

O Caminho da Libertação

Um guia prático para a
Iluminação Espiritual

Escrito por [Adyashanti](#)

© 2012 por Adyashanti. Todos os direitos reservados.

ISBN: [978-1-937195-17-5](#)

Sumário

Prefácio	1
Introdução	2
Os Cinco Fundamentos	6
Três ideias orientadoras	12
As principais práticas	15
Conclusão	16
Epílogo	17
Sumarização dos ensinamentos	18
Grupos de estudo	19
Leituras recomendadas	20
Agradecimentos	21
Sobre o autor	22

Prefácio

Este livro é uma pista deixada para trás, um meio de lembrança e um guia para que você acorde do seu status imaginário como pessoa para o que você realmente é. Os ensinamentos contidos neste livro são uma versão condensada dos meus ensinamentos principais. Para que o ensinamento tenha efeito, você deve aplicá-lo com a mais elevada determinação. Atenção, aplicar estes ensinamentos pode ser danoso para suas crenças, desorientador para a sua mente e doloroso para o seu ego. Da perspectiva do despertar para a realidade, estas são coisas boas a se cultivar. Da perspectiva do ego, elas devem ser evitadas a todo custo. A escolha é completamente sua.

Introdução

O Caminho da Libertação é um guia prático e sucinto para a libertação espiritual, às vezes chamada despertar, iluminação, autorrealização ou simplesmente enxergar o que é absolutamente Verdadeiro. É impossível saber o que palavras como *libertação* ou *iluminação* significam até que você as realize por si mesmo. Assim, é inútil especular sobre o que a iluminação é; em verdade, fazê-lo é um grande obstáculo para que ela aconteça. Um princípio orientador é que perceber progressivamente o que não é absolutamente Verdadeiro é infinitamente mais valioso do que especular sobre o que é.

Muitas pessoas pensam que a função de um ensinamento espiritual é prover respostas para os grandes questionamentos da vida, mas na verdade o oposto é verdadeiro. A principal tarefa de um bom ensinamento espiritual não é responder seus questionamentos, mas questionar suas respostas. Pois são suas premissas conscientes e inconscientes e suas crenças que lhe fazem ver divisão onde existe apenas unidade e completude.

A Realidade que para a qual estes ensinamentos apontam não está escondida, não é secreta ou distante. Você não pode ganhá-la, merecê-la ou compreendê-la. Exatamente neste instante, Realidade e completude estão à vista. De fato, a única coisa que existe para ver, ouvir, cheirar, provar, tocar ou sentir é Realidade, ou Deus se você preferir. a completude absoluta lhe cerca onde quer que você esteja. Logo, não há motivo pra se preocupar com isto, a não ser pelo fato de que nós, humanos, há muito tempo nos colocamos em um emaranhado de confusão e desordem tão obscuro que dificilmente consideraríamos a existência, e ainda mais dificilmente experienciaríamos por nós mesmos, a divindade dentro de nós e ao nosso redor.

O Caminho da Libertação é um chamado à ação; é algo que você *faz*. É um *fazer que lhe desfará completamente*. Se você não *praticar* o ensinamento, se você não estudá-lo e aplicá-lo destemidamente, nenhuma transformação

ocorrerá. *O Caminho da Libertação* não é um sistema de crenças. É inteiramente prático.

Ler este livro como um espectador seria perder o ponto fundamental. Ser um espectador é fácil e seguro; ser um participante ativo no seu próprio despertar para a Verdade não é nem fácil nem seguro. O caminho adiante é imprevisível, o compromisso é absoluto e os resultados não são garantidos. Você realmente achou que haveria outra forma?

Se você comparar *O Caminho da Libertação* a outros ensinamentos, ou interpretá-lo através de lentes de outros ensinamentos, inevitavelmente você irá cometer interpretações errôneas. Nos dias de hoje, com acesso instantâneo aos ensinamentos espirituais, este é um problema especialmente pervasivo. As pessoas interpretam erroneamente as coisas que eu digo porque elas estão filtrando sob as lentes de outros ensinamentos espirituais que usam vocabulários semelhantes. Logo, eu sugiro que você aborde estes ensinamentos sem filtrá-los com entendimentos prévios da mente.

Nenhum ensinamento espiritual é um caminho direto para a iluminação. Na verdade, não há caminho para a iluminação, simplesmente porque iluminação sempre está presente em todos os locais em todos os momentos. O que você *pode fazer* é remover todas as ilusões, especialmente as que você mais valoriza e nas quais sente segurança, que obscurecem sua percepção da Realidade. Abandone suas ilusões e suas resistências, e a Realidade subitamente se tornará visível.

O Caminho da Libertação é uma medicina para curar várias doenças espirituais. Assim como a medicina em si não é boa para a saúde, mas um meio para chegar a ela, estes ensinamentos não são a Verdade, mas um meio para realizá-la. O sábio indiano Ramana Maharshi comparou os ensinamentos espirituais a espinhos usados para remover outros espinhos. E pessoalmente eu gosto desta analogia.

Estudar *O Caminho da Libertação* é estudar a si mesmo. Estudar a si mesmo não significa adicionar mais conhecimento ao seu cérebro com ideias sobre si mesmo, mas remover todos os conceitos e características com os quais você habitualmente identifica o seu eu: nome, raça, gênero, ocupação, status social, passado, assim também como os julgamentos psicológicos que você faz sobre si. Quando o eu é reduzido ao seu cerne essencial, tudo que pode ser dito é *eu sou; eu existo*.

O que, então, é este *eu* que existe?

Este não é um livro sobre melhorias, auto-aperfeiçoamento ou estados alterados de consciência. É sobre o despertar espiritual, indo do estado de

sonho do ego ao o estado desperto para além do ego o mais rápido e eficientemente possível. A jornada não é como as pessoas antecipam e iluminação não é como é vendida normalmente. Não lhe ensinarei a atingir êxtase ou felicidade infinita, a encontrar sua alma gêmea, ou dez passos para se tornar milionário. Eu não acredito em propaganda enganosa nem em falsas promessas. Muitos buscadores espirituais já vivem sob uma constante dieta de ensinamentos sem qualidade, aquelas platitudes bonitas de se escutar que causam pouca ou nenhuma transformação além de aliviar insatisfações inerentes ao estado de sonho. Se você gosta deste tipo de coisa, este livro não é para você.

Eu deixei pistas para a realização da Verdade ao longo deste livro, da primeira à última página. Não assuma que os elementos mais importantes destes ensinamentos são fáceis de serem percebidos ou claramente enfatizados. Eles são costurados neste livro assim como fios são transformados em tecido, fáceis de passarem despercebidos se você não tiver os olhos para vê-los ou a sinceridade para compreendê-los. Não é que eu queira ser obscuro — eu faço tudo que eu posso para *não* ser obscuro — mas a Verdade não é algo que possa ser profunda e completamente entendida se lhe for dada de forma mastigada. Tais verdades são como *fast food*, de fácil acesso mas não satisfatórias ao longo prazo.

Na nossa sociedade moderna nós esperamos que tudo nos seja dado em porções fáceis de serem consumidas, de preferência muito rapidamente para que possamos continuar com nossas vidas apressadas. Mas a Verdade não se colocará em conformidade com nossas formas frenéticas de evitar a Realidade ou com nossos desejos de ter o todo de algo pelo menor investimento de tempo e energia.

Você tirará dos ensinamentos do *Caminho da Libertação* exatamente o que você colocar neles. Estes ensinamentos precisam ser estudados, contemplados e colocados em prática, não simplesmente lidos por entretenimento. Um sábio uma vez disse, “A prova de um desejo é encontrada no hábito de resposta.”

Também é necessário compreender que *O Caminho da Libertação* não é nem uma forma de psicoterapia nem uma solução para todos os desafios que os seres humanos enfrentam em seus dias. Embora aplicações terapêuticas possam ser necessárias e úteis para algumas pessoas, elas não são o foco destes ensinamentos.

O despertar não é nem uma cura para tudo que lhe aflinge, nem uma escapatória das dificuldades da vida. Tal pensamento mágico vai na direção

oposta ao desdobramento da Realidade e é um grande impedimento para que esta se expresse da forma mais madura. O objetivo destes ensinamentos é acordar para a natureza absoluta da Realidade e então encorporá-la e vivê-la em sua máxima extensão. Tal despertar eventualmente pode trazer um sentimento de paz profunda, amor, bem-estar, mas estes são apenas subprodutos do estado desperto, não o objetivo.

Não é a busca por estados de felicidade e bem-aventurança cada vez mais elevados que levam à iluminação, mas o desejo ardente pela Realidade e a sincera insatisfação com uma vida que não seja inteiramente autêntica.

Acorde ou pereça

Os problemas do mundo são, em geral, problemas humanos — a consequência inevitável do sonambulismo egóico. Se olharmos com cuidado, todos os sinais estão presentes para sugerir que não somos apenas sonâmbulos, mas chegamos também aos limites da insanidade. De certa forma, perdemos (ou pelo menos esquecemos) nosso espírito, e nós tentamos arduamente ignorar este fato pois não queremos ver o quão dormente estamos, o quão desolada nossa condição realmente é. Então nós seguimos cegamente, movidos por forças que não reconhecemos nem entendemos, ou nem mesmo percebemos.

Sem dúvidas nós estamos em um momento muito crítico. Nosso mundo se sustenta em um equilíbrio muito precário. Despertar para a Realidade não é mais apenas uma possibilidade, mas uma necessidade. Nós navegamos no navio da delusão para tão longe quanto poderíamos ir. Nos jogamos ao mar e agora nos encontramos encalhados em uma ilha desolada. Nossas opções implodiram. “Acorde ou pereça” é o chamado espiritual dos nossos tempos. Será que vamos precisar de mais motivação do que isto?

E mesmo assim, tudo está eternamente bem, e melhor do que pode ser imaginado.

Os cinco fundamentos

Os cinco fundamentos são o alicerce para os ensinamentos. Eles não podem ser ignorados, adulterados nem encarados sem a devida importância. Em verdade, os cinco fundamentos são *componentes absolutamente essenciais* do ensinamento que se aplicam tanto antes do despertar quanto, se não ainda mais fortemente, depois deste. Não se iluda pensando que os cinco fundamentos são insignificantes ou rudimentares simplesmente porque eles aparentam harmonizar-se apenas com o aspecto humano, ou relativo, da Realidade. Os cinco fundamentos são um meio de *viver* e de *manifestar* a natureza última da Realidade no dia a dia. Se nós não vivermos e manifestamos nas nossas vidas o que nós realizamos nos nossos momentos mais profundos de revelação, então estaremos vivendo vidas divididas.

Além disso, os cinco fundamentos proporcionam o contexto no qual os ensinamentos se desdobram. Se você remover o contexto do ensinamento, você estará removendo as salvaguardas anti-egóicas que protegem o ensinamento de interpretações autocentradas. A má interpretação de um ensinamento espiritual pelo ego é sempre um perigo significativo, pois a tendência do ego é justificar qualquer ponto de vista no qual ele investiu e ao qual se apegou.

Como adição a esse perigo, qualquer ensinamento espiritual enraizado na natureza absoluta da Realidade é, por definição, orientado em direção à Verdade, não em direção às dimensões éticas e morais da vida. Isto não significa que tais ensinamentos sejam imorais, mas sim trans-morais; ou seja, arraigados em uma realidade para além da moral e da ética relativas aos padrões da perspectiva dualística.

Não é que a moralidade seja irrelevante na visão absoluta; esta é uma má interpretação bastante comum. Significa que a moralidade não é mais embasada em valores culturais e religiosos designados para controlar os impulsos egóicos. Ao invés disso, amor altruísta e compaixão fluem naturalmente da visão unificada da Realidade como expressão espontânea da Unidade.

Quando nada é visto como separado ou como algo que não você, as ações que fluem de você são um reflexo da perspectiva unificada.

Pode ser que haja algumas complicações porque é possível ter *alguma* experiência da Realidade última enquanto ainda não houve a libertação completa da delusão egóica. Isto acontece devido à possível mistura volátil de Realidade e ilusão simultaneamente expressando-se e existindo de uma forma inconsciente e distorcida. Enquanto que alguns casos como este podem ser esperados à medida que amadurecemos em espírito, existem algumas coisas mais distorcidas ou perigosas do que um ego que pensa ser Deus.

Muitos anos trabalhando com milhares de pessoas me mostraram que se estes aspectos fundamentais da vida espiritual forem ignorados, é muito provável que as revelações espirituais serão descarrilhadas de alguma forma. Uma falha ao explorar e entender claramente qualquer um destes, assim como ao aplicá-los cosistentemente, resultará em alguma forma de conflito, divisão e confusão.

Os cinco fundamentos são meios de recolher todos seus recursos internos — corpo, mente e espírito — e focá-los de forma unificada em prol da sua mais alta aspiração. Eu não tenho como enfatizar suficientemente a importância de ter um foco claro e unificado, um coração sincero e um desejo inabalável para não deludir a si e aos outros.

Clarifique sua aspiração

Clarificar sua aspiração significa saber exatamente a motivação da sua vida espiritual, *não como um objetivo para o futuro mas para cada instante*. Em outras palavras, o que você mais valoriza na vida — não no sentido de valores morais, mas no sentido do que é mais importante para você. Contemple este questionamento. Não simplesmente assuma que você já sabe sua mais alta aspiração ou o que é mais importante para você. Vá fundo e reflita sobre o que é mais importante na sua busca espiritual; não permita que ninguém defina isto para você. Não descanse até que fique bem claro para você qual a sua aspiração.

A importância deste primeiro fundamento deve ser bem enfatizada, pois a vida se desdobra com base no que você mais valoriza. Pouquíssimas pessoas têm a Verdade ou a Realidade como valores profundos. Muitas pensam que valorizam a Verdade, mas suas ações não condizem. Em geral, as pessoas têm valores competitivos e conflitantes, o que se manifesta em conflitos internos e

externos. Logo, o fato de você *pensar* que algo é seu mais profundo valor não quer dizer que ele de fato o é. Ao contemplar e clarificar o que você valoriza e aspira, você se torna mais unificado, claro e certo da sua direção.

À medida que a sua realização e maturidade espiritual se aprofundam, você perceberá que alguns aspectos da sua vida permanecem firmes enquanto outros evoluem para que passem a refletir o que é relevante para o seu nível de discernimento. Desta forma criam-se maiores foco e conexão com o andamento da sua própria realização.

Consistência incondicional

Clarificar sua aspiração é o primeiro passo. Assim, energia e atenção são conciliadas em uma força unificada que lhe move em direção à sua aspiração. Uma vez clarificada a sua aspiração, você deve seguir em direção a ela. Tal atitude diz respeito ao que você está *disposto a fazer* e principalmente ao que você está *disposto a deixar de fazer*.

A espiritualidade não requer que você trabalhe duro para atingir algum resultado futuro além do quanto ela requer que você esteja plenamente presente, sincero e comprometido *agora*, com honestidade absoluta e disposição para revelar e abrir mão de *qualquer* ilusão que esteja entre você e a realização da Verdade. Desta forma, espiritualidade não tem a ver com tempo ou com o que pode ser atingido com o tempo. Espiritualidade tem a ver *apenas e sempre* com o eterno presente.

Aspiração é mais uma questão do coração do que da mente, pois trata-se do que você mais aprecia, ama e valoriza. Você não precisa ser lembrado do que você ama, mas sim do que você *não* ama. E o que você *realmente* ama é mais verdadeiramente refletido nas suas *ações*, não no que você sente, pensa ou fala.

Quando a aspiração alinha-se com a consistência incondicional e com o amor, ela se torna uma força muito poderosa no universo. Só assim estaremos unificados e focados o suficiente para que nossa aspiração sobreviva às eventuais dificuldades circunstanciais.

Nunca abdique da sua autoridade

O terceiro fundamento é *nunca abdicar da sua autoridade*. Isto significa que *você será inteiramente responsável pela sua vida e nunca cederá isto a pessoa alguma*. No que diz respeito ao processo de iluminação em si, não faz sentido querer pegar carona nas costas de outro ser iluminado. Qualquer falha ao entender este fundamento pode levar (como tem levado em tantos casos) ao culto do fanatismo, do fundamentalismo, do pensamento místico, ao desapontamento, à desilusão e/ou à imaturidade espiritual.

É compreensível que muitas pessoas projetem seus problemas familiares, relacionamentais, sexuais, assim como problemas com Deus nos seus professores espirituais (e são muitas vezes encorajadas a assim fazerem por professores inescrupulosos), mas é essencial compreender que o papel de um professor espiritual é ser um bom e sábio guia espiritual, uma corporificação da Verdade para a qual ele(a) aponta. Pode até haver profundo respeito, amor, ou até mesmo devoção ao professor espiritual mas é fundamental não abdicar da sua própria autoridade em função da dele ou projetar toda a divindade exclusivamente para ele. Sua vida pertence às suas mãos, não às de outra pessoa. Seja devidamente responsável.

Existe uma linha muito tênue entre estar verdadeiramente aberto à orientação de um professor espiritual e regredir a uma relação infantil na qual você abdica da sua autoridade e projeta *toda* sabedoria e divindade no professor. Todas as pessoas precisam encontrar um equilíbrio maduro na abertura à orientação espiritual sem abdicar da própria autoridade.

O mesmo pode ser aplicado a um ensinamento espiritual. Todo ensinamento espiritual é um dedo que aponta em direção à Realidade, nunca a Realidade em si. Estar em uma relação madura com um ensinamento espiritual requer que você o *aplique*, não simplesmente acredite nele. Crenças levam a várias formas de fundamentalismo e silencia a curiosidade e investigação que são essenciais para dar espaço ao despertar e ao que há além do despertar. Um bom ensinamento espiritual é algo que se põe em *prática*, é algo com o que você *trabalha*. Ao fazer isto, ele trabalha em você (usualmente de forma oculta) e lhe ajuda a revelar a Verdade (e as falsidades) que adormece em você.

O que seria não abdicar da sua autoridade e ainda assim não aclamar uma falsa ou auto-centrada autoridade que lhe levará à delusão? Temo que eu não possa dizer. Ninguém pode lhe dizer como não enganar a si mesmo. Se no

que há de mais profundo em você existir o desejo pela Verdade acima de tudo, mesmo que você se perca de milhares de formas, você sempre encontrará a si mesmo novamente, sendo trazido de volta para o que é Verdadeiro.

E se você não deseja a Verdade acima de tudo, bom, você já sabe para onde isso lhe levará.

Pratique a sinceridade absoluta

Ter sinceridade autêntica é absolutamente necessário na vida espiritual. Sinceridade engloba as qualidades da honestidade, genuidade e integridade. Ser sincero não significa ser perfeito. Na verdade, o próprio esforço para ser perfeito não é sincero, pois é mais uma forma de evitar ver a si próprio como você é exatamente agora. Ser capaz e desejar ver a si próprio como você realmente é, com todas as suas imperfeições e ilusões, requer sinceridade genuína e coragem. Se estamos constantemente nos escondendo de nós mesmos, nós nunca seremos capazes de acordar da ilusão do ego.

Para que possamos ser sinceros, nós precisamos parar de julgar a nós mesmos. O julgamento encobre o acesso à verdadeira sinceridade e pode até se camuflar *como* sinceridade. A verdadeira sinceridade revela uma poderosa forma de clareza e discernimento que é necessária para que possamos nos enxergar honestamente sem fuga e sem o aprisionamento dos julgamentos condicionados da mente e de seus mecanismos de defesa.

A capacidade e a vontade de ser honesto consigo é seu maior escudo contra a autossabotagem e lhe alinha com sua verdadeira aspiração. Não há maior desafio para um ser humano do que o de ser completamente honesto consigo assim como com os outros. Tal honestidade é absolutamente necessária se nós realmente desejamos acordar do sonho da separatividade e viver uma vida autêntica e unificada.

Administre bem a sua vida

Administrar bem a própria vida significa não usar a espiritualidade para evitar aspecto algum de sua vida. Eu tenho observado que é muito comum entre pessoas que estão envolvidas com a espiritualidade inconscientemente usá-la para evitar aspectos dolorosos, problemáticos, disfuncionais, ou temerosos delas próprias. Há frequentemente uma esperança de que se eles

simplesmente acordarem para a Realidade, todos os desafios irão desaparecer. Embora seja verdade que com o surgimento do despertar muitos dos aspectos que consideramos problemas vão simplesmente desaparecer, seria errado assumir que o vislumbre do estado desperto vai automaticamente resolver todos os aspectos desafiadores da vida humana.

Usar espiritualidade para evitar aspectos desafiadores de você mesmo ou do seu dia-a-dia pode inibir o surgimento da iluminação espiritual em uma grande extensão e certamente inibirá sua profundidade e estabilidade. O Caminho para a Libertação é uma forma de encarar a si e a sua vida *completamente* sem fugir para negação, para os julgamentos ou para pensamentos mágicos. É uma forma de cortar os véus da ilusão e despertar para a Verdade.

Ser um bom administrador da vida requer que você abrace cada aspecto da sua vida, interior e exterior, agradável ou desagradável. Você não necessariamente precisa encará-los todos de uma vez, somente aquilo que aparecer no momento. Dê a cada momento a atenção, sinceridade e comprometimento que ele merece. Falhar em tal coisa é muito mais custoso do que você jamais pode imaginar.

Sua vida, *toda* a sua vida, é o seu caminho para o despertar. Ao resistir ou não lidar com seus desafios, você irá se manter dormente à Realidade. Preste atenção no que a vida está tentando lhe revelar. Diga sim para a sua força, crueza e graça amorosa.

Três ideias orientadoras

É muito fácil perder tempo e energia quando a busca espiritual é orientada para coisas que tem pouca ou nenhuma relevância para o despertar. As Três Ideias Norteadoras provém o arcabouço conceitual no qual o ensinamento repousa e orienta a mente para os princípios chaves que levam à iluminação. Essas Ideias Norteadoras dão foco e direção para as Três Práticas Centrais que são descritas mais adiante neste livro.

A Questão de Ser

Em cima da entrada do Oráculo de Delphi estava escrito as palavras “Conheça a Ti Mesmo”. Jesus veio e adicionou um senso de urgência e consequência para a idéia anciã quando ele falou: “Se você traz para fora o que está dentro de você, o que você traz para fora lhe salva. Se você não traz pra fora o que está dentro de você, o que você não traz para fora lhe destrói.”

O que Jesus está dizendo é que espiritualidade é algo sério e com consequências sérias. Sua vida se mantém precariamente no equilíbrio, balançando entre estados de sonambulismo inconsciente e de plena atenção. O fato que a maioria das pessoas não percebem suas vidas assim testifica o quão profundamente dormentes e em negação elas ainda estão.

Então oque é istoque precisamos trazer para fora?

Dentro de cada uma de nossas formas repousa um mistério existencial do *ser*. Além da aparência física, personalidade, gênero, história, ocupação, esperanças e sonhos, ires e vires, ali jaz um misterioso silêncio, um abismo de quietude carregada de uma presença etérea. Mesmo com todos os nossos negócios ansiosos e obcessões por trivialidades, nós não conseguimos ignorar completamente esta essência fantasmagórica no nosso centro. E ainda assim,

nós fazemos tudo que podemos para evitar a sua quietude, seu silêncio e a sua vacuidade e intimidade radiante

Ser é aquilo que incomoda a nossa insistência em permanecer no reino do entorpecimento do nosso desespero secreto. É a coceira que não pode ser coçada, o assobio que não pode ser ignorado. Ser, realmente ser, não é apenas uma crença.

A maioria de nós vive em um estado no qual o nosso *ser* foi há muito exilado para o reino sombrio da angústia silenciosa. Certas vezes, o *ser* romperá o tecido da nossa inconsciência para nos lembrar que não estamos vivendo a vida que poderíamos estar vivendo, a vida que realmente importa. Em outros momentos, o *ser* vai retroceder para os bastidores, silenciosamente aguardando a nossa devota atenção. Mas não se engane: *ser* — o seu *ser* — é o assunto central da vida.

Permanecer inconsciente do *ser* é estar preso em uma terra desolada e conflituosa governada pelo ego, que parece normal porque nos deixamos levar para um estado de ignorância no qual uma larga camada de ódio, desonestidade e ganância é vistas como normais e sãs. Mas na verdade, nada poderia ser menos sã do que o que nós seres humanos temos chamado de realidade.

Ao nos apegarmos ao que sabemos e acreditamos, nos prendemos ao movimento da nossa imaginação e pensamento condicionado, ao mesmo tempo que acreditamos ser perfeitamente racionais e sãos. Portanto nós continuamos a fortificar a realidade do que causa tanta dor e sofrimento a nós mesmos e aos outros.

No fundo, todos nós suspeitamos que algo está muito errado com a forma que percebemos a vida, mas nós fazemos de tudo para correr deste fato. E a forma pela qual nós permanecemos cegos para a nossa aterrorizante condição através de uma negação obsessiva e patológica do *ser* — como se algo terrível fosse acontecer conosco se encararmos a pura luz da Verdade e enterrarmos nossos apegos à ilusão.

É dentro da dimensão do *ser* que a Verdade se revela — não a verdade da matemática ou química, filosofia ou história, mas a Verdade que começa a se desdobrar naqueles momentos de quietude nos quais a rotina comum da vida de repente se torna transparente para um senso de sentido e significância desconhecido na maior parte do tempo. Estes encontros vitais e inesperados com o *ser* indicam a Verdade que jaz logo abaixo do tecido da nossa vida cotidiana, lembrando-nos que a vida que nos apegamos pode ser mais boba do que jamais imaginamos e que há uma Realidade que tem o poder de desbloquear o mistério das nossas vidas se nós decidirmos abandonar nossos

compromissos com o medo e a segurança que tanto conhecemos.

Todos nascemos com o *ser* velado em obscuridade. Nós podemos reconhecer a transparência do *ser* brilhando nos olhos de um infante, mas tal *ser* não é consciente de si mesmo. Os bebês vivem em um mundo mágico do *ser* inconsciente, enquanto que os adultos vivem em um mundo de separação egocêntrica e de negação do *ser*. O despertar espiritual torna possível a restauração e a retificação do *ser* para o seu domínio verdadeiro.

A questão de *ser* é tudo. Nada poderia ser mais importante ou consequente — nada onde os riscos correm tão alto. Permanecer inconsciente de *ser* é permanecer dormente para a nossa própria realidade e portanto dormente à Realidade em larga escala. A escolha é simples: despertar para o *ser* ou dormir um sono sem fim.

As principais práticas

Conclusão

Epílogo

Sumarização dos ensinamentos

Grupos de estudo

Leituras recomendadas

Agradecimientos

Sobre o autor