boas fontes,  
Provindo da boa natureza,  
Exprimindo-se com boa-fé,  
Governando com boas leis,  
Conduzindo-se com capacidade,  
E agindo no tempo certo.
4. Por esse motivo,  
Não há competição,  
Não há com que se preocupar.

## Capítulo 9

1. Deixar-se prender causa superabundância; melhor abrir mão.  
O consentimento forçado não perdura.  
Encher a casa de ouro e jade não traz segurança.  
Luxo e riqueza resultam em orgulho; trazem consigo o próprio castigo.
2. Feito o trabalho, o corpo se retira.  
Esse é o Tao do céu.

## Capítulo 10

1. Vestir o espírito e a alma, e atraí-los para a Unidade:  
Poderá isso dilacerar?  
Recolher o Qi e tornar o corpo flexível,  
Não será isso infantil?  
Ser guiado pela clareza e eliminar toda visão mística,  
Poderá até mesmo um ponto existir?  
Amar o povo e governar o país,  
Não será isso ineficaz?  
Abrir e fechar o Portão do Céu,  
Não será essa a fêmea?  
Abranger os quatro cantos do mundo,  
Não será isso conhecimento?
2. Gerar e nutrir;  
Gerar mas não possuir,  
Aumentar mas não dominar.
3. Essa é Ação Misteriosa.

## Capítulo 11

1. Trinta raios unem-se no cubo da roda,  
Mas é o vazio interior do cubo da roda que torna o veículo útil;  
O barro é moldado em vaso,  
Mas é a concavidade que torna o vaso útil;  
As janelas e as portas são recortadas,  
Mas é o espaço vazio que faz o aposento utilizável.
2. Portanto, todo ter sempre produz excesso,  
Todo não-ter sempre produz utilidade.

## Capítulo 12

1. Cinco cores cegam os olhos.  
Correr e caçar enlouquecem o coração.  
Perseguir o que é raro torna a ação enganosa.  
Cinco sabores entorpecem o paladar.  
Cinco tons ensurdecem os ouvidos.
2. Assim, o método do sábio é para a barriga, não para os olhos.  
Ele abandona o posterior e escolhe o anterior.

## Capítulo 13

1. Favor e desgraça surpreendem ao máximo.  
Avalie o problema como você faz com o corpo.
2. Por que “favor e desgraça surpreendem ao máximo”?  
O favor aumenta apenas o inferior,  
Recebê-lo é uma surpresa,  
E perdê-lo também é uma surpresa.  
É por isso que “favor e desgraça surpreendem ao máximo”.
3. Por que “avaliar o problema como você faz com o corpo”?  
É só porque eu tenho um corpo que tenho problema.  
Se eu não tivesse um corpo, onde estaria o problema?
4. Portanto, se avalia o mundo como faz com o corpo,  
Você pode ter confiança no mundo;  
Se você ama o corpo como ama a beleza do mundo,  
Você pode ser responsável pelo mundo.

## Capítulo 14

1. Procure-o e não seja visto, isso é chamado invisível;  
Escute-o e não seja ouvido, isso é chamado inaudível;  
Alcance-o e não seja tocado, isso é chamado intangível.
2. Esses três estão além da consideração, portanto  
Quando esses três se fundem, eles são Um.
3. Quanto a esse Um,  
Nada existe acima dele que seja justificado,  
Nada existe abaixo dele que tenha sido excluído.  
Por mais que se procure, ele estará sempre além do reconhecimento.
4. Ele retorna a coisa nenhuma.  
Seu estado é explicado como estado nenhum,  
Sua forma é explicada como informe.  
Ele é chamado a visão além do foco.

5. Siga atrás dele e ele se mostrará infinito.  
Vá à frente dele e não achará começo nenhum.
6. Empregue o Tao de hoje para resolver os problemas de hoje e para conhecer o passado remoto.
7. Isso é chamado o princípio do Tao.

## Capítulo 15

1. Os antigos sábios do Tao são sutis e misteriosamente perspicazes.  
A profundidade deles está além do poder da vontade.
2. Porque o Tao está além do poder da vontade,  
O máximo que se pode fazer é explicá-lo:
3. Assim,  
Cheio de cuidados, como alguém cruzando um rio congelado no inverno,  
Atento, como alguém cioso do ambiente como um todo,  
Reservado, como quem é o convidado,  
Sobranceiro, como ao confrontar um pântano,  
Simples, como a madeira não entalhada,  
Opaco, igual à lama,  
Magnífico, como um vale.
4. De dentro do escuro vem a quietude.  
O feminino estimula com o seu leite.
5. Conservando esse Tao, o excesso é indesejável.  
Não desejando nenhum excesso, o trabalho é concluído sem esgotamento.

## Capítulo 16

1. Alcançar o vazio supremo,  
Concentrar-se na quietude central,  
Todas as coisas operam em conjunto.
2. Desse ponto eu observo o retorno delas.
3. Todas as coisas embaixo do céu florescem na sua própria vitalidade,  
Mas cada uma retorna à sua própria raiz.  
Isso é quietude.  
Quietude significa retornar ao próprio destino.  
Retornar ao próprio destino é firmeza.  
Conhecer a firmeza significa iluminação.  
Não conhecer a firmeza é agir vigorosamente.  
Agir vigorosamente traz o desastre.

Conhecer a firmeza implica aceitação.  
A aceitação é imparcial.  
O imparcial é magnífico. Magnífico é o céu. O céu é o Tao.  
O Tao está além do perigo até mesmo quando o corpo perece.

## Capítulo 17

1. O eminentemente tem consciência do eu.  
O próximo abaixo é amado e elogiado.  
O próximo abaixo é temido,  
Ao fundo está a fonte.
2. Quando a fé é fraca, há desconfiança.  
Especialmente no valor da fala.
3. Os resultados falam por si.  
Assim, o povo me chama Natureza.

## Capítulo 18

1. Quando o Grande Tao é abandonado,  
Há benevolência e retidão.  
Quando surge a inteligência,  
Ocorre muita manipulação.  
Quando há desarmonia na família,  
Sucede a devoção filial.  
Quando o país está em grande dificuldade,  
Surge o patriotismo.

## Capítulo 19

1. Livre-se da sabedoria, abandone a inteligência, e  
O povo se beneficiará uma centena de vezes.  
Livre-se da benevolência, abandone a justiça, e  
O povo retornará à devoção filial e à bondade.  
Livre-se da técnica, abandone o lucro, e  
Os ladrões desaparecerão.
2. Esses três são inadequados.  
Portanto, simplesmente deixe as coisas acontecerem.
3. Observe o comum e abrace o simples.  
Não pense muito e não deseje muito,  
Livre-se da aprendizagem e a preocupação desaparecerá.

## Capítulo 20

1. Quanta diferença existe entre o sim e o não?  
Quanta diferença existe entre o bonito e o feio?
2. O que se teme é o que não se pode deixar de temer.
3. Você está perdido sem um eixo central.
4. A gente comum se satisfaz  
Comendo uma comida deliciosa,  
Alcançando o clímax de um romance.  
Eu não tenho desejos nem expectativas,  
Como um bebê que ainda não sorri.  
Reunindo forças, penetrando o abismo além do ponto de retorno.
5. A gente comum tem mais do que o suficiente,  
Eu, no fundo, sou um tolo, como uma gota de água em relação à fonte.
6. A gente de negócios é brilhante e inteligente.  
Só eu sou estúpido.  
A gente de negócios é capaz e talentosa.  
Só eu sou obtuso e grosseiro.  
Despercebido nas profundezas do mar,  
Perdido num horizonte infinito.
7. A gente comum é produtiva,  
Só eu mantengo a essência viva dentro de mim.  
Só eu guardo a fonte unitária, como que por teimosia.
8. Quero ser completamente diferente de todo mundo,  
Tirando o meu sustento da mãe geradora.

## Capítulo 21

1. As evidências da atividade profunda seguem-se apenas do Tao.
2. A substância do Tao é ilimitada e insondável.  
Insondável e ilimitada,  
Em seu centro existe forma;  
Ilimitada e insondável,  
Em seu centro existe um objeto;  
Embrionário e escuro,  
Em seu centro existe essência;  
A essência é muito pura,  
Em seu centro existe confiança.  
De agora até os dias de outrora,  
Seu nome nunca morre,  
Porque ela cria todas as coisas desde o princípio.

3. Como eu conheço a fonte de todos os princípios?  
Assim.

## Capítulo 22

1. Os que ostentam a si mesmos perdem a pose.  
Aquele que se exibe não é visto.  
Aquele que se justifica não é compreendido.  
Aquele que fustiga não é bem-sucedido.  
Aquele que se fia em si mesmo não resiste.
2. No sentido do Tao,  
Isso quer dizer comer demais e agir demais.  
Resulta em desgosto.
3. Os que desejam não resistirão.

## Capítulo 23

1. Ceder, mas sem perder a integridade.  
Nas profundezas do turbilhão, existe quietude.  
O côncavo possibilita a abundância.  
O velho abre caminho para o novo.  
O pequeno permite o aumento.  
O excesso cria a confusão.
2. Portanto, o sábio guarda a unidade como o pastor do mundo.
3. Aquele que não se exibe é visto.  
Aquele que não se justifica é compreendido.  
Aquele que não fustiga é bem-sucedido.  
Aquele que não se fia em si mesmo resiste.
4. Portanto,  
Só o espírito da não competição torna as coisas não competitivas.
5. Então o velho ditado, “ceder, mas sem perder a integridade”, não passa de algumas palavras.  
Mas quando compreendido corretamente, a integridade retorna.

## Capítulo 24

1. A fala natural consiste de poucas palavras.
2. Ventos tempestuosos não duram toda a manhã,  
Aguaceiros não duram o dia todo.  
O que causa isso?
3. O céu e a terra não durarão para sempre,  
Como poderia um ser humano durar!

4. Portanto, quem age de acordo com Tao se aproxima do Tao.  
Da mesma maneira aproxima-se da ação.  
Da mesma maneira aproxima-se da perda.
5. Aproximando-se da ação, o Tao torna-se ação.  
Aproximando-se da perda, o Tao torna-se perda.

## Capítulo 25

1. A matéria é formada a partir do caos.  
Ela foi gerada antes do céu e da terra.  
Silenciosa e vazia.  
Solitária, sem território,  
Capaz de ser mãe para o mundo.
2. Eu ainda não sei o seu nome,  
Eu a chamo Tao.  
Com relutância eu a julgo Grande.  
Grande refere-se ao símbolo.  
O símbolo refere-se ao que é remoto.  
O que é remoto refere-se ao retorno.
3. O Tao é grande.  
O céu é grande.  
A terra é grande.  
A realeza é grande.  
Essas são as quatro grandes coisas do mundo,  
A realeza é uma delas.
4. A humanidade tira a sua origem da terra.  
A terra tira a sua origem do céu.  
O céu tira a sua origem do Tao.  
O Tao tira a sua origem da Natureza.

## Capítulo 26

1. O pesado é a raiz da luz.  
A tranqüilidade é a mestra do inquieto.
2. Assim, a pessoa nobre viaja o dia inteiro sem deixar o seu assento.  
Embora seja o centro da maior autoridade,  
E esteja cercada de luxo,  
Ela permanece despreocupada.
3. Como pode o rei de milhares de carruagens tratar o seu corpo com  
menos cuidado que o que dispensa ao país?
4. Ser descuidado tira-lhe o fundamento.  
Estar inquieto tira-lhe o domínio.

## Capítulo 27

1. Um bom viajante não deixa rastos.  
Um bom orador não comete erros.  
Um bom planejador não calcula.  
Um bom porteiro não fecha a sete chaves, ainda assim a porta não pode ser aberta.  
Um bom fazedor de nós não ata, ainda assim o nó não pode ser desfeito.
2. Portanto, o sábio é bom nas suas mais sérias exigências em relação ao povo.  
Assim ninguém é esquecido.  
Nenhum talento é desperdiçado.  
Isso se chama estar a reboque da iluminação,  
E resguarda a pessoa boa.
3. Pois tudo o que é bom é o professor da pessoa boa.  
Tudo o que é mau torna-se um recurso para a pessoa boa.  
Não há necessidade de honrar os professores.  
Não há necessidade de amar os recursos.
4. Embora saber disso seja um grande paradoxo,  
É o princípio sutil.

## Capítulo 28

1. Entender o macho e apreender a fêmea  
Possibilita o fluir do mundo.  
Isso sendo o fluir do mundo, a ação eterna subsiste.  
Saber que a ação eterna subsiste é retornar à infância.
2. Entender o puro e apreender o impuro  
Possibilita a limpeza do mundo.  
Com a limpeza do mundo, basta a ação contínua.  
Quando a ação contínua basta, ela retorna à simplicidade.
3. Entender o branco e apreender o preto  
Possibilita a constituição do mundo.  
Sendo essa a constituição do mundo, a ação contínua não se desvia.  
Quando a ação contínua não se desvia, ela retorna ao infinito.
4. Essa simplicidade toma forma como um mecanismo.  
O sábio faz dela o principal governante.  
O grande governo nunca se divide.

## Capítulo 29

1. Observo que os que querem controlar o mundo e manipulá-lo não são bem-sucedidos.
2. O mecanismo sagrado do mundo não pode ser manipulado.  
Os que o manipulam fracassarão,  
Os que se prendem a ele irão perdê-lo.
3. A matéria  
Ou lidera ou segue,  
Ou aquece ou esfria,  
Ou fortalece ou debilita,  
Ou favorece ou destrói.
4. Assim o sábio abandona os extremos, a extravagância, a multiplicidade.

## Capítulo 30

1. Ao usar o Tao como a lei para governar o povo,  
Não empregue o exército como o poder do mundo,  
Pois é provável que o tiro saia pela culatra.
2. Por onde o exército marchou, crescem espinhos e roseiras-bravas.
3. Ser bom tem a sua própria consequência,  
Que não pode ser apreendida pelo poder.
4. Conquistar sem arrogância,  
Conquistar sem se vangloriar,  
Conquistar sem danificar,  
Conquistar sem tomar posse.  
Isso é chamado conquistar sem força.
5. A matéria torna-se forte, depois envelhece.  
Isso é chamado o “Não-Tao”.  
Morrer jovem é “Não-Tao”.

## Capítulo 31

1. O exército é o mecanismo do azar.  
Os elementos do mundo podem se opor.  
Assim, os que têm ambições não podem descansar.
2. Portanto, o nobre se coloca do lado esquerdo,  
E o comandante do lado direito.
3. Assim, o exército não é a arma do nobre.  
Como um mecanismo do azar,  
Ele o usa apenas como o último recurso.

- Então é melhor usá-lo rápida e destrutivamente.  
 Não tenha prazer com isso.  
 Deliciar-se assim é gostar de matar gente.  
 Os que gostam de matar gente não atraem o favor do mundo.
4. Os bons inclinam-se à esquerda,  
 Os maus inclinam-se à direita.
  5. Assim, o oficial inteligente fica à esquerda,  
 O comandante do exército fica à direita.
  6. Para usar uma imagem de tristeza,  
 Depois de matar gente, todo mundo só tem a lamentar.  
 A vitória é celebrada como um serviço funerário.

## Capítulo 32

1. O Tao é eternamente inominável.
2. Embora a simplicidade seja pequena,  
 O mundo não pode tratá-la como subordinada.  
 Se os senhores e governantes puderem apreendê-la,  
 Tudo se tornará auto-suficiente.
3. O céu e a terra combinam-se e concedem o doce orvalho.  
 Sem regras, a gente torna-se naturalmente igual.
4. No princípio, a regra deve ser expressada.  
 Uma vez que ela exista, pare de falar nela.  
 O resultado de não falar nela é a eliminação do perigo.
5. Num modo de dizer, o Tao está para o mundo.  
 Assim como os rios estão para os oceanos e mares.

## Capítulo 33

1. Conhecer os outros é ser culto,  
 Conhecer a si mesmo é iluminação;  
 Dominar os outros é ter força,  
 Dominar a si mesmo é ser poderoso.
2. Saber o que é suficiente é ser rico.  
 Agir com determinação é ter vontade.  
 Não perder os seus recursos é resistir.  
 Morrer, mas não ser esquecido, é ser imortal.

## Capítulo 34

1. Como o Tao a tudo penetra,  
Ele opera tanto na esquerda quanto na direita.
2. O sucesso é consequente a todos os negócios.  
Ele não proclama a própria existência.  
Todas as coisas retornam.  
Ainda assim, não há nenhuma reivindicação de posse,  
Portanto ele nunca deseja nada.  
Isso pode ser chamado de pequeno.  
Todas as coisas retornam.  
Ainda assim, não há nenhuma reivindicação de posse,  
Isso pode ser chamado de grande.
3. O sábio realiza a grandeza não agindo com grandeza.  
Assim ele pode realizar o que é grande.

## Capítulo 35

1. Apreender o grande Símbolo,  
Que o mundo inteiro carrega.  
Continuamente sem causar dano.
2. Estar feliz em paz,  
Desfrutar grandemente a música e a comida.  
Os viajantes se detêm.
3. Quando é pronunciado em público simplesmente  
O Tao não tem o menor sabor.
4. Olhe, mas isso não é suficiente para ver.  
Escute, mas isso não é suficiente para ouvir.  
Use-o, no entanto ele não se exaure.

## Capítulo 36

1. Quando você quiser constringir algo,  
Terá de deixá-lo expandir-se primeiro;  
Quando você quiser debilitar algo,  
Terá de habilitá-lo primeiro;  
Quando você quiser eliminar algo,  
Terá de permiti-lo primeiro;  
Quando você quiser conquistar algo,  
Terá de deixá-lo à vontade.  
Isso é chamado Luz Superior.

2. O fraco supera o forte.

Os peixes não podem viver longe da sua origem.

As armas afiadas da nação não devem nunca ser expostas.

## Capítulo 37

1. O Tao é eternamente inominável.

Se os senhores e governantes aceitassem isso,  
Todas as coisas evoluiriam por si.

2. O que evolui deseja agir.

Eu, então, difundo-o com simplicidade inominada.  
Difundir com simplicidade inominada é eliminar a humilhação.  
Sem humilhação, surge a paz.  
O céu e a terra governam-se.

## Capítulo 38

1. A ação eminentemente é inação,

Pois aquela ação é eficaz.  
A ação inferior nunca deixa de agir,  
Por isso é ineficaz.

2. A ação eminentemente é descomprometida,

Mas nada resta incompleto;  
A compaixão eminentemente compromete,  
Mas nada resta incompleto;  
Quando a retidão eminentemente se compromete,  
Reduz os resultados dos compromissos;  
A justiça eminentemente se compromete, mas não responde  
adequadamente às situações.  
Por esse motivo ela é frustrada.

3. Quando o Tao está perdido,

Ele se torna Ação;  
Quando a Ação está perdida,  
Ela se torna benevolência;  
Quando a benevolência está perdida,  
Ela se torna justiça.  
Quando a justiça está perdida,  
Ela se torna decoro.

4. O decoro é o verniz da fé e da lealdade,

E a vanguarda das perturbações.

5. A previsão é a vã exibição do Tao,

E a vanguarda da insensatez.

6. Portanto, o homem de recursos  
Habita a integridade e não o verniz,  
Habita a essência em lugar da vã exibição.
7. Ele rejeita esta última e aceita a anterior.

## Capítulo 39

1. Os que viveram no passado atingiram a Unidade.
2. Ao atingir a Unidade, o céu clareia.  
Ao atingir a Unidade, a terra fica em paz.  
Ao atingir a Unidade, o espírito é estimulado.  
Ao atingir a Unidade, o vale se torna abundante.  
Ao atingir a Unidade, o rei põe ordem no mundo inteiro.  
Tudo isso resulta da Unidade.
3. Sem a sua claridade, o céu é capaz de explodir.  
Sem a sua paz, a terra é capaz de estourar.  
Sem o seu estímulo, o espírito é capaz de desaparecer.  
Sem a sua abundância, os vales são capazes de secar.  
Sem a estima adequada, o rei é capaz de cair.
4. A estima está arraigada no humilde.  
O de cima tem os seus fundamentos no de baixo.
5. É por isso que os senhores e governantes se acham viúvas e órfãos desamparados.  
Não está aí a raiz de ser humilde?
6. Muito elogio resulta em elogio nenhum.
7. Sem preferência, o Ser é tão ressonante quanto o Jade e tão grave quanto a pedra.

## Capítulo 40

1. Quando as pessoas eminentes ouvem falar do Tao,  
Elas o praticam fielmente;  
Quando as pessoas comuns ouvem falar do Tao,  
Parece que o praticam, e parece que não o fazem;  
Quando as pessoas inferiores ouvem falar do Tao,  
Elas o ridicularizam.
2. Sem tal ridículo, ele não seria o Tao.
3. Assim, o aforismo que sugere o caminho é:  
Conhecer o Tao parece custoso.  
Entrar no Tao parece como se retirar.  
Tornar-se igual ao Tao produz paradoxos.

A ação eminente é como um vale.  
 A compreensão total se assemelha a cair em desgraça.  
 A ação abrangente parece rendição.  
 A ação construtiva parece fraca.  
 A integridade pura parece perversa.  
 O grande quadrado não tem nenhum ângulo.  
 O grande talento amadurece tarde.  
 A grande voz soa lânguida.  
 A grande imagem não tem nenhuma forma.  
 O Tao é elogiado mas é inominável.

4. Só o Tao é bom no princípio e bom na conclusão.

## **Capítulo 41**

1. O Tao avança retornando.  
 O Tao opera pela fraqueza.
2. Todas as coisas embaixo do céu nascem do ser.  
 O ser nasce do não-ser.

## **Capítulo 42**

1. O Tao dá origem a um.  
 Um dá origem a dois.  
 Dois dá origem a três.  
 Três dá origem a todas as coisas.
2. Todas as coisas possuem yin e contêm yang.  
 Atraindo juntos o chi em harmonia.
3. O que o mundo odeia são a viúva e o órfão desamparados.  
 Mas os senhores e os governantes nomeiam-se como tais.
4. Não busque o ganho em perder, nem a perda em ganhar.
5. O que o povo ensina, depois da discussão, torna-se doutrina.
6. Os que excedem em força não prevalecem sobre a morte.  
 Eu usaria isso como o pai do ensinamento.

## **Capítulo 43**

1. O que é mais mole no mundo penetra o que é mais duro no mundo.  
 O não-ser entra onde não há espaço.
2. A partir daí eu conheço as riquezas da não-ação.
3. O ensinamento silencioso e as riquezas da não-ação equiparam-se muito pouco no mundo.

## Capítulo 44

1. O que é mais apreciado, o nome ou o corpo?  
O que vale mais, o corpo ou as posses?  
O que é mais benéfico, ganhar ou perder?
2. A ternura extrema é necessariamente muito cara.  
Quanto mais você se prende, mais perde.
3. Assim, saber o que é suficiente evita a desgraça.  
Saber quando parar evita o perigo.  
Isso pode levar a uma vida mais longa.

## Capítulo 45

1. A grande perfeição parece faltar, mas o seu uso nunca se exaure.  
A grande abundância parece vazia, mas o seu uso nunca chega ao fim.  
A grande retidão parece curva.  
A grande habilidade parece desajeitada.  
O grande excesso parece deficiente.
2. A atividade supera o frio.  
A quietude supera o calor.  
A paz e a tranqüilidade podem ser a medida do mundo.

## Capítulo 46

1. Quando houver o Tao no mundo, os cavalos serão usados para fertilizar a terra.  
Sem o Tao no mundo, o cavalo de batalha será desenvolvido na zona rural.
2. Não há crime maior do que alimentar o desejo.  
Não há desastre maior do que não saber quando há o bastante.  
Não há falta maior do que querer possuir.
3. Saber quais são os recursos suficientes para manter-se sempre é o suficiente.

## Capítulo 47

1. Para conhecer o mundo, não saia pela porta.  
Para conhecer o Tao do céu, não espreite pela janela.
2. Quanto mais longe você vai, menos sabe.
3. Assim o sábio sabe sem se mover, identifica sem ver, faz sem agir.

## Capítulo 48

1. Ter curiosidade para aprender acrescenta um pouco todo dia.  
Ouvir o Tao traz uma perda dia após dia.  
Perder cada vez mais até suceder a inação.  
A inação sucede, ainda assim tudo está feito.
2. Conduzir o mundo sempre envolve o não comprometimento.  
Tão logo haja comprometimento, nunca haverá o bastante dele para conduzir o mundo.

## Capítulo 49

1. O sábio sempre está sem a própria mente.  
Ele usa a mente do povo como a sua mente.
2. Ele é bondoso com os que são bondosos.  
Ele também é bondoso com os que não são bondosos.  
É a bondade da Ação em si.  
Ele é confiável com os que são confiáveis.  
Ele também é confiável com os que não são confiáveis.  
É a confiança da Ação em si.
3. No mundo, o sábio inala.  
Para o mundo, o sábio mantém a mente simples.
4. Toda gente se fixa nas orelhas e nos olhos.  
Enquanto o sábio sempre sorri como uma criança.

## Capítulo 50

1. Nós vivemos, nós morremos.
2. Os companheiros de vida têm três e dez anos.  
Os companheiros de morte têm três e dez anos.  
Essa gente vive intensamente a sua vida que necessariamente leva ao leito de morte aos três e dez anos.
3. Por que é assim? Essa é a natureza da vida.
4. Com efeito, ouço falar daqueles que são bons em preservar a própria vida;  
Caminhando, não evitando rinocerontes e tigres.  
Entrando na batalha sem usar armamentos.  
O rinoceronte não tem um lugar onde enterrar os seus chifres.  
O tigre não tem um lugar onde arrastar as suas garras.  
O soldado não tem um lugar onde empurrar a sua lâmina.
5. Por que é assim?  
Porque eles não têm um lugar onde morrer.

## Capítulo 51

1. O Tao estimula.  
A ação nutre.  
A matéria forma.  
O mecanismo preenche.  
Por isso, todas as coisas adoram o Tao e exaltam a Ação.
2. A adoração do Tao e a exaltação da Ação não são concedidas, mas sempre surgem naturalmente.
3. O Tao estimula e nutre, desenvolve e educa, integra e completa, eleva e sustenta.
4. Ele estimula sem possuir.  
Ele age sem confiar.  
Ele se desenvolve sem controlar.
5. A isso se chama Ação mística.

## Capítulo 52

1. O mundo começa com a mãe como a sua fonte.
2. Quando tiver a mãe, você conhecerá o filho.  
Quando conhecer o filho, retorne para preservar a mãe.  
Embora o corpo morra, não há nenhum mal.
3. Fechando a sua boca e fechando a porta, a vida não é vencida pelo cansaço.  
Quando abrir a boca e buscar os seus interesses, a vida não poderá ser preservada.
4. Ver o que é pequeno é discernimento.  
Preservar a sutileza é força.  
Usar a luz possibilita retornar ao discernimento.
5. Não perder o centro do corpo é chamado penetrar o eterno.

## Capítulo 53

1. Pelo discernimento, adquiro o conhecimento para trilhar o grande Tao.  
O único medo é o do que é diferente.
2. O grande Tao é bastante suave, ainda que a gente prefira um atalho.  
O tribunal está tão ocupado em legislar que os campos continuam incultos e os silos estão todos vazios.  
Eles usam roupas magníficas, cingem espadas afiadas.  
Eles se fartam de comida e possuem muitas noivas.  
A gratificação deles é suficiente mas eles continuam roubando.

3. Isso é o oposto do Tao.

## Capítulo 54

1. O que é bem construído não é demolido.  
O que é bem pregado não se separa.  
Os filhos e os netos adoram incessantemente.
2. Eduque o eu, e a Ação será pura.  
Eduque a família, a Ação será abundante.  
Eduque a comunidade, a Ação resistirá.  
Eduque a nação, a Ação será frutífera.  
Eduque o mundo, a Ação estará impregnada por toda parte.
3. Trate o eu pelo padrão do eu.  
Trate a família pelo padrão da família.  
Trate a comunidade pelo padrão da comunidade.  
Trate a nação pelo padrão da nação.  
Trate o mundo pelo padrão do mundo.
4. Como eu sei como é o mundo?  
Assim.

## Capítulo 55

1. A ação em sua profundeza é como um bebê recém-nascido.  
Os insetos peçonhentos e as cobras venenosas não o picam.  
Os pássaros predadores e animais ferozes não o alcançam.
2. Os seus ossos são macios e os seus tendões flexíveis, mas o seu aper-  
to é firme;  
Sem conhecer a união de macho e fêmea, os seus órgãos despertam.  
A sua essência vital é precisa;  
Chorando o dia todo, a sua voz nunca fica rouca.  
A sua harmonia é precisa.
3. A harmonia é eterna.  
Conhecer a harmonia é discernimento.  
Aumentar a vida é equanimidade.  
Gerar vitalidade pela mente é força.
4. Quando coisas alcançam o clímax, estão repentinamente velhas.
5. Esse é o “Não-Tao”.  
O “Não-Tao” morre jovem.

## Capítulo 56

1. Os que sabem não dizem.  
Os que dizem não sabem.
2. Feche a boca.  
Feche a porta.  
Incorpore-se à luz.  
Tão comum quanto o pó.  
Cegue o gume.  
Desembarace os emaranhados de nós.
3. Isso é chamado uniformidade misteriosa.
4. Você não se torna íntimo por adquiri-la.  
Você não se torna distante por não adquiri-la;  
Você não ganha por adquiri-la.  
Você não perde por não adquiri-la;  
Você não se enobrece por adquiri-la.  
Você não se desgraça por não adquiri-la.
5. Isso possibilita a nobreza do mundo.

## Capítulo 57

1. Usar a legalidade certa para governar o país.  
Usar o inesperado para conduzir a batalha.  
Usar o descomprometimento para dominar o mundo.
2. Como eu sei que é assim?  
Assim.
3. Quanto mais proibições houver no mundo, mais pobre será o povo.  
Quanto mais armas destrutivas o povo tiver, mais caótica a nação se tornará.  
Quanto mais experiência o povo tiver, mais coisas estranhas aparecerão.  
Quanto mais leis e exigências surgirem, mais roubos haverá.
4. Portanto, o sábio diz:  
Quando permaneço inativo, o povo se transforma.  
Quando me mantendo em quietude, o povo se organiza legalmente.  
Quando sou descomprometido, o povo enriquece.  
Quando decido não desejar, o povo permanece simples.

## Capítulo 58

1. Quando o governo silencia, o povo é sincero.  
Quando o governo se intromete, o estado é decisivo.

2. O desastre é do que o destino depende,  
O destino é o que o desastre subjuga.  
Quem conhece o resultado final?
3. Não existe legalidade certa.  
A justiça tende ao extremo.  
A bondade tende para o mal.  
O povo está familiarizado com isso há muito tempo.
4. Assim,  
Seja arredondado sem se cortar.  
Seja compatível sem perfurar.  
Seja direto sem enganar.  
Seja brilhante sem deslumbrar.

## Capítulo 59

1. Para governar o povo e servir ao céu, nada é melhor do que a frugalidade.
2. Só a frugalidade possibilita as medidas vazias por antecipação.  
Medidas vazias por antecipação significam um grande acúmulo de Ação.  
Um grande acúmulo de Ação não deixa nada a ser conquistado.  
Quando nada precisa ser conquistado, conhece-se a ausência de limites.  
Quando se conhece a ausência de limites, o país pode existir.  
O país, existindo a partir da sua origem, pode resistir.
3. Esse é o Tao de quando se tem raízes profundas, um caule forte, uma vida longa e uma visão duradoura.

## Capítulo 60

1. Governar um país grande é como cozinhar um peixe pequeno.
2. Se o Tao for utilizado para conduzir a sociedade, o seu fantasma não se tornará um espírito.  
Não que o fantasma não seja espiritual, mas o espírito não prejudica ninguém;  
Não só o espírito não prejudica ninguém, como também o sábio é inofensivo.
3. Como esses dois não causam nenhum dano, eles estão unidos na Ação.

## Capítulo 61

1. Uma grande nação corre a jusante; ela é a mãe do mundo e a integração do mundo.
2. A mãe está sempre tranquila e supera o macho com a sua tranquilidade; assim ela beneficia o mundo.
3. Uma grande nação confia em uma posição inferior para dominar uma nação pequena.  
Uma nação pequena, estando em posição inferior, é dominada por uma grande nação.
4. Assim, ser inferior permite dominar ou ser dominado.
5. A grande nação apenas deseja unificar o povo.  
A nação pequena busca apenas os negócios do povo.
6. Ambas obtêm o que querem, mas a maior está sendo inferior.

## Capítulo 62

1. O Tao é o condutor de todas as coisas.  
O tesouro dos bons.  
O protetor dos maus.
2. As palavras bonitas podem informar bem.  
A conduta nobre traz elogios ao povo.
3. Quanto aos que conduzem os maus, por que rejeitá-los por isso?
4. Assim, depois do coroamento do imperador vem a nomeação das três administrações.  
Ser presenteado com jade à frente da parelha de quatro cavalos não é melhor que sentar-se e celebrar assim.
5. O argumento pelo qual isso é considerado antiquado é que  
Ele permite ter sem pedir e ser perdoado erroneamente.  
Assim, ele é muito valioso para o mundo.

## Capítulo 63

1. Faça sem fazer.  
Ocupe-se de não-negócios. Saboreie o não-sabor.
2. Grande ou pequeno, muito ou pouco, recompensa ou castigo, tudo é feito pela Ação.
3. Busque o que é difícil com facilidade.  
Efetue o que é grande enquanto é pequeno.
4. As coisas mais difíceis do mundo são feitas enquanto são fáceis.  
As maiores coisas do mundo são feitas enquanto são pequenas.

5. O sábio nunca planeja fazer uma grande coisa.  
Assim, ele realiza o que é grande.
6. Promessas fáceis necessariamente resultam em pouca confiança.  
O que é fácil necessariamente requer dificuldade.
7. Assim o sábio, por tentativas radicais, não encontra nenhuma dificuldade.

## Capítulo 64

1. É fácil sustentar o que está em repouso.  
É fácil planejar sobre algo de que não há nem mesmo um sinal.  
O que é frágil quebra-se com facilidade.  
O que é diminuto espalha-se com facilidade.
2. Aja antes que isso exista.  
Controle-o antes que se torne caótico.
3. Uma árvore frondosa nasce de um pequeno broto.  
Um prédio de nove andares ergue-se de um torrão de terra.  
Umas mil braças começam com um único passo.
4. Os que impõem a ação fracassarão.  
Os que se apegam perderão.
5. Assim o sábio, por meio da não-ação, não fracassa.  
Não se apegando, ele não perde.
6. O compromisso da gente comum nos negócios fracassa antes do sucesso.
7. Assim diz o ditado: “Preste tanta atenção ao fim quanto ao começo; e os negócios não fracassarão.”
8. É por conta disso que o sábio deseja não desejar e não valoriza os bens que são difíceis de adquirir.  
Ele aprende a não aprender e restabelece as perdas da gente comum.  
Ele é capaz de apoiar a natureza de todas as coisas e, não ousando, impor a ação.

## Capítulo 65

1. Os que praticavam o Tao antigamente não iluminavam o povo,  
Em vez disso, eles o tornavam simples.
2. O que torna mais difícil governar o povo é o que ele já sabe.  
Fica muito difícil governar o povo por causa do conhecimento dele.
3. Assim, ao usar o conhecimento para governar o país, o conhecimento torna-se o ladrão do país.  
Não usando o conhecimento para governar o país, o conhecimento em si é a Ação do país.

4. Entenda sempre que esses dois são o modelo de governo.  
Tenha sempre consciência de que esse modelo é a Ação mística.
5. A Ação mística é profunda e de longo alcance.  
Ela é o oposto da matéria.  
Só assim ela se aproxima da Grande Harmonia.

## Capítulo 66

1. O motivo pelo qual os rios e os mares têm a capacidade de reinar sobre todos os vales é que eles excedem em inferioridade.  
É por isso que eles têm a capacidade de reinar sobre todos os vales.
2. Assim, quando o sábio quer elevar o povo, a sua fala desce ao nível terreno.  
Quando o sábio quer promover o povo, ele se posiciona na retaguarda.
3. De forma que, quando ele está à frente, o povo não o prejudica.  
Quando ele está acima, o povo não se sente pressionado.  
O mundo inteiro o apóia incansavelmente.
4. Uma vez que ele não confia na competição, o mundo não tem nada com que competir.

## Capítulo 67 (Cap. 80)

1. Um país pequeno tem pouca gente.
2. As armas são mais numerosas que o povo, mas não são usadas.  
Deixe o povo encarar a morte com seriedade e desfrute uma longa jornada.  
Embora estejam disponíveis, carruagens e barcos não são úteis para a viagem.  
Deixe o povo retornar:  
Use a técnica de amarrar a corda,  
Saboreando o alimento,  
Usufruindo as roupas,  
Deleitando-se com os seus costumes,  
Familiarizando-se com as suas condições de vida.
3. Os países vizinhos estão à vista.  
Ouvem-se os ruídos de cães e galinhas.  
O povo envelhece e morre sem a interferência uns dos outros.

## Capítulo 68 (Cap. 81)

1. As palavras confiáveis não são belas.  
As palavras belas não são confiáveis.  
O sabedor não sabe tudo.  
O sabichão não sabe nada.  
A bondade não é tratada com excessiva complacência.  
O excesso de complacência não é bom.
2. O sábio não cobra.  
Desde que exista para os outros, ele tem mais.  
Desde que ele dê aos outros, ele tem mais.
3. Assim o Tao do céu beneficia e não prejudica.  
O Tao do gênero humano existe e não compete.

## Capítulo 69

1. Todos no mundo dizem que eu sou grande, grande sem paralelo.  
Ser sem paralelo é o que possibilita a grandeza.  
Se houver um paralelo duradouro, ele se tornará pequeno.
2. Eu sempre tenho três tesouros:  
O primeiro é a compaixão.  
O segundo é a frugalidade.  
O terceiro é não ousar agir à frente do mundo.
3. Assim a compaixão possibilita a coragem.  
A frugalidade possibilita a abundância.  
Não ousar agir à frente do mundo possibilita o mecanismo para resistir.
4. Hoje há coragem sem compaixão.  
Há abundância sem frugalidade.  
Há só aparência sem substância.  
Isso significa não-vida.
5. Por compaixão: lutar e vencer; defender e estar seguro.
6. Quando o céu se estabelece, ele sempre confia na compaixão.

## Capítulo 70

1. Ser um bom guerreiro não requer poder.  
Um bom lutador não tem raiva.  
Aquele que é bom em superar o inimigo não entra em contato com ele.  
Aquele que é bom em liderar o povo age com humildade.

2. Isso é chamado Ação de não-competição.  
Isso é chamado liderar o povo.  
Isso é chamado o Supremo tão velho quanto o céu.

## Capítulo 71

1. Há um ditado sobre o uso da força militar que diz:  
Eu não ouso ser o anfitrião, mas em vez disso um convidado.  
Eu não ouso avançar um centímetro, mas em vez disso recuar um metro.
2. Isso é chamado executar sem executar, arregaçar as mangas sem mostrar os braços.  
Não prendendo o inimigo, não há inimigo.
3. Não há desastre maior do que não ter nenhum inimigo.  
Não ter nenhum inimigo quase destrói o meu tesouro.
4. Quando os exércitos adversários colidem, os que choram vencem!

## Capítulo 72

1. As minhas palavras são fáceis de entender e de aplicar.  
Ainda que ninguém no mundo as possa entender e ninguém as possa aplicar.
2. As palavras têm a sua origem, e os acontecimentos têm o seu líder.
3. Só porque a ignorância prevalece é que eu não sou compreendido.  
Quanto menos gente me entende, mais precioso eu me torno.
4. Assim o sábio usa roupas surradas, mas guarda um tesouro dentro de si.

## Capítulo 73

1. Saber que você não sabe (tudo) é superior.  
Não saber que você não sabe (tudo) é uma doença.
2. Assim, o estar sem doença do sábio é o que o ele entende por doença como doença;  
Assim, ele está sem doença.

## Capítulo 74

1. O povo é destemido perante o poder.  
Se o medo surgir, será um grande medo.

2. Não constrangendo o ambiente vivo,  
Ele não fica entediado com a vida.  
Porque não ficamos entediados, não existe o tédio.
3. Portanto, o sábio é consciente de si mesmo mas não introspectivo.  
Ele tem amor-próprio mas não se valoriza.
4. Ele rejeita um e leva o outro.

## Capítulo 75

1. A coragem combinada com a ousadia promove a matança.  
A coragem não combinada com a ousadia promove a vida.
2. Essas duas podem ser benéficas ou prejudiciais.
3. Quem sabe a razão por que o céu odeia?
4. O Tao do céu é  
Bom em vencer sem lutar,  
Bom em responder sem falar,  
Em aparecer sem ser convidado,  
Bom em criar estratégias enquanto luta.
5. A rede do céu é larga e folgada,  
Mas nada lhe escapa.

## Capítulo 76

1. Quando o povo não tem medo da morte, como a matança pode ser usada como uma ameaça?  
Todas as vezes que o povo tem medo da morte e finge o contrário, eu o capturo e mato a todos; quem pode fingir assim?  
Quando o povo tem um medo absoluto da morte mas executa a matança, ele é mais bem-qualificado para ser o executor.
2. Isso é como fazer uma escultura para um mestre escultor.  
Ao fazer a escultura para um mestre escultor, como se pode não cortar a mão?

## Capítulo 77

1. O motivo pelo qual o povo está passando fome é que o governo cobra impostos demais. Esse é o motivo da fome.  
O motivo pelo qual o povo é difícil de governar é que os seus líderes estão profundamente comprometidos. É por isso que ele é difícil de governar.

O motivo pelo qual o povo não leva a morte a sério é porque preocupa-se com as obrigações da vida. É por isso que não leva a morte a sério.

2. Só os que não são escravos da vida estão preocupados com o valor da vida.

## **Capítulo 78**

1. Quando a gente nasce, é macia e suave.  
Quando morre, é dura e calosa.
2. Quando a miríade de coisas, gramas e árvores, nascem, são macias e tenras.  
Quando morrem, elas estão murchas.
3. Assim, a rigidez e a insensibilidade são a companhia da morte.  
A suavidade e a flexibilidade são a companhia da vida.
4. O exército poderoso não há de vencer.  
Uma árvore rija há de se quebrar.
5. Assim, rigidez e poder ficam embaixo.  
Suavidade e flexibilidade ficam em cima.

## **Capítulo 79**

1. O Tao do céu é como envergar um arco.  
O de cima inclina-se para baixo,  
O de baixo eleva-se para cima.  
O excesso diminui.  
A deficiência é preenchida.
2. Assim o Tao do céu reduz o que está em excesso e aumenta o que é insuficiente.  
O Tao humano reduz o que é insuficiente e supre o excesso.
3. Quem pode usar o excesso para beneficiar o céu?  
Só os que possuem o Tao.
4. Assim o sábio  
Existe sem possuir,  
Realiza sem reter.  
É assim, sem desejo, que o sábio vê.

## **Capítulo 80**

1. Nada no mundo é mais macio e flexível do que a água.  
Em confronto com a força e a dureza nada a supera.

2. Usar o nada simplifica.  
Usar a água supera a dureza.  
Usar a fraqueza supera a força.  
Não há ninguém no mundo que não o saiba, mas ninguém pode aplicá-lo.
3. Assim é um ditado dos sábios que:  
Quem pode agüentar a desgraça do país é o governante do país.  
Quem pode agüentar o infortúnio do mundo é o governante do mundo.
4. A fala verdadeira parece paradoxal.

## **Capítulo 81**

1. Reconciliar um grande ódio requer necessariamente um ódio não resolvido.  
Como isso pode ser benevolente?
2. Assim o sábio honra a contagem duvidosa mas não culpa o povo.
3. Perante a Ação bondosa, sustenta a contagem.  
Perante a Ação maldosa, sustenta a franqueza.
4. O Tao do céu é impessoal.  
Ele valoriza os que são bondosos.

## Apêndice II

# Os Hexagramas do *I Ching* e a Tradução de Richard Wilhelm dos Nomes Chineses

A Sistema decimal

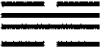
B Sistema binário\*

C Hexagrama do *I Ching*

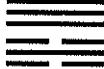
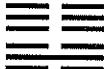
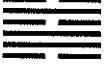
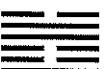
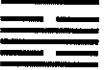
D Número e nome chinês do hexagrama

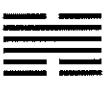
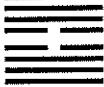
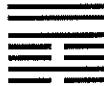
E Tradução de R. Wilhelm

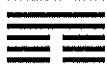
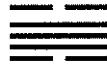
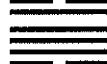
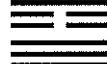
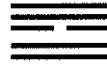
Tabela de acordo com o livro: *Two Letters on the Binary Number System and Chinese Philosophy*, de G. W. Leibniz.

A	B	C	D	E
0	000000		2. K'un	O Receptivo
1	00000L		24. Fu	Retorno
2	0000L0		7. Shih	O Exército
3	0000LL		19. Lin	A Aproximação
4	000L00		15. Ch'ien	Modéstia
5	000LOL		36. Ming I	Obscurecimento da Luz
6	000LL0		46. Sheng	Ascensão
7	000LLL		11. T'ai	Paz
8	00L000		16. Yü	Entusiasmo

\* Nota do Editor: O sistema binário também é escrito com 0 e 1.

A	B	C	D	E
9	00L00L		51. Chen	O Incitar
10	00LOLO		40. Hsieh	Liberação
11	00LOLL		54. Kuei Mei	A Jovem que se Casa
12	00LL00		62. Hsiao Kuo	Preponderância do Pequeno
13	00LL0L		55. Feng	Abundância
14	00LLL0		32. Heng	Duração
15	00LLLL		34. Ta Chuang	O Poder do Grande
16	0L0000		8. Pi	Manter-se Unido
17	0L000L		3. Chun	Dificuldade Inicial
18	0L00LO		29. K'an	O Abismal
19	0L00LL		60. Chieh	Limitação
20	0L0L00		39. Chien	Obstrução
21	0LOLOL		63. Chi Chi	Após a Conclusão
22	0LOLLO		48. Ching	O Poço
23	0LOLLL		5. Hsü	Espera (Nutrição)
24	0LL000		45. Ts'ui	Reunião
25	0LL00L		17. Sui	Seguir
26	0LL0LO		47. Kan	Opressão
27	0LL0LL		58. Tui	O Alegre (O Lago)

A	B	C	D	E
28	0LLL00		31. Hsien	Influência
29	0LLL0L		49. Ko	Revolução
30	0LLL00		28. Ta Kuo	Preponderância do Grande
31	0LLLLL		43. Kuai	Irromper
32	L00000		23. Po	Desintegração
33	L0000L		27. I	Os Cantos da Boca
34	L000LO		4. Meng	A Insensatez Juvenil
35	L000LL		41. Sun	Diminuição
36	L00L00		52. Ken	A Quietude
37	L00LOL		22. Pi	Graciosidade
38	L00LL0		18. Ku	Trabalho Sobre o Que Se Deteriorou
39	L00LLL		26. Ta Ch'u	O Poder de Domar do Grande
40	LOL000		35. Chin	Progresso
41	LOL00L		21. Shih Ho	Morder
42	LOLOLO		64. Wei Chi	Antes da Conclusão
43	LOLOLL		38. K'uei	Oposição
44	LOLLOO		56. Lü	O Viajante
45	LOLLOL		30. Li	O Aderente (Fogo)

A	B	C	D	E
46	LOLLL0		50. Ting	O Caldeirão
47	LOLLLL		14. Ta Yu	Grandes Posses
48	LL0000		20. Kuan	Contemplação
49	LL000L		42. I (Yi)	Aumento
50	LL00L0		59. Huan	Dispersão
51	LL00LL		61. Chung Fu	Verdade Interior
52	LL0L00		53. Chien	Desenvolvimento
53	LL0L0L		37. Chia Jen	A Família
54	LL0LLO		57. Sun	A Suavidade
55	LL0LLL		9. Hsiao Ch'u	O Poder de Domar do Pequeno
56	LLL000		12. P'i	Estagnação
57	LLL00L		25. Wu Wang	Inocência
58	LLL0L0		6. Sung	Conflito
59	LLL0LL		10. Lu	Trilhar
60	LLLL00		33. Tun	Retirada
61	LLLL0L		13. T'ung Jen	Comunidade com os Homens
62	LLLLL0		44. Kou	Vir ao Encontro
63	LLLLLL		1. Ch'ien	O Criativo



O Mestre Mantak Chia, nascido na Tailândia, provém de uma antiga linhagem de mestres taoístas que, expulsos da China comunista, hoje sobrevivem em número reduzido em países estrangeiros.

Criador do Universal Tao System, é o diretor do Universal Tao Center e do Tao Garden Health Resort and Training Center na bela região norte da Tailândia. Desde a infância ele estuda o estilo de vida taoísta. Sua formação nesse antigo conhecimento, aprimorada pelo estudo de outras disciplinas, resultou no desenvolvimento do Universal Tao System, que atualmente é ensinado em todo o mundo.

---

Tao Huang nasceu e cresceu na província de Dingxi, no noroeste da China. Ele começou a praticar o Chi Kung durante a adolescência, logo depois da Revolução Cultural. Em viagem aos Estados Unidos, aos 24 anos de idade, num programa de intercâmbio, ele descobriu o Taoísmo entre outras disciplinas espirituais, como o Cristianismo e o Budismo.

Como imigrante, Tao Huang chegou aos Estados Unidos em 1990 para divulgar os ensinamentos do Laoísmo e as práticas do Taoísmo. Sua biografia foi publicada recentemente na revista *Ways of Spirit*. Atualmente, é um profissional de Taoísmo com um centro de atividades próprio em Lakewood, Ohio, denominado Tao Healing Arts.

Peca catálogo gratuito à  
EDITORIA CULTRIX

Rua Dr. Mário Vicente, 368 – Ipiranga  
04270-000 – São Paulo, SP

E-mail: pensamento@cultrix.com.br  
<http://www.pensamento-cultrix.com.br>

Este livro é o resultado de uma análise em profundidade do *Tao Te King*, de Lao Tzu. Os mestres taoístas Mantak Chia e Tao Huang nos levam até as origens da filosofia e do estilo de vida seguidos por diversas gerações. O principal interesse do livro são o sentido prático e as ramificações do cultivo do Tao e do Te, independentemente dos exercícios físicos que podem ser usados para treinamento. A obediência ao Tao e ao Te na nossa vida e nas práticas de aperfeiçoamento aumenta o valor de tudo o que somos e de tudo o que fazemos. A essência deste projeto é de natureza mais experimental do que conceitual. O taoísmo tem tudo a ver com a experiência de vida: as palavras são o elixir supremo, ou as representações desse elixir sendo cristalizadas. Elas são como o DNA num corpo vivo.

### *Um Novo Enfoque para Entender o Tao Te King*

Se as idéias são o “alimento do pensamento”, então esses grandes mestres se dedicaram à mais nutritiva das especialidades: os tesouros de uma culinária saudável para o corpo, a mente e o espírito. Esses tesouros são facilmente digeridos quando tratados com respeito e receptividade no coração e na mente. Bem compreendidos e misturados com o seu elixir e a sua essência, suas verdades benéficas irão se manifestar na sua vida diária.

### *Uma Clara e Interessante Compreensão de Lao Tzu*

“Trinta raios unem-se no cubo da roda, mas é o vazio interior do cubo da roda que torna o veículo útil.” Muitas palavras se sucedem nas páginas entre as capas deste livro; ainda assim, é o espaço vazio entre as suas orelhas que as torna valiosas. Os sábios preceitos reunidos neste livro, apresentados com um profundo conhecimento do Tao e respeito pelos seus ensinamentos, destinam-se a servir de material de reflexão, a serem seguidos e assimilados. O leitor dotado de uma atitude aberta e respeitosa receberá informações que lhe serão úteis a cada respiração.

### *A Primeira Compreensão Conceitual da Virtude e do Tao pelo Tao Universal*

Como viver uma vida que tenha sentido? Realmente, o que dá sentido à vida? Os versos de Lao Tzu, breves porém essenciais, têm impressionado e beneficiado a humanidade desde a época da sua criação, com muitas traduções ao longo de 2.500 anos. Dê a si mesmo o privilégio de mergulhar nesses pensamentos reconfortantes enquanto continua trilhando a sua jornada ao longo do Caminho.