

## A PRECE

Saudações em nome do Senhor. Bênçãos para todos vocês, meus amigos, abençoada seja esta hora.

Buscar Deus é a mais gloriosa e a mais recompensadora de todas as atividades do homem ou do espírito. Encontrar Deus é, necessariamente, um processo lento e gradual. Buscar e encontrar Deus, como todos vocês sabem, meus queridos, significa libertação; significa livrar-se das cadeias interiores. E para encontrar Deus, vocês precisam, como dizemos, trilhar “o caminho”. Isso não quer dizer trilhar um caminho já existente, pois ele não existe enquanto vocês não decidem seguir por ele. Vocês têm de criá-lo. Na realidade, vocês são “exploradores” e agem como guia na selva, que mostra a direção a seguir atravessando a floresta e a vegetação e procura a oportunidade de dar um passo de cada vez sempre que possível. As formas de alma que vocês criam constantemente, por meio dos pensamentos, das emoções e também dos atos, que nada mais são que a representação exterior dos pensamentos e emoções, mostram esses quadros quando vocês estão prestes a entrar no caminho ou estão em suas etapas iniciais. Na alma humana comum existe uma verdadeira selva, que não significa absolutamente maldade ou crime. É simplesmente a confusão, o erro, a falta de auto-conhecimento, o desvio da lei divina, e a ignorância dessa lei que criam essa floresta desordenada na qual vocês precisam encontrar o caminho a seguir quando concluem que Deus é a sua meta final. A sua teimosia interna com relação a algumas questões e os seus preconceitos geram conflitos na alma, e em toda a sua vida exterior. Esses conflitos têm a aparência de rochas, pedras, montanhas altas que vocês precisam remover. As suas diversas falhas mostram na sua alma como um matagal desordenado, e muitas vezes como plantas venenosas. Vocês precisam abrir caminho por entre esses elementos, em vez de virar as costas, como vocês faziam antes de decidir trilhar o caminho. Há rios a atravessar, águas descontroladas a controlar e recanalizar. Eles são as suas emoções descontroladas. São descontroladas porque vocês não conhecem sua origem e seu real significado. Há precipícios a saltar, meus amigos, que são o medo que vocês têm da vida como ela se apresenta, o medo da dor e da decepção. Lembrem-se de que vocês precisam dar um salto no desconhecido para poderem dominar a própria vida, que vocês precisam viver seus medos até o fim para se livrar deles. Isso significa não dar as costas ao precipício que vocês mesmos criaram e que não precisaria existir se, em primeiro lugar, vocês entendessem e aceitassem a vida como ela é. É somente depois de dar esse “salto” que vocês vão descobrir que não existe precipício nenhum!

Isso tudo não é uma simples analogia. É verdade, e essas formas são um fato real. Elas existem na matéria sutil e vocês, que estão no caminho, estão avançando em meio a todas essas dificuldades que existem em seu íntimo. Isso não é fácil. É uma escalada longa, muito longa. Às vezes, a subida é muito íngreme e sombria, muitas vezes escura. Em outras ocasiões, depois que vocês obtêm uma pequena vitória, o sol aparece e vocês descansam um pouco. O cenário fica um pouco mais acolhedor, pois esse quadro mais luminoso é produto dessa vitória. Mas depois a situação se repete muitas vezes. Durante muito tempo, vocês nem conseguem ver o objetivo; no entanto, sabem qual é

o objetivo, mas estão longe de vê-lo ou senti-lo. E durante um bom tempo, no começo, parece que vocês caminham em círculos, encontrando sempre o mesmo cenário, aparentemente sem sair do lugar de onde partiram. Isso pode ser desanimador, se vocês não soubessem que se trata de uma ilusão. Apenas parece ser assim. Na realidade, quando vocês caminham nesse círculo, estão percorrendo aquilo que denomino “a espiral”, que é inevitável no caminho. Todos seus defeitos, erros, ignorância, e as complexidades que daí resultam geram um grande ciclo vicioso na alma. Esse ciclo é formado por diversos pontos, que são esses defeitos, etc., que afetam uns aos outros e interagem entre si e assim provocam uma reação em cadeia. Para romper o ciclo vicioso, vocês precisam conhecer cabalmente cada um dos pontos que constituem o ciclo vicioso. Vocês precisam concentrar-se em um de cada vez, para encontrar a ligação de causa e efeito dentro do ciclo. Não é possível entender totalmente o ciclo todo depois de ter dado a volta uma vez, por assim dizer. Quando vocês terminam a primeira volta, começam tudo de novo. Mas cada vez que vocês recomeçam, adquirem um entendimento um pouco mais profundo dos pontos mais destacados do ciclo, até verem mentalmente, com clareza, o ciclo todo e entenderem a interdependência de todas as qualidades negativas de vocês. Nesse momento, vocês deixam de achar que essas qualidades estão desligadas entre si. Mas até chegarem a esse ponto, vocês precisam repetir muitas vezes a volta pelo ciclo. No início, podem achar que é uma repetição sem sentido, que não está havendo progresso, mas não é verdade. Sem passar por essa importantíssima parte do caminho, vocês jamais poderiam se libertar e atingir a luz, pois estão presos ao ciclo vicioso. É somente dessa maneira que vocês conseguem quebrar as cadeias.

Talvez alguns de vocês achem que já conhecem seus defeitos. Isso é verdade apenas em certa medida, a menos que vocês já estejam ativamente no caminho há um bom tempo. Sim, vocês conhecem alguns dos seus defeitos. E outros dos quais ainda não se deram conta, mas que vão conhecer em um prazo relativamente curto. Como eu disse da última vez, há enormes variações do grau de conhecimento. Qual a profundidade do seu conhecimento? Até que ponto vocês conseguem associar seus defeitos com suas qualidades e seus defeitos entre si? Até que ponto vocês estão cientes dos seus medos? Vocês conseguem efetivamente definir e entender seus medos, inseguranças e complexos do ponto de vista dos seus defeitos com relação ao desvio das respectivas leis divinas? Enquanto vocês não adquirirem esse entendimento, não há outro jeito a não ser fazer as voltas do ciclo vicioso principal, seja qual for ele para cada um. Pois ele varia de pessoa para pessoa. A esta altura vocês sabem que todos os defeitos têm origem no orgulho, na vontade do eu e no medo. Mas não é suficiente conhecer esse princípio. É essencial vocês enxergarem e sentirem claramente de que modo cada um dos seus defeitos se origina de um desses três defeitos básicos. Encontrem o denominador comum. Isso não é muito fácil de ser entendido emocionalmente. Por esse motivo, vocês têm efetivamente de percorrer esse ciclo passo a passo, uma vez após outra; vocês têm de ir até o fim a fim de poderem conhecê-lo o suficiente para poder romper o ciclo em algum lugar. Toda vez que vocês terminam uma volta do ciclo e iniciam a volta seguinte, estão subindo na espiral. No começo, a subida é tão suave que vocês nem a percebem e têm a impressão de estarem refazendo a mesma volta. Mais tarde, no entanto, vocês passam a perceber claramente que a cada recomeço adquiriram uma visão mais profunda dos seus problemas e não ficam mais desanimados com a aparente imobilidade.

Mas logo no início vocês nem sabem nem sentem que existe em vocês esse ciclo vicioso. É tudo tão confuso que vocês nem sabem por onde começar. Apesar de estarem cientes de alguns de seus defeitos e de todos os seus problemas exteriores, vocês ainda não conseguem associar uma coisa à outra. E essa é a parte mais difícil do começo. Tudo, no íntimo de vocês, ainda está muito desorganizado. Vocês não sabem por onde começar, onde se apoiar. No momento em que voltam a

atenção para uma complexidade ou problema, surgem outras coisas que aparentemente nada têm a ver com o que estavam examinando, e vocês ficam confusos. Somente a autodisciplina e a perseverança farão vocês chegar ao ponto em que finalmente vêem o quadro todo desse ciclo vicioso. Uma coisa é causada por outra, como uma reação em cadeia completa. Quando vocês atingem esse ponto, estão entrando em uma fase importante. Mas não devem ficar desanimados se, a princípio, houver tanta desorganização que vocês não saibam por onde ou quando começar. Depois de algum tempo vai deixar de parecer que tudo está escapando como areia entre os dedos. Nesse momento, vocês terão algo concreto em que se apoiar. Esse é o quadro claro do ciclo. Primeiro, ele é formado por muitos pontos, mas depois de algum tempo esses pontos se condensam e se reúnem, mostrando alguns problemas importantes que podem ser examinados e trabalhados por meio de várias abordagens. Quando vocês avançam ainda mais, resta apenas um grande ponto, que é a chave de toda a sua personalidade e de todos os seus problemas. Mas são vocês mesmos que precisam encontrar a chave, por meio do seu próprio trabalho. Dizer a vocês qual é ela não lhes faria nenhum bem.

Portanto, meus amigos, essas formas efetivamente existem. Nós, espíritos, podemos vê-las claramente. As formas do caminho variam até certo ponto de pessoa para pessoa, pois não há duas pessoas iguais nem com a mesma manifestação externa dos problemas interiores, porque há uma variedade infinita de correntes boas e más que influenciam umas às outras.

Prometi que esta noite falaria sobre a prece. A prece é um dos requisitos mais essenciais para quem quer se desenvolver e avançar no caminho. Sem prece e atos, colocar em prática as intenções, nada pode ser conseguido. Pois bem, o que é a prece? Para muitas pessoas, isso é evidente, mesmo que não tenham um entendimento real. No entanto, elas não têm dúvidas a esse respeito; a prece está além da discussão. Mas também há muitas pessoas que não entendem o que é a prece. Elas dizem – à sua maneira, e totalmente sem lógica – por que Deus daria ajuda ou graça a um ser humano simplesmente porque ele ora, enquanto outro que pode praticar os atos necessários mas deixa de orar não recebe a mesma coisa? À primeira vista, esse argumento parece lógico. No entanto, não é assim que funciona, pela simples razão que a pessoa que não ora jamais será capaz de agir e de se realizar como a pessoa que aprendeu o que é a prece correta. E que isso precisa ser aprendido como qualquer coisa, é algo evidente! Vou agora procurar falar a vocês sobre isso da melhor maneira que puder.

A graça de Deus, a ajuda de Deus, a luz de Deus existem em todo o universo, e Deus não decide dá-las ou não dá-las, meus amigos. Cabe a cada homem ou espírito superar a parede que separa o eu inferior da graça de Deus, da força de Deus, da mercê de Deus, do amor de Deus, e de todos os outros atributos divinos. E a prece é um elemento essencial para se atingir essa meta. Como, vocês podem perguntar? Em primeiro lugar, a prece é o melhor exercício de concentração. Todos concordamos sobre a necessidade de trilhar o caminho da purificação e do autodesenvolvimento. Sem a capacidade de concentração, não se consegue nada na vida, nem a realização mais insignificante. Portanto, não há dúvida de que vocês, que estão no caminho, precisam da capacidade de concentração. Existem muitos sistemas no mundo de vocês que recomendam exercícios específicos de concentração. Meu conselho, porém, é que a prece e o exercício de concentração podem ser combinados. Não há melhor meio de aprender a se concentrar do que a maneira sistemática de orar. Concentrando-se em algum objeto, vocês não vão aprender melhor do que se concentraram naquilo que estão pedindo na oração. Ao mesmo tempo e simultaneamente, vocês auferem benefícios da prece em outros aspectos, que vou mencionar, sem perder tempo em concentrar-se em algo que não é essencial para vocês. Faz parte do caminho aprender a enfocar a atenção naquilo que é essencial. A

concentração em um objeto não é essencial, e pode no máximo ser considerada melhor do que nada, para alguém que não acredita em Deus aprender a se concentrar. Mas nenhum de vocês precisa perder tempo com isso. Assim, a prece diária é importante porque a concentração e a disciplina são pré-requisitos do processo de purificação. Como vocês podem seguir o caminho se não tiverem a necessária disciplina regular, e se não conseguirem se concentrar, ou se a sua capacidade de concentração for unilateral ou usada para coisas não essenciais? Como vocês podem seguir o caminho se não possuírem a capacidade de concentrar-se no arcabouço da vida de vocês, ou seja, no seu desenvolvimento?

Vocês aprendem a se concentrar quando oram, por exemplo, pelos seus entes queridos e amados – primeiramente, pelo processo mental de pensar neles. Em seguida vocês aprendem a se concentrar de modo que, a partir do processo mental, vocês colocam seus sentimentos e o mais profundo da alma em seus desejos. Existem camadas, ou níveis, de concentração, exatamente como em tudo o mais. A mesma prática deve ser feita em relação a seus inimigos. Nesse caso, o processo mental pode não ser tão difícil, mas para unir-se aos seus sentimentos, pode levar mais algum tempo. Orem pelas pessoas que vocês conhecem, e também pela humanidade e por todos os espíritos do universo como um todo. Orem pela paz, pela difusão da verdade, pelo cumprimento do plano da salvação. Orem por todas as cegas criaturas que ainda estão na escuridão. Orem pela purificação de mais e mais pessoas. Criem formas-pensamento de tudo que vocês aprenderam: a necessidade de autodesenvolvimento por meio do autoconhecimento, a superação do eu inferior, a recanalização das correntes erradas, a concretização do amor, da fraternidade, da humildade e da união de todos os seres, bem como seu respectivo desenvolvimento, que torna isso possível. Todos esses pensamentos geram formas claras, luminosas e boas, que sem dúvida surtem efeito. À parte o fato de essa atividade ser muito criativa, ela no mínimo fortalece a mente de vocês. É claro que no início os pensamentos de vocês vão oscilar. É claro que vocês terão dificuldade em focar a atenção, mas esse é o trabalho a ser feito. Se vocês não desanimarem com esses obstáculos iniciais inevitáveis, no fim, pouco a pouco, vão aprender mais. Não fiquem aborrecidos se a mente de vocês começar a divagar; recomecem do ponto em que estavam, sem se recriminarem, com a maior descontração mental e emocional possível. É um treinamento que faz parte do desenvolvimento de vocês.

Além do benefício da concentração e da disciplina que a prece ajuda vocês a adquirir, outra razão muito importante é, que durante a oração, o estado de espírito de vocês é automaticamente muito diferente de quando vocês não estão orando. Isso acontece de várias maneiras. Em primeiro lugar, o simples fato de vocês decidirem se empenhar e dedicar um momento todos os dias, fazer um esforço em concentrar-se nos outros, formulando desejos altruístas na oração – só isso já cria uma mudança clara no organismo dos corpos sutis, e também por fim no corpo físico. Além disso, a maioria das pessoas não consegue ter pensamentos compassivos e bons ao longo de todo o dia. Conseguem fazer isso na oração, mas em outros momentos recaem nos velhos hábitos das almas transviadas. Amor, boas intenções e bem altruísta podem ser expressos na prece, mas apenas em parte do tempo fora da prece. Quando algo dá errado, elas são incapazes de sentir o que sinceramente sentem enquanto oram. Aqui também se trata de uma espécie de treinamento. Assim, a importância da prece não está apenas no fato de vocês treinarem a capacidade de concentração e disciplina, como descrito acima, mas também no fato de vocês cultivarem pensamentos que não conseguem cultivar quando não estão orando. Na prece, vocês podem ser sinceramente capazes de desejar o bem de quem os prejudicou. Fora da prece, ainda não conseguem. No início, isso é difícil para algumas pessoas até durante a prece, mas no fim elas vão conseguir, se insistirem. A prece, nesse sentido, faz uma limpeza maravilhosa da alma. É claro, a meta final é que a vida toda de vocês seja uma pre-

ce. Nesse estado, vocês vão pensar e sentir sempre como uma prece. Mas ainda há um longo caminho a percorrer. Nenhum dos meus amigos estão suficientemente adiantados para viver seriamente a prece. Quando estiverem atingido esse ponto, não precisarão mais parar num determinado momento do dia para orar, porque já estarão emitindo uma prece a cada respiração, a cada pensamento que atravessar sua mente, a cada emoção profunda e subconsciente. Ah, eu sei que há muitas pessoas, principalmente hoje em dia, que se forçam a ter pensamentos positivos. Mas não é disso que estou falando. Como esses pensamentos não vêm do coração, dos recessos mais recônditos da mente subconsciente, se as correntes emocionais não acompanharem esses pensamentos positivos, tudo não vai passar de um autoengano que pode ter repercussões maiores do que pelo menos ter clareza, no íntimo, do verdadeiro ponto em que a pessoa se encontra. A prece é ainda mais necessária para descobrir a verdade sobre si mesmo: o abismo que existe entre o seu mundo de pensamentos e o seu mundo de sentimentos.

Além disso, e esse talvez seja o mais importante elemento da prece, é muito necessário que vocês aprendam a enfocar a atenção em si mesmos. O foco da atenção deve recair sobre vocês mesmos e seus problemas, do ponto de vista espiritual, não de uma maneira egoísta, e sim construtiva. Isso é necessário se querem avançar no caminho. Na prece, vocês tendem automaticamente a ver a si mesmos, a seus defeitos, seus problemas e sua experiência sob uma luz diferente do que normalmente fazem enquanto ainda estão afetados pelas influências do seu ambiente, muitas vezes pouco espirituais. Adquirir uma compreensão concisa de vocês mesmos com relação aos seus problemas é outro pré-requisito. Isso coloca em ordem a alma, de um modo que não é possível sem que vocês se esforcem incessantemente nesse sentido. Nesse momento, vocês irão ter a profunda percepção de que os problemas exteriores nada mais são do que manifestações das suas deficiências. Não é fácil chegar a essa compreensão, e é somente por meio da expressão nítida e concisa – pelo menos em formas-pensamento – que vocês tão atingir esse ponto. Quantos de vocês ainda separam os problemas das suas deficiências, mesmo sabendo em teoria e em princípio que essa ligação existe? Quanto trabalho exige a descoberta da linha que associa esses dois aspectos? Isso faz parte do trabalho a ser feito na oração ou, se vocês preferirem chamar, na meditação. É a mesma coisa. É somente por meio da meditação que vocês vão se dar ao trabalho de esclarecer e apresentar seus problemas concisamente a Deus e a vocês mesmos. Vocês fazem isso a vocês mesmos no sentido de que precisam saber que Deus quer que descubram a verdade no interior de vocês. Ninguém pode fazer isso e descobrir as respostas e desenvolver-se sem essa prece diária da maneira correta, como mostrei aqui. Normalmente os pensamentos de vocês vão para todos os lados, e talvez vocês se concentrem demais em um pequeno detalhe, às vezes até dando ênfase demais a seu efeito, em vez de procurar a causa em seu íntimo. O foco não recai sobre o que é realmente importante, a menos que vocês estejam orando. Com isso, não quero dizer que todos os que oram façam isso, pois há muitos que oram diariamente – talvez preces “prontas”, ou mesmo inventadas – mas sem fazer o que é mais essencial para sua purificação. No entanto, aquele que quer estar no caminho muitas vezes encontrará a força e o desejo de agir dessa forma na oração, porque sentirá que tem um dever perante Deus de fazer o que sem dúvida é a vontade de Deus, pois se não o fizer continuará tentando a seguir a velha linha de pensar e reagir, fugindo dos problemas verdadeiros. Vocês precisam aprender a colocar seus problemas no centro.

Outro elemento da prece de fundamental importância para o estado de espírito de vocês é que todos que buscam Deus na prece têm automaticamente uma atitude mais humilde. Até as pessoas que ainda não aprenderam a ser humildes, que constantemente atribuem aos outros e ao mundo, ao destino e aos deuses, etc., a culpa por seus infortúnios, pelo menos durante a prece mudam o

modo de pensar, e ficam mais humildes. E gradualmente, mas com firmeza, essa atitude passará a ser realmente a sua em todos os momentos. As pessoas que estão muito convencidas -- apesar de racionalmente pensarem de outra forma e poderem não ter consciência desse sentimento -- de que o mundo gira em torno do ego delas, de que elas são os seres mais importantes, vão aprender na prece a ter outra postura, cultivando pensamentos que pouco a pouco vão influir sobre suas correntes emocionais e toda a sua maneira de ver a vida. As pessoas que acham que estão no centro do universo costumam julgar tudo subjetivamente, do ponto de vista delas. Aos poucos, elas vão aprender a ter outro sentimento, desde que orem regularmente da maneira certa. As pessoas desse tipo -- e há muitas que, ao mesmo tempo, demonstram querer o autodesenvolvimento -- têm uma imagem interior que as coloca como as criaturas mais elevadas e mais importantes do universo, e até seu conceito de Deus é adaptado às suas próprias necessidades impuras. Muitas são orgulhosas demais para pedir um favor. No entanto, quando oram, precisam aprender isso. Pedir e aceitar o favor de alguém mais poderoso requer também um tipo especial de humildade. Quantos têm vergonha de fazê-lo, e até se orgulham disso? Isso não é um sinal de orgulho? Na prece vocês podem aprender a fazer isso, pois esse é outro remédio muito bom para a alma. É outro elemento de limpeza. Isso também ajuda a tornar mais fina a parede que existe entre vocês e as forças divinas que aguardam o momento de fluir para a sua alma. Mas vocês precisam tornar isso possível mediante seus próprios esforços. Assim como as reações e os pensamentos negativos criam as formas de confusão que mencionei, também os pensamentos e sentimentos cultivados na prece criam formas boas, limpas, harmoniosas. Essas formas acabam ajudando vocês a mudar suas atitudes mais interiores, muitas vezes inconscientes, que são de erro, orgulho, teimosia, medo. Essas formas constituem o equipamento necessário para vocês mesmos acharem o caminho através da selva e dos matagais. Portanto, meus amigos, não me venham me dizer “amo a Deus e procuro ser uma boa pessoa; não preciso orar, a menos que tenha uma inspiração especial”. Isso é totalmente errado, meus amigos. Quanto mais vocês se desenvolvem, mais é esperado de vocês, e maior é o dever de superar exatamente aquilo que é mais difícil para vocês. Deus não vai facilitar o trabalho de adquirir a disciplina diária dando a vocês a necessária inspiração, o estar “a fim”. Vocês precisam vencer as dificuldades para transformar esse trabalho diário de limpeza em uma segunda natureza. Quanto mais difícil for adquirir a disciplina para a prece diária, tanto mais vocês precisam dessa disciplina! É bem sabido que aquilo que vocês negligenciam no caminho, aquilo que constitui um desvio em relação ao plano de vida, tem repercussões maiores na sua vida!

Por outro lado, a pessoa que chegou ao ponto de fazer da prece uma disciplina diária, sem a qual não pode mais viver, precisa tomar cuidado com o extremo oposto -- ou seja, o excesso de rotina. O hábito, a rotina, são sempre uma armadilha com relação a muitas coisas boas. Vocês também sabem que uma das dificuldades para encontrar a perfeição da harmonia divina é encontrar o justo meio termo de tudo, e resistir aos extremos que sempre rondam o caminho como uma espécie de tentação! Vocês mesmos, sozinhos, precisam descobrir o equilíbrio certo. Quando digo rotina, estou me referindo a orar pelas mesmas coisas e ficar satisfeito com o “dever cumprido”. Enquanto a disciplina diária é difícil de adquirir, vocês precisam se empenhar para adquiri-la. Mas depois que ela se torna uma “segunda natureza”, não deixem de manter a prece diária. Não deixem de orar, mas cuidem para que a prece seja algo vivo. Cuidado para não dizer palavras que já se tornaram um hábito, apesar de serem boas, mas que não são sentidas tão profundamente quanto antes. Além disso, orem de acordo com suas necessidades diárias. Vocês não ficam parados no mesmo ponto, principalmente agora que estão no caminho. As suas fases mudam, como expliquei no início desta palestra. Vocês passam de um ponto a outro, no ciclo vicioso de cada um. E a vida apresenta desafios e experiências -- grandes ou pequenos -- de acordo com as atuais necessidades do seu desenvolvimento. Assim,

problemas diferentes vêm à tona em diferentes momentos. Vocês precisam ficar atentos e orar de acordo com o que estão vivendo. Dessa forma, a prece será sempre nova e viva. Todos os diversos pontos do ciclo vicioso aparecem alternadamente, com o passar do tempo. Um ponto pode estar na superfície durante um determinado tempo, alguns duram algumas semanas, outros até alguns meses de cada vez. Vocês não podem se concentrar com igual intensidade em todos os pontos do ciclo, sobretudo enquanto ainda não atingiram a fase em que conseguem centralizar alguns dos grandes problemas do ciclo. Essa concentração no quadro geral é possível ocasionalmente, depois que vocês fazem algum grande reconhecimento sobre o ciclo – mas essas ocasiões são excepcionais.

Assim, para adaptar a prece às fases do desenvolvimento, é preciso que vocês se concentrem principalmente em um determinado momento, prestem atenção naquele enfoque na vida diária e pensem no que significam os acontecimentos e as suas reações com relação ao ciclo vicioso interior. Dessa forma, vocês vão resistir à tentação de transformar a prece em uma rotina. A prece permanecerá viva, na medida em que mudará sempre de acordo com as mudanças do caminho. E não é só isso: vocês vão conseguir se concentrar melhor no que é necessário a cada dia, e não vão se dispersar. Podem manter alguns elementos dos quais querem se lembrar, para não deixarem de lado as muitas coisas pelas quais vocês oram, e que não são diretamente relacionadas a vocês. Mesmo com respeito a isso, cuidem para manter vivos os sentimentos, o que é mais fácil se vocês variarem as palavras usadas e, sobretudo, se prestarem atenção à intensidade dos sentimentos. Para manter a prece viva é preciso incluir nela as suas necessidades diárias (não materiais) e considerar todos os acontecimentos do seu desenvolvimento espiritual, pedindo ajuda e compreensão a Deus. O fato de ser necessário se esforçar para entender indica que é necessário que vocês penetrem no subconsciente com esses pensamentos do novo insight, formando o pensamento-forma de vários ângulos. Na verdade, um elemento substancial da boa prece é vocês dizerem a Deus, todos os dias, aquilo que sabem que precisam aprender, e pedirem a ajuda d'Ele. Esse pedido vai aos poucos moldar a sua mente subconsciente, para que uma boa imagem se forme dentro de vocês. Isso significa instruir o subconsciente. Mantém a ideia clara do objetivo imediato em frente do olho da mente – o objetivo que vocês conseguem ver agora. E também vai dar a vocês uma ideia melhor, na auto-observação da revisão diária, da distância entre vocês e esse objetivo.

Quem trabalha dessa forma vai aos poucos eliminando a parede separadora que cerca sua alma, e a força e a ajuda divina não deixarão de fluir para ele. Não pode ser diferente, e vocês vão sentir e saber que é assim! Mas primeiro é preciso agir, meus queridos.

Agora, meus amigos, podem fazer suas perguntas.

PERGUNTA: A prece também é uma confirmação da fé em Deus?

RESPOSTA: Claro que sim. Isso faz parte do que procurei dizer, embora não tenha usado exatamente essas palavras.

PERGUNTA: Você poderia citar três ou quatro elementos que deveriam fazer parte da prece de todos os dias?

RESPOSTA: Bem, eu já mencionei alguns. Mas vamos lá: a difusão da verdade entre os homens, a prece pelas almas infelizes e os seres humanos em geral – orar pelos seres amados é fácil, mas vocês devem orar também pelas pessoas de quem não gostam. Quanto menos gostarem delas,

mais devem orar por elas. Procurem observar o que sentem quando desejam felicidade a essas pessoas. Não se iludam. Digam a si mesmos: “Uma parte de mim quer isso; outra parte ainda luta contra os bons desejos para algumas pessoas”. Dessa maneira, vocês não estarão encenando uma mentira. Façam a experiência, e peçam que Deus os ajude a sentir com todo o coração esse amor por todos, pelo menos durante a prece.

Todos devem também orar pela paz, pelo amor, pela fraternidade, pela justiça, pela difusão da lei divina. Mas vocês só podem contribuir de forma significativa para isso se cultivarem esses elementos em seu íntimo. Enquanto existirem em vocês ódio, ressentimento e intolerância, vocês estarão contribuindo para o oposto de tudo aquilo. Entender que vocês fazem parte do universo e podem fomentar ou impedir a verdade divina, a paz, o amor, etc., tornará vocês pessoas mais responsáveis, e a prece por essas coisas boas gerais não ficará mais tão afastada do seu próprio desenvolvimento e do seu senso de comunhão com todas as outras criaturas do universo.

Outro item importante é que a vontade do eu, o orgulho, e o medo inerentes a todo ser humano darão lugar à humildade, ao amor, ao desejo de que a vontade de Deus seja feita em todos os aspectos. Mas não orem por isso apenas em termos gerais – procurem observar exatamente em que as reações, pensamentos e sentimentos de vocês são diferentes daquilo que agradaria a Deus. Orem para descobrir especificamente quais são os seus medos! Depois que essa prece for respondida e vocês tiverem total consciência dos seus medos, orem para poder dominá-los da única maneira em que isso é possível – ou seja, sendo capazes de aceitar aquilo que temem, desde que esta seja a vontade de Deus para vocês e isso seja bom para o seu desenvolvimento e crescimento espiritual. Orem para ter a capacidade de aceitar a dor tanto quanto a felicidade. Orem para não amarem tanto o ego a ponto de evitarem o agente de cura representado pela dor ocasional vivida corretamente. Orem para ter a coragem de agir assim. A dor, em última análise, é a mesma coisa que a felicidade. Quando vocês atingirem um ponto bem adiantado do caminho para Deus, não vão ver diferença entre dor e prazer. A dor será prazer, e o prazer será dor em um sentido abençoado, não doentio. Pois, no fim, tudo é um. Eu sei, meus amigos, que para vocês por enquanto essas palavras são apenas palavras – talvez até palavras perigosas para alguns. Não procurem forçar esse estado de ser que estou mencionando agora. Isso é parte de um estado de ser que vocês não podem forçar. Se forçarem qualquer parte do resultado natural do objetivo, surgem desvios doentios que estão sempre próximos da verdade. Qualquer coisa pode ser pervertida, principalmente se for forçada. Portanto, tomem cuidado para não forçar os estados que estou descrevendo. Continuem no caminho, passo a passo, e a cada dia vocês vão conseguir alguma coisa. E isso é bom. Não tentem precipitar nenhum resultado que só virá naturalmente, em decorrência dos esforços e necessidades que a pessoa puder entender na ocasião. Se vocês orarem por tudo isso e incluírem também seus problemas pessoais conforme se apresentam no momento, como descrito anteriormente, vocês vão colher os frutos.

**PERGUNTA:** Algumas teorias dizem que, para atingir a disciplina da prece diária, é preciso orar sempre no mesmo horário do dia. Acho que isso leva para a rotina, como você nos advertiu. Quem tem razão?

**RESPOSTA:** Não se pode generalizar. Para algumas pessoas, o certo é fazer de um jeito, para outras não. Eu diria que, se uma pessoa ainda tem dificuldades com a disciplina a esse respeito, usar o mesmo horário e o mesmo local, todos os dias, pode ajudar. Mas também há casos em que é possível se disciplinar tão bem ou até melhor quando a pessoa não se prende a regras rígidas. Isso



depende de muitos fatores, do estilo de vida, do temperamento, etc. Não se pode ditar uma regra, isso é muito individual.

PERGUNTA: Mas começar o dia com uma prece dá um toque espiritual ao dia, e à noite também é bom por causa da paz, não é?

RESPOSTA: Ah, sim, eu diria que todas as pessoas podem reservar pelo menos dois ou três minutos para orar ao acordar e antes de dormir. Mas essa não é necessariamente a hora em que a prece é tão essencial para o trabalho espiritual de cada um. Algumas pessoas talvez achem que outro período do dia é melhor, mas mesmo assim devem levantar-se e deitar-se com Deus. Isso não toma mais que alguns minutos e deve ser feito além da prece longa que dura no mínimo meia hora. Para algumas pessoas, o melhor horário pode coincidir com o momento em que acordam e se deitam, mas isso não se aplica a todos. O importante, na oração longa, é que vocês devem saber que dispõem de tempo suficiente e que não vão ser incomodados, podendo ficar totalmente descontraídos. Esse momento é diferente para cada pessoa. Desde que seja uma prática regular, não importa se a prece é feita em horários diferentes a cada dia. Para algumas pessoas, no entanto, a regularidade é melhor. Cada um precisa descobrir seu ritmo, sua maneira de reagir.

PERGUNTA: Como estamos começando o Gita, gostaria de voltar ao que você disse sobre dor e prazer. É isso o que você quis dizer com além dos pares de opostos?

RESPOSTA: Sim, exatamente.

PERGUNTA: Da última vez você disse que a pergunta sobre o excesso de atividade da alma deveria ser a primeira de hoje.

RESPOSTA: Todos vocês sabem, pelas palestras anteriores, que existem correntes básicas ativas e passivas na alma humana, em todo o universo. Já expliquei que a desarmonia da alma humana se deve em grande parte ao fato de que muitas correntes que deveriam ser ativas serem passivas e vice-versa. Pois bem, o que são as correntes ativas erradas? As correntes ativas que não devem ser ativas derivam da vontade do eu. A vontade do eu não significa sempre querer algo mau ou vicioso. Nenhum de vocês aqui sem dúvida deseja conscientemente algo mau, errado, ou prejudicial para ninguém. Mas onde a vontade do eu – estou falando em geral – sempre se manifesta é, por exemplo, no fato de vocês não conseguirem aceitar as imperfeições do mundo que os rodeia e até de vocês mesmos. Da maneira errada, vocês não aceitam sua natureza inferior. A vontade do eu diz: “quero que seja diferente. Não deve haver nenhuma injustiça. Essa pessoa está errada, e isso não pode ser. Não aceito”. Há uma diferença muito tênue, mas clara, entre saber o que está errado e, humildemente, aceitar o mundo em que Deus os colocou. Em teoria, todos vocês sabem disso, mas na prática não aplicam esse conhecimento. Não há um só de vocês que, de vez em quando, não se revolte contra as imperfeições da vida. Não ocorre a vocês que é bom terem sido colocados no meio da imperfeição, às vezes semelhante, às vezes diferente da imperfeição de vocês. É exatamente isso que permite a vocês crescer e se desenvolver. Também não ocorre a vocês que, ao se revoltarem contra os fatos como eles são, vocês estão, na verdade, discutindo com Deus. As correntes excessivamente ativas acabam entrando aos poucos nos canais destinados a elas quando vocês aprendem a aceitar com humildade o mundo como ele é, e se vocês permitirem emocionalmente que os outros estejam errados. Na verdade, vocês não podem mudar a situação, mas emocionalmente estão constantemente se rebelando. Quando eu digo que vocês devem permitir que os outros cometam seus erros, não

estou me referindo aos casos em que vocês devem se manifestar para defender alguém mais fraco, por exemplo. Esse tipo de “permissão” significaria o extremo oposto errado da passividade, quando deveria haver atividade. Também aqui não se podem determinar regras para definir quando uma atitude é certa e a outra, errada. Cada caso é um caso, e somente os esforços corretos de vocês no autodesenvolvimento permitirão a vocês descobrir a verdade aplicável a cada situação. É interessante que exatamente as pessoas que são ativas quando deveriam ser passivas – uma indicação de que elas lutam emocionalmente contra aquilo que deveriam aceitar – carecem da coragem para se manifestar e impedir que a natureza inferior de outra pessoa tire proveito do ambiente que a cerca.

Assim, quando eu digo que vocês devem parar de lutar contra a aceitação, estou me referindo aos casos em que vocês devem aceitar aquilo que não têm nem o poder nem o direito de mudar. O conflito é ainda mais intenso quando vocês não podem fazer nada externamente, porque o senso comum diz que isso é impossível, mas por dentro vocês estão se contorcendo, estão revoltados. Essa revolta é excesso de atividade. Esse é o exemplo mais comum e mais frequente de excesso de atividade, e posso dizer com segurança que todos os outros casos de excesso de atividade derivam desse tipo fundamental. Esse desperdício de força – pois toda atividade exige força – diminui a força de vocês quando vocês devem ser ativos. Se vocês são ativos quando devem ser, isso nunca exaure os recursos de força interior, mas há um esgotamento quando vocês são ativos e não deveriam ser. Por exemplo, vocês precisam de força para amar, para ter coragem, e assim por diante. No entanto, se a força é desperdiçada com as correntes erradas, não sobra o suficiente para as ocasiões em que vocês deveriam ter força, quando precisam dela, e assim a alma fica desarranjada. Sabendo de tudo isso, vocês poderão começar a rearranjar as correntes erradas. Enxerguem os sentimentos interiores de pressão e revolta. Analisem esses sentimentos desse ponto de vista, e vão entender melhor o que isso significa. Quanto melhor entenderem, mais serão capazes de modificar essas correntes. A pressão interna que as pessoas sentem deve-se, em muitos casos, à incapacidade de aceitar o que deveria ser aceito, ou, dito de outra forma, deve-se ao excesso de atividade da alma. Ficou claro?

PERGUNTA: Qual é o significado psicológico e espiritual do desejo de morte?

RESPOSTA: O significado espiritual é o desejo do eu inferior de rejeitar a vida no sentido espiritual. A vida, no sentido espiritual, significa a luta, o esforço, e todos os outros muitos requisitos necessários para sair da escuridão e da morte espiritual. Atingir a luz e a liberdade, atingir a luz eterna é algo que não se consegue sem a luta do caminho. É algo que só se consegue por esforço próprio. Ninguém pode fazer isso por ninguém. Deus não vai fazer isso por vocês! Ele vai ajudar, se vocês tiverem a séria intenção de conseguir. Se vocês não quiserem fugir da questão nem adiá-la, Ele vai oferecer uma ajuda incalculável. Mas não vai agir no lugar de vocês. Isso é impossível! O adiamento, a procrastinação, a fantasia de que no fim das contas a luta pode não ser necessária, são sintomas do desejo de morte que nasce da apatia da alma. O pensamento oculto de que isso é desnecessário e que as circunstâncias após a morte talvez sejam muito diferentes – isso é o desejo de morte. Porque, se o que vocês desejam com essa parte da sua natureza fosse verdadeiro, não haveria contentamento eterno, luz e vida, meus amigos. É claro que vocês só desejam isso porque não querem ter o trabalho de conseguir o resultado mediante esforços adequados. Se isso pudesse ser feito sem vocês, vocês não teriam o desejo de morte. O ateu é o exemplo mais característico e mais forte de uma pessoa que tem o desejo de morte. Por que o ateu se agarra teimosamente à sua crença – na verdade, uma espécie de superstição – de que não há nada após a morte? Os ateus dizem que a pessoa religiosa confunde a realidade com seus próprios desejos, é um sonhador, um idealista. E eu digo, meus amigos, é exatamente o contrário. O ateu é que confunde a realidade com seus desejos. Ele espera que,

ao morrer, tudo estará acabado, e ele cairá na inconsciência, no sono eterno, não sendo responsabilizado por coisa alguma. Essa é a forma mais intensa de confusão entre os próprios desejos e a realidade. Todo ateu deveria pensar nisso. E sempre que vocês, meus amigos, tiverem dúvidas repetitivas, trata-se de uma manifestação do desejo de morte, fazendo-os pensar, fantasiosamente, que talvez não seja necessário superar os obstáculos interiores. Não vamos discutir as diferentes interpretações dadas pelas diversas escolas psicológicas ao desejo de morte; basicamente o desejo de morte é o que acabei de dizer.

PERGUNTA: Eu gostaria de saber então por que a maioria das pessoas tem medo da morte? Não pode ser apenas medo do desconhecido. Precisa haver algo mais?

RESPOSTA: A pessoa que não está tendo o melhor resultado possível, de acordo com seu plano pessoal, tem medo de voltar ao mundo dos espíritos. Inconscientemente ela sabe disso, porém esse sentimento não pode aflorar com os verdadeiros motivos, manifestando-se apenas como medo da morte em geral. Todas as pessoas que não estão fazendo tudo o que podem têm pavor do momento em que vão recapitular sua vida e ver que precisam voltar pelos mesmos motivos e encontrar as mesmas dificuldades, talvez dificuldades até piores. Uma pessoa que está cumprindo 100% tudo o que precisa fazer não teme a morte. Entendeu?

PERGUNTA: Considerando que o medo é o oposto do amor e a maioria das pessoas tem medo de morrer, isso não mostra que a maioria das pessoas não sabe o que é o amor?

RESPOSTA: Claro! Eu digo isso tantas e tantas vezes. Chegar especificamente ao amor, assim como chegar à perfeição em geral, é algo que acontece em etapas lentas. Vocês chegam lá em etapas graduais, e não da noite para o dia. Portanto, o grau de capacidade de amar varia de pessoa para pessoa. Quanto maior for a capacidade de amar de uma pessoa, menos medo ela terá, mesmo que alguns medos não pareçam ter relação direta com a falta de amor. Além disso, quanto mais forte for o ego exteriormente, menor será a capacidade de amar, e portanto maior será o medo existente.

PERGUNTA: O medo da morte também não é, no sentido físico/psicológico, algo de que somos dotados para preservar a vida – o instinto vital?

RESPOSTA: Ah, sim. Isso é muito verdadeiro até certo ponto. Vamos colocar as coisas dessa forma. Para a pessoa que ainda não está muito adiantada em termos de desenvolvimento espiritual, a ponto de entender o que vocês estão aprendendo, saber o que vocês sabem, o instinto da vida é essencial. Para vocês, isso não é mais necessário, pelo menos não em geral. Mas mesmo para vocês esse instinto pode ser importante nos momentos de grande crise, quando todo o seu conhecimento fica paralisado. Mas em geral, vocês sabem separar uma coisa da outra, e deixam de ter medo de morte, agarrando-se à vida. Portanto, é uma questão de desenvolvimento. Uma criança, no sentido literal e espiritual, precisa desse medo da morte como instinto de preservação. Mas à medida que ela amadurece, o instinto vai se deslocando para outro canal.

PERGUNTA: É a mesma coisa com o medo objetivo?

RESPOSTA: Exatamente.

PERGUNTA: Posso fazer uma pergunta relacionada com doença mental? Quais são os antecedentes espirituais da esquizofrenia?

RESPOSTA: As possibilidades são tantas que não posso dar uma resposta. Até onde é possível generalizar, posso dizer o seguinte. Um caso extremo de parede de separação provoca essa doença, uma incapacidade extrema de amar, um egocentrismo extremo. Essa seria, em termos gerais, a origem de qualquer doença mental.

PERGUNTA: Em outras palavras, uma separação total entre o eu superior e inferior?

RESPOSTA: Sim, mas não apenas entre o eu superior e inferior, mas também entre o eu e os outros, bem como entre o eu e a realidade.

PERGUNTA: Total falta de amor, então?

RESPOSTA: Sim.

PERGUNTA: A maioria das pessoas que amam intensamente a vida têm mais medo de morrer do que aquelas que não amam a vida. Como se explica isso?

RESPOSTA: Não, isso é um erro. Absolutamente não é verdade. As pessoas que vivem, no sentido real, não têm medo da morte, mas aquelas que amam a vida no sentido errado têm. Veja, como eu sempre digo, tudo depende da maneira. Nesse caso, de que maneira a pessoa ama a vida?

PERGUNTA: É a diferença entre a vida infinita e a vida finita?

RESPOSTA: É.

PERGUNTA: É o tipo de amor à vida em que a pessoa quer conseguir tudo em pouco tempo?

RESPOSTA: Exatamente. Esse é o tipo errado de amor à vida.

PERGUNTA: Gostaria de perguntar o seguinte. Na última palestra você falou sobre bênçãos. Achei muito interessante, mas não consegui entender bem uma coisa. Há um certo grau de bênção que recebemos quando você nos abençoa aqui pessoalmente. Qual é a comparação entre elas e as bênçãos que você nos dá quando ouvimos em fita, e não estamos na sua presença, ou quando lemos bênçãos escritas?

RESPOSTA: O princípio é o mesmo que mencionei em relação à prece. A bênção está sempre aqui, ela depende da capacidade de vocês de recebê-la. Em teoria, seria igualmente fácil receber uma bênção pelo rádio, por um livro, de qualquer outra maneira a distância. Mas o fato é que é muito mais provável que vocês não sejam receptivos sem determinados estímulos à abertura, à receptividade. No meio da beleza da natureza, ou quando vocês ouvem uma bela música, ou depois de uma palestra como estas, o coração e a alma de vocês se abrem, ficam receptivos, e a bênção que dou pode fluir para vocês. Vocês sabem que para o espírito não existe distância, como também não existe tempo. Portanto, a distância não faz diferença. Nossos amigos da Suíça, por exemplo, podem

neste exato instante receber essas bênçãos tanto quanto vocês, desde que eles estejam abertos como vocês. Essa é a questão.

PERGUNTA: É uma questão de se sintonizar?

RESPOSTA: Exatamente.

Meus queridos, volto agora para o meu mundo, e quero dizer a cada um de vocês que até o menor esforço de vocês é reconhecido. Não pensem nem por um momento que, se seus semelhantes não tomarem conhecimento de um bom pensamento ou a concretização de uma boa intenção por parte de vocês, terá sido um desperdício. Digo isso para alguns de vocês. Pelo contrário, Deus sabe, Deus vê, e os frutos virão sem dúvida, mais ainda se ninguém, além de vocês, ficar sabendo. Assim, meus queridos, recebam este forte raio de amor que se dirige a cada um de vocês, aqui presentes ou não. Levem esse amor para o seu coração. Vão em paz, fiquem com Deus!

---

Os seguintes avisos constituem orientação para o uso do nome Pathwork® e do material de palestras:

Marca registrada / Marca de serviço

Pathwork® é uma marca de serviço registrada, de propriedade da Pathwork Foundation e não pode ser usada sem a permissão expressa por escrito da Fundação.

Direito autoral

O direito autoral do material do Guia do Pathwork® é de propriedade exclusiva da Pathwork Foundation. Essa palestra pode ser reproduzida, de acordo com a Política de Marca Registrada, Marca de Serviço e Direito Autoral da Fundação, mas o texto não pode ser modificado ou abreviado de qualquer maneira, e tampouco podem ser retirados os avisos de direito autoral, marca registrada ou outros. Não é permitida sua comercialização.

Considera-se que as pessoas ou organizações, autorizadas a usar a marca de serviço ou o material sujeito a direito autoral da Pathwork Foundation tenham concordado em cumprir a Política de Marca Registrada, Marca de Serviço e Direito Autoral da Fundação.

O nome Pathwork® pode ser utilizado exclusivamente pelas regionais autorizadas pela Pathwork Foundation.