

**Paul Brunton**

# O CAMINHO SECRETO

Uma Técnica de Autodescobrimento Espiritual  
para o Mundo Moderno



UNIVERSALISMO

# Sumário

Capítulo 1 — Diante de um sábio do Oriente

Capítulo 2 — O maior enigma da ciência: O homem

Capítulo 3 — O misterioso Super-eu

Capítulo 4 — A Prática do repouso mental

Capítulo 5 — Uma técnica de auto-análise

Capítulo 6 — Exercício respiratório para controlar os pensamentos

Capítulo 7 — O despertar para a intuição

Capítulo 8 — O despertar para o Super-eu

Capítulo 9 — O caminho da Beleza Divina

Capítulo 10 — O evangelho da ação inspirada

Capítulo 11 — A ajuda espiritual em assuntos materiais

Capítulo 12 — O epílogo

# Prefácio

Ultimamente se tem notado uma curiosa transformação no pensamento ocidental. Hoje se pode falar de alma sem que isso seja considerado religiosidade fanática ou desequilíbrio mental. Afirma-se ou nega-se a existência do espírito tão livremente como se discute sobre o átomo ou as fontes históricas. Isto é um passo adiante, significativo, e denota nossa sensibilidade crescente para com esse misterioso “Super-eu”, a que se refere nosso autor.

Os psicólogos modernos podem ser divididos a “grosso modo” em duas categorias: os que afirmam a existência do espírito integrante no ser psíquico e os que admitem só a matéria física como a única substancial. Existe um eu? Existe uma realidade subjetiva? Existe algo como uma consciência espiritual? Este é o problema que hoje enfrentam os pesquisadores no campo da percepção humana. Como provar-se a existência do eu oculto e induzir os indivíduos a trilharem o caminho secreto para o santuário onde se pode desvendar o eu?

É evidente a oportunidade deste livro. Expressa ele, com bastante clareza, verdades que têm sido muitas vezes obscurecidas por frases rebuscadas, difíceis simbolismos orientais e um divagante misticismo. Será bem recebido por todos que, de coração aberto aos problemas do presente, aspiram à revelação espiritual. As necessidades profundamente sentidas do homem o preparam para trilhar o Caminho Secreto.

Atualmente a humanidade se acha no limiar da realidade. O homem começa a aprender, a reconhecer, a desejar o mundo do ser espiritual. Ele está aprendendo rapidamente o significado desse ser mais profundo, que se oculta atrás da máscara da personalidade. Encontrar esse ser mais profundo, revelar sua natureza e atuar convenientemente no mundo da verdade onde mora, tal é a tarefa imediata para a qual os anos das angústias recentes o prepararam. “O Reino do Céu está em vós” — tal é a mensagem eterna. Hoje milhares de seres procuram o Caminho Secreto que os possa levar a esse Reino. Ali chegados, encontramos as fontes de toda inspiração, descobrimos o ponto onde o intelecto se transforma em intuição; penetramos no reino da iluminação. A recompensa aos que penetram na cidadela da alma é a TRANSFIGURAÇÃO — o esplendor que se irradia através da personalidade em rápida mutação.

Nesse recinto secreto nos juntamos às fileiras dos Grandes Intuitivos, os inspirados Companheiros de Deus. Estaremos entre aqueles que têm por missão redimir a humanidade, pois esse tem sido sempre o caminho da salvação para

Deus. O apelo de hoje é para aqueles que sabem que viram e compreenderam. Compreendendo, acatarão a mensagem deste livro e ajudarão a divulgá-la. Esta obra traz a chama da inspiração, da espiritualidade prática, do serviço dedicado, que constituem a marca da Alma revelada. Existe algo em nossos dias de que se necessite mais intensamente?

ALICE A. BAILEY

*Autora de Do Intelecto à Intuição*

# 1

## Diante de um sábio do Oriente

Há alguns anos, empreendi uma longa viagem através da Índia, terra calcinada pelo sol causticante dos trópicos; percorri esse vasto continente na esperança de encontrar os últimos vestígios desse Oriente místico, do qual tantos ouviram falar e a tão poucos foi dado conhecer. Durante as minhas andanças, encontrei um homem extraordinário, que imediatamente me inspirou profundo respeito e foi alvo da minha humilde veneração. Embora pertencesse, por tradição, à classe dos Grandes Sábios, classe praticamente desaparecida do mundo moderno, evitava, no entanto, por todos os meios, revelar sua personalidade e opunha-se a todos os esforços que visassem dar-lhe publicidade.

O tempo se precipita como impetuosa torrente, levando consigo a humanidade e sufocando em seu bramido ensurdecedor os nossos pensamentos mais profundos. Contudo este sábio estava sentado à parte, tranquilamente firme na margem gramada, e contemplava esse gigantesco espetáculo com o semblante iluminado por um calmo sorriso de Buda. O mundo quer que seus grandes homens pautem suas vidas por seu padrão mesquinho. Mas ainda não se inventou um padrão para medir-lhes a altura, pois tais homens, se merecem realmente esse nome, não derivam de si mesmo a sua grandeza, mas de uma outra fonte. E essa fonte se estende até o Infinito. Alguns poucos, perdidos aqui e acolá, vivem ocultos nos diversos retiros da Ásia e África, mantendo, quais espectros, as tradições da mais antiga sabedoria. São como espíritos guardiães velando por seus tesouros. Essa raça espectral vive apartada, mantendo vivos os divinos segredos que a vida e o destino confiaram ao seu cuidado.

A hora do nosso primeiro encontro ficou gravada em minha alma e ainda persiste na memória. Encontrei-o inesperadamente. Não esboçou nenhuma apresentação formal. Por um instante, seus olhos sibilinos mergulharam nos meus. Foi o suficiente para ele ver todo o itinerário pecaminoso do meu passado e as flores imaculadas que tenham começado a desabrochar-se em minha alma. Naquele ser, sentado à minha frente, estava uma grande força impessoal, que lia todas as etapas da minha vida num olhar mais lúcido do que eu jamais poderia alcançar. Eu tinha dormido no leito perfumado de Afrodite — e ele o sabia; eu

tinha atraído o gênio da minha mente a explorar as profundezas da alma em busca de estranhas e fascinantes descobertas — e ele também o sabia. Senti igualmente que se pudesse segui-lo pelos misteriosos labirintos do seu pensamento, todas as minhas misérias se esvaneceriam, todos ressentimentos se transformariam em indulgência, e compreenderia enfim a vida sem jamais revoltar-me contra ela. Ainda que sua sabedoria não fosse dessas que se percebem facilmente ou se impõem, a apesar da reserva austera que o envolvia, ele me inspirou profundo interesse.

Rompia seu silêncio costumeiro apenas para responder às perguntas de ordem abstrata, tais como a natureza da alma, o mistério de Deus, os poderes estranhos ainda inexplorados mas latentes no homem, e assim por diante. Mas quando falava, eu sentia estar cativo de um encanto escutando sua voz doce, imobilizado sob o sol ardente ou pálida lua crescente. Pois aquela voz calma estava investida de autoridade e a inspiração cintilava em seus olhos luminosos. Cada sentença que seus lábios pronunciavam parecia conter algum precioso fragmento de verdade essencial. Os teólogos de um século insuficientemente arejado pregaram a doutrina do pecado original do homem; mas este sábio ensinava doutrina da bondade original do homem.

Em presença desse ser excepcional sentia-se segurança e paz interior. Sua irradiação espiritual penetrava no âmago da alma. Em sua pessoa aprendi a considerar as verdades sublimes que ele ensinava, e a incrível atmosfera de santidade que o envolvia me levava a prosternar-me em veneração silenciosa. Possuía uma personalidade deífica, que desafia qualquer descrição. Poderia eu ter tomado notas estenografadas das palavras do Sábio, e mesmo escrevê-las, mas o elemento mais importante das suas revelações, o perfume sereno e sutil de espiritualidade que dele irradiava, jamais podem ser relatados. Portanto, se hoje queimo um pouco de incenso literário diante da sua efígie, é apenas ínfima parcela do tributo que lhe estou devendo.

É impossível esquecer aquele semblante, aquele sorriso maravilhoso e profundo que revelava sabedoria e paz conquistadas pelos sofrimentos e experiências vividos. Era o ser humano mais compreensivo que jamais me fora dado conhecer. Sempre se podia ter certeza de ouvir dele algumas palavras que esclareciam o caminho e sempre elas correspondiam ao que o nosso mais íntimo sentimento nos havia sussurrado.

E, no entanto, nos momentos de solidão sua fisionomia tinha uma expressão de profunda melancolia, porém era uma melancolia serena de renúncia e não essa tristeza amarga e revoltada que se vê frequentemente. Adivinhava-se que aquele homem, em algum momento da sua vida, devia ter sofrido atrozmente...

As palavras desse Sábio brilham ainda em minha memória como luz de um holofote. “Nas minhas raras entrevistas com homens sábios, colhi alguns frutos de ouro” — lê-se no “diário” do escritor Ralf Waldo Emerson, e de minha parte

posso dizer, sem dúvida alguma, que durante minhas palestras com o Sábio os recolhi a mancheias. Nossos mais eminentes filósofos ocidentais estão muito longe de chegar a seus pés!

Contudo, veio a inevitável hora da separação; o tempo passava e eu devia voltar à Europa onde uma porção de coisas me prendiam. Ultimamente, estava me preparando para partir mais uma vez para o Oriente. Almejava nada menos do que atravessar a Ásia em toda a sua extensão e o propósito era a mesma antiga busca dos derradeiros expoentes vivos da sabedoria e magia orientais. Esperava percorrer os amarelentos desertos do Egito, travar relações com os mais esclarecidos xeques do Síria; misturar-me aos últimos faquires das aldeias longínquas do Iraque; entrevistar os antigos místicos sufis da Pérsia, nas mesquitas de graciosas cúpulas bolbosas e minaretes esguios; testemunhar os milagres dos mágicos iogues à sombra violeta dos templos hindus; na fronteira do Nepal e Tibete palestrar com os lamas taumaturgos; sentar-me nos mosteiros budistas da Birmânia e do Ceilão, e entregar-me às mudas conversações telepáticas com os Sábios de idade secular, de manto amarelo, no continente chinês e no deserto de Gobi.

Quase toda a minha tralha estava empacotada, meus últimos papéis estavam sendo postos em dia e pouco me restava para partir. Desinteressei-me das ruas movimentadas da grande cidade em que residia. “Londres possui poleiros para toda espécie de pássaros” — escrevia o arguto Disraeli. Nesse caso, devo incluir-me entre os “pássaros” de gosto bem antiquado, pois aprecio as ruas tranquilas de Londres do século XVIII, com suas velhas praças cheias de nobreza e de cercas-vivas bem tratadas; vejo-as como oásis no meio do deserto caótico de barulhento modernismo da espalhafatosa agitação atual.

Quando vagueio à noite em volta das praças de lindo gramado, imagino ver perpassar os fantasmas do século findo, com paletó de seda e calças presas ao joelho. Sinto verdadeira repulsa por essa Londres repleta de carros onde ferve multidão afobada. Quanto mais me atraem o bairro antigo que circunda o largo Tâmsa, e lugares como Rotherhithe e Wapping! Lá perambulando entre os desembarcadouros e velhos cais pitorescos, cobertos de musgo, onde a atmosfera lembra um pouco o cheiro do mar, olho as barcaças se cruzarem singrando silenciosamente as águas do rio. Prefiro ver o grande veleiro soprado pelo vento a deslizar-se no Tâmsa, aos ônibus pintados de cores berrantes rodando pelas ruas com infernal algazarra, supliciando os nervos.

Esse dia foi marcado pelo Destino, quando me refugiei por algumas horas no parque verde para gozar ali da companhia das árvores amigas. Atravessando colinas barrentas, amplos prados e num bosque próximo de faias silenciosas encontrei minhas árvores. Sentei-me na grama e cerrei os olhos, sentindo um bem-estar tão grande após o barulho estridente e confuso da cidade. Não se ouvia nada. Uma quietude beatífica da Natureza insensivelmente me penetrava.

Contudo, arrastado por um velho hábito, apanhei no bolso uma caderneta de notas bastante usada e fiquei na expectativa, com a caneta na mão, procurando captar o vôo tênue dos pensamentos e belos sonhos que nos passam pela mente quando tudo está em paz. No silêncio dessa solidão bucólica me achava mais à vontade do que no luxuoso salão e, em companhia das faias de tronco prateados, senti uma presença mais sincera e mais bela do que a dos seres humanos.

Era uma amena tarde de outono; o chão em volta de mim estava juncado de folhas vermelhas e douradas, caídas em massa nessa época do ano. O sol oblíquo inundava a paisagem em sua luz profusa. As horas passavam insensivelmente; o suave zunido dos insetos levantava-se em intervalos para logo esvanecer-se no espaço.

Minha pena permanecia inerte entre os dedos. Aguarda-se junto à silenciosa praia da mente a vinda de exaltadas musas cujos frágeis corpos são como filandras. Tão tênues são que, se não forem apanhadas numa adequada rede, serão mortas ao impacto da grosseira linguagem humana. Tão tímidas são que, por vezes, se torna necessário esperar-se muito tempo antes que uma dessas acanhadas alienígenas se aventure a entrar na rede. Mas uma vez reunidas algumas cativas, a gente se sente regamente compensada.

Neste elemento espiritual jazem todas as fragrantas esperanças do homem, aguardando, tal qual tantas flores ainda não colhidas, as mãos delicadas que as juntarão para algum desconhecido. Estas visitas de uma elevada musa nos inspira jóias para nossos escritos. Nesses momentos sagrados, aquele que escreve se põe em contacto com o Infinito; as frases parecem formar-se por si só, não se sabe bem como; como que se desprendem do céu para aterrar em nosso mundo sublunar e alimentar a mente. Devemos entregar-nos a essas musas misteriosas e não oferecer-lhes resistência. Assim nos tornamos um digno mediador entre os deuses imortais e o homem instável e fraco.

Hoje, porém, pensei esperar em vão; fechei o livro, guardei minha caneta no bolso. Muito logo, a turva hora do crepúsculo escureceria a face do tempo e os passos silenciosos da noite se insinuariam pelas arcadas do dia. Então, para regressar à cidade, me levantaria do tronco caído, no qual estivera ponderando tristemente e em vão, e, em passos lentos, às apalpadelas, travessarei os prados sombrios e o bosque que as folhas mortas haviam coberto como de um tapete castanho.

De chofre, tive uma impressão estranha de suspensão de vida; uma névoa estendeu-se diante dos meus olhos, cobrindo-os e tornando-os insensíveis ao ambiente que me rodeava. Ao invés do sangue, uma corrente ígnea parecia-me fluir impetuosamente nas veias e brilhar uma luz dourada dentro do meu coração. Uma mão me parecia tocar o ombro; ergui a cabeça e vi um rosto cheio de doçura inclinar-se sobre mim. O Sábio que eu tinha conhecido no Oriente apareceu



diante de mim; seu grave rosto barbudo tão claro, tão reconhecível como se fosse de carne. Certamente ele se aproximou de mim com passos silenciosos como a queda do orvalho... Com a devota humildade do meu coração, que o venerava, cumprimentei-o e nos seus olhos enigmáticos e luminoso percebi uma expressão de censura.

Fixando-me, falou com sua voz meiga: *“Meu filho, isso não está bem. Esqueceste a compaixão? Pretendes partir para aumentar teu cabedal de conhecimentos enquanto outros estão famintos por migalhas de sabedoria? Queres comungar com os Divinos Seres quando ainda há homens que procuram Deus, mas só percebem a barreira intransponível do céu; quando há os que lançam suas preces num vácuo de que não lhes vem nenhuma resposta. Firma teus pés, se necessário, mas não te esqueças de teus irmãos na miséria. Não partas para as terras das palmeiras ondulantes enquanto não houveres meditado bem nestas palavras. Que a paz esteja sempre contigo.”* E, de súbito, sem nada mais dizer, desapareceu de minha visão, tão silenciosa e misteriosamente como havia aparecido.

\*

Quando retomei consciência do que me cercava, vi apenas árvores, pois havia escurecido; a luz do dia havia-se apagado e as estrelas cintilantes começavam a surgir no céu. Os primeiros raios pálidos da lua projetavam sua luz difusa na árvore tombada. Nada mais eu podia ver. Levantei-me para retomar o caminho de casa. Enquanto os pés se afundavam na grama e folhas caídas, com a bengala tremendo em minha mão e os pensamentos fixos na augusta admoestação, compreendi logo que a sua repreensão era perfeitamente justa. Sim, eu só havia pensado em mim! Eu havia seguido a luz da estrela da Verdade, a estrela que mais me atraía em todo o firmamento, mas eu a havia seguido apenas para mim mesmo.

Deixei meus êxtases de parque e voltei à cidade, entrando com estranho temor em suas ruas tão copadas pela escuridão da noite. Aqui estão milhões de seres a quem as exigências da sociedade impõem suas leis, que os obrigam a deitar-se ao comando do relógio e levantar-se ao estrondo de um despertador agressivo.

Sim... é verdade, festejei sozinho o banquete, saboreando realidades eternas. Será que minha alma não vai se empobrecer, murchar, se eu não partilhar com todos os que têm fome aquilo que me foi dado com tanta liberalidade, o dom recebido do silêncio do céu? Poderei rejubilar-me em paz, guardando só para mim essas verdades? Quem sabe se, entre as numerosas almas do Universo, algumas delas talvez receberão com fervor as idéias que lhes posso transmitir?

O mundo exterior não tem muita simpatia por aqueles que se isolam na torre de marfim e mantêm sua alma livre para contemplar visões às quais não podem ter

acesso. E o mundo tem razão. Nós, videntes e místicos, temos de extrair a última gota da fonte cristalina da visão inspirada, porém aqui começa o nosso dever, severo e estrito, de oferecer esta bebida pouco usada ao primeiro viajante sedento que queira aceitá-la. Não é para nós somente, mas para todos por igual que Netuno lança o seu tridente mágico nos recônditos da alma para nos mostrar as imagens fascinantes ali existentes.

Se é muito grande o privilégio de sentar-se aos pés dos esquecidos, mas sem dúvida poderosos deuses, o dever de divulgar sua mensagem ao mundo desatento, mas sofredor, é tão elevado quanto nobre. Talvez não exista ser humano com mente tão encerrada na fealdade que uns tênues raios de beleza interna não o possam importunar de vez em quando e fazê-lo levantar um pouco a cabeça para as estrelas, ora perplexo ante o significado de tudo isso, ora maravilhado ante a incessante harmonia das esferas.

“Não te esqueças de teus irmãos na miséria”, disse-me o estranho visitante. Que poderia então fazer? Não poderia demorar muito neste país ocidental e deixar de realizar minha expedição transasiática, que minha inclinação natural e o capricho do destino me haviam facilitado. De que forma, por amor aos meus semelhantes, poderia alguém tomar o manto de profeta e espalhar o que aprendera da verdade? A resposta me veio clara, nítida, sob a forma de um pensamento intuitivo. Eu proporia algumas das coisas que a vida me havia ensinado e deixaria para depois os trabalhos escritos. Não poderia fazer mais do que despertar o interesse de meus contemporâneos e apresentar-lhes algumas idéias que me haviam sido úteis, e depois retirar-me, deixando-as cumprir sua missão. Eu não poderia indagar em seu nome; quem as aceitasse espontaneamente receberia sem dúvida um auxílio, também, e quem as rejeitasse teria que buscar em outra parte seu alimento espiritual. Se meu escrito satisfizesse apenas um homem no momento crucial da sua existência, quem saberia até onde esse escrito poderia guiá-lo para o Eterno Bem?

Tentarei pôr em palavras escritas minha sabedoria ganha pela experiência dolorosa da vida, sentenças que conservam o cerne dos dias gastos em amarguras, e da pena fluirão frases que embalsamarão lágrimas que então derramei. Escreverei na esperança de que essa leitura levará cura e consolação àqueles que a angústia e o desespero abatem, para lhes demonstrar e fazê-los sentir que o homem possui em si mesmo reservas de forças insuspeitas graças às quais pode enfrentar e vencer, por mais duras que sejam as provas de que ninguém escapa. Contudo, nesse livro não vai faltar alegria; também se poderá ouvir nele o eco dos belos cânticos das horas felizes vividas em paz incomparável e algo mais do que um relato de alegria do êxtase divino acessível ao homem. Não, não há razão para ser este livro sem alegria, e de fato não o será! As flores devem perder uma por uma suas pétalas, a lua cresce para diminuir em seguida e o canto mais belo da cotovia tem que se calar um dia. Mas descobri uma Terra repleta de flores estranhas que nunca murcham, onde a luz

do céu nunca diminui e onde todas as coisas entoam um cântico imortal, que jamais deixou de ressoar desde o tempo primevo...

E assim as páginas que se vão seguir tiveram sua gênese. Se elas parecem pouco mais que uma coletânea de pensamentos soltos, vagamente conexos entre si, peço perdão ao leitor indulgente, pois tenho dificuldade em ordenar pensamentos que afluem pela vontade de Deus, em fragmentos esparsos e dissociados. Fico admirado dos períodos fáceis dos escritores, cujas sentenças correm fluentemente e sinto vergonha dos intervalos e desigualdade do meu estilo, que atribuo à inspiração instintiva da minha mente em repouso, sem o esforço intelectual. Cada vez que tomo a pena, uma guerra se declara dentro de mim; a pena aceita as limitações que lhe são próprias e de maneira alguma aspira transpô-las para alcançar técnica melhor.

Nessas páginas poder-se-ão notar poucas argumentações, embora seu conteúdo possua bastantes elementos suscetíveis de provocá-las. O sentido será claro para aqueles que penetraram o mistério da parábola do Cristo: “Em verdade vos digo que enquanto não vos tornardes simples como uma criança, não entrareis no Reino do Céu”, mas de difícil compreensão aos intelectuais, aos espíritos esmiuçadores e aos egocêntricos. O intelecto é apenas uma máquina; ele se torna um servo excelente, porém um mau senhor.

Temos tendência a criticar o que não compreendemos. No entanto, se alguma coisa parecer difícil de entender ou obscura na sua forma, aconselho ao leitor parar um pouco e meditar até descobrir o sentido oculto do escrito.

Se eu lograr impulsioná-lo à descoberta do verdadeiro sentido seu, então lhe terei prestado um serviço bem mais valioso do que inculcar ensinamentos teóricos. Vivemos numa época em que se lê apenas para matar o tempo; alguns espíritos amadurecidos procuram todavia fazer do seu tempo algo de valor. Meus votos são de que este livro lhes chegue às mãos.

Fazer Cruzadas para defender minhas idéias não me apraz, e toda agitação é para mim uma tortura. Prefiro ser um estímulo, despertar os demais e não levá-los a aderir a algum credo; antes a pensar por si próprios, e mais profundamente do que os homens convencionais da nossa época.

Só quando aprofundamos pessoalmente o assunto é que chegamos a compreendê-lo. Não posso transmitir ao leitor minha compreensão da Verdade, mas posso despertar-lhe a faculdade que lhe trará a percepção espiritual. Por esta razão o livro não expõe nenhum sistema estabelecido que deva ser aceito como um ato de fé; minhas intenções se limitam apenas a uma sugestão, um convite ao leitor a pensar por si mesmo. Estas páginas de assunto fora do comum o abastecerão com algumas nozes — metaforicamente falando — que deverá quebrar com seus próprios dentes. Meditando sobre o que tenha lido, poderá criar um novo sistema do pensamento, um método de pensar que será

seu, e não de terceiros! No princípio, essas idéias irão talvez surpreendê-lo; finalmente, quem sabe? poderão servir-lhe de estímulo.

Não escrevi este livro para quem já fechou as persianas da sua mente e cuidadosamente as fixou para que nenhum filete de luz de novas idéias penetre e perturbe a sua sonolência. Escrevi para os poucos que, no meio da confusão das doutrinas perturbadoras, querem entrar na terra firme da experiência por não verem outro caminho mais seguro a tomar.

\*

Aqueles que procuram nesta obra abundância de fatos, ficarão desapontados; milhares de outros livros lhes darão todos os fatos que desejarem ter, porém ainda melhor é consultar o volumoso livro da vida, onde poderão sempre verificar cada uma das minhas afirmações. Meu propósito é extrair a essência de todos os fatos, concentrando em traços rápidos aquilo que VIVE atrás de milhares de fatos, experiências e acontecimentos.

Como passei longos anos a disciplinar e torturar minha “alma filosófica”, até encontrar a Verdade, hoje não estou disposto a ouvir banalidades convencionais, nem a escrevê-las. É certo que não há nada de novo na essência das idéias expostas neste volume, mas pouco importa que sejam idéias novas ou tiradas do longínquo passado; importa mais saber que elas se apóiam na VERDADE. Em outros tempos, homens como Tomás de Kempis e Jacob Bahme expuseram as mesmas idéias, mas sob uma forma que não me atrai e pode atrair ainda menos os meus contemporâneos. No entanto, eles se referiam às experiências verdadeiras que todo homem do século XX, querendo, também pode repetir. Os que consideram esta experiência como algo inconcebível, ou na melhor hipótese, contrária a toda lógica racional, fariam melhor, antes de chegar a uma conclusão precipitada e tão peremptória, entregar-se às próprias experiências. Empreendi essa difícil pesquisa do significado da Vida, mas com espírito científico e reverente; outrossim, esforcei-me para aproximar-me da Verdade com amor imparcial e não para confirmar ou rejeitar determinadas idéias. O fato de escrever sobre estados de consciência muito raros, que para a maioria das pessoas podem parecer fantasia, para mim é verdadeira Ciência. Os que receberem essa mensagem com este estado de espírito, verão finalmente sua fé recompensada e chegar o tempo em que seu credo lhes será confirmado por um conhecimento de primeira mão.

Tenho a convicção inabalável de poder sustentar minha tese contra toda a espécie de ataques e prová-la a quem quiser, mas é óbvio que meus contraditores hão de estar dispostos a iniciar as mesmas experiências que iniciei, antes de poderem discutir o assunto. As idéias que exponho agora não me vieram de argumentações e raciocínios; não, chegaram em consequência de prolongadas buscas e próprias vivências. Portanto, aquele que bem me entende, deve estar prestes a passar pela mesma experiência e isso não lhe será difícil

se tiver tanto desejo e ardor de encontrar a Verdade como se entrega aos seus negócios e quefazeres mundanos.

Creio no entanto que, se encontrei a vida espiritual mais substancial do que a vida material, o mesmo pode ocorrer a todo leitor deste livro. Não gozo nenhum privilégio especial que outros não possam igualmente gozar e não afirmo ter recebido um favor que não seja obtido mediante contínuos esforços. O que encontrei dentro de mim é exatamente aquilo que qualquer um de nós, até o mais endurecido dos “gangsters” de Chicago, também pode descobrir no mais íntimo de si mesmo.

Se as frases deste livro são ocasionalmente entusiastas, às vezes cálidas, é por ser ele uma transcrição da vida e não um amontoado de teorias acadêmicas que impregnam os serenos claustros de Cambridge. Porventura só pode ser um bom filósofo quem escreva friamente sem tomar interesse no assunto? Deverão suas páginas ser sempre pálidas e mortas; deverá ele extirpar delas toda manifestação emocional para serem uma leitura recomendável e digna?

A crítica não pode refutar esta obra, que não se baseia nas opiniões intelectuais dos homens, mas em verdades eternas, tão antigas como os céus estrelados que contemplamos à noite, verdades que estão presentes tanto na Natureza como no homem. Essas verdades estão ali, mas devem ser trazidas à tona.

Este livro é apenas uma voz que clama no deserto deste mundo dolorosamente atribulado; há outros e em muitos países. Sua mensagem é simples, porém sutil. É uma espécie de flecha literária lançada ao acaso, mas é guiada por mãos superiores às minhas. O Destino, as necessidades de muitas pessoas que me escreveram e o desejo expresso do Sábio do Oriente, um dos meus Guias Espirituais, todos esses fatores conspiraram para me impor este trabalho. O livro achará seu curso nas mãos expectantes de alguns homens e mulheres ansiosos e sedentos da Verdade. Oxalá lhes seja útil!

\*

Esforcei-me por dar um relato fiel à Voz que parece emudecida na maioria dos homens; portanto, espero que este informe seja de algum modo valioso para eles. O fato de que milhões de seres, que me rodeiam, vivam preocupados com assuntos de outra ordem, me incita a chamar-lhes a atenção e a lembrar-lhes que tanto eles como as suas atividades estão sujeitos a desaparecer um dia deste orbe, mas há um caminho aberto que pode levá-los aos tesouros imperecíveis da Vida Eterna.

Alguns me classificarão entre os poucos e cada vez mais escassos sonhadores que crêem encontrar um firmamento estrelado no homem. De fato, não se enganarão de todo, mas peço-lhes o favor de considerar uma coisa: eles têm o poder de converter meu sonho em sua própria realidade. O caminho por mim

seguido pode estar afastado do caminho comum, mas não é tão difícil que não possam trilhá-lo também.

Se uma época insensata como a nossa nos considera um grupo de meros sonhadores, pelo menos temos o consolo de saber que sonhamos, enquanto os que nos escarnecem dormem ainda o sono pesado de inconsciência espiritual.

Outros perguntarão: “Pode-se seguir esta luz no meio de tantas tristezas e sofrimentos atuais?” A estes responderei: “Esta é precisamente a época em que seu divino valor pode ser melhor experimentado.”

Há certas verdades básicas acerca da vida, certos princípios fundamentais e inalteráveis que governam os vivos, que foram conhecidos pelos sábios de todos os tempos, desde a mais recuada antiguidade até os nossos dias. Assim, pode-se encontrar cura para *todos*. Não há ninguém, por mais abatido que esteja, mais abalado, mais vergado ao peso do infortúnio, das enfermidades, da pobreza e da desgraça, que não encontre uma saída para suas dificuldades, ou, como último recurso, a força para suportá-las. E assim deve ser porque todos os homens estão *dentro* da Mente Universal, que trouxe este mundo à existência. Mente que é perenemente benévola, insondavelmente sábia e eternamente pacífica. Na vida social que nos rodeia, há muitos casos horrorosos que parecem contradizer esta afirmação; entretanto, aquele que está disposto a fazer uma experiência e desenvolver sua visão espiritual latente, descobrirá, a despeito de todas as aparências em contrário.

O menor resultado de um esforço persistente, segundo as diretrizes expostas neste livro, será tornar o esforço estabelecido numa paz interna, que o marcará entre seus companheiros como alguém de invejável equilíbrio. E depois que houver achado essa paz, outros virão até ele, sejam jovens ou velhos, e lhe perguntarão pelo segredo que parece ter-lhes escapado. E então, por sua vez, ele lhes mostrará o caminho...

## 2

# O maior enigma da ciência: o homem

“Conhece-te a ti mesmo, não pretendas escutar Deus,  
O estudo que convém à Humanidade é o homem.  
Colocado neste istmo de um estado intermediário,  
Um ser obscuramente sábio, e rudemente grande,  
Com demasiado conhecimento para o lado dos céticos,  
Com demasiada fraqueza para o valor dos estóicos,  
Ele oscila entre ambos; em dúvida se há de agir ou descansar;  
Em dúvida se se julgar um deus ou uma fera,  
Em dúvida se prefere seu corpo ou sua mente;  
Nasce só para morrer, raciocina só para errar...  
O estudo que convém à Humanidade é o Homem.

.....  
Único juiz da Verdade, em infundáveis erros tropeça,  
É a glória, o ridículo e o enigma do mundo!”

POPE  
(*Ensaio sobre o homem*)

No teatro da vida o filósofo tem seu lugar reservado nos balcões, donde observa de longe o cenário da peça representada no palco. É possível que esta posição exteriorizada o capacite a fazer julgamentos adequados sobre tudo aquilo. Aqueles que se sentam nos balcões ante a Exibição Passageira deste Mundo têm uma visão mais aproximada do que aqueles que se sentam na galeria, mas necessariamente não têm um conceito mais real da representação.

O misterioso sentido da vida nada significa para nós. Não queremos que esse problema penetre em nossa consciência. Preferimos deixar esta investigação aos velhos caducos que gostam de filosofar ou aos crédulos párocos. A busca da Verdade aborrece os homens. O que devia representar para nós um objetivo atraente se tornou em nossos dias um interesse inconfessável, assunto de conversação inadmissível na polida sociedade.

Deus escreve Sua mensagem na face do nosso redondo planeta, mas o homem cego é incapaz de ler essa mensagem. Uns poucos, tendo vista, a interpretam para os outros. Contudo, a massa humana ri cinicamente dos seus esforços e só os poucos intuitivos entre os espíritos cultos e inteligentes e algumas almas singelas entre os operários e camponeses, recebem essa mensagem e a retribuem na afeição aos mensageiros. Não se deve estranhar portanto que a história contemporânea seja uma longa sequência de tragédias e lágrimas; aliás a história completa da humanidade não é uma tragédia nem uma comédia: não cai nenhuma cortina nem há nenhum fim.

Sim, a humanidade parece padecer de cegueira e surdez espirituais. Incapaz de ler as palavras místicas escritas na parede deste mundo, fechando os ouvidos aos poucos que podem enxergá-las, atravessamos nossos dias apalpando e tropeçando. As advertências e sábios conselhos são rejeitados num gesto de gabolice pelos incrédulos, feridos no seu amor-próprio como os judeus quando se recusaram a aceitar as Verdades incisivas proferidas pela boca do Cristo. O resultado é que os homens correm desesperadamente para cá e para acolá sem saber aonde vão no meio do caos desvairado do mundo hodierno. Levantamo-nos do berço natal e agarramo-nos apaixonadamente à vida para logo após desaparecer na fria indiferença do túmulo.

Nossas pequenas personalidades estão totalmente absorvidas com a importância das nossas lutas e aspirações ou vitórias e derrotas. Somos escravos dos nossos bens materiais e nos apoquentamos e afligimos por causa deles. Não podemos evitá-los, pois somos humanos. Entretanto, a Esfinge, erguendo-se das areias do Egito e contemplando a raça dos homens mortais, sorri... sorri... e sorri!

O homem, a despeito de tudo, é um ser racional e clama por uma explicação racional das coisas. Ele vive numa época predominantemente científica e intelectual. Toda a sua experiência é interpretada à luz da razão puramente materialista. A vida entretanto parece traçar uma linha inflexível em torno do mapa da sua própria natureza, deixando uma vasta região inexplorada, onde a Razão parece incapaz de penetrar. Lendo num dos antigos ensaios de Bertrand Russel sua delicada mas pessimista confissão de fé, cito-a como típica da atitude estéril imposta pelos cientistas que negam toda esperança de qualquer exploração da região desconhecida. Escreveu Russel:

Que o homem é o produto de causas que não tinham qualquer previsão do fim que realizavam; que sua origem, seu crescimento, suas esperanças e seus temores, amores e crenças são consequências de combinações fortuitas de átomos; que nenhum fogo, nenhum heroísmo, nenhuma intensidade do pensamento e sentimento pode preservar a vida individual além do túmulo; que todos os trabalhos dos séculos, toda a devoção, toda a inspiração, todo o brilho fulgurante do gênio humano estão destinados a extinguir-se na vasta imensidão do sistema solar... Todas estas coisas, se



não estão totalmente além de controvérsias, estão no entanto tão perto da verdade, que nenhuma filosofia que as rejeite pode subsistir.

Tais são as teorias pessimistas que têm crédito entre os intelectuais da nossa época. Podemos constatar em volta de nós as conquistas estupendas dos cientistas; devemos admirar-lhes a avançada intelectualidade; porém eles não podem ensinar-nos o á-bê-cê da vida: ignoram o seu X Y Z. A maioria tem bastante franqueza para reconhecer e confessar sua ignorância das causas primárias. Os que desejarem que, nestas questões, nos acomodemos ao senso comum, desejam enredar-nos num perigoso cipóal. Esqueceu-se de que o senso comum, sobre ser meramente a opinião geral não instruída, é às vezes sinônimo de ignorância comum.

Aonde poderemos então ir para aprender a soletrar as primeiras letras do abecedário da Vida? Temos que ir lá aonde a humanidade sempre foi, o único lugar aonde se pode ir. Temos que ir aos Videntes e Sábios. Enquanto os cientistas pesquisavam o universo material, em busca de novos fatos, os Sábios pesquisavam seu próprio ser e sondavam verdades antigas com suas mentes; pois chegaram a compreender que apenas podiam recuperar a Sabedoria antiga do homem. O que o primeiro Vidente descobriu e revelou há milhares de anos, o último deles descobre e confirma ainda hoje. Mas aquilo que foi descoberto e anotado pelos primeiros cientistas do século dezenove, os últimos ridicularizam e rejeitam. Os resultados da Ciência contemporânea enterram numa cova profunda as frias especulações dos cientistas mesovitorianos. Sem embargo, o cientista é tão exaltado pela humanidade atual, que, a não ser que ele dê sua aprovação a cada revelação separada do Vidente — um processo que nossos próprios olhos têm comprovado durante a última metade deste século — se joga a pérola na poeira como falsa. Subscrevem a idéias dos Videntes.

A doutrina favorita do bispo Berkeley é uma concepção muito similar à dos absolutistas da Índia. Afirma ele que tudo o que sabemos do universo é a impressão produzida em nós por nossa reação ante o universo. A mente, segundo ele, é uma vara mensuradora da realidade no nosso universo, e por isso considerava a idéia como a realidade primária e fundamental. Sir James Jeans, por esforços brilhantes, demonstrou como a Física, partindo da idéia de que o mundo material é a realidade básica, foi no entanto forçado a considerar favoravelmente a hipótese de Berkeley. Ademais, as conclusões de Einstein e de Whitehead contribuíram grandemente para confirmar a asserção do bispo.

Em *O Universo Misterioso* Jeans escreve: “Todos os corpos que compõem o possante arcabouço do mundo não têm substância alguma sem a mente”. A concepção de Berkeley é ainda reforçada por eminente físico, Sir Arthur Eddington, que também define o Universo como uma Idéia existente no espírito de... Deus! E chega até a negar a existência de qualquer “realidade” além da consciência. Os trabalhos em matéria de física e as investigações espíritas de

Sir Oliver Lodge definem o espírito humano como a realidade única no transitório mundo da matéria ilusória. Quanto aos nossos desdenhosos teóricos da matéria, eles rejeitam essa idéia com um piparote, e os homens de ciência que a adotam passam por charlatões ou doidivas... É bom notar que esses últimos pertencem à categoria dos cientistas conceituados e não admitiriam uma tese tão audaciosa senão após um exame sério e acurado. Permitindo-me profetizar um pouco, posso dizer que essa coorte de homens de ciência marcha inconscientemente nessa direção.

Devemos, porém, antes de tudo, nos libertar da ilusão de que nossa personalidade tem proporção exata e idéia clara quanto à consciência. Primeiramente, temos de criar em nós uma humildade sincera se queremos nos aproximar da Verdade que nos liberta. Como o inteligente Descartes, devemos nos pôr no mesmo estado mental que estava quando ele escrevia numa de suas obras:

Percebi que, desde a minha infância, tomei uma porção de coisas por verdadeiras, que hoje considero falsas; não tenho motivo para supor que nada seja mais certo do que a minha conclusão; provavelmente tudo o que pensei e em que acreditei era falso. O que então pode ser estimado como verdadeiro? Talvez uma coisa... nada no mundo é certo...

Assim o velho conceito mecanicista da vida, reconhecido desde o século XVII pelos fundadores da Ciência moderna, começa a desaparecer dos laboratórios e salas de aula. Os físicos de então, protagonistas do evangelho da Matéria, sentem-se agora incomodamente inseguros ante o fenômeno psíquico. O alargamento do campo das pesquisas demonstrou que a chamada matéria inanimada pode desenvolver certas propriedades que os anais científicos consideravam até agora como inerentes aos corpos orgânicos. Aí está a tragédia de nossa época... experimentamos todas as coisas, analisamos cada idéia e a Ciência continua nos demonstrando a falsidade dos conceitos vigentes.

\*

Quando a nave da Ciência dominou os ventos no século XVII com a bússola cuidadosamente preparada por Bacon, sua tripulação ficaria estarecida se lhe dissessem em que estranhas águas estaria navegando por volta de 1930. Essa nave esteve encalhada no posto dos primitivos filósofos que declaravam que o tempo dificilmente existe fora do cérebro humano, e que a matéria é apenas um agregado de partículas infinitesimais num éter interpenetrado de todas as coisas.

O século XIX levou ao pináculo a teoria de que a vida é um produto da matéria. O século XX está efetuando rapidamente uma meia-volta para assistir à dissolução da matéria em “eléctrons”, mera coleção de partículas eletrizadas que escapam ao olhar e aos sentidos! O passo desta etapa para o mundo sem matéria do além não está muito longe... intelectualmente falando.

A filosofia, outrora uma Cinderela tão caçoada, começa a reabilitar-se. Homens de Ciência tão eminentes como Jeans e Eddington demonstraram claramente a incapacidade da Ciência física para se chegar à essência das coisas sem o apoio da filosofia.

Se analisarmos de perto o curso do pensamento científico desde o ano de 1859, quando Darwin publicou aquele famoso livro que marcou a época: *A Origem das Espécies*, podemos seguir a linha reta que, no século XIX, desce profundamente ao materialismo para em seguida se levantar até a interpretação do Universo mais espiritualizada do nosso século.

Os materialistas que falam a linguagem dos meados da época vitoriana com o sotaque darwiniano se tornam ininteligíveis para as gerações mais ativas de hoje, que seguiram a Ciência pela via das descobertas revolucionárias de Jeans, Einstein e Lodge.

Quando Einstein demonstrou a singular curva dos raios solares antes deles atingirem nosso orbe, o prestígio dos oráculos científicos empalideceu um pouco e os homens tiveram receio de tomar precipitadamente óbvias conclusões. Da mesma forma, a psicologia de cinquenta anos atrás hoje nos parece mais que deficiente. Só os estudos psicológicos dos animais invalidam as teorias então tidas como válidas.

A nova ordem dos pesquisadores científicos agora ligados aos problemas do tempo e da causalidade, especialmente os físicos matemáticos, nos abrem perspectivas inteiramente novas.

Além do mais, Einstein nos ensinou a considerar o tempo como a outra dimensão, ainda que tenhamos compreendido toda a importância dessa idéia revolucionária. E se suas descobertas ulteriores o levarem a algo, o levarão a encarar a mente como a última realidade.

Vivemos numa época de ciência aplicada; o conhecimento vem em primeiro lugar, a crença é apenas secundária. Observamos cada fato, todos os acontecimentos do mundo, e como há uma causa em cada fenômeno, perguntamos: por quê? O tempo em que uma coisa desconcertante era explicada como sendo da vontade de Deus ou como provada por intervenção de um anjo, foi já definitivamente abolido. Doravante, a verdade espiritual deve apoiar-se numa base científica e jamais temer perguntas; um pesquisador honesto não deve ser tratado como ateu e desprezado só porque pede provas antes de crer.

No decorrer das últimas décadas do século XVIII e no início do XIX, uma constelação de astros literários e científicos surgiu no firmamento europeu e inaugurou a Era da Razão; Deus foi expulso, a Razão tornou-se soberana absoluta da filosofia. Agora é a ciência que goza do privilégio do nosso culto

fervoroso; o cientista é o Papa atual da época, sentado no trono do Vaticano da autoridade mundial temporária. Confiemos em suas eruditas revelações com respeito e temor religioso e cremos em suas pontificais afirmações como outrora quase toda a Europa dava fé aos dogmas e cultos da Igreja.

Não é minha intenção abolir arbitrariamente a ciência e atacar ou depreciar a ampla estrutura dos fatos tão pacientemente adquiridos. Sinto profundo respeito pelas faculdades intelectuais e o caráter paciente do cientista. Acho que seu trabalho tem lugar bastante útil e legítimo na sociedade, porém não creio que esse lugar seja o mais elevado.

A utilidade prática do método científico não pode ser contestada; só os imbecis desprezariam as maravilhas que a ciência oferece ao homem, ainda que bem faremos em nos deter e recordar a frase sutil de Disraeli: “Os europeus falam do progresso porque, com a ajuda de algumas poucas descobertas científicas, formaram uma sociedade que confunde a idéia de civilização com a do conforto. “O fato do cientista ter focalizado sua atenção no mundo objetivo em nada deprecia o valor das suas descobertas. Basta agora ele voltar sua tenção para DENTRO e aplicar os mesmos métodos de pesquisas e deduções ao mundo subjetivo, concentrar suas investigações no centro de sua mente, e penetrará na esfera espiritual.

A ciência avançou a passos gigantescos, mas todo seu esforço e todo seu progresso convergem numa só direção... isto é, para fora, sempre para fora. As coisas, sem dúvida, deviam ser assim; hoje porém chegou o tempo em que a ciência deve interiorizar suas descobertas e dar alma às coisas que criou.

Será a alma um conceito puramente acadêmico, simples palavra de jogo intelectual dos doutos que a afirmam ou negam? Será apenas um tema de polêmicas teológicas para apoiar vitoriosamente os sacerdotes na sua tese, ou alvo no qual os racionalistas atiram suas flechas oratórias? Até agora, o homem de ciência não encontrou o menor vestígio químico da alma e não soube anotar, com todo o cuidado como costuma fazer, as vibrações, com instrumentos como, por exemplo, o registro que marca o consumo de gás. Muito embora ele não tivesse podido obter reações químicas ou mecânicas da alma, seria uma lástima se abandonasse esta desconcertante pesquisa quando há um caminho aberto, uma via de acesso pela qual pode fazer essa descoberta. Ainda que o caminho não seja convencional, se o cientista amasse a Verdade mais que a convenção e colocasse o mistério da Vida acima do estudo de um fragmento da rocha, dirigiria suas investigações nessa direção.

O método que estou expondo é antiquíssimo... retrocede tão longe na história da humanidade, que sua origem se perde na névoa dos tempos pré-históricos; não deixemos porém que este fato se volte contra nós! Porque os antigos, embora crianças no campo da física, eram gigantes no conhecimento das verdades

espirituais; os modernos são mestres no desenvolvimento da ciência concreta, mas novatos no que diz respeito ao mistério da alma.

\*

O grande filósofo alemão Kant disse que havia, entre todas as maravilhas da criação de Deus, duas que deixavam para trás as outras: uma é acima de nós — a imensidão dos céus estrelados; a outra, dentro de nós — o espírito do homem. Embora as conquistas da ciência sejam tão prodigiosas no mundo exterior, neste século podemos esperar descobertas ainda maiores no campo da Psicologia. O homem recuará estupefato quando compreender, enfim, o misterioso processo que se desenrola dentre dos seus hemisférios cranianos!

A Psicologia, isto é, a ciência da alma, é um estudo que oferece as maiores recompensas àquele que dela se aproxima com espírito verdadeiramente científico. Nenhum outro assunto é tão ignorado como este e no entanto nenhum deles tem tanta importância pelo fato de possuir uma chave para a felicidade mais profunda do homem.

As concepções que comumente se fazem a respeito da alma, com o decorrer do tempo vão sair do limbo das obsoletas noções teológicas para figurar entre as proposições científicas comprovadas, e então a ciência do futuro estará talvez disposta a servir-se da mente como de um instrumento de experiência, tal como hoje se utiliza do microscópio. O que se considera hoje devaneios absurdos de alguns místicos estonteantes, futuramente fará parte das verdades controladas da ciência parapsicológica, proclamada sem reservas publicamente.

Ninguém que tenha seguido de perto o esforço e os longos tateios da Ciência, duvidará que o século XX virá desvendar algo desse mistério. Já na primeira década, o cérebro perspicaz do francês Bergson lançou esta profética mensagem: “Explorar as profundezas mais secretas do inconsciente e trabalhar no subsolo da consciência será a principal tarefa da Psicologia no século que se inicia e não duvido que ainda nos esperam maravilhosas e mais surpreendentes descobertas nesse terreno.”

Um outro cientista de destaque, Eddington, declarou ser o Universo físico pura abstração se não for unido à consciência. Agora a mente não pode mais ser considerada um mero produto da matéria. O passo seguinte que os cientistas devem dar é investigar o fenômeno da consciência, investigação que foi ridicularizada há meio século por Huxley, que considerava tais fenômenos como simples sombras oriundas de fenômenos reais.

Esta exploração do mundo interior merece com efeito ser tentada, porquanto há algo na mente do homem e do animal que não é a inteligência nem o sentimento, mas é algo muito superior, a que se pode aplicar o nome apropriado: a INTUIÇÃO. Quando a Ciência poderá explicar realmente por que o cavalo não

perde a rota e leva seu cavaleiro embriagado, durante horas, às escuras, até encontrar o caminho de volta à casa? Por que as topeiras se fecham em suas tocas antes da chegada do inverno? E por que os carneiros correm para os abrigos antes da borrasca? Quando a Ciência nos disser quem avisa as tartarugas para se recolherem ao seu abrigo antes do aguaceiro, e quando puder realmente nos esclarecer quem guia a ave de rapina até o animal morto a vários quilômetros de distância... então saberemos por que a intuição é bem melhor guia do que o intelecto. A Ciência arrancou do seio da Natureza muitos segredos surpreendentes, mas ainda não descobriu a origem da intuição.

O intelecto capaz de expor um número de problemas que dizem respeito ao Homem, a destino e à Morte, está incapacitado para resolvê-los. Quando a Ciência tiver conquistado o Universo donde terá desaparecido todo vestígio de mistério, ainda terá que enfrentar o maior dos enigmas: **HOMEM, CONHECE-TE A TI MESMO!**

Eu teria gostado de viver em Atenas no tempo em que ao perambular pelas praças públicas se ouvia um homem de nariz adunco e humor mordaz, um tal Sócrates, interpelar cidadãos e fazer-lhes em várias ocasiões sua pergunta favorita. Um homem como Sócrates não morre e seu admirável gênio sobrevive ao túmulo.

Mesmo que tivéssemos estudado toda a literatura e exumado todos os antigos papiros, não encontraríamos o preceito mais sábio do que o oráculo de Delfos: “Conhece-te a ti mesmo”, e o que exortavam os rishis da Índia: “Busca em teu interior”. Embora sejam palavras mais antigas do que as múmias do Museu Britânico, poderiam ter sido escritas numa máquina de escrever de um pensador contemporâneo. Os séculos jamais poderão matar a Verdade e o primeiro homem que a proferiu fará ressoar o eco ininterrupto até o fim dos tempos.

\*

Vivemos num globo que turbilhona vertiginosamente no espaço e cuja posição está marcada em algum lugar do grande céu entre Vênus e Marte. Há neste fato alguma coisa que provoca o riso, mas que também dá o que pensar. Embora a distância que nos separa desses dois astros seja tão imensa que confunde a imaginação, o homem a calculou com uma exatidão surpreendente e no entanto esse homem é incapaz de medir o alcance da sua própria mente! Ele é um mistério para si próprio, um enigma que permanece insolúvel até a hora em que o frio abraço da morte chegue, gelando seus ombros...

Não há nisso uma ironia? Pensar que a alma do homem é menos acessível às pesquisas do que a terra onde mora! Não é surpreendentemente estranho que o homem esteja tão absorvido em estudar a face do mundo que só em época relativamente recente haja pensado em conhecer o mundo que está nele?

Por que se preocupa ele tanto com a marcha do universo que, além do mais, não cabe a ele dirigir, enquanto ele deve dirigir-se a si mesmo?

*O sistema solar gira muito bem sem tua ajuda.*

*Vive! Morre! O universo não se alarma, nem se altera...*

escreveu Zangwill, o inteligente e sábio pensador.

O homem porém não aprecia muito essa verdade mordaz, porque sabe mais coisas sobre o funcionamento do seu automóvel do que do seu próprio ser. No entanto, os antigos ensinaram e sábios do nosso tempo confirmaram que no ímo da consciência existe um veio de mais puro quilate, veio de ouro resplandecente! Não será então mais sábio se fizermos dessa busca nosso primeiro cuidado?

Comparados outros resultados já obtidos, a Ciência tem pouca noção no que diz respeito ao homem. Descobriu como temperar metais, lançar bombas de meia tonelada sobre cidades vizinhas e mil outras coisas de menor relevância. A descoberta da Física conheceu, durante os três últimos séculos, uma aceleração estupenda, enquanto o conhecimento sobre o homem permanece ainda na retaguarda. Sabemos construir pontes gigantescas que atravessam rios volumosos, porém não sabemos dar um passo para resolver esse simples problema: QUEM SOU EU? Nossas locomotivas percorrem terras do mundo inteiro, mas nossa mente não sabe transpor o mistério do homem. Astrônomos chegam a captar com a objetiva de seu telescópio as mais distantes estrelas, mas se nós lhes perguntássemos se conseguiram dominar suas paixões, em resposta baixarão a cabeça, confusos. Somos cheios de curiosidade em saber tudo a respeito do nosso planeta, mas ficamos indiferentes quando se fala do nosso eu profundo.

Temos acumulado informações extremamente minuciosas sobre cada coisa que vemos, conhecemos, e sobre o funcionamento, a qualidade e a propriedade de todos os corpos e fenômenos terrestres. Mas não nos conhecemos a nós mesmos! Até aqueles que se aprofundaram em todas as ciências existentes ignoram os rudimentos da ciência do “Eu.” Os cientistas que descobriram o porquê e o como da vida dos micróbios não conhecem o porquê nem o como da sua própria existência! Sabemos o valor de cada coisa, mas ignoramos nosso próprio e inestimável valor!

Enchemos enciclopédias de milhares de páginas com milhões de informações sobre todas as coisas, mas quem pode redigir um compêndio sequer que trate do mistério do seu próprio ser? E por que razão o que mais nos interessa é a nossa própria pessoa? Porque a “pessoa” é a única realidade da qual estamos certos. Todos os fatos da vida que nos rodeiam, todos os pensamentos íntimos do nosso ser só existem para nós quando o nosso “Eu” os percebe. O “Eu” vê a

terra — então a terra existe; o “Eu” está consciente de uma idéia — então essa idéia existe.

Berkeley, por um agudo processo mental, chegou às mesmas conclusões e demonstrou que o mundo físico não existiria se não houvesse mente para percebê-lo.

O que é exatamente esse “Eu”?

Não há um segredo no misterioso livro da Natureza que não possa ser decifrado com o tempo e a paciência. Não existe um cadeado que não possua uma chave correspondente para abri-lo; portanto, podemos julgar a habilidade da Natureza pelo gênio do homem.

O estudo do “Eu” revelar-se-á um dia como chave-mestra de todas as portas filosóficas, abrindo os cofres de todos os problemas científicos, de todos os mistérios e de todos os enigmas aparentemente insolúveis da vida. O “Eu” é a última essência... a primeira noção que temos de nós e será a derradeira que conheceremos ao chegarmos a ser sábios.

A verdadeira sapiência, a luz do intelecto, nos vem de dentro da esfera do “Eu”. Não podemos conhecer o mundo e saber acerca das coisas senão através de certos instrumentos e dos nossos sentidos. Todavia, quem os interpreta e os utiliza é o nosso “Eu.” Somos portanto obrigados a reconhecer que o estudo do “Eu” é o mais importante ao qual um pensador deve dedicar-se.

Um sofista, aproximando-se um dia de um sábio da Grécia antiga, queria confundi-lo com perguntas embaraçosas; mas de Mileto mostrou-se à altura da prova e respondeu a todas as perguntas sem vacilar, com a maior exatidão. Eis as perguntas:

*1. Qual é a coisa mais antiga?*

Deus — porque sempre existiu.

*2. Qual é a coisa mais bela?*

O Universo — porque é a obra de Deus.

*3. Qual das coisas é a maior?*

O Espaço — porque contém tudo o que foi criado.

*4. Qual das coisas é a mais constante?*

A Esperança — porque perdura no homem mesmo depois de ter ele perdido tudo.

*5. Qual é a melhor das coisas?*



A Virtude — porque sem ela nada pode ser bom.

6. *Qual é a mais rápida das coisas?*

O Pensamento — porque em menos de segundo percorre o Universo.

7. *Qual é a mais forte de todas as coisas?*

A Necessidade — porque faz o homem enfrentar todos os perigos da vida.

8. *Qual das coisas é a mais fácil de fazer?*

Dar conselhos.

Porém, quando chegou à nona pergunta, o sábio deu a resposta paradoxal, cujo sentido profundo — tenho certeza — jamais foi compreendido pelo interlocutor imbuído do saber intelectual, bem como para a maioria das pessoas terá apenas um sentido superficial.

A pergunta foi esta:

— *Qual das coisas é a mais difícil de realizar?*

E o sábio milésio lhe respondeu:

*“Conhecer-se a si mesmo.”*

Esta foi a mensagem dos sábios dirigida aos homens ignorantes pelos antigos sábios; esta é também a mensagem da nossa época.

# 3

## O misterioso Super-eu

*Afastado, não obstante perto, indizivelmente velho e solitário, tem seu trono no santuário mais recôndito do templo interno; com as mãos de palmas juntas e semblante divino: é o Onisciente, o Insondável, o Incognoscível.*

G. P. Williamson

Santos e sábios, pensadores e filósofos, sacerdotes e cientistas — todos eles, no decorrer dos séculos, tentaram decifrar a enigmática natureza da alma humana. Descobriram no homem um ser paradoxal, capaz de baixar aos abismos mais profundos da perversidade e contudo suscetível de elevar-se aos cumes mais sublimes da nobreza. Encontraram nele duas criaturas: uma, aparenta os demônios, outra, próxima dos anjos. O homem está tão admiravelmente constituído, que pode arrancar de sua própria natureza coisas mais admiráveis como as mais hediondas.

Somos porventura simples blocos de matéria animada? Não terá o homem berço superior ao da carne? Ou talvez sejamos entidades espirituais, belas e radiantes, saídas do seio de Deus e temporariamente alojadas nos corpos que nos limitam?... Ou, como pensa muita gente, nada mais somos do que macacos aperfeiçoados, de traços feios que revelam nossa descendência, ou alguns acreditam, nada menos do que anjos decaídos?

Devemos fatalmente ser presas indefesas do Tempo, destinados apenas a surgir em qualquer obscuro canto do planeta para desaparecer em seguida?

“Quando olho em volta de mim, só percebo discórdias, contradições, distrações. Quando olho para dentro de mim, só vejo ignorância e dúvidas. Quem sou eu? De que causa deriva minha existência? Em que condição retornarei depois? Estou confuso e impotente diante de todas essas interrogações angustiosas e parece-me estar envolto por todos os lados em trevas densas” — escreveu o cético pensador David Hume.

É possível obter uma solução satisfatória a esses problemas tão perturbadores? O homem lança perguntas à face da Vida e depois espera... e espera... mas não

acha nenhuma resposta até que baixa ao túmulo. Não obstante, os deuses concederam-lhe inteligência, faculdade que, embora fracasse ao enfrentar o grande enigma do Universo, o capacita a descobrir a verdade sobre seu próprio ser.

Estes são os problemas vitais cujo mistério perturbou sessenta gerações de sábios e continuará a inquietar ainda outras mais. As penas mais fluentes, as linguagens mais prolixas e os cérebros mais perspicazes procuraram sondar esse mistério e a humanidade continua andando às cegas em busca da resposta que tarda...

O homem — imagem da dúvida e desespero — marcha titubeando pela solidão glacial do mundo e ri cinicamente ante o nome de Deus. O desespero porém é o filho infausto da ignorância!

Deus acendeu uma faísca da Sua Luz divina no coração de cada criancinha recém-nascida e essa Luz deve ser acesa. Ocultamo-la tanto em espessos envoltórios de ignorância que não a enxergamos mais e no entanto precisamos desvendá-la. Nenhum clamor de coração sincero é dado em vão, e se nossa prece for como ela deve ser — o Deus do nosso próprio coração nos responderá.

O homem comum lança seus tentáculos à Vida, tateando em seu caminho à procura de algo que não compreende bem. Mas percebe que, quando começa a aplicar sua inteligência na solução do problema de si mesmo — automaticamente resolve os problemas paralelos de Deus, da Vida, da Alma, da Felicidade, etc..

A raça branca palminhou toda a superfície da Terra em busca de Novas Américas até que hoje não há praticamente um metro de terra onde o homem não tivesse pisado. Entretanto, eu me proponho indicar aqui um outro mundo, que tem sido explorado por uns poucos, mas permanece ignorado da maioria.

Não faz muito tempo os geógrafos negavam existência a grande parte do mundo. O conceito de uma vasta América desconhecida era então uma das coisas das quais se ria abertamente.

Tal tem sido também o caso da noção comum de que aquilo que presentemente vemos do homem — sua forma carnal — representa tudo o que ele é e tudo o que nós também seremos. Esta noção é muito mesquinha, porém muitos, senão a maioria, a consideram verdadeira e encaram a possibilidade de sobrevivência depois da morte como algo ridículo. Abanam a cabeça e declaram que não podem compreender o mistério do Espírito, mas prontamente aceitarão a matéria cuja essência, no entanto, não é menos misteriosa. Proponho-me demonstrar a essas pessoas que se equivocam ao pensar que a condição da mentalidade humana represente a sua última etapa. É bem verdade que no homem há regiões obscuras e turvas onde rastejam criaturas estranhas e abjetas; mas

também existem nele lugares radiantes donde a alma empreende rapidamente seu vôo. O psicanalista que descobre apenas as primeiras... é porque isso é o que estava buscando.

\*

Nas tradições orais que nos foram legadas por nossos antepassados através de toda a literatura mundial, desde os primeiros manuscritos arcaicos do Oriente até as nossas mais recentes edições modernas, há sempre uma estranha e persistente alusão velada à existência de um “outro eu” no homem. Seja qual for o nome que se dê a esse estranho “eu”, quer seja alma, sopro, espírito ou fantasma — pouco importa; vale mais saber que não existe no mundo uma doutrina de origem tão remota.

É sabido que além de certos limites preestabelecidos a consciência não pode funcionar. Mas nem todos sabem que pode haver alguns intrépidos que desempenharam o papel do rei Canuto e ordenaram às águas turbulentas do pensamento que retrocedessem até o ponto em que a consciência transcendesse o limite normal e se encontrassem nos mundos livres do espírito.

Estas afirmações da experiência feita por Videntes espirituais devem ser bem examinadas. Ou não passam de sandices de lunáticos irreparáveis ou são palavras de tal importância que põem por terra a presente base materialista de nossa vida. Não creio que seja de muita utilidade averiguar a origem dessa doutrina, porquanto a Verdade é universal e surge simultaneamente nos cérebros do mundo inteiro, inspirados na mesma Fonte misteriosa donde nascem os pensamentos.

Podemos às vezes apreender mais lições e mais verdadeiras estudando a Natureza do que lendo livros. Ao contemplar um verme perfurando um tronco de madeira, o homem aprendeu o princípio da construção dos túneis; hoje, graças a essa simples observação, os trens correm debaixo de rios e atravessam montanhas de sólida rocha.

É assim que os primeiros Grandes Sábios, observando o movimento dos pensamentos da sua própria mente, descobriram que ‘algo’ estava em ação quando o pensamento cessava. Esse ‘algo’ era a primeira insinuação da alma de cuja descoberta nasceu a ciência que os antigos começaram a ensinar aos homens, como um meio de conhecerem a verdade sobre si mesmos.

Tal ciência foi transmitida por métodos diversos em quase todas as civilizações pré-cristãs, na Suméria, Egito, Babilônia, Caldéia, China, Pérsia, Índia, México; entre os índios da América do Norte, maias da América Central e os desventurados astecas, assim como entre os judeus da Fraternidade Essênia e os gnósticos das cidades mediterrâneas.

Contemplando as majestosas ruínas da Grécia antiga, vêem-se de pés as imponentes fachadas esburacadas e colunas esfaceladas pelo tempo, os restos do famoso Templo em que outrora foram celebrados com grande cerimônia sob a égide de Atena os célebres Mistérios de Elêusis. Poucos são, todavia, aqueles que hoje entendem o que se passava exatamente atrás das paredes do santuário. A iniciação nesses Mistérios era considerada pelos antigos assunto de grande importância, enquanto o homem moderno mal lhe conhece o mero significado da palavra. Homens como Alexandre de Macedônia e Júlio César não vacilaram em submeter-se a essa experiência sublime e inesquecível, saindo dela fortalecidos, prestes a desempenhar com absoluta consciência o papel que lhes fora designado pelo Destino a cumprir, tal era a grandeza da revelação recebida a portas fechadas e vigiadas.

Ao terminar as solenidades dos Grandes Mistérios, as últimas palavras ouvidas pelo iniciado eram: *Vai em paz!* Descrevendo suas experiências, os próprios iniciados diziam que a partir desse momento seguiram seu caminho da vida com alma serena e mente tranquila. A iniciação nada mais era realmente do que entrar na percepção daquilo que o candidato de fato era. Completava a sua formação de homem e quem quer que não a houvesse experimentado era em verdade apenas meio-homem. Alguns fragmentos, os pálidos reflexos do que se ensinava nos velhos templos, estão contidos neste volume; procurei porém formular essas antiquíssimas verdades numa linguagem que possa atrair o homem moderno, falando-lhe delas do ponto de vista da sua aplicação na vida prática. A chave do segredo dessa antiga instituição dos Mistérios nos foi dada por Plutarco quando escreveu: “*Os iniciados, no momento da iniciação nos Grandes Mistérios, sentem as mesmas impressões da alma na hora da morte.*”

Os eruditos não conseguiram chegar a uma conclusão definitiva quanto à finalidade exata da Grande Pirâmide, essa gigantesca estrutura de pedras cujo interior reflete a quietude eterna dos desertos calcinantes do Egito. E como nos últimos tempos os ritos funerários dos faraós eram ali celebrados, os historiadores chegaram à conclusão, aliás muito natural, ainda que errônea, que essa edificação maravilhosa teria sido planejada com o intuito de servir de túmulos dos reis. Seu verdadeiro propósito, no entanto, era bem mais elevado. Os candidatos à experiência mística, chamada iniciação, vinham ali submeter-se à experiência que os capacitava a obter libertação temporária das limitações do corpo e pôr-se em contacto com o eu no homem, entre outras coisas. A experiência era realizada por intervenção externa, por meio do poderoso auxílio dos sumos sacerdotes de então.

Quem for ao Museu Britânico, verá ali uma gigantesca figura de pedra, trazida há muitos anos por um navio da Ilha Oriental, na altura da costa da América do Sul. Examinando bem o dorso da estátua, notar-se-á claramente talhada uma *cruz de asa*. É idêntica à Cruz da Vida ou Cruz Ansata, que apareceu com tanta frequência nas antigas imagens egípcias, onde as deidades representadas a

trazem na mão e à qual se referem como sendo a CHAVE DOS MISTÉRIOS. Não há nisso apenas uma simples coincidência, mas uma indicação bastante clara de que os Mistérios não eram ignorados pelos povos de outro lado do Atlântico.

Existem, aliás, na América Central, edificações estranhamente similares à da grande pirâmide do Egito, exceto seu interior, mas cuja finalidade místico-religiosa era a mesma. As práticas estranhas que ali se desenrolaram eram iguais numa e outra e as que foram oficiadas no Templo de Elêusis na Grécia tiveram os mesmos resultados às do Peru ou do México. Naturalmente, havia vários graus de iniciação; contudo, os candidatos que logravam o primeiro grau tinham tais revelações do mundo inexplorado que ao voltarem à vida rotineira agiam como homens e mulheres transformados. Durante os momentos passados no santuário, abriam-se-lhes os olhos e a verdade lhes era desvendada ao contacto com o seu mais recôndito ser.

Se essa experiência íntima foi possível no século X antes da Era Cristã, não há razão para que não o seja no século XX depois de Cristo. A natureza FUNDAMENTAL do homem não mudou nesse intervalo, embora sejamos obrigados a admitir que a vida de outrora, mais tranquila e menos complicada, favorecia as experiências, tornando mais fácil o seu aprendizado.

Será esse “eu” oculto uma imaginação louca, vaga quimera de alguns visionários, cuja fama milenar nos foi transmitida através da história? Os elos que ligam essa longa cadeia de tradição espiritual não terão vínculos mais fortes do que uma simples superstição?

Esses mesmos enigmas que hoje nos atormentam, inquietavam também Babilônia, para citar apenas um exemplo da civilização passada. Se os pensadores daquela época chegaram a conclusão idêntica, em sua essência, à dos sábios da Índia, China, Egito, Grécia e Roma antiga, valerá talvez o trabalho de investigar essa questão. Pode ser que o resultado de tal exame ou fortaleça a nossa posição atual e enfraqueça suas doutrinas seculares, ou talvez desmorse nossas crenças tão cuidadosamente sustentadas, confirmando a exatidão dos axiomas dos antigos. E a investigação é a única que realmente interessa.

Eu mesmo me empenhei em averiguar, não sem dificuldade, o que havia de verdadeiro por trás dessas doutrinas. Finalmente, vi-me forçado a testemunhar que a sabedoria dos antigos não é uma coisa imaginária. Descobri, em vez de quiméricas invenções de alguns cérebros doentes, doutrinas tão estupendas que nós que vivemos e trabalhamos no ensurdecido e impiedoso mundo de hoje lhes devemos dar fé.

A mente contemporânea não atende aos sábios conselhos dos antigos para resolver seus problemas e assim perde verdadeiros tesouros acumulados; e é

possível que a meditação desses sábios possa dar ainda muitos frutos aos estudiosos da cultura moderna. Podemos cortar os liames que nos prendem às grandes filosofias de outrora, mas sendo elas baseadas nos princípios eternos em que se apóia todo verdadeiro pensamento, mais cedo ou tarde seremos forçados a elas recorrer. A filosofia perde seu poder quando os demasiadamente intelectualizados a reduzem a meras discussões; retomará seus legítimos direitos quando nas almas sofisticadas da nossa época despertar a necessidade de algum ponto de apoio mais seguro do que este que oferecem os ensinamentos confusos de hoje.

Há no homem algo mais do que o revelam as impressões comuns. As descobertas da Psicologia experimental têm levado a interessantes conclusões a este respeito, e confirmado inumeráveis relatos da experiência mística. Que é esse “algo mais” no homem, que o faz defender esplêndidos ideais e conceber nobres pensamentos? Que presença espiritual dentro de seu coração o instiga a afastar-se da existência banal, puramente terrena, e travar uma luta constante entre o anjo e a besta que habitam em seu corpo?

Quando nos dizem a nós, homens do século XX, que Deus não é apenas uma simples palavra sobre a qual se argumente e discuta, mas UM ESTADO DE CONSCIÊNCIA que podemos realizar agora, em carne, levantamos os olhos, surpresos. Quando se nos afigura a existência de alguns seres que vivem entre nós e viram Deus — tocamos a cabeça num gesto significativo... e, ademais, se nos asseguram que temos o Divino dentro de nós e que a Divindade é o nosso verdadeiro Ser, sorrimos, indulgentes mas desdenhosos, tomando ares de superioridade.

No entanto, isso não é nem teoria, nem sentimentos: é uma certeza inegável, evidente e absoluta para aqueles que se adiantaram um pouco no caminho da percepção espiritual.

Diante da serena Esfinge, símbolo do verdadeiro ensinamento espiritual, o ocidental arregala os olhos, perplexos. Ele pode construir navios de dimensões descomunais, inventar mais surpreendentes máquinas, transformar nossos lares em mil maravilhas, dotando-os de aparelhos que facilitam e alegam a existência; entretanto, é incapaz de fazer uma coisa tão simples: compreender o significado da vida! É também certo que as cruéis angústias da vida os golpeiam impiedosamente a ponto de esquecerem o que são. Podemos trocar nosso parentesco com o símio, e com requinte de detalhes e de provas demonstramos essa triste linhagem, porém somos incapazes de nos lembrar do nosso parentesco com o anjo.

Contentamo-nos em colocar nos altares alguns homens do passado remoto, dando-lhes a exclusividade da vida espiritual e banir o resto da humanidade às baixezas cheias de lodo. Olvidamos nossa própria natureza divina! Por que não podemos nós também nos aproximar do Cristo, ser semelhantes a Buda ou

conquistar a sabedoria de Platão? É evidente que o podemos! Mas se não cremos nisso apaixonadamente, correremos o risco de permanecer no estado semelhante ao dos animais.

Mas que estás fazer agora,  
Procurando Deus, mas gritando:  
“Eu sou eu, tu és tu;  
Eu sou o ínfimo, tu és o máximo?”  
Eu sou tu, aquele que buscas descobrir.  
Descobre-te a ti mesmo; tu és eu.  
Ó filhos meus! tão solícitos  
Pelo Deus fora de mim,  
Não seria eu bastante formoso?  
Seria difícil libertar-se?  
Contemplai, pois; eu sou convosco  
Em vós e de vós;  
Observai agora e vêde.

*Hertha*, por Algernon C. Swinburne

\*

Alguns expressarão desdém por essa filosofia egocêntrica. A esses responderei, não com minhas palavras, mas com as inspiradas palavras do visionário alemão Eckhardt: *“Deus está no centro do homem.”*

Será blasfemar contra Deus divinizar assim o eu? Só os espíritos superficiais poderão formular semelhante acusação, porque a verdadeira alma do homem é divina e não pode haver nisso nenhuma atitude blasfematória.

Temo-nos esquecido do nosso “eu” espiritual que, entretanto, nunca nos esquece na sua eterna vigília. Por que será que o homem sente a nostalgia da religião? Por que amamos a nós mesmos e instintivamente aspiramos à união com o nosso verdadeiro ser?

O gênero humano tem a idade que desafia a imaginação; inúmeros seres, homens, mulheres e crianças que surgiram no decorrer dos “eons” em nosso planeta, depois de terem desempenhado seu papel, desapareceram, sumindo-se no sono eterno. Os maiores cérebros, intelectos mais brilhantes do nosso tempo, pesquisam afanosamente, em documentos deixados pelas raças de outrora, vestígios de civilizações desaparecidas e segredos de um passado fértil em cataclismos. O visionário, porém sorri apenas dos admiráveis e patéticos esforços empregados na reconstituição intelectual de um passado, que desafia a razão por se estender ao infinito... Segundo as palavras pitorescas de Sulpício



a Cícero: “todas as coisas são lançadas por um decreto do implacável Destino nas fauces abertas de um olvido eterno.”

Se seguirmos os videntes pelos eons agora penetrando nas mais sombrias regiões da antiguidade pré-histórica, atingiremos um período em que o homem eliminava inteiramente o seu corpo de carne e habitava uma forma eletromagnética, um corpo radiante de éter. Recuando ainda mais, notaremos uma mudança produzir-se em sua natureza interna, em que as paixões, emoções pessoais, todos os sentimentos e desejos, medo, repulsa, ódio, cobiça, luxúria e inveja desapareceram totalmente. Mas em sua consciência ainda atuavam pensamentos, que levantavam ondas na superfície da sua mente e se ligavam à sua vida pessoal. E assim o fazemos recuar a uma época em que predominam os pensamentos serenos e desaparece a necessidade de pensar numa sequência lógica para adquirir compreensão. Não apenas ele não tinha mais necessidade da faculdade raciocinadora, mas esta se lhe tornara até um obstáculo. O homem havia alcançado a condição nua do puro Espírito. Talvez tudo isto seja mais fácil de compreender se dissermos que a raça humana, no decorrer da sua tão extensa história, superpôs um segundo “eu” à natureza individual com que todos os homens principiaram sua peregrinação. Este segundo “eu”, geralmente chamado pessoa, veio à existência através da união do espírito e matéria, através da mistura de partículas da consciência do “Eu” real, sempre consciente, com as partículas de matéria inconsciente, extraídas do corpo. Este segundo e último eu é aquele que todos conhecemos, o eu pessoal; mas o primeiro e real eu, que existia antes que o pensar e o sentir aparecessem dentro do ser humano, é aquele que poucos conhecem, que é sutil e não tão evidente, porque nos torna a todos partícipes da natureza da divindade. Ele vive sempre sobre nossas cabeças, é um ser angelical de inimaginável grandeza e misteriosa sublimidade, e por isso o chamo Super-eu.

Por detrás do homem que vemos há um outro ser oculto; por detrás desse corpo carnal vive a consciência resplandecente e pura.

Esta doutrina do verdadeiro “eu” no homem foi admiravelmente definida por um dos antigos videntes da Índia: “Invisível, mas vendo, não ouvido, mas ouvindo, inapercebido, mas percebendo, desconhecido, mas conhecendo... Esse é o teu Eu, o governante interno, o imortal.”

O materialista jamais se cansa de nos repetir quão tolo é o visionário que tenta agarrar as nuvens, e o Super-eu sentado no coração do zombeteiro sorri tolerantemente de toda sua tagarelice lógica.

Nas profundezas mais íntimas do nosso ser é que vivemos a vida real, e não na máscara superficial da personalidade que mostramos. É mais importante o ser vivo do que sua casa de pedra e cal.

Um americano, Walt Whitman, poeta entusiasta, percebeu a verdade à sua maneira, às vezes algo confusa, e a expressou assim no *Leaves of Grasse*, em versos soltos:

Juro que começo a perceber o significado dessas coisas.  
Não é a terra, não é a América, que é tão grande,  
Sou eu quem é grande ou o será...  
Abaixo do tudo, o indivíduo.  
Juro que para mim hoje nada vale tudo  
o que ignore o indivíduo...  
Toda a teoria do Universo se dirige  
infalivelmente a um só indivíduo, isto é, a ti.

E mais um poema de Whitman, intitulado: *A Ti*:

Oh! que de grandezas e glórias poderia eu cantar sobre ti!  
Nunca soubeste o que és; toda a tua vida dormiste sobre ti próprio.  
Não és as aparências ridículas;  
Embaixo e dentro delas te vejo oculto.  
Tudo quanto és, vindica-o tu próprio.

Há na vida momentos inesquecíveis em que recebemos do nosso Super-eu insinuações de uma existência superior, que é possível para o homem. Em tais momentos se abre a nossa mansão da vida e nela penetram os pálidos raios da aurora. Então sabemos que os sonhos da alma podem chegar a ser realidades: que o Amor, a Verdade e a Felicidade são de fato nossa legítima herança; mas, aí! o momento fugaz desaparece e com ele a fé. De nenhuma valia são então para nós esses brilhantes raptos e uma existência mais divina? Deixemo-los permanecer como “colunas de nuvem durante o dia, e colunas de fogo durante a noite”, para nos guiarem através do deserto de nossos tempos modernos.

Estas tênues e imponderáveis intuições que vêm ao homem em seus mais felizes momentos são semi-sussuros ouvidos de seu Eu maior. O chamado espiritual está sempre tentando falar ao coração humano, mas nós não escutamos. Os impulsos espirituais que brotam dos corações dos melhores seres humanos constituem o melhor sinal de uma possibilidade superior para toda a raça.

O homem, tal como é, tal como sempre foi e será por toda a eternidade, é um Ser espiritual. A vida em seu corpo carnal não desmente essa afirmação. Os sentidos que pertencem ao mundo sensorial físico mantêm o homem cativo sob sugestão hipnótica e, como são muito reais, à sua maneira nos fazem confundirlos com o seu verdadeiro Ser, que ele realmente é. O céu nos rodeia não apenas nos inocentes dias da infância, mas em cada instante da nossa vida, ainda que

não o notemos. Alguns estão tão perto dessa verdade, que inconscientemente esperam o momento milagroso em que lhes será plenamente revelada; basta falar-lhes com o tom apropriado, logo a esperança ilumina suas almas. Essa esperança é a Voz silenciosa do Super-eu.

Há neste fato uma espécie de ironia: que o próprio eu do homem — sua verdadeira natureza — se tenha tornado um segredo em nossos dias...

O homem percorre as poeirentas estradas da vida como aquele viajante dos tempos antigos, que passou os anos vagando por países estrangeiros em busca de um raro tesouro de que ouvira falar, enquanto durante todo aquele tempo ele esteve sendo procurado como o herdeiro de uma imensa fortuna. Oculto no âmago mais recôndito da nossa natureza, existe uma jóia de inestimável valor e beleza, da qual nada sabemos; ninguém se atreverá a avaliá-la, porquanto sua estimação está acima de todos os valores conhecidos.

Devemos pois procurar humildemente esse Super-eu através de todas as gamas de nossos movimentos íntimos, remontando tão longe quanto possível. Somente então veremos que o corpo e o intelecto são apenas os instrumentos que nos possibilitam a percepção de algo maior — testemunho silencioso, fonte da paz indizível, sabedoria absoluta e vida eterna — o Super-eu do homem.

Nós, homens deste século prático, temos confiança limitada no que diz respeito às idéias abstratas; negamos “a priori” todo sistema teórico sem o sólido apoio na matéria.

Se me perguntarem: “Possui o senhor um método prático para chegar-se a esse autoconhecimento que tanto louva? Ou será apenas mais uma doutrina de especulação mental, ornamento para fachada de algum conceito metafísico, sem nenhuma utilidade prática para os homens que trabalham, amam e sofrem? Não será mais um sonho fantasmagórico incapaz de enfrentar as realidades da nossa vida de cada dia?”

Assim, sem mais delongas, indicarei ao leitor um caminho de investigação que poderá seguir e, se o levar a bom termo, responderá por sua vez e com plena convicção às perguntas que dantes me atormentavam e que talvez sejam as mesmas que hoje o atormentam.

## 4

# A Prática do repouso mental

Em a natureza, a soberania pertence às forças silenciosas. A lua não faz o menor ruído e, não obstante, arrasta milhões de toneladas de água do mar no vaivém obediente ao seu comando; não ouvimos o sol se levantar, nem as estrelas se ocultarem. Assim, a aurora da nova vida surge silenciosamente no homem, sem que nada a anuncie ao mundo. Só na quietude pode o conhecimento do Super-eu manifestar-se. O deslizar da jangada mental sobre as águas do espírito é o prodígio mais suave que conheço, muito mais silencioso que o cair do orvalho noturno...

Somente em profundo silêncio interior podemos ouvir a voz da alma; os argumentos a ocultam e o excesso de palavras a ensurdece e abafa. Ao apanhar o peixe, podemos reparti-lo, mas enquanto pescamos, o falar rompe o encanto e afugenta o peixe. Se conseguirmos dar menos atividade à laringe e maior atenção às atividades profundas da mente, chegaremos a ter algo realmente valioso a dizer. A palavra é um auxílio e não uma obrigação. SER é o primeiro dever do homem.

A vida nos ensina silenciosamente, enquanto os homens instruem em voz alta.

A preciosa descoberta do verdadeiro EU dentro de nós só pode ser feita quando a mente estiver em repouso; as palavras apenas confirmam a realidade, mas não a explicam e jamais a poderão explicar, pois a Verdade é um ESTADO DE SER e não uma torrente de verbosidade. O argumento, por mais inteligente que seja, não substitui a realização pessoal. Devemos experimentar se quisermos viver a experiência. A palavra “Deus” não terá sentido para mim antes de conseguir pôr-me em contacto com o Absoluto dentro de mim mesmo; só então poderei incluí-la no meu vocabulário.

Um pouco de prática leva muito longe; uma série de conferências não convencerá os céticos e cem livros não revelarão na visão interior aquilo que podem vislumbrar aqueles que aplicam fielmente o método indicado nestas páginas.

As chamadas “provas” científicas e filosóficas da Realidade Absoluta não provam coisa alguma. Kant, o filósofo alemão, demonstrou há tempos que a razão não pode definir a Realidade; assim é com todas as nossas provas, que são apenas mera acumulação de palavras. Para os que querem negar essa Realidade, é igualmente fácil “provar”, baseando-se em outra categoria de evidências ou empregando argumentos contrários.

O mundo científico estremeceu quando Einstein revelou sua descoberta sobre o desvio dos raios da luz ao passarem perto do sol; esta observação originou a teoria da RELATIVIDADE. Todos pensaram então que esta descoberta o levaria a resultados impressionantes; esperavam investigações mais aprofundadas nesse sentido, e nas equações obtidas depois de um cálculo acurado, a noção da existência de Deus ia acrescentar as teorias cientificamente demonstráveis.

Qual nada! Aquela ardente antecipação, que atormentava cérebros e comovia corações, com o decorrer dos anos retrocedeu à estaca zero; a Ciência não está ainda à altura de se pronunciar no assunto.

Os grandes problemas da existência individual, os sublimes tormentos da alma que assediam toda pessoa sensata, não podem ser resolvidos na região limitada do cérebro; ao passo que as respostas, plenamente satisfatórias, nos esperam no âmago sem limite do nosso próprio ser, na substância divina da nossa natureza oculta. O cérebro responde com palavras estéreis enquanto a resposta do Espírito é a vivência maravilhosa da iluminação interior. Quem deseje praticar assídua e seriamente o método de concentração mística exposto neste livro, receberá crescente confirmação, por experiência própria, da verdade da divindade do homem. As bíblias e outros escritos similares começarão então a perder a sua autoridade à medida que ele comece a achar a sua própria. Deus é seu próprio e o melhor intérprete. Encontraí Deus dentro do vosso próprio coração e compreendereis, por intuição direta, o que todos os grandes instrutores, todos os verdadeiros místicos, todos os autênticos filósofos e homens inspirados tentaram explicar pelo método tortuoso das palavras.

Jamais podereis provar ao meu intelecto o fato de que Deus, o Absoluto, o Espírito — ou como queirais chamá-LO — existe; mas podeis mostrar-me isto se minha consciência se transformar de tal modo que me permita participar da íntima percepção do Deus interno em mim.

Não há outro caminho, mas um só caminho para obtermos essa revelação íntima e sabermos simultaneamente o que de fato somos. Esse caminho consiste em passar do mundo exterior para o interior, de deixar de se ocupar com uma multidão de atividades externas para ocupar-nos de uma única atividade interna da mente.

Santo Agostinho monologava assim: “Senhor, como uma ovelha perdida que anda de um lado para outro, procurando o caminho, também eu te buscava no

exterior, quando Tu estavas em mim... Percorri ruas e praças da cidade deste mundo, buscando-Te sempre... e não Te encontrei porque em vão procurava fora o que estava dentro de mim.”

Deixemos o prumo da nossa mente mergulhar nas profundezas do nosso eu. Quanto mais profundamente tocar o abismo, tanto mais fabuloso tesouro poderemos extrair desse calmo mar de Sargaço. <sup>1</sup> O recinto da consciência está no âmago mais íntimo de nós mesmos; cada um possui uma porta secreta que se abre para a Luz, mas se não quiser fazer o esforço para abri-la, condena-se a si próprio a permanecer em trevas.

1. Nome dado a uma vasta região do Atlântico-Norte (entre as ilhas dos Açores, as das Canárias e as de Cabo Verde), coberta de sargaços (algas), os quais, desprendidos das rochas e levados pelas águas, se acumulam nas zonas calmas do mar. (N. da tradutora).

Se quiserdes uma prova da vossa própria divindade, escutai vosso Super-eu. Escolhei entre as horas uma em que estejais seguramente livre de qualquer distração exterior. Estando a sós, com paciência e muita atenção escutai o que vos dirá a alma, procedendo da maneira que vou explicar em seguida. Repeti esse exercício diariamente, e um dia, quando menos esperardes, essa prova virá iluminar vossa solidão. Com ela virá uma liberdade gloriosa quando vos abrandarem os fardos das teologias ou os ceticismos forjados pelo homem.

Aprendeí a pôr-vos em contacto com o vosso Super-eu e nunca mais vos sentireis atraído por essas reuniões fúteis em que os homens levantam a poeira das argumentações teológicas ou o ruído dos debates intelectuais. Se tomardes esse caminho, resolvereis o problema a sós, de forma definitiva e independente do que diga qualquer livro, seja sagrado ou secular.

Alguns chamam de ‘meditação’ este exercício, nome tão bom como outro qualquer. Proponho-me todavia a descrever uma espécie de meditação que difere, em seu princípio básico, da maioria dos métodos que me foram dados, e à qual poderei chamar com mais exatidão: REPOUSO MENTAL.

A única maneira de entender o que significa exatamente a meditação é praticá-la. “Nem quatro mil volumes de metafísica vos ensinarão o que é a alma!” — exclamou Voltaire.

Como tudo o que tem valor, os resultados da meditação se adquirem com muita lentidão, trabalho e dificuldade; porém quem a pratica com o espírito requerido pode estar certo de alcançar a meta. Princípios pelas provas experimentais e terminamos na experiência divina. Jogamos com a meditação e procuramos contemplar, mas um dia chegará em que nos mergulharemos na infindável beatitude do Super-eu.

A meditação é uma arte quase perdida no Ocidente. Poucos são os que a praticam e, entre esses, ainda menos os que compreendem o que estão fazendo.

O hábito de dedicar todos os dias alguns minutos para o recolhimento e o repouso mental, hoje prima por sua ausência na vida dos povos ocidentais. A vida moderna exerce sobre nós uma espécie de hipnose, apoderando-se do nosso espírito como sanguessuga do corpo. Nosso apático eu consciente aduz toda espécie de desculpas para não iniciar esta prática ou para não continuá-la, se a iniciou. Nossa personalidade a acha enfadonha, vazia ou demasiado cansativa. Esta luta inicial para vencer a repugnância do cérebro para com o repouso é talvez a mais árdua, mas deve ser travada. Contudo, é um hábito de importância vital, cujos benefícios, se praticado, não podem ser demasiado exagerados, mas, se negligenciado, conduz a tristezas e aflições.

Além das trivialidades da vida diária há uma existência mais bela e mais luminosa. Por mais que resistamos a este direito divino sobre nós durante o dia, somos incapazes de resistir ao eu interno durante o sono profundo e sem sonhos. Então somos capturados pela alma; então gozamos repouso em nossa própria natureza, ainda que inconscientemente. É este um pensamento arrebatador, e a sugestão de uma profunda verdade filosófica. Mas como poderia a multidão escrava das experiências e tumultos da vida material tornar-se consciente desta verdade maravilhosa? É por isso que os mais avisados adotam a prática diária de acalmar a mente e mergulhá-la na profunda e perdurável paz que jaz dentro de nós.

O general Gordon dedicava todas as manhãs uma hora aos seus exercícios espirituais; quantas inspirações para sua vida de soldado, quanta firmeza e quanto valor não encontrou nesse hábito salutar?!

William T. Stead, célebre diretor de jornais e defensor dos oprimidos, passou três meses encarcerado porque se atrevera a publicar umas verdades. Muitos anos depois, ele declarou que foram esses meses os mais proveitosos de sua vida. “Pela primeira vez tive tempo para sentar-me e pensar, sentar-me e encontrar-me”, disse depois.

O insigne inventor Thomas A. Edison desenvolveu pela prática constante a faculdade de relaxar-se em meio do seu trabalho e lançar-se numa condição meditativa, que lhe trouxe soluções a muitos de seus complexos problemas. Certa vez disse ele: “As horas que passei com o Sr. Edison me trouxeram as maiores recompensas de minha vida; a isso atribuo tudo o que tenho realizado.”

Nunca cogitamos da vida interna. Procuramos persuadir-nos de que não dispomos de meia hora para quedar-nos sentados junto à tranquila fonte da Verdade. Um momento de quietude mental é encarado como um momento desperdiçado. Daí porque as massas populares não se portam mais sabiamente durante sua multidão de dias.

Crê o mundo moderno que não há nenhuma utilidade na chamada meditação e frequentemente a condena como uma mera abstração. E em sua atitude usual

não está totalmente errado nem totalmente certo o mundo moderno. Para indicar só um exemplo, a história mostra como a religião tem produzido bom número de visionários meditativos, que convidaram outros a entrarem com eles no domínio da pura auto-ilusão e a vagar no reino de fantasias pueris. São essas pessoas desorientadas que têm sido as responsáveis pela noção generalizada de que os videntes espirituais são criaturas que permanecem contemplando os céus, explorando com suas visões mentais regiões nebulosas sem nenhum interesse nem utilidade para os mortais mais sadios. Esses são os falsos místicos que vivem em seus mundos fantásticos: o de que necessitam é de uma dura martelada da realidade.

A história também menciona a existência dos sábios de outra categoria. Esses são homens de uma pureza moral absoluta e de uma bondade excepcional; a característica afim desses seres é terem passado por uma experiência que lhes proporcionara uma “Realização espiritual” inesquecível, mergulhando-os numa felicidade supraterrena. São os místicos verdadeiros, e os relatos das suas experiências, revelados com toda a humildade, deixam transparecer que, de fato, penetraram no imo do seu coração, tocaram as regiões mais profundas da alma, enfim encontraram a natureza divina do homem, imutável e intacta, embora alojada em corpo tão frágil. Não é minha intenção enumerar todos esses místicos; as obras de Evelyn Underhill e de Dean Inge dão idéia exata relativamente aos místicos cristãos.

A mente humana está demasiado predisposta a se deixar hipnotizar pelo materialismo que a cerca, e para muita gente a vida espiritual se converteu num mito. É estranho e triste de verificar que, enquanto os cientistas mais eminentes e os intelectos mais perspicazes estão se achegando à interpretação do universo e da vida sob o prisma espiritual, as massas cada vez mais se distanciam e se entregam ao materialismo grosseiro, que as primeiras tentativas torpes da ciência parecem justificar.

Portanto, devemos ser gratos, de certo modo, a esses Visionários, que se aventuraram por caminhos ainda não explorados para nos trazer, novamente, fatos confirmatórios de que a vida divina é acessível ao homem. A visão verdadeira não é uma amálgama de teorias, mas sim uma tremenda experiência. Ninguém que a tenha vivido uma vez, ainda que momentaneamente, jamais a poderá esquecer e não terá sossego enquanto não encontrar o meio para repeti-la.

\*

Nestas páginas não estou expondo nenhum sistema complicado; apenas me empenho em descrever uma técnica simples, cujo resultado permite conhecer o que há de mais elevado em nós. Nenhum método de meditação é fácil em si, pois sua prática implica em domínio do pensamento e poucas são as coisas no mundo mais difíceis do que essa. Um método de meditação, não obstante, pode



ser simples. Não há necessidade de complicá-lo com tortuosas explicações nem de apresentá-lo numa linguagem confusa.

Já foram ensinados diversos sistemas de meditação; diferentes tipos de loga foram esboçados tanto na antiguidade como nos dias atuais. Porém a técnica que propomos aqui para se conhecer a si mesmo não se enquadra facilmente em nenhuma dessas classificações existentes. Essa Arte Interrogativa ou de Auto-reflexão se apóia apenas em sua simplicidade, unicidade, originalidade e poder, embora certamente possua pontos de contacto com outros sistemas. Não sustento que ofereça o melhor caminho, mas, sim, afirmo que oferece um meio mais rápido e mais seguro para atingir o autoconhecimento espiritual do que a maioria dos caminhos que conheço. Os diversos ramos da loga, esse profundo porém muito complicado sistema indiano, são excelentes em relação ao povo e à época em que foram apresentados, mas quando considerados em relação aos povos ocidentais e às necessidades modernas, resultam evidentemente impraticáveis, salvo para uns poucos.

A inquirição do verdadeiro eu é o sistema mais simples de meditação que conheço, e é por isso o mais apropriado para as pessoas atarefadas de hoje. É mais rápido de aprender e mais simples de praticar do que os complicados sistemas de loga do Oriente. Pode ser vantajosamente praticado por quem quer que deseje conhecer a verdade sobre sua própria natureza. Ao levantar-vos pela manhã e depois de tomar vosso banho, o primeiro dever, e geralmente o mais esquecido — é “colar-vos” ao vosso verdadeiro eu. A maioria considera seu primeiro dever pensar em incômodos presentes, no trabalho a executar, ou nas pessoas que logo vão encontrar. Suas atividades e problemas ocupam o primeiro lugar na sua mente em vez de se esforçarem por obter aquela sabedoria que há de inspirar todas as suas atividades e solucionar todos os seus problemas. Quando Jesus disse: “Buscai primeiro o reino do céu e sua justiça, e todas as outras coisas vos serão dadas por acréscimo”, não enunciou apenas uma regra geral, mas também uma norma para cada um individualmente.

As palavras “pão de cada dia” que Jesus usou no Pai-Nosso demonstram claramente o conselho que deu aos seus seguidores para orarem ou meditarem de manhã. Nesse conselho existem profundas razões psicológicas. É pela atitude que adotamos durante a primeira hora depois do despertar, que podemos fixar a tônica das atividades de todo o dia. As atividades e os desejos da vida ainda não começaram a importunar a nossa mente.

Se cada manhã o Reino de Deus é a primeira coisa que buscamos e por sua causa sacrificamos um pouco do tempo, nosso trabalho não sofrerá nem nossos problemas serão negligenciados. A corrente contínua de força e de sabedoria espiritual que criamos deste modo fluirá através de todas as atividades e pensamentos do dia. Qualquer coisa que fizermos então a faremos

corretamente; qualquer decisão que tomarmos será uma decisão justa, porque será o resultado de pensamentos mais calmos e profundos.

Aqueles que julgam uma tolice cuidar da atitude espiritual antes de atender às atividades mundanas, põem em primeiro lugar as coisas que devem estar em segundo. Para esses, como diz a escritura hindu: “Não há paz nem neste mundo nem no próximo.”

Quer dediquemos cinco minutos ou cinco horas a esta prática inspiradora da vida, nunca falha em produzir resultados notáveis de longo alcance. Não vale aplicar diariamente de quinze a trinta minutos para conseguir o equilíbrio mental e a consciência do domínio interior?

Praticar a meditação durante dez minutos ou até meia hora, uma ou duas vezes por dia, é simplesmente uma questão de hábito. A pessoa vai gradativamente se acostumando até esta prática tornar-se parte inseparável da sua vida. Na segunda quinzena será um pouco mais fácil, na terceira mais ainda, até chegar a hora de dominá-la totalmente. Mesmo o mais atarefado dos homens pode incluí-la no seu programa, de sorte que se lhes torne tão natural como tomar suas refeições. Cria o hábito e mantendo-o, e sem dúvida o seu valor começará a fazer-se sentir no progresso consciente.

O desenvolvimento espiritual não tem que ser essa coisa fortuita tão frequente entre nós, mas um esforço sério e firme. Uma prática diária e regular de meditação levará naturalmente ao progresso nessa arte. Em outras palavras: será necessário esforço cada vez menor para obter os mesmos resultados. Todo progresso depende da prática.

A meditação produzirá os maiores resultados quando é feita regularmente e todos os dias e não com interrupções, pois é algo que “impregna” gradativamente pelos repetidos esforços diários.

A prática diária do repouso mental deve ser feita tão regularmente como o comer. O hábito governa nossa vida. O homem que aprendeu o segredo de criar hábitos poderá controlar o que controla a vida. E o melhor hábito que o homem possa adquirir é o da meditação. Não somente desejo acentuar, mas reacentuar o surpreendente valor e a urgente necessidade deste hábito. Com o tempo descobriremos que o período diário da quietude mental se tornará uma almejada alegria, em vez de um dever disciplinar, como parecia no início, e não permitireis que nada interfira nele.

\*

O ponto seguinte a observar é que certas condições fisiológicas e psicológicas são aconselháveis se se quer lograr bom êxito sem muita dificuldade. Uma postura cômoda e conveniente do corpo ajuda a mente a acalmar-se. O corpo em desconforto tende a tomar a mente intranquila.

A quietude física é o primeiro passo para a quietude mental. A postura conveniente e confortável do corpo repousa a mente e habilita-nos a iniciar a tarefa de interiorizar-nos. Dirigi-vos cada dia para o mesmo local ou cômodo tranquilo, ocupai sempre a mesma cadeira ou a mesma cama. Sentai-vos ereto e não vos reclideanis em nenhum encosto. Assim o corpo aprende a responder automaticamente até se tornar não-resistente à penetrante influência da Alma.

A meditação prosseguirá mais facilmente e dará melhores frutos se a fizermos nas condições adequadas. Devemos escolher a hora em que ninguém nos perturbe, quando tudo em volta de nós esteja quieto, quando o estômago e órgãos digestivos estejam em repouso, o corpo se sinta bem e o tempo não seja tempestuoso. Se for também possível, adornemos com flores nosso melhor aposento e o perfumemos com incenso. Coloquemos nas paredes apenas belos e sugestivos quadros coloridos. Que esse recinto se converta num santuário que nos ajude a permanecer por algum tempo entre as coisas divinas. Reservemos esse cômodo só para nosso uso pessoal e tanto quanto possível um lugar onde possamos meditar, orar e estudar as coisas do Espírito.

Em pouco tempo notaremos nesse ambiente o começo de uma marca invisível de uma vida mais divina, de maneira que assim que nele penetramos desaparecem de nós as preocupações e aflições da existência mundana. Destarte, escolhamos um lugar onde nossa solidão não seja interrompida, onde insetos e animais não nos incomodem e onde enfim nos possamos sentir em harmonia e paz. Na impossibilidade de obter todas essas condições, consigamos as que forem possíveis. Assim, a primeira regra é reservar uma pequena fração diária de nossa vida, em que possamos dedicar-nos tranquilos e imperturbáveis à prática dos exercícios necessários. De início começaremos com dez minutos, procurando estender esse período até meia hora tão logo sintamos que podemos fazê-lo sem tensão indevida. Meia hora diária já é muito tempo para o ocidental comum despendar na meditação e não é aconselhável prolongar esse tempo senão sob a supervisão de um instrutor competente.

Sugeri fazer a meditação na parte da manhã, mas é bem possível a existência de circunstâncias vos impeçam empregar esse período. Se assim for, a hora recomendável é ao por do sol, pois então a mente retorna mais rapidamente a calma interior do que no meio das atividades do dia. Há uma misteriosa qualidade no crepúsculo, que o vincula às grandes correntes espirituais que a Natureza libera em ritmos regulares.

Se não pudermos contar com o crepúsculo, a melhor hora será à noite, antes de nos deitarmos. Se todavia esses três períodos ainda falharem, devemos então procurar meditar em qualquer meia hora roubada ao nosso programa diário.

A fração de tempo que tivermos escolhido para tão alta finalidade deve ser utilizada de maneira que a isole completamente das outras atividades do dia. Em vez de nos ocuparmos com algo que atraia e prenda nossa atenção em assuntos

externos, procuremos esquecê-los, pô-los de lado durante todo esse tempo como se nunca houvessem existido, e a dirigir nossos pensamentos e sentimentos com o ideal da calma interior como nossa meta. Até agora talvez tenhamos dado toda a nossa atenção ao mundo externo. O homem que aspire a compreender a si mesmo deve inverter este processo e periodicamente desviar essa atenção para explorar o mundo interno.

Quem aspire a tentar conhecer seu Super-eu deve aprender a recolher-se em sua mente como a tartaruga se recolhe em sua concha. A atenção que até agora tem estado dispersa numa sucessão de objetos externos, deve estar agora concentrada num simples foco interno.

A senda da concentração é fácil de descrever, mas difícil de praticar. O que devemos fazer antes de mais nada é esforçar-nos em afastar da nossa mente todo e qualquer pensamento que não seja a única linha de reflexão que fixamos como o tema de nossa concentração — mas tentemo-la!

O controle do pensamento é difícil de se obter e suas dificuldades nos surpreenderão. Nosso cérebro se rebelará. Tal qual o mar, a mente humana está incessantemente ativa. Mas tal controle pode ser feito.

No centro de nosso ser mora esse Eu maravilhoso, porém para atingi-lo temos de abrir um canal através de todas as touceiras de pensamentos que o cercam e que nos fazem prestar incessante atenção ao mundo material, tomando-o como única realidade. Gostamos tanto de recolher-nos ao nosso interior e deixar a mente repousar em si mesma — não no mundo dos sentimentos físicos — como de sermos despertados ao alarma do despertador, pela manhã.

Nós, os homens modernos, já começamos a dominar a Natureza, mas ainda não aprendemos a dominar-nos a nós mesmos. Ondas infundáveis de pensamentos nos perseguem e oprimem; atormentam-nos durante as insônias da noite e durante todo o dia permanecem grudados sobre nós. Se pudéssemos apenas aprender o segredo do seu domínio e supressão, poderíamos mergulhar-nos num maravilhoso repouso, numa paz semelhante à que, segundo São Paulo, “ultrapassa o entendimento.”

Os cinco sentidos nos prendem ao mundo material como se fossem de goma e querem um contacto físico constante em forma de objetos, pessoas, livros, divertimentos, viagens e atividades de toda espécie. Só podemos matar o inimigo nos momentos em que os sentidos guardam silêncio. Quando tentamos praticar o repouso mental, eles protestam imediatamente e gritam. “Queremos ficar no mundo que conhecemos; temos medo de meditação e desse além desconhecido; é natural que nos agarremos ao mundo da matéria; deixem-nos!” E assim fazem o possível para nos manter presos ao mundo sensorial. É essa a verdadeira razão pela qual cremos que a meditação não nos agrada e nos afastamos dela quando o momento de realizá-la chega. São os nossos sentidos

que se opõem e não nós; assim, devemos lutar contra eles e tentar dominá-los! Primeiro vem o esforço mental, depois a quietude compensadora.

Dominar a mente é dominar a si próprio. A alma que controla a maré crescente e sempre ativa dos pensamentos, pode vestir a farda de capitão e dar ordens a toda a Natureza. O poder de manter-se tenazmente numa linha de pensamento, aferrando-se nela como o aguilhão de um escorpião, e sem largá-la — eis o que se chama poder de concentração — a força que faz dos homens VERDADEIROS AMOS E SENHORES DO PENSAMENTO.

Se nos sentimos incapazes de nos concentrar, então um pouco de prática diária nos propiciará a capacidade que nos falta. Os que procuram meditar, nem que seja durante meio hora, com o tempo dominarão a corrente tumultuosa dos seus pensamentos vadios.

Advertência! Quando a debilidade moral e o desequilíbrio emocional se unem às práticas, o resultado será a regressão da mente ao estado de mediunidade e jamais a elevação da mente até a espiritualidade. A prática de meditação não acompanhada do cultivo dos princípios éticos e intelectuais, pode levar a um engano sobre si mesmo, ao aumento de egoísmo, à alucinação e finalmente à loucura.

Recomenda-se portanto ao aspirante não buscar o caminho rápido e fácil para chegar às experiências ditas ocultas, mas sim um cuidadoso enobrecimento do caráter, a firmeza de atacar pela raiz seus erros e um harmonioso equilíbrio entre a intuição, a emoção, o pensamento e a ação.

## 5

# Uma técnica de auto-análise

Comodamente sentado numa cadeira, ou de pernas à oriental sobre um tapete, respirando tranquila e regularmente, fechai os olhos e deixai vossos pensamentos trabalharem na pergunta do que realmente sois.

Estais prestes a iniciar vossa grande aventura de conhecer-vos a vós mesmo. A chave do êxito em vossos exercícios está em pensar lentamente. A velocidade da roda da mente deve ser reduzida e isso a incapacitará para correr de uma coisa para outra, como o fazia antes. Pensai lentamente. Depois formulai vossas palavras mentalmente, com muito cuidado e precisão. Escolhei e selecionai cada palavra cuidadosamente. Esta prática clareará vosso pensamento, pois enquanto não o fizerdes não podereis achar uma frase clara e definida para expressá-lo.

Primeiro, vigiai vosso intelecto em operação. Notai como os pensamentos acompanham um ao outro em infundável sequência. Depois procurai compreender que há alguém que pensa. Agora perguntai: “Quem é o Pensador?” Quem é este “eu” que dorme e acorda; que pensa e sente; que trabalha e fala? O que é que está em nós e o chamamos o “eu”?

Os que julgam que a matéria é a única existente, vos dirão que sois o corpo e que o sentimento do “eu sou” surge dentro do cérebro ao nascer e desaparece na morte ou com desintegração do corpo.

Para entender melhor a verdadeira natureza desse misterioso “eu” e descobrir suas verdadeiras relações com as funções do corpo e do cérebro, procedei a uma análise profunda da personalidade, o “eu” visível.

Este tipo de autoconhecimento não implica apenas um simples exame e classificação de virtude, vícios e qualidades. Significa, realmente, uma penetração no espírito essencial do indivíduo. Evocar o homem verdadeiro dentro de nós é evocar nossa inteligência espiritual. Quando pudermos entender o que há por trás dos olhos que nos miram no espelho cada manhã, entenderemos então o mistério da vida.

Se nos detivermos a refletir com inflexível fixidez sobre o mistério que está em nós, o mistério divino no homem, ele finalmente nos confiará e revelará o seu segredo. Quando o homem começa a se perguntar o que ele é, já deu o primeiro passo num caminho que não terminará enquanto não obtiver a resposta. Porque o homem enfrenta a sua mente e procura arrancar o véu que a encobre, seu esforço persistente obterá seu justo prêmio.

O mundo se acha numa condição de fluxo permanente e o homem parece uma massa de pensamentos e emoções cambiantes. Mas se ele fizer uma análise profunda de si mesmo e ponderar sobre ela tranquilamente, descobrirá finalmente que existe uma parte de si mesmo que recebe o fluxo de impressões do mundo exterior, bem como os sentimentos e pensamentos nascidos dessas impressões. Esta parte mais profunda é o verdadeiro “eu” do homem, a testemunha invisível, o espectador silencioso, o Super-eu.

Há uma coisa de que o homem nunca duvida. Há uma crença à qual todo homem sempre se apegua em meio das variadas vicissitudes da vida. É a fé em sua própria existência. Ele nunca se detém por um momento para indagar: “Existo?”. Aceita isto como uma verdade irrefutável.

“Eu existo”. Essa consciência é real. Perdura através de toda nossa vida. Disto podemos estar absolutamente certos; mas de suas limitações à carcaça da carne não podemos estar tão certos. Esforcemo-nos por localizá-la confinando nossa atenção apenas à noção do eu.

Esse é pois o bom ponto de partida para nossa investigação, já que é de aceitação universal. O corpo se transforma; ele se debilita ou fortalece, permanece são ou adocece. A mente se transforma; sua visão se altera com o tempo, suas idéias estão sempre fluindo. Mas a consciência do “eu” subsiste do berço ao túmulo, inalterável.

“Hoje sou feliz, amanhã serei desgraçado...” Esses estados mentais são incidentes ou acidentes na continuidade do eu. Os estados mentais e os do coração se transformam e passam, mas em meio de todos eles o ego se pode designar como aquilo que permanece imutável dentro da mutabilidade, o espectador da Pantomima Passageira deste mundo. Tomamos conhecimentos de todas as coisas através do “eu” do “ser”; sem ele nada se perceberia. O sentimento “eu sou” não pode desaparecer. Portanto, *conhecer-se a si mesmo equivale a encontrar o ponto da consciência do qual se possa observar estes estados em mutação*. É uma triste indicação de como o homem perdeu a sua centralidade, o centro espiritual da gravidade de que este ponto costuma estar totalmente despercebido.

Enquanto esta integridade espiritual não for restaurada, o homem será sempre a vítima infeliz dos seus desejos e pensamentos contraditórios.

“Comumente o homem pensa conhecer o que designa como seu “eu”. Pode duvidar de outras coisas, mas nesse campo sente-se seguro. Imagina que com o eu ele compreende logo o que é que significa. Naturalmente, o fato da sua própria existência em certo sentido está completamente fora de dúvidas. Mas quanto ao sentido em que esta existência é tão certa, já a história é bem outra” — escreveu P. H. Brandley, um dos pensadores e filósofos ingleses.

\*

O primeiro passo, portanto, consiste em analisar a constituição do homem. Começamos por descer às raízes de nós mesmos, pois é ali que reside o divino.

Donde provém esta consciência do “eu”? Ela persiste ante todos os estados mutáveis da mente, resiste a todos os fluxos de sentimentos, sobrevive a todos os incidentes e vence o tempo. Acaso surge do nosso corpo?

Não, isso é impossível! A psicologia supranormal e o espiritualismo se unem para dizer-nos que é independente da carne. E não podemos deixar de reconhecer as experiências de homens como Sir Oliver Lodge, William Crookes e Mac Dougall, bem como outros pesquisadores no campo das investigações psíquicas. Devemos analisá-las e ser fiéis à conclusão lógica — por aterradora que seja — ou então abandonar a busca da verdade. Não ousamos admitir nenhum dado que possa reformular as nossas teorias. Quem quer que se dê ao trabalho de examinar os informes muito mais numerosos do que se supõe, encontrará número suficiente de casos para constatar a veracidade desta asserção.

A ligação entre a mente e o corpo é tão íntima que a concepção popular, seja culta ou não, tem aceito prontamente a *suposição* de que o cérebro é a mente e o corpo é o eu; contudo isso não passa de uma suposição. É possível que, se o *eu consciente pode existir separadamente*, a concepção popular é errônea e a aparência enganosa. Vamos examinar esta última concepção e reexaminá-la sem a menor idéia preconcebida a favor ou contra a hipótese do corpo.

\*

Para um selvagem, muito aquém na escala da evolução humana, a idéia do eu é uma idéia do corpo e seus desejos. Mas o homem mais evoluído, mentalmente mais desenvolvido, começa a referir-se ao seu corpo como “meu”, porque começou a sentir que o intelecto é uma parte não menor do “eu”, e uma parte não menos importante do que o corpo. Certos psicólogos e filósofos têm formulado a pergunta: “É possível ao ser humano divorciar sua mente do seu cérebro físico? Esta pergunta evidentemente pressupõe a probabilidade de que o cérebro, apesar das aparências, não é necessariamente o criador de pensamentos; quando muito é o meio de sua expressão.



Não obstante, nosso pensamento está ligado a esse cérebro que os anatomistas dissecam, porém da mesma maneira que há matrimônios humanos que terminam em divórcio, assim também é possível ao pensamento e a carne se divorciarem. Aliás já se conseguiram tais resultados mediante a hipnose no Ocidente e a loga no Oriente. E nas investigações da psicologia supranormal e espiritualismo existem provas suficientes de que a mente pode ter uma existência própria, separada da carne.

Para mim, atribuir o poder do pensamento a este meu corpo valeria tanto como atribuí-lo à minha caneta-tinteiro. O corpo é inspirado por alguém que atua tanto quanto estas palavras escritas são inspiradas por alguém que pensa. Todavia, as pessoas reconhecidas como inteligentes, que pensariam duas ou três vezes antes de atribuir as qualidades da criação mental e o sentido lógico à tinta, não hesitarão em conceder estas qualidades ao corpo que, sendo matéria, é simplesmente tinta sob outra forma! É verdade que poucas são as pessoas que se detêm em consideração desta questão do eu e daí que sejam poucos os que chegam ao conhecimento do seu segredo.

Não podemos conceber a idéia de que somos apenas um corpo, porque quando o corpo de um homem é atacado de paralisia, perde o uso de visão, do ouvido, do paladar e do olfato, e não obstante continua como o mesmo ser autoconsciente. Cortem-se-lhe as mãos, as pernas; arranquem-se-lhe os olhos e partes de outros órgãos e não obstante ele se sentirá o mesmo: o seu sentimento do “eu” é tão forte como dantes. Por que não admitir que o corpo de carne é apenas uma massa de matéria, que movo, exercito e utilizo, indicando assim que há *alguém* que o move, o exercita e o utiliza?

Já que vossa mente está se ocupando da palavra *eu*, aceitai uma estranha idéia para consideração. Vossa primeira resposta a este audacioso pensamento poderá ser uma tentativa para rejeitá-lo como divagação fantasista; todavia aos poucos sereis forçado a considerá-lo seriamente se quiserdes descobrir a verdade que encerra. Eis a idéia: *SE O CORPO FOSSE O EU VERDADEIRO, ENTÃO NÃO PODERIA SOBREVIR-LHE O SONO NEM A MORTE ALCANÇÁ-LO.*

Se o corpo fosse o eu real, a consciência da nossa própria existência deveria persistir durante vinte e quatro horas por dia. O eu está no centro da consciência e, quando vem o sono, o eu se retira do corpo, suprimindo dele a percepção, semelhante à imagem que desaparece ao ser fechada a objetiva. A inconsciência durante o sono é uma indicação de que o eu é meramente uma visita na casa de carne.

Dizer que, quando sonhamos, retemos a percepção do eu durante o sono, não refuta esta afirmação. O sonho é uma ponte entre o estado de vigília e a total inconsciência do sono profundo. Representa o limiar que devemos atravessar

para entrar no sono profundo. Este último estágio é o que devemos examinar primeiro, a fim de chegarmos a uma noção mais clara do eu.

Mergulhados no sono profundo sem sonhos, tornamo-nos absolutamente inconsciente do corpo; contudo, eu continuo existindo. O que faz o eu durante esse tempo e onde está? Quando caio num sono sem sonhos, esqueço-me totalmente do mundo. Nem o sofrimento mais intenso do corpo é suficientemente forte para manter-me permanentemente desperto e mesmo a própria idéia do eu é esquecida. Mas a auto-existência, embora temporariamente apagada, ainda persiste de fato, pois me desperto depois e me recordo de minha identidade.

Um médico americano, doutor Crille, apresentou alguns casos ilustrativos deste princípio, oriundos das condições anormais provocadas pela guerra. Num desses casos ele nos conta que uma igreja abandonada fora utilizada como hospital provisório para recolher os soldados sofrendo de terríveis ferimentos recebidos no campo de batalha. O médico entrou na igreja, na calada da noite, e a achou mergulhada em profundo silêncio. Havia cinco dias que os soldados não dormiam e seu cansaço era tal que nem as mutilações bárbaras podiam mantê-los despertos, e assim todos dormiam tranquilamente, alheios a *seus corpos*.

Assim, no sono sem sonhos temos uma indicação de não sermos apenas um corpo quando a mente está submersa na inconsciência; quando o cérebro parou de funcionar, o universo criado desaparece de nossa vista, e as ações do corpo físico e dos órgãos dos sentidos estão aparentemente num ponto morto. E contudo acordamos com a noção do “eu” novamente, a despeito da “quase-morte” do corpo. <sup>1</sup> Se a autoconsciência no corpo é devido ao fato de o “eu” ser apenas um visitante nele, então se torna perfeitamente explicável o aparecimento do ser consciente quando entramos em sono profundo. O sentido do eu se desvaneceu, não sabemos onde, e deixou atrás uma forma material insensível.

1. No Oriente vêem-se casos autênticos de faquires e iogues que hibernam como sapos durante dias e semanas, ficando seus órgãos vitais com as funções suspensas, e contudo emergem desses transes semelhantes à morte, com um ininterrupto senso de personalidade.

No meu livro *A Índia Secreta* descrevi um caso pessoalmente observado em que um iogue adquiriu o poder de cessação total das palpitações do coração e mesmo de reter à vontade toda a sua respiração.

Temos procurado saber o que devemos pensar a respeito do “eu”. Fizemos uma secção transversal psicológica em nossa própria personalidade no esforço de revelar o seu verdadeiro funcionamento. Inquirimo-nos se o corpo é o “eu” e *definitivamente* não pudemos encontrá-lo ali. A única coisa que podemos dizer com certeza é que o “eu” se utiliza do corpo, mas não podemos afirmar com igual certeza que o “eu” lhe seja inerente.

Contudo, o sentimento de sermos nós mesmos persistiu. Que sentimento é esse? Podemos apreendê-lo? Não. Para explorar o mundo mais sutil das idéias e sentimentos em nossa busca, somos obrigados a penetrar mais profundamente além do corpo, utilizando o bisturi do pensamento agudo, e sondando nosso eu interno, talvez cheguemos à posição provisória de que o corpo é apenas parte do nosso “eu” e de que a fonte real e essencial da noção do ego não foi até agora delineada.

Dei ao estudante apenas um tosco bosquejo do tipo de meditação que ele há de praticar e não todos os passos do longo percurso que deverá seguir na consideração do eu. Caberá a ele desenvolver à sua maneira e com mais detalhes estes pensamentos sugestivos. Talvez não seja preciso mais do que algumas meditações para chegar ao ponto de poder aceitar as conclusões citadas como certas ou pode ser que lhe custe alguns meses de prática. Contudo, enquanto não alcançar esta certeza, não poderá dar o passo seguinte. Se sua mente vagar, se surgem coisas para distraí-la e perturbá-la, deverá recomençar firmemente a sua prática.

A decidida determinação da vontade iluminada de abrir seu caminho através da sólida montanha de pensamentos e tendências do passado que o homem levantou em seu redor, receberá um dia sua justa recompensa. Ao sair por fim do outro lado, verá a Luz e a Paz que ultrapassam a compreensão (intelectual) humana.

A atenção deve ser sempre trazida de volta ao tema central; o interesse deve ser segurado e mantido sobre esse tema. Deve persistir em sua pesquisa interna, passando de um pensamento para outro em sequência progressiva. A concentração é simplesmente a faculdade de controlar a atenção e dirigi-la para um objeto. A luz da mente é vaga e difusa no homem comum; cabe-nos encontrá-la até convertê-la num poderoso farol; depois, qualquer que seja o objeto em que projetemos esta potente coluna luminosa, poderemos ver esse farol claramente e adquirir pleno conhecimento sobre ele. E este objeto pode ser meramente material como um idéia abstrata.

Eis em que consiste a concentração: apoderar-se de uma só idéia e não ter tempo nem pensamento para mais nada.

Um pedaço de papel de seda pode ficar no chão muito tempo sem que nada lhe ocorra de especial, mas se apanharmos uma lente e concentrarmos os raios do sol sobre ele, veremos que algo lhe acontecerá.

Observaremos também que a mente é como um macaco irrequieto; mas acorrentemo-la ao poste de um simples objeto, sujeitemo-la à estaca de uma linha de pensamento e então reconhecerá seu dono e estará pronta a obedecer às suas ordens.

Fixai com firmeza vossa mente no tema destas reflexões, intensificai-a com o necessário esforço da vontade e concentração e não permitais que o desânimo pelo aparente fracasso ou lento progresso vos faça relaxar o exercício. Pensamentos os mais destituídos de importância vos invadirão o cérebro em meio dos vossos exercícios; recordações de recentes acontecimentos de alinharão diante de vós, quadros ligados a associações pessoais provavelmente se apresentarão; desejos, aborrecimentos, trabalhos, etc., se intrometerão e procurarão dominar o campo de atenção. Contudo, ao compreender que esta intrusão é fora de propósito, afastai-a e recomeçai do ponto donde vos desviastes.

É muito frequente serem os primeiros estágios de meditação os mais difíceis porque a mente então sofre maior invasão das lembranças do passado, pensamentos flutuantes e distúrbios emocionais numa extensão que surpreende os que nunca tentaram esta prática. O persistente e subconsciente “repuxão” do mundo externo se torna evidente quando nos esforçamos assim para recolher-nos em meditação. Não nos volvemos para o interior por inclinação. Apegamo-nos à matéria e acomodamo-nos tão naturalmente como o peixe na água.

Embora o homem seja uno com o Poder Superior a que chamamos Deus, é certo que ele perdeu a consciência dessa unidade. E enquanto não se esforçar para fazer meditações regulares, análises frequentes de si mesmo, orações sinceras para se desprender cada vez mais de sua vida externa, é pouco provável que recobre essa consciência divina.

A tentativa voluntária de nos concentrarmos num objetivo abstrato durante quinze ou trinta minutos, é uma das tarefas mais difíceis a realizar; converter o homem tão constantemente extrovertido num introvertido temporário, é uma das empresas mais valiosas. Ela o capacitará a contemplar picos serenos de puro pensamento. Essa disciplina intelectual pode parecer trabalho intolerável aos que a intentam, mas a recompensa vale mais que o seu preço.

O homem-comum é um brinquedo do meio e de influências externas. É governado por tendências hereditárias e sugestões alheias. Ser capaz de controlar seus pensamentos na azáfama e pressão da vida moderna, é uma valiosa conquista, e estes exercícios produzirão tal controle.

Devemos traspasar com a broca da mente a crosta da atração do mundo físico e procurar descobrir a eterna realidade que a crosta oculta. Então o segredo da vida, que tem desafiado os talentos brilhantes de homens ilustres, será descoberto e se tornará nossa jubilosa posse.

\*

A segunda fase das nossas pesquisas sobre a natureza do eu deve ser dedicada a submeter à análise crítica a nossa natureza emocional. Nós tentamos repudiar

o corpo físico como sendo a soma total do nosso eu consciente e assim passamos agora para a segunda parte principal de nós mesmos.

Somos desejo, dúvida, ódio, cólera, simpatia, antipatia, paixão, sensualidade, esperança, medo ou qualquer dos demais sentimentos que vez após dominam o ser humano?

O raciocínio que temos adotado para estudar o fenômeno do corpo adormecido podemos também aplicar às emoções adormecidas. Quando estas estão completamente tranquilas e mortas no sono sem sonho, a noção do eu ainda ressurge à vigília após a aparente morte das emoções. E quando no estado de vigília, as experimentamos nos momentos de completa falta de emoções, o sentimento do eu pessoal não obstante permanece. Prosseguindo no mesmo raciocínio, se a autoconsciência nos desejos e emoções é devida ao fato de que o eu é apenas um visitante para os mesmos, então se explica o desaparecimento do eu consciente ao entrarmos no sono profundo. Desvaneceu-se a sensação do eu, não sabemos onde, e deixou atrás um conjunto de sentimentos nascidos de repulsões e atrações dos órgãos sensórios do corpo adormecido, senão do intelecto.

Isto também explicaria por que a sensação do eu permanece inalterada ante as modificações das experiências. Sentimentos, desejos e paixões nos lançam de um lado para outro, mas o eu subsiste permanentemente. E é perfeitamente possível a um homem isolar-se de todas as experiências do mundo externo, e portanto de todas as emoções que essas experiências trazem em si, como no transe consciente dos místicos cristãos medievais ou dos iogues hindus modernos, e contudo reter uma clara noção do eu. Se o eu pode divorciar-se das emoções desta maneira e contudo continuar sua existência, então é que o eu e a emoção são duas coisas diferentes e não podemos mais considerar os sentimentos, desejos, temores, simpatias e antipatias e outros estados emocionais como sendo o nosso ser real.

Ademais, o fato de os nossos sentimentos serem tão instáveis que, por exemplo, podemos gostar de uma pessoa durante uma semana e detestá-la na semana seguinte é que os sentimentos são de natureza transitória, enquanto a *sensação* do eu permaneceu imutável através de todos estes anos.

Assim chegamos à conclusão de que nem o corpo nem a emoção representam nosso eu real. Quando estivermos convencidos deste ponto de vista, então poderemos entrar na terceira etapa. Por esta época teremos aprofundado nosso poder de concentração; teremos começado, durante os períodos do exercício, a afastar nossa consciência normal da vista, audição e tato para o nosso interior, e a concentrar firmemente nossos pensamentos dentro de nós, nesses momentos.

A terceira etapa vai ser consagrada ao estudo da pergunta: “Sou eu o intelecto pensante?” Ora, o intelecto recebe, habitualmente, seus conhecimentos ou através dos cinco sentidos ou da memória e dos conhecimentos canalizados pelos sentidos. A verdade que esperamos encontrar dentro da caixa craniana do homem comum, está pois baseada em experiências externas.

Atrevo-me entretanto a formular uma hipótese que talvez pareça absurda. Admitindo que a existência do intelecto não dependa unicamente só da carne, sugiro que o intelecto se compõe apenas da infindável sequência de idéias, conceitos e memórias, que normalmente acompanham a vida cotidiana e que portanto não existe eu verdadeiro nem mesmo no intelecto.

Se este agregado de pensamentos pudesse ser eliminado, verificaríamos que não existe coisa tal como uma separada faculdade intelectual racionadora... O intelecto é apenas um nome que damos a uma série de idéias individuais. Esta última asserção é a mais difícil de sustentar, pois se trata mais de uma questão a ser decidida pela experiência pessoal. Quanto a mim, não hesito em afirmar que se o intelecto é apenas uma corrente ininterrupta de pensamentos que passam e repassam como em procissão, então o homem, sob certas condições, pode cessar de pensar e continuar perfeitamente consciente de si mesmo. Isto tem ocorrido diversas vezes, e a história do misticismo, tanto oriental como europeu, atesta o fato.

Cada argumento que foi aplicado à negação da emoção como sendo o verdadeiro eu, pode agora ser aplicado à negação do intelecto. Refleti — e compreendereis que deve ser assim.

O intelecto é aquilo que pensa *dentro* de nós. Não é nosso eu, e isto é indicado pelo fato de que enquanto pensamos, sentimos vagamente que algo em nós vigia quietamente nossos pensamentos.

Essa foi a famosa atitude de Descartes. Ele sustentava que o simples ato de pensar envolvia a existência de um Pensador do ser que realiza esta atividade refletiva: *Je pense, donc je suis* (Penso, logo sou), foi sua famosa proposição filosófica. Uma afirmação muito ousada, que suscitou violentas controvérsias. Logicamente, Descartes se viu obrigado a concluir que esse Pensador, esse “eu”, era intrinsecamente imaterial e por conseguinte suficientemente independente para existir fora do corpo físico com o qual no entanto estava intimamente ligado. Assim Descartes, se bem que não tenha levado sua cogitação tão longe quanto eu me proponho, partiu de uma idéia mui acertada.

Ademais, as atitudes mentais estão em constantes mutações. Um dia temos uma opinião e no dia seguinte podemos sustentar o contrário. Como então aceitar tal qual um conjunto de idéias e afirmar: “Isto representa meu eu”, se no próximo ano esse mesmo ponto de vista vos parecerá inexato? E não obstante o

sentimento de sermos nós mesmos, a consciência do “eu” ficou, enquanto nossa maneira de ver sofreu grandes transformações.

Além do mais, quando refletimos certo tempo sobre alguma coisa, sentimos que *algo em nós* controla os pensamentos — aceita uns e rejeita outros. Quem é que pensa? O fato mesmo de selecionarmos os pensamentos indica que há uma entidade independente que se serve do nosso mecanismo cerebral. Esse “algo em nós” — será o “eu”? Temos estado tão absorvidos em nossos pensamentos egoístas, em nossos sentimentos pessoais e atividades físicas, que jamais procuramos fixar a consciência neste “algo” interno. Não temos tentado um instante sequer desprender-nos de nossos pensamentos, emoções ou ações. É por isso que nem mesmo de leve tocamos a questão de saber o que se passa no interior da nossa prisão de carne.

A prática da meditação, entretanto, nos permite encontrar os vestígios dessa “alguma coisa em nós” e descobrir o que somos na realidade. Nosso verdadeiro ser está sempre ali, mas a pressão dos nossos pensamentos e a atenção contínua que prestamos às coisas exteriores através dos sentidos abafam a suave presença do eu. O pensamento é um poder que tanto pode escravizar-nos como libertar-nos. A maioria o emprega inconscientemente para escravizar; porém quem pratica o método da pesquisa do eu utiliza conscientemente o pensamento para obter libertação.

As incansáveis rodas do nosso cérebro giram incessantemente, arrastando os pensamentos grandes e pequenos e, quer tratem meramente de assuntos triviais ou de temas nobres e elevados, não parece que possamos deter seu movimento. Talvez o intelecto seja apenas uma máquina de pensar, exercendo dessa maneira puramente mecânica suas relações com a lógica.

Os pensamentos surgem incessantemente e perturbam o repouso da mente. Este processo se enraizou tanto na história do homem, que chegamos a tomá-lo como um estado normal. Fazer a mente retornar a uma calma tranquila, ou melhor, esvaziá-la de pensamentos, o tomamos como uma condição anormal. Temos confundido a tradição com a verdade e seria um bem inquirirmos até onde se justificam estes nossos valores. Tanto quanto descobrimos que os limites que até aqui fixamos à noção do “eu” são fictícios, os pensamentos que, em sua totalidade, constituem o intelecto, não serão as barreiras psíquicas que nos cerceiam.

Por esta análise introspectiva temos submetido nosso próprio ser ao exame crítico e tomado cada uma de suas partes principais, esforçando-nos por descobrir se é o eu essencial que estamos procurando, a base da noção do “eu”.

Penetramos em nosso ser interno e assim aprendemos que o mundo externo, que nos revelam os sentidos, não há de ser a única condição de nossa existência consciente.

Um dos resultados desta meditação é capacitar-nos para observar como funciona em relação ao eu a máquina intelectual, emocional e física, e colocar-nos à margem do nosso eu pessoal. Não há perigo de este exercício nos tornar demasiado introspectivos, pois que nos torna mais impessoais em vez de exaltar a personalidade. Ele nos conduz das atitudes puramente pessoais para as totalmente impessoais.

Mas ainda nos resta sondar a alma. No entanto, não dou demasiada importância à palavra “alma”, pois entre pessoas diferentes ela se reveste de diferentes significados. Foi usada no sentido mais nobre por elevados espíritos da nossa raça, mas também tem sido rebaixada cruelmente por mentalidades estreitas e por tacanhas e enganosas autoridades religiosas. Gostaria de excluí-la desse tratado, mas não me é possível. É uma palavra comprometida com o arcaico fardo de obsoletas teologias, com as quais um racionalista como o autor prefere nada ter a ver. Enquanto que a palavra “eu” abarca tudo o que quero dizer em plenitude e justeza que outro termo mais restrito não pode expressar.

Os antigos hindus compreendiam-se tão bem que o seu vocábulo correspondente ao “eu” assemelha-se exatamente ao seu vocábulo correspondente à “alma”. O eu é um conjunto de experiências pessoais; inclui todas as experiências físicas, mentais e emocionais, que se engastam como pérolas neste fio do “eu”, e contudo imerge dentro desse vasto ser impessoal e divino, que constitui a verdadeira glória infinita do homem.

A gente se defronta com as mais profundas dificuldades ao tentar tornar estes assuntos subtis perfeitamente compreensíveis à inteligência comum sem entrar em metafísica abstrusa e abstrata, porém fiz o esforço porque sei que quem quer pacientemente pondere estas idéias com total isenção de preconceitos, será por fim recompensado por um tênue reconhecimento de suas verdades e por uma tênue compreensão intuitiva do seu significado. Bastará que ele siga esta diretriz segundo a tripla prática esboçada neste livro.



## 6

# Exercício respiratório para controlar os pensamentos

O estudante que haja completado a terceira etapa da meditação delineada no capítulo anterior, revela com isso haver deitado a mão na charrua com paciência beneditina e esforço ardoroso. Encetou uma tarefa que apela para algumas das melhores qualidades no caráter humano e algumas das mais inusitadas capacidades mentais. Seu empenho é deveras digno de louvor, porque tem de levá-lo a cabo sozinho, na solidão de seu próprio cômodo, e sem contar com o estímulo gregário que o estudo coletivo oferece aos alunos de matérias outras que não o autoconhecimento. A linha de reflexões que estas páginas lhe traçam é precisamente a mais bem adequada à meditação solitária. Tivesse ele a rara felicidade de se achar em estreita associação com um Adepto que demonstrasse em si próprio o alto atingimento que ele busca, e então, com toda a probabilidade, o labor de tal meditação interrogativa se lhe tornaria bem menor. Um tal Instrutor, com um simples e intencional contacto pessoal acende o fogo da experiência pessoal naqueles que combinam suas aspirações pelo ideal com sua fé no Instrutor. Este, em poucos minutos, dará mais a um discípulo digno do que se poderia obter durante muitos meses de labor solitário.

Mas é sumamente difícil encontrar-se um adepto no mundo moderno, conquanto não faltem seus fracos imitadores, e por isso estas páginas foram escritas para prestar uma pequena ajuda ao estudante que se conta com o seu esforço pessoal. Se ler estas páginas com aguda atenção, acendrado interesse e genuíno desejo de descobrir a verdade à custa de banir os preconceitos pessoais; se absorver o seu conteúdo de sorte que a mera leitura do livro lhe ministre uma experiência interna, então ele irá longe e logrará um atraente prêmio espiritual por seu trabalho.

Se estas páginas forem lidas de maneira correta, com profunda atenção e entranhado sentimento, poderão despertar as energias secretas latentes no ser humano, e então a própria leitura proverá o estudante de uma genuína experiência espiritual. Pois não só traça uma senda para o eu divino, como habilita o estudante sincero a percorrer toda essa senda.

O final desta terceira etapa encerra o período preparatório da viagem interna do estudante. Até aqui ele tem trabalhado duramente em suas práticas, mas sem muita recompensa tangível; doravante ele ingressará num curso onde obterá novas experiências, que lhe prognosticam a esplêndida meta final que o aguarda e o compensará amplamente por todo mínimo esforço feito. Todas as dúvidas começarão a desaparecer gradativamente, todas as incertezas se desvanecerão progressivamente dele, pois encontrou a senda certa para o autoconhecimento.

Até aqui temos sondado os recessos misteriosos do eu, temos trilhado parte do caminho com a ajuda da faculdade do pensamento, mas não se pode chegar à natureza quintessencial do eu apenas com essa ajuda. Podemos agora perceber quanto é o homem esmagado contra as barreiras do mistério tão logo começa a pensar de maneira realmente profunda. Onde o pensamento não pode ir, algo mais está para surgir e conduzir-nos adiante. O pensamento racional nos proporciona um esplêndido instrumento para compreender a vida e o mundo até certo ponto, mas é um erro imaginar que por isso seja o único instrumento útil para nós.

O novo elemento é a intuição, a compreensão direta. Quando falha o pensamento, podemos encontrar este estado de guia intuitivo, por meio de uma busca sutil e atenta. Está aqui, dentro de nós, e ao alcance de todos está a sua descoberta. É este o significado da frase de Jesus: “Buscai, e achareis”. Poucos são os que se dão ao trabalho de inquirir-se internamente, e por isso, poucos são os que acham.

Como se há de despertar a intuição?

Quando o intelecto analítico e raciocinador afrouxa a sua atividade, então a intuição encontra um campo limpo onde manifestar-se. Quando as vagas de pensamento não mais se levantam nem caem na superfície da mente, esta se torna qual lago calmo e diáfano em que o sol da intuição pode refletir sem empecilhos nem distorções. É, pois, necessário encontrar meios de reduzir a constante agitação do Intelecto.

Isso se consegue por um duplo processo. O primeiro consiste de um esforço para dirigir os pensamentos ao longo de um canal simples e de determinada espécie, isto é, da concentração numa elevada idéia abstrata. Se praticastes rigorosamente os exercícios de meditação já indicados, ou deliberadamente vos dedicastes a inspiradas obras artísticas, então parte deste processo terá inevitavelmente sido executada em grande extensão e começarão a ser percebidos relâmpagos de intuição.

O segundo processo implica no domínio da respiração. A razão disto é que existe uma profunda conexão entre a respiração e o pensamento. Os movimentos respiratórios se sincronizam, de maneira muito notável, com os movimentos do pensamento. O respirar parece um ato demasiado simples, e talvez pareça

estranho que deva exercer qualquer efeito sobre a ação mental, porém as investigações e as experiências provam concludentemente esse fato. A maioria das pessoas subestima o poder da respiração, porém os antigos jesuítas no Ocidente e os primitivos iogues na Índia, mais sábios, incluíram os exercícios respiratórios em seu sistema de treinamento. Os que não estudaram o assunto não podem compreender as surpreendentes transformações que se podem produzir no corpo e na mente pela simples mudança do ritmo respiratório.

Uma criança compreende que um rápido sopro no leite fervendo o esfria, e que o mesmo sopro feito nas mãos geladas as aquece. Contudo, nós ainda não compreendemos que também se pode empregar a respiração para resistir às moléstias do corpo, suportar os efeitos do intenso calor ou frio, e modificar o teor de nossos pensamentos. Considerai por um momento que, quando vos achais excitados, vossa respiração se torna curta e rápida, mas quando vos achais mergulhado em profundos pensamentos, ela se torna lenta e silenciosa. Observai um homem que respire em solavancos tumultuosos e vereis que seus nervos estão igualmente agitados. Não demonstra isto quanto de entrosamento existe entre a respiração e a mente?

A respiração é normalmente uma função inconsciente da vida. Qualquer tentativa para alterá-la se converterá prontamente numa função consciente. E assim, o estudante desejoso de afetar a sua mentalidade através da respiração, deverá reservar breves períodos em que deliberadamente altere o seu ritmo respiratório. Se estes períodos forem utilizados da maneira adiante descrita, obedecendo cuidadosamente as instruções simples que seguem, os efeitos resultantes sobre seus pensamentos serão no devido tempo os mais marcantes. É, porém, importante que não se afaste destas instruções nem jamais as varie.

Aqui é essencial uma palavra de advertência contra a prática indiscriminada de respirações, divulgada por publicações sobre loga indiana. Com um instrutor para guiar e proteger, torna-se segura a senda do controle da respiração da loga, mas sem tal assistência, é uma senda sumamente perigosa. Como me disse certa vez um grande iogue indiano, enquanto estávamos sentados à sombra de um pequeno bosque: “Os antigos mestres, que conheciam os diferentes efeitos das diferentes respirações, nos dizem que através da respiração podemos tornar-nos tão poderosos como os deuses, como também podemos cair na insânia, em incuráveis moléstias e em morte súbita. Compreendereis então que onde as recompensas são tão grandes, os perigos não são menos grandes. Em nosso sistema há exercício para diferentes finalidades, e se alguns são inofensivos, outros, se erroneamente feitos, poderão ser de graves consequências.”

Todavia, o exercício respiratório aqui indicado não oferece perigo e pode ser praticado sem receio. Esse é o único tipo de exercício de loga que se pode praticar seguramente, embora sem a supervisão de um instrutor, ao passo que,

por outro lado, é tão simples que ninguém pode deixar de praticá-lo acertadamente. Mas as pessoas que sofrerem de moléstias cardíacas, não deverão praticar qualquer espécie de exercício respiratório.

Este exercício consiste em reduzir o ritmo da respiração até um ponto abaixo da média normal. Não se pode descrever aqui o ponto preciso, pois varia com os diferentes tipos de pessoas, em parte de acordo com a capacidade variável dos pulmões e em parte de acordo com os diferentes graus de sensibilidade nervosa. A pessoa comum, de boa saúde, respira aproximadamente quinze vezes por minuto. Não obstante, a redução completa não deve ser feita num golpe; é sempre preferível introduzir essas alterações gradativamente, e não de maneira violenta.

Começai exalando muito lentamente, depois inale suavemente, em seguida retende a respiração momentaneamente, e afinal expirai de novo. Fazei isto com plena atenção e com os olhos fechados. É importante que o estudante verta toda a sua consciência nesta respiração, até lhe parecer viver nela durante todo aquele tempo.

Este exercício é para ser praticado pelos principiantes durante cinco minutos — e não mais. Os estudantes adiantados podem estender o período sucessivamente até dez, quinze e vinte minutos, à medida que progredam. Ninguém deverá ultrapassar o último limite.

Requer-se um esforço a sós, lento, regular e tranquilo. Não deve haver nenhuma respiração profunda que seja tensa ou violenta, pois isso frustraria o objetivo do estudante, mas deve reinar um completo relaxamento muscular. Pode-se tomar como sinal de êxito quando o ritmo da respiração flui suave e espontaneamente, de tal sorte que não mova uma pluma colocada diante de suas narinas. Contudo, se a qualquer momento sentir o mais leve incômodo ou ânsia na respiração, deve parar imediatamente e inteirar-se de que seu exercício está sendo feito errado.

Que respire por *ambas* as narinas: qualquer estudante europeu ou americano que pratique a respiração logue alternando as narinas, está pondo em grande risco sua saúde e sanidade. Abandone-a; pois. Pulmões dilatados constituem o menor perigo. Tais exercícios respiratórios artificiais e contrários à natureza são geralmente praticados tendo em vista a obtenção de poderes psíquicos: nada têm de comum com o domínio natural aqui proposto como meio de aquietar a excitação mental e tornar a respiração tão plácida quanto a de um bebê no ventre materno.

Este exercício se baseia no simples fato de que a respiração é um vínculo entre a mente e o corpo, pois ela supre o cérebro de sangue arterial. Diminuir o ciclo é encurtar o suprimento de sangue ao cérebro, e portanto, retardar o ciclo de pensamentos. “A respiração é o cavalo e a mente é o cavaleiro” dizem os

tibetanos. Assim, a tensão e o relaxamento do cérebro, o aparecimento e desaparecimento dos pensamentos, se correspondem em harmonia peculiar com o ciclo respiratório e podem ser colocados sob domínio.

O efeito sobre o estudante, causado pelo consciente afrouxamento do ritmo de sua respiração, será um bom humor, uma calma derivada da constante vibração do pensamento, um óleo santo derramado sobre o agitado mar da vida, e uma condição mental mais abstrata. E a aplicada concentração de sua atenção o fará esquecer outras coisas durante aquele ato, de sorte que ele sentirá haver-se tornado um “filho da respiração”, por assim dizer. Ele se engolfa totalmente no processo da respiração modificada, funde com ele sua mente, submerge todos os demais pensamentos em observá-lo, e assim se torna temporariamente transformado numa pessoa mais sutil e sensível. Uma etapa tal não se alcança imediatamente, senão após semanas de exercícios regulares.

A influência destes exercícios tão simples sobre a mente dificilmente pode ser apreciada pelos que nunca os puseram em prática, restauram um ritmo harmonioso na máquina humana, e podem transformar um coração agoniado num coração pacífico com todo o mundo.

Há anos, um bem conhecido jornalista da *Fleet Street* (Rua da Esquadra) foi inesperadamente promovido a editor de um famoso jornal dominical de Londres. Ele era escocês, e naturalmente ambicioso, de sorte que resolveu fazer o máximo por “melhorar” tudo em seu novo posto. Não se poupou nenhum esforço, mas conduziu-se como um feitor de escravos para tornar um êxito a sua função de editor. E trabalhou tão arduamente, sobrecarregou-se de tantas responsabilidades, que soou a hora em que a ultrajada Natureza lhe exigiu o seu inexorável preço. Sofreu um colapso e teve que ser afastado de seu cargo e de seu posto por exaustão nervosa.

Passou vários meses num sanatório à beira-mar, recuperando lentamente seus desgastados nervos e depauperado corpo. Mas foi só depois de lhe haver sido ministrado este exercício respiratório, que ele acelerou o seu restabelecimento e pôde retornar à *Fleet Street*, e não apenas como um homem curado, mas como um homem novo. Toda a sua visão da vida se transformara pela prática deste simples exercício. Daí em diante foi capaz de aprofundar a vida, de aprender a finalidade espiritual por trás de todas as coisas e de sentir a divina harmonia subjacente em todas as discordâncias da existência moderna.

Além deste seu objetivo específico, este exercício também poderá ser aplicado em outras ocasiões, durante o dia. Se, em qualquer ocasião, vosso autodomínio for sacudido por violentas paixões ou distúrbios emocionais, quaisquer que sejam, recorrei imediatamente à prática deste exercício respiratório, até que o perigo tenha passado. Sob tais condições, notar-se-á a sua grande eficácia.

No entanto, para os propósitos deste exame de si mesmo, o estudante deve praticar o controle respiratório só imediatamente depois de terminado o exercício de meditação. Ele terá chegado a um aparente beco sem saída no final de sua meditação, em que parece haver um branco muro mental. Pois, tendo interrogado o corpo, os sentimentos e o intelecto, cada um por sua vez, não terá conseguido encontrar em cada um deles o “eu” ilusório que busca. Ele se defrontará com o nada, pois o que é que existe num homem depois de eliminados o corpo, os sentimentos e o intelecto? Com isso ele termina sua meditação, finda com o suplício de seu cérebro com introspecções pouco comuns, e volve sua mente para o exercício acima, de controle respiratório.

Ao lograr sucesso nesta prática, começará a obter um estado mental em que os pensamentos jazerão silenciosos como serpentes encantadas. Começará a obter a placidez mental, que é um dos principais objetivos da loga indiana, mas o conseguirá sem ter de suportar a tensão, luta e perigo envolvidos nos exercícios respiratórios ióguicos que indivíduos insensatos tornaram indiscriminadamente conhecidos ao Ocidente.

# 7

## O despertar para a intuição

Quando o estudante tiver terminado o seu exercício, estará preparado para a próxima etapa desta prática, o esforço seguinte que se lhe solicita fazer. Se praticou este exercício convenientemente, e com êxito, ele apanhará a mente como um passarinho no ninho, detidos os seus voos constantes, aquietada a sua irrequieta atividade, de sorte que ela permaneça no ninho sem um bater de asas. Ele não deve então tentar retornar à respiração normal por meio de um esforço; antes, deve deixar seu processo respiratório ajustar-se naturalmente. Sua mente tem agora de ser retirada da concentração na respiração e ser dirigida para o passo seguinte: o despertar para a intuição. Digo *para* a intuição propositadamente, pois a intuição está sempre presente, acordada, e não necessita de ser despertada.

Ele começa a reverter para a atitude indagadora e pesquisadora que adotara durante a meditação, mas desta vez a sua interrogação é dirigida, não ao corpo, desejos ou pensamentos, mas à misteriosa escuridão que envolve sua mente.

*Quem sou eu?*

*Quem é este ser, que habita dentro deste corpo?*

Que o estudante dirija essas perguntas a si próprio, lentamente, intencionalmente, e com intensa concentração de alma.

Depois aguarde durante uns minutos, meditando silenciosamente, e sem esforço, nestas perguntas.

A seguir, que faça um silencioso e humilde pedido, uma meia-prece se o preferir, dirigido ao Super-eu no próprio centro de seu ser, para que lhe revele sua existência. As palavras em que formule tal pedido, podem ser suas próprias, mas têm de ser simples, breves e diretas. Faça o pedido como se estivesse se dirigindo a um amigo íntimo e a um verdadeiro ser. “Pedi e dar-se-vos-á”, foi a indicação de Jesus a seus ouvintes; de Jesus, cuja consciência era puramente a do Super-eu.

Havendo feito o pedido ou proferido silenciosamente a prece, que pare e aguarde expectativamente, mesmo confiantemente, uma resposta. Digo

“confiantemente”, mas subentendido que deve haver uma profunda humildade em sua alma, ao solicitar a divina revelação. Humildade é o primeiro passo na senda secreta — e também será o último. Porque, antes de a divindade começar a instruí-lo através de sua auto-revelação, ele tem de se tornar instruível, isto é, humilde.

A agilidade e instrução intelectuais são coisas admiráveis e adornam o indivíduo, mas o orgulho intelectual levanta uma forte barreira entre ele e a vida superior que está sempre chamando por ele, conquanto silenciosamente. Os intelectuais orgulhosos se sentam em seus débeis pedestais e esperam ser adorados, quando existe a todo tempo uma divindade habitando nas profundezas de seus corações, e que é a única digna de adorações. O eu intelectual enfuna-se como um orgulhoso pavão diante dos olhares do mundo; mas o verdadeiro gerador de seus talentos e criador de seus feitos, o ser que o satura do princípio de vida e assim lhe permite existir, se satisfaz plenamente com o permanecer em segundo plano, ignorado e desaperecebido dos homens.

A mais difícil das tarefas é a gente humilhar-se até a realização de sua própria pequenez, ignorância e vaidade. Contudo, a maior das conquistas nesse sentido conduz diretamente ao encontro da vida divina que Cristo prometeu a todos os que perdessem a vida pessoal.

Para compreender estas coisas, não necessitamos do conhecimento e cultura de uma alta mentalidade. Os simples, os rudes e os primitivos podem assimilá-las prontamente por um ato de fé e oração, e podem mais facilmente assumir a atitude de reverência.

Quando nos aproximarmos do Super-eu pela senda da autopesquisa, os sazonados estudos do filósofo pouco o avantajam do homem comum. Não porque tais estudos não tenham valor; ao contrário, servem para treinar a mente em úteis hábitos de abstração, concentração e profundidade. É por engendrarem o orgulho da erudição e o egoísmo da auto-importância que levantam obstáculos na verdadeira senda. Não constitui problema para muitos o domínio de uma dúzia de diferentes sistemas filosóficos; contudo, bem mais difícil é o domínio do orgulho pessoal. A humildade vem mais facilmente para os iletrados e ignorantes, pois estão conscientes de suas inferioridades mentais e sociais. E a humildade é condição essencial em cada etapa do Caminho Secreto.

Os grandes segredos elementares da vida são tão simples que poucos são os que os vêem. São os indivíduos e os intelectos que são complicados, e não a vida. Portanto digo: Guardai em vosso coração e retende em vossa mente o admirável enunciado de Jesus: “A não ser que vos torneis como uma criancinha, não entrareis no reino do céu.” Não são necessárias tremendas especulações teológicas para compreender as verdades simples do Espírito.



Até aqui todos os esforços do estudante por encontrar o verdadeiro eu foram positivamente dirigidos, e pessoalmente desejados, conscientes e voluntários. Ele se acha agora quase no ponto em que deve haver uma completa reversão de processos, em que a personalidade deve cessar de fazer quaisquer esforços ulteriores, pois atingiu o fim de sua tarefa.

Todo o processo da meditação consiste simplesmente em selecionar dentre a multidão de idéias um tema superior de auto-indagação, em pensar firmemente tão-só nesse tema e em nada mais. Depois, uma vez desenvolvidas fortemente a atitude e a qualidade da concentração, o estudante abandona mesmo esta linha especial de reflexão, recolhe-se em seu interior e pergunta quem é que está pensando. Ele não se esforçará por obter uma resposta por meio da reflexão *no* Pensador; mas começará por deixar que todos os pensamentos se desvançam, e por fixar sua atenção em *tornar-se* apercebido deste ser, que foi encoberto pela cortina dos intermináveis pensamentos.

Durante esta pausa, que se segue à sua indagação silenciosa, ele deve suspender seus pensamentos de sorte a poder adotar uma atitude de “escutar” uma resposta. Depois de esperar uns dois ou três minutos, ele pode repetir sua indagação e depois parar de novo. Após o segundo período de espera durante três ou quatro minutos, ele o pode repetir pela terceira e última vez.

Então deve esperar com paciência e expectativa, durante um período de cerca de cinco minutos, com seu corpo parado, sua respiração lenta e calma, e sua mente serena. Este é o final de sua meditação.

A chave para uma correta compreensão desta etapa está em lembrar que o que mais importa agora é a reação subconsciente ao esforço consciente do estudante. A prática consciente da quietude mental foi útil no aguçamento da atenção; é como tocar a campainha de uma porta; agora o estudante deve aguardar que o subconsciente apareça. Que não se superexcite nem se estafe; que dê ao Super-eu algum crédito de inteligência e iniciativa próprias.

O estudante pode passar por um período em que não venha nenhuma resposta, em que apenas o “vazio nada” reine supremo dentro de sua alma. Antes que possa abandonar esta “terra de ninguém” da alma, pode acolhê-lo um sentimento de intensa solidão. Não obstante, essa fase passará, finalmente. Se não estiver preparado para exercer a paciência durante a sua preparação silenciosa para esta revelação, ele frustrará qualquer possibilidade de sucesso.

É importante a paciência. Devemos aguardar humildemente a revelação do Infinito que está dentro de nós. Enquanto não soar essa hora sagrada, somos uns pobres órfãos. Aqueles que introduzem qualquer elemento de impaciência em seu período de quietude mental, apenas levantam obstáculos a si mesmos.

Daqui em diante deve o estudante atentar cuidadosamente para os primeiros sinais e indícios confirmatórios de que ele está no caminho certo para as primeiras e pálidas provas dos estremecimentos de seu mais profundo eu interno. Esses sinais e indícios são mostrados pela alma, porém frequentemente ou são mal interpretados ou simplesmente passam despercebidos. No princípio nos vêm suavemente, como um despontar do sol da aurora atravessa as trevas noturnas, tão suaves que parecem quimeras, vãos pensamentos ou imaginação da própria mente. Será, entretanto, um grave erro rejeitá-los! A voz de nosso Super-eu sopra num sussurro discreto e temos que escutá-la atentamente se quisermos ouvi-la; os estremecimentos mais imperceptíveis do coração devem receber atenção plena e sustida para serem acolhidos com respeito e veneração dignos, como embaixadores de um reino superior. Esses mensageiros são os arautos de grande força dinâmica que se transvasará e interpenetrará nosso corpo com um poder celestial.

Há aspectos tão imponderáveis do pensamento, certos matizes de emoção tão sutis que geralmente não lhe damos atenção no decorrer da vida diária; todavia, são precisamente estas as experiências deixadas como sem importância que devemos utilizar, cultivar e desenvolver. O estudante deverá nelas se concentrar a qualquer momento em que apareçam, esforçando-se por entregar-se a elas por inteiro. Nesses estranhos momentos descobrirá o que quase poderia chamar o “seu segundo eu”; talvez sejam raros ou só apareçam em intervalos irregulares; contudo, a existência desses instantes é uma prova manifesta de que algo *existe*, de fato, em nós.

Esses momentos de êxtase dão uma chave para a verdadeira natureza do homem. Em cada um de nós existem numerosas fontes desconhecidas e inaproveitadas de paz e de sabedoria espiritual. De quando em vez nos vêm os murmúrios desse segundo eu, murmúrios que nos incitam à prática do autodomínio, a tomar o caminho superior e a transcender o egoísmo. Devemos prestar muita atenção a esses sussurros e aproveitar esses raros momentos. São lampejos daquilo que podemos chegar a ser. Se essas ocasiões de percepção espiritual pudessem se prolongar, alcançaríamos a verdadeira felicidade. Com efeito, *há* algo que ocasionalmente se faz sentir desta maneira nas misteriosas profundezas da alma. Não sabemos o que é, mas podemos saber o que diz. “Tudo o que há de melhor em ti, ISSO sou” — é a sua voz silenciosa: É uma conosco, e contudo sagrada e posta à parte. A finalidade dos exercícios de repouso mental é fazer ingressar na região oculta, que os psicólogos chamam o inconsciente.

A resposta da intuição despertando tanto pode vir no decorrer de primeiro exercício que se faça, como só depois de semanas ou meses de prática diária. O estudante que dominou completamente todos os estágios anteriores, está agora em condições de se beneficiar notavelmente da ajuda de um *Adepto genuíno*, que agora pode fazer-lhe vir rapidamente a intuição por meio de certos

métodos secretos. Se lhe for impossível ou impraticável o encontro de um tal Adepto, por ser uma coisa sumamente difícil no mundo atual, então deverá continuar a seguir fielmente as instruções aqui ministradas.

\*

Neste estágio, o estudante pode aproveitar consideravelmente começando por auto-analisar-se durante o dia, nas horas de lazer. Pode deter-se, quase inesperadamente, e observar o que está fazendo, sentindo ou pensando, mas de maneira que sua auto-observação seja feita com espírito desprendido, imparcial e impessoal.

*“Quem está fazendo isto?”*

*“Quem está sentindo esta emoção?”*

*“Quem está proferindo estas palavras?”*

*“Quem está pensando estes pensamentos?”*

Que formule estas perguntas a si mesmo, tão frequentemente quanto o desejar, mas de maneira abrupta, súbita, e depois espere silencioso, expectativamente, alguma resposta intuitiva interna. Tanto quanto puder, que alije todos os pensamentos durante esta pausa. Essa inquirição introspectiva não necessita ocupar mais do que um ou dois minutos nas horas vagas. Concomitantemente com este exercício de auto-observação e auto-inquirição, pode-se induzir proveitosamente uma plácida respiração.

Desta maneira se começará a romper a atitude complacente que aceita o conceito do eu pessoal baseado no corpo, e a libertar-se da ilusão de que a pessoa exterior é o ser humano completo. A prática de subitamente se observar a si, os seus desejos, ânimo e ações, é especialmente valiosa porque tende a separar os pensamentos e desejos da sensação de eu, que normalmente lhes é inerente, e assim tende a manter a consciência afastada de sua permanente submersão no mar dos cinco sentidos físicos. Ademais, reforçará de maneira útil o trabalho que está sendo feito para penetrar o chamado inconsciente durante os períodos de quietude mental. Com efeito, poderia dizer-se que as três práticas de auto-observação, quietude diária e plácida respiração, são complementares. Todo o objetivo consiste em vencer as tendências para a completa auto-identificação com o corpo, os desejos e o intelecto, a qual hoje se encara como normal e natural.

Desde tempos imemoriais a raça humana tem se comprazido nestas tendências, e daí nasceu a tão comum identificação do eu com o corpo. A cura está em eliminar gradativamente estas tendências pela reiterada busca do verdadeiro eu, o Super-eu, nos momentos de quietude mental, e pela constante auto-observação nas horas vagas, durante o dia. Não importa qual a profundidade da

radicação em si destas tendências; por estas práticas elas poderão ser apagadas progressivamente.

O intelecto que seja reiteradamente voltado para o interior, para esta indagação, tenderá com o tempo a esse hábito, e começará automaticamente a apresentar-nos à luz do Super-eu nossas cambiantes emoções, desejos, pensamentos e ações, isto é, como coisas que estão sendo experimentadas dentro de nós mesmos, porém que não passam de meras respostas mecânicas a estímulos externos.

Um dos resultados inevitáveis desta prática, será uma mudança gradual da atitude do estudante para com as coisas, pessoas e acontecimentos. Começará a expressar qualidades que são naturais ao Super-eu, as qualidades de nobre visão, perfeita justiça, e o tratamento de seu próximo como a si mesmo.

Que volte repetidamente sua mente para AQUELE que é o espectador silencioso dentro de si mesmo, e fixe-a ali. Esta introversão é um processo mental, uma atividade intelectual baseada numa atitude de auto-inquirição, mas no estágio a seguir há uma submissão de todos os pensamentos ao sentido intuitivo que brota do interior e que guia nossa percepção até o Mais Íntimo.

O estudante tem sempre exercitado seu intelecto e emoções, mas raramente a sua intuição; daqui em diante deve começar a mudar de atitude, arrancando seu sentimento intuitivo do estado latente, tanto quanto possível. Levará tempo esta busca da reta intuição em meio do emaranhado de sentimentos e pensamentos que normalmente compõem nosso eu interno, porém a inquirição persistente a descobrirá.

Não há nenhum momento do dia em que não possa desviar proveitosamente a corrente de pensamento para procurar dentro de si, e afirmar, o Super-eu. Tem de começar a cavalgar o ginete mental e impeli-lo na direção interna. Iniciará esta busca no estado comum de escuridão espiritual, na condição comum de auto-esquecimento, de vítima dos desejos e repulsas surgidos mecanicamente. Mas se perseverar nestas práticas, sentirá gradativamente uma maior liberdade em sua caminhada para o seu interior.

Não existe felicidade para o homem que não é livre. Quer se trate de um rei aprisionado em seu palácio por seus deveres, ou de um réu confinado na cela de uma prisão, é um truísmo dizer que sua alma ama a liberdade. Aqui deparamos com uma indicação quanto à natureza da felicidade. Liberdade eterna e imutável deve fazer parte dessa felicidade, e uma liberdade desta espécie jamais se poderá encontrar senão no Super-eu.

Prossegue-se, assim, por graus imperceptíveis, até fazer o pensamento retornar à sua mansão oculta. Enquanto estivermos escravos do pensamento, a intuição estará fora de nosso alcance.

Sigamos o caminho da auto-pesquisa constante e faremos o próprio pensamento servir-nos de um meio para atingir a libertação; então, as próprias perguntas que nós formulamos serão degraus que nos levarão ao estado silencioso do Super-eu.

Compreenderemos melhor a razoabilidade da tríplice prática — quietude mental, plácida respiração e auto-observação — estudando o quadro seguinte, da relação do homem com o seu Super-eu.

Podemos dizer que a pessoa existe em virtude da permissão do Super-eu através da força vital. Os pensamentos, desejos e ações resultantes de uma pessoa estão normalmente quase por inteiro ocupados com as coisas pertencentes ao mundo externo. Podemos imaginar o eu pessoal sentado dentro do corpo humano e constantemente ocupado em contemplar o mundo ao redor pela janela dos cinco órgãos sensóricos. O resultado desta preocupação com os objetos externos é ser o eu constantemente atraído ou repellido, conforme o caso, pelo afanoso pensar, desejar ou ação do corpo, até o *ponto de haver o eu se esquecido totalmente de seu berço natal*, que é o Super-eu. Assim, ele caiu na posição irônica de um ser que não só perdeu toda recordação de seu Pai, mas, praticamente, nega toda possibilidade da própria existência do Pai.

AQUILO de que brotam os pensamentos é o verdadeiro ser no homem, o eu real. Entre cada dois pensamentos, entre cada duas respirações, existe um hiato desconhecido e desapercibido, em que o homem faz uma pausa momentânea durante a rapidíssima fração de um segundo. Durante essa pausa; veloz e imensurável como um relâmpago, o homem retorna ao seu eu primevo e se renova em seu ser real. Se não fosse assim, e isto não ocorresse milhares de vezes por dia, o homem não poderia continuar a existir e seu corpo tombaria no solo como uma massa inerte. Pois o Super-eu é a fonte oculta de sua vida, cuja força o mantém, e estes constantes retornos capacita o homem a “captar” a energia vital de que necessita para viver, pensar e sentir. Estes tênues fragmentos de tempo são experimentados por todos, mas apenas reconhecidos por poucos quanto ao seu valor. AQUILO é externamente, mas o nosso eu pessoal *existe*, “emana dele” apenas por algum tempo.

\*

Se fixardes vossa atenção na pergunta “Quem sou eu?”, e tentardes encontrar sua solução com todo o ardor que puderdes, época chegará em que, um dia, durante vossa prática de quietude mental, estareis tão profundamente empenhados neste esforço, que ficareis em grande parte alheios ao que se passa ao vosso redor. Esta condição de intenso devaneio vos propiciará o estado adequado pelo qual se poderá dar o grande acontecimento da auto-revelação.

Em verdade, obter acesso à sua própria alma não é uma façanha tão rara como talvez o pareça. Muitos são os que preparam, sem o saber, as condições

apropriadas para isso. FÁ-lo o artista, quando abstrai sua mente das circunstâncias externas, arrebatado e absorvido por sua arte. Ele experimenta o êxtase num grau menor, e esquece-se em sua obra ou visão. É neste estado que os gênios produziram as suas mais finas criações, suas melhores obras. “É quando sou, por assim dizer, eu mesmo, inteiramente solitário, e animoso, é nessas ocasiões que minhas idéias fluem melhor e mais abundantemente; donde e como vêm não sei, nem posso forçá-las”, confessou Mozart a um amigo.

Um escritor perdido em lucubrações sobre seu tema, tem sua mente tão profundamente mergulhada numa simples sequência de idéias que chega a não reconhecer as coisas, pessoas ou acontecimentos ao seu redor. O pintor se absorve tanto na contemplação do quadro que está produzindo que se esquece do perpassar das horas, e mais que tudo, o rapto do músico no entusiasmo da composição musical. Todos esses estão inconscientemente praticando a meditação! Mas vós, que seguís a senda da auto-pesquisa, a estais praticando *conscientemente*.

Quando Leonardo da Vinci se sentia minguido de idéias criadoras, lhe bastava atentar para um monte de cinzas, por exemplo, que de sua concentração nascia um devaneio, do qual brotavam as idéias que estava necessitando.

Lorde Tennyson, laureado poeta inglês, numa carta dirigida a um amigo seu, escreveu: “Desde muito criança, quando me encontro a sós, passo frequentemente por uma espécie de transe desperto. Minha intensa consciência de individualidade parece dissolver-se e diluir-se na de um ser ilimitado. E não se trata aqui de um estado confuso, mas dos mais claros e seguros possíveis, muito além de qualquer descrição. Nesse estado a morte é quase uma risível impossibilidade, e a perda da personalidade (por assim dizer) parece não uma extinção, mas um ingresso na verdadeira vida.

O grande poeta expressou idéia similar nestes lindos versos:

“Se queres ouvir o Inominável, mergulha  
No Santuário interno de teu próprio ser,  
E ali, meditando rente ao altar-mor,  
Talvez consigas aprender que Ele tem uma voz,  
À qual, se fores sábio, obedeceras”.

Sir Isaac Newton, numa manhã de sol já alto, foi encontrado sentado na cama, semi-vestido, mergulhado em meditação, e numa outra ocasião permaneceu por longo tempo em sua adega, onde uma sequência de idéias se havia apossado dele ao ir apanhar uma garrafa de vinho para seus hóspedes.

Lorde Kitchener tinha atitudes de “ar pensativo”, em que seus olhos se revolviam, como que contemplando a raiz de seu nariz. Então ele parecia como que

totalmente alheio ao que se passava ao seu redor. Depois emergia dessas atitudes numa condição de inspirada compreensão.

À medida que se aprofunda a concentração, o mundo externo vai sendo lentamente esquecido. As câmaras mentais se tornam vazias de todo pensamento, exceto esta dominante expectativa por uma resposta dimanante do Eu interno. É uma espécie de auto-hipnotismo, se preferis o termo, mas “funciona”, e seu valor há de ser julgado por seus resultados.

Neste estágio, cessareis qualquer esforço, não procurareis efetuar nada, mas, antes, permitireis que algo seja efetuado em vós; substituireis o intelecto argumentador pela fé, pela santa expectativa e sublime confiança. Daí em diante, o que for feito será pela ação divina e não pela vossa. Não mais perguntareis, mas vos submeteréis, sem questionar, àquilo que apela ao mais íntimo de vosso ser. Deixai que este ser interno se apossa de vós e vos controle. Instintivamente recuamos amedrontados diante do misterioso estado em que nossos sentidos se perdem; no entanto, é o estado em que não há temor e nada a recear.

“O silêncio é Deus”, diz um escritor francês. Sim, mas silêncio de corpo, pensamentos e desejos, e não meramente silêncio auricular. Neste momento sublime, Deus começa a tomar posse de vossa alma; tudo o que vos cabe fazer, é praticar a integral auto-submissão.

Colocar-se nesta atitude de escuta, seguindo o fio da intuição, não deixa de ser uma curiosa experiência. A máquina do mundo parece estacionar, e de dentro deste ponto, que sois vós mesmos, o Absoluto começa a emergir. Esta é a hora maravilhosa e transcendental, em que a mente pela primeira vez rompe o casulo por ela mesmo criado. A resposta à vossa silenciosa invocação chega primeiro sob a forma de pálida e, no início, imponderável intuição, uma *orientação interior*. Guiados pelo fio ariádico da *intuição* desperta, sois trazido ao vosso lar materno. Ou a resposta pode tomar a forma de uma mensagem, que será imprimida em vossa mente como vívidas palavras.

Então descobrireis dentro de vós um templo curioso, onde sereis ao mesmo tempo pregador e ouvinte. Gradativamente surgirá uma misteriosa condição, em que a gente se torna esquisitamente apercebido desta sensação de “ser outrem”. É como se uma parte de nossa natureza observasse o que a outra parte não observa. Notareis que este limiar sagrado invisível é realmente feliz: “poucos são os que o notam”. No entanto, esses poucos sabem que as melhores e mais elevadas aspirações do homem estão bem aquém do tesouro que ele ainda tem de alcançar. Ou diante do vosso olho mental pode delinear-se um brilhante quadro simbólico. Podereis ver uma cruz com um círculo se expandindo em cores gloriosas, ou como uma radiante estrela pentagonal. Ou podereis experimentar apenas uma tocante ternura no coração, uma suave sensação de engolfamento num esplêndido repouso.

Os que varam anos solicitando alguma insinuação ou revelação do seu augusto hóspede interno, com o tempo receberão uma rica recompensa. Um simples vislumbre que obtenhamos daquele misterioso ser, nos tirará os aborrecimentos da vida e os submeterá a nossos pés. Uma santa palavra de seus lábios oraculares ministra uma bênção que inunda nosso pequeno eu de alegria cósmica.

As grandes minas de diamantes de De Beer, no Sul da África, foram descobertas por uma criança ao arrancar um pedaço de cristal negro do muro de uma velha fazenda holandesa, diante do qual, por tantos anos, passara e repassara tanta gente completamente alheia ao tesouro sob seus calcanhares! Quantas pessoas já ouviram o suave murmúrio de seu ser interior ou perceberam sua delicada orientação, somente para logo apagá-las sem nada entenderem? Quantas rejeitaram como meros pensamentos as primeiras insinuações da vida mais divina? Pois este centro magnético profundamente enterrado na carne do homem, que constitui a sua natureza essencial e real, que é o pai de todos os seus atos mais delicados, às vezes revela a sua presença em nada mais tangível do que essas delicadas exortações.

Às vezes as maiores verdades penetram em nossas mentes sem qualquer prenúncio. Apenas sabemos que ontem não podemos aceitá-las, porém que hoje as sustentamos alegremente. Tal é o que ocorre ao homem; começam a incidir sobre ele os primeiros raios do sol da imortalidade.

Se vos mantiverdes sempre tranquilos diante destas sensações, notareis que vos sentireis menos inclinados a excitar a mente com ondas de pensamentos, e lhes ordenareis silenciosamente que se acalmem. Os pensamentos chegam e partem em crescente lentidão. Não hesiteis em cessar de pensar, se puderdes. Mas isto representa um ponto altamente avançado, um ponto que não deveis forçar, pois que então não conseguireis senão um ponto artificial. Isto deve vir como um movimento espontâneo, por meio das operações internas do eu espiritual “subconsciente”.

A suspensão do pensamento não constitui um meio de atingir a consciência de nosso eu divino; se assim fosse, os epiléticos teriam o poder de um Cristo e os lunáticos possuiriam a sabedoria de um Buda. Mas a verdade é que cobrimos nossa natureza divina de pensamentos e desejos; portanto, devemos passar a descobri-la se quisermos conhecê-la. A diferença, e muito vital, que há entre o lunático que fita o vazio com olhos vítreos, e o místico que fita o vazio aparente com olhos brilhantes, é a mesma existente entre aquele que perdeu o poder de pensar mas não atingiu o conhecimento do eu interno, e aquele que venceu a tirania do pensamento e pode suspender à vontade a sua atividade, ao passo que se mantém consciente de seu verdadeiro eu espiritual.

Nossa maneira comum de pensar é qual um pesado véu encobrendo a bela face de nossa divindade interna. Levantemos uma ponta do véu deixando nossa



mente repousar como um navio ancorado no porto, e então perceberemos algo de uma beleza que jamais esqueceremos.

É realmente possível a cessação consciente do pensamento? A melhor resposta a esta pergunta é um apelo à experiência direta. Os homens que têm explorado as profundezas da mente, chegaram ultimamente a um ponto em que foram compelidos a parar com suas pesquisas, pois seus pensamentos se detiveram num estado de suspensão. Pode-se comparar a mente a uma roda em constante movimento, e o pensamento é simplesmente o resultado automático deste movimento. Se a roda é trazida a um ponto morto, seguramente cessa todo pensamento.

Muitas pessoas inexperientes objetarão que cessar de pensar é fazer cessar a consciência. A experiência efetiva do processo revela não ser isto assim, porém que uma nova e sumamente vívida percepção eleva a nossa consciência normal. É mister diferenciarmos a pura consciência da simples faculdade de pensar.

A morte é o segredo da vida. Precisamos esvaziar-nos se quisermos ser cheios. Quando a mente tiver esvaziado todos os seus pensamentos, cria-se um vácuo. Mas este vácuo pode durar apenas uns poucos segundos. Então lhe penetrará um misterioso fluxo de vida divina. É a descida do Espírito Santo.

É neste estado de cessação consciente do pensamento que a verdade do nosso eu, até então ocultada de nós pelas atividades, desejos e pensamentos, se revela em sua sublime grandeza espiritual. Detende a corrente de pensamentos, se puderes, e contempla firmemente o *Pensador*. Fazei o intelecto cair em repouso, e vigiai atentamente o vácuo na consciência, que pareceria restar.

A consciência do Super-eu equivale ao estado de sono profundo, sem sonhos; é toda frescor e paz, mas ao invés de trevas e esquecimento, há completa percepção. Se apenas pudermos ser bem sucedidos em levantar a ponta do véu da consciência, que o sono profundo implica, poderemos descobrir o significado do céu e da terra. E tal qual cessa todo pensamento nesse estado, assim também, para o estudante que entrar nesta condição, morrerão necessariamente todos os pensamentos que lhe chegarem. À mente europeia é difícil conceber um tal estado, em que a consciência humana subsiste sem pensamentos, mas poderá constatar isto pela prática e experiência.

A teoria eletrônica da ciência moderna nos fornece uma adequada analogia do Super-eu. A ciência representa o átomo como um universo em miniatura, semelhante ao nosso sistema solar. No centro desse sistema atômico temos uma carga de eletricidade positiva, em torno da qual se revolvem cargas elétricas negativas (os elétrons). As cargas positiva e negativa se equilibram mutuamente, de sorte que os átomos não se desfazem. Assim, há uma carga positiva parada no centro e cargas negativas girando ao redor desse centro. O ponto do Absoluto repouso em torno do qual se revolvem os elétrons, pode ser comparado ao

verdadeiro eu, e os elétrons aos seus acessórios: o intelecto, a emoção e o corpo  
O Super-eu do homem é *imutável*.

Achar a alma significa, simplesmente, retornar ao nosso estado original. No remoto passado éramos seres puramente divinos, mas não enleados pelos invólucros do pensamento e corpo. Ainda somos seres divinos, mas estes invólucros posteriores nos fizeram esquecer quem somos. Daí que traspassá-los é ver o nosso próprio eu.

Precisamos experimentar-nos como realmente somos, e não como prisioneiros do corpo, como cativos na gaiola de pensamentos, ou joguetes das paixões transitórias. Nossa consciência está jungida a estas várias formas. Toda a arte da meditação e concentração consiste em livrar-nos de nossas cadeias e alçar-nos como espíritos libertos.

Num antigo texto indiano deparei com estas linhas:

“Porque abdicara de minha unidade contigo,  
Porque, insensato! me identificara com meu corpo,  
Porque eu ignorara que habitavas em mim,  
Por isso vaguei por infernos hediondos...  
Porque alijara meu próprio eu, fiquei encadeado.”

\*

A descoberta de uma “estrela” de cinema é celebrada pela imprensa de todo o mundo, ao passo que a descoberta do eu espiritual de um homem se faz em completo silêncio, sem os louvores do mundo nem de seus órgãos escritos.

Eis a senda que conduz à paz duradoura. Devemos penetrar cada vez mais fundo, com a mente focalizada, até entrarmos no reino onde domina a paz bendita. Uma imensa quietude inundará lentamente nosso ser interno, e sentiremos uma delicada e santa paz cada vez maior.

Conhecemos que estamos ingressando na aura do verdadeiro eu pela experimentação de um sentimento de felicidade. Este é apenas o estágio inicial. O último será uma união extática.

Pouco a pouco, irão se desvanecendo todas as nossas impressões de tudo que nos rodeia, o mundo e seus interesses começarão a afastar-se, pois quando nossas mentes são retraídas do buliçoso tumulto de nossa época e encontram seu estado natural nos quietos momentos, elas são saturadas de uma sublime paz.

Ao ingressarmos no âmago central de nossa mente, chegamos a um estado em que o pensamento se queda silencioso, e em que no começo parece não ser

nada, exceto a beatífica consciência do Ser, o sublime repouso na Existência Infinita. Este é o eu que realmente somos, o Super-eu.

“Tendo abandonado as coisas do mundo,  
Esqueci castas e linhagens;  
Minha tecedura é agora no silêncio infinito.  
Kabir, tendo pesquisado e se pesquisado a si mesmo,  
Encontrou Deus em seu interior.”

Estas linhas foram escritas há muitos anos por Kabir, o poeta-tecelão de Benares.

Quando, em nossas meditações, procuramos descobrir o nosso eu verdadeiro de suas múltiplas máscaras, chegaremos, por último, a um estado interno, que é realmente o mais interessante da vida.

Não é inconsciência. Não é sono. Não é sonho. Dentro de seu regaço, tornamo-nos consciente de uma intensa percepção do infinito. Entrar temporariamente nesta condição transfigura toda a natureza humana. Quando nos recolhemos à cidadela da alma, começa a desvanecer-se de nossa vista o movediço panorama das impressões sensórias. Ao penetrarmos intimamente em nós mesmos, começa a desaparecer o quadro do mundo, que até então nos encantava e roubava de nossa verdadeira autoconsciência. Quando colocamos nossa mente em repouso e nos recordamos do que somos, nossos esforços não necessitam mais ser premiados. Garantimos o bálsamo para o dia, e toda a vida nos parece boa. Quando a mente humana se detém em sua atividade incessante; quando ela se esvazia de toda imagem e idéia, então ela se torna um espelho claro, em que se reflete a inefável Divindade.

Nossos graves e eruditos cétricos nos dirão que estes êxtases espirituais são meros distúrbios do sistema nervoso, e seus frios irmãos, os médicos, provavelmente os rotularão de “excessiva pressão sanguínea”, ou outra coisa. Outros confundirão este estado com os devaneios introspectivos de algum sonhador solitário. Contudo, ao invés de rejeitar, com o prejuízo desdenhoso da incompreensão, estes vislumbres das gloriosas possibilidades do homem, seria preferível que eles os admitissem como demasiado estranhos para serem aceitos por sua razão, e os deixassem em paz por enquanto.

Há os que quererão sentar-se num solene conclave para investigar estas asserções. Mais sábios seriam, no entanto, se investigassem seus próprios eus. Pois não há melhor prova do eu interno do que experimentá-lo praticamente.

É desta maneira peculiar que o homem que segue a senda da meditação analítica, começa a acordar para a liderança de sua intuição. Quando ele principia a sentir o impulso interior despontar nas profundezas de seu ser;

quando começa a obedecer esse impulso, deixando-o conduzir sua consciência mais e mais para o seu interior; quando submete totalmente seus pensamentos, sentimentos e memórias pessoais, e os carrega para a torrente da vida impessoal que flui espontaneamente; quando se subordina a esse profundo comando, então transporá o umbral do autoconhecimento e ingressará na câmara interna, onde o aguarda o seu ser real. Uma vez obtida esta experiência, ainda que momentânea, ele compreenderá algo do que quero dizer ao falar do ser espiritual no homem. Compreenderá que sem a intervenção dos cinco sentidos nem do sonho, entrou numa condição maravilhosa, em algo que é *real* e transformador, que jamais experimentara.

No silêncio absoluto de sua alma, sentirá que pensar meramente é fazer um ruído sacrílego. Neste estado elevado, ao descobrir a presença de seu eu divino, ele percebe que o melhor pagamento por este privilégio, é reunir todos os seus pensamentos num feixe sobre o sagrado altar e sacrificá-los. Neste raro momento o intelecto é cremado, e de suas cinzas surge a fênix do verdadeiro eu, o imperecível Super-eu no homem.

## O despertar para o Super-eu

Quem tiver praticado pacientemente os exercícios de meditação prescritos neste livro, e por meio deles entrado em contato com o seu eu divino, não terá mais necessidade de repetir estes exercícios de maneira idêntica à até então seguida. A análise minuciosa do eu, que tem sido o fardo de seus tão repetidos esforços, torna-se desnecessária e é finalmente substituída por um mergulho mais ou menos rápido da mente, o que ocorre logo que o estudante haja equilibrado e silenciado os seus pensamentos. Quer dizer, havendo chegado à firme convicção interna de que o corpo, as emoções e o intelecto não são a sua pessoa, não mais precisa ele repetir a técnica da auto-análise em suas meditações. Basta praticar o exercício respiratório já dado e depois colocar sua mente na condição de semi-indagação, semi-oração, já descrita no capítulo anterior. Após a necessária pausa, o período de espera em humilde expectativa, surgirá habitualmente a resposta do Super-eu, e o estudante entrará temporariamente no estado de iluminação parcial ou completa. Por breves instantes permanecerá silencioso no centro de seu ser, completamente alheio às agitações e fricções da vida pessoal, e retornando à consciente integralidade.

A corrente da quietude mental o levou, afinal, além do intelecto.

Não conduzirei o peregrino do Caminho Secreto muito além deste umbral. O que lhe suceder daqui em diante, será um assunto individual, e se ele teve coragem e paciência para chegar até aqui, atrairá para si a reta orientação que necessitará posteriormente. Poucos são os que avançam muito neste reino místico, pois a maioria fica marcando passos no umbral, contentando-se com seu brilho seráfico, seu calor espiritual e sua paz indescritível.

Mas é mister fazer uma advertência. Se no esboço precedente do Caminho Secreto dei a impressão de que o Autoconhecimento é um assunto que se domina simplesmente pela prática de certos exercícios, obedecendo certas normas e estudando certas idéias, precisamente como se domina uma matéria mundana, tal como a cultura física, então o estudante não terá formado um conceito exato do que dele se requer. Tão esquisitamente sutis e peculiarmente delicadas são as atitudes que ele há de tomar, que dele se espera mais do que

uma conformação a um sistema prescrito. E pessoalmente ele é impotente para criar esse elemento final mas importante.

O despertar para a consciência espiritual é algo que não se pode desenvolver apenas por um sistema mecânico e medido. “A arte acontece!” exclamou Ruskin, e o mesmo ocorre com a espiritualidade. O aspirante põe em prática certos exercícios, sejam de meditação ou relaxamento, sejam de auto-observação ou auto-recordação; leva à prática seus esforços de Reflexão Interrogativa, e um dia a verdadeira consciência parece chegar-se a ele, silenciosa, suave e seguramente. Esse dia não pode ser predeterminado. Poderá vir logo no início de seus esforços, ou somente após longos anos de luta decepcionante... Pois depende de uma manifestação de Graça de parte do Super-eu, de uma energia mais profunda do que a sua vontade pessoal, que agora começa a participar deste jogo celeste. Uma vez que a Graça atue num homem, não há como escapar. Silenciosa, gradativa mas perceptivelmente ela o conduz para o *interior*.

Não me agrada muito empregar o termo Graça. Traz tantas implicações teológicas desagradáveis e inexatas que, se pudesse encontrar outro melhor, eu o deixaria de lado. Mas isso não me é possível. Assim, esforçar-me-ei por emprestar-lhe um significado baseado em experiências espirituais comprováveis e não numa crença cega.

*Graça* é o pré-requisito essencial para a iluminação. Contudo não podeis propiciá-la; *só o pode fazer vosso Super-eu ou um verdadeiro Adepto*. A graça pode cair com espantosa e inesperada celeridade num homem que tenha vivido o que o mundo chamaria uma vida pecaminosa, e transforme muito rapidamente seu coração, mente e consciência. A graça pode afastar-se de um homem que tenha passado vinte anos estudando obras e obras sobre religião e filosofia. Sua operação é amiúde obscura, às vezes súbita e misteriosa, e não raro secreta para outros homens. Contudo, para todos ela não é uma força arbitrária. Possui suas próprias leis e maneiras de operar, porém só um verdadeiro Adepto está em condições de verificá-las.

Para obter esta Graça, devemos pedi-la. Isto não significa que o pedir seja feito apenas por ações verbais. Poderá isto bastar para alguns; para outros, o pedido só poderá ser feito mentalmente. Mas à maioria de nós cabe pedi-la com toda a sua vida. Nossa norma de conduta, nossos sacrifícios da senda florida, nosso tempo útil mesmo, devem mostrar e expressar este grande desejo. E podemos até ser forçados a inclinar-nos genuflexos, em inesperadas horas da noite ou do dia, para suplicar que nos seja concedida a Luz. Se isto acontecer, não lhe resistamos nem nos ressintamos. Cedamos, e se sentirmos um ímpeto para chorar ao solicitar a Graça do Super-eu, deixemos então fluir copiosamente as lágrimas que brotarem. Não as reprimamos. Há grande mérito espiritual em chorar pela visita de um poder superior. Cada lágrima dissolverá algo que se

interponha entre nós e a divina união. Nunca nos envergonhemos de tais lágrimas, pois caem por uma boa causa.

Tenho ouvido falar de uns poucos que obtêm a Graça sem trabalhos nem sacrifícios. Esses poucos que a recebem aparentemente como uma súbita dádiva, caída dos céus, não significam nenhuma exceção à regra de pedir. A diferença é que suas aspirações foram expressas e ouvidas em existências anteriores, em outras “encarnações”. O destino tem algo a fazer com a matéria, e ministra detalhadas explicações de seu comportamento aparentemente errático somente às almas ardentes que obtiveram seu segredo.

Quando a Graça desponta de nosso próprio Super-eu, este desperta um certo anseio no coração e começa a conduzir nossos pensamentos por certos canais. Tornamo-nos satisfeitos com a vida tal qual ela é; principiamos a aspirar algo melhor; iniciamos uma busca de uma Verdade superior à crença que até então nos sustentou. Imaginamos, aliás muito naturalmente, que a mudança se deve a um desenvolvimento mental, ou, às vezes, a mudança de circunstâncias. Mas não é assim. Velado atrás do mistério que é vida, move-se o invisível Super-eu, o augusto Ser que assim tão estranhamente interrompeu nosso sono mortal. A própria busca da Verdade era simplesmente uma busca do Super-eu. Talvez encontremos uma filosofia mais valiosa da Vida, que assim nos aproxime um pouco mais da verdadeira auto-realização. Mas os pensamentos e atitudes em ascensão daquele cambiante período — seja de uma semana ou de anos — são apenas uma manifestação da Graça, ou usando um paradoxo, os resultados de um movimento interior provocado pelo que é Imóvel.

Difícil é de conceber esta verdade, de que o apelo aspiracional deva vir até nós; não o fazemos vibrar com nosso próprio acorde. Devemos atirar-nos prostrados aos pés do Eu Real e suplicar sua Graça. Quando em nossos corações se desperta o fogo da aspiração divina, podemos saber que nos foi concedido um pouquinho da Graça.

Nós, os servidores desse majestoso Monarca, devemos aguardar seu beneplácito. A Graça é uma dádiva, um favor a receber das mãos do deus interno. Todavia, ela não pode descer em qualquer momento arbitrário. Via de regra, ela vem quando estão amadurecidas as condições corpóreas, ambientes e experimentais. Não somos nós, mas, o espírito quem escolhe a sua hora. Pois,

“Não podemos acender a nosso talento  
O fogo que reside no coração;  
O Espírito sopra e amaina  
A alma que vive nos mistérios.

*Matthew Arnold.*

O amadurecimento da alma para esta profunda experiência da união com o Super-eu se opera gradativamente, tal qual o amadurecimento de uma fruta. Mas tão logo esteja completo o crescimento, a união subjuga a alma súbita e irresistivelmente, e o homem realmente nasce de novo.

\*

Há certas experiências básicas, de que o homem nunca se esquece. Uma delas é o primeiro dia em que ele ama uma mulher. Outra é o primeiro dia em que aporta num país estrangeiro. A terceira, e a maior de todas, é a primeira vez em que rompe a crisálida de seu ser para emergir como uma consciente unidade espiritual.

O Super-eu nada pede ao homem senão que abra seus olhos internos para perceber a sua existência. Contudo, o dia dessa visão é o mais glorioso de toda a sua vida, pois nesse dia ele se vê à beira da eternidade.

Foi, com efeito, para isto que ele nasceu, e não simplesmente para consertar sapatos ou lidar com algarismos. Mesmo que ele negligencie esta divina experiência, a própria Natureza não o deixará escapar. Entretanto, ela não se apressa. Em alguma parte de seu vasto reino, ela o apanhará e impelirá a preencher seu secreto propósito. Quem quer que se empenhe nessa exploração interna, não é um sonhador: ele apenas antecipa hoje o que a multidão humana terá de fazer amanhã.

Memorável é a grandiosidade daquele augusto momento, em que o homem contempla pela primeira vez a divindade que o circunda, porém que, paradoxalmente, se acha no âmago de seu ser. No “êxtase da quietude”, como a chamou Rupert Brooke, aprende a saber o que ele realmente é. Como expressou James Rhoades em formosos versos:

Eu sou a Aurora, que liberta das trevas;  
Eu sou as Profundezas, onde cessam tuas tristezas;  
Silencia-te! Silencia-te! E sabe que sou Deus:  
Familiariza-te Comigo, e vive em paz!

Apaga o registro do palimpsesto  
Dentro de ti, impresso pelo escriba do tempo:  
E na superfície limpa, escreve de novo:  
‘Eu sou Todo-Sabedoria, Retidão, e Tranquilidade.’

Sou solitário; só tu estás em Mim:  
Sou a corrente de Vida que flui através de ti;  
Compreendo toda a substância, inundo todo o espaço;  
Sou o puro Ser, por quem todas as coisas existem.



Sim, sou o Espírito; nas profundezas de teu ser habito:  
Sê consciente de Minha presença, e tudo estará bem:  
Atenta bem para isto: tu mesmo és o teu próprio céu.

*(Out of the Silence).*

Uma vez que empurrermos a porta da mente e a mantenhemos ligeiramente entreaberta, e deixemos a corrente de luz penetrar, o significado da vida se nos revela silenciosamente. A porta pode ser aberta por um minuto ou por uma hora, que nesse período descobriremos o segredo, e nem o monótono tempo nem a amarga aflição poderá arrancar-nos aquele inestimável conhecimento. As palavras me caem como folhas mortas quando tento expressar esse significado, mas quem quer que sinta todo o seu ser diluir-se e dissolver-se no misterioso Infinito durante essa meditação, como resultado de sua constante aspiração ou da Graça de algum Adepto, compreenderá este pensamento, que com dificuldade procuro transmitir. Na serena presença desse intenso poder, a alma caminha mansinha.

Esta iluminação da mente e do coração é o mais maravilhoso momento na vida do homem ou da mulher.

Descobri-vos — o vosso Super-eu — e começareis a descobrir o significado da vida e a desvendar o mistério do universo. Atrás de cada um de nós está este Super-eu: calmo como o tranquilo firmamento, sábio com as experiências naturais acumuladas durante milhões de anos de existências, forte com o poder de proporcionar-vos o melhor que a vida tem a oferecer. Recordemo-nos das palavras de um que se apercebera perfeitamente disso, do humilde carpinteiro convertido em Instrutor e que vagueou pelas praias da Galiléia com alguns discípulos, há mais de mil e novecentos anos. Ele lhes disse: “Pedi, e dar-se-vos-á; procurai, e achareis; batei, e abrir-se-vos-á”.

Estas palavras são tão verdadeiras hoje quanto naquela época. O homem-deus que as proferiu aparentemente se foi de nosso meio, mas as divinas palavras que Ele fêz soar, permanecerão sempre com o gênero humano.

Aqueles de nós que lograram um rápido olhar através da porta de seu ser, sentiram-se emudecidos. Recuam, surpresos, ante as inescrutáveis possibilidades do Super-eu. Sendo um ser espiritual, o homem possui uma capacidade infinita para a sabedoria, estonteantes recursos de felicidade. Dentro de si próprio contém todo o infinito divino, e no entanto, contenta-se em prosseguir a entreter-se com insignificantes migalhas da vida, como se fosse um mero inseto humano.

Quando o homem alcança os pináculos da verdade, é capaz de se satisfazer a si próprio, de obter de dentro de si aquela felicidade que até então buscara nas

coisas externas. Verdade, Beleza, Paz, Poder e Sabedoria são todos atributos do Super-eu: esse eu que aguarda que o descubramos. O eu divino partilha o que quer que haja de idealismo, introspecção e nobreza em nós. Contudo, temos de aprender o verdadeiro significado do verbo “ser”.

Nas profundezas de nosso maravilhoso ser, podemos descobrir que somos partes de uma grande vida, cuja condição é de eterna paz, cujo propósito é sumamente benévolo e cuja existência jamais perecerá.

Sim, esta é o verdadeiro “estado íntimo” de ser humano.

Esta condição extra-temporal em que nos descobrimos tem sido formosamente descrita pelos Sábios hindus como “O Eterno Agora”.

“Quem se conhece a si mesmo, conhece o céu”, declarou Mêncio, o discípulo chinês de Confúcio.

O eu espiritual do homem permanece inalterável e imperturbável em toda a sua grandeza, enquanto o seu eu pessoal passa pelas maiores vicissitudes da fortuna. É o indestrutível elemento nele, a testemunha silenciosa e eterna de quem um dia ele há de se aproximar para lhe prestar suas homenagens. É uma luz que nenhuma força pode extinguir. É o espírito imortal do homem, benigno e tolerante, belo e imutável.

Estamos tão próximos do deus interno como sempre o estivemos. Tudo o que necessitamos fazer, é conhecê-lo provando e experimentando. A Alma incuba em segredo o seu grande tesouro; ingressamos no recesso de nosso ser e desvendamos os diamantes e rubis ali ocultos.

O Super-eu é o verdadeiro ser, o divino habitante deste corpo, a Testemunha Silenciosa no interior do homem. O ser humano vive a todo o instante na presença deste divino eu, mas a membrana da ignorância se estende sobre ele e lhe cobre a vista e a razão. Esta doutrina é uma das mais difíceis de justificar. Como explicar ao inquieto homem mortal que o eu espiritual pode existir serenamente à parte, auto-suficiente, imune e desembaraçado de qualquer condição externa? Temo que esta assertiva pareça tola para aquele que se assusta ante a perspectiva de um infortúnio ou se alvoroça ante as promessas de benefícios externos. Como ousaria dizer-lhe que ele está auto-hipnotizado tanto pelo desespero como pela soberba, e no entanto permanece paradoxalmente livre de ambas essas coisas? O “homem do mundo” ridicularizará esta afirmação ao passo que o teólogo a rejeitará.

Há uma resposta definitiva para este enigma embaraçador, uma única autoridade a quem se pode recorrer para uma solução. É a autoridade da própria experiência pessoal, a realização pelo próprio indivíduo, em primeira mão, de que estas coisas são verdadeiras.

O conhecimento do eu é a base absoluta e essencial para o conhecimento da Verdade. Nosso principal e dominante pensamento é do eu no sentido do “Ego”. Segui este pensamento até a sua origem, e quando houverdes encontrado AQUÊLE de que o pensamento surge, tereis encontrado o Super-eu, a Verdade, a Sabedoria: Deus!

\*

Alguns objetarão que o santuário interno está inundado de trevas e que é intransponível o caminho para lá. Não, não devemos intimidar-nos com tais receios. O santuário não é impenetrável, e se parecem poucos os que o encontraram nesta época, é porque poucos são os que começaram a procurá-lo.

A verdade se acha escrita no organismo humano não menos seguramente do que nos livros inspirados. Na vasta sociedade do universo, o homem possui um estatuto melhor do que o que acaso tenha concebido. Na maioria dos momentos de secreta quietude mental, são-lhe transmitidas insinuações relativas à grandeza inata da alma.

Esta sabedoria é a mais antiga do mundo. Muito além dos limites atingíveis pelas mentes mais capazes, antes que a primeira pena o descrevesse, milênios antes de Buda e Zoroastro, esta singela e simples Verdade de que o homem pode conscientemente unir-se com o divino mesmo habitando um corpo, já foi ensinada aos que a aspiravam.

A universalidade da experiência que acabo de descrever, é testemunha autêntica de sua realidade. As literaturas de todos os países, as filosofias e religiões de todos os tempos, dão testemunho de sua veracidade. Aparece nas obras do Platão grego e do Emerson americano; depara-se nas filosofias do Porfírio romano e do Fichte alemão; recende nas máximas do Jesus sírio e brilha nas palavras do Buda indiano.

Para o Vidente real, todos os credos se assemelham; os que professam a doutrina de Buda são tão bem-vindos como os que professam a doutrina de Cristo.

Disse, acertadamente, Henry David Thoreau:

O entretenimento de um simples pensamento de certa elevação unifica todos os homens numa religião. É sempre uma liga de metais inferiores o que cria a distinção de seitas. O pensamento se funde com o pensamento por sobre os mais amplos hiatos do tempo, numa impecável camaradagem. Sei, por exemplo, que Sadi acariciou outrora idêntico pensamento que o meu, e jamais pude encontrar diferenças essenciais entre Sadi [1](#) e minha pessoa. Para mim, ele não é um persa, não é um antigo, nem é um estranho. Pela identidade de seus pensamentos com os meus, ele ainda sobrevive.

1. Sadi foi um famoso poeta persa que viveu de 1193 a 1921. Dotado de grande sabedoria e misticismo, levou a vida de um derviche viajante. Suas obras principais são: *O Bostan* e *Gulistam* e *O Império das Rosas*. (N. da T.)

Diferentes povos em diferentes países têm dado diferentes nomes a esta experiência secreta. Alguns cristãos a chamam “União com Deus”, ao passo que os santos hindus a chamam “União com o eu espiritual”. Certos filósofos a descrevem como “imersão no infinito”, e outros como “achar a verdade”. Não importa o rótulo: os sábios jamais querelarão por isso, pois as palavras insinuam mas não podem descrever a plenitude desta experiência.

O místico hindu e o hebreu, o filósofo platônico e o pitagórico, o moralista chinês e o cristão, falam todos a mesma linguagem e conversam no mesmo tom, desde que os ouçamos corretamente. Não importam as diferenças de credos nem a multiplicidade de teologias: Deus sempre foi, é e será o Ser Único.

A verdade é a branca luz espiritual que incide sobre o prisma do gênero humano e se fragmenta nas múltiplas cores pelas quais os indivíduos a interpretam. Assim, a experiência de seu descobrimento é a mesma em todo o mundo: o que difere é a interpretação de cada um.

Alguns objetarão haver o mundo recebido uma profusão de relatos de seus místicos, que alegam ter “sondado o interior”, porém que retornaram com variados relatos sobre o que experimentaram, testemunharam, sentiram e entenderam.

A confusão de dogmas religiosos e a interpretação errônea das experiências pessoais produziram a contraditória massa de doutrinas que, no conjunto, são chamadas de “místicas”. A inabilidade para adotar uma atitude estritamente científica para com essa matéria, se deve à ofuscação do primeiro objetivo da meditação. Idealizaram-se várias “sendas” para lograr este objetivo, porém uma multidão de mentalidades tacanhas tomou equivocadamente a senda pela meta. Meditação, loga, Misticismo, etc., têm apenas um propósito fundamental, não obstante o que possam dizer os expoentes sectários ou os aderentes equivocados. Esse propósito visa como que pôr em curto circuito as diversas correntes pensantes, de sorte que se possa perceber a realidade que o pensamento obscurece. Em outras palavras, práticas religiosas avançadas, métodos de meditação, culto extático de santos, etc., são todos meios de auxiliar o homem a atenuar a corrente de pensamentos, até finalmente fazê-la parar por completo. As mentalidades sectárias se oporão, sem dúvida, a isto, mas sua negação corresponde simplesmente a uma negação dos verdadeiros fatos. Só as almas maduras e perspicazes podem perceber esta verdade. Tão-só estas, pelo esclarecimento de sua compreensão sobre este assunto, podem escapar do nevoeiro espiritual em que a maioria dos estudantes e devotos se movem habitualmente. Tão-só estas sabem que a senda religiosa que o indivíduo siga tem menos a ver com o seu atingimento, do que o método mecânico de controle

da mente que ele inconscientemente pratica. Tão-só estas sabem que a ausência de qualquer credo em alguém não o torna menos suscetível de êxito do que o seu mais religioso irmão.

O que iogue hindu adiantado experimenta como Nirvana, é substancialmente a mesma condição do que o místico cristão avançado experimenta com Deus. Se, ao recordar ou descrever este estado sublime, se lhe empresta o cunho de doutrinas teológicas ou regionais peculiares a uma raça ou país, devemos atribuir esses acréscimos à sua fonte verdadeira prejuízos pessoais ou inclinações mentais do vidente... e não à iluminação em si.

A iluminação, em seus variados graus, é a mesma para todos os indivíduos. Cada místico redescobre o mesmo tesouro oculto, mas suas descrições desse tesouro podem divergir lamentavelmente, por diferir a sua interpretação intelectual e emocional do mesmo. *Existem graus da própria iluminação*, e na maioria dos graus mais avançados todos os videntes obtêm a mesma experiência e estão em perfeito acordo em sua compreensão. Mas estes são poucos e raros; são os iluminados imortais entre os homens.

Em todos os séculos e todos os países têm ocorrido vislumbres e experiências temporários de natureza mística, mas escasseiam as interpretações inteligentes dessas experiências. Para explicá-la, tem-se servido do alfabeto primário de cada credo, e a um símbolo local se restringiu o que provém do Universal e Infinito.

Nossa época clama por uma explicação sensível e espiritual destas coisas, e não uma explicação incientífica e religioso-materialista. Muitos visionários têm registrado experiências perfeitamente genuínas, tanto psíquicas como espirituais, e contudo diferem amplamente em seus resultados. Por que? É porque as crenças em que cresceram, as experiências passadas que informaram suas personalidades, influenciaram todas na sua interpretação dos respectivos resultados. A interpretação pode ser insatisfatória, e todavia ser perfeitamente válida a experiência interna.

Cometemos o erro de levantar um gradil cercando esta divina descoberta; através dos séculos, pesquisadores genuínos mas de mentalidades estreitas ou pouca experiência, tentaram encaixar à força este amplo oceano de conhecimento da Verdade numa pequena fórmula de doutrina ou credo. Isto não é possível, e quando suas experiências se aprofundam, eles próprios vêm a perceber a verdadeira, mas as carrancas fechadas das igrejas ortodoxas ou a dificuldade em explicar essas verdades sutis às multidões, frequentemente os obriga a silenciar.

Credos vêm e vão, cultos surgem e lentamente desaparecem, seitas ocupam momentaneamente o palco do mundo e logram por fim algum êxito; contudo, a sabedoria antiga, despida dos atavios de sua expressão exterior, permanece

sempre a mesma e inalterável. Não depende de raças, como o testemunha Thoreau entre os americanos e Sankara entre os hindus. Transpõe os séculos, como se vê em Rabindranath hoje e em *Meister* Eckhart há mais de seiscentos anos atrás. Não a afetam os climas: Milarepa, o encapuçado eremita tibetano, habitando num planalto gelado, chega por fim à mesma verdade de Plotino vivendo no tórrido Egito. Idêntica experiência interna informou os lindos poemas persas de Jalaluddin Rumi, como inspirou os elegíacos versos cristãos de Francis Thompson. As inspirações da primitiva Roma se rivalizam com as inspirações da primitiva China. Em todos eles impressiona a similaridade; os pensamentos são idênticos, mas suas vestimentas estão necessariamente sujeitas a gostos pessoais e costumes raciais.

As sentenças simples e formosas de Jesus trazem em seu bojo a mensagem essencial da Verdade. Estudai-as e notareis que elas correspondem inteiramente às sentenças ou escritos de outros personagens que estão unificados com o Super-eu. Todos os mestres de profunda realização espiritual falam a mesma linguagem: só diferem e discordam os seus trôpegos seguidores e os teólogos profissionais.

Acaso pode se imaginar que Deus não se manifestou aos homens senão na época longínqua em que Cristo comovia a obscura província do Império Romano, ou em que Buda percorria a Índia com seu bastão e concha de mendicante? Entretanto, se Deus não pudesse se manifestar hoje, seu poder teria diminuído singularmente, e o Absoluto chegaria, de súbito, ao tamanho do finito! Não seria preferível crer que Deus está sempre pronto a revelar-se a todos aqueles que querem cumprir as condições requeridas para obter essa revelação? Se o Eterno falava ao homem no passado — pode falar-lhe ainda hoje.

Quem poderia definir o encanto sob o qual Cristo e Buda mantiveram seus ouvintes por meio de umas poucas palavras? O gênio oratório não teria sido suficiente, nem tampouco a força do intelecto. É óbvio que foi algo maior para se explicar que um só olhar desses homens empolgava e comovia corações de pedra, que nenhum discurso, por mais eloquente, jamais pôde comover. Torna-se imperioso, portanto, crer que havia ali algum poder superior e divino.

Durante séculos, sábios eruditos empregaram toda sua perspicácia na investigação da história de Jesus. Minuciosamente tomaram todos os informes, escrutaram todas as fontes, cada documento que pudesse revelar-lhe com maior nitidez a imagem misteriosa da Galiléia. Agora, depois de quase dois mil anos da morte do “Imperador judeu”, Ele continua sendo uma figura enigmática e longínqua. Sua biografia é ainda em parte imaginária e Sua personalidade foi pintada em mil cores contraditórias; seitas antagonistas serviam-se dos Seus ensinamentos para apoiar doutrinas irreconciliáveis. E por estranho que pareça, ninguém jamais escreveu Seu nome sem veneração e, embora o nome desse

Ser extraordinário domine todo outro nome que desde então apareceu sob o céu do Ocidente, Ele permanece sempre um mistério.

O simples intelecto humano jamais poderá resolver este mistério. Surgido do Infinito, o Cristo desceu às tribos humanas para lhes dar Sua mensagem sagrada... e foi-se. Tal era o quadro.

Pois Cristo desceu à terra, de um planeta superior, que é Seu lar verdadeiro, cuja consciência espiritual é muito superior à do nosso, para abençoar e servir os homens com a Sua presença. Esta descida correspondeu à sua cruz real, à Sua crucificação. E aqueles que sinceramente O procuram, podem ainda encontrá-Lo em seus corações.

Mas a divindade não ficou sepultada no túmulo com Jesus. Desde então não têm falado vozes sagradas? Não podemos nós investigar a história durante os dois mil anos passados e encontrar os nomes de uns poucos homens cuja presença e aparência testemunharam neles uma elevada realização espiritual? Não significa isso a vida superior sempre nos estendendo seu sublime convite?

\*

Por que havemos de revestir estas sentenças tão simples com palavrórios tão complicados? Por que havemos de vestir tão formosa figura da Verdade com um casaco tão grosseiro? A Seres como Buda e Cristo não repugna expor seus pensamentos em frases breves nem explicar seus significados em palavras simples. Os pensamentos mais profundos podem ser expressos de maneira simples; não é mister apresentá-los na prosa do mistério cimeriano. <sup>1</sup> Contudo, há o que se deleitam em usar um vocabulário e fraseologia que criam barreiras entre a Verdade e sua compreensão mental.

[1. Cimeriano: povo mitológico, cujo país foi descrito por Homero como uma região de nevoeiro e escuridão perpétuos. Os historiadores o têm colocado à margem do Mar Negro. \(N. da T.\)](#)

O pelourinho, os calabouços e a cruz foram outrora o destino dos pioneiros espirituais que ousaram expor idéias heterodoxas; daí nasceu um jargão de terminologia obscura e despistadora entre os que percorriam esta senda solitária. Mas neste século não mais se justifica o uso do fantasmagórico jargão da era medieval, ainda corrente em certos círculos. As verdades mais sublimes podem ser agora reveladas sem temor da força ou da roda de torturas; por que então assustar simplórios buscadores da verdade com um amontoado de complicados mistérios?

Em épocas primitivas, esta senda interior e seus resultados eram descritos e publicados em livros de estilo poético, simbólico e alegórico. Tal estilo era de uso entre os intuitivos capazes de ler desse jeito algo que os indivíduos não esclarecidos eram incapazes de perceber.

Na época atual se tem falado mais aberta e plenamente acerca destes assuntos. Vivemos num século intelectual e científico, em que um corpo de ensinamentos se tem de apresentar de uma maneira que se ajuste à inteligência lógica dos homens. Qualquer outra espécie de apresentação fará que tais ensinamentos sejam interpretados como uma poesia ou decoração para os momentos de lazer.

O predomínio da ciência e a popularização dos conhecimentos modelaram a mentalidade do homem moderno. Portanto, uma expressão atual da verdade deve, pelo menos, fazer um forte apelo à sua mente como ao seu coração. As necessidades do cérebro não podem ser desprezadas por qualquer mensagem espiritual de nossos dias, conquanto jamais se lhes deva permitir o despotismo.

Aqueles de nós que obtiveram experiências pessoais das esplêndidas potencialidades da meditação, devem estar preparados para enfrentar os duvidosos em seu próprio terreno, e libertar os que são prisioneiros das primitivas concepções de que o homem nada mais é do que o seu corpo material e de que o mundo foi criado tão-só da argila primeva. Não basta dizer-lhes que nossas estrelas brilharam um pouco mais em nossos nascimentos; cabe-nos mostrar-lhes como também eles poderão acender um fogo maior para si próprios. Se ainda insistirem em fechar os olhos às possibilidades do homem aqui e agora, não poderão se desculpar das trevas espirituais que os envolvem.

Todavia, pouco existe nestas páginas que seja radicalmente novo, no sentido histórico; somente a síntese e a metódica formulação destes pensamentos poderão parecer originais neste livro. Mas tudo que não haja sido exposto às claras é novo, e estas coisas ainda não foram tratadas pelo mundo em geral.

A inteligência moderna, melhor preparada, requer e deve receber uma formulação da verdade, que seja melhor que as meras aspirações de sentimentalidade moral-religiosa.

Convém também lembrar-nos de que os instrutores que vieram no passado, dirigiram-se a povos de mentalidades diferentes da nossa, e em épocas em que os problemas econômicos da civilização industrial não eram tão agudos a ponto de uns pressionarem outros. Dirigiram-se aos povos orientais, que são por natureza mais sensíveis do que nós, de mentalidades menos céticas e menos inquietas, e cujos corações estavam habitualmente voltados para a devoção religiosa.

Portanto, deve-se tornar claro que cabe aos Videntes de hoje, e especialmente aos do Ocidente, esquecerem as apresentações do passado e atentarem para as necessidades do presente. Daí porque haverão de usar as expressões da verdade mais adequadas à época atual. Tais expressões já começam a tomar corpo em vários movimentos e cultos, ainda que de maneira parcial. De sorte que, nestes ensinamentos acerca da autopesquisa, é mister mostrar seu mérito e utilidade para aqueles que se acham cativos da incessante agitação da vida



moderna, e que aplicação “prática” se pode extrair de seu princípio fundamental de que o eu real do homem é divino.

## O caminho da Beleza Divina

Para certos temperamentos, será quase impossível tomar esta senda de análise introspectiva. Infelizmente, embora de certo modo seja natural, suas mentes não foram constituídas de uma maneira que lhes permita fixarem seus pensamentos num tema destes. O que, então, lhes cabe fazer?

A maneira de o estudante não ligado a nenhum instrutor espiritual sair desta dificuldade é principiar por se ajustar deliberadamente ao ritmo de inspiradas obras artísticas, ou por cultivar emoções elevadas induzidas ante a beleza da Natureza, e pela ampliação dos sentimentos de veneração toda a vez que envolvam a alma através desses meios externos.

Um quadro pintado por uma mão genial, um poema da lavra de alguém sensível ao aspecto natural da vida, o tocar de um violino por um maestro como Kreisler, um passeio através dos bosques desfolhados e secos do outono, uma contemplação do brilho do sol de verão sobre as madressilvas, ou a visão de uma antiga igreja à luz do evanescente sol no ocaso: tudo isto lhe pode despertar delicados sentimentos, que em regra jamais o poderiam fazer as atividades comuns da vida cotidiana. Nestes momentos há um poder espiritual de que nos recordamos muito tempo após haverem passado. Inteligentemente utilizados, podem tornar-se como a escada de Jacob, estendendo-se da terra ao céu.

Já escrevi algures que hoje em dia o artista inspirado faz as vezes do sacerdote, tornando-se o instrumento daquele aspecto do Poder Superior que se revela no homem como beleza.

O artista, o escritor e o músico se encarnam em sua obra, e se ele for às vezes abençoado com inspirações elevadas, se ele se esforçar por fazer vibrar uma nota espiritual na arte de sua época, se ele se sentar aos pés da divina beleza ou verdadeira sabedoria, então no grau em que puderdes submeter-vos à sua influência, partilhareis com ele destas inspirações.

Na vida de todo indivíduo existem certos momentos em que o efeito da arte ou da natureza é o de lhe produzir uma indefinível sensação de intensa calma ou uma fluente maré de bênçãos, que o inunda. Que há por trás desses momentos extáticos?

São os momentos da vida humana, em que o indivíduo permanece no portal do espírito, ainda que o ignore. Em presença de alguma grande cena da Natureza, ele é inconscientemente levado a recordar-se de seu verdadeiro lar espiritual; tão majestosa e tão bela ela é. Ele se deleita com as brilhantes nuvens do céu, os prados pacíficos e os lagos plácidos, pois lhe recordam sua origem espiritual. A Beleza lhe fala com estas vozes, dizendo: “É esta grandeza que precisas alcançar internamente.” São vozes que lhe chegam de seu lar espiritual.

Às vezes, ao ouvir uma música de profunda inspiração, as nobres melodias de Bach ou as árias puras de Mozart, por exemplo, ou detendo seu olhar nalguma cena de montanha, o homem recebe insinuações de uma vida superior. A música, sendo a mais direta de todas as artes finas, propicia o meio mais autêntico de expressão espiritual. Mas, ah! como nem sempre o homem se apercebe da augusta natureza destes seus visitantes, eles se desvanecem. Se tivesse tempo e desejo de atender aos sutis pensamentos que se atropelam após um momento de reverência e admiração, mesmo o homem comum poderia sentir-se gradativamente iluminado.

Toda arte fina é apenas um símbolo que transporta a um áureo e ígneo santuário; todas as inspirações despertadas são apenas os tênues véus que cobrem o desnudo corpo da Verdade.

Aqueles que procuram recolher em suas mentes a colheita mundial de beleza e sabedoria impressas, sentem-se movidos a isso por um instinto que vem de eras remotas. Pois, quando nossos olhos contemplam uma página escrita com gosto literário e cintilante de áureos pensamentos espirituais, percebemos um misterioso sentimento confirmando o que lemos.

Quando nos aproximamos da casa de um realmente inspirado escriba ou compositor musical, e entramos em seu gabinete, não vemos o mero estúdio, mas um autêntico laboratório de alquimista. Não é ele, acaso, o mago solitário que, sentado em seu trono olímpico e como se fora um ser à parte, contempla o panorama da vida? Que é a sua pena senão um condão de taumatúrgico poder, que invoca um mundo oculto de surpreendente esplendor ante nossos profanos olhos? Não são os escritos que enchem sua mesa os seus misteriosos papiros, que embalsamam as sagradas palavras de uma comunhão com um reino superior?

Quando toma da pena e a faz brandir qual uma varinha de condão, fazendo-a rodopiar em nossa atmosfera e transformando em brilhante aurora a densa noite que nos encobre, ele se torna, seja por um simples momento, um mago tão potente como os da antiguidade. Os magos de então procuravam, por um movimento de sua vara, fazer que os homens vissem as coisas que esses magos desejavam fazê-los ver. Tocavam numa semente e ela se convertia numa árvore, ou então se envolviam no Manto da Invisibilidade. Mas agora temos de pôr de

lado tão rústicos expedientes e colocar sutis feitiços na mente do homem com nada mais misterioso do que uma humilde pena.

Tenho lido livros que me saturaram a mente de doiradas imagens de tão fascinante poder, que eu perdia a sensação de meu ser e me fundia com um infinito imaginário. E quem não terá lido livros em que a intensa visão do escritor influía tanto em seus pensamentos, que invocava ante sua atônita imaginação uma antiga civilização já extinta?

O estudante que se sinta empolgado pela grande literatura, deveria escolher um livro, ou algumas passagens de determinado livro, que lhe façam um profundo apelo ou pareçam trazer em si um sopro de inspiração; que sobre ele exerçam um seguro efeito exaltador, que lhe chegue quase com a força de uma mensagem das regiões superiores. Se preferir a grande poesia e aurir o seu poder, poderá sentir esta inspiração em algum poema helegíaco de Francis Thompson, num soneto de Shelley ou composição lírica de Keats, e em alguns dos cintilantes versos de meu talentoso amigo irlandês, “A. E.” (George W. Russell). <sup>1</sup>

[1. The Oxford Book Oxford of English Mystical Verse](#) (editado pela Imprensa da Universidade de Oxford) contém vários poemas deste gênero.

Se optar pela prosa, há alguns deleitosos ensaístas que lhe servem; são escritores que acendem a centelha divina da arte criadora e inflamam a chama da imaginação humana. O ensaio de Emerson sobre a autoconfiança, por exemplo, apresenta, pelo menos, uma centena de sentenças notáveis. Entre os pensadores modernos, ele é um dos mais originais e perceptivos. Seus substanciosos pensamentos fluem de sua pena como pepitas de ouro. Passai uma hora com ele e estareis em companhia dos grandes. Penetrai em seu âmago e penetrareis numa atmosfera remanescente dos *Upanishads*, dos *Tripitakas*, do Novo Testamento e das obras platônicas; ali respirareis a verdade do começo ao fim. Ele não sofisma nenhum argumento nem se antepõe a cada pensamento: quer a verdade cristalina sobre um assunto, e nada menos. Suas páginas paladianas são inspiradoras até a última sílaba.

Se o estudante for capaz de se simpatizar com as antigas escrituras, deparará com fontes de profunda ajuda nas sublimes parábolas de Cristo, nos elucidantes diálogos de Buda e nas traduções do poema épico hindu, o *Bhagavad-Gita*, a “Canção do Senhor”.

Que selecione um parágrafo ou fragmento destes ou qualquer outro livro antigo ou moderno que mais lhe fale no íntimo, e rumine-o mentalmente, procurando reverentemente aurir o seu significado e penetrar no ritmo espiritual ou na onda de longitude mental que lho transmita. Faça-o com a máxima lentidão, com a máxima concentração que lhe for possível, mantendo o coração e a mente integrados no trecho escolhido, enquanto as palavras vibram em sua alma.

Que não leia as palavras isoladas, leia também os pensamentos por detrás delas.

Que se concentre durante a leitura. Leia lentamente, fazendo cada palavra mergulhar em sua consciência. E à proporção que mergulha, fará seu significado penetrar também em sua mente. Repita mentalmente cada palavra de maneira tal que se torne efetivamente o autor, o criador, por assim dizer. Ele próprio pode construir as sentenças e formar os parágrafos: esta é a leitura criativa e construtiva. Traz trigo para o moinho de sua mente e alimento para o cérebro. Literalmente, uma leitura tal se gravará em seus pensamentos. Ele tem de pôr em atividade a sua própria mente, pensar segundo as diretrizes traçadas pelo escritor.

O essencial é concentrar-se em alguma idéia abstrata, em alguma frase ou verso, que o estudante possa experimentar em sua mente de maneira intensa, que ressoe profundamente dentro das câmaras de sua alma. Deve escolher os trechos que lhe provoquem este efeito, ainda que outras pessoas só encontrem palavras ali. Deve sentir a presença de um elemento de inspiração totalmente à parte do valor literário da obra ou poema.

Há certos parágrafos que se destacam nesses livros, como os picos de uma montanha. São os trechos escritos de maneira superior aos conhecimentos do seu próprio autor, isto é, escritos sob a inspiração de seu eu espiritual.

Estas horas maravilhosas e fascinantes, em que nos sentimos arrebatados a um estado de calma ou encantamento emocional por uma composição literária que nos absorve, que é espírito feito palavras, devem ser espreitadas e aproveitadas ao máximo. Não dissipeis estes delicados sentimentos, mas, ao contrário, entesourai-os como de inestimável valor. Não corrais pressurosos atrás da próxima impressão. Fixai vossa atenção neste estado de ânimo. É neste elevado e sereno momento que o livro pode ser posto de lado, pois já preencheu a sua finalidade. Fazei uma pausa e preparai-vos para atravessar o formoso portal simbólico e penetrar no mundo estrelado. Mas se o portal vos permanecer fechado e seus travões vos parecerem demasiado ardilosos, não vos desesperéis; detende-vos por um momento e orai. Talvez o guardião do umbral se aproxime e com a sua simples chave vos abra o sombreado pórtico.

Fazei uma pausa neste misterioso momento, começai a prática do exercício de plácida respiração, e depois segui as instruções dadas sobre o despertar para a intuição.

O estudante também pode penetrar neste elemento por outras vias. Cabe-lhe escolher o meio que sinta ser o mais forte para si. Não é essencial, pois, tomar de um livro, desde que seu objetivo seja apenas evocar um alto estado de ânimo, libertar por um instante sua mente de todos os assuntos pessoais, e abstraí-la da rotina comum das atividades mundanas. Poderia obter os mesmos resultados

ouvindo músicas compostas por verdadeiros gênios. Uns lograrão este estado interno através de um livro, outros através da música, e assim por diante. O essencial é aproveitar-se do estado exaltado da maneira indicada no parágrafo precedente.

# 10

## O evangelho da ação inspirada

“Como conciliar pensamentos tão extraordinários com as necessidades comuns de toda a hora?”, perguntareis. “Não podemos desertar do mundo, abandonar nossas metrópoles para buscar a contemplação em meio da solidão; temos nossas dívidas a pagar a Admeto, e enquanto não a liquidamos, nossos pés permanecem sempre algemados”, vos queixareis. “O mundo é duro e impiedoso, e nenhuma utilidade têm, para ele, as vossas vãs e vazias doutrinas. Não podemos viver de nuvens. Vossa filosofia é, quiçá, excelente para os que se sentam comodamente junto a uma lareira; mas como poderá ela auxiliar os que mourejam em meio de uma sociedade realista?”, concluireis.

Estas perguntas encerram frequentes concepções errôneas acerca do que constitui a verdadeira espiritualidade, e começarei a respondê-las formulando de minha parte uma outra pergunta.

“Nunca vos vistes envolvidos por um daqueles furacões tropicais que se movem com um ímpeto aterrador?”

Por estranho que pareça, se isso vos acontecer, notareis que bem no centro do furacão existe um lugar perfeitamente calmo e inalterado. Assim, também, o homem que se conhece, atinge um equilíbrio mental tal que permanece imperturbável em meio da excitante atividade do mundo. Seu mais recôndito ser se mantém em imperturbado repouso, qualquer que seja o furacão da vida que o envolva, qualquer que seja o trabalho que faça e quaisquer que sejam os pensamentos que lhe afetem o intelecto.

Via de regra se considera a verdade espiritual uma prerrogativa dos homens especulativos, perdidos em sonhos piedosos ou filosóficos. Que ela deve ser trazida para dentro do raio de ação do homem de ocupações é uma consideração que parece duvidosa, mas a história a tem não poucas vezes transformado em fato.

É possível fundir a sabedoria deste mundo com a sabedoria das coisas divinas? Por que não? ‘Por que, por exemplo, não há de o pesquisador aliar-se ao

administrador prático? Conheço o dono de uma fábrica de produtos químicos numa província inglesa, que tentou fazer isto. Toda a sua organização, seu equipamento de laboratório, seus métodos de anúncio e seus produtos manufaturados se colocam facilmente, entre os seus congêneres, como os melhores e os mais modernos. Ele trata seus numerosos operários na base da Regra de Ouro. Não há nada, dentro do bom senso, que não faça por eles, com o resultado de que não há nada razoável que os operários não façam para ele. Todas as noites, antes de se recolher para repousar após um dia de poeira e esforços — e esse era o único tempo de que dispunha — dirige-se a um recanto sossegado de sua casa e dedica uma tranquila meia hora à quietude mental, extraíndo daí uma paz sublime e energia alentadora, que o habilitam a manter uma secreta liberdade do espírito em meio de toda a mecanização de hoje. Ele tornou esta prática regular perfeitamente compatível com a vida ativa. Proporciona-lhe um equilíbrio interior em meio das distrações e turbulências da presente existência. A força e sabedoria superiores que ele encontra no divino centro, são mais tarde aplicadas na ação efetiva em sua administração.

O administrador que objete não ter tempo nem idéia para interesses espirituais, porque seus afazeres materiais o absorvem totalmente, acha-se em triste condição. Qual é, então, o verdadeiro interesse do homem?

É justo considerarmos nossas necessidades materiais do momento, mas não é justo considerá-las sem uma referência a algo mais.

São numerosos os ocidentais que se sepultaram em seus negócios e mui raramente saem dali para observar que existe um sol espiritual lá em cima. Milhares de pensamentos se atropelam em suas cabeças da aurora ao crepúsculo: a noite cai e eles se entregam à colheita do que semearam. Em meio de todo este fértil campo de pensamentos e vida, que lhes resta? Mesmo quando sua saúde periclita e o médico lhes prescreve umas longas férias, tal é a sua escravidão que, embora não possam levar os negócios consigo, são obrigados a levá-los em suas mentes. Seus negócios constituem agora o seu condutor, e eles, os jumentos carregados.

E vem um dia triste mas inevitável na existência do homem, ao descobrir que, apesar de todo seu afã, não lhe sobrou nada nas mãos senão um punhado de folhas secas. Nesse dia talvez comece a perceber que a verdade espiritual não é uma ciência abstrata, nem uma abstrusa especulação; é um modo de vida, uma visão mais profunda do mundo. Talvez lhe seja doloroso chegar-lhe esse dia, porém isto é o prelúdio de uma felicidade meritória.

Os assuntos práticos da vida não mais existem para servi-lo, mas para tiranizá-lo. “As coisas selam e cavalgam a humanidade”, disse Emerson algures, e isso calha aos homens desse tipo. A consciência que poderia libertar-se por um curto período do dia para adquirir a jóia da interna paz espiritual, é compelida pela



máquina que eles construíram ao seu redor a moer-se nas coisas triviais e pueris.

O homem, ansioso por aperfeiçoar suas máquinas, esquece-se de se aperfeiçoar a si próprio.

Divorciar a vida do espiritual é fazê-la perigar. O eu ativo deve ser alimentado pelas fontes espirituais do eu mais profundo. Cabe-nos equilibrar nossas atividades com a nossa contemplação. O intelecto crítico deve encarar a intuição visionária como amiga, não como inimiga; as capacidades comerciais devem colaborar com as imaginações espirituais; ao passo que nosso profundo egoísmo necessita andar de mãos dadas com nosso mais profundo altruísmo. Desta maneira cada qual de nós pode tornar-se o expoente de um profundo conceito em sua vida mais superficial.

Nossas vidas precisam achar o áureo meio termo. Precisamos diariamente manter-nos por alguns momentos em quietude mental, sem perder nossa capacidade para trabalhos práticos. Precisamos estabelecer um equilíbrio conveniente entre os elementos místicos e materiais de nossa natureza, por diferentes e incompatíveis que aparentemente sejam. Quem quiser seguir o Caminho Secreto aqui delineado, encontrará sem esforço este equilíbrio. Advir-lhe-á natural e espontaneamente.

O monge que faz de sua meditação uma obsessão, é livre para assim agir; mas nós os que temos de viver e trabalhar no mundo, devemos buscar um justo equilíbrio. A luz encontrada durante nossa prática de quietude mental, brilhará depois através de nossas ações quando sairmos de casa para misturar-nos com a multidão.

Pode-se fazer da ação inspirada tanto um exercício prático para alcançar a espiritualidade, como uma renúncia à vida mundana para recolher-se a lugares monásticos. Nem todos os homens usam hábitos monacais; alguns há que usam alças de algodão!

Os tempos mudam, e com eles, os homens também. A vida em retiro, que satisfazia o cansado eremita ocidental do passado, dificilmente satisfará o ambicioso homem ocidental de hoje. Ele não pode deixar de sentir algo do espírito das iniciativas materiais que o envolvem. Se for bem atilado, apreciará o valor dessas iniciativas e considerará como poderão ser conjugadas com o objetivo superior que ele encontrou. Não mais necessita de perder de vista os interesses da vida enquanto se ocupa dos interesses místicos da Verdade.

A idéia comum sobre quem segue determinada senda espiritual, é que se trata de um indivíduo piedoso e pacífico, porém despido de qualquer utilidade na ordem das coisas, e um nulo no tocante às faculdades da razão e senso comum. Que ele pudesse articular seus pensamentos com uma férrea exatidão, ou ir

ocupar um cargo de função executiva numa das gigantescas empresas modernas, ou comandar todo um batalhão durante uma guerra, é uma noção que provoca a sátira, embora eu haja conhecido homens deste tipo, que fizeram dessas coisas. É encarado como uma criatura fraca e atoleimada, ainda que dotada de boa índole.

“Por te dedicares a Deus, há de se inferir que és um louco? Imaginas que um negociante abre uma loja para praticar religião? Porque não examinaste a caçarola antes de a comprar?” exclamou Sri Ramakrishna, um dos santos indianos mais famosos do século dezenove, a um jovem discípulo seu, que foi comprar um vaso de ferro e, ao retornar, achou-o furado.

O homem que escolhe a vida superior, não anula por isso seus talentos humanos. Mesmo que se torne humilde e amoroso como S. Francisco de Assis, poderá ainda ser tão intelectual quanto Bernard Shaw, tão corajoso quanto William Tell, e tão talentoso quanto Galileu. É falso supor que, por ele extrair sua sabedoria de uma fonte mais profunda por meio de sua percepção direta, lhe seja necessário perder a habilidade de pensar logicamente, manobrar com homens e negócios, e tomar seu lugar no mundo ativo. Estas qualidades poderão existir dentro dele, porém jamais o escravizarão.

Inspirar-se alguém em sua vida diária com a força extraída de sua fé na divindade interna, é, por certo, tornar-se um trabalhador melhor e não pior. Pois então ele dispõe de um poder infinito para invocar, e de uma sabedoria maior para agir corretamente.

Numa recente mensagem presidencial à Associação Britânica, Sir J. A. Thompson mencionou que a solução de alguns de seus mais intrincados problemas científicos, lhe vinha quando ele esvaziava sua mente dos problemas e a deixava permanecer tranquila e parada durante certo tempo.

Poucos sabem que o falecido Lorde Leverhulme, que instalou a maior organização industrial de sua espécie no mundo, poderia relaxar à vontade em qualquer lugar e colocar-se num sereno estado de devaneio. Em meio das mais gigantescas tarefas, ele frequentemente se valia desta faculdade.

Muito se enganam os que supõem que a meditação feita corretamente na forma prescrita é apenas uma forma de idealismo sentimental ou pensamento abstrato. Tal meditação libera gradativamente no homem uma energia anímica de que ele antes não se apercebera, e que por fim se torna a maior inspiradora de suas atividades. É precisamente a mais poderosa porque é o elemento mais interno de seu ser.

Isto é uma verdade. Homens como Oliver Cromwell, Abrão Lincoln e o imperador Marco Aurélio, no Ocidente, ou como O príncipe Shivaji, o imperador Akbar e o rei Asoka, no Oriente, nela creram e com ela agiram e triunfaram.

Da manhã à noite o homem desenvolve um conjunto de atividades e interesses de natureza puramente material. E por certo é natural que assim proceda. O mundo o desafia incessantemente, e ele deve enfrentá-lo da melhor maneira possível. Mas o que ele ignora é que, afastando-se cada dia por um curto espaço de tempo, deixando em ponto morto, durante esse tempo, todos os seus interesses nestas atividades, ele poderá conseguir elevada proteção e orientação segura para todas estas atividades.

O mundo se atira a uma incessante atividade unicamente porque não conhece nada melhor que isso. O homem inspirado trabalha em meio de sua ruidosa engrenagem, mas sabe para onde se dirige essa engrenagem. Pois ele encontrou o Centro onde tudo é silêncio, onde tudo é poder, onde tudo é sabedoria, e para ele a circunferência das atividades acompanha simplesmente o Centro como lei natural.

Nossas atividades práticas nos envolvem numa malha apertada; necessitamos libertar-nos e contudo sem destruir, ao mesmo tempo, o emprego desta útil malha.

Não é necessário, nem sensato, viver o estudante com a cabeça nas nuvens. Ele vive nesta esfera mundana, e muito melhor pode expressar os princípios que tenha aprendido, aplicando-os em sua existência mundana. Ele precisa contemplar os céus e lograr a clara visão da introspecção espiritual, mas depois disso, precisa olhar para a terra outra vez e aplicar essa introspecção em seus negócios mundanos. Cabe-lhe esforçar-se por manter um equilíbrio entre as forças espirituais e materiais. Importa-lhe conseguir uma vida equilibrada; a vida do espírito procurada e encontrada diariamente, e alimentando a vida das atividades pessoais, e infundindo sabedoria e poder em suas incursões nos negócios mundanos.

Se praticou regularmente as meditações prescritas nas páginas precedentes, se procurou concentrar seus pensamentos na busca do eu divino, ele se aperceberá de sua natureza espiritual, que até então estivera “encoberta”. Digo “progressivamente”, porque a sabedoria a ninguém chega num dia determinado. Ela desponta como o alvorecer.

Este apercebimento se assemelha ao acendimento de uma lâmpada elétrica. A corrente da espiritualidade será acesa cada vez que se retorne à quietude mental ou à auto-observação. Que ele cumpra seus deveres e atenda a suas recreações como antes. Não é mister nenhuma mudança neles a não ser o que lhe sugira a sua gradativa iluminação interior. Ademais, tais mudanças não de ser voluntárias, e não impostas por algum sistema artificial de disciplina externa.

Uma vez estabelecido o hábito da meditação matinal, torna-se uma coisa muito natural prosseguir nas atividades do dia dentro da corrente espiritual assim acionada.

Descobrirá que sua obra se desenvolverá cada vez mais dentro desta corrente de espiritualidade, a qual se alongará sem cessar até o dia em que ele ingressará no Caminho Secreto. Daí em diante todas as suas atividades e todos os seus lares se enquadrarão nesta corrente. Toda a sua atitude será mudada com a presença da corrente, mas sem precisar negligenciar seus deveres. E por último, época chegará em que ele minuará suas meditações, pois toda a sua vida terá se tornado uma longa meditação. E todavia ele estará mais ativo do que nunca!

Nossa vida se enriquecerá, e jamais se empobrecerá, se recorrermos a esta antiga sabedoria. Esta jamais a destrói, mas, sim, a suplementa e complementa. Vivemos principalmente para fins econômicos, mas estes só poderão ser corretamente satisfeitos quando os houvermos infiltrado com alguns impulsos espirituais.

O espírito deve penetrar em todo o departamento da vida humana. Se o homem o deixa à margem de suas atividades profissionais, se o esquece quando cogita de sexos, se não pode expressá-lo quando trata com outras pessoas, ele impede que seu poder mágico lhe favoreça o verdadeiro sucesso, maior felicidade e existência mais harmoniosa.

Desde que acabemos com esta impossível divisão de interesses e unifiquemos nossos esparsos desejos num sublime ato sacrificial à Vontade Superior, poderemos encontrar a paz. Desde que cheguemos à perfeição de nos submetermos aos mandatos do Super-eu, principiaremos a trilhar a senda de nosso verdadeiro destino, de nossa verdadeira vida.

Nada perderemos em obedecer a estes mandatos. Na vida há lugar tanto para o cáldo amor como para a algidez da auto-renúncia do ascetismo, tanto para o tumulto das multidões como para a quietude da meditação. Nenhuma moderna vivência superior há de ser tão espiritual que não permita algumas variações nos temas referentes aos assuntos mundanos e ao trabalho de cada dia, nem tão refinada que não admita tocar ao piano as notas do amor e paixão humanos. Como resultado final, tempo chegará em que o homem espiritual passará a ver cada coisa, cada objeto, acontecimento e pessoa, como uma manifestação do Divino; em que ele descobrirá que não pode haver para ele maior missão do que esta: expressar seu Super-eu em tudo que fizer e com todos os que encontrar.

Aceitemos e utilizemos sabiamente todos os fatos que a ciência descobrir. Desfrutemos de todos os confortos e conveniências que a ciência nos proporcionar. A nenhuma coisa renunciemos a não ser ao emprego insensato e destrutivo que frequentemente lhe temos dado, à atenção superficial que lhe temos prestado.

Mas aliemos também esta externa atividade social a uma vida mais profunda, à vida de tranquilo pensamento e paz interna, e assim aprendamos a conservar uma imperturbável placidez de espírito, ainda mesmo em meio das variadas vicissitudes de nossa existência.

Para quem tenha de viver e trabalhar na afanosa e febril vida de hoje, também há uma maneira que o conduz prontamente à calma do Supremo. Que introduza um princípio espiritualizante nesta dispersiva atividade. Que não renuncie ao seu trabalho nem fuja dos antros dos homens, mas, sim, à sua primitiva atitude para com o trabalho. Que aquilo que era anteriormente feito tão-só por egoísmo, seja de agora em diante feito com o espírito de servir a humanidade. Esta é a espiritualidade prática. Além disso, ele achará meia hora por dia para reunir idéias elevadas e santas e depô-las no altar de sua mente, como uma oferenda silenciosa à Causa Primária.

Este é o único evangelho compatível com o Ocidente prático — o evangelho da ação inspirada — se quiser fazê-lo galgar uma civilização superior.

Se há uma mensagem que todo o mundo aguarda, é a mensagem do Oriente-Ocidente, uma mensagem da Ação Inspirada!

Então atacaremos os problemas do mundo da pobreza, guerra, doenças e ignorância com um novo sabor e melhor sucesso, e todavia, sem nos esquecermos de prestar nossas homenagens diárias à divindade dadivosa de paz e enobrecedora da alma que mora nos corações dos homens.

## **A ajuda espiritual em assuntos materiais**

Alguns dos leitores dos capítulos precedentes objetarão que estas idéias podem ser muito belas e profundas, porém são de todo impraticáveis. Nenhuma noção poderia ser mais falsa, nenhuma suposição poderia ser mais infundada. A condição de espiritualidade realizada não é algo nebuloso e insubstancial. Pode-se tornar a vida espiritual intensamente prática em sua aplicação; com efeito, bem compreendida, é a melhor base possível para a existência prática. Pois temos de aprender a governar corretamente nossos pensamentos, que são o guia invisível de todas as nossas ações.

Estas longínquas indagações espirituais podem parecer destituídas de qualquer valor para o homem vulgar. Isso ocorrerá efetivamente se destituídos de valor também forem o controle dos nervos perturbados, a paz mental e a tranquilidade de coração. Isto ocorrerá, se forem destituídas de valor o equilíbrio interno e o autodomínio externo. Isto ocorrerá se nenhum valor tiverem a proteção divina e a ajuda providencial em todas as espécies de aflição, nem a cura misteriosa de moléstias e uma indicação estranha em momentos de perplexidade. Isto ocorrerá, se a existência do homem for perpétua e não se lhe aproximar o alfange da morte para encurtar-lhe os dias.

As preocupações da vida nos absorvem constantemente a atenção. Enquanto uma frenética atividade domina a atenção do mundo, a sabedoria que vem da quietude mental se obscurece e desaparece. Quanto mais nos engolfamos neste desassissado materialismo, mais densamente oculto se torna nosso ser divino.

Estas páginas se esforçarão por mostrar como o homem, mesmo que viva sob tais condições, mesmo que esteja cercado de circunstâncias aparentemente intransponíveis, poderá conseguir uma correta direção para a sua vida material, orientação superior para solucionar os problemas de sua vida diária, proteção divina nas horas de angústia e cura espiritual para os seus males físicos.

Eu poderia citar numerosos casos para demonstrar que não é mera abstração a técnica de vivência espiritual aqui proposta; é, sim, uma maneira de como

comportar-se para obter auxílio prático também em assuntos materiais; é uma forma de atividade protetora que dota nosso coração de um sentimento de completa segurança.

Quem quer que haja descoberto o caminho secreto que conduz ao centro divino, poderá depois demonstrar sempre fato desta descoberta pelo modo como ele contorna os obstáculos inevitáveis, as dificuldades inelutáveis e os frequentes dissabores que assaltam de quando em quando a vida humana. Para esse, iniciou-se uma vida superior.

O homem que ignore o eu, cria a sua própria infelicidade. O mundo o manobra, em vez dele manobrar o mundo. A vida se precipita, mais cedo ou mais tarde, com pés cruéis sobre o homem que conhece poucas ou muitas coisas mas não se conhece a si mesmo. Mesmo os mortos não escapam, pois a morte é apenas uma forma de vida.

Se o homem reconhecesse suas possibilidades divinas tão prontamente quanto reconhece suas limitações animais, depressa lhe chegariam dias áureos. Não oremos, pois, pedindo mais poder sobre os demais seres humanos, nem maior riqueza ou fama mais extensa: oremos, antes, pedindo o afastamento dessa crassa ignorância sobre nosso verdadeiro eu.

Existem milhões de homens e mulheres que se sentem infelizes porque nunca aprenderam esta verdade, e são vítimas de sua própria deplorável ignorância. Sob a delicada face de suas vidas, estão cheios de descontentamentos, estuantes de discórdias, e seus corações não sentem paz.

Existe uma porta sempre aberta, de que poucos homens se dignam aproximar-se, porém pela qual todos terão de passar um dia. É a porta do eu real do homem, cujos portais invisíveis têm de ser tateados e sentidos depois, dentro dos misteriosos recessos do espírito humano. E nesses recessos sombreados que nascem os pensamentos e os sentimentos, e portanto, podemos seguir nosso caminho até a entrada, ao longo da senda do pensamento ou sentimento guiados. Mas uma vez tenhamos transposto o umbral e penetrado no silêncio interior, todas as perguntas perturbadoras terão suas respostas, todas as aspirações encontrarão ou ampla satisfação ou resignada compreensão, e todas as atribulações perigosas atrairão a divina força ante a qual se acalmarão. É nesta inefável região interior que o homem há de encontrar sua máxima satisfação, sua beatitude final, sua segura proteção.

A base racional destas coisas é facilmente explicável. O homem é em si um universo em miniatura. Seu Super-eu constitui o sol e seu eu pessoal desempenha o papel da lua. Assim como a lua empresta sua luz do sol, assim sua personalidade empresta do luminar central, o Super-eu, a vitalidade, e seus poderes de pensar e de sentir. Os homens que vivem apenas em função da sabedoria e do ser de seu eu pessoal, assemelham-se aos homens que

trabalham à noite sob a luz lunar, por não haver sol. “Quem nunca tenha visto o sol — diz o escritor espanhol Calderon — não pode ser censurado por imaginar que não existe glória superior à da lua”. Os homens que vivem em função da sabedoria do Super-eu, podem também apreciar a contribuição da personalidade, porém atribuem-lhe um valor secundário.

Algo acontece ao homem que logra o verdadeiro autoconhecimento e autodomínio. Ele obtém uma visão diferente e vê a vida de uma nova posição vantajosa. Contempla o ruidoso panorama da existência confusa conturbada, mas conserva em si uma serena harmonia interior. As irritações que antes o apoquentavam, desaparecem. As paixões que outrora o tiveram em suas garras, se abrandam e são por sua vez alcançadas e submetidas por uma força superior.

O seguimento bem sucedido do Caminho Secreto libertará o homem, finalmente, dos desejos irrequietos, pensamentos descontrolados e ações irrefletidas. E embora o esforço requerido pareça grande, o prêmio espiritual o compensará, pois a condição misteriosa reveladora do Super-eu desperto florescerá um dia dentro da alma do aspirante.

Nos plácidos momentos de quietude obteremos um grau de domínio próprio que acabará impregnando toda a nossa vida diária, e saturará todas as nossas ações. Este resultado é certo e científico. Da mesma forma que umas gotas de heliotrópio vermelho num copo d’água farão esta tomar um coloração vermelha, assim *toda* a nossa vida externa será colorida de um autodomínio automático, se persistirmos na tríplice prática. Lançai vossos pães de tempo e esforços nas águas da quietude mental, e eles vos retornarão centuplicados.

Uma vez que tenhais vos colocado nas mãos do interno Super-eu, vossa vida começará a fluir serena e docemente. Internamente ela se assemelhará a uma tranquila corrente, mesmo que lá fora ainda rujam as tormentas. Vosso zelo pelo exato resultado de vossos assuntos não poderá ser maior do que o Super-eu tem por vós. Assim, quando empunhais as rédeas, vossa orientação é amiúde ignorante e insensata; mas quando a divindade interna as empunha, sereis seguramente conduzidos acertadamente, pois ele é mais sábio do que vós. Ofertai-lhe vossa irrestrita e espontânea submissão.

O que obtiverdes no período da quietude mental, poderá converter-se em força para viver e sabedoria para agir retamente.

Descobrireis que o Caminho Secreto da quietude mental será de utilidade em todo tipo de situação, seja agradável ou dolorosa, psíquica ou física. Podereis vacilar ou mesmo falhar em aplicar este conhecimento, mas o Super-eu é infinitamente paciente e estará pronto para dar-vos sua assistência em vossa própria senda, quando estiverdes preparado para invocar a sua presença.



Pouco a pouco, imperceptivelmente, vossos esforços diários abrirão um novo canal ao longo das sinuosas convoluções de vosso cérebro, o que vos facilitará a aproximação da esfera sob a influência do Super-eu.

Mostrar-vos-ei agora a maneira como vossos trabalhos durante os períodos diários de quietude mental hão de ser feitos para depois exercerem uma influência sobre o resto de vosso dia; como porão em vossas mãos um instrumento suficiente para atacardes os problemas ou vos defenderdes da ameaça dos infortúnios, e como poderão vir em vosso auxílio a qualquer hora para fortalecer-vos contra as tentações e provas. O método é totalmente prático.

Começai por contemplar o Super-eu como uma Inteligência sempre presente, com a qual podeis comungar, à qual podéis confiar vosso perturbado coração em busca de paz, e sob cuja égide permanecereis amplamente protegidos. Qualquer que seja o vosso problema, não limiteis vossos esforços a uma simples solução intelectual. Não dependais tão-só da fria razão. Encarai vossas dificuldades à branca luz do Super-eu, e ali achareis a acertada orientação que finalmente vo-lo solucionará

Eis a regra: toda vez que vos sentirdes aborrecidos, atormentados, tolhidos, experimentados ou tentados, praticai primeiro o exercício de tranquila respiração durante dois ou três minutos, e depois formulai-vos uma das perguntas seguintes, conforme seja o caso:

*“A quem aborrece isto?”*

*“A quem atormenta isto?”*

*“A quem tolhe isto?”*

*“A quem experimenta isto?”*

*“A quem tenta isto?”*

Depois de vos haverdes formulado a adequada pergunta silenciosa, pausai, aquietai vossos pensamentos tanto quanto puderdes, e repeti o processo de “escuta” com que operais na quietude mental que já vos é familiar.

Esta prática coloca vossa consciência em contato com o Super-eu, cuja proteção então a envolve. Isolar-se instantaneamente nesta busca do eu espiritual, quando subitamente se defronte com um mau acontecimento, é neutralizar-lhe o poder de perturbar a mente. Então, qualquer que seja a ação que se lhe siga, será sábia e correta, por estar inspirada pelo Super-eu.

No Super-eu não há lugar para discórdias. Volvendo-nos internamente para este Super-eu, automaticamente nos recusamos a aceitar as sugestões de experiências discordantes. Ao surgir uma contrariedade, o homem deve recusar-se a aceitar as sugestões do desespero ou dúvida que lhe assaltam a mente: em

lugar disto, deve acalmar sua respiração, mudar imediatamente o seu pensamento e inquirir: “A quem atingiu esta contrariedade?”

Se pudermos rejeitar, e rejeitar persistentemente, cada pensamento desagradável, infeliz e espiritualmente inverídico que nos assalte, seremos sem dúvida mortais muito felizes. Estas coisas são perfeitamente exequíveis, porém raramente o são pelos esforços comuns de autodomínio; só um método como o que aqui se oferece, poderá lograr tão admirável tarefa, pois então a vitória será finalmente ganha, não por nossos próprios esforços, mas pelo poder superior do Super-eu que invocamos.

Pessoas desagradáveis, circunstâncias irritadiças e decepções inesperadas: o inegável efeito de tudo isso pode ser anulado mediante o nosso decidido esforço para alcançar o divino centro de nosso ser. Cabe ao estudante cultivar o hábito de recorrer imediatamente ao eu interno, quando em conflito com as circunstâncias que o envolvam. Se o fizer fielmente, dele se apossará uma maravilhosa sensação de paz e segurança, e sua mente passará sem fricções através da ocorrência.

Importa aqui recordar que nosso eu mais íntimo se acha sempre numa condição de paz intensa. Quando ao nosso redor rugir a tormenta dos aborrecimentos, repudiemos imediatamente as reações indesejáveis e procuremos focalizar nosso pensamento na busca do eu espiritual. A descoberta deste será também o atingimento de sua condição feliz. O bem está sempre presente, mas tem de ser procurado, sentido depois, e afinal reconhecido.

Nenhuma ocasião é mais propícia para encetar esta busca divina do que quando sobre nossas cabeças se desaba uma avalanche de sombrios acontecimentos e corrosivas ansiedades. Pois então, por uma imersão da mente na autobusca, poderemos demonstrar, de maneira impressionante e luminosa, o poder misterioso do método. “Levantai os olhos para o céu”, clamava o antigo profeta Isaías. Esta introversão da faculdade da atenção enfraquece, necessariamente, a força das emoções desarmônicas e desagradáveis que nos atacam. O simples esforço para nos descobrirmos, aproxima-nos da condição de sublime felicidade, em que habita o eu real. É uma libertação. Desta maneira aplicamos a verdade que aprendemos e a tornamos um fator ativo em nossas vidas.

A prática desta técnica apagará de nossa mente, infalivelmente, o medo, a depressão e o materialismo. Devemos referir tudo ao Super-eu interno, até que o hábito se nos torne o primeiro pensamento, a segunda natureza, o sexto sentido.

Pode-se explicar o processo de outra maneira. O homem, como Super-eu, é isento de desejos, não está sujeito a nenhuma influência externa, nem é afetado por outro poder que não o poder de Deus. Portanto, o Super-eu nunca sente dor, nunca se zanga nem pode ser afetado pela depressão ou medo. O homem, como

eu pessoal, está cheio de desejos e aversões, reage constantemente às influências externas e identifica-se com elas. Aceita as reações de seu corpo aos ambientes e pessoas que continuamente encontra, e a eles se ajusta como se de fato fossem propriamente seus. Ele aceita que o corpo registra do medo, desejo, ira, repulsa, dor, etc. Está tão alheio à sua própria natureza interna, que admite ser governado pelas tendências do corpo, e assim impede a expressão da energia e potencialidades divinas latentes em sua constituição espiritual.

Desde o momento em que se permita à mente revestir-se de condições desagradáveis, o homem se torna escravo delas e deve arcar com as penalidades desagradáveis. Mas se, ao sentir os zúidos pessoais, ele persiste em volver sua atenção para o seu centro interno, então as coisas externas começarão a perder seu poder de afetá-lo. No grau em que a prática e o hábito tenham desenvolvido em si esta faculdade introspectiva, ele será capaz de eliminar as influências maléficas, quer provenham de outras pessoas ou dos ambientes circundantes, quer se apresentem sob a forma de moléstias ou circunstâncias incômodas. Não nos há de surpreender a obtenção de resultados tão admiráveis, se nos lembrarmos de que “o homem foi feito à imagem de Deus”, que por estas práticas sua verdadeira semelhança se imerge gradativamente em sua consciência.

Se abriremos a porta de nossa submissão e consciência passiva às ocorrências discordantes, nos tornaremos suas infelizes vítimas. Se, ao contrário, lhes fecharmos a porta da mente e sujeitarmos nossa passividade ao bem harmonioso no centro de nosso ser, não precisaremos sofrer. É nosso reconhecimento mental de nossa própria divindade o que traz a cura em suas asas e interiormente nos liberta do poder maléfico das circunstâncias adversas.

Pode tomar várias formas o tipo de ajuda que assim recebamos. Proteção nas horas de perigo é uma delas. Todos os que realmente se entregam ao Poder Superior, recebem sua ajuda protetora.

Aprecio a leal declaração do cacique dos índios vermelhos que queriam atacar a igreja dos Quacres da cidade de Easton, no estado de Nova Iorque, em 1775, numa radiante manhã de verão. “Índios vêm casa homem branco — disse ele apontando para a colônia com o dedo — Índios querem matar homem branco, um, dois, três, seis, todos”, e enfiou seu machado de guerra no cinto com ar agressivo. “Índios chegam, vêem homem branco sentado na casa; nenhuma espingarda, nenhuma flecha, nenhuma faca; todos quietos, todos parados, adorando o Grande Espírito. *Grande Espírito dentro do Índio, também* — ele apontou para o seu peito — então Grande Espírito diz: “Índios! não matá-los!”

A cura é uma outra forma em que se pode manifestar esta ajuda. Minha amiga, Dorothy Kerin, levantou-se do leito de morte completa e instantaneamente curada de prolongada tísica, diabetes e úlceras gástricas. Os médicos que a atendiam haviam cessado todo tratamento, considerando-a um caso perdido.

Sua cura milagrosa por poderes espirituais foi a maravilha da Rua Harley; muitos médicos investigaram o seu caso, mas tiveram que admitir que a cura estava além de sua compreensão. Diz a Srta. Kerin: “Minha cura veio diretamente de Deus. O Novo Testamento está cheio de promessas de cura, e estou confiante em que logo que possamos abrir os olhos espirituais, as veremos cumprir-se”.

Outro amigo, W. T. Parish, tinha sido informado pelos médicos de que sua esposa sofria de câncer e não viveria muito tempo. Seu seio esquerdo já havia sido extraído por uma operação, quando o seio direito foi atacado. Parish retirou-a do hospital e começou a tratá-la ele mesmo, pelos métodos e poderes do espírito. Em nove meses ela estava restabelecida. Seu caso oferece uma clara e perfeita demonstração do poder do espírito sobre o corpo, uma significativa indicação da cura de uma das moléstias mais terríveis da atualidade, mediante a aplicação do mais sublime remédio terapêutico da antiguidade, que é o divino poder curador.

A força vital do Super-eu flui continuamente em cada elétron dos átomos que formam o corpo. É o Super-eu que realmente dá vida aos nossos corpos e os sustém. Sem sua presença invisível, nossos corpos cairiam mortos instantaneamente, como peças de matéria inerte. O maquinismo do corpo não poderia funcionar em suas invisíveis correias espirituais de transmissão. E é o Super-eu quem pode igualmente reparar e curar esses corpos.

O poder do Super-tu está convosco aqui e agora; nada pode privar-vos de sua operação, a não ser vossa voluntária negligência, vossa própria supina dúvida. Segui o Caminho Secreto e apropriai-vos daquilo que já é vosso.

Todavia, o homem não pode ditar à Inteligência Criadora que governa o mundo e que impregna a sua vida, sobre a exata forma de ajuda que receberá, nem pode pedir sempre satisfação de suas necessidades pessoais, sem outras considerações superiores. Em última análise, o homem é um pensionista na Assistência Universal.

Ele pode sempre governar as circunstâncias, mas não pode governar sua resposta a elas. Se a realização espiritual nem sempre pode afastar de seu caminho as sombras da pobreza, doenças ou infortúnios, ela o dotará de coragem para enfrentar a pobreza, paciência para suportar as doenças e sabedoria para arrostar o infortúnio.

O homem que se integre cada vez mais nesta percepção de seu eu mais profundo, se sentirá cada vez menos inclinado a importunar os poderes, seja para o seu êxito, suas necessidades materiais ou suas inclinações sociais. Em vez disso, ele sentirá a força protetora deste eu; se algo lhe pedir, será mais sabedoria, mais energia e mais amor. Possuindo estas coisas, ele sabe que pode deixar com segurança o resto para a divindade interna, que depois acudirá infalivelmente às suas *reais* necessidades, na hora precisa.

Convém sabermos que poderemos viver muito mais seguramente se abrirmos e mantivermos aberta alguma vereda de recolhimento ao Super-eu. Poderemos peregrinar por este nosso velho globo terráqueo muito mais seguramente se de quando em quando realizarmos como que uma excursão pelas estrelas.

Procuremos o Super-eu através do nevoeiro de lágrimas não provocadas, da claridade solar dos desejos satisfeitos, e não nos esqueçamos do que realmente somos.

O homem não passa de um medíocre enquanto não aprender a confiar neste poder superior, o eu real; enquanto não fizer desse poder um fator vivo em sua visão e não apelar sempre para esse eu em seu interior, em busca de inspiração.

Crede no eu que conheceis e vos sentireis de pronto limitados; crede no eu maior que realmente sois, e podereis prosseguir triunfalmente até a vitória final. Sêde aquilo que tendes de ser dentro de vós.

Em vossas mais serenas exaltações, realizareis esta profunda verdade: *nunca estivestes realmente afastados de Deus!*

# 12

## O epílogo

Sim; nunca vos afastastes do Divino Poder que governa o universo, dirige a vida do homem, e é a base invisível de toda a existência. Não é este um pensamento útil numa época como a atual, em que vivemos num período de fraca descrença e cínico materialismo, resultantes do fato de haver sido a raça humana colocada em seu Gólgota desde 1914? A rósea sentença de Browning: “Deus está no Seu céu; tudo vai bem na terra”, é lida através de óculos escuros. Estamos desanimadoramente dúbios quanto à existência de Deus e do Seu céu, enquanto o aspecto presente do mundo parecer lançar um desmentido ao rosto de Browning.

A literatura séria dos últimos poucos anos tornou-se uma literatura de desespero. Os homens que pensam e os que escrevem com outra finalidade que não simplesmente entreter outros, começaram a ver quão significativos são os problemas desafiadores que a época está levando rapidamente a uma crise. Eles vêem que a rubra aurora que polarizou as esperanças de todo o mundo ao terminar a guerra (1914-18), empalideceu e nos deixou envoltos num desconcertante nevoeiro. Foram forçados, o contra-gosto seu, a fazerem-se relutantes precursores da condenação. Hoje eles se tornaram as agoureiras Cassandras advertindo profeticamente a humanidade contra inimigos iminentes. Largamos a última página de seus escritos com uma sensação de calafrio e uma impressão de profundo pessimismo.

Quem, ao observar os edifícios sociais e políticos esboroando-se e espatifando-se no solo, poderá duvidar de que observa o término de uma época histórica? Hoje a narrativa da história se tornou o drama do inesperado; cada manhã esperamos pela próxima nova surpresa. A antiquíssima dinastia dos manchus teve de abandonar Pequim, e com ela desapareceu o país que havia criado a Regra de Ouro. <sup>1</sup> Hoje em dia, a única coisa certa é a incerteza. Outrora a caravana da vida perambulava pelos séculos qual uma infindável procissão, mas hoje ela avança desabaladamente em máquinas velocíssimas.

1. Muito provavelmente o autor se refere ao preceito áureo de Confúcio: “Não faças aos outros o que não gostas que te seja feito”, e que corresponde a este de Cristo: “O que quereis que vos façam a vós os homens, isso mesmo fazei vós a eles” (S. Lucas 6:31). (N. da T.)

A humanidade atual anda faminta. e assombrada; faminta por dias melhores e mais alegres, e ainda assombrada pelas densas sombras do passado. O mundo parece querer experimentar todos os caminhos, menos o melhor. Atormentado ante a perspectiva de uma outra guerra, desorientado ante as condições políticas caóticas de todos os continentes, ele se lança de um lado a outro em busca da fórmula perfeita, capaz de resolver seus problemas econômicos e políticos. Mas a única fórmula perfeita, a única fórmula infalível, conquanto a seu alcance, está fora de sua visão. E essa é a Regra de Ouro: “Não façais aos outros o que não quereis que eles vos façam.”

A clamorosa necessidade do mundo presente não é a mudança de cabeça, e sim, mudança de coração. Entre nós não faltam idéias — antes o contrário — mas falta boa vontade. O sentimento de boa vontade será a melhor segurança da paz universal.

Quem pode contemplar o espetáculo da Europa moderna sem se lembrar das advertências do Profeta de Nazaré, advertências escritas com letras de fogo nas páginas da história? Quem pode esquecer as terríveis palavras de Jesus, quando, de pé no Monte das Oliveiras, dirigidas à capital dos judeus:

“Ó Jerusalém, Jerusalém, tu que matas os profetas e apedrejas os que te são enviados, quanto quisera eu ter reunido teus filhos, como a galinha ajunta seus pintinhos sob suas asas, e tu não o quiseste.”

\*

Todavia, permaneçamos por uns instantes de pé, qual Clio, a Musa da história nos tempos antigos, com a pena suspensa, em vez de nos precipitarmos em julgar o nosso século. Pois existe um plano por trás dos acontecimentos que plasmam a vida do mundo moderno, e a não ser que o homem tenha aprendido a discernir este plano, ele não poderá julgar acertadamente.

*Os poderes que guiam o universo, que velam pela humanidade e vigiam o mundo, falarão a este século num estilo muito mais vigoroso que o meu, e demonstrarão sua existência através de ocorrências muito mais surpreendentes do que a publicação de um simples livro.* Por olharmos ao seu redor e depararmos com o caos que pesa sobre nós, os tolos temem que Deus esteja morto e nós estejamos perdidos. Porque nenhuma mão se estende do Grande Ignoto para salvar a humanidade de suas auto-engendradas tristezas, eles imaginam que *não há* nenhuma mão para auxiliar-nos. Deus, se quisesse, poderia sarar todas as tristezas deste planeta num rápido instante. Mas isso seria transformar-nos em autômatos, converter-nos em anjos tornados máquinas. Se tem de crescer em semelhança com Deus, o homem há de fazê-lo de livre e espontânea vontade. E a garantia de que ele assim fará, é a presença de uma centelha divina dentro de si. Existem verdadeiras vozes no coração: as vozes da Esperança e Boa-vontade, e essas serão ouvidas uma vez mais.

Pois o instinto divino no homem é inerradicável; poderá ser abafado por algum tempo, mas um dia brotará de novo.

É curial, porém exato, que nas penúrias do homem está a oportunidade de Deus. O que se aplica a um indivíduo, aplica-se igualmente a uma nação, que é apenas uma coleção de indivíduos, e da mesma maneira a todo o mundo, que não passa de nações. Angústias sociais, ansiedades econômicas, caos político, são todos, e sobretudo, consequências físicas da falta de espiritualidade no mundo. As penúrias do mundo provarão ser a oportunidade de Deus, e a história do século vinte evidenciará plenamente este fato.

A parábola cristã do Filho Pródigo tem um significado tanto mundial como individual. Quando os povos se cansarem de suas intermináveis perturbações, por eles próprios criadas, batidos pelos seus monstros frankenstaineanos das guerras cientificamente empreendidas, dos massacres das massas e das desastrosas imposições econômicas que revelam sua falta de boa vontade, eles volverão seus rostos para a casa paterna e encetarão a viagem de volta para uma vida melhor. E seu Pai, sabendo-o, irá ao seu encontro e os reunirá, beijará e confortará, e lhes revelará seu ininterrupto amor por eles.

Entrementes, ainda desafia o homem a suprema pergunta: tu te conheces? Nestes tempos perturbados e fatídicos, o homem sensato procurará um imóvel ponto de apoio, em que possa descansar enquanto o mundo roda alucinado ao seu redor. Tal ponto de apoio jamais se poderá achar em qualquer lugar externo; só poderá ser descoberto nas profundezas secretas do coração. Ali, nos misteriosos recessos de nosso próprio ser, ele existe, dando ao homem uma energia mais profunda e uma sabedoria mais elevada. O homem iluminado pela sabedoria do Super-eu e fortalecido pela sua energia, tem outra função que não esperar passivamente novos Armageddons ou cataclismas planetários. Para quem vive apoiado nesta confiança absoluta, não há temor pelo dia de amanhã, como não o há para as andorinhas do espaço.

Ele sabe que a noite passará, e que a aurora, silenciosa e irresistível, afugentará as trevas do mundo, e uma vez mais o inundará de luz. Quando a verdade acerca do lado oculto do universo e do homem for de novo revelada, e demonstrada tanto quanto possível de uma maneira científica e racional, as novas descobertas da Ciência sacudirão as mais poderosas mentalidades. Nós então levantaremos uma coluna de sabedoria superior, que se desdobrará numa nova e mais esplêndida era, e então renovaremos nosso testemunho das eternas verdades espirituais que nenhum progresso da Ciência, nenhum avanço da civilização, nenhum lapso no caráter humano, jamais poderá tornar obsoletas.

Ao mesmo tempo, cada um dos que palmilham este secreto caminho interno pode tornar-se um disseminador da verdadeira luz, transformando-se e capacitando-se para transformar outros. É de tais homens, inspirados instrumentos altruístas, preparados para trabalhar na obra superior do gênero



humano, que devemos esperar a libertação do mundo de seu legado de ignorância espiritual e sofrimentos materiais.

Submetamo-nos à grandeza do imperecível Super-eu; mesmo que não possamos entender ou alcançar a sua altitude himalaiana, sujeitemos nossa mente, coração e corpo às suas augustas ordens. Assim ingressaremos na vida imortal e colheremos os frutos perenes da verdade, sabedoria, paz e poder.

Ofereçamo-nos às excelsas Potestades, afim de que elas possam utilizar-nos em servir nobremente a humanidade na esfera que nos tenha calhado, por limitada que seja. Entreguemo-nos silenciosamente ao bem-estar dos outros, tal como Cristo se entregou ao bem-estar deste escuro planeta. Sejam-leais para com o propósito invisível que os deuses mantêm eternamente para com a humanidade. Em toda a parte está presente a vida divina; traí-la-emos negando a sua existência eterna, ou envergonhá-la-emos desdenhando de suas sublimes admoestações?

QUE A PAZ ESTEJA CONVOSCO