

A SABEDORIA DOS LAMAS é, sem dúvida, um título adequado para este livro fascinante. Trata-se, principalmente, de um Dicionário de Ocultismo, e o Dr. Rampa recorreu a seu grande conhecimento e experiência para explicar completamente e de modo muito compreensível muitos dos mistérios do mundo oculto.

Após o dicionário encontram-se quatro suplementos: sobre Respiração, Pedras, Gêneros Alimentícios e Exercícios.

De início, o Dr. Rampa pretendia intitular este livro "Apenas Uma Palavrinha". Seus editores acharam, no entanto, que esse era um título por demais modesto para um livro que continha tantas informações inestimáveis.

T. LOBSANG RAMPA

A SABEDORIA DOS LAMAS

A Dama Kuei,
Que me ensinou
Muitas Palavras
Na língua dos gatos siameses
e que sempre me incentivou!

SUMÁRIO

De A a Z	012
Respiração (Suplemento A)	151
Pedras (Suplemento B)	161
As Coisas Que Comemos (Suplemento C)	169
Orientação Para Exercícios (Suplemento D)	181

O QUE É ESTE LIVRO

É bem grande o número de pessoas que gosta de palavras altissonantes.

É bem grande o número de pessoas que confunde tudo, dedicando-se a essas Grandes Palavras.

Eu gosto de palavras simples, pequenas. É muito mais fácil dizer o que queremos, com palavras pequenas. Afinal de contas, se vamos ler um livro em inglês ou espanhol, de modo normal não precisamos de sânscrito ou hindustani ou chinês.

Ainda assim, há quem goste de Grandes Palavras.

Aqui apresento uma tentativa sincera no sentido de dar-lhe um Dicionário de certas palavras e examinar com alguns detalhes os significados das mesmas. Em alguns exemplos, o significado poderia muitíssimo bem constituir uma monografia.

Monografia? MONOGRAFIA? O que é uma monografia?

É um ensaio curto sobre um tema.

Mas vamos prosseguir com nosso pequeno Dicionário, porque é nisto que você se acha interessado. Achei que, antes de iniciá-lo, devia dizer apenas algumas palavras.

Vamos iniciar com a letra A. Não consigo pensar em qualquer outra que venha antes, de modo que a primeira palavra é A.

11

A

ABHINIVESHA: Indica um caráter possessório restrito ao amor da vida na Terra. É uma ligação às coisas da vida e um medo à morte, devido à perda de posses que a mesma acarretará. Os avaros amam seu dinheiro e receiam a morte porque esta os separará dele. Aos que sofram desse mal, direi que ninguém ainda conseguiu levar um só vintém para a vida seguinte!

ABSTINÊNCIAS: Temos de abster-nos, ou deixar de fazer certas coisas, se desejarmos

progredir na estrada para a espiritualidade. Temos de conter-nos ou abster-nos de prejudicar ou ferir o próximo; devemos abster-nos de mentir. O roubo — devemos evitar o roubo, porque ele modifica o saldo material de outrem, se roubarmos alguma coisa. A sensualidade? Trata-se de uma forma impura de sexo e, enquanto o sexo puro pode elevar a pessoa, a sensualidade pode arruinar a criatura, tanto espiritual quanto financeiramente.

A ganância é coisa da qual não devíamos ser culpados. A humanidade recebe dinheiro ou dons a fim de que possamos ajudar o próximo. Se formos gananciosos e nos recusarmos a ajudar, em caso de necessidade genuína, podemos ter a certeza de que a ajuda também nos será negada, quando necessitarmos dela.

Quem conseguir honrar as Cinco Abstinências — não ferir o próximo, não mentir, não roubar, não ceder à sensualidade e não ser ganancioso, — nesse caso estará em paz com o mundo, embora daí não se siga que o mundo possa estar em paz com a pessoa.

ACHAMANA: Trata-se de um rito praticado pelos adeptos da fé hindu. Por este rito o adorador se purifica, pensando em coisas puras, enquanto bebe água em pequenos goles, borrifando-a ao redor de si. De alguns modos, assemelha-se ao borrifo de água durante uma cerimônia cristã. O hindu, tendo feito isso, poderá então retirar-se para um estado pacífico de meditação.

ACHARYA: Aí temos uma palavra para designar o mestre espiritual ou, se assim o preferirem, o guru. Acharya constitui com freqüência um sufixo ao nome de algum mestre religioso reverenciado.

12

ADHARMA: É a falta de virtude, a falta de correção. O pobre sujeito em tal caso provavelmente não faz qualquer das Cinco Abstinências.

AGAMA: Uma Escritura ou, como se chama no Tibete, um Tantra. Pode ser utilizado para indicar qualquer trabalho que prepare alguém em adoração mística ou metafísica.

AGAMI GARMA: É a designação correta do Carma. Significa que os atos físicos e

mentais executados por alguém no corpo afetam suas encarnações futuras. Na Bíblia cristã encontra-se a afirmação de que "colherás o que semeares", o que corresponde a dizer que quem lançar a semente da maldade colherá maldade, mas quem lançar a semente do bem e ajuda aos outros receberá retribuição "mil vezes maior". Assim é o Carma.

AHAMKARA: A mente se divide em diversas partes, e Ahamkara é o tipo de dirigente do tráfego que recebe as impressões dos sentidos e as transforma em fatos que conhecemos e que podemos chamar à mente quando o desejamos.

AHIMSA: Foi esta a política seguida por Gandhi, uma política de paz, de não-violência. Consiste em abster-se de prejudicar qualquer outra criatura em pensamento, ato ou palavra. É, na verdade, outro modo de dizer: "Faze como queres que te façam".

AI: O meio mais curto de dizer amor igual por todos, sem discriminação de raça, credo, cor ou forma. Quando nos tornamos capazes de realizar inteiramente o significado da palavra Ai, não mais precisamos ficar neste mundo, porque nos tornamos demasiadamente puros para continuarmos aqui.

AJAPA: Aqui temos um Mantra especial. O oriental acredita que o alento sai com o som da palavra "AJ" e entra com o som "SA". Hansa é o som da respiração humana. "HA", o alento saindo; "N" serve de conjugação; "SA" é o alento que entra. Fazemos esse som subconsciente quinze vezes em um minuto, ou vinte e uma mil e seiscentas vezes em vinte e quatro horas. Os animais também têm sua cadência própria; o gato o faz vinte e quatro vezes por minuto, uma tartaruga, três vezes por minuto.

13

Algumas pessoas acham que o Ajapa Mantra também é uma oração inconsciente, ou melhor, subconsciente, que significa: "Eu sou Aquilo".

AJNACHAKRA: Este é o sexto no número comumente aceito como os sete centros de consciência conhecidos dos iogues. Na verdade, existem nove centros assim, mas nos adentraríamos demais no conhecimento tibetano se o explicássemos aqui.

Ajnachakra é o Lótus no nível das sobrancelhas, um Lótus, neste caso, que tem apenas duas pétalas. Constitui parte do mecanismo do sexto sentido. Leva à clarividência, à visão interna e ao conhecimento do mundo para além deste.

AKASHA: Muitas pessoas se referem a isto como o éter, mas uma definição bem melhor seria a de aquilo que preenche todo o espaço entre os mundos, moléculas e tudo. A matéria de que tudo mais se forma.

Devemos lembrar que essa matéria é comum em todo o nosso sistema planetário, mas daí não se segue que os demais universos tenham o mesmo tipo de matéria, podemos dizer que o corpo humano consiste de células de sangue, células de carne e, em parte diferente, células de osso.

AKÁSHICO: É a expressão geralmente usada quando nos referimos ao Registro Akáshico.

É difícil explicar a um mundo tridimensional aquilo que é ocorrência em mundo mais multidimensional, mas talvez o possamos ver da seguinte maneira:

Imagine ser um cinegrafista que sempre existiu e existirá, dispondo de quantidade ilimitada de filme (e alguém para revelá-lo!). Desde o início dos tempos você filmou tudo que já aconteceu, em todos os lugares, a todas as pessoas. Você continua filmando os acontecimentos do dia de hoje. Isso representa o Registro Akáshico; tudo quanto já aconteceu se acha impresso no éter, como os impulsos luminosos ficam registrados no filme, ou a voz em uma fita de gravador.

Além disso, devido ao mundo multidimensional em que se acha registrado, também se podem gravar as probabilidades muito grandes que afetam todos na Terra e fora da Terra. Você pode imaginar que se encontra em uma cidade; está em uma rua, um automóvel vem, passa por você e desaparece de sua visão, sem que você saiba o que está acontecendo com ele.

olhar para baixo e ver a estrada por um bom número de quilômetros à frente. Daria para ver o carro que vinha em velocidade, e talvez pudesse perceber um obstáculo na pista, que o automóvel não conseguiria evitar. Assim é que você veria o infortúnio do qual aquele motorista se aproxima antes de que ele tenha conhecimento do mesmo. Ou talvez você possa examinar o caso dos horários: os horários são publicados, indicando a probabilidade de um trem, ônibus, navio ou avião partir em determinado momento de certo lugar e, de acordo ainda com o horário, que é apenas um registro de probabilidades, você chegará a determinado lugar, em certo momento. Em quase todos os exemplos o veículo realmente chega.

Quando examinamos o Registro Akáshico, vale a pena lembrar que se você pudesse viajar instantaneamente a um planeta muito longínquo e se tivesse um instrumento muito especial, a luz que lá estivesse chegando, vinda da Terra (a luz tem velocidade, lembremo-nos disso), poderia mostrar o que estaria acontecendo no nosso planeta cem, mil ou dez mil anos antes. Com o seu instrumento especial, você conseguiria ver a Terra como a mesma foi há mil anos.

O Registro Akáshico vai além disso, pois mostra a probabilidade forte do que vai acontecer. As probabilidades com que uma nação se defronta são muito mais fortes, muito mais certas, do que no caso dos indivíduos, e as pessoas especialmente preparadas podem entrar no estado astral e consultar o Registro Akáshico a fim de ver o que aconteceu, o que está acontecendo em qualquer parte do mundo e quais são as probabilidades terrivelmente fortes do futuro. É coisa bem semelhante, na verdade, a ir a algum cinema e assistir a um filme. Se você souber, consultando o programa, qual o filme que está sendo exibido em determinado momento, poderá entrar e assistir apenas àquele.

ALÉM: Refere-se ao Grande Além. Indica aquele estado de existência para além do físico no qual nos encontramos, e se refere à vida além do Vale da Morte.

Ao correr das eras, e em todo o mundo, as pessoas têm especulado quanto à natureza do "Além". É deplorável que os chamados "cientistas" queiram pesar tudo, submeter tudo a provas e provar tudo, porque isso limita sua capacidade de perceber o óbvio. Quando uma pessoa se acha pronta para receber a verdade, esta última lhe vem, e ela sabe da verdade dessa verdade, pois o que É não necessita de provas, enquanto o que NÃO é não pode ser provado.

ALMA: Palavra muito incompreendida. É nosso Ego, nosso Eu Maior, o mestre do fantoche, o "Eu" verdadeiro. O espírito que utiliza corpo carnal a fim de aprender coisas, na Terra, que não poderiam ser aprendidas no mundo espiritual.

AMOR: Aqui temos uma palavra das mais mal compreendidas, assim como o sexo. O sexo e o amor, o amor e o sexo, encontram-se misturados, confundidos. A gente de hoje abusa dessas palavras, dá-lhes sentido errôneo.

O amor, na verdade, é a harmonia entre duas pessoas, ou entre duas criaturas de qualquer tipo. Isso não significa que elas tenham interesse sexual, mas que cada qual vibra em frequência que é inteiramente compatível com a frequência da pessoa amada.

O amor é altruísta. Pelo amor, alguém faz coisas que não faria por dinheiro.

Aí temos algo muitíssimo carente de sentimento romântico, mas se as pessoas vibrarem na frequência errada, isso causará desagrado, apreensão, ou até mesmo medo físico. Se alguém pudesse ter mais algumas oscilações por segundo, ou melhor, se alguém pudesse ter suas moléculas agitadas para que se movessem um pouco mais depressa, nesse caso, a desarmonia desapareceria, a harmonia se instalaria e o amor chegaria.

ANAHATA CHAKRA: O simbolismo deste Chakra é a Roda ou o Lótus. O simbolismo do Oriente refere-se ao mesmo como uma Roda estilizada, que é também um Lótus estilizado. No Tibete, é somente o Lótus.

Aqui temos um Chakra no nível do coração. Apresenta doze pétalas de cor dourada. Quando se pode ver a aura da pessoa, observa-se que às vezes o dourado é manchado de vermelho, de outras vezes tem faixas ou salpicos de azul-escuro, mostrando os estados de alma diferentes e as etapas diferentes de evolução da pessoa.

Abaixo deste centro de Anahata encontramos outra manifestação do Lótus, num arranjo de oito pétalas, que se agitam e oscilam suavemente, quando alguém se encontra em meditação. Ele se agita e oscila como a anêmona do mar, que podemos ver em um aquário.

Ao contemplarmos a aura, vemos os raios de luz que a fazem assemelhar-se ao Lótus em flor ou à Roda, dependendo da capacidade de que se tenha de formar imagens, sejam mecânicas ou hortícolas.

O Chakra de Anahata é o quarto dos centros de consciência iogues comumente conhecidos. Na verdade, como dissemos antes, existem mais de sete.

ANAHATA SHABDA: Representa um som que na realidade não é um som percebido. Ao invés, constitui uma impressão do som que se ouve muitas vezes durante a meditação, quando se chegou a determinada etapa. O som, naturalmente, é o do Mantra Om.

ANANDA: Alegria pura. Alegria e prazer destituídos de conceitos materiais. Indica a ventura e felicidade que se sente quando se pode sair do corpo conscientemente e ter ciência do êxtase absoluto de estar livre, ainda que por algum tempo, do envoltório de argila, frio e desolado, que é o corpo humano na Terra.

ANATMA: Significa "Este é o Mundo de Ilusão". Neste mundo, nesta Terra, achamos que apenas as coisas materiais importam. As pessoas fossam no lixo, procurando dinheiro, e amontoam boas quantidades do mesmo (algumas delas). Ninguém jamais conseguiu levar um só tostão para a vida seguinte, mas ainda assim as pessoas correm atrás das coisas materiais, que temos de abandonar quando partimos deste mundo.

ANGAS: Uma indicação das coisas a que devemos obedecer, a fim de progredirmos no Ioga espiritual, ao invés de no físico. Devemos progredir e observar corretamente a meditação, o controle da respiração, a meditação adiantada e a contemplação. Também devemos lembrar-nos, de modo específico da Regra Áurea, que quer dizer: "Faze como queres que façam a ti".

ANNAMAYAKOSHA: Esta palavra longa significa apenas o envoltório físico, o corpo, que aloja o espírito. Quando se está voltando ao corpo físico, depois de uma permanência consciente no astral, nem sequer se utiliza tal palavra para exprimir as sensações proporcionadas pelo monturo frio e pegajoso ao qual temos penosamente de voltar — utiliza-se palavra muito

pior. Mas... Annamayakosha é a designação técnica.

17

ANTAHKARANA: A filosofia oriental, a filosofia vedanta, utiliza essa palavra quando se refere à mente, no modo pelo qual a mesma é utilizada para controlar um corpo físico.

APANA: Algumas palavras do longínquo Oriente são notavelmente explícitas em seus significados. O sânscrito não se vê tolhido pelas convenções de muitas línguas ocidentais. Nem sempre podemos utilizar precisamente os mesmos significados, e assim sendo vamos apenas registrar o significado de Apana, como sendo tudo aquilo que tem a ver com a excreção, os diversos orifícios, processos, etc.

Na aura, de modo bastante apropriado, ela se apresenta como cor vermelho-escura, ou vermelho-marrom-escuro, que rodopia e se retorce, e depois se estende como uma poça intumescida.

APARIGRAHA: Esta é a quinta das Abstinências. Indica que devemos tomar o Caminho do Meio, em tudo, não sendo demasiadamente bons, nem maus em excesso, evitando os extremos e mostrando-nos equilibrados.

ARHAT: É aquele que atingiu a compreensão perfeita daquilo que se acha para além da vida. Indica a criatura que abandonou:

1. A idéia de que o corpo é importante.
2. A incerteza quanto à Trilha correta a adotar.
3. A dependência quanto a regras rígidas.
4. Os agrados surgidos da memória imperfeita de uma vida passada.
5. Os desagradados advindos de uma recordação imperfeita de uma vida passada.

ÂSANA: Aí temos uma posição, ou posição sentada, utilizada nos preparativos para a meditação. Os Grandes Mestres jamais determinaram regras fixas sobre como devemos sentar-nos, tendo-se limitado a dizer que devemos estar a cômodo e à vontade, mas desde então diversas pessoas que não foram, em absoluto. Grandes Mestres, procuraram criar sensação, procuraram

aumentar sua própria posição, ordenando a seus estudantes de Ioga que se empenhem em todas as formas de contorções ridículas e fantásticas.

18

A coisa única a fazer para meditar é sentarmo-nos a cômodo, caso em que estaremos na posição correta, do modo mais definido. Não importa se você está sentado com as pernas cruzadas, ou estendidas, desde que esteja a cômodo; eis tudo que se requer da posição.

ASAT: Todas as coisas que são irreais ou ilusórias. Este é o Mundo de ilusão, o mundo da irrealidade. O Mundo do Espírito é o verdadeiro.

O oposto de Asat é Sat, isto é, aquelas coisas que são reais.

ASHRAMA: É o lugar onde o Professor e os discípulos residem. Muitas vezes é utilizado para designar um eremitério, mas pode também ser utilizado para indicar as quatro etapas principais em que se divide a vida sobre a Terra. Essas etapas são:

1. O estudante celibatário.
2. Uma pessoa casada, e que não guarda celibato. Essa pessoa não precisa ser estudante.
3. Retiro e contemplação.
4. A vida monástica — e "monástica", como você há de lembrar-se, indica uma vida solitária.

ASMITA: Vaidade, egoísmo, o orgulho estofado do ser humano não-evoluído. A medida que a pessoa evolui, Asmita desaparece.

ASTEYA: Um nome para a terceira das Abstinências. A terceira Abstinência exorta a que não roubemos, e nesta advertência está incluído que não devemos roubar em pensamento nem em ato concreto, e tampouco devemos cobiçar a propriedade de outra pessoa.

ASTRAL: É um termo usado geralmente para indicar o lugar ou situação a que se chega, quando se está fora do corpo. É um lugar onde podemos encontrar os amigos que fizeram a passagem após deixarem o corpo na chamada morte, e que estão à espera, fazendo planos para poderem reencarnar.

19

o mundo astral pode ser considerado como aquele que corresponde, a grosso modo, ao Paraíso cristão, lugar intermediário, lugar de encontro, mas não o Céu supremo.

ASTRAL, VIAGEM: Quando uma pessoa se deita para descansar, o mecanismo físico do corpo se torna inerte. As funções físicas se desaceleram, mas a forma astral, ou Alma, ou Ego, ou Atman, não repousa no corpo, saindo do mesmo e passando ao plano astral.

Podemos fazer a seguinte comparação: quando alguém vai deitar-se, despe-se e põe de lado as roupas do dia. Do mesmo modo, o corpo astral se deita ao lado do corpo carnal, assim como deixamos de lado as roupas usadas durante o dia.

Vale a pena notar que existem diversos planos ou estágios do mundo astral. Pode-se efetuar a viagem astral, indo do país de origem ou de residência, a diversas partes do mundo físico; pode-se ir da Inglaterra à Austrália, ou da Austrália à China, ou a qualquer lugar, desse modo. Depende do que se tenha a fazer o modo como se usa o tempo astral.

A pessoa muito evoluída e que talvez esteja vivendo sua última vida na Terra está sempre ocupada no astral, e quanto mais evoluída, tanto mais viaja no plano astral.

A viagem astral é fácil, para quem a pratique. Necessita apenas de prática ou, talvez o devêssemos dizer, de prática e paciência. Todos os animais a sabem efetuar, assim como todos os animais se dedicam à clarividência e telepatia.

Devemos também mencionar aqui que o Paraíso do mundo astral pode, em alguns exemplos, ser o purgatório para aqueles que se comportaram mal na Terra! As pessoas se encontram no astral e planejam o que vão fazer no plano físico. Infelizmente, muitas pessoas esquecem suas intenções magníficas, e só fazem aquilo que lhes interessa.

Recomendamos a prática da viagem astral por ser a sensação mais estupendamente maravilhosa que se pode imaginar, a de erguermo-nos na extremidade de nosso Cordão de Prata, observando as cidades da Terra lá embaixo e, então, talvez, rumarmos para o espaço e examinarmos outros mundos. Ou se desertarmos do mundo físico completamente, poderemos ir para os mundos metafísicos, vendo os amigos que seguiram para lá antes, e conversando com eles

20

ATMA: Alguns o chamam Atman. A filosofia dos Vedas encara o Atma ou Atman como o espírito superior, o Eu Maior, o Ego ou Alma.

AURA: Assim como um ímã tem linhas de força ao redor de si, o corpo possui linhas de força também, mas são linhas de força em cores, diferentes, cobrindo uma faixa mais ampla de cores do que a visão humana poderia perceber, sem a ajuda de dons de clarividência.

As cores áuricas emanam dos centros mais importantes do corpo, e se unem para formar uma massa em rodopio, em formato de ovo, com a extremidade mais fina do ovo por cima.

Uma boa aura pode estender-se por uns seis palmos do corpo de seu possuidor.

Um clarividente preparado, ao ver as cores da aura, pode perceber enfermidades ou doenças incipientes. No futuro haverá instrumentos para ver a aura em cor (de modo que também a pessoa não-clarividente a possa ver), e pela aplicação de um sinal heteródino adequado, as colorações imperfeitas da aura serão curadas.

A aura não deve ser confundida com o etérico, que examinaremos sob a letra E.

AVASTHAS: Palavra utilizada para designar os três estados de consciência, que são:

1. O estado em que nos achamos acordados, durante o qual nos encontramos no corpo,

mais ou menos conscientes das coisas ao redor.

2. O mundo dos sonhos, no qual as fantasias da mente se entremeiam com as realidades experimentadas durante a viagem astral, mesmo parcial.

3. O sono profundo do corpo, em que não se sonha, mas no qual se pode empreender a viagem astral.

AVATAR OU AVATARA: Aqui temos uma pessoa muito rara, em nossos dias. Trata-se de alguém que não tem Carma, pessoa não obrigatoriamente humana, mas que adota a forma humana para que muitos seres humanos possam ser ajudados, já se observou que um Avatar (masculino) ou Avatara (feminino) sempre é mais alto do que o ser humano.

21

Na Bíblia cristã fala-se de anjos que descem aos infernos mais profundos da Terra, a fim de poderem prestar ajuda à humanidade sofredora.

Os Avatares aparecem nessas ocasiões em que o mundo se encontra em perigo, ou quando a humanidade, como espécie viva, corre riscos. Talvez os Avatares não sejam reconhecidos, porque muitas vezes passam por grandes sofrimentos. São puros, e a menos que recebam certo sofrimento, não poderiam permanecer na Terra. Podemos assemelhá-los a um mergulhador das profundezas, que tem de colocar pesos de chumbo no corpo, para que possa descer às profundezas do mar escuro e misterioso.

Você não reconhecerá os Avatares, a menos que seja muito puro, porque o Avatar não divulga sua identidade pelo rádio ou pela televisão, e tampouco afirma que se você fizer a assinatura de certa revista mensal terá ingresso certo nos reinos mais elevados do Céu!

AVESHA: Esta situação interessante significa entrar no corpo de outrem. Às vezes, um Avatar precisará apoderar-se do corpo de outrem a fim de executar algum trabalho especial, mas tal posse só se realiza quando o ocupante original do corpo concorda com isso. Depois de uns sete anos, nunca mais do que isso, o Avatar transformou tudo no corpo, todas as células, todas as moléculas, de modo que o corpo se torna realmente seu.

Aqui temos dois pontos interessantes a observar. Algumas pessoas dizem: "Bem, como pode uma molécula mudar de lugar?" A resposta, naturalmente, é que mesmo no processo humilde da galvanostegia as moléculas são mandadas de um eletrodo para outro, em um tanque de niquelagem. Assim, até mesmo um metal baixo pode ficar revestido de ouro puro.

O segundo ponto: é comum um Avatar apoderar-se de um corpo já adulto. Isso se dá porque o Avatar não deve perder o tempo de nascer e crescer, atravessando as etapas penosas da infância.

AVIDYA: Esta é uma forma de ignorância. Consiste no erro de encarar a vida sobre a terra como a forma única de vida que importa. A vida terrena é apenas a vida em uma sala de aulas, a vida do além é a que importa.

Em outros planetas, em outros universos, existem entidades, algumas não tão inteligentes quando os seres humanos, outras inacreditavelmente mais inteligentes do que eles. Estas talvez não tenham a forma corporal humana, mas ainda assim são Seres sencientes.

22

B

BHAGAVAD GITA: Esta é uma das grandes Escrituras da Índia, na qual um Mestre realmente esclarecido ensina aquilo que não deve ser modificado. Cada um dos dezoito capítulos desse livro trata de um aspecto da vida humana e mostra como, usando as capacidades físicas, emocionais, mentais, óticas e espirituais de nosso Ego, podemos ao mesmo tempo alcançar a verdadeira harmonia de corpo e espírito.

Esse livro ensina que apenas por meio da verdadeira harmonia o homem pode progredir para a Divindade, obtendo assim a libertação quanto à roda de nascimento, crescimento, morte e renascimento.

O significado real das palavras é: Bhaga, o Sol. Vad quer dizer "semelhante a Deus". Gita significa Canção.

BHAGAVAN: Termo que indica o Deus pessoal de cada um. O Deus ao qual adoramos, qualquer que seja o nome por nós utilizado. Nas diversas partes do mundo nomes diferentes são utilizados para o mesmo Deus.

É o Deus com seis atributos, que são:

1. Poder e domínio.
2. Potência.
3. Glória.
4. Esplendor.
5. Sabedoria.
6. Renúncia.

BHAJAN: Uma forma de adorar o Deus que se tem, pelo canto. Não se refere tanto às orações pronunciadas, mas se encontra especificamente relacionado com o canto. Podem-se cantar orações, e isso seria Bhajan. Um exemplo encontrado na religião cristã é o canto dos Salmos.

23

BHAKTA: Alguém que adora Deus, um seguidor de Deus. Também devemos frisar que se pode tratar de qualquer Deus, sem relação com qualquer crença ou credo particular, sendo um termo genérico.

BHAKTI: Um ato de devoção ao nosso Deus. É o ato de identificar-se como filho de Deus, como súdito de Deus, e reconhecer nossa submissão e obediência a Deus.

BHAVA: Isto é ser, sentir, existir emoção. Entre os seres humanos existem três estágios de Bhavas:

1. O pashu-bhava é o grupo mais baixo de pessoas, que vivem unicamente para si e para seus próprios prazeres egoístas. Pensam mal, fazem o mal aos outros. Não têm qualquer interesse, a não ser em sua própria vantagem social ou financeira, e nunca ajudam os outros, de modo nenhum. São as criaturas que se encontram na categoria mais baixa da evolução.

2. Os vira-bhava formam o grupo médio. Têm a ambição e o desejo de progredir. São fortes, e com frequência dispõem de muita energia. Infelizmente, são egoístas e dominadores, quando acham que alguém pode estar recebendo mais do que eles. Pertencem ao tipo que quer "fazer o bem", não pelo bem de ajudarem os outros, mas para que se tornem conhecidos como criaturas grandes e santas, sempre prontas a auxiliar os necessitados. Na verdade, é erradíssimo lidar com essas criaturas, porque as mesmas são egoístas, egocêntricas, e ainda têm muito caminho por trilhar.

3. Este grupo, o divya-bhava, é de tipo muito melhor, composto de criaturas harmoniosas que são meditativas, altruístas e realmente interessadas em ajudar o próximo, abnegadamente. Elas executarão grandes esforços para ajudar aqueles que procuram auxílio, e não o fazem para se beneficiarem. É triste dizer que este grupo se encontra na minoria absoluta, atualmente.

BODHA: É aquele conhecimento que pode ser transmitido a outra pessoa a quem estejamos ensinando. Também é conhecido como a sabedoria ou entendimento.

24

Pode-se ensinar alguém a partir de um livro de estudo, e certa quantidade de conhecimento será absorvida à moda do papagaio, mas o conhecimento verdadeiro "desliza" do mestre para o aluno. É o conhecimento adquirido através da emulação do professor pelo aluno.

BODHI: Palavra budista com que se indica alguém que tenha compreensão clara da natureza daquilo que se acha além desta vida. É o conhecimento perfeito, a compreensão perfeita de que nós, na carne, somos apenas criações de imaginação do Ego, formados com o fito de adquirirmos experiência.

BRAHMA: Um deus hindu, freqüentemente representado com quatro braços e quatro rostos, segurando diversos símbolos religiosos. Mas existe um outro Brahma. Brahma — é uma situação. Indica que tudo se encontra em etapa na qual a transformação é realizada pelo pensamento de todos os seres encarnados, mentes que modelam o presente e o futuro, e significa "expandir", do mesmo modo como a experiência de todas as criaturas vivas se expande

constantemente.

BRAHMACHARI: Alguém que fez seus primeiros votos monásticos. Também se pode referir a uma pessoa espiritual, dedicada à observância e práticas de uma forma de religião, mas que ainda não fez votos monásticos.

BRAHMACHARYA: Esta é a quarta das Abstinências. As coisas ordenadas a alguém, pelo Brahmacharya, são a pureza de pensamentos, a pureza de palavra e ação, uma iniciação na qual se fazem votos, uma etapa de celibato para que se possa adquirir a experiência necessária da viagem astral. Devemos observar que esta última etapa tem quatro etapas separadas, sendo a primeira aquela em que o indivíduo é governado por um Mestre.

BRAHMALOKA: É aquele plano de existência onde os que obtiveram êxito na vida sobre a Terra podem entrar em comunhão com outros, no plano seguinte de existência. É um estágio no qual se vive em comunicação divina, ao mesmo tempo em que se medita e prepara para novas experiências.

É, na verdade, um estágio em que se vai ao Salão de Memórias, e se consulta o Registro Akáshico, para ver o que se fez durante a vida anterior na Terra, e o que ficou por fazer.

25

É aqui que se consegue consultar aqueles dotados de grande experiência, de modo a que se possa planejar a próxima encarnação a fim de remediar os erros da última e dar mais um passo adiante, sobrepujando nosso Canna.

BRAHMA-SUTRAS: Todas estas palavras vêm da Índia, e os Brahma-Sutras são aforismos famosíssimos, que nos colocam diante dos ensinamentos principais dos Upanishads. Os Upanishads serão examinados sob as letras U e V.

Temos um fato triste em que todo tradutor e comentador, principalmente no mundo ocidental, injeta suas próprias opiniões nas traduções e comentários, não se contentando apenas em traduzir. Assim é que, nos Brahma-Sutras, uma tradução poderá não concordar com outra, e a menos que se disponha do original, mediante o Registro Akáshico, é possível que se seja induzido

em erro.

BUDA: Não é um deus, mas uma pessoa que completou com êxito as vidas de um ciclo de existência, e em sua vitória, sobrepujando o Carma, se acha pronto a passar a outro plano de existência.

Um buda não é pessoa livre dos elos da carne. Aquele que é com freqüência designado por "O Buda" foi, na realidade, Siddhartha Gautama, um Príncipe que viveu há cerca de dois mil e quinhentos anos, na Índia, e que renunciou a todas as posses materiais, a fim de encontrar o esclarecimento. Descobriu o Nirvana, que não significa, na tradução geralmente feita, tudo cheio de nada. Abordaremos o Nirvana sob a letra N.

Todos devemos esforçar-nos por chegar à budância, que é uma situação, uma posição exaltada de existência. Não é ser um deus.

Os ocidentais muitas vezes ficam perplexos com "Os Mil Budas". Pensam que existem pelo menos mil deuses, o que, naturalmente, é fantástico demais para chegar sequer a ser ridículo!

A budância é uma situação de existência. Pode-se alcançá-la, qualquer que seja a posição ocupada na vida. O príncipe ou o lixeiro podem ser puros e santos, os dois. Nesta Terra, somos como atores em um palco, e ficamos com a "camada" ou posição que mais nos ajude para aprender aquilo que temos a aprender. Os Mil Budas, portanto, servem apenas de indicação de que é possível atingir a budância, em mais de mil modos diferentes.

26

Por que mil? Bem, pensamos no menino que diz: "Meu pai? Ah! Ele tem MILHÕES!" O mil, portanto, é apenas um modo de dizer. Buda é um símbolo, e não a imagem esculpida de um Deus. As figuras de Buda constituem apenas lembretes do que podemos ser se o quisermos, e se trabalharmos para isso.

BUDDHI: Palavra que significa sabedoria. Devemos ter sempre presente a noção de que a sabedoria e o conhecimento são coisas inteiramente diversas. A sabedoria vem com a experiência, o conhecimento pode ser obtido sem que se aplique a sabedoria a esse conhecimento

que tenhamos obtido. Temos de chegar a Buddha, que é a sabedoria, antes que possamos passar à budância, que é sabedoria e conhecimento,

BUDISMO: É freqüente que as pessoas se refiram ao Budismo Como religião. Na verdade, seria muito mais correto chamá-lo de um Modo de Vida, um código de vida um modo de passarmos o tempo nesta Terra, de modo que não prejudiquemos a pessoa alguma, e levemos adiante nosso próprio progresso espiritual, no menor período possível, e com esforço mínimo.

Eis diversas coisas que devemos fazer, e diversas coisas que não devemos fazer. Os budistas se referem a (1) como As Quatro Verdades Nobres:

1. Existe sofrimento, e existe uma causa para esse sofrimento. O sofrimento pode ser sobrepujado, e existe após isso um caminho de paz.

2. Nirvana. A mente e a matéria estão em estado de transformação constante. A mente faz com que o espírito se atole, como preso em argila. Retiremos a mente, e alcançaremos o Nirvana, com o que nos tornamos livres do sofrimento e do ciclo de renascimento, vida, falecimento e renascimento contínuos.

3. A Trilha Ócupla, que significa:

Opiniões corretas.

Aspirações corretas.

Fala correta.

Conduta correta.

Meios de subsistência corretos.

Esforço correto

Pensamentos corretos.

Contemplação correta.

Como na maioria das religiões ou modos de vida, existem setores diferentes. Assim como a religião cristã apresenta toda uma horda de ramos diferentes, desde os Irmãos de Plymouth à fé católico-romana, também a escola budista se divide em duas — são O Hinayana, que quer dizer o Caminho Estreito, e O Mahayana, que quer dizer o Grande Caminho. O

primeiro é bastante austero, tem aspecto restrito, relaciona-se com o alcançar a santidade pessoal mediante a reclusão e o estetismo. Trata-se, realmente, de uma vida rigorosa. O último, o Mahayana, prefere seguir os preceitos de Gautama Buda, como encarnação divina.

Podemos dizer que um deles convida a pessoa a progredir mediante seus próprios esforços, enquanto o outro diz que só se pode trabalhar e progredir seguindo com precisão e sem desvios o exemplo de outrem.

C

CABEÇA: Além de ser aquela protuberância na extremidade do pescoço, onde se encontram instalados os órgãos da visão, audição e olfato, a cabeça contém também um mecanismo mediante o qual podemos receber mensagens do Eu Maior, e transmitir mensagens a ele.

A cabeça é um dispositivo bastante delicado, que padece com o fato de que todos os suprimentos sanguíneos, todas as energias nervosas, têm de passar por um canal bastante estreito no pescoço que, por si, já é apertado. Daí se segue que a cabeça deve ser bem equilibrada, de modo a que não haja uma constrição indevida da medula espinhal.

Um exercício ótimo para conseguir o balanço da cabeça é colocar dois ou três livros pesados sobre a mesma. Desde que você consiga ficar com os livros por lá o tempo suficiente, ponha as mãos nos quadris, e depois ande pelo aposento, de um para outro lado, diversas vezes, sem deixar que eles caiam.

Isso não deve ser confundido com qualquer "exercício" de Hatha-Ioga, mas é coisa que capacita qualquer um a adquirir boa postura. Servirá para a postura, e também para a pose. Você há de ter uma surpresa agradável, igualmente, por poder andar de um para outro lado com uma carga de livros na cabeça.

Se quiser fazer as coisas corretamente, ponha uma bacia de água gelada sobre a cabeça, porque nesse caso terá mais incentivo a fazê-lo com seriedade.

No Oriente, os meninos que vão ser monges de qualquer tipo têm às vezes sobre as cabeças uma tigela cheia de cera quente, na qual existe um pavio flutuante e aceso. O pobre garoto anda de um lado para outro, nos corredores, levando essa tigela sobre a cabeça. Se não conseguir equilibrá-la e a tigela se derramar, a cera quente cai sobre suas roupas e ele passa o dia seguinte esfregando-as até ficarem inteiramente limpas.

Apenas os meninos muito pequenos, e talvez as meninas pequenas, fazem essas coisas. A pessoa que tenha progredido, mesmo que um pouco, não precisa ocupar-se disso.

CARMA: Esta é uma lei antiga, pela qual muitas pessoas do mundo oriental regulam suas vidas. É uma lei ótima, desde que usada com senso comum.

Vamos a uma loja e compramos muitas mercadorias. Se tivermos sorte, poderemos pô-las "na conta", mas compramos esses artigos, e eles terão de ser pagos em algum momento, pois não os recebemos de graça.

Percorremos vida após vida, fazendo coisas das quais, nas horas calmas do amanhecer, nós nos arrependemos, coisas das quais nos envergonhamos quando estamos a sós e podemos pensar a respeito, fazemos coisas que podem prejudicar outras pessoas. Bem, é uma pena, porque assim como plantamos, colheremos.

Do mesmo modo, devemos fazer o bem aos outros. "Atira teu pão às águas, e ele te será devolvido". Infelizmente, quando o devolvem, pode estar um pouco encharcado, mas não é isto que queremos dizer. Façamos o bem aos outros, e quanto mais bem fizermos, tanto mais nos será feito.

Se você veio à Terra e passa momentos horríveis, isso significa que está recebendo a retribuição, por ter proporcionado a outras pessoas momentos horríveis em outra vida. Quando você chegar àquele estágio feliz, muito feliz, no qual estará vivendo sua última vida sobre a Terra, certamente passará momentos horríveis, porque terá de saldar todas as dívidas. Exatamente quando estiver pronto a mudar-se para outro bairro, procurará o açougueiro, o padeiro e o fabricante de castiçais (ou deve procurá-los se for honesto), e pagará o que deve aos mesmos. Se você for otimista, procurará receber dinheiro que lhe devem, mas isso é assunto diferente. A lei

do Carma determina: faça como gostaria que lhe fizessem, porque você terá de pagar o bem, tanto quanto o mal.

29

A minha crença pessoal é que uma adoção demasiadamente rígida da lei da encarnação e da lei do Carma pode ter sido responsável pela degeneração da Índia e China porque, tanto na Índia quanto na China, as pessoas costumavam sentar-se debaixo das árvores e dizer: "Ah! E daí? Tenho muitas outras vidas diante de mim, vou ficar sentado como o Touro Ferdinando a cheirar as flores nesta vida". E assim a coisa descambou para a preguiça.

Quanto à China — eu pessoalmente vi o seguinte: um homem caiu em um rio e estava a afogar-se, sem dúvida alguma. Nenhum dos chineses se mostrou sequer remotamente interessado no caso; posteriormente, foi-lhes indagado porque nada haviam feito para salvar o homem que se afogava. A resposta que deram foi no sentido de que se houvessem salvo aquele homem DE SEU CARMA, teriam ficado com o Carma dele para si, além dos seus próprios: Assim é que uma obediência por demais rígida cria a insensibilidade aparente. É preciso adotar o antigo e bom Caminho Budista — nem mau demais, porque a polícia nos perseguirá, nem bom demais (coisa impossível nesta Terra!), porque seremos puros demais para continuarmos aqui. O Caminho do Meio, em todas as coisas.

CHAITANYA: Situação na qual a consciência espiritual acabou de ser despertada, a pessoa se acha alerta e pronta a progredir, dando os primeiros passos para deixar o corpo causal atrás.

Para alcançar o Chaitanya, torna-se necessário o trabalho esforçado, o estudo com afinco, a meditação e contemplação constantes. Quando as condições estiverem certas, os seis Chakras são estimulados e entram na consciência, conferindo a percepção do destino que temos e proporcionando a compreensão do que se deve fazer para progredir com rapidez.

CHAKRAS: Devemos concentrar-nos nos seis Chakras. Ao longo de nossa espinha, como rodas permeando nossa coluna espinhal, estão os seis Chakras principais, ou centros de consciência psíquica. Existem diversos centros que mantêm nosso corpo causal em contato com nossos corpos superiores, em contato com nossos centros superiores.

Algumas pessoas preferem chamar a esses Chakras, de Lótus. Outras os chamam Rodas. Algumas religiões fazem um símbolo estilizado que podemos reconhecer como uma Roda ou um Lótus, dependendo da imaginação poética que se tenha.

30

Existem seis Chakras ao longo da espinha, e um sétimo no centro do cérebro. Existem dois outros, perfazendo nove ao todo, mas a maioria das pessoas ainda não alcançou o estado no qual possa assimilar o conhecimento de nove, de modo que vamos tratar apenas dos sete ortodoxos e comumente aceitos.

Quando se contempla a aura, podem-se ver todas as cores rodopiando e saindo desses Chakras diferentes e, é claro, as cores e emanções áuricas de todos os tipos são diferentes entre o homem e a mulher.

O primeiro Chakra se encontra na base da espinha, próximo ao órgão excretório. O segundo está no nível dos órgãos genitais, o terceiro no umbigo, o quarto se aproxima do nível do coração, o quinto está à altura da garganta e o sexto à altura das sobrancelhas.

A mitologia afirma que o homem inferior habita na parte inferior da espinha, e somente quando o homem consegue aumentar os poderes do Kundalini no Chakra do coração é que consegue ter noção de progresso. O homem tem de mandar suas forças espirituais para o sexto Chakra, antes de conseguir fazer qualquer progresso realmente satisfatório, e quando se consegue ir além do sétimo, tem-se a certeza completa de que

se está vivendo na Terra pela última vez.

CHAN: Significa meditação, sendo uma palavra utilizada pelos budistas japoneses do Zen.

De início, a palavra era "Channa", e significava que a pessoa experimentara a percepção instantânea da Verdade. Podemos dizer que a pessoa que tinha Channa recebera uma revelação.

CHANG: O oposto ao artificial, o oposto ao anormal. Aquilo que é completamente

normal, completamente padrão. Trata-se de uma palavra da crença teoísta chinesa.

CHANISMO: A teoria pela qual podemos chegar ao estado de budância mediante o esclarecimento repentino, graças a um relâmpago súbito de revelação. Os devotos do Chanismo empenham-se em meditação constante, sobre os princípios e preceitos das Verdades Eternas, na esperança de receberem essa revelação repentina.

31

CHENG: A honestidade e sinceridade inerentes ao eu verdadeiro da pessoa. É preciso deixar que Cheng cresça e se revele, antes de se poder fazer qualquer progresso substancial.

Se eliminarmos a cobiça, o luxo e o egoísmo, assim como quem tira a casca dura de uma noz, chegaremos ao miolo interno. Os seres humanos encontram-se envoltos em uma casca rija, e precisam livrar-se dela antes de lhes ser possível o progresso.

CHI: A força vital. Qualquer coisa que entre no campo da matéria. Assim é que temos Chi, a força de alento que corresponde, no plano mais baixo, à força etérica e depois, mais alto, à força áurica.

CHIT: A consciência, um tipo de consciência bastante vazio. É a falta de qualquer percepção específica. Poder-se-ia dizer que é estar consciente sem ter qualquer objetivo específico nessa consciência, sem ter aprendido coisa alguma mediante essa consciência.

CHITTA: É a mente inferior. Existem três partes da mente, ou talvez fosse melhor dizermos a substância da mente. A primeira é Manas; a segunda Buddhi; e a terceira é Ahamkara. A primeira, naturalmente, é a mais baixa.

Tudo que vem à mente inferior passa ao subconsciente para armazenamento e classificação, e talvez para uso posterior. Devemo-nos lembrar de que dentro de nosso subconsciente temos o conhecimento de toda a humanidade, mas devido a imperfeições possuímos memórias muito imperfeitas, isto é, não podemos chegar a todo o conhecimento de que dispomos.

CIDADE DE NOVE PORTÕES: Muitos livros de ocultismo ou metafísica se referem à Cidade de Nove Portões. Trata-se de um dispositivo para frustrar aqueles que procuram examinar a literatura ocultista sem interesse genuíno, sem terem conhecimento genuíno do assunto. É um dispositivo destinado a cegar os superficiais, os não-evoluídos e os simplesmente curiosos.

A Cidade de Nove Portões, naturalmente, é o corpo físico, que tem nove aberturas principais, dois olhos, dois ouvidos, duas narinas, etc. As demais aberturas não precisam ser apresentadas em detalhe, pois o leitor as conhece.

32

Através de cada um desses nove portões podem entrar inimigos que impedirão o progresso da pessoa. Por exemplo, um homem muito bom pode ser tentado pelo "inimigo", que entra por seus olhos; poderá ver algo que estimule seus desejos errados, desejos esses que ele julgara ter sobrepujado. Poderá descobrir o "inimigo" entrando por suas narinas, de modo que haverá odores que virão perturbar indevidamente seus sentidos de cobiça. Deve-se afirmar, no entanto, que também é possível progredir de modo muito satisfatório mediante o uso dos nove portões, ao invés de seu mau emprego.

CLARIVIDÊNCIA: A clarividência verdadeira significa que o corpo astral de alguém pode sair do físico e então "ver" em dimensões que não podem ser obtidas por quem se encontra no corpo físico.

A pessoa comum pode ver fisicamente apenas aquelas coisas que se encontram dentro do alcance de sua visão ocular; poderá olhar ao redor, em um aspecto, e ver cadeira, mesa, parede, mas aquilo que se encontra no aposento ao lado está fora de sua visão. Na clarividência, podemos ver através da parede, como se esta não existisse ou, naquelas pessoas de capacidade menor, como se um nevoeiro cinzento e vago ali se encontrasse, em vez delas.

Quando se sai para o estágio astral, pode-se consultar o Registro Akáshico e ver qualquer incidente que tenha ocorrido, ou qualquer incidente que esteja ocorrendo. Podem-se também ver as probabilidades do futuro, isto é, pode-se ver que uma pessoa vai ter boa ou má sorte.

A clarividência pode ser aperfeiçoada, pois é um direito dos homens e mulheres, e antes que os mesmos se tomassem tão egoístas e utilizassem os poderes para sua própria vantagem pessoal, todos eram clarividentes.

CONCENTRAÇÃO: É o ato de dedicar atenção completa a alguma coisa, que pode ser física ou intangível, como uma idéia.

Devemos concentrar-nos de acordo com certas regras fixas, o que significa que nossa atenção deve ser focalizada com força sobre o objeto em que desejamos concentrar-nos.

Como exemplo, consideremos uma vela. Acenda uma vela à sua frente, sente-se em qualquer posição confortável e pense sobre essa vela, pense nela enquanto olha de modo vago em sua direção, mas sem realmente ver a vela.

33

Com que se parece ela? Tem algum cheiro? Como foi feita? Qual é a natureza de sua chama? E como tal chama se sustenta? E se a vela está queimando, e afirmam que a matéria é indestrutível, o que acontece com ela quando se consome a arder? Caso você pense de modo parecido, conseguirá desenvolver bastante seus poderes de concentração.

No Tibete, os monges se concentram com um bastão aceso de incenso sobre a cabeça e têm de manter a concentração mesmo quando o incenso ardente começa a queimar a pele de sua cabeça raspada. Um monge atendente virá, naturalmente, retirar o incenso antes que algum mal seja causado, mas o monge estudante não o deve retirar; se o fizer, estará mostrando que sua concentração não é bastante.

CONHECIMENTO: Conhecimento? Será preciso explicar o que é o conhecimento? Creio que sim! Precisamos ter três coisas, antes de podermos ter conhecimento. Em primeiro lugar, precisamos de inferência, devemos tomar noção de algo, porque enquanto não tivermos noção de alguma coisa, não conseguiremos perceber sua presença ou existência.

Em segundo lugar, necessitamos de informações idôneas, pois enquanto não

dispusermos de informações assim para darem apoio àquilo que inferimos, nem sequer estaremos começando a obter conhecimento.

Em terceiro lugar, precisamos ter uma forma de intuição, de modo que possamos compreender aquilo que se acha por trás da questão que inferimos e sobre o que obtivemos informações idôneas. Precisamos ter essa: intuição, de modo a podermos compreender aspectos diferentes daquilo sobre que desejamos saber.

CONHECIMENTO DIRETO: A compreensão completa, a percepção daquilo que não pode ser ensinado. Não se pode ter uma compreensão completa da quarta dimensão, ou do que nosso Eu Maior é, enquanto nos achamos no corpo, tampouco pode outrem convencer-nos obrigatoriamente de algo ligado a isso, nem a Deus. Temos de saber pelo conhecimento direto, pela compreensão direta.

CONTEMPLAÇÃO: A Contemplação muitas vezes entra em cena quando termina a meditação. Podemos estar meditando sobre determinado assunto e descobrir então que chegamos ao fim das informações referentes à questão sobre a qual estivemos meditando. É quando a contemplação chega.

34

Pode-se contemplar a beleza do sol poente, ou o motivo de determinado ato singular de alguém.

A contemplação é, basicamente, de dois tipos:

1. A cognitiva, na qual um objeto material ou um assunto é examinado pelo pensamento, ou,

2. Não-cognitiva, em que se pensa sobre coisas do espírito, coisas além da percepção material do homem, mas é preciso estar particularmente evoluído, espiritualmente amadurecido, para que alguém se possa dedicar à contemplação não-cognitiva.

CORDÃO DE PRATA Assim como a criança recém-nascida se acha ligada à mãe pelo cordão umbilical, também estamos ligados ao nosso Eu Maior pelo Cordão de Prata. Assim

como um fantoche ou marionete se acha ligado a quem o aciona por um cordel, também nos achamos ligados a nosso acionador de fantoches pelo Cordão de Prata.

O Cordão de Prata tem este nome porque, sendo composto de partículas em rotação rápida, de todas as cores em existência, parece prateado. As cores em miríades refletem-se para o clarividente como um prateado puro, azulado-branco.

Esse cordão é extensível de modo infinito e não tem limites. Quando uma pessoa efetua viagem astral, o corpo interno se separa da casca externa de carne e flutua, na extremidade do Cordão de Prata, de modo bem parecido com aquele pelo qual podemos empinar uma cafifa no extremo de uma linha. Quando o corpo exige o corpo astral, este último é puxado, de modo exato àquele pelo qual se puxa a cafifa de volta.

Tudo que fazemos na Terra é transmitido ao Eu Maior pelo Cordão de Prata. Tudo que Eu Maior nos quer dizer é transmitido ao subconsciente, onde a informação fica armazenada até que a queiramos, transmitida pelo Cordão de Prata.

Quando chegamos à morte, o Cordão de Prata se afina e separa; assim como uma criancinha "morre" para sua mãe, quando o cordão umbilical é cortado, também o corpo carnal morre para o Eu Maior, quando o Cordão de Prata é desligado "e a Tigela de Ouro estraçalhada". A Tigela de Ouro, naturalmente, é a auréola ou força etérica superior que circunda a cabeça durante a vida e que se afasta no momento da morte.

35

CORPO CAUSAL: Para quem gosta de palavras altissonantes, isto é o Anandamayakosha ou, se o preferirmos em língua diferente, ao invés de linguagem simples e comum, poderemos chamá-lo de Karana Sharira.

O corpo causal é o primeiro dos diversos corpos com que nos achamos atravancados. Pense em nós como uma coleção de caixas, uma dentro da outra, ou pense em nós como qualquer coisa que se ajusta, uma dentro da outra; podia ser uma coleção daquelas pequenas mesas de café, ou caixotes, ou um jogo de gavetas, qualquer coisa que tem uma unidade pequena, outra maior por fora, outra ainda maior por fora desta, e assim por diante. Aí está como nossos

diversos corpos se encontram arrumados.

O corpo causal é o mais interior, sendo aquele que dá início aos processos mediante os quais adquirimos experiência na carne. Este, o corpo causal, é o corpo da encarnação, aquele que causa todas aquelas dificuldades conhecidas, relacionadas à carne — apetites de tipos diversos, desejos excitantes numerosos, cobiça horrível e, o mais comum de todos, o egoísmo.

Precisamos viver de modo que não nos seja necessário ter um corpo causal, porque quando conseguimos dispensar um corpo casual, não é mais necessário voltarmos a esta Terra, nem irmos a quaisquer outros mundos materiais e desagradáveis.

CORPO SUTIL: O Corpo Sutil consiste de dezessete componentes completos, que são:

1. Visão.
2. Audição.
3. Olfato.
4. Paladar.
5. Tato.
6. Língua.
7. Mãos.
8. Pés.
9. Órgão de excreção.
10. Órgão de geração.

s sete outros incluem diversos itens como o controle de respiração, controle de digestão, mente e intelecto.

CULTO; Muitas vezes uma pessoa de pouco conhecimento, ou de percepção espiritual fraca, imagina ser um Grande Mestre, e mediante a propaganda consegue um pequeno grupo de pessoas, às quais apresentará a grande verdade que foi recebida por este ou aquele método, ou por voz direta, ou por psicografia ou algo similar.

É trágico que muitas vezes esses grupos desfigurem as Grandes Verdades. Eles existem

apenas como laiaos das idéias exaltadas de alguém que mal começou sua jornada pela Trilha. Somente devemos ingressar em um grupo ou culto quando tivermos certeza total de estarmos agindo certo. Existe número suficiente de religiões ortodoxas — a judaica, a cristã, a budista, ou a que bem desejarmos — sem que todos aqueles cultos subsidiários se tornem necessários.

Com freqüência demasiada dá-se início a um culto como dispositivo para ganhar dinheiro, explorando os crédulos. Embora devamos concordar em que um Mestre precise de dinheiro para alimentação e roupas, ainda assim quando esse "Mestre" utiliza o nome como base para obter membros, ou quando frisa que o Mestre é a coisa importante, podemos ter certeza de que algo está errado; o nome de um Mestre não importa, tudo quanto importa é o que ele ensine. É bom? Satisfaz suas necessidades? Requer que você pague grandes somas de dinheiro antes de ir à próxima reunião ou lição seguinte? Se assim for, tenha cuidado, pode ser um meio de ganhar dinheiro.

Se você estiver em dúvida, por que não consulta um sacerdote da religião em que foi criado? Se estiver suficientemente decidido, poderá ver um sacerdote de mais alta graduação da religião em que foi criado, mas aqui desejamos apresentar uma advertência solene contra os cultos que afirmam ensinar todos os tipos de magia, afirmam dar todas as espécies de demonstração, bastando para isso que você pague o suficiente. Lembre-se de que é a sua saúde mental que sofre.

CURA.: Quando nos referimos à cura, não estamos falando do tratamento dispensado pelo médico local. Nossa referência à "cura" diz respeito ao processo executado pelo duplo etérico, durante o sono físico do corpo material. O corpo material é muitas vezes mal usado e dele abusam, durante o dia, de modo que quando o corpo astral está vagando pela noite, o duplo etérico executa o trabalho reparador.

Certas pessoas têm poder de cura, o que significa que elas possuem uma superabundância de energia etérica, que podem passar a outras pessoas deficientes da mesma. Assim é que a coisa funciona de modo bastante semelhante a uma transfusão de sangue, só que neste caso uma pessoa passa a energia na transfusão, bem como a força de vontade que é necessária para fazer com que o enfermo se decida a recuperar-se.

DAMA: Eis uma palavra relacionada com a aquietação dos dez órgãos de sentido e ação, sendo óbvio que, enquanto não se aquietarem as percepções de sentido e ação, não se pode adequadamente meditar ou contemplar. Chegar a Dama é uma das Seis Realizações, o que será examinado sob a letra S.

DAR: Existe uma antiga lei oculta que diz: "Dá para que recebas". Se você não dá, não pode receber. Se é mesquinho demais para dar alguma coisa, ou egoísta demais, você se fecha como que dentro de uma concha e não poderá receber, ainda que alguma pessoa esteja com toda a intenção de lhe dar.

A religião cristã adverte que colheremos o que plantarmos. Exorta seus adeptos: "Lança teu pão sobre as águas". E afirma: "Há mais felicidade em dar do que em receber".

É inteira e completamente essencial que, se você quiser receber alguma coisa, terá de dar algo. Não será obrigatoriamente dinheiro, pois poderá dar de si próprio, isto é, dar amor, amizade, atenção, solidariedade, ajuda, compreensão. De nada adianta dizer: "O que é meu é meu, e quero também o que é seu". Se você não estiver preparado para DAR, não poderá receber. Assim, aqueles dentre vós que fecham os bolsos ou apertam bem os cordões da bolsa devem lembrar-se de que, se vão cair de joelhos para começar a orar, estarão perdendo o tempo, bem como o dos demais, pois é inútil alguém orar pedindo coisas a menos que esteja pronto a dar coisas.

DEHA: Significa realmente "aquele que tem um corpo". O homem tem três corpos básicos, o denso, o sutil ou não tão denso, e o causal, mas examinaremos isso mais a fundo sob a letra U.

O corpo é o meio pelo qual a Alma ou Eu Maior imortal pode adquirir experiência da vida física. O corpo é apenas um instrumento ou fantoche. Você poderá ler mais, a esse respeito, sob a letra P — Planos de Existência.

DEIDADE: Todas as escrituras preceituam: "Não adorarás imagens". Mas ter um

quadro ou imagem de alguma figura sagrada e reverenciada não é, obrigatoriamente, adorar uma imagem. Ela nos faz lembrar do que nos podemos tornar, desde que nos esforcemos nesse sentido. De modo semelhante, um quadro sagrado ou imagem sagrada ao qual nos liguemos pode atuar como ponto focal muito bom, quando nos empenhamos em meditação ou contemplação. É esse o motivo pelo qual algumas pessoas têm um Santuário pessoal em casa, contendo talvez uma fotografia, ou imagem, ou algum quadro — sua influência calmante põe a criatura no estado mental adequado.

Podemos treinar a mente a pensar no objeto sagrado, com exclusão dos mais mundanos. As figuras ou imagens sagradas são aceitáveis e permitidas, desde que utilizadas como lembretes e não como objetos de adoração carente de sentido.

Devemos indicar que os cristãos usam um Crucifixo, não obrigatoriamente como objeto de adoração, mas como lembrete.

DEMÔNIOS: São a negativa do positivo, que é o bem. Daí se segue que, se não houvesse demônios, não haveria deuses! Se temos um positivo, precisamos de um negativo, pois de outra forma o primeiro não poderia existir. Quem tem um acumulador não pode contar com apenas uma saída positiva, porque nenhuma corrente passaria por ali; é preciso ter uma saída negativa, também, para completar o circuito.

Os demônios são necessários e fazem muito bem; eles nos recordam que é muito melhor estarmos ao lado do bem do que cairmos nas garras dos demônios, dos quais se afirma que são inteiramente faltos de bondade. Na verdade, existe uma Força do Mal, muito verdadeira. O Mal é uma força poderosa e tangível. Eu encaro o bem e o mal como algo semelhante a procurarmos subir um morro muitíssimo íngreme em automóvel; o morro é tão inclinado que é preciso engrenar a primeira marcha por todo o tempo, enquanto receamos que o motor pare, os freios

não funcionem, de modo que voltemos para trás.

Esse, todavia, é um pensamento pessoal. Fique aqui afirmado, como fato, que o mal e os demônios são necessários porque, de outro modo, não haveria qualquer incentivo ao bem, e não haveria na verdade qualquer estalão pelo qual medir o bem.

DESASSOCIAÇÃO: Algumas pessoas têm corpo astral solto e, quando a pessoa na carne se entrega a devaneios acordada, podem separar-se nos corpos físico e astral.

Houve na França, poucos anos atrás, uma infeliz professora, que tinha essa capacidade notável: quando se achava absorvida em um assunto, seus corpos físico e espiritual separavam-se. Isso criou muito alarme em seus alunos, quando os mesmos viam duas professoras, aparentemente gêmeas. Com o tempo, tal fato chegou ao conhecimento das autoridades escolares e a professora deixou o cargo.

A desassociação também pode estar relacionada a um estado mental no qual a pessoa não consegue controlar os processos mentais.

DESENCARNADO: Quando efetuamos viagem astral, encontramos-nos no estado desencarnado, isto é, nosso astral se desassocia do físico e ficamos ligados apenas pelo Cordão de Prata.

Quando pensamos em nós mesmos, encontramos-nos no estado encarnado, isto é, o estado encarnado é coisa temporária e só perdura durante nossa estada sobre a Terra.

Esse estado desencarnado significa o que as palavras dizem — fora do corpo; temos de sair do corpo para sabermos o que somos, o que estamos fazendo, para onde vamos.

DEUS: De acordo com o Raja Ioga, não existe o conceito de Deus. Os Vedas e o Bhagavad Gita afirmam do modo mais definido que o iogue, alcançando a libertação quanto ao corpo, verifica ser um Deus.

Para aqueles que quiserem examinar o assunto, o termo para Deus é Ishwara. Segundo os ensinamentos védicos, toda a humanidade faz parte de Deus, e existem quatro etapas principais para chegarmos à situação de Deus:

1. Proximidade de Deus.

2. Semelhança com o ensinamento de Deus.

3. Associação com um Ser Divino.

4. Viver com um Deus.

De acordo com a fé cristã, quantos deuses você julga existirem? Já leu o Gênese? Se não o fez, leia onde Deus disse: "Que haja o firmamento". Em outras palavras. Deus está ordenando a um segundo Deus que faça o firmamento, e o segundo Deus obedeceu, fazendo o firmamento. Foi quando o primeiro Deus disse: "Que haja luz", e o segundo Deus fez a luz — não a luz elétrica, ou de gás, ou luz do dia, naturalmente, mas a luz espiritual, a luz que refulge na extremidade de nossa própria e prolongada esteira da Trilha de Evolução, que sobe.

Por falar nisso, vale a pena recordar que muitas pessoas lêem a Bíblia incorretamente. A maioria acredita que Adão tenha sido o primeiro homem criado, mas isso não é correto. Leia o Gênese 4, 16 e 17; ali vemos que Caim foi para a terra de Moab e comprou para si uma esposa. Ora, se Adão fosse o primeiro homem criado, como seria possível que Caim partisse e comprasse uma esposa? Deve ter havido outro homem, ligado a tudo isso, em alguma parte. Devemos lembrar que muitos dos ensinamentos da Bíblia foram escritos para gente que não era educada, não se mostrava realmente capaz de pensar por si própria, de modo que a Bíblia foi redigida em linguagem simples, muitas vezes sob a forma de parábolas.

DEVA: Um Deva é um Ser Divino, inteiramente além da condição humana. Qualquer um que haja alcançado o grau necessário de esclarecimento e pureza e não mais esteja sobre esta Terra, pode ser um Deva.

Os Espíritos da Natureza e as formas de pensamento, feitas pelo homem, não são e jamais poderão ser Devas do tipo humano, embora os Espíritos da Natureza e os Espíritos Animais, naturalmente, tenham seus próprios Devas de Grupo.

DHANURASANA: Algumas pessoas, por motivo peculiares e próprios, parecem gostar de experimentar posturas diferentes. Embora eu jamais tenha percebido a menor utilidade nas mesmas, eis uma que você poderá tentar, se quiser ajudar a um médico ou quiroprático². É bom

² (*) N. T. — Quiroprática, de chiro, e do grego praktikob. Um sistema de acertar as juntas do

verificar, porém, e com certeza, se tem o número do telefone dele, ou se seus parentes têm-nos antes de começar a experiência.

Este Dhanurasana é uma Posição de Ioga, a que chamam às vezes Posição do Arco. Se você realmente quiser experimentá-la, deite-se no chão, o rosto para baixo, ponha as pernas para

41

trás, na direção do pescoço, de modo que as mãos possam pegar os tornozelos. Em seguida, faça com que a cabeça e o peito não fiquem no chão.

Com um impulso mais forte, faça com que as pernas e a maior parte das coxas também fiquem fora do chão. Em tal situação, você estará gangorreando de modo bastante absurdo, sobre uma parte um tanto vulnerável de sua anatomia. Experimente isso algumas vezes e depois procure descobrir de que adianta. Devemos observar que a pessoa pode manter-se bem de saúde — até mesmo muito bem — sem essas contorções ginásticas, que não passam de proeza exibicionista,

DHARMA: Esta palavra pode indicar o mérito, a boa moral, a virtude, a verdade ou um modo de vida. Seu sentido verdadeiro, no entanto, é "aquilo que contém tua verdadeira natureza".

Isso significa que se deve adotar um modo de vida e mantê-lo, sem resvalar dos padrões elevados que se tenha colimado anteriormente.

No budismo, Dharma significa seguir a Nobre Trilha Óctupla.

DHAUTIS: Esta é uma palavra que significa limpeza. Para um ocidental, constitui processo realmente muito perigoso, e jamais, jamais deve ser levado a efeito, a não ser sob a mais rigorosa fiscalização de alguém que tenha sido preparado em padrão muito alto e conheça os males que podem ser causados se levado a efeito descuidadamente.

corpo, principalmente da espinha, empregando-se a mão na cura da doença.

Dhautis é um sistema de purificação do corpo físico e não confere qualquer capacidade psíquica. Certas pessoas na Índia engolem o ar e o expõem à força, de diversos modos incomuns. Depois disso, engolem água e a expõem pelos mesmos modos incomuns.

Alguns desses praticantes hindus engolem um pedaço de tecido, segurando uma das extremidades do mesmo, é claro. Engolem-no pela outra extremidade até que uma extensão bastante considerável se encontre no estômago. Depois disso, esfregam o estômago e batem nele, retirando em seguida o tecido, ao qual vêm colados todos os tipos de coisas do estômago e garganta.

Outro estágio é quando uma pessoa passa um cordel pelas narinas e o retira pela boca. O cordel é puxado para trás e

42

para a frente, de modo muito semelhante àquele pelo qual se limparia uma chaminé.

Tais práticas deveriam ser deixadas inteiramente de lado, sendo mencionadas aqui apenas com o intuito de que você fique advertido nesse sentido.

DHYANA: É uma meditação, ou forma profunda de concentração. Constitui um fluxo ininterrupto de pensamento na direção daquilo em que nos concentramos. É uma palavra que, no Raja Ioga, se conhece como o Sétimo dos Oito Membros.

DIETA: A dieta geralmente se relaciona com a alimentação, embora exista a dieta espiritual. Mas, utilizando o termo com relação ao alimento, podemos afirmar que muitas pessoas têm todos os tipos de idéias estrambóticas acerca da dieta. Algumas são rigorosamente vegetarianas, outras comem carne. A meu ver, na etapa atual o homem é animal carnívoro, de modo que, se você sentir a necessidade de comer carne, coma-a.

Jamais devemos comer demais; devemos comer para viver, e não viver para comer. Se alguém estiver fazendo estudos de ocultismo, o alho e qualquer coisa azeda ou ácida devem ser evitados.

A dieta não é mais do que uma atitude de senso comum quanto ao que se deve comer. Não coma em demasia, não beba qualquer coisa embriagante, porque fazê-lo é profanar o Templo da Alma e afastar o corpo astral do corpo físico. Infelizmente, o estágio ao qual o corpo astral se vê expulso é conhecido como o astral inferior e pode ser positivamente desagradável.

Muitas pessoas são vegetarianas fervorosas e não comem carne por acharem que para fazê-lo foi preciso matar algum animal. Bem, por que motivo essa gente cura uma enfermidade? Os germes ou vírus são animais de certo tipo, e para curar uma doença é preciso matar os germes, e como podemos saber que a couve não tenha sensação? Os cientistas russos apresentaram a hipótese de que todos os vegetais têm sensações.

O melhor modo de agir, para quem achar que deva seguir alguma moda e abster-se de comer qualquer coisa que tenha de ser morto, é passar fome, porque poderia, acidentalmente, morder uma alface, que é dotada de sensação.

DIKSHA: É o ato de iniciar um estudante na vida espiritual, sendo efetuado pelo Mestre ou Guru.

43

Vale a pena mencionar, aqui, que o Mestre ou Guru é, na verdade, aquele a quem cabe dizer quando uma iniciação deverá ser efetuada. Com base em experiência pessoal, pode-se afirmar que os estudantes sempre superestimam suas próprias capacidades, quer espirituais ou de outra forma.

DIMENSÕES: Fala-se na quarta dimensão, ou na quinta dimensão, e até em outras mais. Diz-se que nós estamos em um mundo tridimensional. Infelizmente não é possível falarmos sobre a quarta, quinta, sexta, sétima, oitava ou nona dimensão com uma pessoa que leva existência tridimensional.

Não podemos contentar-nos com isso, todavia, de modo que vamos colocar-nos na situação de uma pessoa unidimensional.

Um ser unidimensional somente poderia existir sobre uma linha. Traçando a linha mais

fina que se possa em uma folha de papel, imaginemos que uma partícula de grafite deixada pelo lápis seja uma pessoa viva, nesse mundo unidimensional, e depois lembremos que esse fragmento seja nossa pessoa. Nossa pessoa, portanto, vive naquela linha, e essa linha constitui todo o universo para ela. Chamemos de A — um extremo da linha, e de B o outro extremo, e veremos que essa pessoa pode seguir de A, que é o nascimento, a B, que é a morte. Ela conseguirá mover-se somente para a frente e não poderá ir para trás, porque isso seria andar no passado. Suponhamos que se pudesse colocar um ponto, ou talvez um dedo, sobre essa linha fina, caso em que a pessoa nesse mundo unidimensional estaria vendo fenômenos em seu céu. Veria apenas aquela parte de seu dedo realmente em contato com a linha e ser-lhe-ia impossível visualizar o seu aspecto, da mesma forma pela qual é impossível à maioria das pessoas neste mundo tridimensional visualizar o que existe por trás dos chamados "discos voadores".

Se fôssemos para um mundo bidimensional, o que teríamos? Seria uma superfície plana, e os habitantes teriam de ser figuras chatas. Agora, suponhamos que se risque uma linha ao redor de uma dessas figuras, que se transformaria em barreira para ela, porque essa linha teria espessura, e para uma pessoa inteiramente chata a altura seria algo incompreensível. Se tentasse escalar essa linha riscada pelo lápis que, para ela, naturalmente, seria de altura considerável — isso corresponderia a entrar no espaço.

44

o nosso ser chato não conseguiria olhar essa linha de cima, percebendo que a mesma era relativamente chata. Assim é que uma linha ou ângulo constituiriam um fenômeno espantoso para um ser em tais condições.

Por falar nisso, experimente o seguinte, caso duvide do que estou dizendo: segure um lápis à altura dos olhos, de modo que ele fique colocado ao comprimento em relação a você. Depois, por trás dele, segure outro lápis, em pé. Você não conseguirá ver esse lápis, porque ele estará oculto pela linha do primeiro. Desse modo, você estará na situação de nosso ser chato, e antes de poder ver o segundo lápis terá de entrar em outra dimensão, isto é, terá de descer além do nível dos lápis, ou erguer-se acima do mesmo, de modo que possa olhar de baixo ou de cima e ver pela perspectiva.

A quarta dimensão é, na verdade, para onde viajamos no astral, porque ali temos

capacidades diferentes e, embora possamos existir de modo completo, embora existamos, não podemos ser vistos pelas pessoas da terceira dimensão, a não ser como fantasmas.

DIREITOS: Está no direito de toda a humanidade poder seguir a Trilha da Espiritualidade. As pessoas geralmente não compreendem que "todos os homens são iguais, aos olhos de Deus". Do mesmo modo, todas as almas são iguais à vista de Deus, não importa que sejam negras, amarelas ou brancas. É sabido, com certeza, que não existe segregação, fora desta Terra.

Com freqüência demasiada os "direitos" são limitados por uma forma de lei comunal, que se destina a beneficiar apenas os membros dessa comunidade. A lei tribal foi o mesmo; as tribos tinham leis que beneficiavam apenas a si próprias.

O estrangeiro está sempre errado. O estrangeiro ou forasteiro, em um país, é sempre aquele que sai perdendo; o de fora é sempre suspeito, sempre incompreendido, sempre castigado. O de fora é aquele que "não é de casa", sendo assim privado da solidariedade e compreensão dos outros.

Afirma-se que "o sangue é mais grosso do que a água", mas enquanto as pessoas de pensamentos corriqueiros não compreenderem que a de outra tribo ou comunidade têm direitos iguais, enquanto as pessoas de um país não compreenderem que as de outro país também têm o direito de viver, não poderá haver compreensão ou progresso verdadeiro nesta Terra.

45

DIVINDADE: Esta é uma das palavras do sânscrito original, muito antiga. Remonta aos primeiros dias da Humanidade. Quer dizer "brilhar". Muitas vezes um Deus ou alguém semelhante a Deus será conhecido como o "Brilhante".

Com relação a isto, talvez lhe interesse lembrar-se de que, quando Moisés desceu da montanha, seu rosto brilhava, e foi preciso que ele o encobrisse com um véu, para que essa luz brilhante ficasse obscurecida ao olhar comum.

DUPLO ETÉRICO: É a substância que existe entre o corpo físico e a aura. O etérico é de cor cinzento-azulada e não é sólido como a carne e ossos. O etérico pode atravessar uma parede de tijolos, permanecendo ambos intactos.

O duplo etérico é o equivalente completo do corpo humano de carne e sangue, mas sob forma etérica. Quanto mais forte for o corpo físico de alguém, tanto mais forte será o etérico. Quando morre alguém que tenha tido certo interesse grosseiro na vida, seu duplo etérico será fisicamente muito forte e deixa um fantasma que, devido ao hábito, age de modo precisamente idêntico àquele pelo qual a pessoa agia, enquanto se achava no corpo físico.

Alguém que tenha tido morte violenta, ou em meio a um estado de pavor, possuirá um etérico fortíssimo, e muitas vezes deixará um fantasma visível.

É freqüente que os duplos etéricos desencarnados procurem dissipar sua energia inútil, indo a sessões espíritas, onde deixam mensagens carentes de sentido. É claro que, se o Tio Timóteo morreu e a Tia Matilde quer entrar em contato com ele, ela irá a uma sessão e, devido ao magnetismo pessoal, atrairá o entorpecido duplo etérico do Tio Timóteo. Esse duplo etérico não tem conhecimento algum, apenas hábitos, de modo que reagirá de modo bastante parecido com aquele pelo qual o Tio Timóteo o fazia sobre a Terra e proporcionará apenas informações inúteis, porque não possui cérebro para orientá-las.

O duplo etérico é uma coisa inútil, que precisa ser dissipada antes que alguém fique inteiramente livre dos laços da Terra. É a substância da qual se formam os fantasmas sem sentido.

Alguém que se ache preso à Terra o está por esse duplo etérico forte.

DWAPARAYUGA: Por todo o mundo, nas religiões da terra, existem sistemas diversos que dividem a vida neste mundo em

46

períodos ou ciclos diferentes. De acordo com a mitologia hindu, o mundo se divide em quatro estágios, cada qual de 864.000 anos.

Os quatro períodos se tornam sucessivamente piores. No primeiro período, prevalecem o direito e o bem, mas a cada um que o suceda aumenta o poder do mal, aumenta o poder de fazer o mal.

Atualmente, encontramos-nos no quarto estágio, o estágio de Kali, e por certo todos concordarão em que o mundo atual é um lugar mau, onde as pessoas dotadas de más intenções invariavelmente saem ganhando, estágio no qual a traição obtém êxito.

Quando este ciclo houver terminado, o mundo recomeçará em um ciclo novo, no qual predominará a bondade. Mas na Idade de Kali, naturalmente, precisa haver algum "Salvador", que comece a agir e conserte o mundo. É esse o processo invariável.

DWESHA: É a aversão, o desagrado, em contraposição ao agrado. Relaciona-se com o departamento da memória. Se houvermos recebido um choque severo, desagradar-nos-á aquilo que causou o choque, e procuraremos evitar choques semelhantes no futuro.

Podemos não ter consciência daquilo que causou o choque, porquanto este poderá ter ficado imerso em nosso subconsciente, e uma forma de amnésia terá entrado em ação a fim de bloquear essa recordação desagradável.

No processo de Análise, o médico ajuda a pessoa a examinar a memória subconsciente, dragando de lá as ocorrências desagradáveis, de modo que, vendo a causa do comportamento, a pessoa compreenda a mesma e evite esses padrões de comportamento no futuro.

E

EGO: É a parte da pessoa que tem consciência do "eu". É a individualidade separada, a parte do Eu Maior. Existem dois tipos de Ego; o primeiro, aquele que aprende, querendo ou não. Não é desenvolvido, não tem direção, mostra-se excessivamente falador, superconfiante, sem qualquer motivo para tal. É egocêntrico, arrogante e agressivo. Na verdade, é o Homem da Rua típico.

O outro Ego é aquele que progrediu e aprendeu pela experiência. É o possuído por aqueles que alcançaram grande esclarecimento.

É a pessoa pronta a ajudar as outras, até mesmo com risco de causar a si própria problemas e inconveniências.

O egoísmo recebe referência freqüente como a segunda das cinco fontes de dificuldades, e quando pensamos em criaturas vaidosas e egoístas que conhecemos, dá para compreender que seja assim. Infelizmente, quanto menos se sabe, tanto mais se julga saber. Muitas dessas pessoas que se mostram jactanciosas, que dizem: "Prove isto, prove aquilo, e continuo não acreditando", nem sequer começaram a aprender.

Este autor acredita que poucos jornalistas se achem na categoria desenvolvida, porque um dos primeiros requisitos está em que um Ego não pode desenvolver-se se não estiver pronto a tomar em consideração os sentimentos e necessidades alheios — coisa que parece faltar de modo singular aos jornalistas.

ELEMENTAIS: A maioria das pessoas se mostra terrivelmente confusa acerca dos dementais. Na realidade, estes são um tipo de forma de pensamento que possui uma espécie de semi-vida própria, uma forma de vida criada pelos seres humanos.

Para que possamos compreender com mais facilidade, digamos que temos um ímã, e que este representa o ser humano. Digamos, em seguida, que aproximamos esse ímã de um pedaço de ferro. Imediatamente o ferro se torna magnetizado em grau maior ou menor e assim é que representa o elemental.

Os dementais são formados da substância etérica que foi a origem de todas as formas complexas. Todos os pensamentos esparsos das pessoas "magnetizam" as substâncias etéricas que dão origem aos dementais — seres elementares.

Devemos tornar claro que muitas pessoas freqüentadoras de sessões espíritas, acreditando terem conversado com o espírito do querido Tio Timóteo foram na realidade vítimas de uma fraude perpetrada por alguns elementais. Estes são atraídos de modo irresistível às sessões de tal tipo, porque as mesmas lhes proporcionam a oportunidade de se divertirem com os

seres humanos. Os elementais são tão traquinas quanto macacos, e talvez mais desajuizados ainda do que esses animais.

Um dos grandes perigos em freqüentar tais sessões é que podemos ser inteiramente enganados por essas formas de pensamento.

Além dos elementais, naturalmente, existem os Espíritos da Natureza, mas estes serão examinados sob a letra E.

48

ELEMENTOS: Existe, é claro, bom número de elementos, mas para o ocultismo, o metafísico ou o astrólogo existem cinco elementos principais, que são o éter, o ar, o fogo, a água e a terra. Não estamos lidando com a química, neste assunto, mas com o conhecimento astrológico .

Esses elementos desempenham grande papel na astrologia, de acordo com a qual alguém pode nascer sob um signo de água — Câncer — e, então, se casar com alguém que tenha nascido sob um signo ígneo, tal como Áries, poderão surgir problemas e um matrimônio infeliz, porque o fogo e a água não se misturam. É uma questão do que seja compatível e do que não o seja.

Os elementos são coisas realmente importantes para aqueles que querem estudar a mecânica da metafísica.

EMOÇÃO: A emoção é um estado de espírito que deve ser controlado, de modo que não interfira com os estudos metafísicos. É fácil imaginar que se tenha visto um fantasma, ou que se tenha falado com alguém que deixou recentemente esta Terra. Também é possível que a emoção — o medo — nos impeça de conseguir exatamente isso.

No trabalho esotérico, temos de controlar, treinar e restringir as emoções. Não devemos ser demasiadamente cépticos, não devemos estar prontos em demasia a aceitar, sendo necessário usar o senso comum.

Devemos manter o espírito equilibrado, estando prontos a investigarmos todas as questões com a mente aberta. Por mente aberta, refiro-me à situação na qual não se condena, nem se acredita, a menos que haja motivos razoáveis para isso.

O Caminho do Meio é o melhor, de modo que a pessoa não se mostre demasiadamente crédula ou incrédula. Adotando-se uma trilha média, conseguimos ver o cenário de ambos os lados, e formar juízo de acordo.

ENCARNAÇÃO: O homo sapiens, que em tantos casos não corresponde a essa segunda palavra, constitui apenas um método de permitir a um Eu Maior adquirir experiência. Existem pessoas, em um número fabuloso de planetas, como está sendo agora reconhecido por cientistas idôneos em toda a parte. Alguns deles estão procurando sintonizar mensagens vindas pelo rádio e de outros mundos, e já mesmo no início deste século um homem muito famoso, Nicholas Tesla, que foi um dos

49

inventores da válvula de rádio, informou ter recebido sinais de outro planeta. Marconi declarou o mesmo, mas esses dois cavalheiros eminentes foram, submetidos a ridículo, a tal ponto que abandonaram as pesquisas como se as mesmas fossem uma batata quente — quentíssima, aliás. Agora, porem, os governos dos Estados Unidos e da URSS estão fazendo o possível por obterem êxito. Talvez os comunistas desejem converter alguns outros planetas ao comunismo.

As pessoas vêm a esta Terra a fim de adquirirem experiência de um tipo especial. De acordo com alguns ensinamentos, a Terra é o inferno!

A pessoa vem à Terra a fim de receber experiências bem definidas, que possam ser analisadas pelo Eu Maior, e que este não adquiriria em tão pouco tempo. As pessoas vêm à Terra repetidas vezes, passando por todos os signos do Zodíaco, e trabalhando em cada um dos quadrantes do mesmo, de modo bem semelhante àquele pelo qual um estudante de faculdade faz diversos cursos, a fim de obter um conhecimento equilibrado. Desse modo, uma pessoa pode tornar-se Áries em uma vida, e ocupar o signo oposto na vida seguinte. Em encarnações sucessivas, a pobre alma poderá percorrer todas as Casas ou Signos do Zodíaco, e cada quadrante

de cada Signo, adquirindo assim experiência completa de todos os acontecimentos desagradáveis que ocorrem aos seres humanos.

Quando houver aprendido, e não tenha qualquer desejo maior de voltar a esta Terra, a pessoa se livra das encarnações neste plano terrestre. Depois, quando o deixa assim como quem deixa a escola, empreende o trabalho para o qual foi preparada.

ENTUSIASMO: Esta é uma das coisas sobre as quais precisamos ser muito cuidadosos. Devemos refrear nosso entusiasmo e emoção. Não devemos tornar-nos excessivamente entusiasmados.

Entusiasmarmos-nos demais quanto a uma coisa é algo que perturba o próprio teor de nossa existência.

Temos uma certa quantidade de energia, e se dedicarmos uma parcela demasiada da mesma a um assunto, ficaremos sem energia suficiente para enfrentar outros assuntos, com o que nos tornamos desequilibrados. Em matéria de ioga ou metafísica não deve haver excitação, nenhum entusiasmo falso, nem emoções fortes. Também neste caso o caminho único para chegarmos a um equilíbrio sólido está em adotarmos o Caminho do Meio.

50

ESCOLHA: É deplorável que neste mundo as pessoas procurem influenciar as outras. Os cristãos, por exemplo, procuram influenciar os não-cristãos, a fim de mudarem de religião ou mudarem suas crenças. Parece que uma pessoa de certa crença não tem certeza completa da mesma, pelo que deve tentar persuadir outras àquela, na esperança de que isso traga a segurança, advinda dos grandes números.

É errado influenciar a escolha livre de outrem quanto à Trilha de vida e espiritualidade. Se alguém estiver sempre a querer provas, tal criatura deve ser deixada de lado. Isso significa que ela não está pronta a tomar uma determinada Trilha.

Obrigar alguém a adotar uma certa Trilha contra sua vontade de nada adianta e vem apenas aumentar o Carma da pessoa que o procura fazer, sem trazer benefício a ninguém. Assim,

todos vocês que são "benfeitores" devem lembrar-se de que, ao procurarem influenciar a Trilha de outrem, ao procurarem obrigar a uma conversão, estão-se prejudicando a si próprios.

ESPONJAS : Você pode estranhar o registro desta palavra num Dicionário como este, mas existem muitas pessoas que não passam de esponjas humanas, absorvendo informações que permanecem como massa indigesta dentro do cérebro. Trata-se de informações inúteis.

As esponjas humanas, muitas vezes, são "gente boazinha". Sabem tudo, em teoria, mas falta-lhe a aplicação. Só sabem "ser bonzinhos" em teoria, pois não têm a capacidade ou evolução suficiente para fazerem algo de real valia como ajuda.

As esponjas humanas absorvem as informações, sem obterem qualquer conhecimento. São criaturas trágicas, que formam ao redor de si uma casca rija de egoísmo, e depois ficam sem entender o motivo pelo qual o mundo não se curva em veneração à sua frente.

ESPÍRITOS DA NATUREZA: Os seres humanos, em sua vaidade e sentimento de superioridade, julgam que somente eles têm alma. Pensam que somente os seres humanos continuam após a vida, após a morte, indo ter uma outra vida.

Muitas das raças antigas adoravam os Espíritos da Natureza. Não se achavam tão erradas, porque existem tais Espíritos, e eles são tão importantes quanto os espíritos humanos.

O ser humano é um amontoado de protoplasma, que tem uma alma ou Eu Maior, este a ordenar àquele amontoado de

51

protoplasma como agir, como crescer. Do mesmo modo, as árvores têm Espírito da Natureza, entidades espirituais que cuidam dessas árvores.

Também os animais têm espíritos, almas, se assim preferirem chamá-las, e daí não se segue em absoluto que, pelo fato de um animal não saber falar inglês, espanhol ou alemão, ele seja obtuso. Muitos animais possuem caracteres em nada inferiores aos dos melhores seres humanos!

No mundo astral, existem entidades humanas executando sua tarefa particular, e existem Espíritos da Natureza, que cuidam dos vegetais e dos astrais dos animais. Também existem os elementais, porém já examinamos estes últimos.

Para sua própria evolução, portanto, lembre-se de que existem espíritos animais, reconhecidamente, crescendo e evoluindo por linhas diferentes das dos seres humanos, porém de modo nenhum inferiores aos humanos. São linhas distintas e inteiramente separadas; os seres humanos jamais reencarnam em animais, estes nunca reencarnam como seres humanos. São linhas de crescimento inteiramente diversas.

ESTÁGIOS DE VIDA: Existem quatro divisões principais da vida, a saber:

1. A criança nasceu, mediante a experiência ela se desenvolve e aprende. Todas as faculdades do corpo estão sendo desenvolvidas e melhoradas. Nesse estágio a pessoa consegue aprender com grande rapidez e sem maiores esforços.

2. O segundo estágio é aquele durante o qual uma pessoa se emprega e casa. O aprendizado, aqui, basta para manter o emprego, obter promoções, formar e criar a família, e ganhar dinheiro suficiente a fim de preparar-se para o terceiro estágio.

3. No estágio três, a pessoa se aposentou, ou está a ponto de fazê-lo. Existe mais atividade cultural, e mais tempo para dedicar às coisas que não foram cuidadas antes.

4. No quarto estágio, "digerimos" as experiências da vida, e conseguimos enviar as impressões pelo Cordão de Prata ao Eu Maior, referentes a todos os momentos da vida, até então. O Eu Maior não começa a lucrar grande coisa antes de ser alcançado este quarto estágio.

52

EU MAIOR: Reina muita confusão acerca do ego, alma, eu maior, e tudo mais. Pois bem, lembremo-nos de que somos como fantoches. A esta altura, você pode consultar "Fantoches", sob a rubrica "Planos de Existência {Fantoches)".

O EU MAIOR é a alma, o superego, o superser, o controlador aquele que nos dirige de algum plano distante de existência. O Eu Maior é o verdadeiro "eu".

Muitas pessoas reivindicam ter criado a expressão "Eu Maior" (Overself, em inglês) mas, na verdade, ela vem de uma palavra tibetana antiqüíssima, que indica a grosso modo "o Homem Encarregado, Lá em Cima". Assim, quando pensar em si, cá embaixo, você deve pensar em si próprio como um fantoche, pendurado na extremidade de um cordel, cordel esse que é o Cordão de Prata, procurando executar os desejos do

Homem Encarregado Lá em Cima.

Se você for erudito, poderá querer saber o nome em sânscrito; pois bem, em sânscrito o Eu Maior é chamado Adhyatma, e no sânscrito se encontra todo o núcleo, todo o poder, toda a fonte de nossa existência; é o ponto do qual toda a sensação, todos os sentidos, tudo ao redor de nós, se origina, e a que tudo que se acha ao redor de nós tem de regressar.

EU SUPERIOR: Este é o nosso Eu Maior, a parte de nós que controla o corpo físico, de distância bem grande. Nós, cá na Terra, estamos "tirando as castanhas do fogo para nosso Eu Maior". Não importa muito se queimamos os dedos, porque nossos dedos têm de durar apenas alguns anos, enquanto que o Eu Maior tem de durar por toda a Eternidade, e um pouco mais do que isso.

Podemos alimentar a parte espiritual que temos, pela meditação, pela contemplação, e vendo o bem que aprendemos mediante as experiências nas encarnações.

Temos de desenvolver o amor e o bom senso. Precisamos desenvolver e praticar a compreensão. É preciso evitar fazermos essas coisas que causem dor e perturbação aos outros, pois enquanto nos encontramos no mundo é fácil iludir o próximo, induzi-lo em erro, e embora seja possível que nossa esperteza chegue a ponto de tornar-nos imunes às leis da Terra, ainda assim, quando passamos além dos confins dessa Terra, descobrimos que temos de pagar por toda a miséria e sofrimento

que tenhamos causado aos outros, teremos de pagar por todos os prejuízos que hajamos infligido aos outros. Assim é que, em

termos de senso comum, torna-se mais barato para nós comportar-nos bem, enquanto nos achamos nesta Terra, porquanto tal período é o de um piscar de olhos, comparado à Vida Maior, no além.

EVOLUÇÃO: Tudo se acha em estado de evolução. Uma criança nasce como infante indefeso, gradualmente evolui, e se torna um adulto. As pessoas vão à escola, e sua evolução é de tal natureza que elas progredem de uma turma para outra. Os homens não se tornam anjos no estágio terreno de evolução, assim como os animais não se transformam em seres humanos, neste mundo. Todos devem evoluir de acordo com os planos do Universo, e de acordo com sua própria espécie.

O desenvolvimento do homem, ou da humanidade, vem se verificando há muitos milhões de anos. Consultando-se o Registro Akáshico, conseguiremos ver que a primeira forma do homem foi um globo, um ser que não era de todo sólido, não era de todo gasoso, algo como uma espécie turva e desagradável de geléia. Tinha apenas um olho, e não era dotado de mente; ao invés disso, mostrava-se quase um autômato.

Foi essa a primeira Raça Humana. Na segunda Raça havia uma diferença, devido a certos apêndices que se estendiam do globo que era o Homem, e havia uma mente rudimentar, bem parecida com a de um macaco.

Na terceira Raça houve uma divisão do globo ou esfera, de modo que se formaram dois sexos, o masculino e o feminino.

Você talvez se interesse em saber acerca de algumas Raças diferentes: no primeiro caso com que precisamos lidar, aqui, houve a Raça da gente da Lemúria; sim, houve realmente a Lemúria! A Raça dessa época tinha instintos e paixões, mas não possuía muitas das emoções superiores, nem a aspiração de atividades espirituais.

A Terra, naqueles dias, encontrava-se ainda em um estágio de desenvolvimento. Grandes chamas saíam do seu interior, havia terremotos, e o Continente de Lemúria afundou-se sob as ondas.

Após a Raça Lemuriana, veio a Raça Atlântida. Esta era decididamente melhor do que a Lemuriana, porque os Atlantes funcionavam nas emoções mais altas, procuravam desenvolver suas emoções superiores, mas também evoluíram em um tipo de mente mais raciocinante, dedicaram-se muito à ciência e, é triste dizer, produziram uma bomba atômica há muitos

54

milhares de anos. Essa bomba atômica explodiu, e a terra chamada Atlântida afundou sob as ondas. Houve sobreviventes, espalhados por diversos lugares distantes; alguns de seus filhos foram afetados pelas radiações, e houve mutações, mutações essas que deram origem à Raça Ariana.

A Raça Ariana tem mente mais concreta do que espiritual e, na verdade, tentar obter pensamentos espirituais na maioria das pessoas é como tentar quebrar o concreto!

Uma sexta Raça está agindo no abstrato e, com o tempo, na era de Aquário, em que estamos entrando agora, originará uma mente espiritual. Depois desse desenvolvimento espiritual, faremos uma incursão maior nas capacidades de uma sétima Raça. Já existem alguns da sétima Raça na Terra, não muitos, porém o suficiente para formarem semente ou núcleo, e a sétima Raça atingirá, com o tempo, o conhecimento dos dirigentes de todo este Sistema Solar.

A evolução, portanto, é o que capacita as pessoas, ou qualquer coisa, a desenvolver-se e fazer progresso.

EXPERIÊNCIAS: Muitas pessoas, durante seu tempo sobre a Terra, recebem "experiências". Imaginam ver coisas, ou realmente as vêem. Poderiam ter mais certeza disso, se fizessem registros mais precisos.

Devemos manter papel e lápis por perto, todo o tempo, particularmente ao lado da cama, de modo que ao despertar possamos anotar as coisas, antes que a memória se esvaeça. Suponhamos que você desperte durante a noite, e julgue ter visto algo. Anote o seguinte:

1. O que viu?

2. Era homem ou mulher?
3. Como estava vestido, em roupa de que época?
4. O que fez a visão? Atravessou a parede e ficou ao lado de sua cama?
5. O que disse ou indicou a você?
6. Qual foi sua reação?
7. O que aconteceu à figura? Desapareceu... sumiu... ou passou por uma parede?
8. Tendo lido os dados acima, que conclusões podem ser formadas? Terá sido uma alucinação? Terá sido uma pessoa que você reconheceu? Terá sido uma pessoa que parecia real?

55

De manhã, leia suas anotações, e depois poderá aduzir às mesmas qualquer coisa que tenha vindo de seu subconsciente, durante a noite. Devemos explicar mais uma vez, entretanto, que muitos casos realmente autênticos de visitas ficam perdidos para o mundo, porque a pessoa que viu o visitante resolveu mergulhar, pondo-se debaixo das roupas da cama, ou ficou confusa demais para ter qualquer recordação precisa.

Existem coisas tais como os fantasmas, mas se alguém foi incapaz de nos prejudicar quando ainda se achava no corpo carnal, por que motivo viria prejudicar-nos, quando já não se encontra no mesmo?

F

FA: Esta palavra vem do chinês e designa a lei ou regulamento. Indica que devemos seguir os preceitos certos, se quisermos fazer progresso. A menos que se progrida, ter-se-á de continuar a voltar a este mundo velho e cansativo.

FACE: Olhe para a pessoa comum, veja as linhas e rugas de sua face, repare em sua expressão fisionômica tensa, contraída! E quando essa gente julga que está meditando, seu semblante contrai-se ainda mais. Isso é de deplorarmos, porque não se pode meditar quando se está tenso.

Se você descobrir que sua face se toma endurecida, procure descansá-la. Incline-se à frente, de modo que fique com o rosto paralelo ao soalho, fazendo com que os músculos da face fiquem de todo soltos, tão soltos quanto for possível. Assegure-se também de que seus lábios não estejam comprimidos. Pode ficar com a boca ligeiramente aberta, se assim o preferir.

Os olhos deverão estar mui levemente abertos ou fechados. Não os cerre com força, porque se o fizer estará dando tensão em músculos.

Descanse toda a face, e depois imagine ser um cachorro que acabou de sair da água, encharcado e gotejando. Sacuda a cabeça com a mesma energia com que um cachorro o faz, de modo que até as orelhas se abanem e o penteado se desalinhe.

Faça isso diversas vezes, fingindo que está com água na face e que é preciso retirá-la com movimentos bruscos. Faça-o, que isso realmente desmanchará as rugas em seu rosto.

56

Quando o houver feito diversas vezes, sente-se em posição ereta, e estenda o pescoço para cima, o mais que puder. Imagine ser uma girafa, ou uma dessas mulheres de tribo, que põe anéis no pescoço, para que o mesmo se encompride.

Quando houver estendido a cabeça para cima o mais possível, traga-a de volta aos ombros o mais que puder, enfie-a nos ombros, de modo que o pescoço fique realmente comprimido. Volte a estendê-la, volte a recolhê-la. Faça-o diversas vezes, e de três em três vezes sacuda a cabeça com energia, como faz um cachorro. Isso o ajudará mais do que você pode imaginar.

FALA: É triste que tantas pessoas falem em demasia, e sobre coisas de que não têm conhecimento.

Há pessoas que se apoderam de "metade da história" e se apressam a ir ter com os mais próximos e queridos, a fim de transformá-la em história e meia, transformando-a em ficção completa.

Devíamos ser como os três macacos sábios, que não vêem o mal, nem ouvem o mal, e não contam o mal; devíamos ser como a velha e sábia coruja, em cuja opinião aqueles que falam menos são os que ouvem mais. A maioria das pessoas emite uma torrente de sons, como as águas que caem das Cataratas do Niágara; tagarelam, dizem bobagens, abrem a boca e deixam que todos seus pensamentos carentes de sentido, digressivos sem critério de seleção, emanem em uma cacofonia de sons sem relação entre si, discordantes. Quando uma pessoa fala, não está aprendendo, e se uma pessoa não aprende terá de voltar a esta Terra, até aprender. O melhor que a maioria das pessoas podia fazer seria fechar a boca com esparadrapo, e manter bem atentos os ouvidos.

FANTASMA: Aquela coisa lúgubre, que sibila à noite, com alguns rangidos e gemidos ,e que faz o cabelo de nossas cabeças ficar em pé, é inofensiva!

Um fantasma não passa de força etérica que vaga, de acordo com os hábitos de seu possuidor anterior, até que com o tempo essa força etérica, esse duplo etérico, se dissipe. Uma pessoa forte e saudável, que morre de repente, talvez devido a uma violência extremada, possui etérico muito forte. Se alguém estiver sendo atacado, focaliza o etérico em uma entidade forte. Se, então, o Cordão de Prata for repentinamente

57

interrompido, naquele processo a que chamamos morte, o corpo astral se afasta, o corpo físico entra em decadência, e o pobre etérico se transforma em um objeto sem dono, sem lar, sem mente, errante. Durante toda a vida do corpo, o etérico foi modelado por esse corpo é um padrão de hábitos desse corpo. Assim é que, se o corpo teve o hábito de ir a certo lugar, ou pensar em certas pessoas, o etérico fará o mesmo, até que, talvez durante séculos, a força se dissipe e desapareça.

O corpo etérico é aquele que frequenta as sessões espíritas e dá as chamadas "mensagens" vindas do além-túmulo. Isso constitui uma verdadeira tragédia, porque as pessoas

na Terra deviam compreender que quando partimos deste mundo temos outras coisas a fazer, e não podemos sempre, nem queremos sempre, entrar em contato com pessoas que ficaram para trás.

O etérico, ou fantasma, é coisa sem importância, e devia ser deixado de lado.

Suponhamos que fôssemos a alguma cidade, e estivéssemos muito ocupados com alguma tarefa especial que requeira concentração. Gostaríamos, por acaso, de que alguma pessoa continuasse a nos telefonar de outra cidade, telefonando e fazendo toda espécie de perguntas tolas? Logo nos cansaríamos de tudo isso. Do mesmo modo, as entidades verdadeiras, a que, se quisermos, podemos chamar de Almas não gostam de ser perturbadas, pois têm muito mais com que se ocupar.

FÉ: Precisamos ter fé, se estivermos à procura do conhecimento, porque algumas coisas requerem que tenhamos fé, enquanto ainda estamos à procura de provas, e se alguém procura algo, decidido a não o encontrar, nesse caso não o encontrará.

É aconselhável manter firme a convicção de que, baseados na capacidade intelectual, podemos discernir se a coisa sob exame é verdadeira.

Na fé procuramos provar que uma coisa é certa, e não, como fazem muitos no presente, provar que algo seja falso.

A fé não é uma crença ociosa, carente de sentido e ignorante.

A fé cresce cada vez mais, à medida que exploremos aquilo em que a tenhamos.

FO CHIAO: É uma interpretação chinesa da religião budista³. Conforme já dissemos, o budismo é um código de vida, um modo de viver, mas a fim de seguir o uso comum, aqui fazemos referência ao mesmo como religião.

58

FO HSUEH: É o saber budista, o budismo quando tratado como filosofia ou modo de vida, ao invés de como religião. É também um conceito chinês.

³ Fo Chiao é o nome chinês para o budismo, como religião.

FORÇAS: Existem quatro forças que nos interessam. Elas são: 1. Forças naturais: Quando estamos na escola, estudamos um grupo de forças conhecidas como Física, ou, se assim o preferirmos — calor, luz, som, eletricidade e magnetismo — e depois ficamos com grande desagrado pelo

pobre e velho Pitágoras, que elaborou aquelas teorias fantásticas e maravilhosas que tanto nos atormentam.

2. As forças etéricas: Entre estas encontra-se o poder do Kundalini. Estas forças do segundo grupo ainda se acham relacionadas aos fenômenos naturais, porque o Kundalini, e tudo que ele põe em jogo, só chega ao duplo etérico, antes de se tornar uma força metafísica, ao invés de uma força natural terrestre.

3. Os antigos sacerdotes egípcios se especializaram naquilo a que podemos chamar "Força 3". Protegiam seus túmulos com formas de pensamento que, na verdade, podia fazer com que alguém se sentisse horrivelmente mal.

A Força 3 consiste de todas aquelas coisas que se originam na mente e que, uma vez geradas, perduram por séculos, talvez, até haverem dissipado sua energia original.

Embora essa terceira força ainda esteja ligada à natureza, encontra-se em base muito mais remota, porque estamos agora a dois estágios de distância da força natural crua e básica.

4. Esta é uma força que pode ser gerada pelas entidades vivas, devido ao poder do amor, do ódio etc. É tão poderosa quanto qualquer das outras três anteriores.

A telepatia, clarividência, psicometria, levitação, teleportação, etc, acham-se sob este grupo.

59

A viagem astral não entra no grupo desta força, porque consiste apenas em libertar o corpo astral de sua prisão no corpo físico.

GAYATRI: É este o nome dado a um Mantra importantíssimo. Os cristãos recitam o Padre Nosso que, afinal de contas, não é nada mais que um Mantra cristão. Os hindus recitam o Gayatri.

O hindu executa certas cerimônias, e depois recita esse Mantra diariamente. Eis as palavras verdadeiras do mesmo: "Om, bhur, bhuvah, swah. Tat savitur varenyam bhargo devasya dhimahi. Dhiyo yo nah prachodayat. Om".

O significado dessas palavras é: "Meditamos no fulgor inefável daquele Sol resplendente. Que esse Sol dirija nossa compreensão para o bem de tudo quanto vive".

Aí temos um Mantra que poderia ser recitado pelos cristãos, com muito proveito!

GRANTHIS; Esta palavra significa uma espécie de nó. Existem três "nós", o basal, o do coração e o nó da sobrancelha.

Com o tempo, todos têm de despertar o Kundalini, a fim de progredirem espiritual e metafisicamente. Despertar o Kundalini significa que é preciso desfazer esses nós, significa que temos de libertar-nos dos apetites físicos, libertar-nos dos desejos e da malignidade. Quando alguém tem de passar pelo primeiro dos nós, é preciso desfazer-se dos desejos mentais ordinários mais elevados; desfazer-se do esnobismo mental, por exemplo. Até alguns dos pensamentos mentais mais elevados estão envoltos em egoísmo, e antes que possamos progredir é preciso lembrarmo-nos verdadeiramente que "raça, credo e por não importam, pois todos os homens têm sangue vermelho". E todos os homens são iguais perante Deus.

O terceiro nó no plano espiritual consiste em desfazer-se do próprio eu verdadeiro, o Eu Maior, caso em que se estará muito além dos confins do corpo físico. Quando alguém desfaz o terceiro nó, não necessita voltar a esta Terra, a não ser, e de modo específico, para ajudar o próximo.

Vale a pena comentarmos, a esta altura, que enquanto as pessoas pensarem em vontade, força de vontade e razão, deverão manter-se presas ao corpo físico, exatamente como uma

pessoa que sempre pensa no amor físico e se esquece do que seja o amor verdadeiro no plano espiritual.

Muitas pessoas têm indagado acerca do amor no plano espiritual; é um amor puro, um amor absoluto, e nada consegue aproximar-se da sensação de estar com a própria "alma gêmea" da pessoa, porque embora aí tenhamos uma expressão de som horrível — "alma gêmea" — ela é coisa muitíssimo real, na verdade, e alguém que tenha a alma gêmea no estágio do Eu Maior jamais é obrigada a voltar à encarnação, mas só vem para ajudar o próximo.

GUNAS: Existem três qualidades que precisamos possuir, de qualquer maneira. Nós temos de entrar, progredir e deixar de lado, passando para planos cada vez mais altos.

Em primeiro lugar, existem a indolência e a negligência. Da negligência advém a dor, como a fome ou frio. Da dor, ou da negligência, resulta o esforço, para que possa haver alívio quanto à fome ou dor. Esse esforço produz prazer, o prazer de comer para que a fome seja saciada.

Da introdução ao prazer que vem, quando a fome é satisfeita, surge o desejo de prazer, e desse modo uma procura nítida do prazer, originando ação enérgica que forma um hábito, e o hábito da inquietação.

Do hábito excessivo de procurar o prazer, obter o prazer, surgem a dor e a negligência, e o corpo sofre com isso. Ao procurar prazer em demasia comemos demais, e disso nos advém uma dor que não deveria acontecer. A dor nos leva a pensar — o que, por si só, é um feito e tanto! Pensamos de acordo com as causas de nossa dor, e decidimos então não fazer aquilo que a causou, e às vezes chegamos de fato a nos abster de fazermos coisas nocivas. A maior parte das pessoas o repete

"apenas mais uma vez", mas enquanto não puderem acabar com esse "só mais uma vez", nenhum progresso poderá ser efetuado. O progresso só ocorre quando comemos para viver, e não quando vivemos para comer.

GURU: Esta palavra formidável e incompreendida significa simplesmente "uma pessoa

importante".

Em seu significado comumente aceito. Guru é aquele cujas palavras merecem consideração. Um Guru é um mestre, um mestre espiritual, e deve ser uma alma iluminada, alguém que despertou o Kundalini e sabe como despertá-lo nos outros.

61

Quando o estudante se acha pronto, o Mestre aparecerá. O estudante não pode e não deve exclamar, como fazem muitos: "Mostre -me os Grandes Mestres, que eles venham ter comigo, e eu acreditarei". Os Adeptos que têm poderes notáveis, não podem ensinar àqueles que se limitam a balir debilmente, dizendo que eles, e apenas eles, são dignos de Grandes Mestres. Essas pessoas imaturas e não-evoluídas, que exigem que um Mestre os aceite como alunos - bem, elas estão retardando seu próprio progresso.

Vale a pena comentar aqui o que acontece: Recebi uma carta da Inglaterra, há algum tempo, na qual algum idiota se dignava de dizer; "O Sr. Fulano de Tal está pronto a aceitar Lobsang Rampa como seu Mestre, se Lobsang Rampa der prova imediata de que pode fazer tudo o que diz". A atitude de Lobsang Rampa, e de muitos outros, é a de jogar cartas assim na cesta de papéis, com um suspiro de pesar pela loucura de quem escreve de tal modo.

Um verdadeiro guru, de acordo com o significado completo da palavra, é coisa tão rara quanto um cavalo com penas, porque o verdadeiro guru tem de estar mais ou menos sem pecados, tem de estar mais ou menos sem sentimentos de eu, e não deve possuir desejo algum de fama. O pobre coitado, na verdade, tem de existir quase sem ser. É permitido, naturalmente, que o guru tenha o bastante com que viver, e o bastante para se vestir com decência.

Lembrem-se, lembrem-se, lembrem-se: "Quando o aluno está" pronto, o Mestre aparece". O estudante, não tendo preparo (de outra forma, não seria estudante!), nunca, nunca, nunca se acha em condição de dizer que está pronto a que lhe ensinem.

Este é o modo mais seguro de afirmar que ele não está preparado.

GURUBHAL Trata-se de qualquer pessoa do sexo masculino que estude sob o mesmo

Mestre espiritual. Devemos também dar o nome que se aplica à mulher, porque hoje em dia as damas, que pertencem ao chamado sexo fraco, mostram-se com freqüência o sexo mais forte, quando se trata de espiritualidade.

Assim sendo, minhas senhoras, se estudais sob o mesmo Mestre espiritual, sereis chamadas Gurubhagini.

Os gurus são tratados com freqüência de "Mestres". Isso é completa, inteira e absolutamente errado. Um guru é um

62

guru, "um conselheiro poderoso", e não um Mestre. A designação de Mestre implica em que a pessoa é obrigada a fazer o que ele diga; um guru aconselha, e deixa ao estudante plena liberdade de escolha para agir. Assim sendo, por favor, jamais digam Mestre: Guru, conselheiro, orientador, professor, ou qualquer coisa semelhante, mas por que não ficar com — guru?

H

HÁBITO: O hábito é ação ou série de ações que se imprimiu em nosso subconsciente, de modo que podemos executar até mesmo operações ou manobras complexas sem esforço consciente ou sem a intervenção da mente consciente.

A vida e os atos da maioria das pessoas são apenas o prosseguimento de hábitos. A maioria das pessoas, na verdade, poderiam ser chamadas de autômatos,- elas se levantam à mesma hora pela manhã, devido ao hábito, fazem as coisas na mesma hora do dia, devido ao hábito. As pessoas fumam — mesmo sabendo que isso acaba com elas! — devido ao hábito.

O hábito tem início como o fio tênue de uma teia de aranha. Um fio é fraco, e pode ser rompido com facilidade, mas pondo fios assim, lado a lado, de modo a termos cem, mil, um milhão, estaremos inamovivelmente presos, indefesos, quase incapacitados de romper o hábito sem o emprego de esforços realmente decididos.

Encaremos o hábito como uma série de fios que nos prendem. Substituamos os maus

por bons hábitos. Isso será como substituir cada fio, individualmente, ao invés de tentarmos romper o todo. Não se pode afastar uma coisa sem que a substituamos por outra mais adequada.

Se você for pessimista, sorria ao invés de fazer carranca, pois é mais fácil sorrir. Habitue-se a sorrir, habitue-se a ser bondoso para com as pessoas, habitue-se a ser honrado e a manter sua palavra. Você logo será uma pessoa diferente, uma pessoa a quem todos admirarão e respeitarão. O hábito é uma das coisas mais importantes da vida, e um bom hábito nos ajuda, enquanto que o mau hábito prejudica nosso desenvolvimento.

HALASANA: A isto chamam, às vezes, a Postura de Arado. Devemos voltar a frisar que todos esses exercícios não fazem realmente bem algum a pessoa nenhuma. As vezes, afirma-se

63

que eles desenvolvem a disciplina espiritual, mas quem já possui a disciplina necessária para se atar em um nó certamente pode dirigi-la para canais mais úteis.

Quero deixar registrado que encaro todos esses "exercícios" como invenções desequilibradas, destinadas a afastar as pessoas do verdadeiro progresso. Mas, se você quiser tentar a Postura do Arado, ei-la:

Deite-se de costas, mantenha os braços paralelos e bem firmes junto ao corpo. Aperte as palmas das mãos contra o soalho. Respire fundo (necessitará disso!), e depois erga as pernas, movendo-se para cima e sobre o corpo, de modo que fiquem sobre sua cabeça, e os dedos do pé toquem o chão além do alto de sua cabeça.

Erga o corpo tanto quanto possível, e ponha os braços ao redor da cabeça. Este exercício faz com que a pessoa assuma a forma de um arado antigo.

Se você quiser fazer formas, etc. etc. será muito mais confortável estar em um aposento escurecido, com parede branca, e colocar as mãos entre uma vela acesa e a parede, fazendo então todos os tipos de formas com sombras: coelhos, gatos, e coisas assim. É muito mais divertido, e

muito mais confortável.

HARI: Às vezes chamam Vishnu por esse nome, mas na verdade Hari quer dizer "levar embora".

O erro surgiu em uma tradução inicial, porque se alegava que Vishnu retirava os pecados e defeitos, pelo amor e sabedoria. Na verdade, como é claro, somente podemos retirar os defeitos e faltas nós mesmos, adotando a atitude correta para com a vida e para com os nossos semelhantes.

Existem outros significados ligados a Hari.

HARI BOL: Significa "canta o nome do Senhor, para que te possas purificar e para que teus pecados te sejam tirados".

HARI OM : Este significado de Hari é o de uma sílaba sagrada ou, na verdade, para falarmos com rigor e precisão, sílabas sagradas.

Repetindo "Hari Om, Hari Om, Hari Om" quando se está sozinho, é claro, podemos erguer nossas vibrações pessoais e elevar o espírito, aproximando-nos assim ainda mais de nosso Deus.

64

Aqui, um conselho amigo — se você tentar algumas dessas Sílabas ou exercícios, faça-o quando estiver sozinho, do contrário as pessoas o olharão com desconfiança, e mandarão buscar o homem do avental branco fechado nas costas!

HARMONIA: Afirma-se haver Três Poderes de Divindade. A Harmonia é um desses poderes.

É necessário ter todos os órgãos do corpo humano em harmonia entre si. Quem os tiver será uma pessoa bem equilibrada e sadia.

Uma pessoa com harmonia na mente é aquela que tem amor puro e compaixão pelas

demais, e essa pessoa é capaz de ajudar os outros sem pensar em ganhos para si própria.

Se todas as pessoas deste mundo possuíssem harmonia interna, estaríamos, realmente, na Era de Ouro, porque não haveria dificuldade alguma em atender à Regra que determina: "Faze aos outros o que queres que te façam".

HATHA-IOGA: É apenas uma série de exercícios, um sistema de esforços físicos. Destina-se a dar disciplina mental ou espiritual à pessoa, ou coisa parecida, mas trata apenas de posturas do corpo e não precisa ser levado a sério, de modo algum.

Devem ter presente que os verdadeiros Mestres do Ocultismo, os verdadeiros Adeptos, jamais se dedicaram a essa coisa de Hatha-Ioga.

De acordo com as pessoas que experimentam essas cabriolas, "Ha" significa o som do alento que entra, e "Tha" é o som do alento que sai.

A pessoa realmente evoluída não se entrega a essas acrobacias de circo sem, naturalmente, estar em um circo, e tais exercícios, bastante tolos, servem apenas para desviar a atenção da pessoa, quanto ao que é mais essencial — a espiritualidade e o desejo de ajudar o próximo.

Os praticantes de tais exercícios apresentam uma concepção inteiramente enfunada de sua própria importância, mas isso significa apenas que espiritualmente eles são de evolução muito falha.

Existem sistemas de Ioga dedicados a atingir a perfeição espiritual, é claro, mas a Hatha-Ioga não é um deles.

HSIN: Palavra chinesa que significa "Boa Fé", queremos dizer que devemos agir de modo que todos os que se encontram ao

umentem, ao invés de diminuir, a estatura da raça humana.

HSUAN HSUEH: Aqui temos um conceito metafísico de doutrina muito profundo, que teve início no século três, na China. É doutrina de experiências místicas que, de alguns modos, se assemelha aos mistérios egípcios, mas não é praticada com frequência hoje em dia, devido aos prolongados anos de estudo que se tornam necessários.

Quando alguém consegue fazer a viagem astral conscientemente, é claro, pode ir ao astral e aprender lá, em questão de minutos, essas coisas que requerem toda uma vida do estudante de Hsuan Hsueh.

Uma das provações pelas quais esses estudantes tinham de passar era a seguinte: antes que pudessem atingir um grau mais elevado, eram mortos e o astral entrava em liberdade. Por métodos especiais, mantinha-se o sangue no cérebro, de modo que nenhum dano ocorresse ao mesmo. Mas o estudante recebia grande experiência no astral, e era então revivificado.

O estudante desperto jamais voltava a ser o mesmo! Sabendo o que era o outro lado da vida, mostrava-se mais cuidadoso com seus próprios atos, em especial com a maneira pela qual os mesmos afetassem as vidas dos outros.

HIPNOTISMO: A maioria das pessoas não compreende a força terrível, latente no hipnotismo. Este jamais, jamais, jamais deve ser utilizado, a não ser sob as condições mais rigorosas.

Qualquer pessoa, a menos que tenha recebido preparo especial, pode ser hipnotizada. Não importa que a pessoa seja extrovertida ou introvertida; qualquer pessoa pode ser hipnotizada.

O hipnotismo é um estado de percepção aguçada. A pessoa hipnotizada percebe apenas aquela que a hipnotizou, sendo incapaz de distinguir entre o certo e o errado.

Alguém que vá ser hipnotizado acredita que o possa ser. Poderá não acreditá-lo conscientemente, mas subconscientemente acredita que possa ser hipnotizado, e assim seu estado

de tensão vem, na verdade, a ajudar em sua hipnose!

No hipnotismo, ocorre uma forma de desassociação. A parte pequena da entidade que tem consciência do certo e

66

errado é expulsa — confinada, restrita, retirada da cena de operações, deixando para trás os nove décimos do subconsciente.

O subconsciente é como um paspalhão, grande e desastrado, que não tem raciocínio, não consegue distinguir o certo do errado, mas de algum modo obteve muitas informações e o poder de se movimentar.

Com o censor, ou um décimo da mente, fora de ação, não há limites para o que os nove décimos possam fazer.

A pessoa que esteja hipnotizando outra poderá dizer-lhe — à hipnotizada — que o revólver totalmente carregado, nas mãos da última, é apenas uma pistola que dispara jatos de água, coisa de brinquedo. Assim, se o hipnotizador convencer o subconsciente da pessoa hipnotizada de que é apenas uma brincadeira puxar o gatilho e fazer espirrar água, o hipnotizado puxará esse gatilho e matará o alvo desse ataque.

É uma coisa terrível hipnotizar uma pessoa oprimida, e assegurar-lhe que ele ou ela passou a ser feliz, porque isso pode tornar os hábitos neuróticos muito mais fortes, e ocasionar o suicídio.

A pessoa que freqüenta festas e hipnotiza outras, apenas como divertimento, é uma ameaça que deve ser confinada a uma cela, trancada à chave, porque pode levar outros ao internamento, como loucos!

Quase qualquer um pode ser hipnotizado, e quando uma pessoa o tenha sido diversas vezes poderá ser levada a fazer qualquer coisa, sendo tudo uma questão de sugerir a ação planejada de tal maneira que a pessoa hipnotizada acredite estar fazendo o bem. Então, assim

persuadida, essa criatura pode ser levada a fazer tudo quanto o hipnotizador desejar. As afirmações por aí encontradas, dizendo o contrário, destinam-se apenas a encobrir o perigo terrível existente no hipnotismo.

O hipnotismo é, na verdade, um crime contra o Eu Maior, porque é um crime mexer no mecanismo controlado pelo Eu Maior. Isso pode levar alguém a ter um carma que necessitará de encarnações sucessivas para ser eliminado. Assim, se algum de vocês tiver o desejo de hipnotizar alguém, ou de ser hipnotizado, pense de novo, e abstenha-se disso.

Nas mãos de um especialista genuíno — e não de um artista de palco — o hipnotismo pode ser utilizado com êxito para sondar encarnações anteriores. Alguém, sempre na presença de testemunhas, naturalmente, e com um gravador de fita funcionando, pode ser hipnotizado de modo gradual,

67

sendo-lhe feitas perguntas acerca de épocas diferentes, antes mesmo de nascer nesta Terra. É necessária muitíssima experiência para que o hipnotizador esteja a salvo, a fim de empreender coisas assim.

AUTO-HIPNOTISMO: Trata-se de um processo pelo qual uma pessoa consegue desassociar o consciente e o subconsciente, e no qual a parte consciente age como agente hipnotizador. Sob certas condições, é possível corrigir maus hábitos do caráter e fortalecer os bons. Mas, voltamos a advertir que não se deve, de modo normal, fazer a auto-hipnose, a menos que se tenha efetuado um exame médico completo, para ter certeza de que se está bem, fisicamente, e — quero aduzir — mentalmente.

O hipnotismo é uma espada de três gumes, ao invés de apenas dois ou um, e deve ser deixada de lado, ficando apenas para os técnicos dignos de confiança.

ICHCHHASHAKTI: Este é o modo mais extenso de dizer "força de vontade". Na verdade, não é apenas a força que nos permite dizer; "Eu posso" e "Eu quero", mas, ao invés, é bastante mais parecido com as ondas elétricas geradas pelo cérebro e que podem, de modo literal, galvanizar e induzir alguém a se entregar a uma forma especial de atividade.

É o poder especial que capacita o Adepto, respirando corretamente, a levitar. A levitação é inteiramente possível e bastante fácil de alcançar, de modo especial se alguém tiver motivo realmente bom para isso.

Essa "força de vontade" é aquilo que nos possibilita ver no futuro, ou futuro provável, e o que nos torna capazes, dentro de medida limitada, de preordenar as ocorrências futuras.

É a força pela qual as chamadas "coincidências" se efetuam.

Não existe um verdadeiro termo ocidental para designá-lo, mas trata-se de um poder especial da vontade, agindo por instigação do Eu Maior que capacita o corpo físico e o corpo astral a colaborarem em medida invulgar, a fim de se obterem certos resultados.

IDA: Esta é uma coluna de nervos sensoriais e motores, no lado esquerdo da medula espinhal. Tais nervos, ou feixes de fibras, têm lugar especial na relação entre os corpos físico e astral. As fibras apresentam-se em espiral, e terminam na narina esquerda. Usando-se certos exercícios respiratórios, podemos promover a palpação do IDA, e despertar certos centros dormentes.

Não me proponho a dar esse exercício especial de respiração, embora outros sejam proporcionados na parte final deste Dicionário. Dar esse determinado exercício poderia causar o mal a alguém que lesse e se adiantasse, sem saber do que se trata. É preciso lembrar que muitas pessoas vão a uma biblioteca, apanham ali um livro e simplesmente copiam um parágrafo ou dois, para assim economizarem no preço do livro. É para proteger essa gente, que deseja correr antes de saber andar, que recomendamos que tal exercício seja omitido.

IGNORÂNCIA: A ignorância é a falta de conhecimento, a falta de sabedoria. Se não fôssemos tão imbecilmente ignorantes, não teríamos tantos problemas e dificuldades. A pessoa ignorante não sabe o bastante para saber que não sabe. Talvez o melhor meio de explicá-lo seja:

Aquele que não sabe e não sabe que não sabe, é um imbecil, evitemo-lo.

Aquele que não sabe e sabe que não sabe, pode ser ensinado, ensinemo-lo.

Aquele que sabe e sabe que sabe, é sábio, sigamo-lo.

ILUSÃO: Em outros planos de existência, este planeta em que nos encontramos é chamado o Mundo de Ilusão, aquele no qual os sentidos nos enganam, o mundo onde as coisas se mostram muito diferentes do que parecem. Gente do "Outro Lado" pensa nos que se acham na Terra como criaturas que têm medo de ir para o Inferno. Pois bem, a Terra é um dos infernos, é onde recebemos o inferno da experiência física e o inferno das ilusões.

Encaramos este mundo a que chamamos a Terra, e pensamos que seja a coisa mais maravilhosa de todos os tempos. Julgamos que todo o Universo e os Universos além foram feitos especial e exclusivamente para esta Terra, julgamos ser as únicas criaturas vivas no espaço; achamos que milhões e bilhões, e trilhões e mais trilhões de outros mundos são vazios, desolados, postos lá apenas para que sirvam de espetáculo para a Humanidade.

Achamos que somos criaturas de tipo divino, cuja semelhança jamais foi vista antes e nunca será vista novamente.

69Isso é ilusão. A Terra é um fragmento minúsculo de poeira e nada mais. A Terra é um dos menores fragmentos de detrito no céu. Pensamos, enquanto nos encontramos nesta Terra, que somos grandes e poderosos, julgamos que nossas riquezas comprarão o Reino do Céu. Mas não existem lojas de barganha além desta Terra. Não conseguimos, a salvação a preços reduzidos, é preciso livrar-nos da ilusão e chegarmos ao significado verdadeiro das coisas. Temos de livrar-nos do egoísmo e dos desejos intensos, temos de livrar-nos do desdém insensível pelo próximo. A menos que estejamos prontos a dar-nos, não conseguiremos receber dos outros. É ilusão julgarmos que isso seja possível.

IMAGINAÇÃO: A imaginação é a visualização de nossos desejos ou medos, a maior força de todas, maior do que a vontade, maior do que o amor. É conhecimento antigo dos psicólogos que, em qualquer disputa travada entre a vontade e a imaginação, esta última sempre vence, e se quisermos sobrepujar a imaginação pela força de vontade bruta criamos um estado neurótico. A imaginação continua vencedora, porque causa um colapso, de modo a sair ganhando da disputa.

Não pode haver amor sem imaginação. Imaginamos os encantos de quem amamos, imaginamos que afinal encontramos nossa "alma gêmea" (coisa tão rara quanto maçãs em uma

groselheira, enquanto estamos na Terra) e imaginamos todos os prazeres, com amor imorredouro, em estarmos casados com tal ou qual pessoa. Diga-se, de passagem, que é preciso muito mais do que uma simples paixão animal para manter duas pessoas em harmonia.

Se a imaginação disser que não faremos isto ou aquilo, nesse caso, por mais forte que seja a vontade, ninguém conseguirá fazê-lo. Você conseguiria, por exemplo, caminhar por uma prancha suspensa acima dos tetos de dois edifícios com dez andares de altura? Por mais firme que esteja essa prancha, nossa imaginação sobrecarregada diria que íamos cair, e nesse caso cairíamos, para o deleite dos espectadores e o proveito da imprensa, que com certeza estaria presente para assistir a tal maravilha.

Se você quiser obter resultados, terá de controlar sua imaginação, de modo que ela e sua amiga, a força de vontade, trabalhem juntas e em harmonia.

70

INDRIYAS: Para dizê-lo de modo mais correto, devia ser "Os Dez Indriyas", porque existem dez órgãos no corpo pelos quais o Eu Maior pode obter diversas informações especializadas.

Existem os órgãos das percepções, os órgãos da audição, da visão, do olfato, do paladar e do tato; e os órgãos de ação mais direta, que são os de excreção, geração, propulsão (pés), tato (mãos) e paladar (língua).

Cada um desses órgãos envia, pela medula espinhal, até o cérebro, informações sobre tudo que esteja acontecendo.

Essas informações são transmitidas ao Eu Maior, que desse modo se acha em contato com tudo que acontece, e tem ciência de todas as sensações. Quando esse sistema de transmissão se rompe, vemos os resultados em um manicômio, onde se acham os pacientes catatônicos.

INTUIÇÃO: Processo mediante o qual o corpo físico tem um lampejo de algo que, em condições normais no corpo físico, não poderia ser sabido.

Como exemplo, alguém pode estar em pé em uma calçada, e ter uma chispa repentina de intuição, de que uma tampa de chaminé ou telha vai cair em sua cabeça. Essa pessoa não estará vendo o objeto, nem o poderá ouvir, mas geralmente olha para cima, a tempo de ver antes que o mesmo a atinja!

Quando as pessoas acreditarem na intuição, e lhe soltarem a rédea, para que se desenvolva e floresça, ela poderá vir a ser coisa muito útil, sem dúvida alguma. Na verdade, o Eu Maior que ainda não estiver preparado para que o corpo seja danificado poderá enviar uma advertência preliminar sobre algum perigo próximo, que assim seja evitado.

Quando se tem a impressão de que alguém está próximo, quando essa pessoa talvez se encontre a uns sete ou oito palmos de distância, isso não significa que se trate de intuição, mas apenas que a telepatia, as emanções áuricas ou uma colisão estejam ocorrendo.

Afirma-se muitas vezes que as mulheres possuem intuição maior do que os homens, e quem examinar algumas das ilustrações do livro *Você e a Eternidade* observará que o etérico e a aura da mulher têm forma bem diferente das do homem, o que confere àquela uma intuição maior.

IOGA: O significado verdadeiro desta palavra é união, junção, ligação. É a união, junção ou ligação de uma alma individual com a Fonte de toda Bondade.

71

Também é utilizada (Ioga) para indicar diversos métodos pelos quais se ensina que tais uniões podem ser efetuadas. Devemos tornar bem claro que alguém pode chegar a tal estado de união sem saber como; os que espiam, sondam e se preocupam em obter "prova" daquilo que não pode ser provado, estão simplesmente retardando sua própria caminhada, e enquanto não adquirirem algum bom senso, ou uma parcela pequena de esclarecimento, não farão esse progresso.

IOGUE: Aquele que pratica o Ioga é geralmente conhecido como Iogue ou Ioguín, mas se trata de uma mulher é Ioguini.

ISHVARAKOTI: Trata-se de um tipo inferior de Avatar. A pessoa que vem a esta Terra pelo bem dos outros, e que normalmente se acha livre dos elos da Terra, de modo que não possua carma terreno, pode ser um Ishvarakoti.

Se ele ou ela estiver lidando com indivíduos em escala menor, será um ishvarakoti.

Um Avatar é muito mais evoluído, e não tem obrigatoriamente de vir deste Universo, em absoluto, nem mesmo do seguinte, ou do outro que existe mais além. Um Avatar é alguém que ensina e restaura às necessidades atuais os ensinamentos antigos.

ISHWARA: Algumas pessoas utilizam esta palavra como significando ou indicando Deus. Isso acontece de modo particular entre os brâmanes.

O significado verdadeiro é "o de Vontade Divina", o Dador Supremo. Trata-se de um Ser Perfeito, que tem compaixão pela humanidade que se debate, porque esse Ser percorreu todos os ciclos de vida e conhece as dificuldades da mesma, tendo sofrido possui solidariedade e compreensão.

JAGRAT: Estado no qual estamos despertos, despertos no corpo, em contraposição a nos encontrarmos adormecidos corporalmente. Estando despertos percebemos o que ocorre ao redor, onde podemos ver, ouvir, falar, sentir, etc.

As pessoas se acham acordadas ou despertas durante o dia, sabem o que se passa ao redor, acham-se em condições de tratar de seus afazeres, mas a maioria não percebe as coisas,

72

enquanto dorme, sendo necessário ter essa percepção antes que se possa fazer viagem astral conscientemente, porque o corpo físico precisa de descanso, mas o astral não necessita dele — pelo menos, não necessita por alguns milhares de anos — e assim é que, se o corpo físico estiver repousando e o astral for apenas mantido em cativeiro, ou vagando sem orientação pelos espaços desertos, há grande desperdício de oportunidades.

JAPA: Palavra que quer dizer "repetição". Nada tem a ver, em absoluto, com a meditação, e indica apenas que alguém repete uma palavra na idéia de que talvez consiga ajuda de outras fontes. Às vezes, isso é possível!

No Tibete, as pessoas costumavam movimentar-se, murmurando: "Om, Om, Om", e às vezes fazendo girar uma roda de orações. Na Índia as pessoas dizem: "Ram, Ram, Ram", quando sentem muito medo ou estão necessitando de consolo espiritual. Presumivelmente, neste último caso, esperam que

Rama, a quem muitas vezes consideram um deus, venha correndo em seu auxílio.

De modo muito parecido, em algumas partes da Europa, as pessoas chamam seu Deus repetidas vezes. Isso é Japa.

JATI: Esta é a posição pessoal da criatura, no mundo físico. Como está você? É rico, pobre, sadio ou doente? Jati se refere unicamente à posição material de alguém, não devendo ser confundido com os padrões espirituais. Também devemos afirmar que, deploravelmente, os que se mostram os mais ricos em coisas materiais são, com frequência, criaturas inteiramente empobrecidas em questões espirituais.

JEN: Esta é uma palavra vinda do chinês. Significa a arte de ser humano, a humanidade. Significa amor e bondade para com o semelhante. Significa ser caridoso e abrigar sentimentos benevolentes para com os semelhantes.

Jen é a base dos ensinamentos de Confúcio.

JIVA: Nome para a unidade viva individual, completa em corpo, mente, sentidos diversos e tudo aquilo que forma um ser humano. De modo geral, essa unidade, esse ser humano, não tem percepção de seu objetivo aqui na Terra, e experimenta o nascimento, o prazer, a dor, a morte e tudo o que forma a vida sobre a Terra.

Com frequência ela se lamenta do destino pouco bondoso que a mandou à Terra, dizendo: "Bem, eu não pedi para nascer, pedi?", sem saber do motivo e despreparada para

aprender aquilo que deve ser aprendido.

Se as pessoas soubessem como é simples morrer, se soubessem que ninguém jamais é deixado de lado ou abandonado, que ninguém jamais vai torrar eternamente, talvez pensassem: "Oh, vou-me divertir nesta vida, pois com facilidade voltarei e consertarei a bagunça feita, na vida seguinte". Assim, eles têm de "beber as águas de Leith", de modo que a recordação das vidas anteriores seja varrida, porque somente quando houverem atingido certo estágio é que poderão saber...

JNANA: Conhecimento, percepção da vida além da vida do mundo. É o conhecimento do Eu Maior, o conhecimento do motivo pelo qual vimos à Terra, do que temos a aprender, e de como aprendê-lo. É o conhecimento de que, embora uma vida na Terra possa constituir experiência terrível, muito terrível, ainda assim não passa de um piscar de olhos, no tempo da Vida Maior.

Aí temos um pobre consolo, enquanto nos achamos aqui embaixo!

JNANI: É uma pessoa que sabe, uma pessoa que segue o caminho do conhecimento, que procura alcançar a Realidade Maior e fugir dos grilhões e dores da vida sobre a Terra. Uma pessoa que consegue aproximar-se desse estágio está realmente a aproximar-se da libertação ou da budância.

K

KAIVALYA: Nesta Terra, a maioria das pessoas não tem percepção do que foram em vida anterior, não sabem qual o motivo que as trouxe de volta à Terra. Elas dizem: "Oh, temos apenas uma vida, vamos aproveitá-la ao máximo!" Aí temos gente cega, espiritualmente cega, mentalmente cega. Quando houverem atingido a situação de Kaivalya, perceberão o que as aguarda no lado daquilo a que chamamos Morte.

Esta palavra, Kaivalya, significa libertação quanto à cegueira e às loucuras do mundo.

KAMA: Desejo ou anseio fortíssimo. É uma recordação dos prazeres e das dores sentidos anteriormente. Com frequência tais recordações são as causas de hábitos tais como fumar e beber.

Uma pessoa fuma por causa de algum prazer imaginado, em relação a esse hábito, ou porque precisa fumar para ser um "adulto". Se as pessoas pudessem, ao menos, lembrar-se de como se sentiram enjoadas na primeira vez em que fumaram, não prosseguiriam nisso.

As pessoas que ingerem bebidas inebriantes... bem, aí temos uma grande lástima, uma idéia estúpida, na verdade, porque os inebriantes expulsam o corpo astral do corpo físico, e eu não posso incriminar o astral por se afastar de odor fétido -tão forte quanto o deixado pelas bebidas deterioradas.

KLESHA Na realidade, existem cinco Kleshas, que são 05 nomes das cinco coisas principais que causam dificuldades às pessoas, fazem com que estas regressem à Terra repetidamente, até não terem mais Kleshas.

Klesha número 1 — a ignorância. E da ignorância vem a vaidade. Quem tiver a ignorância e vaidade não conseguirá perceber os defeitos em si de modo a poder eliminá-los.

O desejo do tipo errado é outra coisa a ser evitada. Você cobiça as coisas que não devia cobiçar? Nesse caso, é melhor que tenha cuidado, pois isso estará impedindo o seu progresso.

A aversão é outro problema dos mais definidos. Ela dificulta a alguém "dar-se" com outrem, faz com que fiquemos desajustados ao lugar, ou será o lugar a nós? Não importa qual seja, pois uma situação é tão má quanto a outra. É preciso adotar o Caminho do Meio, e não se apaixonar com frequência demasiada, porém não se devem odiar as pessoas por tempo em demasia.

A ganância é o quinto problema. Podemos chamar as pessoas de sovinas, avaras,inhas-de-fome, pães-duros, pois elas são mesmo uma cambada infernal, e somente quando alguém se livra da ganância é que consegue adquirir, porque, para repetir um dito antigo, não se pode receber enquanto não se esteja pronto a dar.

Os Kleshas são as coisas que temos de erradicar antes que possamos libertar-nos do ciclo de nascer, viver, morrer, renascer.

75

KOAN: É uma palavra vinda do budismo Zen. As pessoas do Ocidente não conseguem entender coisa alguma em um Koan, por ser ele uma afirmação peculiar que, ao que parece, é carente de qualquer lógica e não apresenta sentido algum. Mas o estudante tem de meditar sobre ele e encontrar uma resposta adequada.

Não é possível qualquer resposta fácil, mas quando ela vem, é geralmente de modo tão repentino quanto o ribombar do trovão; a resposta vem como revelação.

Como exemplo suavíssimo, permitam-me dar o seguinte espécime de um Koan:

"O disco de vitrola e a agulha de vitrola podem produzir música; escute a música do disco, sem a agulha".

É como procurar comparar o abstrato ao concreto, ou procurar falar sobre uma questão tridimensional com alguém que viva em uma só dimensão.

KOSHA: É uma coberta, ou escudo, ou envoltório. Às vezes, é chamado de recipiente. Existem cinco Koshas, descritos em certos upanishads. Encontram-se situados um dentro do outro. O mais interno é o corpo, que se alimenta com comida, isto é, o corpo físico, e se você quer um nome oriental para o mesmo, é a Annamayakosha.

O segundo é o corpo de Prana, sendo essa a parte que mantém juntos a mente e o corpo. O nome oriental? Pranamayakosha.

Em terceiro lugar, temos o envoltório da mente que recebe as impressões dos sentidos. Este contém as mentes superior e inferior. A palavra oriental é Manomayakosha.

Em quarto lugar vem o envoltório, ou corpo, do intelecto ou sabedoria. Este é o começo do Buddhi, e o nome oriental para esse quarto Kosha é Vijñanamayakosha.

O quinto Kosha é o corpo da ventura, muitas vezes designado por Ego. É "um Envoltório de Alegria", e o nome oriental é Anandamayakosha.

KOWU: Palavra chinesa que significa o estudo ou investigação das questões ocultas e retificação de pontos mal compreendidos que ocorreram em estudos anteriores.

76

KRIYA IOGA: Este é um ramo do Ioga, que apresenta três seções. A primeira seção capacita a pessoa a controlar o corpo e as funções do mesmo.

A segunda seção confere a capacidade de estudar as coisas mentais e de aperfeiçoar a memória de modo a podermos obter do subconsciente tudo aquilo que foi aprendido anteriormente.

A terceira dá-nos o desejo de prestar atenção às necessidades espirituais. Proporciona o incentivo de deixar de lado as coisas da carne, e progredir na espiritualidade, ao invés de progredir pelos depósitos bancários que se possua.

Dedicando-se ao Kriya, conseguimos subjugar os Kleshas, que são as maldições da vida humana.

KUMBHAKA: Esta é uma forma especial de respiração, um método ou padrão especial de respirar. Consiste na retenção do alento, entre a aspiração e a expiração, e grande benefício pode ser obtido de sua prática, de acordo com certas regras fixas.

Ao final deste Dicionário haverá uma seção dedicada a diversos exercícios respiratórios, e contamos que você consiga continuar respirando "até ler as palavras que vão daqui àquela seção posterior.

KUNDALINI: Esta é uma força da vida. É A Força da Vida do corpo. Assim como um automóvel não consegue funcionar sem eletricidade para incendiar a mistura nos cilindros, também os seres humanos não podem viver no corpo sem a força vital do Kundalini.

Na mitologia oriental, o Kundalini é assemelhado à imagem de uma serpente enrodilhada abaixo da base da espinha. Quando essa força especial é solta, ou despertada, ela irrompe pelos diferentes Chakras e faz com que a pessoa perceba as coisas esotéricas. Ele desperta a clarividência, a telepatia e a psicometria, e capacita a criatura a viver entre dois mundos, passando de um a outro à vontade, sem qualquer inconveniência.

O Kundalini é uma coisa realmente perigosa, e não se deve tentar despertá-lo sem a supervisão inteiramente adequada de um Adepto. Não se pode fazê-lo pela leitura de um livro!

Se você for imprudente e despertar seu Kundahni do

77

modo errado, isso poderá conduzi-lo à loucura. Uma das coisas mais perigosas neste mundo é tentar despertar o Kundalini sem saber o que se está fazendo.

O ser humano comum é consciente apenas em um décimo. Talvez, na verdade, isso até lhe seja uma lisonja, ao ser humano comum de que falamos! Mas o que desejamos dizer é que, se alguém consegue despertar o Kundalini, torna-se muito mais consciente, pode dominar os outros. Mas, quem desperta o Kundalini perde o desejo de dominar os outros em proveito próprio.

As pessoas indagam, onde, com exatidão, fica o Kundalini, onde é "a base da espinha?"

A força Kundalini, na verdade, começa na metade da distância entre o órgão da geração e o órgão da excreção. Agora, tendo dado essa informação, sugiro que você não procure fazer experiências com o Kundalini, a menos que disponha de um verdadeiro guru que o possa ajudar, e deve ter fé completa nesse guru. Se não tiver guru por enquanto, lembre-se — quando o estudante está pronto, o guru aparecerá, mas este sabe, e o estudante não sabe, quando chegou o momento certo.

A história bíblica de Adão e Eva, com serpente, maçã e o mais, é apenas a história de Eva que despertou seu Kundalini.

"A Serpente tentou Eva", e esta sugeriu coisas feias, a Adão, que com certeza aprendeu

depressa, e deu uma bela mordida na Maçã do Conhecimento. Ora, vejam o que aconteceu a todos nós, pobres seres humanos, desde que isso foi feito!

Você entendeu? Eva, a Mãe de todos os Viventes, da mesma forma que agora é Maria, constitui uma designação mais ou menos geral para a Mulher, em todo o mundo. A serpente é a força traiçoeira do Kundalini, e a maçã é o Fruto da Ciência ou do Conhecimento. Assim sendo, não se imiscua com o Kundalini, senão ele lhe morderá os miolos.

KUTHASTHA: Este é o eu, o verdadeiro Eu Maior, essa parte da pessoa que paira acima de todas as coisas mutáveis do mundo.

Ê esta a parte que nos capacita a sentir amizade por aqueles que nos desejam mal.

Podemos imaginar que este Kuthastha é quem paira acima, olha de lá e supervisiona nossos atos; podemos encará-lo

78

como o Anjo da Guarda, que está sempre observando para ver o que fazemos. Kuthastha é aquilo que se apresenta além de todas as ilusões, aquilo que não pode ser enganado ou corrompido. É o que você terá de tornar-se, com o tempo.

LÂMPADA: Para o oriental, uma lâmpada se assemelha muito a uma vida. A lâmpada é acesa, a chama tremula por período breve, e quando o combustível se esgota essa chama diminui e desaparece, restando talvez uma coluna pequena de fumaça do pavio ainda quente.

Muitas vezes a lâmpada é utilizada nos Ensinos Orientais, a fim de simbolizar a chama da vida, simbolizar a impermanência da existência na Terra, e simbolizar também que nós, por esta vida na Terra, devemos trazer um pouco de iluminação aos que se acham ao redor.

Um oriental adiantado é muitas vezes comparado a uma lâmpada em pé, em lugar isento de correntes de ar, onde não há turbulência que faça a chama tremelicar.

Também se afirma com freqüência, no Extremo Oriente, que é melhor acender uma

vela do que amaldiçoar a escuridão, significando isso que mesmo a luz bruxuleante de uma vela é melhor do que a inexistência de luz. Assim é que todos nós, por mais novos que sejamos na Trilha de Espiritualidade, podemos contribuir com algo para a evolução da humanidade, exibindo a luz de nossa espiritualidade, de modo que os que procuram seguir nossos exemplos possam ter os passos guiados pela luz que nossa própria conduta e nossa própria espiritualidade podem proporcionar.

Vale a pena lembrar que os chamados gestos suicidas dos monges budistas, que se embebem em gasolina e deitam fogo à mesma, também se acham em obediência a um antigo dito budista, no sentido de que é melhor extinguir a chama da vida do que permitir que a do espírito seja conspurcada e aviltada.

Assim, o monge ou monja budista que se incendeia e morre, como lâmpada humana, acredita que ao fazê-lo está apresentando um nobre gesto de protesto contra as intromissões más

79

nos direitos da humanidade, os direitos de acreditar como se deseja e adorar como se quer.

Ao escrever meus livros, que são livros verdadeiros — tudo quanto escrevi é verdadeiro e constitui minha própria experiência pessoal, mas digo isso de passagem — permitam-me repetir que, ao escrever meus livros, principalmente *Você e a Eternidade* e este, estou utilizando como lema a expressão "acendo uma vela", na esperança de que até mesmo essa chamazinha débil possa servir de ajuda e orientação àqueles que não sabem por onde seguir

LAYA: O Kundalini, que, como já vimos, também se chama A Força da Serpente, fica abaixo da base da espinha, pronto a ser despertado e capacitar uma pessoa a chegar à percepção das questões psíquicas.

O Laya Ioga é um sistema de Ioga que se especializa em "despertar o Kundalini". Diversos tantras e mantras são utilizados a fim de aumentarem as vibrações físicas e, desse modo por assim dizer —, dar uma boa sacudidela no Kundahni adormecido, a fim de que o mesmo desperte.

Volto a pedir encarecidamente que levem em conta esta advertência, no sentido de que não se deve tentar despertar o Kundalini sem a percepção absoluta do que se esteja fazendo. Despertar o Kundalini sem supervisão adequada pode dar em insanidade mental, pode levar a coisas horríveis, que acontecerão dentro da mente, pode conduzir diretamente a um hospital de alienados; mas a coisa é pior ainda do que isso, porque alguém poderá fazer coisas terríveis, antes de ser internado em alguma instituição desse tipo.

Despertar o Kundalini é aumentar o Q, I. da pessoa. Isso é porque, no estágio atual de evolução, o homem é nove décimos subconsciente e apenas um décimo consciente. De modo que, despertando o Kundalini, podem-se adquirir alguns décimos mais de consciência, e isso é como colocar um menino pequeno nos controles do mais recente bombardeiro a jato, supersônico, inteiramente carregado e pronto a decolar.

Sendo alguém que sabe, alguém que viu muita coisa, sofreu muito e aprendeu muito, peço que levem cuidadosamente em conta minha advertência: não procurem despertar o Kundalini, a menos que saibam com precisão o que estão fazendo, e até que tenham um guru competente e de mente pura, a seu lado, pronto a supervisionar e protegê-lo de seu eu recém-desperto.

As pessoas ainda têm muito mal em si e, se a parte errada de alguém se apoderar do Kundalini, teremos problemas.

LEI : A referência mais freqüente que se faz à Lei é como a Nobre Trilha Óctupla. Trata-se de um código de vida completo, um conjunto de regras graças ao qual as pessoas podem viver de acordo com a Regra de Ouro, de fazer aos outros aquilo que desejamos que os outros nos façam. Seguindo "A Lei", podemos alcançar um estado budista, de modo muito semelhante àquele pelo qual um cristão, seguindo os Dez Mandamentos, pode progredir espiritualmente.

Como é natural, assim como há a Nobre Trilha Óctupla, ou "A Lei", que se refere a ela, existem outras leis, as leis da natureza, as leis da própria vida. Estas não podem ser desdenhadas, porque as leis da natureza determinam o tipo de corpo que um homem ou mulher terá, e as leis da vida dizem que é preciso seguir certas regras, para que o corpo físico possa continuar até que sua tarefa na Terra esteja cumprida.

Temos um fato em que todas as leis do homem são feitas para o homem. As leis se fazem para governar a multidão, a massa de pessoas que, de outra forma, não possuem um estalão, uma orientação, não alcançaram ainda a posição na qual possam viver de acordo com leis superiores. É preciso lembrar que, quando lidamos com um Avatar, tratamos com uma pessoa que não se encontra sujeita às leis do mundo, porque progrediu de tal modo que pode, ao invés disso, seguir as leis do Universo, ou do universo para além deste.

LEVITAÇÃO: A Levitação é uma coisa muito verdadeira, sem dúvida alguma, e não algo extraído da Fantasia Científica ou Ficção Científica, ou como o quisermos chamar, nem o devaneio de alguém que tenha ingerido álcool em demasia! As pessoas que jamais viram um dirigível do tipo balão de gás não conseguiriam acreditar que uma estrutura tão grande pudesse erguer-se no ar e mover-se nele. Pensemos, por exemplo, na impressão causada em pessoas que jamais viram um dirigível ou aeróstato, que jamais ouviram falar em viagem pelo ar, se repentinamente vissem um zeppelin, ou um dos blimps da Goodyear, percorrendo o céu, talvez jogando lá de cima alguns sacos de areia como lastro. Essa gente não acreditaria em seus

81

próprios sentidos, mas tais coisas não são tão simples quanto a levitação.

Muitas tribos na África não conseguiram acreditar que navios de metal pudessem flutuar na água. O óbvio, para eles, era que um pedaço de metal afundaria na água, e assim as pessoas do interior não podiam acreditar em navios de metal, enquanto não os vissem.

Nós, "seres esclarecidos", sabemos como funcionam os balões de gás, sabemos como os pesados navios de metal podem flutuar, de modo que isso nos permite sorrir com superioridade dos nativos ignorantes que corriam apavorados.

A Levitação é conseguida por uma forma muito especial de respiração que, na verdade, ergue a frequência das oscilações moleculares do corpo, de modo que o mesmo consegue induzir uma forma de contragravidade. Se alguém atingir essa habilidade, conseguirá controlar o peso com que flutua. Quem não for tão habilidoso — bem, espera-se que tal criatura se haja despedido dos amigos e parentes, antes de começar.

No Oriente, nos grandes lamaserias e templos onde se ensinam tais coisas, todas as práticas são ensinadas a portas fechadas, de início, de modo que o pior que poderá acontecer a um noviço é que bata com a cabeça no teto, o que muitas vezes serve para levá-lo a estudar de modo mais assíduo.

A levitação não pode ser efetuada enquanto houver pessoas zombando e olhando, porquanto exige concentração e uma forma especial de respiração. Afinal, por que alguém haveria de se servir da levitação, sem transportar sua bagagem, quando é possível utilizar uma linha aérea comum e ali ter o reconforto de uma aeromoça bonita, ou não tão bonita (dependendo da idade e sexo da pessoa!) a segurar sua mão, quando se sente nervoso?

Certos lamas, antes da invasão do Tibete pelos comunistas, conseguiam percorrer distâncias enormes, com velocidade fantástica. Isso era porque conseguiam efetuar uma forma menos importante de levitação, de modo que, tendo seu peso passado a um bem menor, podiam dar saltos de uns quinze metros de cada vez. Assim é que seguiam, em passadas de quinze a trinta metros de distância entre si.

Sob certas condições, um lama que se encontre desesperadamente enfermo pode utilizar uma forma modificada de levitação, a fim de erguer-se do chão, para poder enfrentar alguma

82

emergência. Naturalmente terá de pagar isso mais tarde, mas a energia poderá ser repostada em parcelas pequenas, no decurso de uma semana, mais ou menos.

LI: Esta é uma palavra chinesa que tem dois significados. Li, em um sentido, significa ritual, ou padrão de conduta — as cerimônias que se utilizam para se entrar no estado mental certo, a fim de se prestar ajuda com as crenças religiosas que se tenha.

Também pode significar a regra de conduta, fazer aquilo que deve ser feito, e não aquilo (por mais prazeroso que seja!) que não deve ser feito.

O segundo significado de Li encontra-se ligado à razão e àquilo que se conhece no

mundo ocidental como "As Verdades Eternas". Aqui temos, é claro, apenas um modo importante de dizer a Grande Verdade, as Verdades Eternas, que todos temos de aprender antes de podermos progredir a coisas mais elevadas, de modo muito semelhante àquele pelo qual temos de aprender as regras da estrada, antes de obtermos licença para dirigir algum veículo por elas.

É curioso notar que existe um terceiro significado para Li, inteiramente oposto à vida certa, inteiramente oposto à correção. Diz respeito, ao invés disso, aos proveitos egoístas.

Li se acha incluído neste Dicionário porque você encontrará a palavra, se estiver estudando as questões ocultas seriamente. Como exemplo. Li Hsueh Chia, é uma forma especial do estudo de Li. Os orientais com tendências ocidentais chamam a isso neoconfucionismo. A menos que você esteja ingressando no ocultismo de modo completo, e procurando cobrir um terreno diferente, pode esquecer esta palavra.

LIBERTAÇÃO: O termo oriental é Moksha, de modo que será melhor consultá-lo para obter-se o sentido de libertação.

LILA: Algumas seitas orientais sustentam a opinião de que Deus, um grande Ser que não se pode visualizar ou compreender inteiramente, criou o mundo e todos os outros mundos, bem como tudo que se encontra nesses mundos como brinquedo, e partes de Deus entraram nos fantoches que eram os seres humanos, os animais, as árvores e os minerais. Assim, a essência de Deus podia viver como todas as criaturas vivas, adquirindo experiência da experiência das mesmas.

De acordo com essa crença. Deus às vezes precisa de outra pessoa para ver o que está acontecendo com alguns de Seus fantoches faltosos, alguns de Seus pequenos animais, alguns de Seus pequenos seres humanos, e não nos esqueçamos de que os seres humanos continuam sendo animais.

Deus, querendo que outrem veja o que está ocorrendo, chamaria uma outra pessoa especial, um Avatar. Muitas vezes alguém não consegue ver o bosque, porque fica vendo apenas as árvores que o compõem, sendo bem sabido que o observador de fera vê a maior parte do jogo,

porque o jogador se encontra ocupado demais para fazê-lo. Assim é que o Avatar se apresenta como espectador, para ver aquilo que o jogador acha difícil observar.

Sob a letra A você encontrará mais coisas acerca do Avatar.

Lila também significa aquilo que é relativo, aquilo que consiste de tempo, espaço etc. Em outras palavras, aquilo que tem a ver mais com o abstrato do que com o concreto.

LINGA: Na verdade, este é um sinal representando Shiva, mas também é utilizado como fático.

Nos dias de antanho, os povos da Terra tinham a tarefa interessantíssima de povoá-la o mais depressa que pudessem. Daí o fato de que os sacerdotes, julgando que quanto maior o número de súditos que tivessem tanto mais poder lhes caberia, criaram uma ordem e a chamaram de Ordem Divina. Essa ordem era no sentido de que todos deviam ser prolíficos e multiplicar-se. As pessoas tinham hordas imensas de filhos, porque isso fortalecia as tribos individuais, e quanto maior a tribo tanto mais poderosa se tornava. Assim, de acordo com a "Instrução Divina" dos sacerdotes, os guerreiros das tribos grandes invadiam as tribos pequenas, matando os homens e capturando as mulheres, de modo a que estas pudessem ser utilizadas para a produção de mais crianças da tribo, que a seu turno poderiam sair e capturar um número maior de tribos menores. A isto também se chama "civilização".

O órgão masculino, ou uma representação do mesmo tornou-se assim objeto de grande adoração, e em diversas partes do mundo de hoje tais colunas de pedra são encaradas com respeito e veneração. Não deixa de ser divertido o fato de que as

84

cúpulas e minaretes das mesquitas e templos, bem como as torres das igrejas cristãs, tiveram origem no símbolo fático.

Na Irlanda, terra antiga, antiqüíssima, na verdade, existem as chamadas "torres redondas". Essas torres cilíndricas e, às vezes, mais altas do que uma torre de igreja tinham um cimo arredondado. Eram símbolos fáticos, símbolos de fertilidade, símbolos destinados a lembrar

a todos que quanto mais numerosa fosse uma nação tanto mais forte ela se tornava, e com maior facilidade poderia vencer as nações menores.

Quando os irlandeses se converteram ao cristianismo, descobriram nova utilidade para suas torres redondas, símbolo fálico: costumavam subir por uma escada especial, dentro da mesma, e espiar lá de cima, de modo a poderem ver se vinham invasores para roubar as coisas de suas terras ou capturar pessoas para usarem como escravos. As torres redondas tinham grande utilidade na vigia contra os ingleses predadores, que encaravam a caça ao irlandês quase como esporte nacional.

Como é natural, os irlandeses viam tal "esporte" com grande desgosto.

Enquanto falamos sobre o assunto, talvez valha a pena mencionar que, além do símbolo fálico do órgão masculino, também existem símbolos do órgão feminino. No Oriente as janelas, portas etc, têm a forma do órgão feminino.

LOKA: Um Loka é um plano de existência, plano que constitui um mundo completo para quem se ache ali. Nesta Terra, porém, somos criaturas sólidas umas para as outras. Os "Fantasmas" são criaturas sólidas para outros "fantasmas". Tudo é sólido e substancial para as criaturas, ou seres, ou entidades, que vão existir naquele determinado mundo ou plano de existência.

Existem diversos Lokas, diversos planos de existência. Levaríamos tempo demais falando sobre todos eles mas, apenas como exemplo, lembremo-nos de que existe o mundo físico da Terra, e aquele mundo que nos é invisível enquanto estamos aqui, mas que se torna sólido quando passamos ao "astral".

Quando nos encontramos no astral, este é um mundo sólido e material para nós. E então o plano acima torna-se, para nós, aquilo que o mundo astral era, quando nos encontrávamos no mundo físico desta Terra. Quanto mais alto sigamos, tanto maior a cadência de vibrações de nossas moléculas físicas e espirituais.

Um Mestre pode ver qualquer um dos Lokas, até sua própria altura, em evolução, com a mesma nitidez como vê as coisas na Terra. Você verá que, quando der polimento ao seu halo e deixar esta Terra, irá para o terceiro dos Lokas, onde descobrirá que as pessoas não são tão traiçoeiras, perversas e irresponsáveis quanto nesta Terra, que é um dos infernos inferiores.

LÓTUS: O Lótus simboliza muitas coisas para o oriental. É um símbolo sagrado da religião no Extremo Oriente, de modo muito semelhante àquele pelo qual o crucifixo serve de símbolo ao cristão.

O Lótus é uma planta que cresce na água mais suja e enlameada, no ambiente mais pútrido, e, ainda assim, por mais fétido que seja tal ambiente, continua puro, imaculado e de todo incontaminado pelo que se acha ao redor.

Uma folha de Lótus repousa sobre a água, mas não se molha. O Lótus não se umedece pela água, em absoluto, e isso pode ser adotado como símbolo da não-ligação, de que falaremos mais adiante.

As pétalas do Lótus apresentam um significado especial e os orientais chegam a fazer referência a Lótus de mil pétalas. Existe o Lótus do Coração, e o Lótus do Cérebro, de mil pétalas, e se você progredir nos estudos e espiritualidade poderá descobrir que um dia alguém apresentará louvor aos seus santos pés de Lótus. Isto não significa que você tenha repentinamente criado raízes, em lugar dos apêndices humanos comuns; significa, ao invés, que você, por algum motivo particular, foi elevado na estima da outra pessoa, e agora ocupa a posição de um Ser Divino.

Se sobreviver a isso e progredir bastante mais, poderá descobrir que você é dos Olhos de Lótus, cu o Lótus poderá ser mencionado com relação a alguma outra parte de sua anatomia. Não importa, a intenção é elogiar.

O significado do Lótus, portanto, é apenas este: o Lótus é conhecido como flor perfeita, com arranjo perfeito de pétalas e folha. Trata-se de planta que faz parte — mas que ainda assim se mantém distante — de seu ambiente. Ela continua limpa e imaculada, em condições que contaminariam tudo mais. É um símbolo de pureza que se achava ao alcance das pessoas menos

educadas e menos privilegiadas do Oriente.

86

M

MACROCOSMO: Palavra que indica um mundo maior, um mundo que se acha além dos limites das coisas carnis desta esfera a que chamamos "Terra".

Enquanto nos encontramos em nosso corpo, estamos no "pequeno mundo" ou, para usar termo técnico — "microcosmo". "Micro" indica coisa pequena, assim como "macro" significa grande.

Enquanto nos achamos neste mundo, estamos, também, em um mundo muito pequeno, toda a nossa existência é coisa pequeníssima, somos súditos do Microcosmo. Parecemo-nos muito com os vermes do lixo, ou lagartas que mais tarde se metamorfoseiam em borboletas. A lagarta se acha confinada ao chão, aos ramos e folhas, mas como borboleta pode voar, entrando em novas dimensões. Assim é que nós, quando deixamos esta forma diminuta de vida em que estamos existindo agora, entramos no Macrocosmo.

MAGICA: A mágica é apenas a distorção de fatos científicos mal compreendidos, ou de fatos que o cientista, em sua cegueira, não consegue compreender.

Para o selvagem, voar em aeroplano é mágica. Para o ocidental pouco menos selvagem, a levitação é mágica. Aquilo que se mostra impossível hoje, porque a "ciência" não o pode explicar com certos fatos estereotipados, é mágica. Quando a ciência se emparelha, tardiamente, com a mágica, esta deixa de existir e se transforma em "fato científico".

O curare já foi, há tempos, a mágica dos feiticeiros selvagens. A ciência dizia que tudo aquilo era devaneio, mas quando a forma mais ocidentalizada de feiticeiro, que se chamou de cientista, investigou a questão, "descobriu" o curare em seu laboratório químico, pelo que tal substância se tornou coisa mais respeitável.

Não nos deixemos desorientar pela "mágica". Ela é formada apenas das coisas que certas pessoas talentosas podem fazer hoje, e que o cientista atrapalhado não conseguirá fazer

nem daqui a cem anos.

MANAS: Este é o poder de pensamento do ser humano. Os seres humanos possuem certo poder, do mesmo modo como um acumulador guarda força. Se uma pessoa não sabe utilizar a

87

força de um acumulador, nesse caso o mesmo poderia não existir, pois não faria diferença. Mas se soubermos como ligar os fios a um acumulador, conseguiremos fazer muitas coisas interessantes com o mesmo, ou com a força que vem dele. O mesmo se aplica ao ser humano; quando alguém consegue voluntariamente valer-se do pensamento em um ser humano, pode fazer boa quantidade de coisas que, de modo normal, seriam difíceis. Quando uma pessoa se acha adequadamente preparada, pode empreender a telepatia, clarividência, psicometria, viagem astral etc.

Atualmente, a pessoa média se encontra na posição de um automóvel que controla o motorista, ao invés de ser controlado por ele. O ser humano que não consegue controlar seu poder de pensamento é uma criatura cega, aleijada e não está realmente vivendo!

Pensamos em um ditador, instigando à histeria uma multidão, e modelando essa multidão como bem entende. Pensemos na histeria em massa de uma multidão de espectadores de futebol. Todos eles têm a mente em uma coisa, e se acontecer algo, por menos que seja, suficiente para desencadear suas reações mentais, pode ocorrer um incidente dos mais graves.

Quando existe qualquer número grande de pessoas pensando em um mesmo assunto, cada uma delas amplia o poder de pensamento da outra, e assim esse poder cresce, da mesma forma que uma bola de neve cresce, ao descer pela encosta do morro nevado. Os ditadores sabem disso, e implantam pessoas excitadas ou histéricas em uma multidão, e esta, recebendo a deixa dos histéricos, logo chega a um frenesi de entusiasmo, raiva, ou qualquer coisa que o ditador deseje.

O Manas pode agir de forma um tanto semelhante à telepatia, pode induzir a histeria coletiva, e pode fazer com que toda uma multidão pense e aja como uma só pessoa.

MANIPURAKA: Este é um dos Chacras, o que se encontra ao nível do umbigo. É o terceiro dos sete centros iogues comuns da consciência, e na terminologia esotérica vê-se designado como A Roda ou Lótus. Chama-se assim porque para um clarividente, ou alguém que possa ver o astral, há "pétalas" abrindo-se ao redor do umbigo, e dependendo do modo de pensar da pessoa, ele pode ser chamado de Roda, com os raios girando, ou de Lótus, oscilando ao vento etérico.

88

A pessoa de boas intenções e que seja razoavelmente pura terá as pétalas do Lótus ou os raios da Roda, como os preferirmos chamar, de cor verde. Isso indica que a pessoa é capaz e está pronta a aprender e ajudar aos outros, tanto quanto possível.

À medida que a criatura se eleva na escala da evolução, as pétalas se tornam cada vez mais amarelas, demonstrando espiritualidade e devoção crescentes.

MANTRA: Mantra, na realidade, é uma designação particular de Deus, mas pelo uso comum é entendido agora como significando outra coisa; é uma forma de oração, a repetição de algo sagrado, mediante o que alguém adquire forças. Se alguém repetir um Mantra consciente e reverentemente, obtém a purificação do pensamento.

Um Mantra somente deve ser utilizado para o bem, jamais para o mal, pois existe um dito antigo segundo o qual "aquele que cava a sepultura para outro poderá cair nela". Assim é que os Mantras somente devem ser utilizados para o bem, usados de modo abnegado, para auxiliar o próximo.

Na Bíblia cristã afirma-se que a fé remove montanhas; o mesmo pode ser dito com relação a um Mantra. O Mantra utilizado adequadamente tem efeitos fortíssimos, e quanto mais é utilizado, tanto mais força ele cria. Aqui temos um exemplo muito simples de como se forma essa força:

Um violinista pode tocar determinada nota em seu instrumento. Se ele apenas tocar a nota, produzirá um som, mas se continuar a tocá-la, poderá fazer com que um cristal se estilhaçe

e desfaça, porque tocando essa nota ele induziu uma vibração no cristal, que com o tempo se torna mais do que a elasticidade do mesmo pode agüentar, de modo que o vidro se parte.

Do mesmo modo, um Mantra aumenta a vibração para o bem ou para o mal, mas quando utilizado para o mal é freqüente que se volte contra quem o pronuncia.

Um Mantra, ou Invocação Sagrada é: "Om Mani Padmi Hum" ou, como dizem os indianos, "Ram Ram Ram".

Devemos compreender que todos os sons e palavras podem influenciar a matéria, podem até mesmo influenciar os objetos inanimados. Provavelmente todos já ouviram a afirmação "a Mente acima da Matéria". Bem, isso é correto, os Mantras influenciam a matéria de acordo com os pensamentos da mente humana.

89

MANU: De acordo com algumas crenças orientais, o dirigente deste mundo é o Manu do mundo, o Legislador do mundo, aquele que dirige as coisas e as controla.

É óbvio que um Manu não poderia cuidar adequadamente de diversos países, com seus tipos diferentes de povos, nem cuidar das diversas cidades etc. Assim sendo, de acordo com o conhecimento esotérico, existe toda uma série de Manus e de Manus menores. Podemos considerar o assunto da seguinte maneira:

O mundo é uma grande firma, com muitas filiais, filiais em todas as grandes cidades do mundo, e superfiliais em todos os países do mundo. Imaginemos, então, que o Manu do mundo (que não é Deus!) seja o Presidente ou o Gerente-Geral. Ele será responsável pela orientação geral, exercerá controle sobre todos os outros "gerentes".

Todas as demais filiais nas cidades ou países terão um gerente-geral que, embora livre para orientar as coisas dentro de certo limite, terá também de seguir as instruções básicas do Gerente-Geral ou Diretor da firma.

Existe um Manu de Londres, existe um Manu de, digamos, Birmingham, Brighton, Hull, exatamente como existe um Manu para Nova York, Pasadena e Santa Fé. Existe um Manu para

qualquer lugar, e existem Manus maiores que supervisionam e cuidam dos países em seu todo.

Se você estuda astrologia, descobrirá que cada cidade e país se encontra sob signos astrológicos diferentes. Dizemos que este país está sob o signo de Peixes, ou Áries, ou Touro, quando na verdade nos estamos referindo às características básicas do Manu. Do mesmo modo, as características de um gerente escocês seriam de todo diferentes das características de um gerente cubano.

Um Manu, portanto, é alguém que viveu durante ciclos de existência como ser humano, que viu e atravessou as dificuldades da humanidade e então, através do progresso, foi nomeado para certo país ou certa cidade.

MAUNA: Significa manter-se sossegado, não falar em demasia. É excessivo o número de pessoas que vivem a falar a todos acerca de suas práticas iogues, ou de suas operações, ou das dificuldades que encontram com a esposa ou o marido. É excessivo o número de pessoas que falam sobre seus estudos

90

esotéricos, dizendo com quem estão estudando, os motivos para isso etc. etc.

É lamentável que as pessoas falem tanto, porque falar sobre o conhecimento que se tem é coisa que dissipa o poder e faz com que o estudante encontre diversas dificuldades. Assemelha-se muito a procurar dirigir um automóvel que tenha um grande furo no tanque de gasolina.

As pessoas falam em demasia, realmente tagarelam. A maioria recebe as coisas por um ouvido e imediatamente as expulsa pela boca, demonstrando que não há capacidade em sua mente para a guarda do conhecimento.

O estudante que fala em demasia demonstra, de modo conclusivo, que não está progredindo na trilha certa. O estudo é uma questão privada, o progresso que se faça é questão privada, de modo que, se você quiser progredir, fique de boca fechada e ouvidos atentos. É este o meio único de progredir.

MAYA: Maya é que engana, aquilo que obscurece a clareza da visão fazendo com que a pessoa tenha ilusões, levando-a com frequência a ter ilusões de que seja muito mais importante do que realmente é. Tal criatura pode ter falado a tal ponto que se convenceu de sua própria importância!

Maya é um dos grandes impedimentos com que temos de lutar. Esta Terra é o Mundo de Ilusão, o Mundo de Maya, e temos de livrar-nos de nossas ilusões, enfrentar a realidade, antes de podermos passar a estágio mais elevado de evolução.

MEDITAÇÃO: A meditação é um sistema pelo qual colocamos nossa mente em ordem, preparando-a, desenvolvendo-a. A meditação consiste em pensar sobre determinado objeto, assunto ou questão, de modo que possamos saber tudo quanto existe para ser sabido a seu respeito.

Podemos meditar sobre uma planta, e depois visualizar a semente plantada na terra. Meditamos sobre a semente, e vemos o rompimento de sua casca externa, o primeiro surgimento da vida em seu interior, os esforços cegos da pequenina raiz a se contorcer pela terra adentro, ou o pequeno caule a se erguer para a luz.

Podemos ver essa pequenina gavinha subindo como um fio branco, e então aparecer na terra, tornando-se verde ou castanha, crescendo, tornando-se adulta, e mais tarde produzindo

91

sementes que poderão cair ao redor ou ser engolidas por aves, ou mesmo levadas pelo vento para serem plantadas em lugares distantes.

Podemos também ver essas sementes cair na terra, e a seu turno ser encobertas e voltar a crescer.

A meditação nos permite, quando estamos preparados, buscar o motivo íntimo, sondar o que de outra forma é desconhecido. Não é concentração, pois esta constitui coisa inteiramente diferente.

MÉDIUNS: Médiuns? Bem, o que são eles? Existem dois tipos de médium; o adivinhador de ruelas escuras, que de algum modo, por algum capricho da mente, pode às vezes receber "revelações" do outro lado da morte. Existem médiuns que não têm orientação, mostram-se errantes, e não apresentam capacidade mediúnica de modo constante. Eles se encontram na mesma posição do feiticeiro selvagem que possui certo poder psíquico, não sabe dizer por que, e tampouco se interessaria em saber o motivo, pois se satisfaz com ter esse poder.

Outro tipo de médium é o homem ou mulher de certa cultura que se adiantou bastante e talvez esteja na Terra pela última vez. Essa pessoa terá mediunidade a maior parte do tempo.

Não significa que uma pessoa seja boa o fato de ela ser clarividente, telepática ou mediúnica de algum outro modo. Significa, somente, que ele ou ela é um pouco diferente. Pode-se ouvir um cantor de voz realmente magnífica, mas ele terá essa voz estupenda, quer seja bom ou mau homem, pois seu caráter nada terá a ver com a voz. Assim acontece com os médiuns — pode haver pessoas más, que são médiuns, exatamente como se pode ter um "vizinho do lado" praticamente santo, como médium.

Um médium mau é o impostor, aquele que explora a credulidade e finge dispor de poderes que não possui. Muitas vezes trata-se de um psicólogo, que conta de modo diferente aquilo que o cliente acabou de dizer!

Temos de torná-lo bem claro: uma pessoa não é médium apenas porque AFIRMA sê-lo. Devemos também esclarecer que um médium mau, como acontece no caso do médium bom, pode ser um "ele" ou "ela", mas em geral os médiuns são como navios — chamados pelo feminino, provavelmente devido a toda a agitação em que vive!

92

Um médium é apenas a pessoa que pode ser utilizada como "um meio para a troca de pensamentos de um plano de existência para outro!" Em outras palavras, é possível a uma pessoa analfabeta falar uma língua que conscientemente não conheça, porque o médium estará apenas transmitindo uma mensagem.

MEDO: Um dos maiores perigos em qualquer forma de estudo do ocultismo é o ter

medo. No Oriente, os professores dizem ao aluno: "Não tenhas medo, pois nada há a recear, senão o medo".

O medo corrói nossa capacidade de percepção clara. Se não tivermos medo, nada, absolutamente nada, poderá prejudicar-nos ou perturbar-nos. Assim sendo — não tenha medo.

Vale a pena notar, de modo particular, que quando alguém está efetuando viagem astral não há necessidade de medo. Os elementais ou entidades astrais não podem prejudicar a pessoa, mas se tivermos medo, bem, eles nos perturbarão — perturbarão nossa digestão, por exemplo. Voltemos a dizer que não se pode ser prejudicado no plano astral, a não ser por si próprio, isto é, ficando assustado e voltando às pressas, com tal afobação que se fique desassociado do corpo.

Se você voltar ao corpo com um solavanco violento e ficar com dor de cabeça, depois disso, o remédio é fácil — volte a descansar e dormir, de modo que seu corpo astral possa entrar no físico e restabelecer-se na localização correta do corpo físico.

MEMÓRIA: É sabido que a mente humana pode conter o conhecimento de tudo o que já aconteceu sobre a Terra. A mente humana é algo parecido com um cérebro eletrônico, no sentido de que certas células armazenam certas recordações, mas um cérebro eletrônico ocupa espaço amplo, e a mente humana tem muitíssimas células vazias, aguardando mais informações.

A humanidade é apenas um décimo consciente. Os outros nove décimos perfazem o subconsciente, e neste existe o conhecimento de tudo que aconteceu na Terra, o que é uma forma de memória racial herdada, porque ao subconsciente vai a informação obtida durante a viagem astral, conseguida junto ao que é o Registro Akáshico.

Mediante preparo adequado podemos enfronhar-nos no subconsciente e dali retirarmos recordações e conhecimento que a pessoa nem sequer julgava estarem presentes por lá.

MENTE: Antes de nos adentrarmos muito em qualquer questão espiritual, precisamos ter a certeza de que nossa mente esteja clara. Precisamos ter a certeza de que ela pode agüentar as

exigências a que será submetida.

A fim de alcançarmos a pureza de mente, devemos associar-nos àqueles que tenham temperamento estável, àqueles que são lúcidos e equilibrados, àqueles que conhecem a verdade do que dizem.

Devemos demonstrar solidariedade para com quem esteja sofrendo e para com a pessoa que não consiga distinguir a verdade da ficção. Podemos ser compreensivos e solidários sem nos ligarmos a gente assim; na verdade, uma associação próxima demais com o tipo errado de pessoas contaminaria nossa mente.

A mente é como uma esponja que absorve conhecimentos. Se for uma boa mente, saberá usar o conhecimento de que se embebeu. Se for má, limitar-se-á a guardar mentalmente o conhecimento não-digerido, levando-o ao subconsciente.

Mais tarde apresentaremos alguns exercícios respiratórios que ajudarão a limpar a mente, mas é preciso lembrar: se você tratar bem sua mente, esta o servirá; se a tratar mal, ela o servirá mal.

MENTE INFERIOR: A mente inferior é aquela parte de nossa pessoa que absorve o conhecimento e o armazena. Se soubéssemos como, do modo como certos orientais o sabem, poderíamos recordar tudo que já nos aconteceu, mesmo ANTES de nascermos.

Na verdade é muito fácil, para quem sabe como, e para quem tem a paciência de praticar. Das pessoas que o podem fazer, diz-se que têm "recordação total".

A recordação total pode, como afirmamos, ser conseguida pela prática, mas não a devemos empreender, senão com uma consciência clara, porque se você tiver recordação total poderá recordar todas as coisas desagradáveis, bem como as agradáveis, e as primeiras freqüentemente aparecem ainda piores, quando as recordamos.

A recordação total encontra-se dentro de nosso subconsciente e, se existir motivo bom para isso, um hipnotizador competente poderá hipnotizar alguém algumas vezes, levando essa pessoa gradualmente a adentrar-se mais e mais nos recantos mais escuros da memória

subconsciente. Isso pode ser usado

94

para descobrir o motivo pelo qual alguém apresenta certas inibições ou medo. Ela também pode ser utilizada para decifrar documentos antigos, escritos em língua que ninguém compreenda, porque, se uma pessoa for levada de volta através do espaço e tempo de seu subconsciente, poderá até mesmo valer-se da memória racial da humanidade. Um caminho muito mais fácil, naturalmente, é efetuar a viagem astral correta, e consultar o Registra Akáshico.

MING: Isto não é, como imaginam muitos, apenas uma peça preciosa de cerâmica guardada em algum museu. Esse "Ming" é algum ornamento antigo vindo do período Ming (ou Dinastia Ming) dos imperadores chineses.

Ming, a que nos referimos, é aquilo que indica o destino. Os chineses acham que o destino é Ming, que Ming é uma ordem dos Deuses lá de cima.

MING CHIA: Os chineses, antes que os comunistas se apoderassem do poder, acreditavam muito em nomes. Os nomes eram palavras de força, os nomes podiam ser auspiciosos ou não. Assim é que Ming Chia é uma escola especial de nomes pelos quais os auspiciosos e os não-auspiciosos poderiam ser determinados, sendo possível dar o nome correto a algo que fosse de importância para quem o fazia.

Os chineses conheciam bem a ciência das vibrações, sabiam que as vibrações adequadas podiam aumentar o poder de um objeto, e assim deram início à sua ciência dos nomes.

MISTICISMO: É a crença de que, pensando em coisas mais elevadas do que este mundo, possamos aumentar nossa posição espiritual. É o alcançar um estado superconsciente, aumentar as vibrações de modo que, embora ainda consciente no corpo, nossa mente consiga receber verdades mais elevadas, realidades mais altas.

O misticismo nada tem a ver com sortilégios ou com magia negra, mas apenas com aquilo que aumente nossa compreensão das coisas que se encontram além da experiência humana física.

MITHYA: As pessoas se acham em servidão, aqui, por intermédio do Mundo de Ilusão. Elas têm valores falsos, crenças falsas e compreensão falsa.

Tudo quanto importa na Terra é quanto, em dinheiro, uma pessoa tenha em sua conta bancária, como nasceu — em que classe de sociedade. As pessoas adoram Deuses falsos, o Deus Maior é o cifrão do dólar. Elas conseguem pensar na viagem pelo espaço, com magnanimidade, mas não conseguem compreender que a mente é maior do que o material, e que o meio mais fácil de viajar no espaço é pela viagem astral!

Mithya é esse estado de falsidade que tem de ser banido, antes que se consiga a libertação quanto aos liames da carne, as ilusões deste mundo, chegando-se assim à compreensão do Eu Maior verdadeiro.

Mithya é algo muito bom para superarmos, pois enquanto não despertarmos e criarmos percepção, estaremos perdendo tempo e voltando à Terra desnecessariamente.

MOHA: É um estado de ignorância, o estado de estupidez, o estado de confusão completa. É causado pela falta de apreciação daquilo que precisa ser feito e daquilo que tem que ficar por fazer.

Moha leva ao pesar e sofrimento. Ao sobrepujarmos Moha, também temos de sobrepujar Mithya, e então, somente então, é que chegaremos ao estágio de MOKSHA: Moksha é a libertação, a liberdade quanto à estupidez crassa, a liberdade quanto à ignorância, a liberdade quanto à confusão.

O objetivo de todos os seres sencientes está em alcançar a libertação, atingir a liberdade, liberdade dos elos da Terra e dos apetites saturadores da carne, alcançando assim aquele estágio que, na falta de designação melhor, chamamos de "Budância".

Não importa que alguém seja cristã, judeu, muçulmano ou budista, pois ainda assim se estará esforçando por alcançar a liberdade quanto ao sofrimento do mundo, e ingresso naquilo a que chamamos Céu, Nirvana, Campos Celestes, e coisas parecidas. Não podemos chegar a qualquer desses lugares desejados, a menos que tenhamos alcançado Moksha.

MORTE: No sentido oculto, é o rompimento do Cordão de Prata, que separa o corpo astral ou Alma do corpo físico.

96

Nada existe a recear na morte, porque esta é tão natural quanto o nascimento. Na verdade, a morte é o processo de renascer em outro plano de existência.

É uma precaução da natureza o fato de que as pessoas normalmente receiam morrer. Existe um medo racial inato à morte, e isso é necessário, porque se as pessoas soubessem como é simples morrer haveria um número maior de suicídios, o que seria mau, pois assim que o infeliz suicida chega ao outro lado da morte é enfiado em outro corpo — como recém - nascido, naturalmente — e terá de viver o resto do período que lhe fora designado.

Todas as pessoas que vêm à Terra estão com os dias contados, isto é, são conhecidos os momentos de seu nascimento e de sua morte. Assim, se alguém se suicidar, é posto no corpo de uma criancinha e mandado de volta à Terra, e Se tivesse apenas alguns meses mais a viver, nesse caso poderia ser um natimorto; se tivesse dois ou três anos mais a viver, a criancinha faleceria com dois ou três anos de idade.

A morte é uma coisa boa. Seria intolerável pensar que vivêssemos nesta Terra tenebrosa por toda a eternidade. A morte é a libertação quanto às obrigações da Terra e nos possibilita evoluir e educar nosso Eu Maior.

MUDRAS : A Hatha Ioga apresenta toda espécie de exercícios estranhos, alguns inofensivos e talvez positivamente engraçados, porém outros altamente perigosos. Os vinte e cinco exercícios dos Mudras não deveriam interessar-nos, a não ser pelo fato de que eu, pessoalmente, desejo fazer a advertência solene de que nenhum desses exercícios deve ser praticado, a não ser sob a supervisão e orientação de pessoa realmente capacitada.

Os perigos são reais. Alguém pode ter uma doença cardíaca que não incomoda na vida comum, mas se tentar imitar uma serpente atacada de dispepsia, nesse caso estará pedindo — e obterá — dificuldades.

É excessivo o número de pessoas que formam um culto ou fetiche de alguns desses exercícios, e superconcentrando-se, conseguem causar malefícios terríveis a si próprias. Que tipo de malefícios? Basta visitar um manicômio para ver!

Existem numerosos exercícios que desempenham algum papel no processo de despertar o Kundalini, e para dar ao

97

leitor apenas alguma informação sobre esse assunto, vou-lhe apresentar um ou dois, apenas como questão de interesse acadêmico.

O primeiro é o Khechari-Mudra. Trata-se de uma série de exercícios que capacitam a pessoa a alongar a língua. Leva diversos meses, é claro, mas quando a língua se acha adequadamente alongada e seus músculos preparados, pode ser voltada para trás de modo a obstruir completamente a garganta. O Adepto — que às vezes sabe o que está fazendo — fecha todos os orifícios do corpo com almofadas oleadas, e então, praticando o Mudra necessário, consegue ficar sem respirar por muitíssimos dias. Isto já foi provado.

Outro exercício, ou Mudra, é o do Viparitakarani. Neste, a vítima ou praticante, deita-se de costas, com a cabeça no chão. Ergue então as pernas, seguindo-as com a parte inferior das costas. Deve suportar os quadris com as mãos, e em seguida os cotovelos recebem o peso do corpo. Às vezes, as pessoas que fazem isso enrolam as pernas em um círculo, mas antes de fazê-lo deviam colocar uma bandeira nos tornozelos para, ao menos, dar uma certa aparência de intuito, ou talvez pudessem amarrar uma folha de palmeira nas pernas, de modo que se pudessem abanar durante tal exercício.

Outra pirueta é o Pasanimudra. A pessoa que se empenha nisso devia fazê-lo em palco, para ganhar a vida. De qualquer modo, trata-se do camarada que enrola as pernas em volta do pescoço, como se estivesse passando um xale no mesmo. É muito mais barato sair e comprar um xale do que pagar ao médico que talvez seja chamado para desatar o paciente emaranhado em tal exercício.

Um outro exercício — Kaki-Mudra — é aquele no qual o coitado contrai os lábios e tenta, por algum motivo, assemelhar-se a um corvo. Em seguida, sorve o ar muito devagar.

Volto a apresentar um ponto de vista pessoal — no Extremo Oriente verdadeiro as únicas pessoas que se entregam a essas cabriolas tolas são os mendigos e aqueles "faquires" que querem ganhar a vida e não têm miolos para consegui-lo de outro modo. As pessoas que fazem tais exercícios são simplesmente acrobatas, contorcionistas, coisas assim.

Tais exercícios não ajudam no aumento da compreensão espiritual de pessoa alguma, e se você desconfia de alguma enfermidade, não se

98

meta nesses exercícios, com o que viverá mais tempo — e será mais feliz.

MULADHARA: Este é outro Chakra. Encontra-se abaixo da base da espinha. É a localização do Kundalini.

A maioria das pessoas contenta-se em dizer que o Kundalini está localizado na base da espinha mas, na verdade, ele se encontra exatamente no meio, entre o órgão da excreção e o da reprodução.

Este Muladhara é um Chakra de quatro pétalas, e quanto mais baixa a evolução da pessoa tanto mais escura a cor vermelha de suas pétalas. No centro das pétalas vermelhas — onde elas se unem —, há a forma ígnea de um triângulo com o centro amarelo situando precisamente o Kundalini.

O vermelho indica as emoções e paixões carnis baixas. O amarelo, que realmente circunda o Kundalini reclinado, demonstra que a força do mesmo pode ser espiritual, se for despertada adequadamente. Mas se for despertada de modo errado, ou no momento errado, para fito errado, pode tomar-se uma chama calcinante que queimará a razão da pessoa e a transformará em um idiota balbuciante.

O Kundalini não deve ser despertado, a não ser por algum mestre experimentado que

realmente saiba o que está fazendo. É melhor esperar, se for preciso, para que seu Kundalini seja despertado na vida seguinte, do que ter de voltar para mais algumas vidas, devido à impaciência que o leve a excitar seu Kundalini para os fins errados.

MUMUKSSHUTWA: Este é o desejo muito forte, de libertar-se dos elos da carne. É o motivo pelo qual tantas pessoas querem fazer a viagem astral, sair do corpo, da argila que as aprisiona, indo a outros lugares e vendo as coisas por si próprias.

É também o desejo de afastar-se das encarnações contínuas, o desejo de regressar ao lar, ao mundo do espírito.

MUNI: É a pessoa que não fala sobre seus exercícios iogues, ou do que está aprendendo, ou o que seu professor disse na última aula, ou o que vai dizer a seu professor, se este não lhe mostrar o que ele quer saber. Muni é aquele que não se dedica ao bate-boca ocioso, aquele que sabe silenciar. Você deve consultar Mauna, aqui, para revigorar a mente!

99

N

NADAS: Existem diversas formas de som. Este, na verdade, é apenas uma vibração, como a visão. Nós chamamos "som" àquilo que pode ser percebido pelos ouvidos humanos ou, de modo mais preciso, por quaisquer ouvidos.

Nadas é uma forma de som que se ouve por dentro, sem a ajuda dos ouvidos. É uma voz da consciência, a voz do Deus interno, a voz de nosso Eu Maior a nos chamar, dizendo-nos o que fazer e — talvez o que seja ainda mais importante — dizendo-nos o que não fazer.

"Acalma-te, e sabe que eu estou dentro de ti". O "eu" que a pessoa "sabe", desse modo, é o Nadas, a Voz Interna. Não se pode errar em nosso estágio atual de evolução, se ouvirmos e obedecermos a essa voz íntima da consciência.

NÃO-LIGAÇÃO: Isto significa exatamente o que diz — a não-ligação com qualquer coisa material. O avaro prende-se à Terra porque está ligado a seu dinheiro; o beberrão fica preso

à Terra porque está ligado à bebida. Se alguém possui um apetite ou desejo forte, quando deixa esta Terra é arrastado irresistivelmente de volta, como um peixe puxado pelo fio do molinete, e trazido de volta a visitar aqueles lugares que apresentam a maior parte do que queremos — dinheiro, bebida, ou o quê?

Fica-se por ali, fantasma desencarnado, apanhado de modo inexorável pela atração do desejo que não foi controlado durante a existência física. A não-ligação significa o domínio de si próprio, o desligamento quanto às atrações e apetites da vida na Terra.

A não-ligação significa a libertação quanto aos desejos que afligem a humanidade. Aquele que tenha alcançado tal estágio, obtendo a não-ligação, auxilia a humanidade, e não ignora a necessidade que a mesma tem de ser ajudada.

NIDANAS: São conhecidos como as Doze Causas de Sofrimento. De nada adianta relacioná-las pormenorizadamente, porque são apenas coisas ligadas à existência material, tais como os apetites da carne e essa espécie de coisa que parece ter sido especificamente planejada para manter o pobre homem sofredor, e ainda mais a pobre mulher sofredora, nesta terra de sofrimentos.

100

Devemos livrar-nos dos Nídanas o mais depressa que pudermos. Existem coisas tais nos Nídanas como orgulho, cobiça, luxúria, raiva, glotoneria, inveja e preguiça. Estas coisas não são desejáveis, não temos de nos conformar com elas, e com um pouco de esforço podemos livrar-nos de todas; quando empreendemos tal esforço, descobrimos que não era tão difícil quanto julgávamos, e passamos a saber que estamos bem no caminho de deixarmos esta rodada terrena para sempre — e que isso, por certo, é ÓTIMO.

NIDIDHYASANA: É uma prática de meditação profunda, a forma verdadeira de meditação, o tipo que nos capacita a obter resultado. Existem três estágios necessários, que são: Em primeiro lugar, lemos ou ouvimos. Podemos ler um texto religioso ou metafísico, ou talvez alguém o leia para nós.

Isso põe informações à nossa disposição, informações essas prontas para o segundo estágio.

Em segundo lugar, dispomos da informação e agora ela tem de ser meditada. Que informação está a nossa disposição? Geralmente pensamos nela, sobre ela e em torno dela, e quando tenhamos pensado de modo que hajamos compreendido toda a questão básica, chegamos ao terceiro estágio.

O terceiro estágio, naturalmente, é Nididhyasana, no qual tomamos uma faceta ou aspecto da informação que nos foi dada no primeiro estágio, e que de modo geral foi meditada no segundo estágio, e então meditamos sobre aquilo que mereceu nossa atenção mais especializada.

NIDRAS: Existem idéias que nos vêm durante o sono. Podem ser idéias vindas durante nossa visita ao mundo do astral. Se as trouxéssemos para o plano físico exatamente como as recebemos, seriam de benefício inestimável para nós. Muitos compositores de música conseguem trazer de volta ao mundo físico uma recordação da música que ouviram no mundo astral, e assim é que eles "compõem" as obras-primas maravilhosas, que ficam na história como peças clássicas.

Infelizmente muitas pessoas não conseguem aceitar a viagem astral e não podem aceitar as idéias que lhes são apresentadas durante uma visita astral. A forma particular de religião que se tenha talvez não tenha mencionado a viagem astral, de modo que o seguidor dessa religião se inclina a julgar que haja

101

algo errado nisso. Desse modo é que as idéias se tornam racionalizadas, transformando-se em "sonhos". A mente humana que é o maior inconveniente da humanidade, forma um quadro racionalizado que deforma completamente aquilo que o corpo astral procura dizer ao corpo físico.

Se adotássemos um caderno de netas e lápis ao lado da cama, e escrevêssemos imediatamente as idéias que nos vêm durante a noite, lembrar-nos-íamos delas pela manhã. As pessoas dizem: "Oh, é tão claro que certamente vou-me lembrar", e depois se voltam na cama, adormecem outra vez, e de manhã esqueceram tudo. É pena, porque muitas coisas maravilhosas são-nos ditas durante nosso "sono".

NIRVANA ."É a libertação quanto ao corpo, libertação quanto aos apetites e glotonerias da carne. Não significa a cessação de toda a experiência; não significa a cessação de todo o conhecimento, nem a de toda a vida.

É incorreto dizer que o Nirvana significa a existência em um estado de nada. Isto constitui um erro absoluto, perpetrado por pessoas que falavam sobre coisas das quais não tinham compreensão correta.

O Nirvana é a libertação quanto à luxúria, liberdade quanto às diversas fomes' da carne. O Nirvana nem sequer é um estado de contemplação bem-aventurada. Ao invés disso, é o cumprimento do conhecimento espiritual, e a libertação quanto a todos os desejos corporais.

Encontrar-se no Nirvana é achar-se em um estado puro, puro no que diz respeito aos apetites das coisas físicas. Mas mesmo quando se tenha chegado ao Nirvana — a liberdade quanto aos desejos carnis — ainda se continua a aprender as coisas espirituais e a progredir, em outros planos de existência.

NIYANA: Isto vem do Haja Ioga, e se refere ao segundo dos Oito Membros desse ramo do Ioga. Refere-se ao encontro das virtudes da pureza, física e mental, e o contentamento.

Indica que devemos ter certo grau de austeridade, antes de podermos compreender a devoção profunda que se deve dedicar ao nosso Deus. Quem não possuir o grau necessário de austeridade, estará tão ocupado, pensando em seus próprios desejos, que não disporá de tempo para pensar em Deus.

102

NUMEROLOGIA: As palavras são vibrações. As letras, sons, são vibrações, e a vibração é uma pulsação, ou uma onda, com pontos culminantes e vales seguindo-se em determinada ordem. Tais vibrações podem receber valores numéricos, a fim de que as identifiquemos.

Alguns sons são agradáveis, do mesmo modo como alguns cheiros o são. Outros são

maus ,do mesmo modo como existem maus cheiros. Se atribuirmos valores numéricos certos, obteremos uma tabela que poderá ser consultada para ver quais os sons que são bons ou os que são maus. Assim é que as pessoas do Oriente têm a Ciência da Numerologia, de acordo com a qual as letras — cada letra individual — possuem um número, e se tivermos um nome, poderemos somar os números que o formam, para ver se o mesmo é bom ou mau para nós.

Certas pessoas descobriram, pela experiência, que se mudarem o nome ligeiramente, chegam a uma vibração harmônica ao invés de terem de sofrer com um nome mau. Assim é que os que sabem conseguem utilizar seu nome completo, ou suas iniciais e sobrenome, da forma que se mostre mais benéfico.

A numerologia, no entanto, presta-se ao charlatanismo, e só devemos ir a um numerólogo que tenha reputação firmada porque alguns dos praticantes desejam unicamente o dinheiro alheio, e não têm a intenção de ajudar a quem os consulta.

O

OBSERVÂNCIAS: Todas as religiões têm certas coisas que seus seguidores devem fazer ou a que têm de obedecer. São as Disciplinas, pois sem disciplina não é possível ter um ser controlado e sensato.

Alguns chamam a estas Observâncias "Estações", como acontece no caso das "Estações da Cruz". É também como acontece com as diversas formas de procedimento, em diferentes sociedades. Nas questões ocultas, existem cinco observâncias básicas ou, se assim o preferirmos, cinco disciplinas básicas a serem seguidas.

Devemos ter um corpo limpo e mente limpa. Devemos estudar nosso próprio corpo, a fim de obtermos pureza de mente. A saúde é necessária, a menos que alguém se esteja dedicando às questões realmente ocultas, caso em que entram em jogo regras diferentes. Mas para a pessoa comum a saúde é

que, possivelmente, não tenha mente tão pura.

Afirmi, acima, que a pessoa necessita de saúde, a menos que se esteja dedicando às questões ocultas realmente profundas, caso em que se aplicam regras diferentes. O leitor talvez se interesse em saber porque tais regras diferentes entram em jogo.

A pessoa média, num estado médio de saúde, encontra-se dentro de uma faixa de vibrações médias, que fazem com que ela geralmente seja incapaz de alcançar algumas "oitavas" mais elevadas. Mas, se alguém estiver com alguma doença, suas vibrações pessoais poderão encontrar-se aumentadas, de modo que a pessoa começa com uma vibração mais elevada do que a comum, e vai a outra mais alta do que a média.

Vemos a mesma coisa no caso de um cachorro, que pode ouvir sons mais altos do que um ser humano, do que dá testemunho o apito "silencioso" para cães. Mas o ser humano pode ouvir sons mais baixos do que o cachorro. Em certos casos, portanto, e apenas em pessoa muito dedicada, a doença constitui vantagem, por torná-la capaz de perceber uma frequência mais elevada de impressões, sensoriais e para-sensoriais. No caso de todas as outras, isto é, de todas, menos as que têm conhecimento positivo — muito positivo — de seu destino, convém cultivar uma mente limpa, em corpo limpo!

Seguindo as disciplinas corretas ou, para voltarmos à nossa palavra-chave, chegando-se às observâncias corretas e à pureza da mente, consegue-se a forma mais elevada de prazer disponível na Terra, podendo-se assim efetuar grande progresso na direção do aumento da estatura espiritual para outras encarnações.

Temos, portanto, uma mente limpa em um corpo limpo. A terceira Observância conduz à eliminação das impurezas do corpo e da mente, e ao cultivo de realizações mais puras e limpas, isto é, a pessoa caminha pela trilha da espiritualidade, afastando-se dos apetites carnis.

A quarta Observância exorta a pessoa a que se associe com as de capacidades melhores e padrões espirituais mais fortes do que os seus. Quanto mais alguém se associa aos seus "melhores", tanto maior a oportunidade que consiga obter alguma "bondade". Pela quarta Observância devemos constantemente

esforçar-nos por nos associarmos com aqueles que podem dar-nos bom exemplo, e conduzir-nos pela trilha da pureza e do desenvolvimento espiritual.

Pela quinta Observância devemos aperfeiçoar o poder de contemplação. Não devemos acorrer cegamente e chegar a decisões instantâneas e mal informadas. Devemos pensar sobre a coisa, examinar a questão, e só então teremos a satisfação de saber que nossa decisão foi tomada apenas depois de uma avaliação cuidadosa de todos os fatos disponíveis.

OBSTÁCULOS; Após havermos examinado as Observâncias e o que elas significam, e como nos podem ajudar, precisamos conhecer os obstáculos que se encontram na trilha do aperfeiçoamento contínuo. Pois bem, o que são esses obstáculos?

Vemo-nos diante de um problema. Parece não haver solução imediata, nenhuma solução, isto é, que seja fácil e aceitável para a "vítima". A pessoa que se vê repentinamente diante de uma escolha que lhe apresenta dois caminhos, ambos desagradáveis, ou que acarretam trabalho ou "perda de prestígio", geralmente adquire alguma forma de doença auto-induzida, que lhes possibilita dizer: "Oh, não posso fazer isso, estou doente!" Ou um observador poderá dizer: "Oh, pobrezinho, não pode fazer melhor, porque está doente!" Um importante obstáculo é, portanto, a nossa sensação de inferioridade, nossa sensação de preguiça, e uma doença auto-induzida, que se forma e proporciona a desculpa que não vale de muito neste mundo, mas que se mostra inteiramente sem valor no mundo além.

Outro obstáculo é a obtusidade, letargia mental ou, como se apresenta mais comum, a preguiça mental. As pessoas adotam o rumo do menor esforço, falta-lhes a capacidade de se fitarem diretamente e verem os imbecis e débeis mentais que realmente são. Se, ao menos, as pessoas enfrentassem a verdade e executassem a tarefa ingrata do melhor modo possível, essa tarefa ingrata logo melhoraria.

Um obstáculo dos maiores é a tagarelice. Um número demasiado de pessoas fala em excesso, com freqüência demasiada, sobre o que em geral quase não conhecem. A tagarelice é uma indicação de cérebro vazio. Alguém recebe certas informações pelos ouvidos, e imediatamente as derrama pela boca sempre aberta, sem dar qualquer oportunidade de guardá-las

nas células cerebrais da memória. As pessoas falam em demasia,

105

porque são (e não apenas se sentem!) inferiores. Falam para enfunar sua própria sensação de importância, manifestam-se sem cessar sobre os assuntos mais mundanos, com um tom de voz singularmente monótono e de maneira singularmente mal informada. Julgam iludir o ouvinte e fazer com que ele sinta que quem está falando é erudito. Ao invés disso, o ouvinte geralmente pensa: "Que idiota cacete e estúpido!" É necessário

controlarmos nosso desejo de falar, porque a tagarelice serve apenas para proporcionar à criatura uma idéia inteiramente falsa de sua própria importância.

Todas essas coisas são obstáculos, obstáculos ao desenvolvimento, obstáculos que nos desviam da trilha do progresso espiritual. Devemos, por todo o tempo, manter presente o conhecimento de que nesta Terra somos passageiros em alguma estação do interior, esperando para chegarmos a algum lugar, e quanto mais dificuldades trouxermos à questão, muito mais longe nos encontraremos. É, na verdade, algo parecido com o jogo de cobras e escadas; descobrimos que nossos pontos vão ter à cabeça de uma cobra, com o que recuamos muito mais até um ponto mais para trás do que quando começamos. Mas, se jogarmos certo, subimos uma escada e recebemos uma promoção imediata!

OCULTISMO: Trata do conhecimento das coisas que se encontram além dos sentidos mundanos comuns do corpo. Nesta Terra, achamo-nos confinados a certos sentidos. Podemos tocar uma coisa e saber que ela está presente, podemos saber se ela se encontra quente ou fria, ou se nos dá prazer ou dor. Esse é o conhecimento mundano, mas o conhecimento oculto trata de coisas que não podem ser apreendidas pelos poderes comuns do mundo. Isto é, enquanto nos achamos na carne, não podemos tocá-lo, somente podemos ter noção dele. Mas, se alguém tem tal percepção dele, poderá tê-lo.

OJAS: É a mais alta forma de energia no corpo humano. Ela parece na aura, inicialmente como uma luz opaca, mas à medida que a pureza aumenta, o azul se torna mais claro, passa a prateado, e depois toma uma radiação dourada.

No tipo mais puro de pessoa, o Ojas se acha alojado no cérebro, onde estimula o

avanço da mesma em direções espirituais e intelectuais que, de modo normal, estariam fora de seu

106

alcance. Quando se vê uma pessoa desse tipo, pode-se também ver o halo ou auréola, ao redor da cabeça.

OLHOS: Todos sabem o que são os olhos, mas o fito pelo qual inclui a palavra aqui é para que possamos examinar o repouso dos mesmos, porque os olhos se encontram entre os órgãos mais usados do corpo.

É essencial que durante a meditação os olhos não sejam forçados. A maioria das pessoas focaliza os olhos em algum objeto imaginário, ou mesmo sobre algum objeto real. Isso é decididamente pernicioso, porque cansa os olhos, obrigando seus músculos a permanecerem em posição fixa.

Devemos olhar para a distância, ao longe, além do infinito, de modo que os músculos dos olhos não fiquem forçados. Podemos, se assim o desejarmos, repousar os olhos deixando-os vagar à vontade mas, naturalmente, não enquanto estivermos meditando. Deixamo-los vagar, de modo que os músculos fiquem em posições variadas, e assim não se situem em qualquer posição determinada o tempo suficiente para que se cansem ou forcem.

Um bom exercício de massagem dos olhos está em colocar as palmas das mãos sobre os mesmos, e depois mover as mãos ligeiramente, a fim de formar com elas algo parecido a uma concha. Isto é, ao puxarmos a palma da mão, enquanto a margem da mesma se encontra ao redor do globo ocular, formamos uma cavidade com pressão de ar diminuída.

Se apertarmos a estrutura óssea do olho, e depois folgarmos de leve a palma da mão, sentiremos uma tensão leve no globo ocular, devido ao fato de que a pressão do ar permite ao líquido do olho empurrá-lo para fora um pouco. Assim, quando apertamos novamente, obtemos o efeito oposto, com que o que temos uma massagem ocular realmente repousante.

OM: É uma palavra de força. Quando pronunciada corretamente, e com o vigor

adequado, de acordo com as circunstâncias, confere grande benefício a quem o faz.

É fato positivo que existem certos adeptos orientais que podem erguer as pessoas dos mortos, pronunciando uma combinação correta de sons. Devemos voltar a frisar, no entanto, que não se devem praticar truques assim sem conhecimento muito especial, e sem motivo muito especial, porque se trouxermos alguém do mundo dos mortos, sem sabermos o que

107

estamos fazendo, revivificaremos uma criatura cujo cérebro já se deteriorou à míngua de oxigênio, e assim teremos um zumbi.

OMTATSAT: É outro mantra. Pronunciando a palavra corretamente, criamos uma faixa de vibrações em movimento, é assim é que, repetindo a palavra algumas vezes, e do modo certo, podemos despertar certos centros internos. Mais uma vez, é preciso frisar que, se a pessoa não estiver corretamente preparada, não conseguirá a pronúncia certa, de modo que repetirá a palavra até que a voz lhe falte e nada acontecerá, quer de bom ou de ruim.

Temos diversos chakras, que se encontram mais ou menos adormecidos, atrofiados ou "adormecidos na argila", como poderíamos chamá-los. Criando as vibrações corretas por todas as moléculas do corpo, porém, poderemos libertar o chakra, de modo que ele tenha a oportunidade de se desenvolver. Isto, no entanto, somente pode ser feito quando alguém tenha motivos puros, quando não esteja procurando demonstrações sem sentido; demonstrações, materializações etc, etc., não passam, afinal de contas, de brinquedos de crianças imaturas, e as crianças não devem ter os poderes que os mantras corretamente repetidos podem despertar.

ORAÇÃO: Há pessoas que oram todos os domingos, mas se esquecem de orar durante o resto da semana. E os cristão riem dos budistas, por repetirem seus mantras. Uma oração é um mantra, um mantra é uma oração.

O intuito da oração é despertar o poderoso subconsciente da pessoa, fazer com que esse preguiçoso trabalho, levá-lo a estimular aquelas partes de nosso corpo ou mente que nos darão o poder de fazermos a nós próprios, o que rogamos que outros façam.

Quando oramos, a mensagem é levada a nosso mestre dos fantoches, o nosso Eu Maior. Se este julgar que aquilo pólo que oramos é essencial para a tarefa que temos a cumprir, talvez consigamos algum auxílio na realização dessa ambição.

Já foi observado que a maioria das pessoas ora por bens materiais e poder, ao invés de o fazer em benefício dos semelhantes.

P

PADMASANA: O leitor o reconhecerá quando eu lhe disser que se trata da conhecida Posição de Lótus. Terá visto estátuas

108

orientais de Buda, que na maioria das vezes é exibido assim, sentado na Postura de Lótus.

O ocidental acostumado a sentar-se em uma cadeira, cujo assento se acha a alguma altura do chão, e na qual ele se senta com as pernas pendentes para baixo, pode achar difícil e estranho sentar-se como o oriental; o homem e a mulher do Oriente sentam-se em uma substância bastante dura, tendo as pernas cruzadas, de modo que as solas dos pés fiquem para cima e, naturalmente, sobre as coxas opostas. O oriental, em tal posição, senta-se ereto, com a espinha reta.

No Tibete, os lamas de alto grau sentam-se nessa posição durante toda a noite, dormem nessa posição, morrem nela, pois faz parte da tradição lamaica oriental que a criatura permaneça consciente o mais possível quando está falecendo, e que se sente ereta.

O samurai japonês sentava-se nessa posição, quando estava a ponto de cometer o suicídio cerimonial, ato mediante o qual ele acreditava poder salvar a honra de sua família.

O ocidental que estuda questões ocultas nem sempre pode sentar-se na posição de Lótus, devido à convenção e por causa de — digamo-lo com clareza penosa — de juntas endurecidas!

Não importa, pois a posição não é de importância vital. A postura de Lótus é, reconhecidamente, muito boa para a meditação, mas a posição realmente adequada a qualquer um é aquela em que a pessoa se sinta o mais confortável, mas que ainda assim mantenha sua espinha ereta. Se você quiser sentar-se com as pernas cruzadas, faça-o, e depois coloque as mãos sobre as coxas. Quando estiver meditando, mantenha a boca fechada, e deixe a ponta da língua apoiar-se de leve na parte traseira

dos dentes. Seu queixo deve cair, de modo que fique quase apoiado no peito.

Seus olhos não devem focalizar coisa alguma, se você o conseguir; ou, caso prefira, devem fixar o infinito. Não devem pestanejar ou divagar, passando de um objeto a outro. O importante, nesse caso, é que seus olhos não vejam.

Se você se sentar como sugerido aqui, e respirar com gentileza e suavidade, bem como num ritmo definido, descobrirá que isso constitui auxílio excelente ao repouso. Naturalmente — para repeti-lo — deve sentar-se com a espinha ereta, a menos que tenha algum defeito que lhe cause dor nessa posição.

PANCHATAPA: Já descrevi isto no livro *A Terceira Visão*. Passei por essa provação, e talvez possa dizer aqui mais uma

109

vez que *A Terceira Visão* contém a verdade, e tudo que escrevi é verdadeiro. Mas voltemos ao Panchatapa.

Trata-se de um tratamento muito rigoroso, no qual a pessoa tem de sentar-se na Posição de Lótus muito justa — justíssima — sem se mover, desde a primeira luz do amanhecer até a última luz do dia haver-se esmaecido, sendo substituída pela escuridão da noite. Não se pode mexer para fito algum, não pode descruzar as pernas, nem sair para "dar uma volta".

É preciso permanecer sentado, sentado, sentado.

De modo normal, acendem-se quatro fogueiras grandes, uma ao Norte, outra a Leste, outra a Sul e a quarta a Oeste, e esses fogos ficam penosamente próximos à pessoa, de modo que

a mesma quase é assada. O intuito está em endurecer a criatura mediante a disciplina severa. Já se soube de pessoa muito experimentada que ficou meditando desse modo por sete dias, isto é, do amanhecer ao entardecer, sentada e imóvel, e

durante as horas da noite dormindo e fazendo refeições que lhe eram negadas durante o dia.

Isso é ótimo para desenvolver os poderes de meditação da criatura, porque quem não medita é oprimido pelos desejos corporais etc, mas quem medita "sai deste mundo".

Não estamos recomendando, é claro, que os ocidentais façam coisa assim, porquanto isso requer preparo intenso.

PANDIT: Muita gente se deixa impressionar a fundo, quando ouve falar no Pandit Fulano, ou Pandit Beltrano.

Alguém pode chamar a si próprio "Pundit", ao invés de Pandit, mas quer seja Pandit ou Pundit, ou Pundit ou Pandit, dá precisamente no mesmo.

"Pundit" é um nome oriental para alguém que estudou a fundo as Escrituras e diversos livros religiosos. Pode-se dizer que, na religião cristã, isso se aproxima do pregador leigo, sem passar daí.

Em outras palavras, um pregador leigo pode ocupar certas funções na Igreja, mas ainda assim não ser um sacerdote ordenado, e um Pundit ou Pandit ocupa mais ou menos a mesma posição, ou falta dela.

PARA: Usado ao se referir àquilo que se encontra além da Trilha Ócupla. Para torná-lo mais claro, encaremo-lo como sendo supremo, superior.

Temos Para-Bhakti. Isto indica alguém que oferece sua devoção ao Deus a quem adora. Significa uma pessoa devota.

Outro uso do "para" está em Para-Vidya. Esta palavra composta se refere a, e significa, conhecimento supremo. Se o leitor estivesse na Índia, verificaria que os brâmanes são os que utilizam o Para Vidya com mais continuidade, e quase adquiriram o monopólio dessa palavra, utilizando-a com freqüência muito maior do que qualquer outro seguidor religioso, porque para eles a mesma indica o grande, o puro, o supremo conhecimento que foi o de Brahma.

PARAMATMA: Esta é outra palavra do nosso velho amigo, "para". Neste caso, refere-se ao Eu Supremo, o Atma Supremo, aquele que se encontra muito acima da carne. É o nosso Eu Maior pessoal, que controla o corpo humano quando se acha na Terra e em outros planetas.

É muito mais conveniente dizer "Eu Maior", pois nomes tais como Paramatma, Atma ou Jivatma simplesmente levam à confusão.

PAREDE (OLHAR) de: Os monges budistas, quando estão meditando, procuram sentar-se parecendo inteiramente destituídos de expressão, procurando ficar inteiramente imóveis, e assim se diz muitas vezes que o monge tem uma expressão tão vazia quanto uma parede!

PAZ: A paz é a ausência de conflito, interna e externamente. A paz é quando alguém e seu ambiente se encontram em harmonia, ao invés de estarem em conflito. Muitos dos que se dizem "pacíficos" atravessam um interlúdio, ou repouso, em toda uma série de vidas. Para eles — que estão apenas marcando tempo — as coisas transcorrem pacificamente, como em uma lagoa profunda e plácida, sem ondulações na superfície.

Mas não temos bom sinal, quando vemos que a vida inteira de alguém foi demasiadamente pacífica, pois isso demonstra que tal criatura não efetua grande progresso! Para meditar com êxito, é preciso evitar o conflito íntimo, embora o Adepto consiga meditar mesmo quando exista conflito externo: um Adepto, na verdade, consegue meditar quando se encontra cercado pelos membros entusiasmados de alguma banda de música das mais ruidosas, que esteja em uma de suas execuções domingueiras.

Tal exercício não é recomendado porque, a menos que se tenha alcançado determinado estágio, pode vir a ser um processo perturbador.

PECADO: O que é o pecado? Aquilo que um grupo de sacerdotes, em qualquer época, considera indesejável. Na verdade, trata-se de um termo bastante carente de sentido. Na época em que nos encontramos, a procriação mais parece ser um pecado, porque se afirma que os filhos nascem no pecado. E como poderia ser? Sem a procriação, não haveria raça humana, nem sacerdotes.

Os "pecados" incluem o orgulho, cobiça, a sensualidade, a raiva, a gula, a inveja e a preguiça. São esses os pecados principais, os maiores, e todos os demais advêm deles.

O orgulho, naturalmente, não passa de uma incompreensão de nossas capacidades, A cobiça desaparece quando o objeto cobiçado foi obtido. A sensualidade constitui outro nome para o impulso sexual, sem o qual a raça não continuaria, e o sexo era apresentado nos dias de então como recompensa pelos sacerdotes, destinado àqueles que lhes obedecessem.

O sexo, na verdade, é hoje encarado como pecado capital, mas costumava andar em grande favor por parte dos sacerdotes, para atraírem assim o populacho aos templos. Aqueles costumavam promover espetáculos que poriam em pé os cabelos de qualquer um de nós em nossos dias. Também costumavam determinar, por lei, que toda mulher solteira do país uma vez por ano, se prostituísse a qualquer homem que, no interior do templo, lhe oferecesse dinheiro.

O pecado é aquilo que era considerado, pelos sacerdotes, como algo que possa enfraquecer sua própria força, debilitar-lhes o poder. O meio melhor de evitar o pecado é seguir rigidamente a regra: "Faze como queres que te façam a ti". Mas se você não quer que lho façam, evite fazê-lo a qualquer pessoa. Assim agindo, assim vivendo, estará a salvo.

PEDRA DE TOQUE: Há muitos séculos, quando o mundo era um lugar muito mais sábio do que hoje, antes da era das aspirinas, comprimidos e diversas drogas tranqüilizantes, os sacerdotes e os homens de conhecimentos dispunham de métodos com os quais acalmar alguém que se mostrasse nervoso ou irritado ou, de algum modo, "descolorido". Eles fizeram as "Pedras de Toque Tranqüilizante". Tais pedras especiais recebiam forma muito particular, de modo que, esfregando-as com suavidade, era possível obter uma impressão tátil agradável, que tranqüilizava alguma mente perturbada, impedia que alguém contraísse, úlceras e ficasse com mau gênio ou

histeria.

112

PEDRAS: As pedras são materiais que podem exercer influencia enorme em nós, em nossos pensamentos, sobre nossa saúde e fortuna. Assim é que ao final deste dicionário existe um suplemento especial (Suplemento B) dedicado exclusivamente às pedras, sua natureza, influência etc, e aconselhamos o leitor a estudá-lo com atenção.

PERCEPÇÃO: Temos de "perceber", antes de conseguirmos qualquer conhecimento. Como exemplo disso, o estudante ouve primeiramente aquilo que lhe dizem. Em segundo lugar, examina o que lhe disseram, e com base na informação de que passa a dispor, forma seu próprio juízo, chega às suas próprias conclusões, e obtém algumas idéias próprias.

Em terceiro lugar, a pessoa que passou pelos dois estágios anteriores e já não é um estudante, alcançou a essa altura o estágio no qual pode perceber as coisas logo de início, sem que seja preciso dizer-lhe, sem que seja preciso ajudá-la.

Provavelmente já se adiantou o bastante, a essa altura, de modo que pode sair do corpo e visitar no astral o "Salão de Memórias", onde poderá consultar o Registro Akáshico para ver o passado, o presente e as probabilidades do futuro. Quando alguém chegou a esse estágio, diz-se que alcançou a Era de Percepção.

PESCOÇO: O pescoço é essa passagem estreita que liga o cérebro e a cabeça ao corpo; se não funcionar bem, não podemos esperar que as mensagens cheguem do cérebro aos diversos centros, porque, se nossas artérias estiverem apertadas no pescoço, não recebemos um suprimento adequado de sangue no cérebro. Se houver pressão sobre os nervos do pescoço, diversos impulsos-sentidos são retardados ou inteiramente obstruídos em sua passagem do cérebro ao torso.

Vale a pena fazer alguns exercícios que tem um fito definido, exercícios esses destinados a libertar as artérias e nervos. Isto não tem, obrigatoriamente, de ser confundido com a Ha-tha-Ioga nem com o ocultismo, pois nada existe de oculto em tal exercício, que serve apenas para fazer com que o leitor se sinta melhor.

Eis como agir:

Sente-se do modo mais cômodo possível, em uma cadeira dura do tipo usado na cozinha. Deve ser uma cadeira dura, com respaldar, uma poltrona estofada não serve.

113

Sente-se ereto, com as mãos nos joelhos. Mantenha a cabeça ereta por um ou dois segundos, e depois volte a cabeça devagar para a esquerda, até onde ela puder ir. Faça um esforço e leve-a a seguir mais um pouco, porque ela o fará, indo além do que você julgou possível de início. Depois, bem devagar, faça-a voltar ao centro, de modo que esteja novamente olhando para a frente. Faça uma pausa por um ou dois segundos e depois vire a cabeça para a direita, até onde puder. Como ocorreu antes — force-a, para que vá mais um pouquinho à direita.

Faça isso, de modo que consiga perceber a "ferrugem" saindo de suas juntas não usadas na espinha, faça-o de modo que realmente sinta os ossos rangendo. Faça-o diversas vezes, e depois volte a sentar-se ereto — oh, sim, já se terá inclinado, a essa altura! — e efetue uma pausa por momentos, enquanto respira fundo diversas vezes, realmente fundo, prendendo cada alento por, talvez, dez segundos a seu turno.

Quando houver feito isso por meio minuto, mais ou menos, deite a cabeça o mais possível no ombro esquerdo, de modo que a orelha se apóie no ombro, e quando o conseguir, empurre mais a cabeça, de modo a amassar a orelha. Mantenha-a lá por um segundo, e em seguida deixe a cabeça voltar à posição ereta. Depois de um segundo, mais ou menos, faça o mesmo com o ombro direito. Não se esqueça de fazer com que a cabeça desça sempre um pouquinho mais do que é realmente cômodo. Em todas as pausas entre as alterações de postura deve respirar fundo e depois exalar completamente.

Agora, o passo seguinte — volte a respirar fundo e a exalar completamente. Em seguida, respire fundo e deixe a cabeça baixar até onde puder, de modo que o queixo se enterre no peito. Afunde-o mais um pouco, de modo que o pescoço chegue a ranger ou estalar. Deixe a cabeça voltar à posição normal, descanse por algum tempo enquanto está respirando fundo, e então faça com que ela vá para trás o mais que puder.

É preciso ter cuidado, em qualquer desses exercícios, para não se mover com rapidez ou violência tais que venha a magoar-se. Mediante a prática, você conseguirá mover-se mais e com mais facilidade.

Após esses exercícios, sente-se com as mãos na nuca, e massageie o pescoço com os dois polegares. Verificará que isso o ajudará, e talvez o auxilie a concentrar-se.

114

Temos de frisar mais uma vez que tais exercícios não o ajudarão em questões metafísicas; na verdade, nenhum exercício físico ajuda nas questões ocultas. Os exercícios físicos ajudam o físico, a menos que forcem alguma coisa, e você jamais encontrará um Adepto no Extremo Oriente fazendo tais exercícios, a não ser por motivos puramente físicos. No que toca aos exercícios ocultos, há coisas inteiramente diferentes a fazer, e as mesmas nada têm a ver com o físico. Muitas pessoas se dedicam a posturas absurdas, enganando-se em que sejam grandes ocultistas quando, na verdade, nada podem fazer nesse terreno, de modo que se dedicam aos exercícios físicos, conferindo-lhes nomes pomposos.

PINGALA: Esse é um canal no lado direito da medula espinhal. Contém fibras sensoriais e motoras, que têm a ver com a vida física da pessoa, bem como com a metafísica.

O Ida é tubo semelhante ou coluna, e quando o Pingala e o Ida podem ser controlados à vontade pela pessoa na qual se acham localizados, o tempo, as substâncias e a distância não têm qualquer significado, não sendo mais um impedimento.

Quem se acha nessa situação estará, então, na posição feliz de poder dizer: "As barras de prisão não formam uma gaiola".

As pessoas com tais capacidades podem realizar a viagem astral consciente, bem como a telepatia, clarividência e, sob condições adequadas, também a levitação.

PLANOS DE EXISTÊNCIA (Fantoques): Muitas pessoas não conseguem compreender o que são, e porque o são! Espantam-se com os motivos pelos quais uma pessoa

todo-poderosa, como o Eu Maior, seja constrangida a lidar com um minúsculo e pobre ser humano. Bem, a coisa não é tão simples!

O Eu Maior é como um acionador de fantoches. Exatamente como o manipulador de fantoches pode controlar os cordões de diversos fantoches ao mesmo tempo, também o Eu Maior pode fazê-lo com os Cordões de Prata de um número bem considerável de pessoas. Alguém pode encontrar-se na Inglaterra, e haver outra pessoa na África, Austrália, ou mesmo em outro planeta; pois ainda assim é possível que se encontrem sob o controle do mesmo Eu Maior.

Poderíamos dizer que tais criaturas são como habitantes de mundos paralelos, porque de acordo com algumas crenças, tudo que já aconteceu e vai acontecer tem um denominador comum. O passado, o presente e o futuro são um só. É como

115

estar no chão, em uma rua, onde não podemos ver além da esquina, de modo que chegar a esta é o futuro, para nós. Mas, se subirmos em um helicóptero, conseguiremos ver aquilo que está próximo da esquina, de modo a vermes claramente o futuro.

Por toda a História houve casos nos quais homens ou mulheres repentinamente ficaram "possessos", e fizeram coisas de que, em condições normais, eram inteiramente incapazes. Examinemos o caso de Joana D'Arc: aí tivemos uma jovem que passou muito tempo sozinha, afirmando-se que ouvia vozes, e que estas a exortaram a dirigir o país. Ela o fez, tornou-se igual a um homem, envergando armadura e conduzindo guerreiros às batalhas.

Sabem o que realmente aconteceu? Os cordéis dos fantoches se embaralharam. Joana D'Arc, uma jovem, teve seu Cordão de Prata emaranhado com o de alguém, talvez em outro país, talvez em outro planeta, que tinha de fazer certas coisas. Joana racionalizou, e levou as vozes a dizerem as coisas que se aplicavam à sua própria vida. Não se pode deixar de imaginar o que teria acontecido ao jovem que deveria assumir o comando de seu país. Ter-se-á ele tornado uma meça, que passava grande parte do tempo sozinha, devaneando?

Existem mundos paralelos, existem mundos que não podemos ver porque são de vibração diferente. Podemos ver a luz mas não podemos ver as ondas de rádio, embora as

mesmas viagem com velocidade bastante parecida. Podemos ver este mundo em que vivemos agora, mas o que dizer, se outro mundo se sobrepujasse ao mesmo? Não conseguiríamos ver esse outro mundo, assim como não conseguimos ver as ondas de rádio, mas em nosso sono, em nossa viagem astral, poderíamos visitá-lo.

Já vimos grupos de pessoas, talvez toda uma família, que se mostram inteiramente unidas umas às outras, que agem como um grupo, com interesses idênticos, tornando-se abatidíssimas quando algum de seus membros se afastou. Tais pessoas, os membros de uma família, podem ter sido, todas elas, fantoches de um Eu Maior. A maioria das pessoas, no entanto, faz parte de um grupo, isto é, podemos estar aqui, neste país, e termos equivalentes em outros países, ou em outros planetas, sendo esse o motivo pelo qual, às vezes, temos conhecimento de um país, sem havermos estado conscientemente no mesmo. É esse

116

o motivo pelo qual podemos possuir conhecimento completo e claro de outro planeta.

PODER: Toda criatura viva, quer seja humana, animal ou mesmo vegetal, procura o poder. Na floresta, as trepadeiras do chão estendem-se pela terra, até a árvore mais alta. Elas crescem e sobem até os galhos mais altos, e extraem mais poder da luz solar. A planta cresce, e ao fazê-lo estrangula aquela que foi seu hospedeiro a contragosto. Pensemos na hera que envolve um velho abeto; tiremos a hera e vejamos as marcas profundas que ficaram na casca da árvore.

O animal forte procura dominar os semelhantes mais fracos. Seu pensamento é que, dominando, nada tem a recear, pois se os demais lhe tiveram medo, terão também medo de atacar.

Os seres humanos procuram o poder pelo mau emprego do dinheiro, ou pela importância que atribuem a si próprios. Outros buscam o poder, afirmando serem elevados em alguma crença religiosa e dizendo aos demais que haverá diversas torturas, tormentos ou sofrimentos, a menos que a pessoa mais fraca obedeça à mais forte.

Aqueles que abusam do poder deviam lembrar-se do seguinte: "Que o homem poderoso seja generoso com os pobres e necessitados, pois o ciclo da vida gira, como a roda de uma

carroça, trazendo a riqueza a um e pobreza a outro, a felicidade a um e o sofrimento a outro, e ao girar por vida após vida, cada uma destas sendo como um raio da roda, os ricos se tornam pobres, estes se tornam ricos, e aqueles que sofrem agora terão felicidade, enquanto aqueles que se acham transbordando de

alegria, sem ajudarem ao próximo, conhecerão as dores do sofrimento, do pesar. Assim é que o poderoso deve ser misericordioso, prestativo, prestando ajuda e socorro aos que necessitam, para que, a seu turno, receba ajuda dos outros".

O verdadeiro poder enquanto nos encontramos na Terra, entretanto, é aquele conferido pela meditação. Meditando-se corretamente, podemos obter:

1. Acesso livre ao Registro Akáshico. Isso nos proporcionará o conhecimento de tudo quanto aconteceu no passado, não apenas a nós, mas a todo o mundo e a mundos além. Saberemos, também, de coisas que estão acontecendo na época atual e, se tivermos motivo para

117

isso, poderemos ver o Registro Akáshico das probabilidades do futuro.

2. A comunicação telepática com os animais; trata-se de uma experiência das mais recompensadoras, porquanto os animais possuem inteligência elevada, que não é compreendida pelos seres humanos.

3. O conhecimento das vidas anteriores que tivemos, e das vidas anteriores de outras pessoas. É um conhecimento obtido por métodos outros que não as incursões no Registro Akáshico.

4. A comunhão telepática com aquele de estatura espiritual igual, não importa a que parte do mundo pertençam, não importa se acham fora deste mundo.

5. O conhecimento do momento da morte provável, que nos capacita a providenciar para que as dívidas estejam pagas e a consciência clara.

6. Clarividência. A capacidade de ver lugares distantes, de ver os acontecimentos e as

probabilidades de acontecimentos.

7. A meditação nos capacita a controlar a matéria, Existe o poder da Mente sobre a Matéria, e quando o obtemos, podemos fazer viagens astrais, porque estas são coisas muitíssimo simples.

PODERES OCULTOS: Os poderes ocultos vêm a nós após anos e mais anos de preparo, e após vidas sucessivas de experiência.

No Oriente, o número 8 é sagrado, acreditando-se que confira diversos poderes "mágicos". No mundo do ocultismo existem oito realizações principais, mas não se podem ter poderes ocultos, a menos que se deixem de lado os pensamentos de dominar os outros. Como exemplo, os anúncios a dizerem;

"Domine os outros pelo hipnotismo", estão prestando um grande desserviço ao mundo, incitando as pessoas a más ações. Só se pode chegar aos poderes ocultos quando se tem certeza absoluta de que não se vai usar tais poderes para fitos errados.

Os Adeptos superiores jamais aconselham os estudantes a que visem a todas as oito realizações ocultas; ao invés disso, devemos progredir devagar, por estágios cômodos.

É melhor tentar cultivar a capacidade no plano mundano, antes de nos dedicarmos aos poderes ocultos, porque se desenvolvermos os mesmos antes de sermos bastante puros para

118

controlá-los, eles controlarão a pessoa que os desenvolve e isso poderá ser fonte de muito pesar!

POLTERGISTAS: Existem certos dementais que se especializam em incomodar os seres humanos. São chamados poltergistas, traquinas como macacos e, naturalmente, destituídos de poder de raciocínio.

Existem muitos dementais do tipo poltergista. De modo normal, não têm o poder

etérico de movimentar qualquer objeto material, pelo que buscam alguma menina (ou mesmo um menino, embora este tenha menos poder) que esteja entrando na puberdade, uma jovem de doze a quatorze anos de idade, que disponha de muita energia etérica sem direção e a ponto de canalizar-se para a idade adulta. O poltergista obtém energia — energia etérica — da jovem, e com essa energia os objetos podem ser movidos, por exemplo, uma cadeira pode ser virada, quando não há ninguém por perto.

Não é necessário à fonte de energia (a jovem) estar no mesmo aposento, embora seja preciso que se encontre a uma distância inferior a uns quinze metros da manifestação.

Os poltergistas somente efetuam manifestação quando os seres humanos se encontram assustados. O elemental, sempre destruidor, deseja apenas aterrorizar os seres humanos, e quanto mais assustados estes se puserem tanto maior será o prazer obtido pelo elemental.

PRALAYA: Os cientistas acabaram de descobrir o que os seres humanos comuns sabem há muitos séculos; os seres humanos e os animais precisam dormir, após certo número de horas, pois de outra forma a vida não poderia continuar. Eis algo que a ciência oriental sabe há séculos — todo o Universo tem de "dormir" a intervalos determinados.

Com intervalos prolongados, todo o Universo dorme, e a isso se chama Pralaya. Existem os diversos períodos, de acordo com a crença hindu, e após cada ciclo desses períodos o Universo dorme enquanto novos povos estão sendo "planejados" e novos mundos também. Essas coisas podem ser observadas no Registro Akáshico.

PRANA: Existem dois conceitos expressos por esta palavra. O primeiro é o de que se trata de um Chakra ligado ao plexo cardíaco. Este Prana controla o estado e saúde do coração.

119

Acha-se ligado àquele feixe de nervos no coração que ministra um choque ao músculo cardíaco, fazendo com que ele bata dentro de certo ritmo.

Esta forma de Prana aparece na aura com uma cor amarelo-alaranjada, que tende a adquirir tonalidade avermelhada nos que alimentam desejos muitos fortes, de natureza animal

inferior, tais como a entrega excessiva ao sexo ou alimentação.

O segundo Prana é muito mais conhecido da pessoa comum. Acha-se ligado à respiração e ao controle respiratório. Não o examinaremos aqui, porque no Suplemento A, ao final deste Dicionário, teremos uma série de exercícios respiratórios seguros, inteiramente sadios.

PRAZERES E DOR: Os mecanismos têm controladores de velocidade. Uma vitrola, por exemplo, tem um controlador que limita sua velocidade, mantendo-a constante de maneira que o disco gira com a rotação certa, apresentando a música como esta deve ser executada.

Também os seres humanos têm dispositivos controladores e esses são, num extremo, o prazer e, no outro extremo, a dor. O ser humano médio vive em alguma parte entre esses dois extremos; aprende a evitar a dor, para que possa sentir o prazer através da falta de dor. Aprende também, para seu pesar, que alguns prazeres podem causar dor. Nos primeiros estágios do Homem, há a letargia e a falta de vontade de fazer qualquer esforço, há o desejo de não fazer nada. O selvagem não caça, a menos que seja assaltado pela fome. Tendo descoberto que a comida traz prazer, inclina-se a comer em demasia, descobrindo então que isso lhe traz dor.

O prazer, a dor, o prazer, a dor. O ciclo de prazer alternando-se com a dor ensina-nos o que pode ser e o que não pode ser. Tendo prazer que se transforma em dor, o ser humano pára de se entregar excessivamente ao prazer, antes que o mesmo seja suplantado pela dor, e assim tem início uma forma de inteligência.

O Adepto aprende a não experimentar prazeres elevados, senão terá dores baixas. Aprende que precisa manter um temperamento uniforme, de modo que não seja assaltado pelo prazer ou pela dor. Assim é que aprende a controlar o corpo e, obtendo isso, consegue fazer a viagem astral, a clarividência; progredindo, poderá mais tarde obter a desassociação quanto ao corpo, de modo que o podem trancar em uma cela de eremita

— e ficar ali fechado anos seguidos, sem qualquer luz. Em tal situação, podem dar-lhe de comer de dois em dois ou de três em três dias. Durante o resto do tempo, ele se acha desassociado do corpo, e sua forma astral sobrevoa as montanhas, os oceanos, os continentes.

Achando-se assim desassociado, pode visitar todos os países do mundo, e nada constitui segredo para ele. Chega às câmaras de reunião dos grandes, como um fantasma invisível e sem ruído, que ainda assim pode ter ciência de tudo quanto acontece. Tal pessoa não se encontra permanentemente separada do corpo, enquanto a morte não lhe romper o Cordão de Prata.

PROCURA: Nós vimos a esta Terra procurar conhecimento, procurar purificação. Vimos, para que pelo sofrimento (e o obtemos!) a escória possa ser retirada de nossa alma, de modo bastante parecido com aquele pelo qual os minérios são jogados em uma fornalha e derretidos, para que a escória e a ganga fiquem de lado.

Um Eu Maior pode ter certos desejos. É coisa bem semelhante a usar-se um terno que tem uma mancha de sujeira, caso em que nós o mandamos à lavanderia onde — na opinião desse terno — ele é muito maltratado; mergulham-no em diversos solventes, dão-lhe safanões, sacudidelas, aplicam-lhe ferros quentes, mas volta às vezes com a mancha retirada.

O Eu Maior manda as partes de si próprio que estejam em mau estado à Terra onde, ao que se espera, com as vicissitudes, tais falhas desaparecerão.

A procura é a busca de purificação para o Eu Maior. Ou, se preferirmos a velha mitologia, a procura do Tósão Dourado, aquilo que não tem impurezas, aquilo que é puro, limpo e espiritual.

PROVA: Temos um fato triste em que um número tão grande de pessoas exija prova de tudo. Como é que você SABE que existe um Deus? A resposta é que não se sabe, ou não se sabe em termos de poder "provar" a uma platéia de mente material. É preciso ter a crença em um Deus como crença, ter fé em que exista, e não se pode ir além desse ponto enquanto nos encontramos na carne.

Como se sabe que existe uma "vida seguinte"? Como se sabe que existe o mundo astral, onde podemos encontrar os amigos e fazer planos para uma vida melhor? A menos que

As pessoas que estiveram no "Outro Lado", e se lembram completamente, não têm fé; ao invés disso, possuem o conhecimento, têm a certeza daquilo que anteriormente era questão apenas de fé.

A atitude tibetana para com a "prova" pode ser apresentada da seguinte maneira: aquilo que é não precisa de prova. Aquilo que NÃO é não pode ser provado. Assim sendo, não é correto exigir nem dar provas.

Uma das coisas mais difíceis contra as quais temos de lutar é esse desejo constante de provas. Exigir provas constantemente impossibilita qualquer progresso de nossa parte. Aqueles que podem produzir manifestações psíquicas raramente o conseguem sob as alegadas condições de provas científicas, porque a atmosfera geral de desconfiança, descrença e desagrado inibe as vibrações mais altas, necessárias à realização de tais materializações.

Os que a si próprios se denominam "investigadores" raramente possuem as qualidades ou capacitações para investigarem o que é oculto. As pessoas não são obrigadas a acreditar ou a desacreditar. Tudo quanto se requer é o espírito aberto, e o desejo, a disposição favorável, de investigar sem preconceito.

PSICOMETRIA: A pessoa "sensível" pode pôr o dedo em um objeto e dizer muita coisa acerca do mesmo. Por exemplo: a criatura sensível pode apanhar uma pedra, na praia de algum lago ou mar. E então, sentando-se e deixando a mente esvaziar-se, seu subconsciente pode ativar alguns sentidos paranormais, de modo que os dedos transmitam vibrações ao cérebro, onde se formam quadros. Toda a vida é elétrica e magnética, e tudo quanto já foi tocado por alguém tem sempre a marca dessa pessoa, no futuro. É como tocar um pedaço de ferro com um ímã; você descobrirá que magnetizou em parte esse pedaço de ferro. Um galvanômetro, ou mesmo uma bússola magnética comum conseguirá assinalar o magnetismo conferido ao ferro pelo toque leve do ímã.

Do mesmo modo, uma pessoa que faz psicometria consegue tocar uma pedra, um anel, um pedaço de tecido, e descrever cenas do passado desse objeto.

A criatura que o faz não visa a seu próprio proveito, nem o executa como truque de

palco, mas apenas para ajudar o próximo.

122

PURGATÓRIO: Isto não é o inferno, nem nada parecido com o inferno. Assemelha-se mais ao Salão de Memórias, no mundo astral.

O leitor pode ter uma colher de chá, feita de prata. Com algum uso, essa colher ficará com manchas de tanino por dentro, e algumas outras marcas por fora. Pois bem, se pensar em vender tal objeto, ou dá-lo a alguém como presente de aniversário, procurará retirar essas manchas.

Do mesmo modo, quando algum ser humano ou animal deixa este mundo, existe uma estada muito curta no "purgatório", onde a alma, ou Eu Maior, vê os erros cometidos na vida que acabou de terminar, e algumas faces astrais se põem muito vermelhas, nessas ocasiões! Tal purgatório não é um centro de castigo, não é a cadeia local, não é o inferno, e não existem ali demônios que o cutucam prazerosamente com tridentes em brasa. O purgatório é apenas um lugar onde você se desfaz de parte de sua presunção, parte de suas ilusões, e onde enfrenta o fato de que, embora tenha muito dinheiro etc, na terra, e as pessoas o temessem, ali a coisa é muito diferente, e você verifica que não conseguiu trazer um só tostão.

Nada existe a recear no purgatório. Trata-se de uma experiência de todo agradável, na verdade, livrarmo-nos da escória que adquirimos quando vivemos na Terra.

Q

QUALIDADES; É inútil a alguém apresentar-se para um emprego especializado, sem possuir as capacitações necessárias ao mesmo. Você não se apresentaria como cozinheiro, se sua especialidade fosse o escafandrismo. Do mesmo modo, é preciso que alguém tenha certas capacitações ou habilitações antes de poder progredir na Trilha ascendente da evolução.

Entre as qualidades que devemos cultivar encontra-se a da estabilidade; a estabilidade de objetivo, de caráter e de espírito.

Devemos dispor do incentivo necessário que nos proporcione o impulso no sentido de prosseguir na trilha muito mais difícil de agir bem, pensar bem, fazer o bem e ser justo. Sem esse impulso, sem o incentivo necessário da inquietação, somos como uma planta, e por mais pura que a planta seja, ainda assim ela não sobe com grande rapidez.

Falamos, em duas qualidades, primeiramente a estabilidade e depois o incentivo. A terceira qualidade é a ordem. A menos

123

que se consiga manter a ordem dentro desse mecanismo complicado que é o corpo humano, não se efetua progresso. É preciso ter ordem em nossos atos e no espírito, e ter a convicção e o conhecimento de que estamos fazendo "a coisa certa".

É melhor fazer uma coisa pequena bem, do que mil delas, porém mal. Devemos agir, ao invés de ficarmos a falar ociosamente, pois a conversa ociosa enfuna nossa vaidade e nos leva a uma avaliação falsa de nossas próprias virtudes e vícios.

QUATRO FRUTOS: De acordo com algumas crenças orientais, os Quatro Frutos da vida humana devem desenvolver-se, amadurecer-se e atingir o crescimento total.

O Primeiro Fruto é o da moralidade e pureza de pensamento. Isto faz da pessoa uma criatura decente, capaz de progredir na Trilha Espiritual.

Em segundo lugar, existe a segurança de posição, de modo que o Templo da Alma que, naturalmente, é o corpo, não seja danificado pela pobreza ou sofrimento excessivo.

Devemos afirmar que em algumas situações é preciso ter a pobreza e sofrimento, devido ao carma, mas via de regra é melhor que se consiga chegar ao Caminho do Meio — não demasiadamente rico, nem pobre em demasia, sem passar fome, nem estar excessivamente alimentado.

O Terceiro Fruto é aquele pelo qual temos os nossos desejos legítimos realizados. Ele vem como recompensa pela vida certa, pensamento certo e procedimento certo.

Um desejo legítimo não é o de ter um novo automóvel ou casaco, ou coisas que resultam da vaidade ou se destinam à ostentação perante as demais pessoas.

Um desejo legítimo é o de ajudar o próximo e evitar-lhe aflições desnecessárias. Também é legítimo desejar progredir e adiantar-se, abnegadamente, de modo que se possa ajudar o próximo.

O Quarto melhor dos Frutos é que se alcance com rapidez a libertação quanto aos laços deste mundo. Isso significa a libertação quanto ao carma, e o final de nossas encarnações reencarnações no sistema da Terra. Quem obteve o último dos Quatro Frutos, quando já escapou às durezas da Terra, poderá se for tolo, apresentar-se para voltar a este mundo cansativo e velho para ajudar os semelhantes. Quando você alcança essa posição, está no "Outro Lado", deixe instruções no sentido de que, se em algum momento você decidir fazê-lo, seus amigos

124

mandem examinar-lhe a lucidez mental, porque parece que hoje em dia as coisas estão bastante fora de controle na Terra, apresentando-se com dureza demasiada. No entanto, encontramos-nos na Era de Kali, e essa Era sombria passará, e o Sol voltará a brilhar, no amanhecer de uma nova era, e com mais intensa pureza espiritual.

QUERENTE: É "o indagador". Aquele que indaga, aquele que faz perguntas, aquele a favor de quem certas formas de adivinhação estão sendo praticadas. Pode-se estar usando o cristal, as cartas Tarot, e a pessoa para quem os mesmos estão sendo utilizados é "o querente".

A atitude deste termina se a adivinhação terá êxito ou não. Se o querente for cético ou inteiramente incrédulo, ou se der informações falsas, nesse caso o subconsciente do adivinho fica impedido de compreender a verdade.

Devemos observar que o adivinhador — se assim o quisermos chamar — não está querendo pegar o querente, mas deseja ajudá-lo. Segue-se daí que um querente deve ser impessoal, livre de emoções, e pôr de lado todos os medos e encabulamento, pois de outra forma sua atitude poderá pesar contra as cartas ou o cristal.

Se, por exemplo, uma jovem com coisas a esconder procura uma leitura de cartas Tarot, poderá exigir uma barreira invisível de pensamento, para evitar que seu passado infeliz seja revelado. A barreira, bem como aquilo que ela gostaria de esconder, ficam realmente à vista do clarividente, mas a questão sobre a qual o querente está indagando pode ficar obscurecida.

As cartas Tarot e os cristais, manuseados de modo competente, podem ajudar as pessoas, mas é preciso que estas também cooperem, por sua vez.

R

RAGA: Outra palavra para designar emoção, "gostar", prazer. Geralmente advém da memória de algum objeto agradável, ou de uma idéia ou pessoa. É, naturalmente, um termo abstrato.

Existe outro significado para Raga: é uma forma especializada de composição musical indiana.

Advindo da primeira forma de Raga vem Raga-Bhakti, o florescimento espontâneo do amor espiritual. Via de regra, é

125

causado por alguma experiência ou emoção intensa e inesperada.

Outra forma de Raga é Raga-Dweshha, e quer dizer agradar-se ou desagradar-se das pessoas. Às vezes, encontramos alguém de quem gostamos intensamente à primeira vista, "amor à primeira vista", como se diz; ou também temos o oposto — vemos alguém, e nos desagradamos do modo mais completo dessa criatura, à primeira vista.

Tais sensações são coisas que precisam ser erradicadas pela pessoa em desenvolvimento, porque os agrados e desagradados, sem motivo aparente, constituem sinal de ignorância e perturbam o progresso espiritual.

RAJA IOGA: Raja é "Real", de modo que Raja Ioga recebe muitas vezes a designação

de "Ioga Real". Trata-se de um dos quatro caminhos principais que nos capacitam a regressar ao Grande Eu Maior. O Raja Ioga prepara a humanidade, dando-lhe o autodomínio. Ensina que não devemos depender dos outros, e que devemos vencer sozinhos nossas próprias dificuldades.

RECHAKA: Este é o processo de expelir todo o ar que seja possível dos pulmões, de modo que ar novo possa ser absorvido, quando se estão praticando diversos exercícios respiratórios. Não trataremos desse processo aqui, porque o Suplemento A deste livro é dedicado às diversas formas de respiração.

REcriação: Você sabe o que é Recriação? A re-criação, isto é, criar de novo.

Alguém se sente apático e cansado por trabalhar demasiadamente em determinada coisa. Isso acontece com quem passa todo o dia sentado a uma mesa, somando cifras, por exemplo. Ao final do dia, tal criatura se sente "morta em pé", mas sai e "recria" energia, isto é, obtém energia, empenhando-se em outra forma de exercício, passatempo ou trabalho. A Recriação é necessária para que possamos ter o melhor desempenho em qualquer linha de trabalho.

REENCARNAÇÃO: A Reencarnação é o ato de voltar a este mundo material, vindo do mundo espiritual. O sentido de tempo em um mundo material e aquele no mundo espiritual são muito diferentes de modo que podemos aprender lições com rapidez bem maior em um planeta material do que no espírito.

126

As pessoas continuam voltando à Terra — ou a outras Terras — de modo bem semelhante àquele pelo qual alguém frequenta a escola; deixa-se a casa de manhã, vai-se à escola, onde se pretende o aprendizado de certas lições. Ao final do dia escolar, volta-se para casa.

À medida que alguém executa os trabalhos de sua turma, é promovido a uma outra, até haver aprendido, em teoria, tudo quanto a escola pode ensinar, passando então a um tipo mais elevado de escola, e dali a uma faculdade ou universidade.

De modo bastante parecido, vimos a esta Terra, e depois continuamos a voltar para

freqüentarmos "turmas" diferentes. Quando se houver aprendido aquilo que a Terra pode ensinar, passamos a um mundo diferente, exatamente como o adolescente passa a uma escola superior.

REPOUSO: É essencial que uma pessoa consiga repousar, e poucos o sabem fazer, porque se mostram demasiadamente impacientes e aflitos por obterem resultados, sem fazer coisa alguma.

Podemos repousar em qualquer parte. Sente-se, derreie-se em uma cadeira. Examine (mentalmente) seus músculos, um por um. O seu pé está na posição mais cômoda? Há um aperto num músculo da barriga da perna? E as suas costas? Está realmente sentado em uma posição em que se mantém sem tensão?

Examine-se mentalmente, parte por parte. Faça com que todos os músculos estejam afrouxados — REALMENTE afrouxados. Tem certeza de que tudo está assim? Nesse caso, o que diz de sua face? Por que motivo tem a boca apertada desse modo? Por que as pálpebras se acham tão apertadas? Repousei Afrouxe os músculos. Imagine ter acabado de cair de um aeroplano, estando estendido no chão. Em tal situação, estaria certamente afrouxado! Se conseguir soltar todos os músculos, de modo que não se ache sob tensão muscular constante, sua saúde melhorará. Experimente!

RESPIRAÇÃO: Devíamos dar-lhe o nome de Pranayama, mas isto nada significaria para a maioria das pessoas, pelo que vamos contentar-nos com a palavra Respiração.

Existe um suplemento especial, ao final deste Dicionário, onde tratamos dos diversos sistemas de respiração, apresentando diversos exercícios relacionados com essa questão. Assim

127

sendo, basta dizer, por ora, que a respiração está relacionada com o ritmo pelo qual absorvemos, retemos e expelimos o ar.

Como exemplo, vamos examinar nossa própria unidade de tempo, e depois adotar uma unidade do mesmo para inalar, quatro unidades de tempo para reter o alento, e duas unidades para exalar. Trata-se de um ritmo respiratório cômodo para induzir a calma.

Como unidade de tempo, podemos adotar três segundos, de modo que inalamos por três segundos, prendemos a respiração por três vezes quatro, isto é, doze segundos, e exalamos por três vezes dois, isto é, seis segundos.

Aconselhamos, insistentemente, que você não pratique os diferentes sistemas de respiração iogue enquanto não souber o que está fazendo, porque somente quando possuir o conhecimento preciso do que procura, dos fins e dos resultados a atingir, poderá pôr em perigo sua saúde. Os exercícios dados ao final deste Dicionário são inteiramente inofensivos; na verdade, ajudam em muito.

RISHI; Santo, ou pessoa de vida boa, ou alguém que possua capacidade mediúnica.

Via de regra, um Rishi é a criatura que, de algum modo, se tomou responsável pelas Escrituras Sagradas de uma religião.

Rishi — um vidente inspirado.

RITOS: Os Ritos são disciplinas, e se são ritos pagãos ou ritos civilizados — isso depende de nos estarmos referindo ao semelhante ou a nós próprios.

A Igreja Católica, por exemplo, tem ritual muito complicado, e em todos os países a pompa é utilizada com o intuito de atrair pessoas e prendê-las por essa forma de disciplina uniformizada.

Os Ritos são coisas que põem a pessoa em determinada estrutura mental porque, assim, estará sintonizada para a recepção de, ou percepção de certas coisas.

ROSÁRIO: Muitas religiões usam um rosário — uma feira de contas — de modo que a pessoa que esteja fazendo orações ou mantras poderá, manuseando as contas, lembrar-se de fazê-lo em certa ordem, ou no número correto de vezes.

Um Rosário constitui apenas a forma elementar de dispositivo calculador, dizendo ao subconsciente que uma coisa está sendo feita na ordem certa, ou no número certo.

Ter o rosário nos dedos é algo que muitas vezes apresenta efeito tranqüilizante às pessoas, superando aquele problema antiqüíssimo, o de "não saber o que fazer com as mãos!"

S

SADHANA: Aqui temos uma palavra, que se relaciona com diversas disciplinas espirituais. Os sadhanas são, de modo especial, os quatro meios de alcançar a liberdade quanto aos desejos. Também faz parte de Dama.

As disciplinas são a liberdade quanto aos apetites e coisas semelhantes, e não há necessidade de pormenorizá-las aqui, porque todo este livro se acha dedicado a elas!

SADHU: Um homem santo, talvez um eremita, mas de modo particular um monge. É a pessoa que deixa uma lamaseria ou mosteiro e segue para o meio do povo, recebendo a designação de "Sadhu", de modo bastante parecido com aquele pelo qual, entre os cristãos, alguém nas mesmas condições seria chamado de "Padre" ou "Reverendo".

SAHASRARA: Este é o mais alto dos centros físicos de consciência iogue. É o sétimo, e embora, como dissemos antes neste livro, existam nove centros, apenas sete recebem nomes no Ocidente.

O Sahasrara também é chamado o Lótus de Mil Pétalas, e um clarividente pode vê-lo, emergindo do cimo da cabeça, como uma fonte de luz dourada, com todas as "pétalas" ao redor da base das mais diferentes cores que se possam imaginar.

SAMADHI: Este é um estado especial, no qual a criatura se encontra mais do que agudamente ciente da "realidade". Em certos estágios, quando alguém houver progredido bastante, chega a um estado "superconsciente", no qual percebe as realidades divinas, que não podem ser provadas mas que a criatura

SABE serem verdadeiras.

É também uma forma especial de conhecimento, na qual alguém recebe o

esclarecimento espontâneo. Alguém pode estar

129

pensando sobre o significado de uma palavra, e ter então um lampejo repentino de revelação, que dá de modo instantâneo e inesperado todo o significado daquilo em que a criatura estava meditando.

SAMANA: No centro do plexo solar existe o que geralmente se chama "uma força vital". Trata-se de emanção que pode ser vista com clareza por qualquer clarividente em desenvolvimento. A cor é afetada pelas secreções gástricas nas proximidades, e por esse motivo se apresenta na maioria das vezes em verde nublado, algo como o jade ou, quando a digestão leve se está efetuando, como uma forma amarela de cor leitosa.

SAMATWA: A tranqüilidade de temperamento, placidez de mente, ausência completa de descontentamento, desagrado ou antagonismo. Estado de mente onde se conseguem examinar as coisas desapaixonadamente, sem preconceito ou rancor.

SAMSARA: As pessoas vêm à Terra em um ciclo de nascimento, vida, morte, planejamento e renascimento, repetidas vezes, em um ciclo infinito que continua a sê-lo até que progrida por todos os signos e quadrantes do zodíaco, aprendendo aquilo que há a aprender, aprendendo aquilo que nos liberta dos laços da carne e, assim, da necessidade de reencarnar.

SANCHITA CARMA: Muitas pessoas encaram o Carma como cruel, impiedoso, implacável, mas essa idéia não é certa.

Podemos "deixar de lado" grande parte do Carma, isto é pô-lo em uma "geladeira", por assim dizer, para vermos como seu infortunado possuidor se sai. E então, se a criatura fizer progressos e procurar sinceramente ajudar os semelhantes, seu "Carma guardado" poderá ser-lhe perdoado, pois assim como perdoamos aos outros as ofensas que cometam contra nós, também os outros perdoam pelas que hajamos cometido contra eles.

O Deus de todos é misericordioso e justo, mas com uma justiça temperada e modificada pela compaixão. Ninguém nascido na Terra é jamais levado a sofrer mais do que o seu limite.

Ninguém tem de "pagar em restituição" algo que o deixasse liquidado. Assim é que o Carma guardado pode ser eliminado, abandonado, ultrapassado, se a pessoa carregada com o mesmo provar que merece perdão.

130

Como exemplo, suponhamos que alguém tenha sido cruelíssimo no passado; o Carma não significa que essa criatura tenha de sofrer a crueldade devido a isso, porque, se ela renasce e se esforça conscientemente por expiá-lo, a crueldade cármica é abandonada.

SANNYAS: Isto, na realidade, se refere a uma vida de abnegação completa. Diz-se, via de regra, no caso de uma pessoa que entrou em uma lamaseria ou mosteiro, e que dedicou toda a vida a alcançar o conhecimento. Também nesse caso, não conseguirá progredir, a menos que dê espontaneamente, a menos que esteja pronta a sacrificar aquilo que queria para si própria, dando-o pelo bem dos outros. É o último dos quatro estágios em que se divide a vida do indivíduo.

Existe um segundo significado para Sannyas, que é o de uma iniciação durante á qual quem se prepara para ser monge faz os votos finais de renúncia completa e retiro quanto ao mundo.

SARASVATI: A maior das religiões têm "uma Mãe Divina". Existe uma Mãe Divina da crença cristã, uma Mãe Divina da crença lamaica e uma Mãe Divina come consorte de Brahma.

Sarasvati é a Deusa do Aprendizado e a Santa Padroeira das Artes.

SAT: Na terminologia ocidental, poderia comparar-se à existência absoluta, ou a um Ser puro, que não se acha sobre a Terra. É a realidade, o Eu Maior, aquilo em que nos tornaremos, se nós comportarmos e esperarmos o tempo suficiente.

SATYA: Significa veracidade, e abstenção quanto a enganar os outros. É conhecido como a Segunda das Abstinências. Devemos ser inteiramente verazes, completamente sinceros com o nosso próprio eu, bem como com os outros, se quisermos fazer progressos.

SATYA IOGA: É o primeiro dos quatro períodos mundiais. Diversas religiões dividem

os períodos mundiais em certo número de anos, e o Satya Ioga, também conhecido como o Krita, divide os períodos em 1.728.000 anos.

SESSÕES (ESPIRITAS): É surpreendentemente fácil entrar em contato com o "Outro Lado", entrar em contato com os

131

elementais que fingem ser o amigo ou o parente amado que faleceu.

Existem certas pessoas, não obrigatoriamente evoluídas, boas ou más, mas criaturas que, mediante algum capricho do metabolismo, conseguem erguer suas vibrações, de modo a aproximar-se da harmonia de uma vibração fundamental de alguma entidade no mundo astral. Pode acontecer que tal pessoa, a quem se chama então "um médium" (um meio de comunicação), receba informações de alguém que tenha recentemente, ou não, deixado o mundo.

É extremamente perigoso utilizar mensagens tais, a menos que o médium seja muitíssimo conhecido, isto é, a menos que saibamos que ele se acha acima de qualquer suspeita. Com isto não queremos dizer que o médium desejará forçosamente enganar-nos, mas ele pode não ter as capacidades intelectuais ou de educação que o capacitem a fazer a distinção entre aquilo que é fraudulento e o que é genuíno.

Em geral, as pessoas que passaram para o além encontram-se ocupadas demais para estarem mandando mensagens carentes de sentido; elas têm o que fazer, talvez se estejam preparando para uma nova encarnação. Assim é que a Títia Fanny não voltará, para lembrar que é preciso regar as flores, ou dizer que seu testamento, extraviado, se encontra na terceira gaveta da velha cômoda!

SHAKTÍ: Aqui temos mais uma vez a Mãe do Universo. A Mãe é o princípio da Energia Primordial. Ela é aquilo que cria, preserva e termina o Universo. Ê, também, as forças vistas no Universo manifesto.

O mundo em que estamos é um mundo negativo, de modo que o princípio negativo vem a ser o princípio feminino. Quando passamos além deste mundo chegamos a outro positivo,

e passamos, em termos de conhecimento esotérico, ao Mundo de Deus. Aqui, na Terra, estamos no Mundo da Deusa, o princípio negativo.

Os poderes que vêm do princípio da Deusa são os que se referem à clarividência, audição supersensível, telepatia, psicometria e semelhantes, e tais poderes também abrangem os quadros de pensamento, que surgem sem atividade mental. Um terceiro poder que vem do princípio feminino aqui mencionado é o do som, o de expressão vocal, o poder de compor música.

132

Existe uma crença hindu de que é preciso receber a graça da Mãe-Deus, antes que o aspecto verdadeiro de Deus se torne visível.

SHATSAMPATTI : Alguém que esteja estudando com um guru adiantado, objetivando a libertação quanto aos apetites e desejos da carne, aprenderá de modo principal seis coisas, a saber;

1. Shama, a capacidade de permanecer tranqüilo e dirigir os pensamentos, controlar a mente de modo que os apetites do corpo sejam postos de lado.

2. Dama. Este é um sistema de disciplina que capacita a pessoa a controlar o corpo, após a mente ter-se erguido a um estado no qual os desejos corporais possam ser exorcizados.

3. Uparati. Este sistema ensina a não desejar as coisas do próximo. Ensina à criatura a circunspeção na escolha de seus associados e posses; ensina a estar contente com o que tenha.

4. Titiksha. É a capacidade de suportar alegre e pacientemente as dificuldades que nos sejam impostas por nosso carma.

5. Shraddha. Sob este sistema, é preciso ser sincero consigo próprio e com os outros. Devem-se destruir as ilusões e a falsidade que nos cercam.

6. Samadhana. Aqui, a pessoa consegue concentrar as forças que tenha, as suas

capacidades, em um fito único. Não é desviada pelas distrações temporárias. Ao invés disso, segue uma trilha firme e reta para se

libertar da reencarnação.

SHENG JEN: É o que os chineses chamam um homem sábio, aquele que estudou muito, um filósofo, um bom homem, que pode controlar os outros com a bondade e manter a disciplina mais pela bondade do que pela força. Daí temos

SHENG WANG: O governante ideal, aquele que tem grande sabedoria interna, juntamente com a capacidade de ser bom governante.

SHIH FEI: São os opostos, o certo e o errado, a verdade e a mentira, ou os erros. Aquilo que é correto e aquilo que é incorreto.

133

SHIVA: É uma palavra com muitos sentidos. Na trindade hindu, significa o Deus que nos dissolve da Terra, o poder a que se chama o destruidor, que liberta os seres humanos do corpo terrestre. É um "Deus" venerado pelos iogues, que procuram libertar-se da carne.

Temos três formas, que são o nascimento, vida e morte. Existe um "Deus" que determina quando devemos nascer;" um "Deus" que nos supervisiona durante a vida, e um "Deus" (Shiva) que nos liberta da Terra sob a forma da morte.

SIDDHA: É aquele que progrediu pelos diversos ciclos de encarnação, sendo agora uma "Alma Perfeita", alguém que ainda não alcançou o estágio de Divindade Real, mas que progride e se encontra, portanto, no estágio de semidivindade.

Dessa palavra, temos

SIDDHI: Perfeição espiritual. Significa também que alguém possui considerável poder oculto.

SONHOS: Uma das questões mais mal compreendidas de todas. Devido ao

condicionamento a que é submetido, o homem ocidental raramente acredita na viagem astral e assuntos similares, de modo que quando o corpo astral se reúne ao físico trazendo boa quantidade de recordações interessantíssimas, o corpo físico rejeita a história e a modifica, para que se ajuste aos fatos aceitáveis ao preparo ocidental. Assim é que alguém que tenha conhecido outrem no mundo astral e conversado sobre rumos a tomar, dirá de manhã: "Oh, sonhei com Fulano ontem à noite. Ele estava de muito mau gênio. O que será que isso quer dizer?"

Alguns sonhos, é claro, podem ser causados por comer em demasia, antes de nos deitarmos, mas isso não passa de simples perturbação das funções corporais, não podendo ser levado a sério. Nesse caso, a mente inferior e a mente emotiva reúnem-se e põem de lado a parte raciocinante da mente. Devemos escrever os nossos chamados "sonhos" imediatamente, ao despertarmos, porque se isso for feito conscienciosamente, logo atingiremos o estágio no qual conseguiremos recordar a experiência obtida na viagem astral verdadeira, que ocasionou este chamado "sonho".

SPHOTA: Algo, talvez um pensamento, ou um som especial (tal como "Om"), que faz a mente abrir-se como uma flor à

134

luz do sol. É algo que estimula nossa mente a uma percepção inesperada. É aquilo porque nos esforçamos sobre a Terra, a fim de nos tomarmos seres esclarecidos.

SRI: Quer dizer apenas "Reverendo", ou "Santo", quando anteposto ao nome de uma personalidade santa ou livro sagrado. De outra forma, é usado em sentido bastante parecido com aquele com que os ingleses utilizam a palavra "Esquire", ou os americanos usam "Mister".

SRIMATI: Uma forma de tratamento existente na Índia. Equivale a "Srta." ou "Sra.". Nada existe de místico ou religioso nesse título, sendo apenas uma forma genérica de nos dirigirmos às damas com ou sem cultura.

SSU TUAN: Aí temos as quatro coisas essenciais à humanidade:

1. Ser "humano".

2. Ter tipo certo de "correção".
3. Ter o senso correto de propriedade.
4. Ter sabedoria amadurecida.

SUBCONSCIENTE: O subconsciente possui a parte maior de nossa composição. Somos apenas um décimo conscientes, e nove décimos subconscientes. O ser humano médio não consegue valer-se do conhecimento do subconsciente, mas quando o homem comum deixa de ser comum e se torna um Adepto, todo o seu subconsciente pode ser examinado à procura de conhecimento, pois tudo quanto aconteceu na vida humana se acha ali contido.

SUSHUMNA: Quando o Kundalini desperta, passa pelos centros de consciência que se acham, na verdade, localizados no Sushumna.

O Sushumna é um canal do corpo sutil, que atravessa o interior da espinha. Inicia-se bem ao fundo da espinha e vai ter até o seu cimo. A espinha é portanto, na verdade um tubo cuja parte oca é o Sushumna.

Fora do Sushumna existem dois outros canais; o da direita é Pingala, e o da esquerda é o Ida. Eles sobem, enrodilhados, e depois se unem.

Esses três canais dão origem à Trindade, que é comum à maioria das religiões.

135

SUTRA.: Esta é uma palavra compacta, contendo uma doutrina geral. Trata-se de um sistema pelo qual grande soma de verdade fica comprimida num espaço pequeno. No Oriente, os Sutras dos Vedas e logas são os exemplos mais conhecidos.

SVAHA: Mantra pronunciado após uma oração ou durante parte de uma cerimônia religiosa. Significa o mesmo que "Amém". Em outras palavras — "Assim seja!".

SWADHISHTHANA CHAKRA: Acha-se localizado ao redor da região dos órgãos reprodutores. Tem a forma de um lótus de seis pétalas. Na criatura pouco evoluída e tomada de apetites sensuais, as pétalas serão de um vermelho muito escuro e acastanhado, cor das mais desagradáveis. À medida que a pessoa evolui, a parte acastanhada do vermelho desaparece e se torna de um vermelho mais brilhante.

Quando alguém é evoluído, a cor se transforma em vermelho-alaranjado, e quanto maior o grau de espiritualidade, tanto mais o amarelo se achará presente, e tanto mais ausente o vermelho.

Existe um centro oco na flor, no qual aparecem radiações, cuja forma exata depende do estado de evolução da pessoa à qual se ache ligado.

SWAMI: Algo bem parecido com um guru. Trata-se de um mestre, ou professor espiritual. É usado antes do nome da pessoa — Swami Fulano — e representa apenas o mesmo que "Professor", "Santidade", ou coisa semelhante. É um título que se dá a quem tenha alcançado o estágio no qual o mereça. Quem desejar mostrar-se muito respeitoso a um Swami chamá-lo-á de "Swamiji".

T

TAI CHI: Os sábios da China usavam "Tai Chi" para indicar aquilo a que regressamos após deixarmos este mundo. É o Supremo, ou o fim de todas as coisas encarnadas. É a reunião com nosso Eu Maior, e um estado que, na Terra, somente podemos comparar à "bem-aventurança".

TALISMÃS: Muitas pessoas encaram os talismãs como superstições ociosas, tendo-os na conta de pequenos ornamentos que os crédulos compram, na esperança de assim mudarem sua

136

sorte. Pois bem, se você for a alguma loja de lembranças e comprar um talismã, estará simplesmente jogando dinheiro fora. Mas se possui um talismã especialmente preparado, isto é, preparado por alguém que sabe o que faz, o resultado é eficaz.

Queremos dizer que é preciso compor um?, forma de pensamento e localizá-la no talismã, de modo bem semelhante àquele pelo qual os egípcios de antigamente salvaguardavam seus faraós embalsamados.

TAMAS: É inércia, preguiça, preconceito. É aquilo que permite às coisas manterem uma forma constante.

Quando vamos ao cinema, ou quando assistimos à televisão, estamos sofrendo de inércia estática, e sem esta não conseguiríamos ver os quadros intermitentes e relampejantes do filme cinematográfico ou da televisão. Nos olhos, essa inércia estática poderia ser chamada de memória ocular residual.

A pessoa preguiçosa ou lerda é uma criatura "tamásica".

TANMATRAS; São, na realidade, os cinco princípios fundamentais, correspondentes aos sentidos de tato, visão, audição, paladar e olfato, que temos conosco enquanto nos encontramos no estado consciente e que correspondem ao ar, fogo, terra, éter e água.

TANTRAS: Tantra se aplica a qualquer dos escritos ou escrituras relacionados com a adoração de Shakti.

O fito dos Tantras é dar à pessoa uma filosofia ou disciplina que a capacite, por sua prática correta, a obter a libertação quanto à ignorância, ao renascimento, mediante o conhecimento direto.

TAO: Antes de os comunistas subverterem os valores humanos, Tao era "O Caminho", o Princípio, a Verdade. É Tao que nos mostra como prosseguir, indicando-nos a trilha que devemos seguir. Ele nos ensina, em sua essência, a seguir "O Caminho do Meio".

TAPAS: Isto é algo que o aspirante a iogue tem de fazer todos os dias. Trata-se de uma forma de condicionamento corporal. É preciso realizar certos exercícios respiratórios, ter certas disciplinas mentais.

A disciplina é que faz a diferença entre um exército garboso e uma ralé; é a disciplina que difere um iogue autêntico de um genuíno charlatão!

137

Algumas pessoas não conseguem discernir entre a verdade e a ficção. Estas últimas incorrem em todos os tipos de exercícios absurdos, muito além do que é necessário ou desejável, e passam tanto tempo revolteando com braços e pernas, colocando-se em posições estranhas e inaturais, que não lhes sobra tempo ou energia para o desenvolvimento ESPIRITUAL.

TARA.: Devo registrar esta palavra como um tributo à Irlanda! A Irlanda tem baladas acerca de "Os Salões de Tara", canções maravilhosas que se relacionam com a história de dias já muito distantes.

No mundo metafísico, Tara significa "O Salvador" mas neste caso o Salvador é a Mãe Divina, que foi a Consorte de Shiba.

TARAKA: Trata-se de um centro entre as sobrancelhas e diante delas, e se um pupilo estiver meditando corretamente, conseguirá ver, ou sentir, uma luz diante das sobrancelhas e entre elas.

TAROT: É um baralho de cartas, setenta e oito cartas ao todo. Segundo o Registro Akáshico, essas cartas contêm o conhecimento do "Livro de Thoth".

As cartas contêm — para aqueles que as sabem ler! — todo o conhecimento da história passada, mas hoje em dia também são utilizadas para adivinhação.

As cartas Tarot são embaralhadas, e o subconsciente da pessoa magnetizada algumas delas, de modo bem semelhante aquele pelo qual um pedaço de ébano, quando esfregado, pode atrair um fragmento de papel fino, ou do mesmo modo pelo qual um ímã atrai um pedaço de ferro. O subconsciente, que perfaz nove décimos de nós, exerce uma influência magnética pelo etérico, e assim certas cartas são subconscientemente selecionadas.

As cartas Tarot, nas mãos de uma pessoa sincera, são sinceras, e inteiramente infalíveis.

TAT TWAN ASI: Em uma lamaseria, os estudantes têm de meditar sobre "Aquilo" que, naturalmente, é o Eu Maior, e têm de poder distinguir "Aquilo" de "Isto", sendo este último a manifestação.

Quando os estudantes conseguem distinguir entre "Aquilo" e "Isto", conseguem dizer, na verdade: "Tat Twan Asi", que quer dizer: "AQUILO, você é".

138

TE: Palavra chinesa referente à virtude. A virtude, é claro, tem de ser moral, mas Te também se relaciona com o poder em todos os sentidos da palavra. Pode-se ter poder para o bem, € poder para o mal, mas Te na maioria das vezes se refere à virtude e ao poder utilizado para o bem.

TELEPATIA: A telepatia é a arte, ou ciência, ou capacidade, pela qual recolhemos e compreendemos as ondas cerebrais de outrem.

Assim como uma estação radiofônica irradia um programa, também o cérebro humano — e igualmente sob a forma de uma estação de rádio — irradia os pensamentos da pessoa à qual esse cérebro se acha ligado.

O pensamento é um impulso elétrico, ou série de impulsos, e irradia para toda a parte, exatamente como o programa de uma estação radiofônica. Assim, qualquer pessoa com preparo pode tornar-se telepática, isto é, pode "sintonizar" para os pensamentos de outrem, bem como injetar os seus próprios pensamentos nas áreas receptivas de outra pessoa.

TELEPORTAÇÃO: É uma ciência pouco compreendida no mundo ocidental; a teletransportação é a arte de enviar um objeto material pelo pensamento, a outro lugar. Um poltergista, por exemplo, pode apanhar um objeto tão grande quanto uma cadeira, e fazer com que o mesmo se mova com violência em um aposento.

No Extremo Oriente, lamas adequadamente preparados podem fazer com que objetos pesados e materiais sejam transportados pelo pensamento a outros lugares.

A gravidade, que proporciona às coisas um peso aparente, não passa de atração magnética entre o objeto e o cerne da Terra. Sob certas condições, essa atração magnética pode ser diminuída, ou inteiramente removida, de modo que o objeto material se torna menos pesado ou chega a perder todo o peso. Tal processo é adotado quando o artigo está sendo teleportado.

É também o sistema utilizado durante a levitação.

TIEN LI: É a Lei Divina, a Lei do "Céu". A lei daquele lugar para o qual vamos, quando deixarmos este mundo.

TIEN TI: A origem da vida, o Universo, tudo. É a "Totalidade"; aquilo que É e que sempre foi.

139

TRANSE: Um transe verdadeiro é o estado em que o corpo astral prazerosamente abandona o corpo físico, a fim de poder testemunhar alguma ocorrência que possa ser levada ao conhecimento de alguém, por intermédio do Cordão de Prata e do corpo físico.

Às vezes uma pessoa de faculdades mediúnicas se mostrará pronta a ter o corpo usado por alguma entidade desencarnada que queira transmitir uma mensagem. Em tal caso, o médium senta-se em posição de repouso, e pela vontade faz com que o corpo astral se afaste do físico. É quando uma entidade desencarnada pode apoderar-se do Cordão de Prata e fazer com que o corpo físico do médium transmita uma mensagem necessária. Após a mesma, ou o que for, haver terminado, a entidade desencarnada se afasta, e o astral regressa ao físico do médium.

As pessoas despreparadas jamais se devem imiscuir em trabalhos de transe, nem nas sessões (espíritas), porque isso pode apresentar efeito muito pernicioso sobre a saúde. É coisa inofensiva sob certas condições, mas apenas deve ser efetuada com supervisão adequada.

TRETA YUGA: Como dissemos anteriormente neste livro, os períodos mundiais

dividem-se em fases diferentes. Treta Yuga é o segundo dos quatro períodos mundiais, e tem 1.296.000 anos.

TRILHA: Na tradição oriental, chama-se "A Trilha". Para o budista, "A Trilha" é também conhecida como a "Nobre Trilha Ócupla". Trata-se de um modo de viver, de comportar-se, de abstinência no procedimento, que conduz à libertação quanto à reencarnação e, assim, com o tempo, à libertação quanto ao sofrimento, pois enquanto houver vida no corpo, existe sofrimento, ou a possibilidade dele.

A Nobre Trilha Ócupla é um código de vida. Embora a mencionem com frequência como "uma religião", ela serve apenas para orientar o modo pelo qual a pessoa de pensamento reto deve se conduzir durante a vida. Se levarmos em conta a religião cristã, o cristianismo é uma religião, mas os Dez Mandamentos não constituem obrigatoriamente "uma religião", porém um código de conduta, cuja observância nos tornaria expoentes dignos dessa crença religiosa.

Os Oito Estágios da Nobre Trilha Ócupla são:

140

Compreensão correta.

Motivação correta

Fala correta.

Conduta correta.

Vida correta.

Esforço correto

Atividade intelectual correta.

Contemplação correta.

Quando alguém conseguir fazer tudo isso corretamente descobrirá que a vida será muito difícil, pois isso significa que estará em sua última encarnação, e durante a última encarnação de alguém existe sempre sofrimento e prejuízo, porque nessa época estaremos afastando todo o entulho, antes que se possa prosseguir com consciência clara, sem contas a pagar.

TURIYA: Este é o quarto estado de consciência. Não tem relação com o despertar, ou o sonho, ou o sono sem sonhos; ao invés disso, é uma forma de estar superconsciente. Chega-se a tal estágio quando se está meditando corretamente, porque nesse caso vai-se além do pensamento, além da sabedoria, chegando-se a um estado que é quase o equivalente à consciência astral. No estado de Turiya experimentamos coisas que não são da Terra.

TYAGA: É a renúncia completa às posses e ao que poderíamos chamar de atividades sociais. Aquele que renunciou a todas as posses, como um eremita ou recluso, é conhecido como um "Tyagi" — homem de renúncia. Assim — Tyaga é abandonar todas as posses e atividades sociais, e "Tyagi" é aquele que já renunciou a essas posses e atividades sociais.

UDANA: Trata-se de um centro que transmite as ordens automáticas que controlam os músculos peitorais. Isto é, trata-se de nosso centro de controle respiratório. Na realidade, é a luz branco-azulada que emana do plexo faríngeo. O clarividente o vê como uma luz branco-azulada.

UNMANI: É o estágio no qual nos achamos fora do corpo, isto é, quando o corpo astral é retirado do físico, como durante

141

a viagem astral ou durante o transe. Nessa ocasião, diz-se que estamos em estado de Unmani.

UPADANA; É o material de que todas as coisas são feitas. Tudo é feito de uma substância correspondente ao estado da coisa que é feita. Um bule de chá é feito de prata, uma janela é feita de vidro, um ser humano é feito de carne e ossos, e nada pode alterar o fato de que o ser humano seja feito de carne e ossos. Isto é o "Upadana".

UPADHI: Trata-se da ignorância que o Eu Maior impõe ao ser humano na carne. Seria inteiramente insatisfatório se todos os seres humanos, qualquer que fosse seu grau de progresso, pudessem recordar-se de todas as vidas passadas. Aqueles que tinham sido príncipes ficariam insatisfeitos, se recordassem do reinado principesco, quando voltassem na forma de pobres camponeses, e aquele que fora um camponês teria uma sensação de inferioridade, possivelmente, quando se reencarnasse como príncipe. Assim é que, antes de uma alma humana encarnar, ele ou ela "Bebe nas Águas do Esquecimento", yites de despertar para a consciência no corpo de uma criancinha.

É um dispositivo sábio o de que aqueles que encarnam esquecem de modo normal (enquanto estão na carne) o que foram no passado, embora tal conhecimento esteja à disposição deles, quando chegarem ao mundo astral, pela viagem nesse plano, podendo assim consultar o Registro Akáshico.

As vezes Upadhi recebe "s" e se toma Upadhis. Nesse caso, refere-se ao homem completo na Terra e fora do corpo. Refere-se a seus três corpos — seus três corpos básicos — que são:

1. O corpo causal.
2. O corpo sutil.
3. O corpo grosseiro.

UPANAYANA: Quando um menino está sendo preparado para se tornar monge na fé hindu, adota "um Fio Sagrado" cerimônia simbólica durante a qual promete solenemente a observância de certas virtudes, que são:

1. Pureza absoluta.
2. Veracidade absoluta.
3. Autocontrole absoluto.

Corresponde, na crença cristã, a "ser confirmado".

UPANISHAD: Certos livros que constituem a parte filosófica dos Vedas. Essas Escrituras Sagradas tratam das questões mais místicas, a natureza do Homem e o Eu Maior do Homem. Existem cento e oito Upanishads (cento e oito é um Número Sagrado no Tibete). Os principais são:

1. Isha.
2. Kena
3. Katha.
4. Prasna.
5. Mundaka.
6. Mandukya.
7. Chandogya.
8. Brihadaranyaka.
9. Aitareya.
10. Taittiriya.

Os Upanishads encerraram cada um dos quatro Vedas, e tinham ao fim dos Vedas a palavra anta ("fim"), daí se tornando Vedanta, que significa "o fim dos Vedas".

UPARATI: Aquilo porque todos nos devemos esforçar; o fim de todos os desejos

peçoais.

V

VAIDHI BHAKTI: A devoção a Deus, especialmente quando existe observância de muito ritual e cerimônia, é conhecida como "Vaidhi Bhakti". Essa devoção leva com frequência a um estado quase hipnótico.

VAMACHARA: Em dias já muito distantes os sacerdotes usavam "Vinho, Mulheres e Música", em seus rituais. Às vezes, em religiões ocidentais, de modo particular na Grécia e Roma, tais incentivos indubitáveis eram utilizados para atraírem os adoradores do sexo masculino aos templos, onde pagavam bem alto pelo conforto espiritual e de outras naturezas.

No Oriente, o uso de "Vinho, Mulheres e Música" destinava-se a ensinar ao seguidor religioso a obter a liberdade quanto às paixões. Pretendia-se que ele visse a influência da

143

Mãe Santa sobre todos os objetos e atos; pretendia-se que ele visse em todas as mulheres não apenas um objeto de atração sexual, mas a representação simbólica da Esposa de Deus — a Mãe Santa, que é comum a todas as religiões do mundo.

No Oriente, quando se descobriu que tais demonstrações despertavam paixões indesejáveis, toda a coisa foi banida, possivelmente com grande pesar de alguns adeptos!

VASANAS: São hábitos, ou tendências. Em linguagem inteiramente comum, um homem fuma um cigarro; quanto mais fume, mais querará fumar, de modo que se torna um tabagista inveterado.

Fumar cigarros é um hábito que deve ser eliminado, da mesma forma que outros hábitos ou traços indesejáveis, que nos manterá presos à Terra enquanto nos achamos na carne, e presos à Terra, quando nos encontramos no astral. Os Vasanas são muitas vezes considerados como desejos, mas aí temos uma tradução incorreta. São hábitos que levam alguém a supor que tem certos desejos, mas que não passam de hábitos que podem ser dominados.

VEDANTA: Como dissemos sob "Upanishads", o Vedanta é apenas o encerramento dos Vedas. Os Upanishads encerraram cada um dos quatro Vedas, passando assim a designar-se "o Vedanta".

O Vedanta é coisa à qual hoje se chama, de modo um tanto generalizado, uma filosofia, baseada na Ioga do Conhecimento dos Vedas.

VEDAS: É a origem das religiões indianas. Livros especiais que tratam das altas funções místicas do corpo humano e do Eu Maior humano. Os Vedas constituem uma fonte de inspiração que já existia muitos séculos antes da Bíblia e do Alcorão.

VICHARA: Diversas escolas vedânticas ordenam que seus seguidores se empenhem em reflexões muito sérias. É necessário, que a pessoa seja capaz de pensar a respeito de, sobre e em torno de um tema.

Também se ensina que o pensamento não é conhecimento. O pensamento é uma das dificuldades do corpo humano, pois quando o conhecimento É, o pensamento NÃO É.

VIDEHA: Durante a vida sobre a Terra, e durante a vida no mundo astral, encontramos normalmente em estado de

144

crescimento, estamos aprendendo o tempo todo. Podemos também, no entanto, retirarmos do aprendizado contínuo, de modo a conseguir "ruminar" o conhecimento que tenhamos adquirido até então. Podemos deter-nos à beira do caminho, e descansar das durezas e dificuldades do aprendizado. Podemos rememorar as coisas como no exame de objetos antigos guardados em um sótão, para vermos o que deve ser conservado e o que deve ser jogado fora.

As pessoas que se tornam idosas apresentam o que se chama "uma segunda infância". Vivem de recordações passadas, vivem mais no passado do que no presente, conseguem fazer voltar o relógio da memória, para reverem todos os incidentes de sua vida prolongada.

Videha é às vezes utilizado para indicar Devas que, naturalmente, são seres humanos, que alcançaram a libertação quanto às reencarnações.

VIDEHAMUKTI: Refere-se ao estado durante o qual alguém consegue a libertação, enquanto se acha fora do corpo. Quando fora do corpo, podemos ir a qualquer lugar que quisermos, com a velocidade do pensamento, mas devemos lembrar-nos sempre de que quando estamos no corpo, conseguimos passar por experiências que não podem ser efetuadas fora do mesmo. Vimos à Terra, e a outros planetas, e encarnamos, isto é, vimos a um corpo carnal para aprender lições que não podem ser aprendidas enquanto nos achamos no plano do espírito.

VIDYA: Significa apenas "conhecimento". Nada existe de oculto, nada há de estranho nisso. Trata-se apenas de outra palavra, em outra língua, para nosso termo antigo e comum, "conhecimento".

VIJNANA: Eis o que recebemos, após muitos anos de estudo: uma compreensão altíssima e apreciação espiritual do Deus de todos, do Deus que se acha acima do Eu Maior, do Deus que realmente É.

VIKALPA: Um dos cinco tipos de idéias que existem na mente inferior. Uma forma de imaginação. Podemos ter uma coisa existindo "na mente" e "na mente" ela pode parecer-nos muito verdadeira. Isso é Vikalpa.

145

VIPARYAYAS: São pensamentos que nos vêm e que reconhecemos imediatamente como informações falsas, fornecidas pelo subconsciente. Por exemplo: se alguém afirmasse que as ruas de Londres são pavimentadas com ouro, isto seria de imediato reconhecido como informação falsa.

VIRAT: É o Manu responsável por este Universo. Enquanto nos encontramos na Terra, podemos dizer "Deus", mas não é Deus, pois Deus é um ser inteiramente diferente. Virat é o Espírito do Universo.

VISHUDDHA: Trata-se do quinto dos sete centros iogues comumente reconhecidos do corpo. É o "lótus" no nível da garganta. Tem dezesseis raios, de cor lilás orlada de vermelho.

Este Chakra tem relação com a força de vontade do ser humano.

VRITTI: Trata-se de uma onda de pensamento na mente, que rodopia ao redor de alguma coisa, como um redemoinho, e deixa a criatura em estado de grande agitação, enquanto não se tome alguma providência. Não é um pensamento direto que vem e vai, mas ao invés disso um pensamento que persiste, até que alguma medida definida seja tomada.

VYANA: Uma fonte especial que fornece energia a todo o corpo. Está ligada de modo particular, no homem, ao centro da próstata. A atividade sexual excessiva esgota o Vyana. É devido a isso que tantos "Mestres", que realmente não o são, afirmam que não se deve ter interesses sexuais de espécie alguma. Isso, naturalmente, é um absurdo completo. Seria o mesmo que dizer que somente existe o preto e que existe apenas o branco, sem qualquer outra cor mais.

O Sexo, adequadamente canalizado e de tipo puro, pode enviar grande força para o bem pela coluna espinhal, e dotar de energia os centros mais elevados ligados ao espírito.

Dependendo do desenvolvimento da pessoa, a cor do Vyana, que aparece ao redor da área da próstata, vai do vermelho-acastanhado opaco a um rosa muito pálido.

W

WU HSING: Este é um termo chinês para o que eles chamaram de "Cinco Elementos", e que são:

146

1. Terra

2. Fogo.

3. Metal.

4. Água.

5. Madeira.

WU LUN: Os sábios chineses acreditavam que pudessem existir cinco relações básicas e que todas as demais relações advinham, ou se derivavam, dos cinco ramos principais. As relações eram:

1. Entre o Rei e seus súditos.
2. Entre pai e filho.
3. Entre marido e mulher.
4. Entre irmãos.
5. Entre amigos.

X

X, como letra, não é coisa prolífica no mundo dos termos metafísicos, sendo mencionado aqui apenas para completarmos nosso Dicionário.

O X, no entanto, possui grande significado no mundo oculto. É utilizado na forma de uma cruz para indicar o sofrimento, como veremos mais adiante. Também é usado para indicar aquilo que irradia em todas as direções ao mesmo tempo, em oposição a um ponto, que está fechado em si próprio e é "introvertido".

O X relaciona-se, no plano terrestre, a todos os pontos do quadrante, norte, leste, sul e oeste, mas quando utilizado no sentido esotérico indica que temos de DAR "em todas as direções" àqueles que sejam MERECEDORES, de nossas dádivas. Devemos mostrar aos outros aquilo que eles desejem ver, e aquilo que estejam prontos a aprender. Devemos ajudá-los e guiá-los, mas somente quando estiver claro que os mesmos se acham prontos para tal ajuda e orientação.

Uma forma decorativa e esotérica de "X" foi exibida como a suástica, que não deve ser

confundida com a cruz torta da Alemanha Nazista, relacionada com traição, guerra e tudo aquilo que é indecente e impuro. A forma verdadeira da suástica — uma simples alteração da letra "X" — tem suas porções projetadas indo na direção oposta à daquela exibida pela

147

suástica maligna que se apresenta como devia ser, porquanto a suástica torta é má, enquanto que a verdadeira é pura e benéfica.

A letra X é utilizada muitas vezes para "marcar um lugar" e como forma de assinatura por aqueles que não podem escrever.

O X também é empregado em forma diferente, ou em estilização diferente de forma, para designar o sofrimento no cristianismo, conforme dissemos antes. Além disso, como o leitor certamente saberá, o X é empregado como abreviação honorífica para a palavra "Salvador", caso em que se torna "Xavier", e derivados daí. A forma honorífica é empregada porque os pais de muitas pessoas que se chamam "Xavier" acham que não seria cortês utilizarem "Salvador". E o "X" é considerado um substituto satisfatório e aceitável.

Existem símbolos que podem ser interessantes. Um deles é o ponto de luz brilhando como uma estrela, que pode indicar o Eu de Dentro. Outro é o símbolo em forma de X, com pequenas projeções nas extensões dos braços, que se apresentam em rotação rápida, indicando o progresso que se tem de fazer.

Y

YAMA: Yama é autocontrole. Indica que alguém se abstém da mentira, do roubo, da cobiça e da luxúria.

Também é designado como um dos Oito Membros do Raja Ioga. É, na verdade, o primeiro dos Oito Membros.

YI: O significado verdadeiro desta palavra chinesa é correção. Nós, sem dúvida, preferiríamos fazer muitas coisas, se houvesse algum proveito resultante delas, mas Yi é aquilo

que devemos fazer sem pensar em proveito.

YIN YANG: É toda a força do Universo. O yin, passivo, feminino e negativo, e o masculino (o Yang), positivo e constantemente a afirmar-se.

É ridículo dizer qual seja o mais importante, se o masculino ou o feminino, pois eles se completam mutuamente, contrastam um com o outro, são inteiramente independentes um do outro.

Não podemos ter um acumulador, a menos que uma extremidade seja negativa e a outra positiva; não podemos

148

empregar um acumulador que tenha apenas o terminal positivo, o que é uma impossibilidade absoluta. Desse modo, a mulher é tão importante quanto o homem, e este tanto quanto ela. A "batalha dos sexos" é coisa ridícula, que devia ser encerrada por uma explicação da dependência de um quanto ao outro.

YU WU: O estado de "ser" e "não-ser". O estado de ser no mundo, do mundo, fora do mundo, e não do mundo.

Z

ZEN: É uma forma particular de "quietude mental". Não é uma religião, mas um sistema de vida. Constitui um método de alcançar a libertação completa com relação a qualquer coisa neste mundo material.

O Zen depende principalmente de fazermos parar o fluxo de "vitalidade", pelo esvaziamento de expressão, desejos e pensamentos, de modo que se consiga, então, experimentar e desenvolver a intuição.

Os estudantes do Zen meditam muito, e obtêm o êxito quando o raciocínio é detido.

Em relação a isso, vale a pena mencionar que um dos maiores impedimentos à entidade humana está na razão. A razão é principalmente a razão defeituosa, impede que as pessoas percebam a verdadeira Realidade.

Os seres humanos desdenham muitas vezes do intelecto dos animais, afirmando que estes não possuem razão, e isso é correto. Os animais têm a intuição, a capacidade de perceber uma coisa, quando nem os maiores expoentes da razão, na humanidade, obtêm os mesmos resultados.

Todo o objetivo de certas formas de estudo oriental está em suprimir, destruir ou controlar a "razão", para permitir que a natureza verdadeira do Eu Maior se apresente e tenha proveito. Mas isso não poderá ser feito enquanto o homem estiver a lutar e a debater-se na sujeira, por alguns pedaços de papel pegajoso a que se chama "dinheiro", que só servem para quem está na Terra. Voltamos a dizer: o Homem jamais conseguiu e jamais conseguirá levar um só vintém furado para o reino do Espírito.

149

Página em branco

SUPLEMENTO A

RESPIRAÇÃO

A respiração é a mais essencial de nossas funções. Sem respirar, não podemos existir, porque é necessário o alento — contendo oxigênio e outros gases — para ativar o cérebro e mantê-lo funcionando. Mas nosso modo de utilizar o "ar" é o mais grosseiro possível.

Precisamos saber algo a respeito do controle respiratório, antes que possamos tratar de qualquer forma de exercício.

Você já ouviu duas pessoas cochichando, e receou que o estivessem fazendo a seu respeito? O que fez — como foi que aguçou a audição? Pois bem, pense agora nisto,

cuidadosamente - você PRENDEU A RESPIRAÇÃO, porque instintivamente, ou por experiência, sabia que, prendendo-a, conseguiria, de algum modo, ouvir melhor. Isso é bem assim, não acha?

Suponhamos, também, que se corte ou, se assim o preferir, tenha sofrido alguma daquelas esfoladuras dolorosas que se consegue com uma queda sobre o concreto bruto. O que faz? Pense nisto, com cuidado - VOCÊ PRENDE A RESPIRAÇÃO! Descubra, por instinto, que se prender a respiração o choque será menor, a dor também, mas não poderá continuar a prendê-la indefinidamente, e sentirá dor quando voltar a respirar de modo normal.

Já observou os homens fortes que se encarregam da mudança de móveis, quando estão diante de um objeto pesado que tenha de ser transportado? O que fazem? De início, olham com uma carranca para o objeto a ser erguido, e depois

151

esfregam as mãos com ar desconsolado, enquanto respiram fundo - e PRENDEM A RESPIRAÇÃO enquanto estão realmente erguendo o objeto pesado, suspendendo-o do chão. O instinto, ou a experiência, ou que nome desejemos dar-lhe, ensinou a esses transportadores e, na verdade, qualquer um que tenha de suspender pesos que se aspirarem fundo e prenderem a respiração será muito mais fácil erguer as coisas.

O seu trabalho requer reflexão profunda? Você tem de examinar uma questão — descobrir alguma forma de solução? Nesse caso, terá observado que enquanto pensa, com profundidade cada vez maior, sua respiração se faz mais e mais lenta.

Um adepto que esteja imerso em meditação profunda respira tão devagar, de modo tão raso, que se tem dificuldade em saber se está respirando, e as pessoas que são sepultadas na terra podem suspender a respiração, de modo que um alento dure por diversas horas!

A respiração — o ar — é essencial a nós. O ar contém prana, mas este não é uma substância que o estudante de química possa colocar em tubo de ensaio, aquecer em uma retorta ou examinar por um microscópio. O prana é algo inteiramente diferente. Poderíamos dizer que existe em dimensão diversa, mas é de todo essencial para a manutenção da vida, porque ele é a

energia universal de TUDO. Manifesta-se em tudo que possamos pensar, mas apesar disso os seres humanos usam o prana do modo mais grosseiro possível, quando o mesmo é aspirado descuidada e desajeitadamente.

O prana estimula nossos pensamentos. Sem prana adequado, não pode haver pensamento; sem prana adequado, não pode haver cura, porquanto ele se mostra essencial para a mesma.

Um "curador" é a pessoa que pode transferir seu próprio prana, em excesso, a um sofredor. A área de seu armazenamento fica no plexo solar. Quanto mais prana tenhamos conseguido acumular, tanto mais dinâmicos seremos, tanto mais vibrantes de força vital, tanto mais conseguiremos causar impacto nos outros.

De nada adianta entrar em detalhes acerca dos dez Nadis, e como o prana os percorre. Já falamos sobre essas coisas e sobre

o Ida, Pingala e Sushumna, na parte anterior deste livro.

Ao invés disso, queremos dar alguns exercícios elementares que não nos podem prejudicar, mas têm a capacidade de trazer-nos uma quantidade tremenda de bem.

152

Antes de mais nada — como é que VOCÊ respira? Há mais de um sistema, como sabe. Como exemplo, sente-se de modo cômodo, de preferência numa cadeira de costas duras, mantendo a espinha ereta e a cabeça virada para a frente. Afrouxe-se o mais que possa, enquanto mantém essa posição ereta.

Agora, respire fundo, em alento prolongado, permitindo que seu baixo abdômen se encha, mas sem encher o peito ou erguer os ombros. É preciso manter o peito como estava, e os ombros também, e a respiração profunda é feita deixando que seu diafragma se estenda para baixo, de modo que apenas o baixo abdômen se encha. Isto é a "respiração inferior", e se a fizer corretamente verificará que suas costelas e músculos intercostais não se movem. Lembre-se disso, por favor. Esta "respiração inferior" é o primeiro de nossos exercícios, pelo que vamos chamá-lo de Sistema Número Um.

Tendo feito isso, experimente outro método. Respire fundo, ao mesmo tempo em que impeça seu músculo do diafragma de mover-se. Desta vez, respire com a ajuda das costelas e músculos intercostais. Respire bem fundo; descobrirá que, agora, seu peito está-se expandindo, mas que o abdômen continua inteiramente normal — sem se expandir.

Neste exercício, você observará que faz a expansão de peito, ao invés da abdominal. Tal método é chamado "respiração média". Ao sistema anterior, chamamos Sistema Número Um, de modo que este será designado como Sistema Número Dois.

Existe um outro sistema, e o examinaremos agora. Você continua sentado ereto, ainda tem a cabeça virada para a frente. Encolha o abdômen de leve, como se fosse "sugá-lo" para cima, na direção do peito. Agora, com o abdômen contraído, inale fundo, ao mesmo tempo em que ergue os ombros e mantém as costelas e músculos intercostais tão parados quanto possível. Trata-se de um tipo inteiramente diferente de respirar, aquele no qual as partes superiores dos pulmões se tornam bem ventiladas. Chamaremos a isto o Sistema Número Três.

O Sistema Número Um o capacita a absorver muito mais ar do que os outros dois. O Sistema Número Três prova ser o menos eficiente de todos, com o Número Dois vindo em seguida.

O melhor meio de respirar é o de utilizar todos os três tipos. Você começa absorvendo o ar devagar, preenchendo o abdômen inferior, e mantendo os ombros parados, as costelas

153

rígidas. Em seguida, enche o peito, usando as costelas e músculos intercostais e, ao mesmo tempo, erguendo os ombros e forçando-os para trás. Isso preenche toda a área pulmonar e impede a formação de bolsas de ar estagnado, que levam à asma, males vocais e muitas vezes à congestão pulmonar. É fácil praticar esse tipo de respiração completa, mas você deve lembrar-se de que respirar é apenas metade da batalha. Quando exala, seus ombros devem cair, as costelas fechar-se e o abdômen empurrar para cima, a fim de expulsar todo o ar estagnado que seja possível. Até que tenhamos isso bem claro — até que você consiga livrar-se do ar estagnado e aspirar ar novo — não é possível ir mais além na obtenção da quantidade ótima de prana. É de

presumir que você já tenha praticado, a esta altura, e assim sendo vamos um pouco mais à frente.

Temos de lembrar que a respiração consiste de três partes:

1. Inalar.
2. Reter o alento.
3. Exalar todo o ar.

Existem diversas "proporções" que nos capacitam a atingir certos objetivos. Isto é, devemos respirar para dentro, por um certo período de tempo, depois reter esse alento por certo período de tempo, antes de exalarmos por, também, certo período.

Examinemos, portanto, as "proporções",

PROPORÇÕES: Como provavelmente todos já sabem, a esta altura, os pulmões são como esponjas, dentro de uma bolsa esponjosa. Se você os encher de ar, o oxigênio é levado ao sangue, e os gases inúteis do mesmo passam de volta aos pulmões, alojando-se em alguns dos alvéolos pulmonares.

Precisamos exalar por duas vezes mais tempo do que inalamos, porque é necessária uma duração dupla de tempo para fazer com que o ar impuro saia dos pulmões. Ao mesmo tempo, devemos comprimir para que saia tanto ar quanto possível.

Se não exalarmos completamente, não conseguiremos pulmões cheios de ar na inalação seguinte, e o ar que entra será contaminado pelo estagnado (como a água estagnada em uma lagoa), nos alvéolos.

O ar estagnado deixa bacilos que ficam ílesos, e assim os pulmões podem ser afetados por tuberculose, o que não

acontece com tanta facilidade se alguém aspirar profundamente é exalar completamente.

A proporção de uma unidade para entrar e duas para sair deve ser seguida. Como exemplo, aspire durante quatro segundos e expire por oito. Com a prática, você inalará num período muito maior, e exalará no dobro desse tempo.

Já vimos que a proporção média de inalar-exalar é de um para dois. Examinemos, agora, o passo seguinte.

Por quanto tempo devemos reter o alento? Um tempo médio; o de quatro vezes o número de segundos que levamos a inalar, ou duas vezes o que gastamos para exalar. Assim, em nosso exemplo anterior, devíamos inalar por quatro segundos, reter a respiração por quatro vezes quatro segundos, isto é, dezesseis segundos, e exalar duas vezes quatro segundos, isto é, oito. Portanto: inalar durante quatro segundos, reter a respiração por dezesseis e exalar em oito segundos.

O acima exposto, naturalmente, constitui apenas um exemplo, pois logo você quererá prender o alento por período mais longo, e adotará outras proporções, mas vamos examinar tudo isso a seu turno. É preciso ter presente, no entanto o seguinte pensamento: se sua respiração for irregular, sua mente será também irregular. Quando sua respiração está firme, o mesmo acontece com a mente. O modo como respira define você.

Vamos, agora, tratar de alguns exercícios que SE SABE apresentarem grande ajuda, se você os executar conscienciosamente. A fim de economizar tempo e espaço, tudo mais, vou esclarecer que para todos esses exercícios você deve estar sentado confortavelmente. Se for jovem e tiver alguma prática, talvez queira sentar-se na Posição de Lótus, ou com as pernas cruzadas, mas tudo quanto realmente importa é que você se sente de modo que esteja a cômodo, sem se importar com as coisas exóticas, bastando sentar-se de modo confortável; mantenha a espinha ereta e a cabeça (a menos que seja determinado de outro modo, de maneira específica) voltada para a frente.

Precisaremos de algum período de tempo — ou unidades. Assim como nos antigos dias da fotografia as pessoas costumavam contar os segundos, "Kodak Um, Kodak Dois, Kodak Três, etc." (publicidade gratuita para a Kodak!), podemos usar: "OM Um, OM Dois, OM Três", e

assim por diante.

153

Eis o primeiro exercício. Lembre-se de que está sentado em cadeira dura, com a espinha ereta e a cabeça voltada para frente. Respire fundo duas ou três vezes — basta inalar, prender a respiração por perto de um segundo, e soltá-la. Faça isso duas ou três vezes. Agora — ponha um dedo na narina direita, de modo que não possa respirar por ela. Não importa qual, dedo use, mesmo se o fizer com o polegar, pois tudo quanto interessa é fechar a narina, de modo que a mesma não possa

ser usada.

Inale pela narina esquerda, com a contagem mental de "OM Um, OM Dois, OM Três, OM Quatro, OM Cinco". Depois, exale pela narina esquerda (assegure-se de que a direita esteja bem fechada), enquanto faz a contagem "Om" dez vezes. Em todos os casos como este, o tempo de exalar é duas vezes maior do que o de inalar. Isto é uma regra fixa.

Repita esse exercício vinte vezes, isto é, inale pela narina esquerda e exale pela mesma, vinte vezes, inalando durante a contagem de cinco "OM", e exalando por um período de dez "OM".

Depois disso, permaneça sentado por alguns minutos, e veja se já não se sente muito melhor, lembrando-se de que está apenas começando! O segundo estágio vem agora.

Você acabou de fechar a narina direita, de modo que agora faz o mesmo, porém fechando a esquerda. Volto a dizer que não importa qual o dedo que você use, ou que mão. Faça exatamente como fez, quando respirava pela narina esquerda, levando exatamente o mesmo tempo, e execute essa respiração pela narina direita por vinte vezes, como antes.

Você deve respirar tão silenciosamente quanto puder, e fazer o que chamamos de alento completo, isto é, usar o abdômen, os músculos do peito, erguendo e pondo para trás os ombros. Terá de dar entrada a tanto ar quanto possível, e expulsar tanto quanto puder, igualmente. Depois desses exercícios, não terá ar estagnado ou ruim nos pulmões!

Este primeiro exercício deve ser efetuado por duas semanas. Você pode, devagar — muito devagar — aumentar o tempo de inalação e exalação, mas não faça coisa alguma que o force ou canse. Você deve "apressar-se devagar". Se verificar que cinco segundos para inalar e dez para exalar são demasiados, passe a quatro, ou mesmo três segundos na entrada do ar e oito ou seis na saída. Estes números são dados apenas como

156

guias, pois você deve usar o senso comum, e ajustá-los a si próprio. Se começar com um período mais curto, você progredirá, mas será preciso fazê-lo por mais tempo, embora seja muitíssimo mais seguro para você.

Observe, de medo particular, que no exercício acima você não retém o alento; isso é feito por motivo especial, uma vez que tal exercício se destina a acostumar as narinas a respirarem corretamente. São tantas as pessoas a respirarem pela boca, ou por uma só narina, que o exercício dado acima é uma forma de treino inicial.

Sugerimos que você faça esse exercício durante duas semanas, mais ou menos. Se levar, duas, três ou quatro semanas, não importa, pois não há pressa, o tempo é farto, e será melhor fazer algo devagar e corretamente, porque a pressa nessas coisas não faz bem. Assim, portanto, depois de duas, três ou quatro semanas, ou seja lá que tempo for, passemos ao que é conhecido como a respiração alternada pelas narinas.

Lembra-se de como deve sentar-se? Bem, já devia ser um hábito, a esta altura! Está sentado, portanto, em uma cadeira dura, com os pés juntos, a espinha ereta, a cabeça em nível natural, olhando bem para frente. Assim é que você começa agora, fechando a narina direita, enquanto respira pela esquerda. Retenha o alento por momentos, enquanto fecha a narina esquerda e exala pela direita. Assim, você está inalando por uma narina e exalando por outra.

Na vez seguinte, inale pela narina direita e, quando estiver com os pulmões cheios de ar, feche a mesma com um dedo ou o polegar, e exale pela esquerda. Mais uma vez insistimos, você tem de inalar durante cinco ou seis segundos, e exalar durante dez ou doze.

Entendeu bem? Em primeiro lugar, feche a narina direita com um dedo, e inale pela

narina esquerda. Depois, feche a narina esquerda e exale com a direita. Depois disso, pode trocar as coisas, inalando pela direita (com a esquerda fechada) e depois feche a direita, exalando pela esquerda. Faça isso umas vinte vezes.

Após um mês, você deve estar em condições de aumentar o período, de modo que estará usando oito e dezesseis segundos, e quando o estiver fazendo já por um mês, ou dois meses, descobrirá que se encontra muitíssimo melhor de saúde. Sua visão terá melhorado, e você se sentirá mais leve sobre os pés.

157

Sugerimos que este segundo exercício seja praticado por três meses, porque se trata ainda de um período "de prova", ou período no qual seu mecanismo respiratório está-se preparando.

Exercício Número Três: este é semelhante ao Número Dois, mas aqui temos também a retenção do alento. Devemos dizer agora que, embora se deva reter o alento por período quatro vezes maior do que o necessário para inalar, enquanto você não estiver bastante acostumado a este sistema é muito mais confortável retê-lo apenas duas vezes mais do que o tempo levado para inalar. Depois de alguns meses poderá chegar à proporção de um para quatro.

Neste terceiro exercício é preciso inalar pela narina esquerda, enquanto se faz nossa contagem de "OM" quatro vezes. Em seguida, reter o ar durante uma contagem "OM" de oito vezes. Depois disso, exalar pela narina direita (inalamos pela esquerda, lembre-se) oito vezes. Quando houver exalado, e sem parar, inale pela narina direita (e com a esquerda fechada), retendo o alento pelos oito "OM", e depois exale pela narina oposta. Será muito bom que você pratique isto vinte vezes por dia.

Na realidade, não importa que dedo ou polegar você use para fechar a narina a ser obstruída. São muitas as pessoas que dizem que não se deve usar este dedo, ou que se deve usar aquele, só para procurar fazer com que as coisas se tornem misteriosas. Em meu caso, tenho-o feito por um número maior de anos do que você acreditaria, e posso dizer-lhe, com base na experiência pessoal, bem como na experiência observada em outros, QUE NÃO IMPORTA O DEDO QUE SE UTILIZA.'

Você estará, é claro, praticando e conseguindo alentos cada vez maiores, retenções cada vez mais prolongadas, e exalações cada vez mais lentas. Conseguirá, para começar, a inalação em quatro segundos, a retenção em oito segundos, e exalação em oito, também. Após dois meses, mais ou menos, todavia, conseguirá inalar por oito segundos, prender o alento por dezesseis segundos, e exalar por dezesseis, igualmente, e para dar-lhe algo que mereça seu esforço, quando o estiver fazendo por um ano deverá conseguir inalar por oito segundos, prender o alento por meio minuto, e depois exalar por dezesseis. Mas não deve tentar isso a menos que tenha praticado durante uns doze meses.

Aí temos, na realidade, um sistema ótimo de respiração, que devia ser praticado todos os dias "vinte sessões".

158

A seguir, damos um exercício que nos capacita a manter-nos aquecidos no tempo frio. Trata-se de algo muito praticado no Tibete, onde um lama pode sentar-se despido sobre o gelo, e até mesmo fazer com que este se derreta ao redor, e secar cobertores molhados que lhe sejam postos em volta dos ombros.

Eis como fazê-lo: sente-se confortavelmente, tendo a certeza de que está realmente sentado com a espinha ereta. Não deve ter tensões ou preocupações maiores no momento. Feche os olhos e pense em si próprio, dizendo: "OM, OM, OM", telepaticamente.

Feche a narina esquerda, inale tanto ar quanto puder pela direita. Em seguida, feche a direita (seu polegar é o melhor para isto, o mais conveniente), e retenha o alento, comprimindo o queixo com força no peito e fazendo com que o queixo se aproxime do pescoço.

Retenha o alento por algum tempo, e depois gradualmente exale pela narina esquerda, fechando a direita (mais uma vez o polegar é o que se mostra mais fácil para isso).

Cuidado agora: neste exercício sempre se inala pela narina direita, e sempre se exala pela esquerda.

Você deve fazer esse exercício com um início de dez respirações, durante as quais aumentará gradualmente o tempo de retenção, até perto de cinquenta vezes, mas deve aumentar a retenção de modo muito gradual, pois não há necessidade de pressa. E, por falar no assunto, eis uma pequena observação que poderá poupar-lhe preocupações: quando o estiver fazendo por algum tempo, e com retenção profunda de alento, descobrirá que está suando nas raízes do cabelo. Isso é coisa inteiramente inofensiva, normal, que na verdade favorece a saúde e a limpeza do corpo.

Eis outro sistema de respiração muito bom para melhorar o estado do sangue, e manter a pessoa em temperatura agradável.

Já notou como um cachorro ou gato dobra a língua, dando à mesma a forma de um "v"? Bem, nesse caso, vamos ser como o gato! Sente-se como antes, isto é, a cômodo, em assento duro, com a espinha ereta. Ponha a língua para fora, só um pouquinho, dando-lhe uma forma de "v". Em seguida, puxe o ar PELA BOCA com um "Ssss" interno. Prenda o alento tanto tempo quanto possível e em seguida exale pelas narinas. Precisarás fazer isto vinte vezes por dia.

159

É importante que você faça esses exercícios de modo inteiramente regular. Não perca um só dia, querendo fazer o exercício pelo tempo dobrado no dia seguinte, tendo perdido o da véspera, pois é pura perda de tempo. Se você não vai fazer os exercícios com regularidade, é melhor não começar. Assim sendo — seja regular, pontual, procure fazer os exercícios à mesma hora, todos os dias. Quando os estiver fazendo, não contraia a face, não se empenhe em qualquer contorção, de tipo nenhum. Se descobrir que está com alguma dor, pare imediatamente, até que ela desapareça. Além disso, não poderá fazer estes exercícios, se houver empanturrado de comida. A maioria das pessoas come em demasia, por tempo demais, com objetivo insuficiente, de modo que uma dieta moderada deve ser preferida.

Como advertência final, quero preveni-lo para que não faça esses exercícios se tiver alguma doença do coração ou tuberculose. Não procure reter a respiração mais do que lhe seja cômodo. Afinal de contas, haverá outras vidas, o que não se aprender nesta sempre poderá ser aprendido outra vez, em outra "estada", começando-se de onde parou! E devemos afirmar, igualmente, que se você não for muito jovem, muito flexível e muito bem segurado, não deve

fazer qualquer dos exercícios que o obriguem a equilibrar-se sobre um dos polegares, ou sentar-se com os pés apoiados no cimo da cabeça, ou coisa parecida. A menos que tenha nascido no Oriente, ou a menos que seus pais tenham sido acrobatas de circo, será melhor deixar essas coisas de lado.

160

SUPLEMENTO B

PEDRAS

Este é um suplemento acerca de diversas espécies de pedras, porque as mesmas exercem grande influência sobre a vida de todos nós. As pedras são as coisas sólidas mais antigas nesta Terra; já existiam, antes que os seres humanos sequer fossem sonhados — ou visualizados em algum pesadelo! — e continuarão existindo, muito após nós nos termos ido.

Dependendo de seu ponto de vista, você pode considerar as pedras como uma coleção de substâncias químicas ou como um amontoado de moléculas que se agitam, de acordo com o número delas confinado no mesmo espaço. As pedras, entretanto, possuem vibrações muito fortes. Na verdade, são como transmissores de rádio, transmitindo sua mensagem para o bem ou para o mal, por todo o tempo.

Examinemos as pedras, começando pela:

ÁGATA: Muitas pessoas pensam que a ágata seja uma pedra vermelha, mas na realidade existem ágatas vermelhas, verdes, castanhas e uma de cor amarelo-avermelhado-clara. No Extremo Oriente, a ágata vermelha, ou de sangue, como é chamada com freqüência, constitui uma verdadeira proteção contra os insetos Venenosos, tais como as aranhas. Isto não é ficção. As ágatas têm uma radiação que desestimula às aranhas e escorpiões, fazendo com que "procurem novos pastos".

161

Existe uma forma de ágata castanha que radia uma vibração, a qual confere

autoconfiança ao homem, dando-lhe assim uma espécie de coragem que lhe proporciona a vitória sobre os inimigos, ou o êxito com os amigos.

No terreno médico já ficou provado que a pessoa que usar a ágata castanha próximo à pele, de preferência sobre o esterno, isto é, pendente ao redor do pescoço, sobre esse osso, terá aumentada sua inteligência; e também de ajuda no combate às febres e à loucura. Com relação a isso, vê-se logo que não é grande o número de ágatas marrons em uso.

No Oriente Médio algumas pessoas usam uma ágata modelada, alegando-se que a mesma afasta as infecções intestinais que em geral campeiam naquela região .

Existem ágatas negras, verdes e cinzentas, mas na China há uma ágata muitíssimo notável, com certos restos fossilizados em seu interior. Se tomarmos uma dessas pedras, que tenham recebido alto polimento, veremos as figuras de pequenas formas semelhantes a samambaias, em seu interior. Elas são utilizadas pelos lavradores, como ornamento, na esperança de que tenham um ano agrícola altamente proveitoso.

ÂMBAR: Se você tiver problema renal ou hepático, ou com aquela doença civilizada graças à qual nossas casas farmacêuticas arrecadam uma fortuna (a constipação), tome um pouco de âmbar em pó, moído até a consistência da farinha de trigo, misturando-o depois com mel e um pouco de água. Em seguida, engula a pasta, mas somente se estiver próximo dos recursos apropriados da civilização, porque este é um remédio que realmente funciona, como não tardaria a descobrir. Único problema: o âmbar é bastante caro.

As damas que desejam um marido e não tiveram grande sorte na tarefa de atraí-lo deviam ter um pedaço de âmbar, sob a forma de um símbolo fálico. Usando esse símbolo, o mesmo poderia atrair um homem com os desejos certos em sua direção. E assim ela obteria o marido que deseja.

O âmbar é uma pedra, mas não é muito usado no Ocidente porque, a menos que seja polido sem habilidade, se apresenta bastante opaco.

AMETISTA: Muitos bispos usam uma ametista no anel que os devotos beijam em seu dedo. Uma ametista, que é de cor

violeta ou de vinho, tranqüiliza a pessoa. Em outras palavras, a vibração molecular do material a que chamamos ametista oscila em tal período de freqüência que é heteródino com as vibrações belicosas de um ser humano, fazendo com que estas diminuam e se acalmem!

A ametista foi usada como tranqüilizante no Extremo Oriente, muito antes de a aspirina se apoderar desse terreno.

ANTÍPATES: Trata-se de uma pedra inteiramente negra. Parece um pedaço de carvão altamente polido, pertencente à variedade da antracita. É muito pouco usada agora no Ocidente, devido à sua negrura completa. Foi usada, entretanto, como fundo de um camafeu sobreposto, feito de marfim.

AZEVICHE: O azeviche é uma pedra negra e seu nome correto é "gaggitis". Trata-se de uma pedra que teve importância especial na época dos druidas, nas Ilhas Britânicas. Uma faca de azeviche era utilizada nos sacrifícios druidas em Stonehenge.

Na Irlanda, até mesmo em nossos tempos, de modo especial na costa ocidental, onde o Atlântico bravio se esbate nas grandes rochas, a esposa do pescador irlandês queima um pedacinho de azeviche, enquanto ora pelo regresso do marido, que enfrenta os perigos do mar turbulento.

Antes que surgissem os dentistas, as pessoas utilizavam azeviche em pó, colocando-o ao redor dos dentes que doíam. Provavelmente a agudeza desse pó lhes dava outra coisa em que pensar, que não a dor de dentes, mas aparentemente isso servia para fazê-la passar. Curava também a dor de cabeça e de estômago.

BERILO: São Tomás é o santo padroeiro do berilo. Afirma-se que ele usava o berilo amarelo para curar doenças do fígado. Normalmente o berilo apresenta coloração verde. É uma pedra que ajuda em assuntos de digestão.

CALCEDÔNIA: Em certos países atrasados (ou serão, na verdade, adiantados?) a

calcedônia é usada em pó. Ajuda a fazer passar os cálculos biliares. O pó de calcedônia provoca a dilatação da vesícula biliar e de todas as passagens ligadas à mesma. Assim é que os cálculos biliares que estejam dentro da vesícula sairão, sem necessidade de operação.

163

CATOCHITIS: Aí temos uma pedra realmente notável, encontrada em algumas ilhas do Mediterrâneo, em especial na Córsega. É pedra magnética à pele humana, de modo que, se esfregarmos as mãos e depois tocarmos no catochitis, essa pedra ficará presa à mão, desde, naturalmente, que não seja pesada demais.

Os corsos usam-na para se protegerem contra a hipnotização.

CORNALINA: Algumas pessoas chamam a cornalina de pedra de sangue. Ela tem uma vibração que amortece as pulsações do sangue, sendo realmente verdadeiro que se alguém estiver com congestão sangüínea na cabeça receberá grande alívio se os lobos frontais e o lugar da primeira vértebra cervical forem esfregados com uma cornalina lisa. As cornalinas às vezes se apresentam opacas, mas as melhores são translúcidas.

CRISTAL: O cristal é uma forma muito singular de rocha, mais claro do que o vidro, e de poderes muito grandes no terreno de "cristalomancia". Aqueles que sejam dotados de alguma clarividência, descobrirão que esta aumenta com o uso de um cristal sem jaca.

O cristal tem vibração compatível com aquela do terceiro olho, fortalece o mesmo, fortalece a "vidência" de alguém.

Em diversas partes da Irlanda, pequenas bolas de cristal são postas em anéis de prata, acreditando-se que as mesmas consigam atrair reações favoráveis dos leprechauns (duendes) irlandeses!

Os sacerdotes, em eras distantes, no Extremo Oriente, saíam em excursões à procura de um bloco de cristal, que acabavam encontrando nos Andes ou nos Himalaias. Desbastavam cuidadosamente as arestas brutas, e ao correr de muitos anos escavavam o pedaço de rocha, conferindo-lhe uma forma esférica. E gerações sucessivas de sacerdotes davam polimento ao

cristal, usando areia cada vez mais fina e água, a areia cravada em couro macio. Finalmente o cristal ficava pronto para uso religioso — ver o futuro, ver a vontade dos Deuses!

DIAMANTE: O diamante é primo próximo de um pedaço de carvão, não passa de um pedaço de carvão que recebeu

164

educação mais alta ou, em outras palavras, vibra em frequência mais alta.

Acredita-se comumente que um diamante torna a pessoa imune aos venenos e à loucura. No setor da saúde, acreditava-se que o diamante curava a maioria das doenças. Em certa época, na Índia, o Koh-I-Noor era mergulhado na água e movimentado na mesma, com a intenção de transmitir algumas de suas qualidades à água. Como a pessoa que segurava o diamante não lavava as mãos antes, certamente algumas "qualidades"

ERAM assim conferidas! A água suja resultante era dada a beber a um doente, e tal era a fé na Índia, naqueles dias, que muitas vezes daí resultou uma cura.

Diz-se também que os diamantes são muito eficazes na obtenção dos favores das damas, em especial se ele estiver envolto em um casaco de arminho. Mas isto, certamente, não passa de boato.

ESMERALDA: A esmeralda verde tem a reputação de ser capaz de curar as enfermidades dos olhos, e através dos tempos o povo passou a acreditar de modo absoluto no poder da esmeralda na cura das enfermidades oculares. Ocorreu a algum feiticeiro, bruxa ou sacerdote (todos bastante parecidos entre si) que, se a esmeralda podia curar as doenças dos olhos, devia também impedir o mau olhado. Assim, as esmeraldas passaram a ser usadas ao redor do pescoço, na idéia de que, se alguém com mau olhado espiasse para quem a usava, todas as influências más seriam afastadas e refletidas, de volta, ao "olho mau", com efeitos singularmente desastrosos para este.

Existem muitas provas no Oriente de que as esmeraldas realmente ajudaram no alívio dos males oculares.

GRANADA: Aqui temos uma pedra que hoje, ao que parece, não se mostra muito popular, mas que em certa época foi usada na esperança de proteger a pessoa das doenças da pele e dos perigos. Tinha de ser usada em contato com o corpo, e ao invés de ser posta em anéis, como atualmente colocavam-na em pequena moldura, pendurada ao pescoço, e em geral disposta de modo que ficasse bem por cima do coração.

Quando havia o perigo de enfermidade, uma pedra aclimatada a quem a usava tornava-se opaca e destituída de lustro. A medida que o perigo ou doença se afastavam, a pedra voltava a seu brilho inicial.

165

Na Europa, atualmente, as pessoas usam granadas na crença de que as mesmas lhes proporcionem a constância no amor.

JADE: Muitos pensam no jade como sendo uma pedra verde, mas pode-se tê-lo em número bem grande de tonalidades diferentes. Pode ser quase claro, por exemplo, ou amarelo, ou em tons variáveis de verde, azul ou mesmo preto. O jade é uma pedra que pode ser esculpida e trabalhada por quem tenha tal habilidade. Os chineses, antes do comunismo, transformavam o jade em ornamentos e estátuas de grande beleza.

Os comerciantes chineses dos dias anteriores ao comunismo costumavam manter as mãos dentro das mangas das roupas. Quem se lembra sabe que eles usavam mangas muito largas, e muitas vezes o comerciante astuto mantinha as mãos ali dentro, segurando um talismã feito de jade. Estava pedindo ao jade que o orientasse em uma transação proveitosa.

No setor da medicina, afirma-se que um jade verde podia, por sua vibração particular, curar a hidropisia e doenças semelhantes, relativas ao sistema urinário.

LÁPIS-LAZULI: Esta é uma pedra de história destacada no Egito e na Índia. Muitas placas foram inscritas em cilindros de lápis-lazuli, transmitindo alto conhecimento esotérico. O lápis-lazuli era conhecido como uma das pedras sagradas, uma das pedras utilizadas no desempenho dos Mistérios Maiores. Era sagrada, devido à sua beleza, mas no sentido médico afirmava-se que evitava o aborto.

ÔNIX: No Oriente, é considerada como uma pedra de infortúnio. Constitui um convite aos que são dotados de mau olhado, e parece ter sido prática muito comum disfarçar uma pedra desse tipo, fazendo-a parecer-se com outra coisa, ou embuti-la em algo, dando-a ao inimigo que se tivesse, na convicção de que o pobre desgraçado ia receber muito mais do que contava.

OPALA: Eis outra pedra muito auspiciosa. A pedra fumacenta, extraída da terra principalmente na Austrália, tinha muitas vezes influências más e o ocultista conseguia perceber radiações malignas.

Algumas pessoas afirmam que as opalas são extremamente boas para quem sofre de doença dos olhos, mas se alguém tiver a sorte de obter uma opala preta que seja ainda luminosa o

166

bastante para que se possam ver os "clarões" de rubi na mesma, esta poderá ser considerada portadora de boa sorte, dando visão notavelmente aguda à pessoa.

PEDRAS DE TOQUE: Como vimos, as pedras são, como todas as demais substâncias, apenas uma massa de moléculas em movimento, A sensação que se transmite a uma pessoa pode ser para o bem ou para o mal. Existem pedras que irradiam o infortúnio e causam grave desarmonia dentro do corpo, mas existem também pedras que tranqüilizam a pessoa, e estas se chamam Pedras de Toque Tranqüilizante.

Há muitos séculos, bem antes da era das aspirinas, os Antigos, os Adeptos e os Fabricantes Mágicos de antanho podiam curar a humanidade de suas diversas doenças nervosas e mentais. Eles sabiam levar a tranqüilidade aos lares do povo. Na China distante, no Tibete, nos templos santos da Índia e nos grandes templos dos Incas, Astecas e Maias, sacerdotes modelavam laboriosamente as pedras, em trabalho manual, pedras essas cujos contornos habilidosos tranqüilizavam o cérebro humano e, inundando esse órgão de reconforto e agradáveis sensações táteis, acalmavam todo o mecanismo humano.

Infelizmente, a arte de fazer pedras de tais contornos tornou-se quase extinta com o correr do tempo. As pessoas passaram a se encher de drogas para deprimirem as sensações,

porque estamos em um ciclo negativo da evolução, e as drogas tornam "negativas" as pessoas.

As Pedras de Toque Tranqüilizante já podem ser novamente conseguidas; eu as fiz, e tirei patente do desenho, porque apenas uma determinada configuração oferece o reconforto máximo.

Uma Pedra de Toque Tranqüilizante deve ser segura quer na mão esquerda ou direita, não importa. A parte que traz o meu nome deve ficar contra a palma da mão, e o ideograma ao fundo, deixando a parte cuidadosamente abaulada voltada para cima, de modo que fique sob a articulação do polegar. Em seguida, o polegar deve acompanhar descuidadamente os contornos nessa parte abaulada. Você descobrirá que o conforto, o bem-estar e a liberdade virão, que seus problemas se desmancharão como a bruma matutina diante do sol que nasce. Descobrirá que tem paz de espírito como não acontecia antes.

167

Não é este o lugar para dar mais detalhes, mas você talvez já tenha visto meus anúncios sobre essas Pedras de Toque, a esta altura. Bastará dizer que, se usarmos as coisas da natureza de modo certo, elas virão em nosso auxílio. As pedras podem ajudar-nos muito, bem como as frutas e os remédios preparados com ervas. Devemos afirmar que apenas uma Pedra de Toque de contorno adequado deve ser usada, porque se assim não for poderá causar irritação, ao invés de tranqüilidade. Bem — a advertência está feita!

RUBI: Afirma-se que esta pedra protege quem a usa contra todos os tipos de doenças infecciosas. Afirma-se também que os rubis impedem que seu portador contraia tifo, peste bubônica e outras.

Como no caso dos diamantes, o melhor tipo de rubi era muitas vezes passado na água, ou mesmo deixado na água por algum tempo, após o que o doente recebia esse líquido para beber, quando sofria de dores intestinais.

Também se tem sabido de pessoas portadoras de câncer dos intestinos, e que engolem um rubi que fora, "no curso da natureza", recolhido, limpo e engolido novamente, afirmando-se de modo todo positivo que houve um caso no qual o câncer foi detido por esse meio.

SAFIRA: Muitas pessoas confundem as safiras, as turquesas e os lápis-lazulis, mas seja qual for o nome que lhes demos, as observações contidas sob LÁPIS-LAZULI terão aplicação no caso da safira e da turquesa.

TURQUESA: Esta é muito comum no Tibete, onde existe uma ponte chamada "A Ponte Turquesa". Rodas de Oração e Caixas de Talismã, no Tibete, viam-se geralmente ornamentadas com pequenas turquesas, porquanto esta pedra era conhecida como particularmente auspiciosa.

Montavam-na em anéis, usavam-na no cabelo. As mulheres tibetanas costumavam usar um arcabouço grande, de modo que os cabelos pudessem ser exibidos do modo mais vantajoso, e muitas vezes esse próprio arcabouço era ornamentado com turquesas.

Essas pedras são extremamente boas para melhorarem a saúde da pessoa.

A turquesa é uma pedra sagrada, na crença budista.

168

SUPLEMENTO C

AS COISAS QUE COMEMOS

Como terá descoberto qualquer pessoa que viveu nesta Terra, até mesmo por pouco tempo, é preciso comermos para viver, mas não devemos viver apenas para comer. O corpo humano pode ser comparado a uma fábrica; as substâncias e materiais entram na mesma, são "trabalhados" e transformados de diversos modos. Em nossa fábrica humana, tais materiais são ingeridos, a fim de que o corpo se mantenha, promova os reparos nos tecidos que foram danificados ou envelheceram, e impulse os músculos que nos movimentam.

Também deve haver quantidade suficiente de materiais restantes, de modo que o corpo possa crescer mental e fisicamente.

Os seres humanos necessitam de quatro tipos básicos de substâncias, a fim de que o tecido possa crescer ou ser reparado, e para que os ossos possam crescer ou reunir-se, no caso de fratura. Eis, em ordem alfabética, as quatro coisas inteiramente essenciais à vida humana:

1. Carboidratos.

2. Hidrocarbonetos.

3. Minerais.

4. Proteína.

Antes que o homem se tornasse civilizado — ou passasse a considerar-se como tal — toda a humanidade era vegetariana,

169

naqueles dias o apêndice, hoje órgão incomodo ou atrofiado, desempenhava um papel muito útil na vida do corpo humano, e como constitui agora apenas um coto atrofiado, o Homem não deve ser inteiramente vegetariano. Para ser vegetariano e constituir de algum modo o equivalente a um comedor equilibrado seria preciso estarmos comendo todo o tempo, porque é preciso ingerir vastas quantidades de uma dieta puramente vegetariana.

A humanidade acostumou-se à carne e descobriu que, ingerindo quantidades razoáveis da mesma, conseguia viver sem menos fruta e vegetais e assim disporia de mais tempo para se dedicar a outras coisas.

Muitas pessoas são demasiadamente "amargas". Em outras palavras, seu sangue, sucos e tecidos contêm quantidade demasiada de ácido. Tais pessoas anseiam por coisas amargas e ácidas, tais como limões, maçãs azedas e todas as espécies de coisas ácidas e travosas.

É deplorável, porque essas criaturas ficam com acidez excessiva do sangue, e isso diminui a capacidade do mesmo de extrair bióxido de carbono e demais gases residuais que precisam ser exalados. É necessário um sangue alcalino para absorver os gases que têm de ser

levados aos pulmões e exalados, dando lugar assim a que o oxigênio seja inalado.

Dessa maneira, todos vocês que gostam de coisas amargas devem lembrar-se de que estão atrapalhando seu sistema de oxigenação! Além disso, ficam inteiramente susceptibilizados para resfriados, males do peito, reumatismo e perturbações nervosas.

É de deplorar que os vegetarianos muitas vezes se tornem fanáticos, extremando-se nessa posição! Já foi afirmado que uma dieta vegetariana é a ideal, PARA AQUELES QUE VIVEM EM CONDIÇÕES IDEAIS. Se alguém é vegetariano e vive nas condições ideais exigidas por isso, não surgem males como a constipação, porque a maior parte do refugo e celulose bruta, com suas propriedades hidragógicas, lubrifica o intestino grosso e ajuda na expulsão dos refugos. Mas é preciso observar que, para viver de modo puramente vegetariano, é preciso estar mais ou menos comendo todo o tempo.

A prisão de ventre é causada com freqüência maior pelo fato de que o sangue extrai umidade demasiada dos intestinos. À altura em que os refugos tenham alcançado o cólon descendente não há umidade suficiente no mesmo para que se

170

tornem moldáveis (ou "plásticos"), para serem expulsos. Essa matéria de refugo adere, então, com grande firmeza, ao forro do cólon^ semelhante a pêlos, e as contrações musculares chamadas movimentos peristálticos causam dor. As pessoas teriam menos prisão de ventre se bebessem mais água.

VITAMINAS: As vitaminas são "forças vitais". Acham-se presentes nas quatro substâncias essenciais que mencionamos antes; as vitaminas se encontram nas frutas, legumes e castanhas, de um modo geral, e na maior parte das substâncias naturais que ingerimos. Essas "essências vitais" são inteiramente necessárias, e se alguém tiver deficiência de algumas delas estará sujeito a todas as espécies de enfermidades desagradáveis. A falta de vitaminas, por exemplo, é a causa do beribéri. Nos campos de prisioneiros de guerra dos japoneses, essa doença podia muitas vezes ser curada, quando o paciente conseguia um pouco de Marmite, produto de grande valor.

Nos dias dos antigos barcos à vela, antes que surgisse a refrigeração e tudo mais, quando as "muralhas de madeira da Inglaterra" navegavam pelos mares, sem terem de estar à cata de frotas pesqueiras russas, era freqüente os marinheiros sofrerem de escorbuto. Trata-se de uma doença da pele causada pela falta de vitaminas. Se o escorbuto não for tratado, com o tempo o doente "desbota", piora cada vez mais e morre. Começa como uma doença da pele, e depois passa a adentrar-se no corpo, afetando diversos órgãos.

Nos dias dos navios à vela, os marinheiros ingleses levavam consigo suco de lima, rico em vitaminas, e que era distribuído de modo bastante parecido àquele pelo qual distribuía o rum a bordo. Esse suco de lima, diga-se de passagem, é o motivo pelo qual os americanos chamam os ingleses de "limeys", devido a tal suco de lima, consumido a bordo dos navios britânicos.

A menos que tenhamos as vitaminas adequadas, não conseguiremos desfazer ou assimilar os minerais que também nos são necessários. Uma mistura correta de vitaminas e minerais tem de ser mantida, pois de outra forma nossas glândulas, tais como as endócrinas, não funcionarão corretamente, e nesse caso faltarão às pessoas os hormônios, a testosterona, e elas se tornarão estéreis — impotentes. Com isso, põem-se irritadiças e passam a ser vítimas de todas as espécies de padecimentos obscuros. Eis algumas das vitaminas essenciais:

171

VITAMINA "A": Dependemos muito desta vitamina, que é uma substância solúvel em gorduras e óleos. Ajuda a manter a pele em estado moldável e ininterrupto. Ajuda a impedir a infecção mediante esfoladuras da pele, e é de enorme valia na luta contra as doenças urinárias. Outra vantagem está em que uma quantidade suficiente de vitamina A apresenta grande benefício na regulação da oxigenação do cérebro.

@@

VITAMINA "B1": Esta não é solúvel nos ácidos, mas se destrói completamente em presença de uma alcalinidade excessiva. Assim, a menos que mantenhamos nossos sucos ou secreções corporais no nível ótimo entre a acidez excessiva e a alcalinidade excessiva, destruiremos muitas substâncias antes que as mesmas nos possam servir.

A vitamina B1 dá apetite e auxilia na digestão daquilo que nos induziu a comer. Ajuda a opor resistência adequada à infecção, sendo um dos materiais essenciais para o desenvolvimento correto do corpo.

VITAMINA "B2": É uma vitamina solúvel na água. Trata-se de substância espetacularmente essencial à boa visão. A quem faltar esta vitamina surgirá sempre dificuldade visual. Muitas enfermidades podem ser sobrepujadas, dando-se atenção ao teor vitamínico do corpo.

Esta vitamina ajuda no funcionamento normal do canal alimentar, do começo ao fim. Proporciona à pessoa boa capacidade digestiva, permitindo-lhe "comer como um cavalo!"

Diante da falta de vitamina B2, o sistema não consegue absorver o ferro; uma falta mais acentuada da mesma provoca a queda dos cabelos, bem como esgota os recursos do corpo, a tal ponto que a pessoa passa a sofrer de úlceras, tais como a da língua, etc.

VITAMINA "C": A vitamina C é uma substância instável. Não pode ser armazenada por muito tempo no corpo. Qualquer desequilíbrio afetará esta vitamina, levando-a à destruição antes que possa ser adequadamente utilizada. É preciso ingerir esta substância todos os dias, e a nossa dieta deve ser preparada de modo que exista um suprimento adequado da "C".

A vitamina C é benéfica ao crescimento de ossos e dentes, sendo ela que possibilita ao corpo a absorção do cálcio que, como sabemos, é um requisito para ossos de boa qualidade.

172

Sem vitamina C, o corpo se torna raquítico, pela falta de cálcio. A falta desta vitamina ocasiona problemas respiratórios, e pode tomar alguém propenso à tuberculose.

VITAMINA "D": Esta é outra das vitaminas que regulam a absorção do cálcio e do fósforo, permitindo a este último tornar-se em fosfatos. Assim, a menos que tenhamos a vitamina D, não conseguiremos aproveitar da melhor maneira as substâncias minerais das quais precisamos para que as funções corporais possam prosseguir.

A vitamina D é uma das coisas que geralmente faltam ao vegetariano, porque NÃO É encontrada nos legumes ou frutas. O vegetariano em moda precisa obter sua vitamina D de fontes artificiais, ao invés de recorrer à carne natural.

Uma quantidade demasiada de vitamina D proporciona doenças graves, tais como depressão aguda e diarreia; nesse caso, a criatura se torna incapaz de reter a comida por tempo suficiente para que as vilosidades — tubos de aspectos capilar nos intestinos — absorvam a alimentação, e com isso a pessoa estará, na realidade, passando fome em meio à fartura.

VITAMINA "E": Esta vitamina (podemos percorrer todo o alfabeto, com essas letras!) é uma substância que se aloja nos músculos e, infelizmente, é destruída ou excretada com rapidez. Assim é que precisamos de uma dieta equilibrada, a fim de garantir um suprimento regular de vitamina E. A falta dela produz esterilidade e abortos, e quando uma criança nasce em tais condições, já se acha prejudicada desde então.

Para os que se interessem, o aipo e o germe de trigo são as fontes mais adequadas de Vitamina E.

Agora que examinamos as vitaminas, talvez devêssemos apresentar alguns dados acerca das substâncias minerais que nos são necessárias.

MINERAIS: Os minerais são de todo essenciais, e o vegetariano confirmado deve lembrar-se de que muitos minerais se acham presentes na carne, tanto quanto nas frutas e legumes. Assim, uma dieta equilibrada de carne e legumes e frutas proporciona um suprimento balanceado de vitaminas e minerais. No mundo ideal, as pessoas não comeriam carne, mas nós não vivemos em condições tão idílicas. Temos de levantar-nos de manhã, antes de estarmos prontos para comer, fazer o

desjejum apressadamente, correr para apanhar o ônibus, no escritório temos de trabalhar em posição inatural e atravancada. Na hora do almoço, temos de sair às pressas para comer qualquer coisa, e enquanto estivermos ingerindo com pressa a alimentação, estaremos falando com outras pessoas. Voltamos às carreiras para o escritório, regressamos às posições

atravancadas, e depois disso efetuamos uma longa viagem de volta à casa, cansados, desanimados, frustrados demais para estarmos em condição adequada de realmente digerir o alimento que ali encontramos.

Uma refeição vegetariana verdadeira devia ser uma coisa calma, durando a maior parte do dia, e isso não pode ser realizado sob as condições de vida de nossos dias. Assim sendo — para aqueles que se mostram fanáticos acerca do vegetarianismo — afirmo que somente poderiam ser lógicos se seguissem para uma ilha distante das arapucas, ilusões e enganos da civilização.

Se quiserem ficar aqui, nosso conselho é que adotem a trilha do bom senso, e comam carne para manter as funções essenciais do corpo.

Eis os elementos minerais essenciais, apresentados em ordem alfabética:

CÁLCIO: O cálcio é de todo necessário, para termos ossos fortes e dentes bons. O cálcio é o alicerce de nossos ossos e dentes. Sem ele, logo sangraríamos até a morte, mesmo com um leve arranhão, porque é este mineral que dá ao sangue a capacidade de coagulação.

O cálcio auxilia na absorção da vitamina D, e os dois trabalham juntos.

CLORO: Todos sabem que o cloro é um bem elemento de limpeza. Podemos comprar vidros com essa substância, sob diversos nomes registrados e comerciais, e usá-lo na lavagem dos pratos ou da roupa. No corpo humano, o cloro é necessário, em quantidades limitadas, naturalmente, pois o cloro que absorvemos limpa e desinfeta as células, purifica o sangue, ajuda a livrar o corpo dos acúmulos excessivos de gorduras indesejáveis e elimina diversas impurezas que vão ter às nossas juntas, fazendo-nos ranger como dobradiças enferrujadas quando nos movemos.

O cloro, em quantidades controladas, é essencial, e quem tiver uma dieta equilibrada verá que encontra suprimentos adequados de cloro nas refeições diárias que faz.

COBRE: O cobre é necessário, como afirmamos antes, para que, juntamente com a clorofila (esta última vinda de todas as coisas verdes, naturalmente), o ferro possa ser decomposto e levado a uma forma que o corpo consegue recolher e usar. Mais adiante examinaremos o ferro.

O cobre pode ser classificado como um dos "elementos vestigiais", porque até mesmo uma quantidade diminuta basta para agir como catalisador. O catalisador é uma substância que pode agir sobre outra substância, sem se alterar ou destruir enquanto o faz.

A ciência ainda não descobriu com precisão a quantidade de cobre que é necessária, mas até mesmo uma parcela diminuta será suficiente, e a dieta equilibrada comum contém essa quantidade.

ENXOFRE: O enxofre é o mineral conhecido dos feiticeiros de antanho. Uma dose de enxofre em pedra costumava fazer maravilhas para as pessoas apaixonadas! O enxofre é ótimo tônico e condicionador para o sangue. Era dado aos animais, para conservação do pêlo, e pelo mesmo motivo, às vezes, alguma senhora espalha enxofre em pó no casaco de peles que conseguiu com dificuldade.

O tipo ácido de enxofre é essencial em todas as células do corpo. Trata-se de um antisséptico para as células sanguíneas, e ajuda a purificar aquelas em torno dos intestinos.

Sem um suprimento adequado de enxofre ácido, podemos tornar-nos vítimas de uma coleção fantástica e desagradável de doenças da pele. O enxofre também ajuda o cabelo a crescer.

FERRO: O ferro é outro mineral, e as pessoas que o consideram um metal esquecem que ele continua sendo isso, um mineral. Provavelmente todos sabem que necessitamos de ferro, porque sem ele não conseguimos fabricar os corpúsculos vermelhos de sangue, que permitem à nossa corrente sanguínea absorver o oxigênio. Se nos faltar o oxigênio, nosso cérebro torna-se embotado e, com o tempo, definha. Assim, é o ferro um mineral muitíssimo necessário.

Não podemos engolir alguns parafusos e porcas, afirmando que tenhamos ficado abastecidos de ferro. Este precisa vir em certa forma, e então receber a ação da clorofila e do cobre, para que possa passar por uma reação química dentro do corpo, de

modo que as diversas células corporais o consigam absorver e utilizar.

É interessante notar que as senhoras requerem uma quantidade maior de ferro; na verdade, precisam de mais ou menos quatro vezes mais ferro do que um homem, para o mesmo peso corporal. Isto é porque elas têm diversas saídas, que o homem se deleita em evitar.

FÓSFORO: Também precisamos ter fósforo, aquela substância que serve para acender o fogão de cozinha, sob a forma de um cabeçote de palito. O fósforo é uma substância altamente combustível. Podem-se ver experiências de laboratório, nas quais um pedaço de fósforo foi tirado da água, em que geralmente é guardado. Logo ao ser retirado, e na presença do ar com seu oxigênio, começa a soltar fumaça, emitindo-a branca e densa.

O fósforo ajuda muito na oxidação de diversas substâncias no corpo, e a conferir alcalinidade ao sangue.

Sem ter esse sangue alcalino, não conseguiríamos livrar-nos de gases em excesso, tais como o bióxido de carbono. Se ficarmos com a corrente sangüínea congestionada de bióxido de carbono e excesso de nitrogênio, adquirimos uma aparência "cianótica", ou azulada, porque nosso sangue estará à mingua

de oxigênio.

O fósforo corrige isso, abrindo espaço para o oxigênio.

Os compostos de fósforo são necessários para manter a saúde de nosso sistema nervoso. O fósforo, quando usado para os nervos, recebe a designação de "lecitinas". Fortalece a substância branca do sistema nervoso e o tecido nervoso que se encontra na matéria cinzenta do cérebro. Desse modo, se não tivermos fósforo, faltar-nos-á força cerebral. O peixe é um alimento rico em fósforo e fosfato, sendo este o motivo pelo qual afirmam que o peixe é bom alimento para o cérebro.

IODO: O iodo é inteiramente essencial para o funcionamento correto do corpo. Todos sabem que as algas marinhas (reduzidas a cinzas) são ricas em iodo, bem como os demais

alimentos do mar.

Houve tempo em que se usavam medalhões contendo uma fração de iodo, mas isso era puramente psicológico, pois tal substância precisa ser absorvida, e a alimentação normal contém porções adequadas.

176

o iodo pode curar o bócio, porque esse padecimento não passa de uma disfunção da glândula tireóide. O iodo corrige a deficiência e ajuda a regular essa glândula. Em muitos lugares distantes do mar, os habitantes locais sofrem de bócio, mas é muitíssimo raro que alguém apresente essa insuficiência quando mora próximo ao mar, porque a própria chuva contém certa quantidade de iodo, a menos que se esteja em região muito distante do mar.

MAGNÉSIO: O magnésio é um mineral que ajuda o cálcio a formar os ossos. Quando nos falta o magnésio, inclinamo-nos à cárie dentária. Esta substância é tão essencial quanto o cálcio.

O magnésio ajuda nosso sistema digestivo; na verdade, quem ficar com dor devido à indigestão (provavelmente porque comeu em demasia!) poderá curá-la, tomando alguns tabletes de magnésio.

Necessitamos de uma forma alcalina de magnésio, e a mesma pode ser obtida de modo conveniente de castanhas e da maioria das frutas.

POTÁSSIO: O potássio é um mineral que serve para assegurar a elasticidade de nossos músculos. No caso de alguém carente de potássio, os músculos in terços tais e do coração falhariam, de modo que esse mineral é inteiramente essencial à manutenção da vida. Por sorte, o tipo alcalino do qual necessitamos encontra-se na maioria das espécies de frutas e legumes, de modo que não deve haver dificuldades na obtenção de um suprimento adequado.

SÓDIO: O sódio da variedade alcalina traz benefício aos seres humanos, além de servir para as lâmpadas de rua, do tipo fluorescente. O sódio é um dos produtos mais importantes da época atual.

A deficiência de sódio pode causar diabetes, porque sua falta talvez ocasione a paralisia das ilhotas do pâncreas. Quando essas ilhotas são paralisadas, a pessoa não consegue reduzir os açúcares e gorduras. Muitas pessoas que sofrem de diabetes teriam alívio incluindo sódio alcalino em sua dieta.

Como obter o sódio alcalino? É comer bananas, aipo, alface. Uma fonte muito prolífica de muitos minerais são as castanhas — de preferência cozidas de leve e assadas.

177

À pessoa a quem falte sódio faltará também a saliva, e sofrerá de pobreza de bile e sucos pancreáticos.

O homem é um animal e apresenta certas necessidades animais. Atualmente, porque nos afastamos da natureza e vivemos em um mundo "civilizado", onde existem todos os tipos de trabalhos desnecessários, temos de comer alimentos sintéticos, alimentos misturados, coisa que foi submetida a processos onde são eliminados muitos dos principais constituintes; as vitaminas se tornaram insolúveis, e muitos dos minerais foram "filtrados" e retirados.

Sejamos sensatos, portanto. Em nosso estágio atual de evolução podemos ter de comer certa quantidade de carne, mas ainda assim continuar com nossos legumes, frutas e castanhas. Não arruinemos a saúde, negando-nos a carne SE O CORPO PRECISA DELA. Algumas pessoas não necessitam de carne, já para outras ela se mostra essencial. Basta você deixar que "sua consciência seja o seu guia".

Muitos julgam ser cruel comer carne. De acordo com os cientistas russos que utilizaram equipamento especial de natureza eletrônica e inseriram sondas em pobres vegetais sofredores, um repolho pode gritar de dor ao ser cortado. Os cientistas em todo o mundo têm efetuado pesquisas nos reflexos e reações de frutas e legumes, tendo sido verificado que os mesmos possuem reflexos-sentidos, reagem a certos estímulos.

Se vamos ser lógicos, se desejamos chegar a tal rigor, a ponto de não comermos carne, nesse caso, por que comer manteiga? Por que beber leite? Pense nisto: para fornecer o leite que você gosta de beber, alguma pobre vaca sacrificada recebeu mãos violentas em parte bastante

sensível de sua anatomia.

Essa parte foi manipulada com rudeza, a fim de extrair o leite da vaca — leite esse que você beberá com certo prazer.

Se matamos um animal por sua carne, fazemo-lo de modo limpo e instantâneo. Mas se vamos adotar a opinião de que tal atitude é destituída de bondade, bem, porque fazer com que a vaca passe pela tortura de ser ordenhada duas vezes por dia?

E se você insistir ainda em não destruir vida alguma para comer, que diz dos germes, de todas as bactérias que se acham em uma alface, quando você a mastiga? E como vai satisfazer sua consciência, quando olhar para a folha de alface que esteve mastigando e descobrir metade de um verme na mesma?

178

Sejamos sensatos, comamos aquilo que é necessário, em nosso atual estágio ou nível de desenvolvimento. Sempre podemos esperar que, com nossa evolução continuada, conseguiremos dispensar a carne, os alimentos sintéticos, a água com fluoretos, o ar contaminado etc, e voltaremos à natureza, às folhas da figueira e aos panos tingidos com anil vegetal. Somente então estaremos em condições de fazer uma dieta puramente vegetal de frutas. De outra forma, se nos tornarmos fanáticos, estaremos não apenas a mastigar castanhas, como também a demonstrar que somos "birutas!"

179

SUPLEMENTO D

ORIENTAÇÃO PARA EXERCÍCIOS

Não há dúvida alguma de que os exercícios e disciplinas são um traço muito popular nas obras de muitos autores. Por este motivo, achei que devia aduzir algumas notas, explicando a razão pela qual me oponho de modo tão definido aos exercícios irresponsáveis. Muitos, senão todos os exercícios de ioga tiveram origem no Extremo Oriente, onde as pessoas aprendem e

praticam essas coisas desde a pequena infância até o momento de sua morte. Tais exercícios formam parte importante do que podemos chamar de vida do oriental de classe mais baixa.

O Adepto, de preparo superior, não usa os exercícios de ioga, pois não lhe são necessários. O fito dos exercícios de ioga é disciplinar o corpo humano. Quando alguém alcança o estado em que consegue disciplinar a mente, terá progredido muito além do estágio no qual necessita atar as pernas ao redor do pescoço, enquanto se equilibra sobre um dos polegares, ou coisa parecida.

Em minha opinião refletida, baseada em muitos anos de observação, é perigoso para o homem ocidental comum, de meia-idade, ou mulher nas mesmas condições, adotar repentina e entusiasticamente exercícios que só são adequados às pessoas de ossos muito flexíveis, ou àqueles que foram preparados desde os seus primeiros dias de vida.

Para quem sofre de artérias endurecidas ou de diversos outros padecimentos, a adoção de exercícios é ao mesmo tempo tola e perigosa e pode levar a um grave risco a saúde.

181

Em todos os meus escritos, tenho frisado os perigos dos exercícios sem supervisão para o homem ocidental. Se você quiser fazer alguns exercícios, experimente, por exemplo os que sugeri sob a palavra "Pescoço", ou algumas coisas simples e suaves, como os exercícios respiratórios do Suplemento A.

É necessário que o ocultista não-evoluído domine seu corpo, antes de poder dominar sua mente, do mesmo modo como as crianças brincam com piões ou aros. Mas para os que ultrapassaram essas coisas elementares os exercícios iogues são uma perda de tempo.

Na Índia e em países semelhantes, o contorcionista que se ata em nós, o que mantém um braço suspenso sobre a cabeça, até o mesmo se atrofiar, não é um Adepto, não passa de um contorcionista, um artista de rua, alguém que talvez tenha pouca espiritualidade e que ganha a vida fazendo essas proezas de modo bastante parecido com os músicos mendigos que se vêem nas ruas das grandes cidades e à saída dos teatros.

O verdadeiro Adepto não dá demonstrações e, na verdade, não se entrega a esses

exercícios.

Procurei adverti-lo, leitor, de modo que se você quiser passar à posição do assado, ou a alguma dessas outras coisas, e se ficar com câibra nas costas, será por sua culpa. Se, desprezando este aviso, começar a despertar o Kundalini, e depois não o puder controlar, bem — foi você quem começou.

Minha recomendação mais forte é a de que, se você tiver mais de dezoito ou vinte anos de idade, não se empenhe em qualquer exercício ou contorção extrema a menos que esteja inteiramente acostumado a essas coisas, porque é penosamente fácil (e penoso sofrer!) forçar os músculos, deslocar ossos e prejudicar a saúde, de modo geral. Assim sendo — se for sensato, deixará esses exercícios de lado, a menos que tenha algum ocultista de preparo oriental e genuíno, que possa ajudá-lo, supervisionar e impedir que se prejudique.

O ocultismo, bem como a religião, pode ser uma coisa alegre, se o permitirmos. Mas, se o complicarmos de modo desnecessário, com todos os tipos de coisas realmente estúpidas, teremos apenas que nos incriminarmos, a nós próprios, pelos sofrimentos que por certo virão.

Os exercícios dados neste livro, na verdade, qualquer exercício que eu tenha dado, são seguros e sadios, e você pode

182

seguir-los. ABSTENHA-SE, porém, daqueles que eu cito em tom de zombaria.

Espero que tenha gostado deste livro, e que ele lhe traga muita ajuda, satisfação e saúde.

183

Impresso nos Estab. Gráficos
Borsoi S.A. Indústria
e Comércio, à Rua Francisco
Manuel, 55 — ZC-15,
Benfica, Rio de Janeiro§



http://groups.google.com/group/Viciados_em_Livros

<http://groups.google.com/group/digitalsource>