



Manual da Vida

Um Guia Prático para
Compreender a Vida
e Materializar Desejos

Semana 1
Noi Melo

IMPORTANTE

Olá!

Leia antes de começar:

Parabéns por adquirir o Manual da Vida. Estamos muito felizes em ter você conosco nesta jornada de crescimento e transformação. Informamos que, por motivos de proteção contra práticas de má fé (como compras seguidas de reembolso imediato para obtenção indevida do conteúdo), o acesso inicial inclui apenas a primeira semana do Plano de Implementação e os capítulos essenciais para a correta aplicação dessa fase.

Também está incluso o acesso completo ao seu *Coach* pessoal, caso tenha adquirido o pacote correspondente.

O conteúdo completo do livro (mais de 100 páginas), incluindo todas as semanas e capítulos restantes, será disponibilizado automaticamente após 7 dias da sua compra. Essa medida foi necessária para garantir justiça e respeito a todos que valorizam de verdade esse trabalho dedicado.

Durante essa primeira semana, você terá material mais do que suficiente para iniciar sua transformação com profundidade e propósito — exatamente como o Manual da Vida propõe: um passo de cada vez, com consciência e compromisso. Agradecemos pela sua compreensão, respeito e confiança. Desejamos a você uma leitura inspiradora e uma jornada verdadeiramente transformadora! Com carinho:
Equipe Manual da Vida

MANUAL DA VIDA

Um Guia Prático para Compreender a Vida e
Materializar Desejos

NOI MELO

ABRIL/2025

Este livro, por meio de uma linguagem acessível, vai ajudar você a compreender melhor a vida e apresentar métodos práticos e simples para realizar os seus sonhos e alcançar os seus objetivos.

ÍNDICE

ACESSE O SEU <i>COACH</i> PESSOAL	6
O QUE ESTE LIVRO PODE FAZER POR VOCÊ	8
O QUE É A VIDA?	11
COMO PERCEBER A UNIVERSALIDADE	29
UM MÉTODO DE CURA	-
OS MISTÉRIOS DO MEDO	-
O QUE SOMOS?	-
O MAIS FÁCIL É O CORRETO	-
O PODER DA CRENÇA	-
A LEI DA ATRAÇÃO	-

A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO
PESSOAL -

A FORÇA CRIADORA DO
PENSAMENTO -

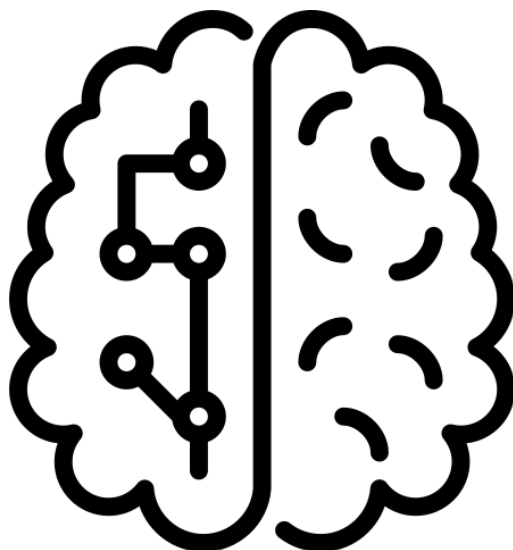
UMA PALAVRA FINAL -

SOBRE O AUTOR -

ACESSE O SEU *COACH* PESSOAL

Ao adquirir o **Manual da Vida**, com o pacote especial, você não apenas levou para casa um guia transformador, mas também ganhou um presente especial: acesso a um *coach* virtual exclusivo, um assistente de inteligência artificial (IA) personalizado.

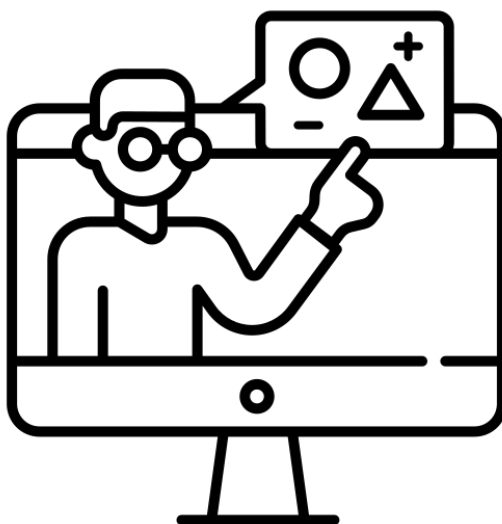
Durante o período de sua assinatura, esse companheiro digital ficará disponível 24 horas por dia, 7 dias por semana, acessível diretamente pelo seu celular ou computador. Imagine ter um aliado sempre pronto para oferecer respostas personalizadas, confidenciais e profundas para as suas dúvidas e reflexões – um mentor particular, dedicado, ao seu lado em cada etapa da jornada.



Ele é mais do que uma ferramenta; é um parceiro que se adapta as suas necessidades, ajudando você a explorar os ensinamentos do livro de forma prática e a aplicá-los no seu dia a dia.

Seja para esclarecer um conceito, superar um obstáculo ou simplesmente buscar inspiração, ele está lá para oferecer suporte contínuo e sob medida, elevando a sua experiência de transformação a um novo patamar.

Para começar a usar o seu **assistente**, as instruções de acesso foram enviadas para a caixa de entrada do *e-mail* que você utilizou ao adquirir o livro. Caso não as encontre, olhe na pasta de spam ou promoções. Siga os passos simples indicados e mergulhe ainda mais fundo nessa jornada incrível que você escolheu iniciar!



O QUE ESTE LIVRO PODE FAZER POR VOCÊ

O ser humano é, antes de tudo, um grande mistério. Estamos sobre a superfície de uma esfera, girando a uma velocidade supersônica ao redor do sol e viajando, ao lado de astros que integram a nossa e outras galáxias, a uma velocidade ainda maior, rumo ao desconhecido.

Em verdade, ao falar em Universo, tudo parece tão complexo e inexplicável, que pode nos levar à loucura. Como entender algo tão imenso e tão perfeito, quando desconhecemos as coisas mais ínfimas que se encontram bem perto dos nossos olhos.

Desconhecemos nós mesmos, desconhecemos a

nossa família, desconhecemos os nossos vizinhos, desconhecemos os rios, as florestas...

Este livro vai levar você a compreender mais e melhor a vida e, a partir dessa compreensão, mostrar que você veio a este mundo para usufruir as riquezas, que você veio a este mundo para usufruir a prosperidade, que você veio a este mundo para ser feliz. Por meio de explicações lógicas e de fácil assimilação, a leitura deste livro vai afastar você da angústia de não saber de onde você veio, para que você veio e aonde você está indo.

Foram muitos anos de leituras sobre os mais diversos temas, autores e pensadores das mais diversas áreas, além de vivenciar muitos métodos de busca do autoconhecimento, conviver com crenças,

observar comportamentos religiosos e experiências variadas, para chegar à essência reunida neste trabalho, que, acredito, será de grande valor para você.

O QUE É A VIDA?

Basta olharmos ao nosso redor para constatar que existe algo de magnífico em tudo no Universo. É tudo perfeito, sincronizado, que a ciência não consegue explicar e, ousado dizer, dificilmente conseguirá. A ciência é fruto do nosso cérebro e, como ele, é lógica. Daí a razão de eu procurar, o máximo possível, dissertar de maneira lógica, pois, do contrário, poucos iriam me compreender.

Sendo a ciência lógica, ela vem, ao longo dos tempos, buscando explicações na química e na física para a nossa existência. A ciência, em tese, descarta a hipótese de haver um criador. Por essa razão, acaba encontrando mais perguntas do que respostas. Mas,

ao mesmo tempo que nega a existência de um criador, não consegue avançar além do limiar de um suposto criador. Porém há alguns avanços. Hoje a ciência caminha para o entendimento de que há uma inteligência criadora e de que a realidade só existe a partir da observação. A realidade seria uma realidade observada. E isso nos remete à lógica de que, se há algo a ser observado, tem que haver um observador.

De qualquer forma, a vida é um processo e jamais um acaso como querem os cientistas. É uma energia que sempre existiu e sempre existirá, mesmo que por meio de outras formas. Os animais, as plantas, os rios, as montanhas, as estrelas, o ar, tudo é uma mesma coisa. A matéria é uma e é energia pura. E essa energia se molda e se apresenta em padrões.

E, para entender melhor o que são esses padrões a que me refiro, em uma explicação bem simples, você pode imaginá-los como sendo uma espécie de matriz que atrai a matéria para dentro de si. Se procurarmos na semente de uma árvore, não vamos encontrar dentro dela a árvore. O que vamos encontrar na semente é o padrão. Quando a semente é colocada no solo, o padrão que está nela vai atrair todas as coisas necessárias para que ali cresça uma árvore.

Assim ocorre com todos os seres vivos. Todos os seres vivos se desenvolvem a partir de um padrão. E esse padrão evolui e se adapta à evolução do Universo.

Mas o que forma uma árvore ou um homem é a mesma coisa, a mesma matéria, a mesma energia. Mudam apenas as circunstâncias, as situações, o

o número de prótons, o número de elétrons. Quanto a isso, a própria ciência admite e explica. Porém o que a ciência não consegue explicar é o processo que é a vida. A vida é uma inteligência universal que sempre existiu e sempre existirá. A vida é uma essência que sempre permanece.

Passam-se os dias, os meses, os milênios e a vida continua sendo a mesma coisa, o mesmo princípio, a mesma serenidade, a mesma universalidade. Essa é a lei do universo, essa é a lei da vida, essa é a lei do criador.

E, nesse contexto de tantas incertezas, fica mais fácil compreendermos as coisas, quando olhamos para o seu contraste, quando olhamos para o seu oposto.

A morte é o contraste da vida cotidianamente

conhecida. E, a bem da verdade, em nossa passagem pela Terra, é a única coisa de que temos certeza, em termos científicos e em uma visão holística. O resto pode ser, pode não ser. Tudo é incerto! Podemos viver cem anos ou um segundo. Podemos ter uma vida próspera ou uma vida miserável. Podemos ser felizes ou tristes. Podemos obter na vida tudo o que desejamos, ou nos conformarmos com a falta e a escassez.

Seria um enorme absurdo, contudo, mesmo do ponto de vista científico, que, após uma transformação química, que é o que acontece com o nosso corpo quando morremos, tudo acabasse. Existe uma essência que jamais morre.

Existe uma essência que, apenas, passa a vibrar em

uma outra velocidade, em uma outra dimensão, que os nossos sentidos tradicionais não conseguem captar. É difícil de compreender? A princípio vai parecer que é. O nosso corpo é o nosso elo com este mundo. O nosso corpo é o nosso elo com o mundo físico. É por meio dele que nos comunicamos com esta existência. Nós estamos habituados a isso. É como se estivéssemos presos dentro de um círculo, imaginário, mas, aparentemente, intransponível.

O nosso cérebro está dividido em duas partes: a mente consciente, com a qual pensamos e raciocinamos; e a mente subconsciente, responsável pela criatividade. A mente consciente funciona de maneira lógica. Ela procura sempre uma explicação lógica para tudo.

A mente consciente é incapaz de decifrar a grandiosidade que é o Universo. Há um limiar. Há uma espécie de precipício, sem horizonte e sem fundo. Chegamos até a borda e não percebemos mais nada.

Tomemos como exemplo a teoria do Big Bang. Segundo essa teoria, o Universo teve sua origem a partir de uma pequena partícula, um átomo primordial, há, pelo menos, 13,7 bilhões de anos. Mas e aí? Chegamos na borda do precipício. Chegamos no limiar da nossa mente consciente. Onde estava essa partícula? Qual a origem dessa partícula? Percebemos que há um limiar, a partir do qual o nosso cérebro não consegue mais conceber. E não há nada de errado com isso. Ocorre que o nosso cérebro está apegado ao “ver para crer”.

E esse “ver” é no sentido de perceber, ou seja, acreditamos no que os nossos tradicionais cinco sentidos – visão, audição, olfato, paladar e tato – podem captar. Em outras palavras, o nosso cérebro opera a partir das nossas experiências, sejam elas próprias ou coletivas. Isso mesmo.

Hoje a própria ciência aponta à existência de uma inteligência compartilhada, o chamado inconsciente coletivo. Mas há muito mais... E essa premissa do perceber para crer se tornou tão forte, que acreditamos no que percebemos, seja isso real ou mera ilusão. Mas, se você parar por alguns instantes e olhar em volta, vai perceber que existem muitas coisas que os nossos sentidos não conseguem perceber e que, no entanto, estão aí, por toda parte.

Exemplos disso são o som e a imagem. O som e a imagem se propagam pelo espaço, sem que os percebamos, a não ser por meio de um aparelho receptor. A partir da percepção por meio de um aparelho receptor, passamos a admitir tais fenômenos como reais e lógicos.

O certo é que há um limiar para a mente consciente, mas o que trago de bom, o que trago de novo é que a mente subconsciente nos permite observar o que há depois do precipício. A mente subconsciente vai nos levar para além do limiar da mente consciente.

A mente subconsciente é o nosso elo com o Universo, com a unidade, com o Criador. A mente subconsciente é ilógica e criativa.

Ela opera a partir da fonte, a partir da interatividade com o todo. Há muita coisa além do precipício, e a mente subconsciente são nossos olhos para vê-las. A mente subconsciente opera a partir da existência, da onipresença, do que existe, do que sempre existiu e do que sempre existirá. Ela opera a partir da unidade, da matéria que é única. Não há tempo, logo, não há passado, não há futuro, não há vícios. A pergunta: “O que havia antes?” desaparece, porque não há tempo, logo, não há o antes nem o depois. Também não há espaço. E a pergunta: “Onde estava?” igualmente desaparece. Estava aqui, estava ali, estava em todo lugar, pois não há espaço. Somos o que somos. A mesma energia que há em uma planta ou em uma ave. A mesma matéria que há em uma rocha ou em um raio de luz.

O Universo se propaga em nós ininterruptamente. Quando respiramos, quando comemos uma fruta ou quando bebemos um copo de água, estamos interagindo com o Universo. E, mesmo se pararmos de respirar por alguns segundos, a interação continua. Tudo está interligado. Somos todos filhos da mesma semente. Água, terra, fogo, ar, árvore, homem, tudo é a mesma coisa. A vida é isso. A vida é uma inteligência que usa padrões para interagir com a matéria. E a matéria é energia pura.

Não há como se dar fim à vida, porque não há como se dar fim à matéria, porque não há como se dar fim à energia.

Mas, aí, você pode estar se perguntando: O padrão, pode ter fim? A resposta é sim. Mas acrescento que a

vida, uma vez matéria, uma vez energia, extrapola o padrão, porque é unidade, porque tudo é feito da mesma coisa, porque tudo está interligado. E aqui cabe uma explicação. Quando falo em matéria e em energia, estou falando de sinônimos, estou falando da mesma coisa, já que tudo é energia. Toda partícula é, em essência, energia pura. E, retomando, essa energia vai além do padrão. Desaparece o padrão, mas a energia permanece.

Nesse ponto, você deve estar se fazendo uma outra pergunta: Se o padrão desaparece, o meu corpo também vai desaparecer. Então como vou continuar vivo sem o meu corpo? A resposta é o corpo físico é matéria atraída e condensada pelo padrão. A vida é mais do que isso. A vida é a essência, é a inteligência que opera na matéria. A matéria, sem uma inteligência

que a guiasse, jamais saberia como criar uma árvore ou uma pessoa. Essa energia padronizada em forma de corpo humano é um dos meios encontrados pela inteligência para interagir no mundo físico. O padrão é uma das maneiras encontradas pela vida para interagir com o Universo. Mas há outras maneiras.

A vida extrapola o padrão e a matéria. Essa inteligência que é a vida não se restringe ao padrão. Desaparece o padrão, com a morte, por exemplo, mas a vida continua. A vida vai continuar a interagir com o Universo por meio de outras maneiras ou, mesmo, por meio de outros padrões. Até porque o padrão muda de acordo com o ponto de vista. Podemos tomar o corpo humano como padrão. Ocorre que o corpo humano é formado por bilhões de células e micro-organismos que também se desenvolveram a partir de padrões.

Há, ainda, a teoria de que a Terra seria um ser vivo e, assim, também operaria a partir de um padrão. E essa teoria pode ser expandida para o Sistema Solar, para a Via- Láctea e para o Universo todo.

A vida é a inteligência que opera sobre a matéria, interagindo com o Universo. Sei que neste exato momento você pode estar questionando essa lógica do padrão e da vida como uma inteligência que opera sobre a matéria.

Está tudo bem! Não há nada de errado com isso, pois você está lendo este livro por meio da sua mente consciente. E, conforme já foi dito anteriormente, existe um limiar, a partir do qual a nossa mente consciente não consegue avançar.

A partir desse limiar, precisamos da nossa mente

subconsciente para perceber o que há além. Sabemos que existe muita coisa que os nossos sentidos tradicionais não conseguem perceber, como o som e a imagem que se propagam pelo espaço.

Não duvidamos da existência do som e da imagem, porque criamos formas de torná-los perceptíveis pelos nossos sentidos tradicionais. Ligamos o rádio ou a televisão e eles estão lá, ao alcance de nossos ouvidos e de nossos olhos.

E, nesse momento, no exato lugar em que você está, tudo o que você precisa é ter a compreensão de que você é cocriador do Universo. Sempre que você interage com o Universo, está criando alguma coisa. Quando alguém fabrica um carro ou constrói uma casa, está criando algo, está transformando o Universo.

E esse poder criador está em nossa mente subconsciente, que é o nosso elo com o Universo. O carro e a casa foram, antes de tudo, ideias que alguém plantou em sua mente subconsciente, que se transformaram em crenças e, depois, em coisas concretas.

Nós criamos aquilo em que acreditamos. Isso é o que está além do precipício. Um sem-fim de possibilidades à nossa espera. Um sem-fim de coisas a serem criadas. Eis a nossa missão: criar, criar e criar. E o mais bonito em tudo isso é que, a partir desse limiar, a partir de nossa mente subconsciente, podemos obter na vida tudo o que desejarmos. Temos um livro em branco a partir de então, esperando para que completemos a criação.

A vida é essa inteligência, é essa essência que nos move e nos orienta. A vida é essa inteligência que se propaga na matéria. A vida é essa inteligência que sempre permanece, pura, serena e maravilhosa. A vida está além do nosso corpo. Você pode perceber os seus olhos. Você pode perceber o seu coração. Você pode perceber a sua respiração. Enfim, você pode perceber o seu corpo todo. Então, você não é o seu corpo. Você é o percebedor, o observador. É aquele que percebe. Você está além do seu corpo. E agora sabe disso. Você sabe que é assim, porque não é possível alguma coisa observar ela mesma. Você sabe que é assim, porque não é possível alguma coisa perceber ela mesma. A vida é você, o observador, o percebedor. A vida está além do seu corpo físico.

A nossa passagem pela Terra é um belo presente do

Universo, mas é, antes de tudo, uma das tantas maneiras que a inteligência infinita encontrou para continuar o processo criador. Cabe a cada um de nós usufruir essa passagem da maneira mais digna e melhor, compartilhando amor com os nossos semelhantes e com tudo o que nos cerca. Cabe a cada um de nós, acima de tudo, ser grato por isso.

COMO PERCEBER A UNIVERSALIDADE

Universal é aquilo que sempre existiu, existe e sempre existirá. É o todo. É o resultado de uma visão holística. É o resultado de uma visão ampla. É como se observássemos o Universo de fora dele e ao mesmo tempo estivéssemos dentro dele. É olhar para nós mesmos e ter a percepção de que fazemos parte de algo maior. É nos sentirmos parte do todo.

Cada ser humano tem sua personalidade. Cada um de nós tem sua maneira de ser. Não existem duas pessoas iguais. Não existem duas árvores iguais. Não existe nada igual em se tratando de matéria combinada.

A essa individualização que cada um de nós tem chamamos de “ego”. Hoje nós somos escravos do ego. O ego nos aprisiona em nós mesmos. Faz-nos sentirmos separados do todo. E o pior: o ego nos aprisiona de tal forma que nos convencemos de que somos seres individuais, separados do todo, separados da fonte. O ego é o nosso algoz. Só percebemos o que acontece em nossa volta. E isso ocorre porque o ego nos limita aos nossos sentidos tradicionais. Percebemos aquilo que nos chega pelos canais da visão, da audição, do olfato, do paladar e do tato.

E lá estamos nós, de novo, à beira do precipício. E lá estamos nós, de novo, sem perceber o que há depois do precipício. É por meio do ego que a mente consciente se apodera de nosso ser e nos impede de perceber a universalidade. Nos impede de transpor o

limiar, nos impede de dar um passo além da borda do precipício. Na verdade, o precipício é um limiar interior. Se dermos um passo além, daremos um passo para dentro de nós mesmos.

A maioria das pessoas nasce, vive e morre sem, sequer uma única vez, por um instante, observar o seu interior. Somos parte de um todo. E a nossa viagem universal é uma viagem para dentro de nós mesmos. Ao mesmo tempo que estamos inseridos no Universo, o Universo está inserido em nós.

Mas, a princípio, parece difícil se libertar do ego, eu sei. Vivemos em uma sociedade de resultados. E, em uma sociedade de resultados, é considerado o melhor aquele que obtém os melhores resultados. Com isso, cada vez mais, afastamo-nos de nossa essência,

afastamo-nos de nossa eternidade, afastamo-nos de nosso criador, afastamo-nos do universal.

A percepção da universalidade é a percepção de nós mesmos. Não é algo que temos que viajar por dias e dias ou por longas distâncias para encontrar. Na verdade, está tão próximo que não podemos avaliar isso com parâmetros. Está dentro de nós, está dentro da planta, está dentro da semente, está dentro de cada partícula, está dentro de todas as coisas. Mas essa percepção, acreditem, só será possível, se abandonarmos o ego. O ego é nossa cela. É o ego que nos mantém aquém do precipício. É o ego que nos impede de dar um passo além. É o ego que nos impede de caminhar para dentro de nós mesmos, e, assim, nos separa do universal.

O ego é a maior barreira na busca de nossa essência, na busca de nossa identidade. Mas há uma coisa boa em tudo isso: essa barreira pode ser superada. E isso só depende de nós mesmos. Eu sei que você pode estar pensando: eu não consigo, eu nunca vou conseguir fazer isso, isso é muito difícil, isso é impossível! Eu digo a você que não é. Só depende de você. Não é preciso esforço. Não há uma batalha a ser travada. Tudo o que você precisa fazer é compreender que essa barreira existe, mas pode ser superada. Compreender que há algo além do precipício. Compreender que há muito mais além dos cinco sentidos. Compreender que você é parte do universo. Compreensão é a palavra-chave. A compreensão é o segredo.

A compreensão vai levar, vai conduzir você para

uma viagem interior, vai conduzir você para a universalidade.

A compreensão vai elevar você no amor. A compreensão da universalidade, a compreensão de que você faz parte de um todo, de que tudo está interligado, de que tudo é a mesma coisa, vai levar você a amar mais o próximo, a amar mais as plantas, a amar mais os rios, as pedras, enfim, vai levar você a amar mais a existência e a você mesmo e, por consequência, a amar mais o Universo.

Na verdade, a compreensão vai tornar você um observador, um percebedor, uma testemunha. Ao mesmo tempo, você vai se sentir dentro do Universo e vai conseguir testemunhar isso. Aí você se torna único.

E único não pelo ego, pela separação, pelo

rompimento, pela falsa independência, mas único por se perceber parte de um todo, por se perceber parte da mesma coisa, por se perceber universal. A universalidade não é um lugar em que queremos chegar. A universalidade é uma forma de viver. É a compreensão do que somos dentro do Universo. E essa compreensão é tudo. Essa compreensão é tudo de que precisamos fazer para alcançar a universalidade.

As maiores personalidades da nossa história alcançaram essa compreensão. O método utilizado, a forma utilizada, ou o “caminho” utilizado nem sempre foi o mesmo.

Para ilustrar, vou falar um pouco de dois personagens de nossa história: Jesus e Buda.

Jesus chegou à compreensão da universalidade pelo amor. Buda chegou à compreensão da universalidade pela meditação. O amor e a meditação têm o poder de nos libertar do ego.

A meditação nos leva a uma ausência completa dos sentidos, dos humores e dos pensamentos. É a busca do vazio. É a busca de um estado de total desapego das coisas materiais. É o corte do cordão umbilical com o mundo. Ali, no silêncio eterno, o milagre acontece. Quando nós desligamos do mundo, passamos a integrar o Universo como um todo. Passamos a estar em todos os lugares. Passamos a estar em todas as coisas, sem nos identificar com nenhuma delas. E aí reside o segredo.

Aí está o princípio e o fim da meditação:

"a ausência de identificação com aquilo que nos cerca". Isso significa observar todas as coisas, sentir todas as coisas, vivenciar todas as coisas, mas sem perder a totalidade.

Existem vários métodos de meditação, o que não é objeto deste livro. Posso, entretanto, afirmar que todos têm a mesma essência, ou seja, a libertação total do homem das coisas do mundo, a libertação do homem do ego. E posso dizer, ainda, que meditação, em síntese, é a conscientização da sua existência. É ter consciência de si mesmo. E ter consciência de si mesmo nada mais é do que se lembrar de si mesmo. É estar de fato presente em tudo o que você faz.

Se você estiver caminhando, tenha consciência de que está caminhando. Se você estiver comendo uma

maçã, tenha consciência de que está comendo uma maçã. Permaneça nesse momento. Não viaje para o passado nem para o futuro.

Quantos de nós conseguem fazer isso? A maioria das pessoas, enquanto caminha ou come uma maçã, está muito distante dali, imersa em pensamentos passados ou em pensamentos futuros. Enfim, tome consciência de tudo o que você fizer, e qualquer coisa que você fizer será uma meditação.

Por sua vez, o amor já traz em si a universalidade. Aquele que realiza todas as coisas com amor, jamais se prenderá às armadilhas do ego. O amor é, com certeza, o maior de todos os libertadores.

Aquele que realmente ama, aquele que coloca o amor em todas as suas ações, naturalmente vivencia a

universalidade. O amor, por si, já é a universalidade. A partir do amor, os valores sociais e materiais passam a integrar a sua vida sem comandá-la. A essência da vida, o eterno, a paz profunda e o silêncio divino dominam o seu ser. *Jesus Cristo* vivenciou a universalidade pela via do amor e resumiu numa única frase todos os segredos da existência: "Eu sou o caminho, a verdade e a vida."

São duas maneiras diferentes para alcançar um mesmo objetivo. São duas estradas que levam ao pico imaginário da montanha, onde o milagre acontece. São duas formas que nos levam para dentro de nós mesmos, que nos levam para dentro do Universo, que nos levam para a universalidade. Não há uma maneira mais fácil ou melhor.

Há outras maneiras de se chegar à universalidade. Mas o segredo é o mesmo: a compreensão. Não importa a fórmula, o método, a estrada. O que importa é alcançar a compreensão, o que importa é chegar lá. O “como” é escolha de cada um.

Buda alcançou a compreensão, ao que chamou de “iluminação”, por meio da meditação. Igual ele outros, também, alcançaram a compreensão por meio da meditação. *Jesus* alcançou a compreensão por meio do amor, e, igual ele, outros, também, alcançaram a compreensão por meio do amor.

Cabe a você escolher a maneira com a qual melhor se identifique. Uma vez feita a escolha, persista nela. Se assim o fizer, pode ter a certeza de que o resultado virá. Ele sempre vem para aqueles que buscam. Para

alguns mais cedo, para outros mais tarde, mas ele sempre vem, nunca falha. Para o Universo não há tempo, não há espaço, não há o mais fácil ou o mais difícil. O tempo que isso vai levar, onde vai acontecer, se vai ser fácil ou difícil, são criações do homem. É uma escolha sua, é uma escolha de cada um de nós.

E, nesse ponto, quero esclarecer que, ao falar sobre o amor e a meditação, quando me refiro à libertação das coisas deste mundo, não quero dizer que devemos nos privar das riquezas que a vida nos oferece. A natureza é pródiga e inesgotável. Podemos usufruir o que há de bom e melhor sem que a fonte se exaure.

Basta mudarmos o ângulo pelo qual conduzimos a nossa existência. Libertar-se significa ausência de identificação com as coisas deste mundo. Liberta-se

significa ausência de identificação com as coisas materiais. À medida que nos identificamos com as coisas materiais, deixamos de ser aquilo que realmente somos. Perdemos a essência. Perdemos o contato com o Criador. Passamos a ser aquilo que temos, aquilo que fazemos ou aquilo que pensamos.

E aí perdemos o contato com a universalidade e, de novo, estaremos atrelados ao ego e, logo ali, estará o precipício, aquele mesmo que não nos permite perceber o que há além.