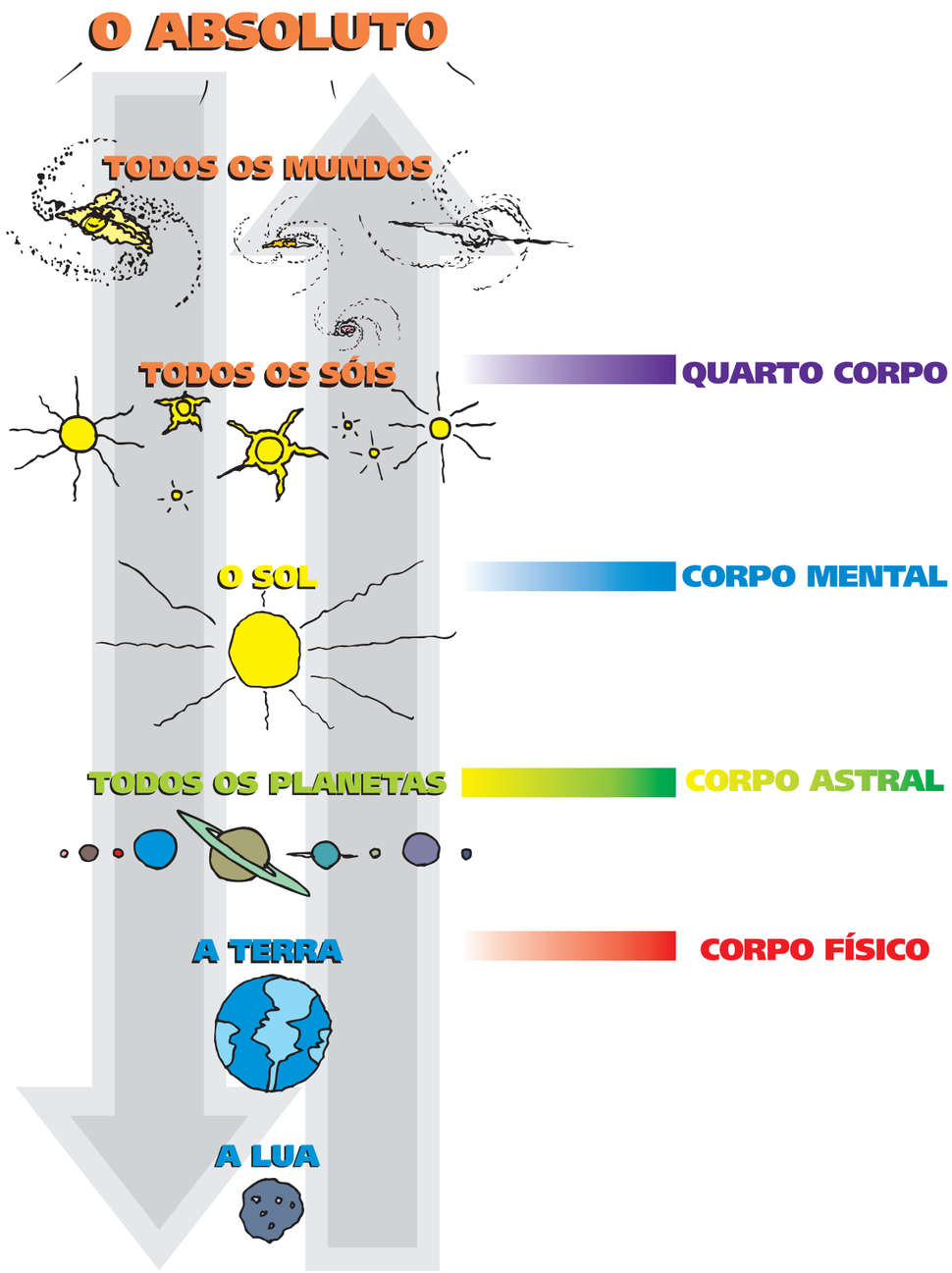
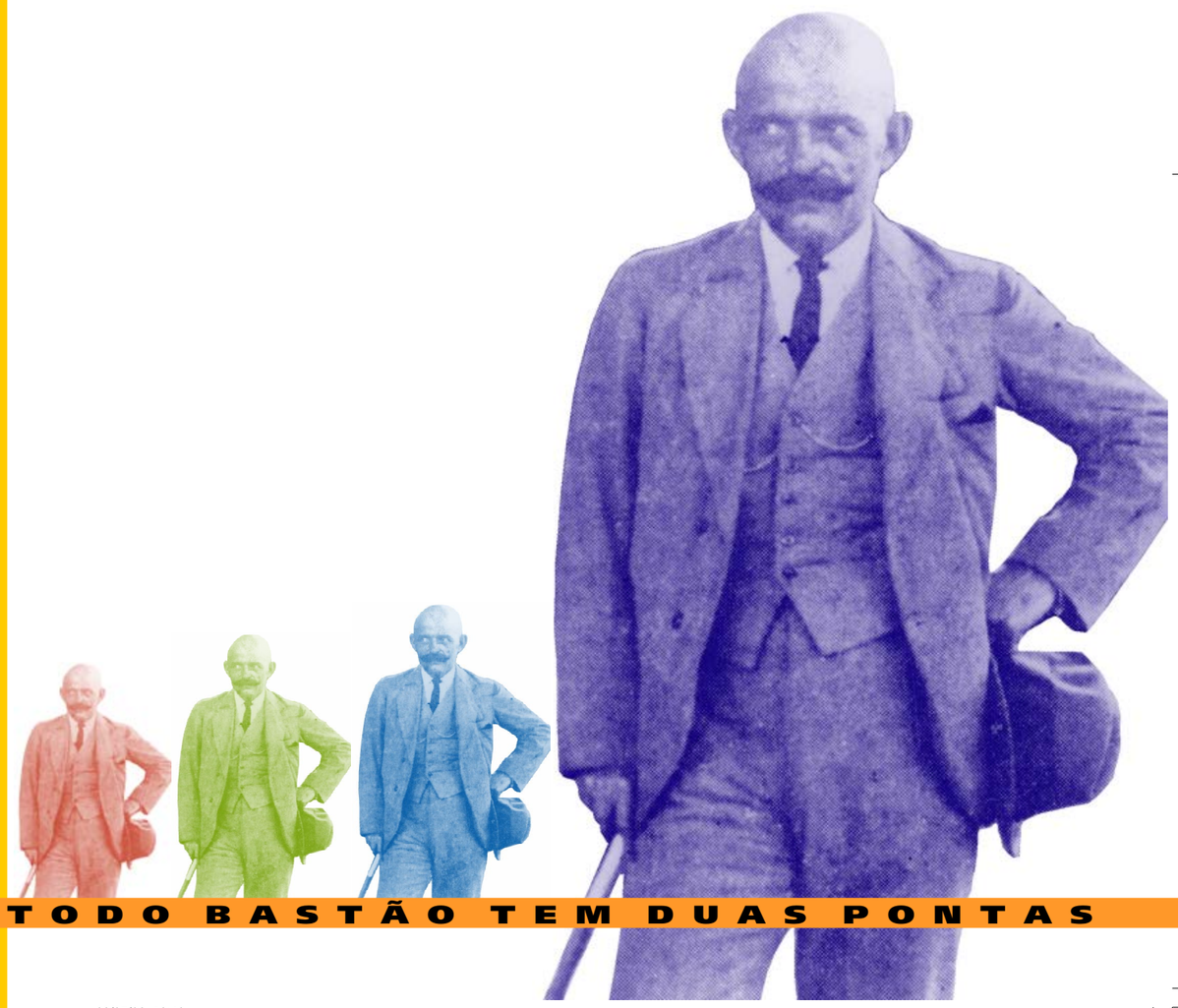


DIAGRAMA DO RAIO DE CRIAÇÃO

SER

nº 4 PERIÓDICO DO GRUPO GURDJIEFF DE SÃO PAULO

em busca do SI MESMO



TODO BASTÃO TEM DUAS PONTAS

SER

O periódico do
Grupo Gurdjieff de São Paulo
Abril / 2002

Editores
Paulo A. S. Raful
Lauro A. S. Raful

Editora Executiva
Carmem Silvia de Carvalho

Equipe de Apoio
Maria Aparecida Ramos De Stefano
Beatriz Sztutman
Luiz Henrique Domingues

Projeto Gráfico e Ilustrações
Ivo Minkovicius

Fotografias das entrevistas
Maria Aparecida Ramos De Stefano
Beatriz Sztutman

Tradução dos textos tradicionais
Maria Aparecida Ramos De Stefano

Revisão de textos
Maria Eugênia da Rocha Nogueira
Carmem Silvia de Carvalho

Capa
Georges Ivanovitch Gurdjieff
Diagrama do Raio de Criação

Entrevista com Lauro Raful
Maria Aparecida Ramos De Stefano
Beatriz Sztutman
Luiz Domingues

Entrevista com os Jovens
Maria Aparecida Ramos De Stefano
Carmem Silvia de Carvalho

Transcrição de fitas
Maria Aparecida Ramos De Stefano
Carmem Silvia de Carvalho

Impressão e acabamento
Copy Center

© Copyright
Paulo A.S. Raful e Lauro A.S. Raful

Editora Esoatenca
Caixa Postal 60.010 São Paulo - SP
CEP: 05096 - 970

e-mail: revistaser@ig.com.br

ÍNDICE

1 Carta aos leitores

2 Artigo
Comentário sobre a constituição metafísica do ser humano segundo G. I. Gurdjieff (por Paulo Raful)

6 Entrevista
Diálogos com um homem de atenção (com Lauro Raful)

14 Textos tradicionais
- Comentários de Sri Aurobindo a respeito da guerra
- O Kali Yuga (Vishnu Purâna)
- Outros mundos e outros corpos (por Satprem)
- Yoga de Deus indivisível e supremo (Bhagavad-Gîtâ)
- Relatos de Belzebuth a seu neto (por G. I. Gurdjieff)

20 Humor
Histórias do Mulá Nasruddin

22 Artigos
- A respiração e a alma (por Maria Aparecida R. De Stefano)
- Vários livros em um só livro (por Mary Celeste Bueno)
- Uma Yoga para os olhos (por Dr. Mario Luiz de Camargo)
- Prathanâsana (por Martha Machado D'Andrea)
- Depoimento de uma aluna de Yoga (por Cíntia Fernandes Contreiras)

30 Poesias

32 Contos e Lendas
A arte da caça (adaptação de Vita P. Mesniks)

36 Entrevista
A face jovem do Divino

48 Artigos
- A relatividade da noção de tempo (por Luiz Henrique Domingues)
- A dinâmica e os benefícios do estudo de um livro sagrado (por Júlia Margarido)
- Eneagrama (por Renatus)

54 Seminários
- 50 princípios da arte de amar (transcrição de Rodrigo Greguol)
- 50 princípios da boa sorte (transcrição de Rodrigo Greguol)

Imagem de fundo da pág. 9: São João Batista, *de Leonardo da Vinci,1509-12, Paris, Louvre*

Imagem de fundo da pág. 13: Hórus Purificador, *bronze representando o deus egípcio Horus vertendo a água da purificação divina. (664-525 a.C. – do livro "L' Egypte au Musée du Louvre", Poche-Couleur, Éditions du Rocher)*

Imagem das págs. 30/31: Fotografia de Ansel Adams, do livro "The Portfolios of Ansel Adams". *Little, Brown and Company- 1977*

Imagem das págs. 32/33: Lobos – *Os Bichos, da Editora Nova Cultural, São Paulo, 1988*

MURAL

Dia 08/04/2002, segunda-feira, das 18h45 às 19h30, teve início um grupo novo. Lembremos que é preciso colocar alguém no degrau de baixo para que possamos continuar subindo a escada.

Agora você pode fazer perguntas sobre tudo e todas as coisas, por escrito, e colocar em uma caixa na sala do Osvaldo. Caso queira permanecer incógnito, não há problema, mas pedimos que informe seu sexo. As questões serão respondidas por Paulo e Lauro Raful na seção **Diálogos com um Homem de Atenção**, a partir do próximo número.

Façam suas inscrições! Nos dias 07 e 08 de maio próximo, às 18h30, começará a segunda etapa do Seminário de Tiposofia:
O Sol, a Lua, as Estrelas e o Conhecimento de Si Mesmo
(duração: 6 semanas - até 11 e 12/06, respectivamente)

50 PRINCÍPIOS DA BOA SORTE

(transcrição dos* Seminários *de Paulo Raful e Lauro Raful, realizada por Rodrigo Greguol)

O INESPERADO SEMPRE ACONTECE.

A atitude mais inteligente nos negócios é esperar o inesperado.

O inesperado me provoca, cobra de mim novidades, novas atitudes; um pensar, sentir e agir diferentes, com flexibilidade. Como isso é diferente do habitual, eu não gosto: tudo tem de estar dentro do planejamento, do esperado. O tirano tenta controlar tudo.
A fórmula ideal para o sucesso é uma vida organizada e planejada, mas com espaço para o inesperado. No campo afetivo e da saúde é mais difícil, porque estamos sempre despreparados para o inesperado. Às vezes, até o sucesso é inesperado, e não consigo mantê-lo. Posso reduzir muito meu sofrimento se estiver preparado para o inesperado em qualquer campo. Se puder assimilar esse princípio, estarei mais preparado.

DEIXE A INTUIÇÃO CAPTAR A ESSÊNCIA DO QUE ESTÁ ACONTECENDO.

O sucesso nos negócios depende da capacidade de captar a essência do que está acontecendo e, a partir dela, traçar uma linha de ação. Essa capacidade, a intuição, é parte do mental e só se manifesta quando este se encontra calmo e perceptivo.

Pergunte sempre: qual a lógica das coisas, das situações? A função faz a pessoa: a do político é defender o interesse dele e do seu time. Não posso acreditar em blablablá.
A intuição pertence a um plano muito nobre do mental. Como se comunicar com ela? Diante de um problema, acalme o mental. Prática: pegue um objeto que você ame, mantenha-se calmo e receptivo diante dele, querendo entrar em contato. A intuição não faz contato comigo se o mental estiver agitado. É o famoso "cair a ficha". Se eu persistir em deixar meu mental calmo e aberto, vão "cair fichas" para minha mente, meu corpo e minha emoção. Mas tenho de praticar a concentração. Assim, distinguirei entre intuição e fantasia. Vou errar, mas posso aprender.

LIBERE A MENTE DOS SONHOS E TORNE-A ATIVA.

Libere periodicamente seu mental das preocupações imediatas, com a intenção de que vá perscrutar o futuro de seus negócios. Se persistir nessa prática, resultados concretos advirão, demonstrando que você não estava sonhando o sonho dos tolos, mas o sonho eficaz, outro nome de intuição.

Os dois sonhos: o masturbatório e desgastante, que nunca se traduz em ação; o do grande artista, do visionário, do inventor, do cientista – poderoso e que dá possibilidade de prever o futuro. Para liberar a mente dos sonhos dos tolos, tire as pressões, deixe a área limpa. As sementes dos fatos que virão falam conosco hoje. Talvez possa sacar algumas tendências, antecipar em alguma medida o que pode acontecer a partir do que tenho em mãos. Não há garantia, mas se visualizar com clareza o que quero, em cores e movimento, haverá grandes chances de isso ser realizado. A concepção é tudo. Isso é um treino para me afastar dos problemas voluntariamente, sem envolvimento emocional.

CARTA AOS LEITORES

"O Grande Conhecimento é transmitido sucessivamente, de época a época, de povo a povo, de raça a raça. Os grandes centros de iniciação na Índia, na Assíria, no Egito, na Grécia, iluminam o mundo com uma luz viva. Os nomes venerados dos grandes iniciados, portadores vivos da verdade, são transmitidos com reverência de geração a geração."
(Gurdjieff fala a seus alunos, *Editora Pensamento, pág.62*)

Essas palavras foram ditas na Rússia, em 1918, por Georges Ivanovitch Gurdjieff (foto da capa), o grande mestre espiritual fundador de nossa linhagem.

É importante registrar que 84 anos depois, no Brasil, o grande legado de idéias, ensinamentos e práticas deixado por ele permanece vivo, norteando e iluminando o trabalho de nossa Escola e a busca interior de cada um de nós.

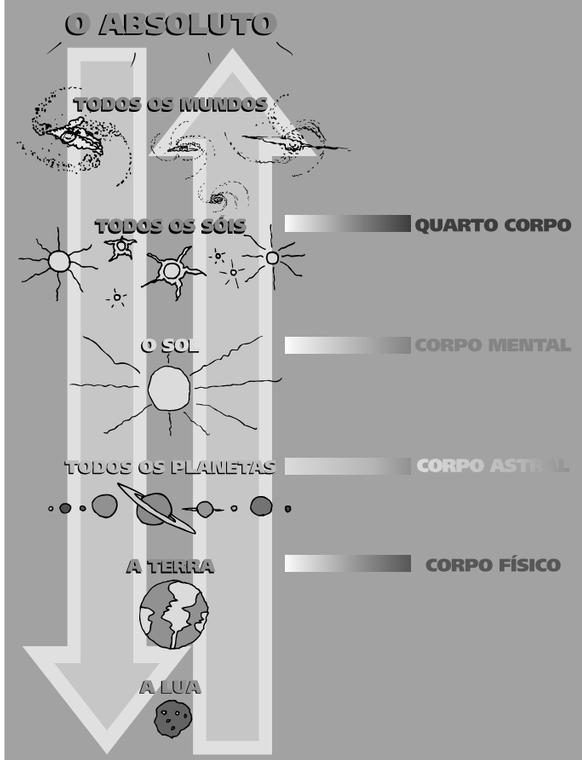
A revista está impregnada, direta ou indiretamente, do perfume gurdjieffiano. E os textos de outras tradições, com suas roupagens diferentes, só fazem relembrar e reafirmar as mesmas verdades eternas.

Para finalizar, agradecemos especialmente a colaboração e o empenho de Ivo Minkovicius, autor do projeto gráfico, e dos integrantes da Equipe de Apoio – Cida De Stefano, Bia Sztutman e Luiz Domingues – sem os quais esta publicação não teria sido possível.

Um grande abraço e boa leitura!

COMENTÁRIO SOBRE A CONSTITUIÇÃO METAFÍSICA DO SER HUMANO SEGUNDO G.I. GURDJIEFF

Paulo Raful



As grandes tradições iniciáticas nos legaram "mapas" da constituição do ser humano, instrumentos que descrevem justa e claramente sua estrutura integral. Todo homem com uma busca interior ativa sentirá, cedo ou tarde, a necessidade de tê-los em mãos; caso contrário, correrá o risco de adotar as pseudoconcepções que se encontram à disposição. Estas são, na melhor das hipóteses, confusas, chegando a se transformar em verdadeiras aberrações. O trabalho interior tornar-se-á então um tatear no escuro.

Por outro lado, considerando a validade desses *mapas*, é necessário ressaltar que eles não devem ser tomados como imposições doutrinárias indiscutíveis, mas como hipóteses de trabalho férteis e estimulantes. Cabe a cada um de nós a tarefa de verificar-lhes a exatidão.

Gostaríamos de comentar aqui o mapa denominado "Os quatro corpos do homem", deixado por G. e apresentado por P. Ouspensky em seu livro *Fragmentos de um ensinamento desconhecido*, págs.113 a 117. Segundo ele, o ser humano completo é composto de quatro corpos:

ao redor e contemplar a natureza, o céu, o oceano, por pressentir o infinito e compreender minha pequenez diante da vida. "Ama a Deus sobre todas as coisas e ao próximo como a ti mesmo." Quantas vezes olho para o céu? Da natureza vem o alimento físico, que tem efeito sobre meus hormônios. Nos países em que o sol brilha por pouco tempo, as pessoas têm uma grande dificuldade de aproximação física, de toque, de troca de calor humano. Se não sentir esse amor vertical, meu amor horizontal fica mixuruca.

O que é melhor: amar ou ser amado?

A necessidade de ser amado é extremamente complicada. Ter a capacidade de amar é um privilégio. Quando o ser humano perde essa propriedade, é a maior desgraça, porque ele não é mais humano. A capacidade de amar não precisa de retorno.

O retorno é gostoso, mas não é dele que vem a felicidade. Uma criança precisa ser amada para que aprenda a amar. Todos nós precisamos ser apreciados. Quem descobre isso torna-se um ser encantado. Posso amar uma flor, um velhinho, etc.

O sofrimento não existiria. Cada vez mais, posso fazer crescer no meu peito o potencial de amar. O problema é que quero ser sempre adorado. "Perdoa aqueles que não sabem o que fazem!" Uma lei do Universo: se amo de verdade, recebo amor de volta. Se quero só apreciação, todo mundo vai ver, mas não receberei amor de volta.

Se quisermos amor, então temos de aprender a amar. Se ainda não sabemos, então vamos dar atenção a alguém, percebê-lo.

O BRILHO DO OUTRO VEM DAS ESTRELAS.

Não veja a pessoa amada apenas como um corpo. Ela é mais do que isso, é um brilho que vem de muito longe.

Esse princípio expressa o que todos nós pressentimos, mas não desenvolvemos.

O importante é buscar sempre a verticalidade. Acontece que a primeira base de nossa atração pelo outro é sempre visual. É indubitável que tem tudo que ver com isso, porque vemos o brilho, vemos alguma coisa. O visual tem seu lugar, mas não a ponto de o silicone ser o que é hoje. Com o passar do tempo, aquele visual que me agradou na pessoa amada vai se degenerando e, se fiquei só no visual, se estava contando só com um corpo, não fico com o brilho. Esse brilho passa muito pelo olhar, mas não somente. Vem de um lugar misterioso, vem da noite. Procure ver qualquer ser humano como brilho, inclusive pai, mãe e outras pessoas. Cada um de nós é um ser deste mundo, com um corpo animal e frágil, mas temos algo que brilha: nossa alma, que não pertence a este plano mundano. Posso revolucionar meu olhar a ponto de ver num bebê e num velho o que há dentro daqueles corpos. Se pudermos manter um relacionamento olhando com o brilho que vem de trás, brilho com brilho, mudará tudo – estaremos amando. Um relacionamento de brilho interior é um relacionamento de amor. Tenho de procurar o brilho nas pessoas e não ver o outro como um número. O ser humano só de corpo é um animal um pouco mais sofisticado. Quando estou em profundidade, vejo o brilho que vem do outro ser – planta, animal, pessoa. Posso olhar para o mundo procurando esse gatilho, encantado com isso. Às vezes, há pessoas totalmente desencontradas naqueles três motivos por que nos atraímos uns aos outros (carta nove), mas que têm esse brilho. Busque o brilho em você mesmo e acabará afetando os outros por osmose, por contaminação. Os olhos são um grande canal de manifestação desse brilho da alma.

50 PRINCÍPIOS DA ARTE DE AMAR

(transcrição dos Seminários *de Paulo Raful e Lauro Raful, realizada por Rodrigo Greguol)*

TRABALHE A RELAÇÃO AMOROSA.

O início de uma relação amorosa é uma fagulha gratuita ofertada pelas energias da natureza. Seu prosseguimento, entretanto, depende mais e mais de um intenso, custoso e detalhado trabalho que pode ser comparado ao de um carpinteiro, ourives ou jardineiro. O amor só abre as portas do que tem de melhor para quem trabalha muito.

"Fagulha gratuita" significa que todos nós temos a capacidade de amar. Não o percebemos porque não somos simples nem claros. O sentimento de pena é o indício da capacidade inata de amar do ser humano. É a semente do amor. Somos muito teóricos e complicados. Pensar objetivamente tem que ver com o concreto, o real. Tenho de estar sensível à dor do outro, comover-me. Só que, quando partimos desse raio, dessa fagulha, daí para a frente começa o grande problema do relacionamento, porque as pessoas pensam no relacionamento amoroso como compromisso. É difícil receber o amor sem transformá-lo em outros tipos de relacionamento. Por causa da minha maldita capacidade de dissimular, em vez de me transformar, represento. Teria de considerar o outro sem fingimento, ceder uma grande porcentagem do meu "estar na minha" sem, entretanto, me desrespeitar, castrar. Não é para trabalhar o amor, devo trabalhar minha atitude para saber usar o amor. Não só dar, mas receber amor também é difícil.

O amor é pessoal, mas, antes disso, é uma força universal. Achamos que somos únicos, que os outros não o têm.

É uma energia possante da natureza. Estamos felizes de ter o potencial de amor; temos uma capacidade extraordinária. A primeira forma de amor, a mais básica, é a piedade, a pena – seja de alguém, seja de um animal sofrendo. E isso aparece todos os dias, é a semente do amor. Um leão não tem pena nem piedade. As pessoas abstratas e confusas não percebem isso. Esse sentimento pelo outro faz com que não se mate alguém. Perdemos a capacidade de sentir pena. O amor – na intimidade, na família ou no social – requer um grande trabalho de lapidação. Preciso, antes de mais nada, conhecer-me. Uma relação só por interesse não é amor. A lapidação implica alargamento e a aceitação de que o outro é diferente de mim.

BEBA DA FONTE INESGOTÁVEL.

O amor é em si uma riqueza imensa e inesgotável. Nós, porém, lhe atribuímos necessidades que ele, a própria plenitude, não possui. O preço pago por essa atitude equivocada é o mais alto possível: a perda do próprio amor.

O amor é uma fonte perene de água cristalina, misteriosa, presente a todo momento no cosmo; basta eu me tranqüilizar e sentir. Paro e contemplo. Existem dois planos de amor: o horizontal – família, namorado(a), amigos, e o vertical – o maravilhamento pelo fato de estar vivo, de poder olhar

1- corpo físico

2- corpo astral

3- corpo mental

4- corpo causal (Quarto Corpo)

G. afirma que o homem, além de possuir um corpo físico evidente, é dotado do embrião dos outros três "corpos" (estruturas funcionais). A maioria de nós, no entanto, nasce e morre sem conhecer sua totalidade possível. Isso se dá por três razões. Em primeiro lugar, a natureza se incumbe de desenvolver plenamente apenas o primeiro, o corpo tangível. Em segundo lugar, não sabemos da existência dos três outros "estágios", simplesmente porque a informação não nos chegou. Por aí se vê a importância desses mapas. A terceira razão é que, por ignorarmos nossas possibilidades reais, não trabalhamos para desenvolvê-las.

A propósito, esperamos que aqui fique esclarecida a expressão "Trabalho Interior", usada extensivamente no ensinamento de G. e tão mal compreendida pela maior parte das pessoas, inclusive aquelas que tentam praticar seus ensinamentos. Trabalho Interior é o esforço que visa desenvolver plenamente o embrião dos três corpos não visíveis e simultaneamente harmonizá-los em um todo, uma individualidade coerente.

Essa é uma hipótese de trabalho que pode ser denominada "hipótese em escada" ou "vertical" quando comparada à versão "achatada" na qual o homem é fruto do acaso, um simples acidente biológico. De acordo com o texto dos *Fragmentos*, G. coloca a questão a partir de nossa situação concreta aqui na Terra. Analisa, portanto, de baixo para cima. Gostaríamos de explorar um pouco a direção oposta, examinar o assunto de cima para baixo.

O ensinamento sobre os quatro corpos deriva diretamente do diagrama do raio da criação. Através dele, G. expressa uma idéia considerada fundamental por grande número de escolas iniciáticas. Todo o conjunto da manifestação universal nasce de um plano denominado Absoluto (Infinito), incompreensível para nós. É a partir do segundo nível que ocorre a construção e modelagem do universo que conhecemos. Três forças atuam: ativa, passiva e uma terceira que eventualmente as conecta. No Taoísmo é o Tai–ki,

composto pelo *yin* (força passiva), *yang* (força ativa) e um círculo (terceira força) que os une. Na tradição hindu temos Brahma, Vishnu e Shiva; no Cristianismo, Pai, Filho e Espírito Santo; Júpiter, Saturno e Marte na mitologia e assim por diante. Esse patamar é o DNA da manifestação universal. A partir do trinômio △ Consciência - Energia - Substância, um imenso tricô é tecido e, à medida que se afasta do plano inicial, surgem novos estágios, freqüentemente simbolizados por degraus de uma escada, até totalizar sete (incluindo o Absoluto, o construtor). Esse distanciamento progressivo impõe um espessamento gradual ao trinômio que, a partir de uma pureza inimaginável, caminha em direção a uma crescente materialização, até se transformar no mundo concreto que conhecemos. O invisível torna-se visível e tangível.

Expressando de outra maneira, no início havia apenas Luz Pura (*Fiat Lux*, no primeiro dia do Gênesis). Aos poucos, a Luz foi-se condensando até chegar à opacidade dos objetos visíveis, inclusive nosso corpo físico. Nesse sentido, tudo é luz no universo, pura em um extremo e completamente "contaminada" no outro. Para aqueles que consideram essa idéia um absurdo inconcebível, vale lembrar que tudo o que vemos em nosso planeta é de alguma maneira transformação da luz solar, evidentemente auxiliada pela Terra. Assim, quando comemos uma hortaliça, um grão, carne, seja o que for, ingerimos luz solar concretizada.

Neste ponto, talvez possamos situar o ser humano em sua totalidade possível. Contrariando a "hipótese achatada" de que somos conseqüência de um mero acaso biológico local, o diagrama dos quatro corpos afirma que apenas o corpo físico se origina no planeta. Somos compostos de três outros planos, dos quais o mais alto encontra-se no nível da Via Láctea, o seguinte está no plano do Sol e o terceiro, no nível dos planetas do sistema solar. Nesse sentido, aquilo que chamamos habitualmente de "EU", isto é, nosso corpo físico, nada mais é do que uma parte minúscula de um imenso *iceberg* de cabeça para baixo! A partir disso, podemos representar nosso Ser com um triângulo cujo vértice aponta para baixo. A parte inferior refere-se ao corpo concreto e a base, ao corpo causal.

ENEAGRAMA
Especulações não Conclusivas

artigo

Renatus

Quando da participação no grupo de estudos da obra do Gurdjieff, *Relatos de Belzebuth a seu neto*, no capítulo "Primeiros grunhidos", notei referências ao jogo de roleta e bacará. Surgiu em minha mente algo novo a ser analisado: ao longo de minha busca da verdade nas mais diferentes vertentes do misticismo, os jogos, em particular, apareciam freqüentemente. Exemplos: no épico hindu *Mahabharata* (jogo de dados), *Fragmentos de um Ensinamento Desconhecido*, de P.D. Ouspensky (jogo de cartas), tarô (cartas), xadrez, etc.

Por um processo associativo, recordei que, durante a minha infância, as brincadeiras, em sua maioria, nada mais eram que jogos. Isso porque os jogos seguem de maneira geral três princípios: 1º) determinação de objetivos; 2º) regras e leis precisas; 3º) noção de liberdade de escolha (oportunidades e riscos).

Para explorar melhor o interesse pelos jogos nesse contexto, procurei o significado da palavra em si (não cabe aqui detalhar essa busca) e concluí que, em várias línguas, a palavra "jogo", se não composta, possui o significado de divertimento. Mas uma das referências com relação ao significado, que julgo suficiente para o entendimento, é a apresentada no *Dicionário de Símbolos* (Chevalier & Gherbrant).

Citarei algumas colocações desse livro:

"O jogo é fundamentalmente um símbolo de luta."

"As diversas combinações dos jogos são modelos da vida real."

"Os jogos na origem estão ligados ao sagrado."

"O jogo tem características de iniciação."

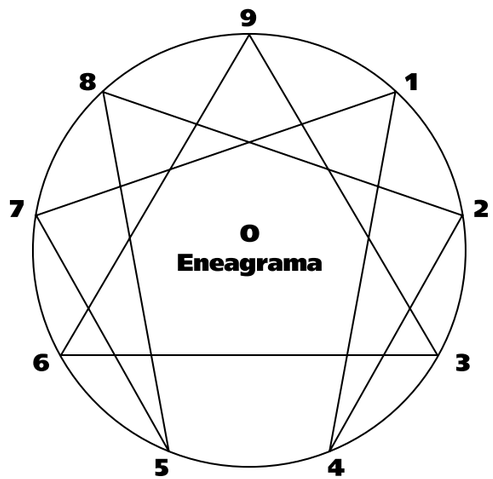
"Os jogos têm valor encantatório."

"Os jogos mostram sempre uma das formas do diálogo do homem com o invisível."

Fica explícito que, em essência, o jogo é o encontro dos princípios da afirmação e da negação para a criação de algo.

O leitor poderia perguntar: muito bem, muito bom, e daí? O que jogo tem a ver com o eneagrama?

Ora, diria eu, se o eneagrama é um símbolo universal e se compreendemos apenas aquilo que conseguimos situar nele, a resposta está implícita. Portanto, a cada capítulo, escolheremos um dos jogos citados e/ou outros, e faremos então especulações conforme a proposta inicial.



A DINÂMICA E OS BENEFÍCIOS DO ESTUDO DE UM LIVRO SAGRADO

artigo

Julia Margarido

Quando começamos a estudar o livro do Sr. Gurdjieff, *De tudo e de todas as coisas – Relatos de Belzebuth a seu neto – Crítica objetivamente imparcial da vida dos homens*, que todos nós carinhosamente (e talvez até um pouco sarcasticamente, porque é um livro complicado pra diabo!) chamamos simplesmente Belzebuth, percebemos que, todas as vezes que nos reuníamos para estudar, magicamente entrávamos em um estado diferente, de puro encantamento, como se bastasse focalizar nossa intenção em um esforço genuíno de compreensão e... pronto! lá estávamos nós em um lugar encantado: inteligentes, lúcidas, podendo entender e nos maravilhar com a grandeza desse Ser, que aqui na Terra adotou o nome de Georges Ivanovich Gurdjieff. A sensação de compreensão era tão grande, que às vezes ríamos, com a certeza de que G. estava na sala conosco, sentado no sofá em frente! E ele sim, rindo às gargalhadas de nos ver, tontas que somos, tão deslumbradas por termos tropeçado (praticamente por acaso...) no truque para chegar a esse estado. Um truque que nos foi apontado infinitas vezes por nossos mestres e, mais para trás, mais para trás, até perder de vista, os mestres ensinando, passando pelo próprio Cristo, que disse claramente, com todas as palavras, para não deixar nenhuma dúvida: "Cada vez que dois ou mais de vocês se reunirem para falar de Mim, Eu estarei entre vocês!"

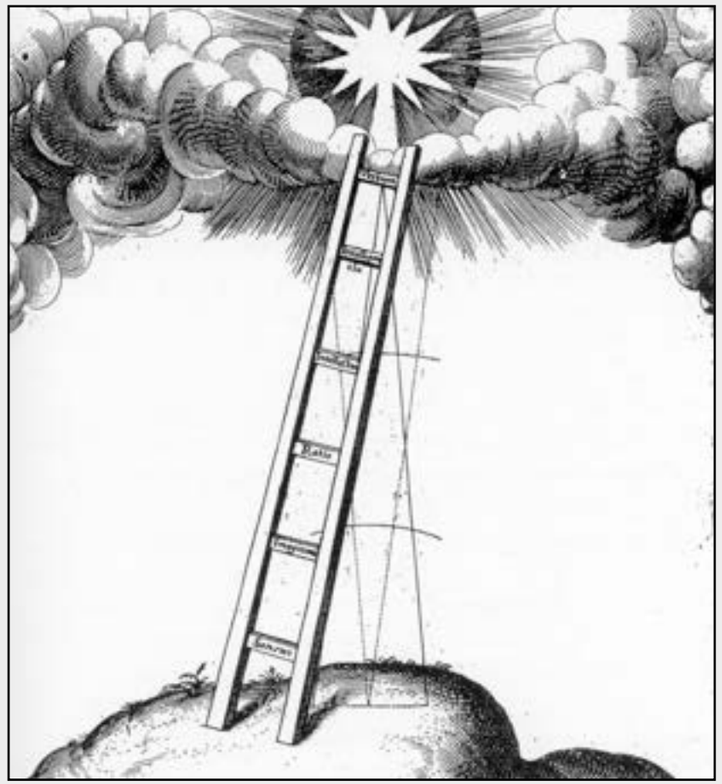
E foi então que, percebendo a importância de nos reunir para estudar esse livro, o que para nós eqüivalia a um ritual tão esotérico quanto a descida do Espírito Santo, fomos pedir permissão para convidar nossos companheiros a estudar conosco e para usar a casa do Grupo, na Rua Augusta, que por si só é um templo de força.

Faz agora quase dois anos que nos reunimos todas as quintas-feiras com nossos companheiros. Temos tido momentos de Graça, quando, visivelmente, todos sentem e se emocionam, pressentindo Presenças que não fazem parte do nosso dia-a-dia, como Lucidez e Compreensão. Temos também momentos de muito humor e pura camaradagem, quando é possível colocar dúvidas, experiências, passagens de nossa vida que às vezes temos tanta necessidade de dividir com quem está na mesma busca, momentos irritantes, em que tudo o que se fala é inadequado, e pior ainda: às vezes (e cada um de nós passou por isso!), chegamos aos encontros com tudo compreendido – o texto tinha milagrosamente se aberto e se deixado apreender, mas... quando abrimos a boca, não havia nada, mas nada mesmo, para falar! Toda aquela compreensão tinha ficado em outra dimensão, em outro mundo onde a nossa qualidade é diferente.

Mas parece que aos poucos, de tanto ir e voltar, vamos tendo maior familiaridade e intimidade com esses outros mundos. Mesmo que voltemos de lá sem nos lembrarmos de quase nada, não faz mal; pelo contrário, estivemos exercitando, como em uma academia, essa parte do nosso Ser que precisa tanto de exercício! Por exemplo, ao ler um texto e não entender absolutamente nada (como acontece tão freqüentemente com o Belzebuth), ficamos perplexos! Isso nos esvazia da nossa auto-importância e pressentimos que, nesse momento, outra linguagem começa a ser usada, dirigindo-se a outra parte do nosso Ser.

Uma das coisas que mais me encanta nos nossos encontros é que, por ser impossível dar por concluída a compreensão de qualquer um dos capítulos do Belzebuth, a contribuição de cada companheiro é simplesmente um acréscimo. É difícil explicar a maravilha de levar isso para a vida do dia-a-dia: estamos sempre tão prontos a lutar com todas as armas para defender cada ponto de vista, cada conceito que nem é nosso, que aumentar a flexibilidade de pelo menos ouvir e, talvez, considerar uma nova opinião ou idéia é fantástico! A possibilidade de levar para a vida a vivência de um grupo onde nenhuma idéia é errada *a priori*, onde não existe crítica por ser ousado, onde cada idéia lançada pode ser a semente de uma nova compreensão, é, no mínimo, inédito!

O fato de nos referirmos ao corpo físico dessa maneira não deve conduzir-nos a um eventual desprezo por ele. Ao contrário, por tudo o que foi exposto, fica claro que ele é uma maravilhosa condensação do universo inteiro! É, na verdade, luz condensada, luz escondida. Possamos nós, justamente a partir dele, recuperar a Luz que é a nossa origem, sentido maior da existência e nosso destino final!



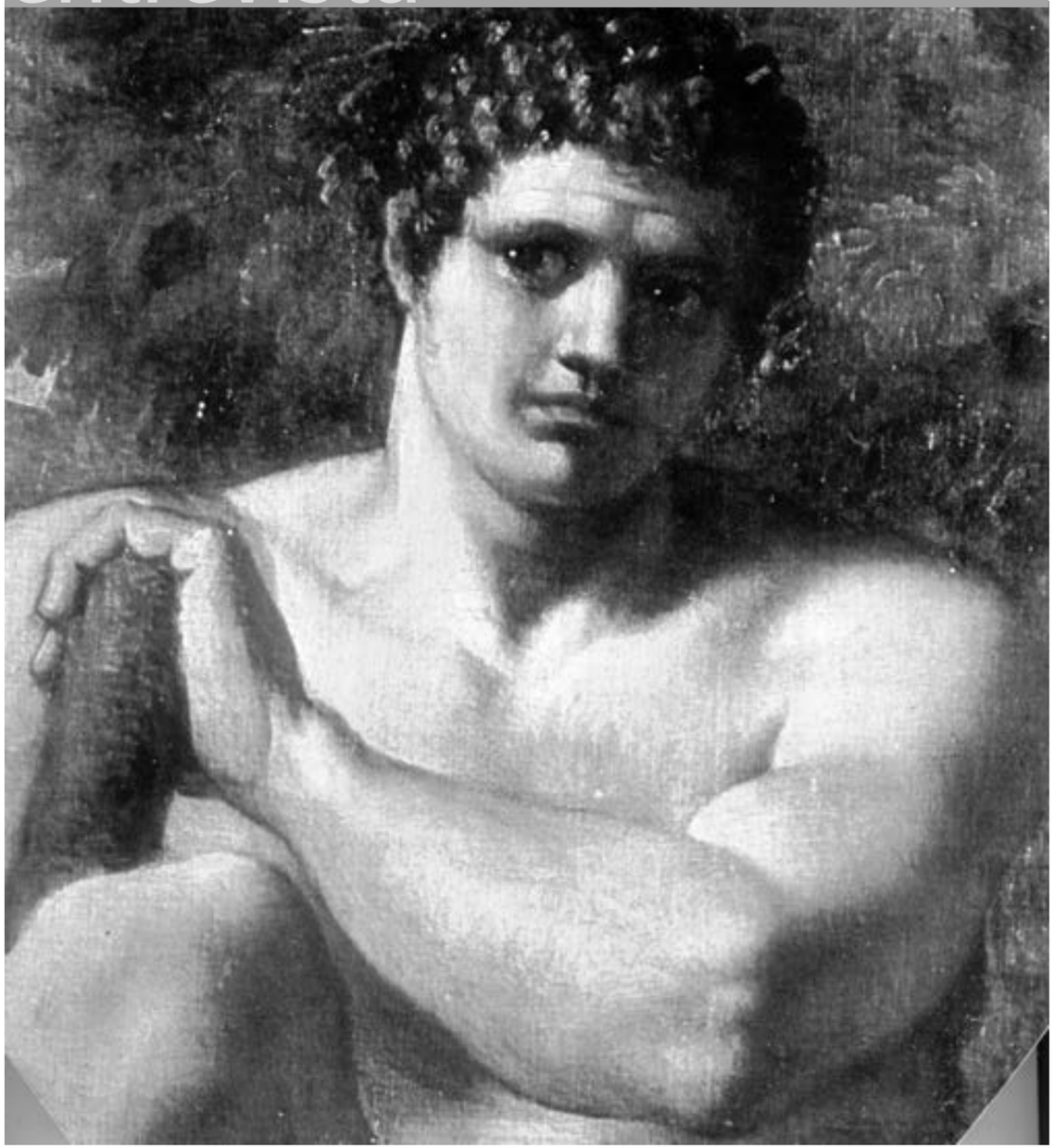
A Escada – *R. Fludd, Utriusque Cosmi, vol. II, Oppenheim, 1619.*
(Alquimia & Misticismo, *Alexander Roob-Taschen)*

"A partir do trinômio △ Consciência - Energia - Substância, um imenso tricô é tecido e, à medida que se afasta do plano inicial, surgem novos estágios, freqüentemente simbolizados por degraus de uma escada, até totalizar 7 (incluindo o Absoluto, o construtor)."

DIÁLOGOS COM UM HOMEM DE ATENÇÃO

entrevista

Entrevista com Lauro Raful



mesmas para todos os observadores em movimento livre. Em particular, todos eles deveriam medir a mesma velocidade da luz, sem importar quão rápido estivessem se movendo. A velocidade da luz é independente do movimento deles, sendo a mesma em todas as direções. Isso *exigia o abandono da idéia de que existe uma quantidade universal chamada tempo* que todos os relógios mediriam. Ao contrário, *cada um teria seu tempo pessoal.* Os tempos de duas pessoas coincidiriam se elas estivessem em repouso uma em relação a outra, mas não se estivessem em movimento" (*O Universo numa Casca de Noz*, Stephen Hawking – grifo nosso). A teoria da relatividade revolucionou ao exigir que as noções de espaço e tempo fossem revistas. Uma de sua implicações seria que, quanto mais o observador se aproximasse da velocidade da luz, mais devagar o tempo fluiria. Porém, dada a magnitude da velocidade da luz – 300.000 quilômetros por segundo – ignoramos esse fato nos fenômenos que observamos.

Essa teoria gerou o "paradoxo dos gêmeos": um deles parte em uma viagem espacial, com uma velocidade próxima à da luz, enquanto seu irmão permanece na Terra. Por causa do movimento dele, o tempo flui mais devagar na espaçonave, conforme visto pelo irmão da Terra. Assim, ao retornar, o viajante descobrirá que o irmão envelheceu mais do que ele.

A velocidade da luz parece definir um limite para a forma como percebemos o Universo, pois, à medida que nos aproximamos desse limite, o tempo, e também a matéria e o espaço, alteram-se drasticamente. É como se nos aproximássemos do limite do nosso cosmo para saltar em outro.

A ciência não pode acelerar uma espaçonave até próximo da velocidade da luz, pois a energia necessária seria quase infinita. Já dentro de uma visão espiritual, haveria outras possibilidades. Se fizermos uma analogia entre vibração e velocidade, o ser humano poderia experimentar outra dimensão do tempo, continuando a viver no corpo físico. Como o tempo depende da situação do observador e este possui planos muito mais sutis de vibração, nos quais sua consciência pode viajar, podemos supor que, em um estado de profundidade, seja possível participar de dimensões superiores do tempo.

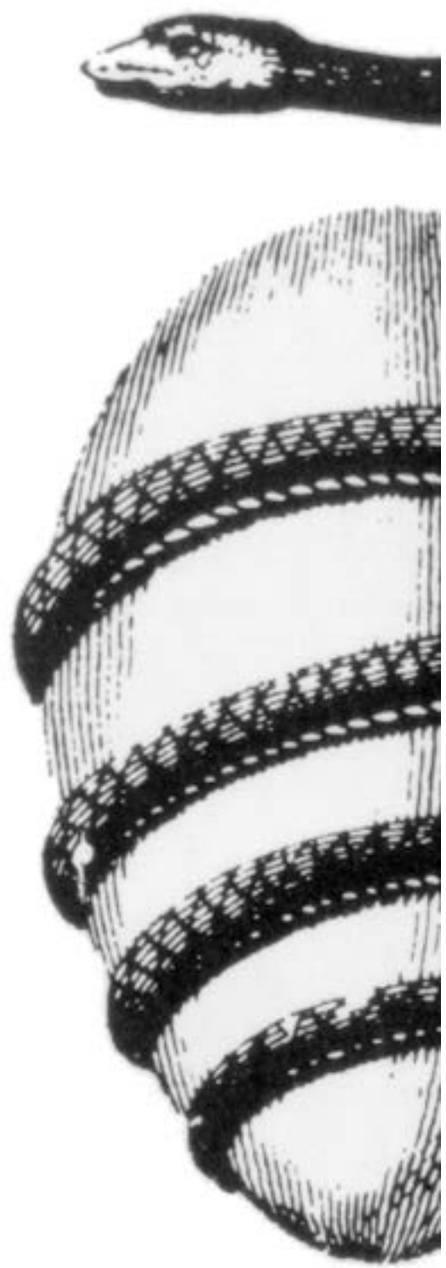
instante.

É importante notar que essa imagem é apenas ilustrativa, pois a consciência não se altera de forma simplesmente linear. Na visão gurdjieffiana, existem quatro estados possíveis de consciência e o grande drama do ser humano é passar toda a sua vida apenas nos dois estados inferiores, sem conhecer ou mesmo ter noção dos tesouros e possibilidades que lhe estão reservados nos estados superiores.

Outra afirmação desse capítulo é que, em cada cosmo, o tempo tem um fluir harmônico, que pode oscilar a cada momento em função da qualidade dos estados e presença do ser. Entretanto, cada ser sempre observará o seu tempo como se fosse objetivo. Curiosamente, o texto utiliza o exemplo do "hipocondríaco", para quem o fluir do tempo é lento e tedioso. O dicionário descreve o hipocondríaco como alguém com uma obsessão mental por sua saúde. Essa obsessão caracteriza um desequilíbrio interno, em que sua mente tem uma preocupação desproporcional com a saúde. O homem tem três centros fundamentais – ligados às atividades mentais, emocionais e físicas; daí a expressão *tricerebrados*: três cérebros, três centros – e quando um deles está excessivamente predominante, não há harmonia no conjunto.

Por meio do humor, a figura do hipocondríaco parece ressaltar a realidade humana: os centros não têm uma relação correta entre si e se acham, portanto, em desarmonia. A natureza, como diz Belzebuth, foi obrigada a nos adaptar em função das condições anormais em que vivemos. Assim, temos normalmente uma sensação agradável do fluir do tempo. Porém, em situações angustiantes, a desarmonia entre os centros se acentua e o tempo parece não passar. Exemplificando, se fizermos uma viagem de uma hora para a praia em uma linda tarde de sábado, a viagem será repleta de encantos e se passará quase sem percebermos. Mas se sairmos com o mesmo carro e, ao cruzarmos a cidade, tivermos o infortúnio de pegar um engarrafamento de uma hora, o mesmo tempo se tornará opressor e difícil de passar.

Para finalizar, podemos perceber semelhanças entre este assunto e a teoria da relatividade de Einstein. Ele derrubou o princípio da ciência clássica do tempo absoluto ou universal: "…. ele partiu do postulado de que as leis da ciência deveriam ser as



Segundo a doutrina dos mistérios órficos, o criador do mundo – Fanes/Dioniso – nasceu do ovo prateado do Cosmo. Aqui, vê-se o ovo, com uma serpente enroscada em espiral que representa o Tempo, como limite do mundo criado.
(Ilustração de Análise da Mitologia Antiga*, de J. Bryant, 1774 – do livro* Mitos da Criação*, de David Maclagan, edições delPrado)*

SER - Dos mitos mais antigos, passando pelas lendas e contos de fadas, sempre existiram testemunhas do comovente esforço feito pelo homem para superar as forças aparentemente contrárias ao seu desenvolvimento. O universo inteiro funciona assim?

Lauro - Sem dúvida nenhuma, o universo funciona dessa maneira. Existe uma força que podemos chamar, do ponto de vista do humano, de descendente, positiva e existe uma força contrária, de suporte, para que o desenvolvimento possa acontecer. Não pode haver apenas uma força descendente. Para que haja o desenvolvimento é preciso que exista uma força que reaja contrariamente. O universo inteiro é criado com essas duas forças. É claro que existe uma terceira força de conciliação, mas tudo o que precisamos fazer, qualquer atividade, como ganhar dinheiro, casar, o que quer que seja, aparece como um desejo de fazer e, ao mesmo tempo, temos aquilo que aparentemente não deixa o fato acontecer. É do casamento dessas duas forças que nasce nosso desenvolvimento pessoal. O Universo inteiro foi criado assim e não existe a possibilidade de as coisas se desenrolarem diretamente sem que haja uma força contrária. É por isso que todos os contos e lendas falam disso: há sempre um herói que luta contra as mais diversas forças, porque é dessa luta que sai o vencedor que está buscando a consciência. O Universo é formado assim. Quando o compreendemos, deixamos de nos queixar das dificuldades, que passam a ser encaradas como naturais, porque fazem parte da formação do mundo. Se eu vivo num mundo onde as leis são assim, não posso me queixar; pelo contrário, eu não teria como me desenvolver se o mundo fosse formado de uma força que fosse numa só direção, porque ela não teria como voltar. Por exemplo, a força do Sol tem que encontrar a dos planetas para que lhe sirvam de anteparo. Poderíamos dizer que essas forças contrárias são forças de anteparo para que a força solar possa criar outras coisas. Na vida terrestre, a força solar cria a vida orgânica: os seres todos, a fauna, a flora; cria toda uma outra vida na própria Terra. O anteparo é necessário para que a força positiva possa criar. É da junção das duas forças que nasce qualquer outra possibilidade individual ou universal. O Universo é formado assim e nós somos, basicamente, frutos dessa estrutura.

SER - O que é e o que faz com que alguém se torne um buscador da verdade?

Lauro - Podemos dizer que ser buscador da verdade é procurar desenvolver a consciência. Estamos no mundo para isso. O buscador da verdade é aquele que caminha na direção do desenvolvimento da sua consciência. Esta hoje está embotada num mundo de força. Podemos dizer que a consciência tem três grandes aspectos: luz, força e beatitude ou amor. Podemos também falar em luz, força e calor, se pensarmos em termos de sol. Acontece que a luz que queremos desenvolver está hoje embotada, perdida em nossa força. Por isso não a conhecemos. Temos em nós essas três formas da força: o mental, o emocional e o corpo físico, com todas as energias que lhe são inerentes. Acontece que nosso princípio-luz, um dos três aspectos, está perdido nesse mundo. É por isso que temos de entrar no nosso mental para trabalhá-lo, assim como devemos fazer com nossas emoções. Devemos também relaxar o corpo físico para que o aspecto-luz comece a se "desidentificar" de tudo isso. Os três aspectos (luz, força e amor) têm de formar uma coesão muito bonita, precisam funcionar normalmente. Hoje o amor não existe em nós. Existe, sim, um simulacro de amor, que são as paixões, mas amor mesmo, compaixão, não existe no estado em que nos encontramos. Então, o que faz de um ser humano um buscador é essa busca pelo desenvolvimento de sua consciência, em seu aspecto tríplice. O resto é detalhe.

À esquerda: Hércules ou Héracles, o maior herói da mitologia greco-romana, símbolo do "buscador por excelência", da eterna busca da alma pelo Divino.

SER – Entramos aqui como buscadores, sedentos de uma resposta para a pergunta "quem sou eu" e, a partir daí, passamos por várias etapas no caminho de desenvolvimento interior. É possível precisar fases desse caminho?

Lauro – A maior parte das pessoas não parte dessa pergunta "quem sou eu". Elas entram no trabalho interior por uma desconfiança de que não estão completos, de que falta alguma coisa. A pessoa pode ter dinheiro, bens, pode estar mais ou menos feliz na vida, mas sabe que há uma coisa que falta. Na realidade, parte da pergunta "quem sou eu", só que não formulada com essa clareza. O "eu mesmo" está levando a pessoa a buscar uma outra possibilidade na vida. O que aparece claramente é uma ânsia que repercute no nosso mundo emocional, mental e em nosso próprio corpo, e que se traduz como um sentimento de falta, "une manque" como se diz em francês, essa é a grande pergunta. A pergunta mental apenas não significa nada. O mental é pobre, é só um dos instrumentos de nossa consciência. O que importa é ter essa questão e, quando ela aparece, a pessoa sabe que vai ter de se submeter a uma série de práticas provisórias. O ideal mesmo é não precisar praticar mais nada, a prática é a própria vida. As práticas em si, as austeridades que se praticam são coisas provisórias. A primeira grande etapa é aprender a ficar quieto. É a primeira e a última também. Temos de aprender a fazer nosso corpo ficar quieto. Como se diz na parábola da carruagem, o corpo (a carruagem) precisa estar num bom estado, tem de aprender a ficar quieto. Mas isso não basta. A primeira grande tarefa seria silenciar o mental. Não adianta brecar a carruagem, ou seja, o corpo, se o mental e o emocional estão em funcionamento nele. É claro que, como método, nós deixamos o corpo quieto por alguns momentos, ou por meia hora, uma hora, ou o que quer que seja, mas o grande trabalho a ser feito ao deixar o corpo quieto é perceber que temos um pensamento totalmente desregrado, que há um falatório intenso em nossa cabeça. Uma segunda coisa é que existe um movimento emocional totalmente desconhecido dentro de nosso corpo e uma terceira é que o corpo inteiro, ou seja, as forças biológico-sexuais que se movimentam sem parar dentro de nós. Então, temos três grandes auxiliares que chamamos de "eu mesmo": um mental que não pára, um emocional totalmente "destrambelhado" e as forças biológico-sexuais que correm dentro de nós e nos movimentam para baixo e para cima, sem que tenhamos a menor noção disso. Então, a primeira coisa a perceber é que somos joguetes na mão desses três, que seriam três grandes instrumentos da nossa consciência, mas que hoje são nossos algozes. Então temos de recuperá-los e o primeiro passo a dar é silenciar nosso mental. É claro que tudo isso pressupõe um corpo que começa a ficar quieto também. Mas para que o corpo realmente fique quieto, precisamos silenciar o mental e acalmar as emoções para que as forças biológico-sexuais também encontrem seu movimento justo e ajudem nisso. Nesse sentido, portanto, temos de recuperar o contato com a consciência, porque esse trabalho precisa ser feito de cima para baixo e não de baixo para cima. Não adianta eu ficar uma hora sentado tentando praticar uma meditação

Lauro Raful

O tema central do trecho acima é a idéia de cosmo. Na concepção gurdjieffiana, cada cosmo é um ser vivo, tem leis próprias, nasce, vive e morre. Por exemplo, o ser humano é um cosmo: seu corpo físico tem bilhões de células, cada uma com identidade e vida própria, sem compreender o todo do qual faz parte. Da mesma forma, a Via Láctea, nossa galáxia, com seus cento e tantos bilhões de estrelas, também é um cosmo; e cada estrela, um cosmo de grau inferior. São mundos dentro de mundos, como uma boneca russa, em que dentro de uma boneca, há outra, dentro desta uma terceira, e assim por diante.

Se for válido o princípio de que tudo o que está em cima é como o que está em baixo, uma analogia simples seria tomar o Universo como o mar: suas bilhões de galáxias seriam os peixes, cujas células seriam as inumeráveis estrelas. Aliás, observações recentes indicam que muitas galáxias se movem em aglomerados, como cardumes no mar, e as galáxias maiores tendem a engolir as menores, como no antigo ditado, em que se diz que peixe grande come peixe pequeno. E o mais incrível é que o nosso Universo é uma gota, um entre os inúmeros mundos diferentes que surgem do Absoluto, que "é de certo modo o estado primordial, fora do qual, por divisão e diferenciação, surge a diversidade dos fenômenos que observamos" (*Fragmentos de um Ensinamento Desconhecido*, P.D.Ouspensky).

Neste capítulo, Belzebuth faz uma afirmação radical: o tempo em si não existe; só é possível discerni-lo pela comparação dos fenômenos que procedem no local onde o tempo está sendo constatado. Isto é, para o habitante de um dado cosmo, a percepção do fluir do tempo ocorre em função dos processos que o envolvem naquele cosmo. Por exemplo, a noção de tempo no ser humano é dada exteriormente pelos ciclos do dia e da noite, do movimento solar e lunar, das estações do ano, etc. Internamente, pelo ritmo da respiração, dos batimentos cardíacos, do funcionamento da digestão, etc. Ao comparar esses diferentes processos, temos referências que nos dão a nossa percepção do fluir do tempo.

O habitante de um cosmo superior ou inferior está em conexão com outros processos e, portanto, com outra dimensão de tempo. Isso gera a relatividade da noção de tempo, cuja principal particularidade é o fato de o fluir do tempo ser observado de maneira semelhante dentro de cada cosmo. Tanto o passageiro da nave como o hipotético ser na gota d'água perceberão o tempo da mesma forma; a diferença estará na escala, pois, para o passageiro da nave, a vida do ser da gota d'água durará o instante de um piscar de olhos ou, talvez, de uma breve refeição.

Resumindo: a partir do Absoluto, mundos vão-se formando uns dentro dos outros, cada um com sua dimensão de tempo e, apesar de o fluir do tempo ser cada vez mais rápido à medida que se afasta da origem, ele será percebido da mesma maneira em qualquer cosmo.

Essa abordagem abre uma possível interpretação para a sensação do tempo durante a meditação. Se a percepção do tempo ocorre em função dos processos a que estamos conectados, quando uma pessoa está em contato com processos mais sutis, que não pertencem a seu cotidiano, ela perceberá o tempo de outra forma, pois se ligará a dimensões superiores do tempo.

Para ajudar a elucidar isso, tomemos uma história que se encontra em diversas tradições e que tem mais ou menos a seguinte seqüência: certo homem santo, em meditação, é visitado por um anjo que, ao se aproximar, toca com a ponta da asa uma xícara sobre a mesa, e esta começa a cair. No mesmo momento, o anjo leva o santo aos Céus, onde ele passa longas horas conversando com Deus. Depois disso, é levado pelo anjo de volta a seu local de meditação, sendo que a xícara ainda não havia chegado ao chão.

Essa história possui vários aspectos, mas busquemos olhá-la sob o prisma do tempo. O homem santo estava em seu estado habitual de consciência quando foi arrebatado pelo anjo para perto de Deus. Ora, quanto mais se sobe de nível de consciência, mais os processos são sutis e com maior vibração e, portanto, há maior intensidade de energia, sentimento, inteligência. O tempo expande-se e, por ser mais intensa a vibração, a pessoa recebe muito mais impressões do que habitualmente. O santo experimentou uma sensação dúplice: em um tempo que depois se mostrou curto, viveu toda uma vida. Saiu do tempo como o conhecemos. É como o encontro amoroso, eterno e repleto de sensações, mas, quando se retorna ao correr da vida, parece que se passou apenas um

A RELATIVIDADE DA NOÇÃO DE TEMPO

artigo

Luiz Domingues

"A principal particularidade do processo do fluir do Tempo na presença de formações cósmicas de várias escalas consiste em que todas elas o percebem da mesma maneira e na mesma seqüência.

De modo que você possa representar para si, mesmo que aproximadamente, o que eu disse, vamos tomar como exemplo o processo do fluir do Tempo que procede em uma gota de água no frasco que está em cima da mesa.

Cada gota deste frasco é em si mesma todo um mundo independente, um mundo do 'Microcosmo'. Nesse pequeno mundo, como em outros cosmos, surgem também 'indivíduos' ou 'seres' infinitesimais, que existem de maneira relativamente independente.

Também para os seres desse mundo infinitesimal, o Tempo flui na mesma seqüência em que seu fluxo é sentido por todos os indivíduos de todos os outros cosmos. Esses seres infinitesimais, como os seres dos cosmos de outras escalas, têm também experiências de uma duração definida para todas as suas percepções e manifestações; também como os outros, esses seres sentem o fluxo do Tempo pela comparação da duração dos fenômenos em torno deles.

…. embora, no sentido da Objetividade Universal geral, o fluxo do Tempo, nessa mesma gota d'água, seja subjetivo, para os seres nela existentes o dito fluxo do Tempo é percebido como objetivo.

Para esclarecer isso, sirvamo-nos dos seres chamados de 'hipocondríacos', que existem entre os seres tricerebrados do planeta Terra que atraíram a sua imaginação.

Para esses hipocondríacos terrestres, o Tempo parece sempre passar de modo infinitamente lento e longamente e, como eles próprios dizem, 'ele-se-arrasta-de-modo-fenomenalmente-tedioso'.

E, exatamente da mesma maneira, pode parecer aos seres infinitesimais da gota d'água – assumindo, é claro, que aconteça de existirem também entre eles tais hipocondríacos – que o Tempo se arraste muito lentamente e 'de-modo-fenomenalmente-tedioso'.

Mas na verdade, do ponto de vista da sensação da duração do Tempo para teus favoritos do planeta Terra, toda a duração da existência dos 'seres do Microcosmo' não passa de alguns de seus 'minutos', ou mesmo apenas uns poucos 'segundos'."

(extraído do capítulo 16 de
Relatos de Belzebuth a seu neto, *de G. I. Gurdjieff)*

qualquer, se "o pau está comendo" no meu mental, nas minhas emoções e no meu biológico-sexual. Preciso, portanto, ficar com o corpo quieto, com a carruagem "paradinha" e, pouco a pouco, silenciar o mental, acalmar o mundo das emoções e aprender a deixar circular de uma nova maneira as forças biológico-sexuais. Com isso a consciência pode descer e aí, evidentemente, ela pode operar. É ela mesma que já está operando, o que é interessante. O nosso mental teria de ser banhado pela consciência, cada vez mais, teria de servir a consciência. Nossas emoções e nossas forças biológico-sexuais também precisariam servir a consciência. Então, nosso trabalho vem de cima para baixo. Isso falando do ponto de vista humano. Na realidade, não existe em cima e embaixo. Isso só existe sob o ponto de vista humano, de quem mora no planeta. O alto e o baixo são relativos a nós; não existem no Universo. Mas há uma força descendente, como dissemos na resposta anterior, e uma força ascendente. É do resultado dessas duas forças que a consciência pode brilhar no seu esplendor. Como temos dito aqui, é o casamento do rei com a rainha. A rainha é essa força universal, essa força que vem de baixo e se casa com o rei, a força que vem de cima. O que eu poderia dizer é que essas fases têm de ser vividas nos mais variados exercícios. Só que os buscadores geralmente se perdem nas mais diferentes fases e não entendem mais o que estão fazendo. Esse trabalho específico deveria ser bem determinado desta forma: o silenciar do mental, o acalmar do mundo emocional e uma tranqüilidade relaxada em nosso corpo inteiro.

SER - Então uma pessoa mais jovem nessa busca teria uma possibilidade maior, por não estar ainda com o mental entupido, cheio de ilusões?

Lauro - Eu não diria isso. Tendemos a pensar que seria assim porque o jovem estaria mais perto da origem, da fonte. Mas não. O nosso condicionamento começa na barriga da mãe, onde já temos condicionamentos emocionais; mentais, talvez ainda não. Mas desde o dia em que nascemos, começa o condicionamento. Existe uma maturidade que não depende de ser mais jovem ou mais velho. Uma pessoa pode ser despertada por um choque qualquer na vida que a tocou aos 40 anos. Tomemos o exemplo do apóstolo tardio, podemos chamar assim São Paulo, o apóstolo que não conviveu com Cristo e que, com uma certa idade, caiu do cavalo (isso é simbólico também, mas vamos tomar como se não fosse apenas simbólico), teve uma experiência de iluminação e, naquele momento, converteu-se diretamente. Foi uma experiência única. Naquele momento, tornou-se um cristão na totalidade dessa palavra. Ele já tinha uma certa idade, era um guerreiro romano e tinha tudo, num certo sentido, para não ser chamado por essa consciência, mas a consciência o chamou.

SER – Dentro dessas fases, se a pessoa sente que está parada, que não consegue avançar, o que deve fazer para, pelo menos, enxergar isso e poder avançar?

Lauro – Primeiro ela tem de estar numa escola, num grupo de pessoas que estejam buscando isso, onde estará sempre escutando fragmentos da Verdade, vamos chamar assim. No mundo externo em que vivemos, basicamente só existe a mentira, a falsidade. Num grupo de trabalho interior, pelo menos se tenta passar a verdade. E tem de haver instrutores que façam isso, pessoas que já se trabalharam e estão ancoradas no trabalho da consciência. Além disso, a pessoa que esteja com dificuldades deve tentar sempre "recompreender" o que está fazendo, ler textos que falem do próprio trabalho, escritos por pessoas que passaram mil coisas no decorrer do trabalho, buscadores de todas as tradições. Essas palavras todas ajudam porque são fragmentos da Verdade, que estimula muito. As palavras ditas a partir da consciência nos tocam e motivam, são força. A palavra que vem do mundo consciente tem um grande poder, ela transforma. Se a mentira transforma (vide todos esses dirigentes, os Hitlers da vida, os Mussolinis ou Stalins), se a palavra mentirosa move nações a ponto de provocar guerras, a palavra verdadeira também o faz (vide Buda, Cristo, Krishna e outros mestres). São palavras que estão percorrendo o mundo há anos e anos. A palavra, então, tem um poder e nós temos de escutar a palavra verdadeira porque ela nos estimula. Quantas vezes entramos num buraco depressivo, não o que nos faz tomar remédio, mas um buraco de

dificuldades e, se lemos uma verdade escrita por um sábio, um iluminado, ela nos alimenta, dando-nos força para prosseguir em nossa busca. Nesse sentido, é como se a fé fosse renovada.

SER – Qual a função das inúmeras práticas que fazem parte das tradições ditas espirituais, tais como rituais de vários tipos, exercícios físicos, respiratórios, jejuns, meditação, estudos filosóficos, etc.? Qual o sentido dessa caça ao tesouro?

Lauro – Sim, claro que tem. Tudo o que você mencionou, na realidade, está relacionado com a busca da consciência, a busca do contato com o Mais Alto. "Mais Alto" não significa que está lá longe, mas sim o que está dentro de nós. Só que essa consciência hoje está submersa em nós, como o Sr. Gurdjieff fala, por meio da parábola da Atlântida submersa. A caça ao tesouro é a caça da consciência. Nós somos buscadores da consciência. O ser humano mora na ilusão e a ilusão é tudo aquilo que recobre, são as águas que cobriram o continente da Atlântida. Nós vivemos imersos na ilusão. Buda fica até os 40 anos imerso na ilusão, a mãe dele é Maya, a ilusão. Sua mãe e seu pai o mantêm preso num castelo de ilusões, onde ele não vê que este mundo não é perene, que é um mundo de sofrimento. Só quando emergimos dessa situação, podemos perceber que estamos num mundo que é pura consciência, em seus três aspectos: luz, força, e calor ou amor. Consciência é beatitude. A consciência vê claro, ela é também poder de agir. O que não posso é me refugiar em práticas que me levem a me distanciar do mundo. Tenho de entrar em contato com essa qualidade mais alta e, ao mesmo tempo, trazê-la para este mundo. Somos os únicos seres do planeta a ter acesso à qualidade total da consciência. Os animais têm uma consciência, mas não podem trazer essa qualidade que nós podemos. O mundo cósmico espera que possamos trazer para este nível do planeta as qualidades da consciência: clareza ou lucidez, que está em paralelo com o *mental*. Um mental lúcido é um belíssimo representante da consciência. Um *emocional* tranqüilo, calmo, amoroso, compassivo, é um grande auxiliar da consciência. E um *corpo* que tem as forças biológico-sexuais tranqüilas serve também, de uma forma maravilhosa, a consciência. Então os três representantes da consciência têm de trazer para este mundo as benesses e as maravilhas do mundo superior, senão nosso mundo será caótico. Nosso mundo vive em guerra porque o ser humano está submerso neste mundo ilusório sobre o qual você perguntava. Se nós estamos submersos, as qualidades da consciência não se manifestam. Vão aparecer raivas, conflitos, uns querendo matar ou competir com os outros. Esse estado de consciência comum em que vive o ser humano tem por conseqüência o aparecimento de brigas de todos os tipos, guerras, etc. O mundo de conflito é próprio desse estado. No mundo de consciência não existe mais conflito. Nele, o sim e o não estão harmonizados como no símbolo do Tao usado no Tai Chi, onde o branco e o preto aparecem harmonizados num conjunto completo. O problema todo está na submersão da consciência pelas forças da vida e na nossa falta de percepção. Então, todas as práticas, como a de sentar na calma, praticar jejum, etc., são meios para fazer emergir a consciência. Todas são boas, mas podem-nos escravizar bobamente, se acharmos que só elas nos trazem a consciência. Não, qualquer coisa me leva à consciência porque, na realidade, ela está o tempo todo presente.

SER – Hoje sabemos que o tempo de permanência no Grupo e a idade mais madura do buscador não influenciam na seriedade de sua busca interior, fato demonstrado na entrevista que fizemos com alguns alunos muito jovens, que nos comoveram e surpreenderam com suas respostas. No seu entender, o que faz com que algumas pessoas, cedo ou tarde, abandonem o caminho e outras permaneçam nele, fiéis à busca da verdade?

Lauro – Poderíamos dizer que existem pessoas que se satisfazem com só um pouco e não percebem que a busca da Verdade e, portanto, da consciência, é uma busca constante que não termina nem com a morte. A consciência não termina com a morte, que é uma etapa. Achar que acabamos depois da morte é uma forma pequena de consciência. Quando dormimos, nossa consciência não precisaria ser engolida: ela experimenta o estado de sono, o estado do mundo acordado e também pode experimentar o estado

Eu não sou meu corpo físico.
Eu não sou meus pensamentos e emoções.
Eu não sou meus desejos.

Quem sou eu?

tem que entender que ele tem o destino e a vida dele. A gente influencia até certo ponto, dali pra frente cada um vai agir como deve agir não como a gente gostaria ou ensinou, não é? Não dá pra você doutrinar uma pessoa assim para um trabalho interior ou para uma lição de vida que pra você é essencial; para aquele ser é outra coisa, tem que respeitar.

Loryen: Acho que eu ensinaria respeito pela vida, como base. Porque o respeito pela vida vai te abrir muitas possibilidades. Você consegue ter um caminho com base nisso.

Renata: É difícil ensinar alguma coisa. Acho que a primeira coisa é o que a criança vê: o que está perto dela, do seu dia-a-dia, é que ela vai absorver. Se desse para passar alguma coisa, eu tentaria passar para tentar levar a vida a sério, não assim relaxadamente, de qualquer jeito. Mas ao mesmo tempo não levar tão a sério também, de uma maneira rígida. Não levar na brincadeira, mas também não tão a sério.

Roberto: Encontrar o caminho do meio.

Renata: É isso: não se jogar num sofrimento total.

• SER: A vida é totalmente séria e, ao mesmo tempo, não tem nenhuma seriedade. É um aparente paradoxo. Ela é tudo e, ao mesmo tempo, não é nada.

Luís Henrique: Eu tentaria ensinar a ele, aos poucos (eu sei que é difícil), que as coisas, por piores que sejam, têm uma finalidade. Então, se errou, tentar aprender com o erro; se acertou, ver, tentar tirar uma conclusão das coisas que aparecerem, tirar um proveito de tudo. Eu tentaria ensinar isso.

Luís Fernando: Tem que ver a hora e essa hora vai acontecer quando eu estiver bem... e eu já ouvi falar de um provérbio que diz que é agindo que se ensina, com o exemplo. Então, é guiando o espaço de vida, eu espero que haja um ambiente que possibilite o crescimento dele junto com outras crianças. Uma comunidade interessante, uma comunidade que louve a vida. E em busca do que há de maior nesta vida.

• SER (Cida): A gente sempre tenta passar para os filhos alguma coisa, a experiência que a gente adquire, a importância de ter um trabalho que respalde sua vida e a gente dificilmente consegue. Santo de casa nunca fez milagre. Mas eu tenho a esperança de que essa entrevista vá mexer um pouquinho com eles. Quem sabe vocês conseguem passar alguma coisa para eles?

• SER (Carmem): Eu não tenho filhos, mas tenho sobrinhos. E também tentei de alguma maneira passar isso para eles. Mas eu entendo esse som que surgiu a partir da última pergunta. Porque é muito difícil passar alguma coisa, a não ser, como já foi dito por vocês, por meio do exemplo. É a única maneira realmente de ensinar, e não a doutrina – como a Aninha já colocou. Agora, para finalizar, nós queremos dizer que esta entrevista está sendo um presente, nós agradecemos de todo o coração a honestidade de vocês, a doçura, a leveza, a graça que rolou aqui. Muito obrigada.

de "morte" do corpo físico. A morte e a vida são fases para a consciência, mas, para nosso mental comum, a morte é um término. O sono profundo é uma forma de morte da qual voltamos. Temos experiências dentro do sono que não entendemos, porque não sabemos os códigos desse estado de consciência. Temos um pequeno código que é esse estado de consciência habitual. Nós nos ajustamos de uma certa maneira para ver as coisas de um certo jeito, para ver cores, formas, dar certa forma ao nosso corpo e ao das pessoas, mas isso é apenas uma faixa da nossa consciência. Quando, através de um estado de sono, entro numa outra faixa de consciência, isso tudo se desvanece. Num estado profundo, por exemplo, de hipnose, isso também não tem importância. Viajamos por outros mundos, a consciência viaja, se locomove fora do corpo. É que nós pensamos em termos de um corpo e para esse corpo físico a morte é definitiva. Para o mental que não se libera do seu falar interno, também é definitiva. Para a emoção que não se libera do seu mundo caótico, também é definitiva. Poderá não ser definitiva só quando nossos três grandes centros se unirem à consciência. Aí a possibilidade do Universo é infinita. Não posso pensar em vida após a morte deste corpo físico como uma continuidade desta vida, porque isso falece, graças a Deus. A consciência não tem idade, ela é alegre, é luz, é força. Isso está no Universo inteiro, a alegria e a força existem pela eternidade. Aqueles que se contentam com pouco receberão pouco. A maior parte se contenta com pouco. Em todo trabalho interior, como em todas as atividades da vida, atingimos o alvo através de uma pirâmide. Há uma base imensa de pessoas que estão tentando chegar, mas poucos chegarão. Aqueles que chegarem ao topo vão galgar níveis mais altos e vão irradiar pouco a pouco. Pouquíssimas pessoas chegarão a algo mais profundo, como vemos na *Linguagem dos Pássaros*[1], em que muitos pássaros partem, mas apenas 30, dentre milhares, chegam. É uma expressão da lei: são muitos os chamados, mas poucos os escolhidos. Mas para quem quiser, ela estará aberta, ela é democrática, ela não força. A consciência é a coisa mais democrática possível. Não se impõe a ninguém, não arrebenta paredes. Ela é você. Na realidade, nós não saímos dela. Vamos sempre lembrar a história do

peixe que pergunta para a mãe onde está o Oceano. Não percebe que o Oceano está onde ele fica, pois está tão no Oceano que não o percebe. Só que precisamos desenvolver a autoconsciência. Um animal tem consciência, mas não autoconsciência.

SER – Mesmo permanecendo no Grupo por muitos anos, percebemos que há pessoas que passam por fases críticas em relação ao trabalho ou que ficam

estagnadas no que diz respeito a seu aprofundamento. Estaria isso relacionado com o fato de a luta pela sobrevivência no mundo externo engolir essas pessoas num dado momento?

Lauro – Na verdade, como acabamos de dizer, as pessoas se deixam engolir pelas atividades, família, filhos. A pressão da vida é muito grande. Num certo sentido, é como se a vida neste planeta nos quisesse para ela, ela quer nos engolir mesmo. É uma mãe/madrasta muito forte. Não vamos esquecer o mito de Circe e Ulisses, em que ela transforma todos os homens em quadrúpedes, com uma poção que lhes oferece. Circe significa círculo e é a própria Terra. A Terra nos quer para ela, ela se alimenta de nós e não quer que procuremos algo mais elevado neste mundo. Ao mesmo tempo, no mito de Circe, quando Ulisses chega com o antídoto que lhe foi dado por Hermes, ela não consegue transformá-lo em quadrúpede, como fez com os outros homens, e se apaixona por ele, passando a servi-lo. Nesse sentido, a vida também poderá servir-nos se tivermos muito claro o nosso objetivo, se soubermos que somos da Terra, mas não pertencemos a ela. Sou filho da terra, mas não lhe pertenço e não posso-me deixar escravizar por ela. Em tudo é assim. Temos de ser escravos de uma atividade, de uma família? Temos de servir também, pagar o pedágio de estar num corpo vivo. Mas por que nos deixar escravizar? Então, num certo sentido, são os homens e as mulheres menores, que constituem a maior parte da humanidade, que se deixam escravizar por se esquecerem de seu lado divino. Todas as tradições falam disso: Cristo, Buda, Gurdjieff. Este nível quer que nos identifiquemos e a coisa mais fácil é nos identificarmos com cada passo que damos: com o trânsito, os medos, as necessidades do físico, o comer, o beber, tudo nos pressiona e pagamos um preço caríssimo por isso. Precisamos percebê-lo e buscar um *way out*, um caminho de saída, se não morremos. A consciência não morre, mas de que adianta se não tive consciência da minha consciência, digamos assim, ou a autoconsciência? O meu princípio de consciência não morre, mas a possibilidade de me tornar um *individuum*, como diz o Sr. Gurdjieff, não foi realizada nesta vida. Tenho de aprender a me "desidentificar" deste mundo. Insisto nisto: tenho de dar alimento a meus filhos, alimento para quem estiver a meu lado, pai, mãe, amigos, mas não posso me identificar com esse nível. O nível mais próximo sempre tenta-nos engolir. Se um homem namora uma moça ou vice-versa, tentarão escravizar-se mutuamente porque estão próximos. Isso é natural, é como se fosse uma força gravitacional. Nosso negócio tenta-nos engolir, é a força gravitacional operando. E pensar que a Terra, com sua imensa força gravitacional, não deixa nem a gente dar um salto de 10 metros, ela nos mantém presos a ela. Mas se quiser-me identificar com a consciência, nada terá poder sobre mim. Esse é o ideal do ser humano. Devemos lutar o tempo todo para não ser engolidos. Volto à idéia da Atlântida, uma grande idéia relacionada com essa questão. Nossa consciência foi engolida pelas águas, as águas da vida, do planeta. O ponto todo consiste em emergir delas. É um trabalho hercúleo e simples ao mesmo tempo. Você tem de lembrar da sua verdadeira natureza, que é consciência. Lembrança de si é a lembrança da sua verdadeira natureza. É a lembrança do Eu real em seus três aspectos: luminosidade, força e beatitude.

SER – O que é iluminação? É possível a iluminação permanente? Ela também está sujeita às leis do acaso?

Lauro – Se nos lembrarmos do paralelo que fizemos com o peixe que vive no mar, que come e bebe naquele mar e que vem dele, eu diria que ele é uma formação daquele mar, é inerente a ele. Assim é o nosso caso: o Universo é consciência, só que é uma consciência que se espessa. Para falar em termos humanos, ela começa lá em cima luminosa e vai-se espessando. Começa com um ponto e vai-se espessando até chegar ao nível madeira, ferro, que são formas mais densas da consciência. Mas a consciência está ali o tempo todo. Tudo é consciência. O nosso riso, nossa dor, nosso sofrimento, tudo faz parte da consciência. Se como algo, estou comendo a consciência de uma forma mais espessa. Tanto é que nosso organismo toma essas energias que estão no arroz-feijão e as transforma em energias mais finas, em energias sexuais, de pensamento, emocionais, etc. Então a consciência é um processo que vai do mais

periferia vão para as drogas?

Luís Henrique: Porque falta orientação.

Luís Fernando: O quê, meu? Falta muita coisa.

Roberto: Já experimentei bastante drogas. Já foi minha fase. Hoje em dia, bebo um pouquinho. Mas o que eu pude aprender com o trabalho interior é que nada vem delas, que tudo está dentro da gente. Elas só fazem... umas afloram um lado, outras afloram outro. Mas está tudo dentro da gente; então, o caminho mesmo é de formiga, é tijolo por tijolo, construindo a base mesmo.

Renata: O trabalho do Grupo faz a gente repensar as coisas. Então, não é uma coisa do tipo "drogas, não". Mas é mais pelo lado em que você, antes de fazer uso de uma droga, pensa também porque está querendo aquilo. A partir disso é que você faz as coisas, vê o que está querendo, porque está buscando aquilo. Você não vai no fluxo: deu vontade, vai lá e faz. A gente passa a pensar mais por que está buscando aquela coisa e, a partir disso, você vê se vale a pena ou não. Faz a escolha. O Grupo faz você pensar antes de simplesmente se jogar nas coisas.

Loryen: Na época em que eu estava revoltada, eu sempre vivia num mundo interior e não sabia disso e, quando fui tentar participar desse mundo que tem aí fora, foi que eu me danei. Nossa!... Eu ia atrás das pessoas, era festa, era noite, comecei a ter muito problema com álcool. Com as drogas não, porque cocaína, maconha, eu sempre tive muito medo de experimentar e gostar, e nunca mais sair e me danar. Agora o álcool não, e me prejudicou muito. Cigarro eu comecei por besteira, mas hoje em dia gosto de fumar. E não pretendo parar, porque é um prazer e eu gosto. Mas essa coisa do álcool, meu corpo parece que esqueceu. Fiz um esforço danado para me livrar disso, e hoje em dia o corpo esquece e não aceita, às vezes eu bebo um pouquinho assim de cerveja e não dá, sabe?

Carolina: As drogas que eu experimentei na minha vida, eu não sei se estava buscando... claro, tem um pouco também de sociabilidade, de você ser jovem, se você usa drogas as pessoas te respeitam mais, você tem status, sei lá. Mas mais forte que isso, tinha uma busca tipo assim: você percebe que a realidade de que as pessoas falam não pode ser só isso, e aquilo não te satisfaz. De repente você experimenta uma coisa que abre sua mente, começa a te dar tudo aquilo que as pessoas só vêem com a droga, e isso é um encanto, às vezes parece até que te dá uma liberdade, um alívio. Eu senti isso, mas comecei a ver até como um caminho, achava que era um caminho de autoconhecimento, trabalho interior com as drogas, que elas ajudavam, seriam um mestre, entendeu? Mas aí, quando conheci o Grupo, eu vi que não, que tem isso que o Beto falou, elas afloram, batem em você, ajudam de uma certa forma você a se conhecer, mas no meio tem muita confusão, tem a coisa que o Luís falou da sua energia, que de repente ela consome muito, depois você fica fraco, e se entrega muito à sorte: pode ser bom, mas pode ser péssimo. E quando eu conheci o Grupo, de repente tem um caminho que é limpo, que é honesto, que tem alguém, uma pessoa que vai te indicar o caminho, então você não fica perdido. E você pode sozinho chegar àquilo que talvez as drogas tenham te mostrado, mas de uma forma mais merecida.

• SER: Qual a lição de vida mais importante que vocês passariam para um filho?

Roberto: A lição maior que eu ensinaria para o meu filho é simplesmente... nenhuma. (risos) Eu só queria comentar que é indescritível a maravilha e a gratidão que eu sinto de ter pessoas da mesma idade que eu podendo estar num Grupo como este. Não tenho palavras para expressar tudo isso.

Ricardo: Não sei se dá para ensinar um filho, mas eu tentaria ensiná-lo a procurar a verdade, mas, mesmo assim, acho que não precisa ensinar nada, porque a influência, se você se tornar uma pessoa de qualidade, a influência que você dá para o seu filho já é boa.

Ana: Eu acho que não tem como ensinar para alguém se não for a hora desse alguém aprender alguma coisa. Então, por mais que seja teu filho, a gente

que esse é meu maior medo.

Luís Henrique: Estar no Grupo é ter a consciência de que você já foi um adormecido e é uma luta para não adormecer. Meu maior medo tem a ver com isso, é o medo de você lutar, lutar, lutar, e acabar adormecido. Assim, de ter-se esforçado, é lógico que todo esforço tem um sentido, tem algo, mas ser insuficiente. Esse é meu maior medo.

Loryen: Eu sou como a Aninha. Tenho muito medo do mundo me sugar, de acabar com tudo aquilo que eu sou, a energia. Também é uma maneira de atenção, é um medo que te deixa atento. Não é um medo que vai te consumir, é um medo que vai te dar uma energia pra você continuar.

Roberto: Eu acho que existe, sim, em mim esse medo de ser engolido pela vida, mas principalmente o medo de morrer e ter sido engolido.

Renata: É exatamente o que eu ia falar agora também. O medo que sempre tive de chegar à velhice assim, quando eu não tivesse mais nenhum tempo de vida, olhar para trás e falar: pô, sabe, o que que eu poderia ter feito, poderia ter sido, e não fiz, e não fui. Mas agora esse medo vem diminuindo, porque percebi que, para isso não acontecer, eu tenho que começar a fazer as coisas agora, parar de deixar tudo para depois. Então, até nas práticas que eu sempre deixava, tinha preguiça, agora estou tentando vencer essa minha preguiça e fazer cada coisa em seu momento, sabe? Viver as coisas agora, sempre. Se você viver no agora, não vai ter do que se arrepender depois. Você aproveita melhor cada momento.

• SER: Os mestres dizem que, quando a gente está no agora, nem a morte nos pega. Mas vamos para a próxima pergunta: sabemos que as drogas são apresentadas de alguma maneira aos jovens de hoje. O trabalho no Grupo ajuda vocês a lidar melhor com essa questão?

Luís Henrique: Eu acho que no Grupo ficou muito claro que as drogas prejudicam o trabalho interior, no sentido de que elas consomem uma energia vital sua. Por outro lado, você convive com as pessoas que você conhece e muitas usam a droga. Aí você entra na questão. A opção que eu tenho é assim: eu não uso, mas também não vou interferir no espaço do outro, de fora, porque acho que é uma opção dele. É o caminho que ele está escolhendo, como foi o meu de não querer a droga.

Ricardo: Esse negócio das drogas é muito interessante, porque eu perdi totalmente o interesse pelas drogas este ano. Não sei porque se utiliza a droga, é cabeça fraca mesmo, porque vai na onda de todo mundo. Se é moda fumar cigarro, todo mundo fuma, todo jovem de 15, 12 anos fuma, é uma moda que vai e volta. E o Grupo ajuda a ter uma vontade própria, a saber o que você quer, não seguir a onda, usar droga só porque seu amigo usa. Eu acho que o máximo, o interessante, é ser você mesmo.

Luís Fernando: Eu comecei a fumar maconha com 15,5 anos. Foi fantástico para mim no começo, porque dá uma sensação quente, dei risada pra caramba... eu me senti na hora leve, tudo ficou colorido. Eu falava pra caramba, dava risada pra caramba, eu conseguia sucesso, sei lá... era uma diversão frenética, maluca, né? Nas noites, depois, eu bebia e ficava mais deturpado. Não vou falar que sempre era bom, porque muitas vezes não era nada bom, eu passava mal e tudo o mais. Bom, espera aí, a pergunta era por que as pessoas usam as drogas, não é?

SER: Como você hoje está lidando com esse problema? Você consegue lidar melhor a partir de seu trabalho no Grupo?

Luís Fernando: Muito melhor. Eu parei de fumar faz tempo. Não me causa interesse a maioria das vezes. Do álcool eu diminuí a quantidade absurdamente. Todo mundo bebe como se fosse água!... Não sei como eles ficam. Sei que eu fico mal. Talvez beber um pouquinho... é gostoso beber um pouco de cerveja, degustar cerveja, degustar um vinho em vez de dar um golão!... Sei lá... aí se lida até com as drogas de uma outra maneira. Dá medo, pô! Que será que esse negócio vai fazer?... Por que as pessoas vão para as drogas? Por que vocês acham que os jovens lá da

fino ao mais grosseiro. Sabendo que estou no Universo, tenho de me perguntar em que ponto da minha consciência estou. Estou servindo apenas ao mais espesso? Quanto mais espessa a matéria, mais sofrimento existe nela. O ferro deve ser um grande sofrimento, é quase um inferno ser ferro, falando de forma figurada, evidentemente. Outra coisa ainda é que ele está embutido nele mesmo. A consciência do ferro não tem saída, a densidade é muito grande. Quando o percebo, a iluminação não é aquela coisa de falar: ó, cheguei, agora estou iluminado! Não é isso, é a percepção, o tempo todo, ou pelo menos em alguns momentos, de que o ideal é ver que tudo é consciência. Por exemplo, se estou sofrendo com o falecimento de alguém e me coloco num patamar mais fino, esse sofrimento é totalmente diferente. Quanto mais estou afundado no aspecto força da consciência, mais eu sofro. As leis do acaso não agem sobre a consciência, porque estão dentro dela e não têm poder sobre ela. O tempo não tem poder sobre a consciência, porque é um processo que está dentro dela; ela é superior a ele. Claro, o corpo físico vai desaparecer, mas não a consciência. Se não aprendi a me descolar disso tudo, se meu princípio de consciência não vingou nesse momento, poderá vingar num outro, mas não adianta nada se não me tornei autoconsciente, se não me tornei um *individuum*. Tenho de circular por todos os níveis ao mesmo tempo. O primeiro nível é o do Absoluto e não dá para dizer nada sobre Ele, mas, a partir do mundo três, a consciência é a coisa mais refinada. Nesse mundo existe consciência, força, amor ou beatitude. Nossos três centros deveriam ser um reflexo desse mundo três. Meu mental deveria ser luz pura, minhas emoções deveriam ser beatitude, amor puro e meu fazer deveria ser liberto, poderoso, mas não é assim atualmente. Voltando à primeira questão, o herói de todos os mitos antigos é aquele que busca este grande alvo: purificação de seus três centros, para que possam ser os melhores servidores da consciência.

SER – Somos adormecidos. De repente, achamos, principalmente no começo do trabalho, que acordamos. Isso não é verdade. No entanto, o buscador é aquele que está sempre crescendo, trabalhando, buscando, não é?

Lauro - Sim, ser buscador não significa chegar a tal lugar. Estamos sempre a caminho de Ixtlan, como diria Dom Juan. Estamos sempre dentro da consciência, caminhando, crescendo. Na verdade, poderíamos dizer que nosso viver é a aventura da consciência. A consciência faz uma aventura pelo planeta e quer conhecer tudo, quer-se divertir. Ela está num grande divertimento, numa grande aventura. Isso é gostoso e nós ficamo-nos preocupando com bobagens, com o trânsito, ficamos apavorados porque alguém morreu. No *Mahabharata* não se fala disso? Todos os dias, vemos nossos semelhantes caminhando em direção à morte e não nos damos conta de que vamos morrer também; isso é a coisa mais assombrosa que existe. Não estou usando as palavras exatas que estão lá, mas é isso aí. A grande alegria deveria ser o desenvolvimento da consciência. Ela teria de sorrir para mim. O trabalho teria de ser uma afirmação do grande sorriso. A consciência é sorriso, força e luz. Isso é Deus. Nós somos filhos de Deus e deveríamos viver à sua imagem e semelhança. Esse é o grande objetivo.

SER – Este setor da revista foi batizado com o nome de "Diálogos com um Homem de Atenção". Para o próximo número, haverá a possibilidade de outras pessoas trazerem suas perguntas, para que sejam respondidas por vocês?

Lauro - Sim, a partir da conversa que tivemos esses dias com vocês, estamos batizando esta seção da revista de "Diálogos com um Homem de Atenção". Vamos deixar uma caixa na sala do Osvaldo, onde as pessoas poderão colocar qualquer questão que tiverem, com seu nome embaixo; se alguém quiser permanecer anônimo, não há problema, mas pedimos que informe seu sexo, para que possamos responder sua pergunta. Na medida do possível, responderemos a um certo número de perguntas, que, mais tarde, poderão ser publicadas em mais um livro intitulado "Diálogos com um Homem de Atenção". É uma bela idéia!

---

[1] *A Linguagem dos Pássaros*, obra clássica do sufismo, de autoria de Farid ud-Din Attar, Attar Editorial.

COMENTÁRIOS DE SRI AUROBINDO A RESPEITO DA GUERRA

textos tradicionais

Em meio à guerra de 1914, Sri Aurobindo observava, com força profética:

"A derrota da Alemanha... não basta para extirpar o espírito encarnado na Alemanha; ela culminará provavelmente em alguma nova encarnação do mesmo espírito, em algum outro lugar, em outra raça ou outro império, e então será preciso que se trave, uma vez mais, toda a batalha. Enquanto os velhos deuses estiverem vivos, não adianta muito ferir ou destruir o corpo que eles animam, porque eles sabem muito bem transmigrar. A Alemanha enfraqueceu o espírito napoleônico em 1813 e quebrou os restos da hegemonia francesa na Europa em 1870; essa mesma Alemanha tornou-se a encarnação daquilo que ela mesma tinha destruído. O fenômeno pode facilmente se repetir em escala mais ampla."

[...] E em plena guerra de 1940, no momento em que Sri Aurobindo se colocava publicamente a favor dos Aliados, porque, *praticamente*, era aí que era preciso agir, ele escrevia a um discípulo:

"Você acredita que está-se passando na Europa uma guerra entre as potências da luz e as das trevas, mas isso não é mais verdadeiro hoje do que o foi durante a Primeira Grande Guerra! É uma guerra entre dois tipos de Ignorância... O olho do iogue vê não apenas os acontecimentos exteriores, os personagens e as causas externas, mas as enormes forças que os impulsionam a agir. Se os homens que combatem são instrumentos nas mãos dos Chefes de Estado e dos financistas, estes, por sua vez, são simples marionetes nas garras das forças ocultas. Quando aprendemos a ver o que está por trás das coisas, não nos predispomos mais a nos emocionar com as aparências, nem mesmo a esperar um remédio que venha através de mudanças políticas e sociais ou de mudanças nas instituições.

"[...] A guerra e a destruição", escreve, "são um princípio universal que governa não apenas nossa vida puramente material aqui embaixo, mas também nossa existência mental e moral. É evidente, na prática, que em sua vida intelectual, social, política e moral, o homem não pode dar um passo adiante sem travar uma batalha: a que se dá entre o que existe e vive, e o que procura existir e viver, e tudo o que está por trás de um e de outro. É impossível, pelo menos no estado atual da humanidade e das coisas, avançar, crescer, realizar-se e, ao mesmo tempo, observar realmente e de forma absoluta o princípio de inocência que nos é proposto como sendo a melhor e a mais elevada regra de conduta. Usaremos apenas a força da alma e nunca destruiremos com a guerra, nem mesmo usaremos a força psíquica para nos defender? Muito bem, mas mesmo que a força da alma se revele eficaz, as forças demoníacas que estão nos homens e nas nações esmagam, derrubam, massacram, queimam e violentam, como estamos vendo hoje em dia. Elas poderão fazê-lo da forma que quiserem e sem obstrução; e vocês terão talvez causado a destruição de tantas vidas por omissão quanto elas, as de outras tantas, pela violência... Não basta ter as mãos limpas e a alma sem mácula para que a lei da luta e da destruição desapareça do mundo; é preciso, antes de tudo, que o que está em sua base desapareça da humanidade. A imobilidade e a inércia que se recusam a se servir dos meios de resistência ao mal ou que são incapazes de usá-los, não podem, menos ainda, revogar essa lei. Na verdade, a inércia é mais perniciosa que o princípio dinâmico da luta que, pelo menos, cria mais do que destrói. Por conseguinte, se olharmos para o problema da ação individual, abster-se da luta sob sua forma psíquica mais visível e da destruição que inevitavelmente a acompanha, talvez nos dê uma satisfação moral, mas não suprime o Destruidor das criaturas."

coisas ruins e sofrer. Tem que dar um jeito nisso. É por aí.

Loryen: O meu maior anseio é continuar vivendo, porque a vida é um presente, é a coisa mais sagrada. Quero continuar seguindo essa verdade interna, que é de todo mundo, não é só minha, e poder continuar tendo essa troca com a natureza, com o mundo, com as pessoas. A vida é muito grande assim.

• SER (Carmem): Eu espero que você use o seu talento em Artes Plásticas também para expressar esse seu desejo. Também, cada um aqui pode dar alguma colaboração para a revista, seja qual for, dentro da sua possibilidade, de seu talento particular, porque isso vai ajudar muita gente, com certeza.

• SER: Qual é o maior medo de cada um de vocês?

Ana: Hoje, meu maior medo é o de ser engolida pelo ritmo, pela energia da terra e esquecer que eu não sou isso, que não estou aqui só para trabalhar, comer e dormir, ser englobada e não conseguir sair. É como se eu estivesse sendo engolida, como um afogamento no mar. Às vezes eu fico com medo de entrar no mar e não conseguir sair, então é um medo que me deixa atenta, sabe?... Sempre fico atenta para não ir fundo demais no mar e não conseguir sair depois.

Luís Fernando: O que você chama de mar?

Ana: A vida. As energias da vida: o trabalho, a escola, o namoro, tudo! É toda essa energia da terra... às vezes ela afoga a gente. Tenho medo de não conseguir sair e de não continuar buscando o essencial. Então, tenho ficado atenta para não ser engolida mesmo.

• SER (Cida): Tenho uma pergunta particular para você. Você e seus irmãos nasceram aqui dentro, como você mesma contou. No entanto, você está aqui batalhando e seus irmãos, neste momento, não estão. Tem alguma coisa que você gostaria de dizer sobre isso?

Ana: Eu acho que cada um tem o seu momento mesmo e a gente tem que respeitar isso. Não é porque eu comecei no Grupo com 15 anos que todo mundo tem essa mesma vontade. Então, pode ser que entrem com 50, com 60, com 30. É uma coisa do momento da vida de cada um e do tanto que ele está afogado também... Então, se ele está mais afogado nesta fase, ou se ela está mais afogada, vai ser mais difícil mesmo você se disponibilizar, ter um tempo para vir, para querer estar aqui. É o momento de cada um.

Ricardo: Acho que meu maior medo é encarar o medo. O medo de reconhecer em mim mesmo o que é inútil, o que eu acho que sou, com o quê me identifico. E acho que a maior batalha é vencer esse medo de constatar essa coisa inútil, esse meu eu falso. Acho

Da esquerda para a direita: Ana, Roberto, Renata e Ricardo.

Da direita para a esquerda:
Luís Henrique, Ricardo e Renata.

Ana: Hoje meu maior desejo é conhecer meu ser profundamente e conseguir me bastar sozinha, sem precisar de ninguém e de nada.

• SER (Carmem): A Aninha eu também conheço desde pequena e o que mais me espantava nela quando criança era o anseio por justiça e verdade. Ela lutava pelo que considerava justiça e verdade, custasse o que custasse. E eu fico muito contente de perceber que ela mantém essa chama acesa.

Roberto: O que meus colegas falaram é maravilhoso. Ser eu mesmo e conhecer meu ser profundo, e poder expressar algum dia a minha individualidade total, me encontrando e podendo expressar isso.

Renata: Acho que antes eu tinha muitos desejos isolados, queria uma coisa, queria outra, mas agora, quando penso em alguma coisa, eu quero mais é alguma coisa do meu profundo. Continuo querendo outras, mas o que eu estou trabalhando é para tentar uma integração e viver todas as outras coisas dessa maneira: integrada. E vivendo o aqui, agora. Estar muito na cabeça, lembrando do passado ou pensando no futuro, a gente nunca está vivendo tudo o que poderia, não é? Assim, se eu tivesse que falar alguma coisa, seria isso. Eu quero é tentar viver no presente cada vez mais, fazendo todo o resto, mas dessa maneira.

Luís Fernando: Eu quero é harmonizar meu ser. A gente pensa, a gente sente... e acho que é isso, falou?... Buscar meu ser mesmo, que é daí que a gente pode fazer tudo. Naturalmente a gente faz tudo. Ele está aí, não é?... E eu quero parar de sofrer também. A ignorância é sofrimento, é dura mesmo.

Carolina: Então, o que eu mais quero é trabalhar este ser que eu sou. Porque ele é hoje em dia uma confusão, uma casa bagunçada que eu mal conheço. Eu quero conhecê-lo e trabalhá-lo. Sei que é um trabalho que não tem fim, mas, do jeito que está, ele é dependente. Na minha vida, eu preciso trabalhar meu ser e descobrir as maravilhas que ele tem.

Renata: Tem uma coisa que eu pensei agora. O que eu mais quero mesmo é ser feliz. Todo mundo quer!... Acho que, para ser feliz, tem que ser dessa maneira: vivendo aqui e agora, sabe? Dessa maneira, estando com o pé no chão no que você está vivendo, é tudo muito bom. Então, sei lá, qualquer coisa, andar na rua, tomar banho, é tudo muito bom. Venha o que vier, pode ser coisa difícil, que é um prazer passar pelas coisas.

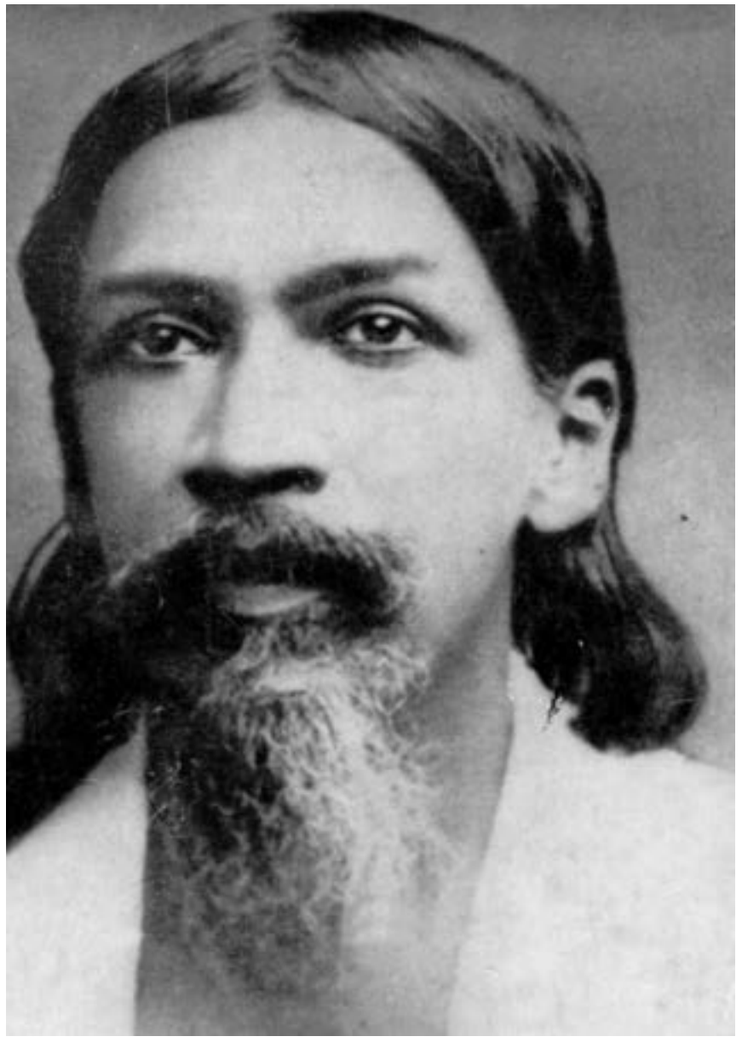
Luís Fernando: Eu experimento na minha vida várias situações difíceis, com as quais não sei como lidar. E daí? Como é que você vai sair delas?... Vai sair delas do mesmo jeito, com a inteligência do corpo, da emoção. A gente aprendeu no Grupo a mexer no centro do peito, e desvia as besteiras que você pensa, que são erradas. E assim a gente vai aprendendo as coisas mais importantes, que estão em mim e estão nos outros, em todos. Que daí a gente pode fazer alguma coisa mesmo. A gente pode ser feliz e tudo o mais.

Roberto: Colaborar com... acho que é uma energia (não sei se posso chamar assim) que influencia em todos os aspectos do universo. Tudo é o Todo. Sentir as coisas muito amplamente é estar colaborando para o fluir do universo. É, acho que já estou indo longe demais... (risos)

Luís Fernando: A gente está batalhando pelo bem, porque a gente não agüenta mais ficar pensando em

textos tradicionais

O KALI YUGA*


Sri Aurobindo (1872-1950), um dos maiores mestres espirituais da Índia.
O texto à esquerda é uma compilação de três obras: The Ideal of Human Unity, *pág. 76;* Letters 1, *pág. 164;* Essays on the Gîtâr, *pág. 55. Fotografia do livro* La Synthèse des Yoga, *de Sri Aurobindo – Éditions Buchet-Chastel, Paris.*

Este *Vishnu Purâna*, que data do século III a.C., fala ainda de outras coisas interessantes a respeito do nosso *Kali Yuga*, como, por exemplo: "No *Kali Yuga*, os reis não cuidarão de seus súditos e, no entanto, roubarão suas riquezas sob o pretexto de arrecadar impostos.... No *Kali Yuga*, os *sudra* (os trabalhadores) reivindicarão os mesmos direitos dos brâmanes.... os povos serão assolados pela fome, pelos impostos e pelas doenças.... As nuvens trarão pouca água e os grãos crescerão pouco.... e todas as castas quase se tornarão como a dos *sudra*.... Mas, apesar de todos os seus vícios, a grande virtude do *Kali Yuga* é que todos os progressos espirituais que se realizam com grandes esforços no tempo do *Satya Yuga* (a idade dos iniciados ou Idade da Verdade), o homem pode realizá-los com um pequenino esforço durante o *Kali Yuga*".

** Kali Yuga, a Idade de Ferro, é a quarta e última idade do ciclo hindu do mundo. As outras três são: a Idade de Ouro, a de Prata e a de Bronze.*
(Vishnu Purâna, século III a.C.)

textos tradicionais

OUTROS MUNDOS E OUTROS CORPOS

(trecho da obra de Satprem[1] intitulada* O materialismo divino*)

Passamos de vida em vida, de experiência em experiência – por diferentes modos de tocar a Matéria – até que nosso corpo de experiência tenha crescido nas dimensões do Universo.

Pois é esse, em princípio, todo o sentido da evolução: desenvolver em nós mesmos o corpo da Shakti[2]. Acreditamos fazer guerras, revoluções e cruzadas; criar filosofias, o socialismo, o capitalismo e constituir impérios do Helesponto a Bactriane; acreditamos construir máquinas, fazer literatura, fazer o bem e o mal, criar netos, porém, o tempo todo, é a Shakti que se desenvolve em nós, através do bem ou do mal, do socialismo ou do despotismo e, até mesmo, através de nossas máquinas ou de nossas tolices; o tempo todo é o império da Shakti que determinamos, a mesma Shakti sob diversos nomes e rostos, sob epidermes negras ou brancas, sob nossos pecados ou virtudes, tanto faz, em nossas derrotas ou vitórias; uma mesma pequena parcela do grande Meio que cultivamos, acumulamos, colocamos em nossos celeiros pensantes ou sensíveis, como as abelhas de um grande Favo, de grão em grão, dia após dia, por meio de dores e mais dores e de vidas incontáveis com uma roupagem ou outra, com uma filosofia ou sem nenhuma filosofia, por meio de religiões e de evasivas em todas as línguas; individualizamos a grande Shakti, banhamo-nos nela como girinos na torrente, quer nos tornemos pterodátilos ou musaranhos, matemáticos ou indigentes – ou nos tornemos o quê? Há seres que são apenas seu corpo e sua função, que acumulam apenas pequenas parcelas da Energia necessária para fazer funcionar seu mecanismo, e quando ele se desfaz, sobra apenas o que colocaram dentro dele: eles "saem" no nada porque são apenas o combustível universal, e todas as filosofias que puderam acumular dentro de si não fazem diferença alguma se elas não constituíram uma substância viva, se não se tornaram um meio de apanhar, na armadilha, algumas gotas da grande Shakti. E quando eles dormem também, aonde vão? Fora de seu corpo, está a noite tão negra quanto a de dentro porque só cultivaram materiais destinados à sua boa aparência e à sua função – vai-se na direção daquilo que se é, tanto em um caso como no outro, tanto no sono como na morte. E, se não se é nada mais que uma geléia pensante, não se vai a lugar algum, a não ser à refundição universal. Para se ir a algum lugar, é necessário ter um meio de transporte. Para "sair" de seu corpo, é preciso que haja alguém que sai – é evidente. E, quem sai?

Shakti, a substância-mãe do Universo, aparece aqui como Parvati, a esposa de Shiva, uma das mais conhecidas e veneradas deusas da mitologia hindu.
(Tamil Nadu, Índia, início do século XI – do livro Déesses, *de Lanier Graham)*

1 – Satprem foi aluno da Mãe e de Sri Aurobindo.

2 – *Shakti* é a substância-mãe do Universo, a *anima mundi*, aquela que o Sr. Gurdjieff, em sua obra *Relatos de Belzebuth a seu neto*, chama de *Ethernokrilno*.

trabalho no Grupo influencia a vida de vocês lá fora, e quais são as atividades daqui de que vocês mais gostam.

Ana: Eu tive uma fase muito difícil porque eu vinha aqui para o Grupo, aprendia, e depois achava todo mundo lá fora retardado. Achei que eu não podia mais ser amiga de ninguém, que teria de ficar longe de todo mundo porque estavam todos adormecidos. Mas depois eu fui descobrindo que, mesmo que as pessoas estivessem adormecidas, eu podia estar com elas e aprender com elas, e aí mudou tudo, recuperei as amizades que eu tinha desfeito, e percebi que podia aplicar meus conhecimentos com outras pessoas. Posso fazer tudo o que meus amigos fazem, mas sempre com esse olhar. Entendi que a minha atitude anterior era equivocada. Eu perdi por isso e agora estou recuperando, e é muito legal. Hoje tem amigos meus que começam a perceber, na medida do possível, uma possibilidade diferente, um modo diferente. É muito gratificante, é muito legal você conseguir passar, na medida de cada um, alguma coisa. É claro que tem alguns que estão completamente fora. Aqui dentro eu acho os depoimentos essenciais, imprescindíveis, mas acho que nos movimentos consigo ser eu mesma. Vivo na prática uma força muito maior, no meu caso, do que só ouvir. O que eu ouço muitas vezes eu esqueço. O que faço nos movimentos eu não esqueço nunca mais, fica guardado dentro de mim, é um arquivo inesquecível. Eu tenho também uma dificuldade com o corpo, acho que eu sou mais mental mesmo, mas faço um esforço pra vir e depois saio feliz.

Carolina: Bom, é difícil falar como o Grupo influenciou na minha vida, porque parece que simplesmente mudou completamente... No que eu mais reparo é que a vida, depois que comecei a vir ao Grupo, parece (parece não!) que ganha um sentido e as coisas vão-se acumulando e você está indo para algum lugar. Que é diferente, por exemplo, das outras coisas que faço na vida que, por mais que eu me empolgue, me dedique e tal, não sou eu. Eu tenho que aprender a não me confundir porque isso vai embora, de alguma forma. Então antes eu estava jogando coisas fora e depois do Grupo comecei a construir alguma coisa, um caminho. E fora isso, tem um conflito também do Grupo com a minha vida, que é na parte da faculdade. Sua pergunta é super-importante. Eu faço Ciências Sociais. Então, é muita teoria falando sobre quem é o homem, a vida em sociedade... e você ouve cada coisa que até revolta, do tipo "o homem é um modo de produção", e todo mundo toma isso como verdade, e você tem que responder a isso e lidar com isso. Estou aprendendo a separar. Acho que nem dá para complementar, por enquanto. Acho que eu tenho que separar: a faculdade é um estudo que se propõe a alguma coisa, tem um objetivo limitado, que é totalmente diferente, mas não é procurar a verdade. Então tenho que tentar separar. E das atividades que existem aqui no Grupo, não sei dizer de quais eu gosto mais, porque cada uma é muito especial. As histórias são um momento muito especial!... Todos os dias aqui no Grupo são mágicos, mas as histórias parece que são ainda mais. Você vai para o mundo do conto de fadas, dá uma força muito grande depois para continuar trabalhando. As reuniões todas as semanas são importantes porque são um apoio, indispensáveis também. Os movimentos são a prática, quando você vê os três centros tentando trabalhar juntos, é essencial. E os seminários, que são temas específicos para um aprofundamento. Todos são maravilhosos, não dá para dizer do que eu gosto mais.

Luís Fernando: A prática sentada é maravilhosa... do jeito que a gente vai aprendendo ao longo do tempo, praticada aqui no Grupo. É quando a gente vive muitas vezes coisas fortes por conta de todo o resto, por conta do Grupo... eu gosto de muita coisa... os movimentos são fantásticos!... Eu gosto é de trabalho interior, gosto do que é humano e do que é divino. A gente tem de estar muito atento. A vida é inglória muitas vezes... A influência daqui é muito boa porque dá um eixo e mostra algo que está aí mas que ninguém enxerga... e a gente vai enxergando... e pode ajudar as outras pessoas e pode... é isso aí.

• SER: O que cada um de vocês espera da vida hoje, ou seja, qual é o anseio do fundo de seu coração?

Ricardo: Acho que meu maior anseio é ser eu mesmo.

Da esquerda para a direita: Luís Fernando, Carolina e Ana.

Roberto: Pra mim, que faço o Grupo há quatro anos, assistir à reunião é sempre maravilhoso.Ter o Grupo aqui é uma força maravilhosa para tudo em minha vida. E graças a Deus, faz um ano já que estamos fazendo movimentos. Então uma atividade complementa a outra. A reunião é o conhecimento, as idéias, a ciência mesmo... porque o trabalho interior é uma ciência. Os movimentos são para não fugir da realidade da prática, para não ficar só no mundo das idéias. Tem o toque das palestras, das histórias, é tudo uma maravilha. Então na vida é uma influência total em tudo o que a gente faz, em nossas atitudes, no trabalho, na família, no amor, em tudo. O Grupo é aqui na rua Augusta, mas a gente leva o Grupo com a gente. No trabalho interior, em cada momento a gente vai-se relacionando melhor com tudo, é uma arte, é um encantamento.

• SER: É uma bagagem que não pesa, porque fica dentro da gente, não é mesmo?

Roberto: Não pesa nada.

• SER (Cida): Renata, você largou o curso que estava fazendo na faculdade e foi fazer Psicologia. De que maneira o trabalho no Grupo influenciou nessa mudança?

Renata: Eu não saberia dizer se o Grupo influenciou na mudança. Talvez sim. Eu sempre tive uma curiosidade muito grande pelas pessoas, por estudar as pessoas, mas a Biologia que eu fazia antes tem a ver com o fato de eu gostar também muito da natureza. Fui fazer sem saber bem onde estava pisando.

• SER (Cida): O que você aprende aqui bate de frente com o estudo da Psicologia?

Renata: É meio difícil às vezes. Tem umas coisas na Psicologia que já estão batendo de frente com o Grupo. Isso me confunde um pouco, me deixa nervosa, dá vontade de largar tudo. Mas quando eu me acalmo e dou atenção melhor às coisas, vejo que é como uma pizza. A Psicologia estuda uma fatia do ser humano, muito pequena. Eu acho que o Grupo engloba todo o resto. A Psicologia como ela é hoje não abarca todas as possibilidades que o ser humano tem. Mas eu acho que dá para conciliar as coisas.

• SER: É um diploma que vai te ajudar com certeza a circular no mundo profissional. Mas você pode, depois de formada, criar seu próprio caminho, sua forma de atuar.

Renata: A Psicologia é a Psicologia que existe no mundo inteiro, é o que a maioria das pessoas pensa. Então é legal ver o jeito como as pessoas pensam, as limitações delas. Pouca gente tem acesso a um trabalho como o do Grupo.

• SER: Nós gostaríamos de saber do Roberto se o curso que ele está fazendo, a Quiropraxia, tem a ver com o trabalho do Grupo e como ele pretende colocar o que aprende aqui em sua profissão.

Roberto: A Quiropraxia trabalha com as articulações do corpo, músculos, esqueleto, coluna e, conseqüentemente, com o sistema nervoso. Eu acho interessante e me identifico porque estudo Anatomia, Fisiologia, e isso tem muito a ver com o trabalho interior. Conhecer o corpo humano pode-me ajudar muito no futuro. Eu quero, com o diploma, poder ganhar dinheiro e ajudar outras pessoas na área da saúde.

• SER: Vamos voltar a nossa questão inicial: como o

textos tradicionais

YOGA DE DEUS INDIVISÍVEL E SUPREMO

(Extraído do* Bhagavad-Gîtâ *– Canto VIII)

Arjuna

1. Quem é Deus, ó matador de Madhu, e a Alma Suprema? O que é o Ato? O que chamas de Primeiro Vivente e de Divindade Primeira?

2. Como aquele que habita aqui neste corpo pode ser o Primeiro Sacrifício? E como, no dia da morte, podes estar no pensamento dos homens, senhores de si mesmos?

O Bem-aventurado

3. Chamo de Deus o princípio neutro supremo e indivisível; de Alma suprema, a substância íntima; de Ato, a emanação que produz a existência substancial dos seres;

4. De Primeiro Vivente, a substância divisível; de Divindade Primeira, o princípio masculino; sou eu mesmo que, encarnado, sou o Primeiro Sacrifício, ó o melhor dos homens;

5. E aquele que, na hora final, lembra-se de mim e parte liberado de seu cadáver, volta a entrar em minha substância; não há dúvida sobre isso;

6. Mas, se no fim de sua vida, ao deixar seu corpo, ele pensa em qualquer outra substância, é a ela que se entrega, já que foi moldado sobre ela;

7. Por isso, filho de Kunti, o tempo todo pensa em mim, e combate: com o espírito e a razão voltados em minha direção, sem dúvida, virás até mim;

8. Pois, quando o pensamento permanece constantemente unido a mim e não se desvia por outro caminho, volta-se ao Espírito celeste e supremo sobre o qual se meditava.

9. Este antigo poeta, regulador do mundo, mais destacado que o átomo, sustentador do Universo, incompreensível em sua forma, que brilha sobre as trevas como o esplendor do sol:

10. O homem que medita sobre esse Ser, firme em seu coração no dia de sua morte, unido a ele por meio do amor e da União mística, reunindo entre suas sobrancelhas o sopro vital, entrega-se em direção ao Espírito supremo e celeste.

11. Esse caminho que os eruditos védicos chamam de o Invisível; onde caminham os homens senhores de si mesmos e isentos de paixões; que desejam aqueles que abraçam o santo noviciado: vou explicá-lo em poucas palavras.

12. Estando fechadas todas as portas dos sentidos, o espírito concentrado no coração e o sopro vital na cabeça, estando firme e perseverante na União espiritual;

13. Dirigindo a palavra mística AUM ao Deus único e indivisível, e lembrando-se de mim: aquele que assim parte ao abandonar seu corpo, está no caminho supremo.

14. O homem que, não pensando em mais nada, lembra-se de mim sem cessar, é um Iogue perpetuamente unido e a ele dou acesso até mim.

15. Elevando-se até mim, essas grandes almas que atingiram a perfeição suprema não retornam a esse caminho perecível, morada dos males.

16. Os mundos retornam a Brahma, ó Arjuna; mas, aquele que me alcançou não deve renascer.

17. Os que sabem que o dia de Brahma termina após mil eras e que sua noite abrange também mil eras, conhecem o dia e a noite.

18. Todas as coisas visíveis saem do Invisível quando o dia se aproxima; e quando a noite se aproxima, elas se transformam nesse mesmo Invisível.

19. Assim, todo esse conjunto de seres vive e revive sucessivamente; dissipa-se quando a noite se aproxima, e renasce quando o dia principia.

20. Mas, além dessa natureza visível, existe uma outra, invisível, eterna: quando todos os seres perecem, ela não perece.

21. Chamamo-la de o Invisível e o Indivisível; ela é o caminho supremo; quando a alcançamos, não retornamos mais; ela é minha morada suprema.

22. Pode-se, filho de Prithâ, por meio de uma adoração exclusiva, alcançar este primeiro princípio masculino, no qual repousam todos os seres, pelo que foi construído este Universo...

23. O fruto da pureza prometido à leitura dos Vedas, ao santo Sacrifício, às austeridades, à munificência, o Iogue o sobrepuja pela Ciência e alcança a paragem suprema.

textos tradicionais

RELATOS DE BELZEBUTH A SEU NETO

(trecho extraído do capítulo 23)

G.I.Gurdjieff

Naquele tempo, os seres terrestres tricerebrais de idade responsável, que os demais denominavam "astrólogos", faziam observações e pesquisas sobre diversas outras concentrações cósmicas, tendo em vista uma ampliação minuciosa desse ramo de sua ciência, para cuidar, no que diz respeito aos que viviam em torno deles, de diversas obrigações desses seres, apropriadas ao desenvolvimento da essência.

Entre as principais dessas obrigações estava uma que consistia em dar – como fazem nossos *tzirlikners* – conselhos a todos os casais, seus "fiéis" como se dizia então, sobre o tempo e a forma do processo sagrado *elmouârno* de acordo com seus tipos, tendo em vista uma concepção desejável e em conformidade com seus resultados. Em seguida, uma vez obtidos esses resultados, ou, como eles diziam, esses "recém-nascidos", eles deviam levantar seus *oblékiounérish*, isto é, aquilo que teus favoritos contemporâneos chamam de "horóscopo"; baseados nesse *oblékiounérish*, assumiam, em seguida, o encargo – diretamente ou por meio de seus representantes – de guiá-los, em primeiro lugar durante todo o período de sua formação em direção a uma existência responsável e depois durante todo o seu processo de existência, e de dar-lhes todas as indicações necessárias, tendo em vista ainda as leis cósmicas, constantemente elucidadas por eles, relativas à ação dos resultados de outras concentrações cósmicas sobre o processo ligado à existência do Ser, dos seres de todos os planetas.

Suas indicações e "conselhos preventivos" consistiam no seguinte:

Desde que houvesse uma função em desarmonia ou que estivesse em vias de tornar-se desarmônica na presença de um ser entre seus fiéis, este se dirigia ao astrólogo do bairro. Então, baseado no *oblékiounérish* já pronto e nas variações dos processos atmosféricos, variações estas suscitadas pela ação de outros planetas do sistema solar deles, da maneira prevista em seus cálculos, o astrólogo indicava-lhe como se comportar em relação a seu corpo planetário, em determinados períodos do movimento *krentonalnien* do planeta deles, como, por exemplo: em que direção deveriam deitar-se, como respirar, que movimentos deveriam executar de preferência, que tipo de seres evitar freqüentar e muitas outras prescrições desse gênero.

Além disso, quando cada um desses seres atingia os sete anos de existência, ele lhe atribuía, sempre fundamentado em seu *oblékiounérish*, o ser do sexo oposto que lhe correspondia, tendo em vista o cumprimento de um dos mais importantes deveres do ser, a continuação da espécie – em outros termos, como diriam teus favoritos, ele lhes designava uma "mulher" ou um "marido".

É preciso fazer justiça a teus favoritos desse período: enquanto esses astrólogos existiram

Astrólogos e geomantes.

Loryen

fiavam nela. Ela tinha com eles uma relação de bicho pra bicho. Outra coisa também muito incrível era sua habilidade com as mãos, facilidade para desenho, pintura, escultura. Tudo o que ela tocava virava uma obra de arte. Eu quero perguntar como isso permanece hoje em sua vida, se ainda existe, ou se você perdeu?

Loryen: Eu estava começando a perder no tempo em que vivia revoltada. Mas sempre tive isso. E pra mim o Grupo também sempre foi uma coisa natural; essa busca nunca foi uma coisa fora, e acho que todo mundo tinha que fazer. Então comecei a sair fora do meu caminho e quando vim pro Grupo eu comecei a voltar pra casa, pra casa da qual eu estava indo embora.

Luís Henrique: Então eu me lembro que, quando eu vinha aqui, no começo, não entendia muito bem assim nada. O Paulo Raful falava umas coisas do tipo que pegavam muito em mim. Eu me perguntava: será que é esse mesmo o trabalho? Um dia virei pro Lauro Raful e, eu fumava direto, um maço de cigarros por dia. Falei pra ele que eu queria parar de fumar e não conseguia, que já havia tentado várias vezes. Aí ele me falou: me liga que a gente faz um tratamento que vai fazer você parar com certeza. Mas uma semana depois eu consegui parar sozinho. Quando me encontrei com ele eu falei: "Olha, você me desculpa não ter ligado, é que eu parei sozinho". E ele me disse: "Isso mostra que você tem bastante força de vontade". E eu sempre me lembro desse dia; quando estou nos seminários tentando resolver algum problema, eu lido dessa forma, como fiz com o processo de parar de fumar. Na minha opinião, os seminários são a coisa mais maravilhosa.

Ricardo: É difícil falar qual é o melhor de todos: depoimentos, práticas, movimentos ou seminários. Cada um é diferente. Acho que o que eu mais gosto mesmo é dos depoimentos que as pessoas fazem, porque cada depoimento é como se eu tivesse vivido o fato, como se cada pessoa fosse eu mesmo. Isso dá uma luz dentro de mim. A prática é outra coisa muito boa porque você precisa disciplinar a si mesmo, sentar e praticar. Porque tem muita coisa que chama sua atenção pra fora e a prática faz você procurar a si mesmo. As atividades do Grupo me influenciam na relação com as pessoas, os relacionamentos ficam mais humanos, mais verdadeiros.

Renata: Eu só sei que depois que comecei a vir ao Grupo tudo mudou completamente. A forma de encarar as coisas, é difícil de explicar até. Mas ficou tudo muito melhor, de uma maneira muito mais gostosa, os problemas, já não me afundo mais tanto nas coisas... Se aparece alguma coisa, agora vejo tudo como uma etapa. As pessoas que não têm isso mergulham de cabeça em tudo, se afundando. Por exemplo, amigas que estão com problemas de namorado, elas vivem isso de uma maneira que já não acontece mais com a gente que está trabalhando aqui. Quanto às atividades, gosto de tudo, mas vou falar do que eu tenho mais dificuldade, que são os movimentos. Acho que tenho uma tendência muito racional, ficar sempre na cabeça, então nos movimentos eu sinto uma certa preguiça, uma dificuldade. Não é do que eu gosto mais, mas talvez seja onde me trabalho mais.

fico que me trouxe aqui, mas tinha uma busca que sempre existiu dentro de mim. Com o tempo a gente vai percebendo, vai tentando, se pergunta, se questiona, o que é essa busca, o que é isso que a gente está procurando? Um dia, conversando com minha mãe, ela sugeriu que eu viesse ao Grupo e tirasse minhas próprias conclusões. E faz quatro anos que estou aqui e é maravilhoso.

Ana: Participo das reuniões há quatro anos, mas estou no Grupo desde que nasci, eu cresci aqui. Minha mãe vem desde que estava grávida de mim e eu sempre fui do Grupo, só não podia entrar nas reuniões. Eu não entendia por que ficava sempre esperando lá fora... até que chegou o dia em que pude entrar, recebi um convite. Continuo agora participando das reuniões, mas sou do Grupo desde que nasci.

• SER (Carmem): O engraçado é que a Ana e a irmã dela, a Natasha, ajudavam muito a gente nos jantares de fim de ano: lavavam alface, arrumavam as mesas, limpavam, cozinhavam, ajudavam em tudo. Só que na hora da festa elas tinham de ir pra casa!

Ana: É isso mesmo e eu nunca entendia porque nós não podíamos jantar, se tínhamos feito tudo... Minutos antes da festa, passava alguém e levava a gente embora! Mas minha mãe sempre levava um pouquinho de cada coisa, tudo arrumado num prato igual ao que era servido aqui, para que eu e minha irmã experimentássemos.

Carolina: Estou no Grupo há pouco mais de dois anos. Entrei, como já foi dito, junto com o Ricardo e o Luís. Fui também no Santo Daime e já tinha antes procurado outras coisas, as mais diversas possíveis, desde músicas, livros, até religiões. E aí o Luís me falou que o irmão dele fazia um grupo de meditação. Eu queria saber o que era, mas ninguém queria me explicar, e então comecei a vir. Concordo totalmente com o Ricardo quando diz que o Santo Daime dava uma coisa muito fácil que logo ia embora, e era um pouco confuso também. Não era tão preciso quanto aqui no Grupo, que é passo a passo, e que a gente leva para a vida também.

Luís Fernando: Faço minhas todas as palavras que foram ditas aqui... Não sei o que seria de mim sem o Grupo... não sei se é por conta do que eu sofri e do que a minha vida ia me trazer que comecei a buscar mesmo. Tudo começou quando eu estava muito mal por causa de umas crises com o uso de maconha. Meu pai me levou uma vez um livro de Taoísmo e senti que aquilo era maravilhoso. De repente eu disse: "Nossa!... Existe algo." Coincidiu com o convite do Roberto para eu vir pro Grupo; daí, logo no primeiro dia, como os outros já disseram, eu me encontrei... Foi maravilhoso!... Agora é o que eu quero pra mim, e as coisas vêm melhorando. No começo era difícil, agora nem tanto. A alimentação, por exemplo. Um tempo atrás eu comia muito. Agora como menos e, naturalmente, tenho outra relação com a comida. É a diferença que sempre vai existir, se Deus quiser.

• SER: De que maneira a vida aqui dentro (reuniões de depoimentos, estudos, movimentos, seminários, histórias) influencia a vida de vocês lá fora? E quais dessas atividades mais os atraem?

Loryen: Eu não sei realmente como influencia, mas sei que a atitude que tenho em relação ao mundo lá fora, em casa, comigo mesma, é completamente diferente. É uma coisa absurda. Você passa a ver, começa a enxergar certas coisas. E no momento em que você vem pra cá e começa a despertar, não tem mais como voltar, você não volta para trás, só caminha para a frente. Do que eu mais gosto aqui... bem... eu não falto às reuniões, só se acontecer alguma coisa muito séria, se estiver doente, mas do que mais gosto mesmo é dos movimentos. Porque desde criança sempre tive uma relação muito forte com o corpo, eu ficava fazendo perguntas sobre a formação do corpo, ossos, energia. Música também: sempre gostei muito de ritmo, de base. Mas o que me deixa realmente em equilíbrio são os movimentos.

• SER (Carmem): A Loryen eu conheço também desde pequena. Quando criança, era espantoso o relacionamento que ela tinha com os animais. Qualquer um. Ela andava tranqüilamente com galo ou galinha, ou mesmo um passarinho, pendurado no ombro. Os animais se sentiam à vontade com ela, con-

entre eles, seguiram estritamente seus conselhos e os casais não se uniam a não ser por indicação deles.

Dessa forma, os casais sempre se correspondiam em termos de tipo, quase tão exatamente quanto se correspondem em todos os planetas povoados de seres *kestchapmartniens*.

Por mais longe que estivessem de prever um certo número de verdades cósmicas *trogo-autoegocráticas*, os antigos "astrólogos" terrestres eram bem-sucedidos em suas escolhas, porque pelo menos conheciam perfeitamente as leis de ação dos diversos planetas de seu sistema solar sobre os seres que habitavam seu próprio planeta, isto é, a ação desses planetas sobre o ser durante sua concepção, sob o ponto de vista de sua formação futura, e depois durante o período de completa aquisição do Ser de um ser responsável.

(As viagens de Sir John de Mandeville, Boêmia, 1410-1420, do livro Alquimia & Misticismo, *de Alexander Roob - Taschen)*

Graças à experiência adquirida por meio da prática ao longo dos séculos, e transmitida de geração em geração, eles já sabiam quais eram os tipos do sexo passivo que correspondiam aos tipos do sexo ativo. De maneira que os casais, selecionados de acordo com suas indicações, quase sempre se correspondiam, contrariamente ao que se passa hoje em dia, quando os casais quase sempre se formam entre tipos que não se correspondem de forma alguma, o que faz com que todo o período de sua existência, quase a metade de sua "vida interior", como eles dizem, seja o reflexo do que nosso venerável *Mullah* Nassr Eddin exprime com as seguintes palavras:

"Que bom marido, que boa esposa eles são, quando o mundo interior tanto de um quanto do outro não está cheio das constantes 'gritarias' de sua cara-metade!"

Em todo caso, meu filho, se os "astrólogos" tivessem lá subsistido, teriam, com o tempo, adquirido uma tal experiência que a existência dos seres desse planeta desafortunado se teria tornado hoje um pouquinho semelhante, pelo menos no que diz respeito à família, à dos seres que lhes correspondem nos outros planetas do Nosso Grande Universo.

Mas esse costume benéfico para o processo de sua existência, teus favoritos, sem nem mesmo aproveitar o tempo para tirar vantagem disso, atiraram-no – como, aliás, eles o fazem, de mais a mais, com todas as suas boas aquisições – aos "porcos glutões" do nosso venerável *Mullah* Nassr Eddin. Seus astrólogos começaram também a "declinar", como sempre acontece lá embaixo, e terminaram por desaparecer completamente.

A função desses "astrólogos", uma vez completamente suprimida, fez aparecer em seu lugar a de outros profissionais do mesmo ramo, mas recrutados entre os seres "eruditos de nova formação", que pretenderam submeter-se, eles próprios, à observação e ao estudo dos resultados produzidos pelas diversas concentrações cósmicas e de sua ação sobre a existência dos seres de seu planeta; mas os seres comuns do convívio desses profissionais não demoraram a perceber que suas "observações" e "estudos" consistiam simplesmente em inventar nomes para os diversos sóis e planetas afastados, sem nenhum significado para eles, como milhares de outros existentes no Universo, e também medir, digamos, de uma maneira que só eles conhecem e que constitui seu segredo profissional, a distância compreendida entre os pontos cósmicos que eles vêem de seu planeta por meio desses brinquedos de crianças que também chamam de "telescópios" – eles lhes deram, então, o nome de "astrônomos".

HISTÓRIAS DO MULÁ NASRUDDIN

Coerência

– Que idade tem, Mulá?
– Quarenta anos.
– Mas o senhor disse isso a última vez que lhe perguntei, há dois anos.
– Sim; sempre sustento o que digo.

O que é uma prova verdadeira?

Um vizinho de Nasruddin foi visitá-lo.
– Mulá, preciso que me empreste o seu burro.
– Lamento – disse o Mulá –, mas já está emprestado.
Nem bem terminou de falar, o burro zurrou. O som provinha do estábulo de Nasruddin.
– Mas, Mulá, posso ouvir o burro zurrando.
Fechando-lhe a porta na cara, Nasruddin replicou com dignidade:
– Um homem que acredita mais na palavra de um burro do que na minha não merece que eu lhe empreste nada.

Enganado uma vez

Um homem pediu dinheiro emprestado a Nasruddin. O Mulá, embora achando que nunca mais o receberia de volta, mesmo assim entregou o dinheiro.
Para sua surpresa, o homem não demorou a devolver-lhe o empréstimo. Isso deixou Nasruddin pensativo.
Algum tempo depois, o mesmo homem voltou a lhe pedir dinheiro emprestado, dizendo:
– Sabes que cumpro o combinado, pois te devolvi o que me emprestaste a vez passada.
– Desta vez não, velhaco – rugiu Nasruddin; – enganaste-me naquela ocasião, quando achei que não me devolverias o dinheiro. Não me aprontarás uma segunda.

tro de mim. Agora, acho que o Grupo aqui está mais próximo do que eu espero conseguir. Espero algo assim como alcançar a sabedoria dentro do Grupo, ser mais pleno, mais humano.

• SER: Você sentiu que sua experiência com o Santo Daime abriu o interesse por uma busca?

Ricardo: Sim, e logo depois apareceu o Grupo aqui.

• SER: Você sente que o trabalho aqui é mais adequado?

Ricardo: Sim, e mais árduo. O Santo Daime é uma droga que faz você viver experiências de uma hora para outra... o trabalho no Grupo não: é algo que você vai adquirindo pouco a pouco, não é uma coisa que depois desaparece. Mas eu sabia que tinha algo verdadeiro. Então pensei, deve haver uma outra maneira de alcançar esse estado e aí apareceu o Grupo.

Renata: Acho que eu sempre tive algum tipo de busca. Desde muito nova, sempre achei que tinha de ter alguma coisa a mais, que só a vida normal era meio limitada, faltava algo. Mas acho que sempre tive uma espécie de resistência a procurar um outro tipo de coisa. Daí conheci o Roberto e ele me falou que fazia parte de um grupo de conhecimento interior. Isso me lembrava coisa de igreja, de pastor. Ele me convidou para vir e eu não quis. Imaginei um pastor falando, tudo isso aqui, essa história de grupo me caía mal... Até que ele me convidou para assistir a uma peça de teatro que vocês apresentavam, há uns dois anos e meio. Na hora que eu vi aquilo me apaixonei, foi no primeiro dia em que eu cheguei. Depois o Paulo comentou a peça e as coisas que ele falava caíam de um jeito que nem sei explicar como, era perfeito. Coube direitinho com as coisas que eu pensava, fazia muito sentido para mim tudo aquilo. No começo do Grupo, no primeiro semestre, às vezes eu vinha, outras não vinha... até que depois de uns seis meses comecei a freqüentar mesmo toda semana. E agora, após dois anos, não consigo faltar nem uma vez!

Roberto: Meus pais são veteranos, estão há 20 e tantos anos no Grupo. Não houve nenhum fato especí-

O jovem Krishna tocando sua flauta.
(Imagem tradicional da mitologia hindu)

A FACE JOVEM DO DIVINO

entrevista

São oito jovens de 19 a 23 anos de idade, que levam uma vida normal: estudam, namoram, viajam, etc. Mas, há alguns anos, pelo menos uma vez por semana, sobem uma particular escada e abrem a porta que os levará diretamente a outro mundo, onde a única coisa que conta é a busca de sua verdadeira identidade, o contato com Aquilo que os transcende. Eles são alguns dos mais jovens buscadores do Grupo (cronologicamente falando, já que a verdadeira juventude está no espírito). Estes jovens aceitaram o desafio de participar de uma longa entrevista sem ensaio, sem conhecer previamente o conteúdo das perguntas e sem tempo de reflexão. *Eram livres, entretanto, para responder apenas às perguntas que desejassem.* Tivemos o cuidado de transcrever e revisar o texto desta entrevista mantendo intacta a original forma de expressão de cada um.

• SER: Gostaríamos de saber como cada um de vocês chegou aqui no Grupo, há quanto tempo estão aqui e se houve algum acontecimento marcante em sua vida que fez com que procurassem um caminho interior.

Loryen: Eu vim pra cá porque minha mãe já fazia o Grupo há vinte anos. Entrei acho que em 98, com 17 anos. Eu estava em uma fase muito revoltada com a minha vida, com muitos problemas... sempre tinha muita vontade de entrar no Grupo e surgiu a oportunidade quando abriu uma nova turma.

Luís Henrique: Eu fiquei sabendo do Grupo já há bastante tempo. Meu irmão, minha irmã e meu pai faziam. Eles sempre me chamavam mas eu falava que ainda não estava preparado. Mas a busca já existia em mim, eu procurava em vários outros grupos até que comecei a ter problemas atrás de problemas... Chegou uma hora em que eu me lembro que desisti de terapia e então vim aqui pro Grupo. Estou há três anos, contando com este.

Ricardo: Estou aqui acho que faz dois anos, e foi muito interessante entrar. Conheço o Luís Henrique há vários anos, é meu amigo, e vim através do Nano, irmão dele. Viemos eu, o Luís e a Carolina juntos. Tinha acontecido um fato histórico na minha vida. Experimentei o Santo Daime e tive uma iluminação... vi o que era a vida e percebi uma outra pessoa den-

Quem estuda quem?

Um homem que tinha freqüentado muitas escolas de Metafísica apresentou-se a Nasruddin. Descreveu minuciosamente as escolas e o que tinha estudado, para demonstrar que merecia ser aceito como discípulo.

– Espero que me aceite ou, ao menos, que me exponha suas idéias, disse, já que passei tanto tempo estudando nessas escolas.

– Que pena! – exclamou Nasruddin –, o *senhor* estudou os mestres e seus ensinamentos. O que precisaria ter acontecido é que os mestres e os ensinamentos estudassem o *senhor*. Aí, sim, teríamos algo interessante.

O testamento de Nasruddin

"A lei manda que meus familiares devam receber certas proporções fixas de meus bens e dinheiro.

"Não tenho nada: que isto se divida de acordo com as fórmulas aritméticas aplicáveis por lei.

"O que sobrar deve ser dado aos pobres."

Os fatos são os fatos

Quando o Mulá foi nomeado cádi (juiz), viu-se diante de um difícil problema.

Em um julgamento por agressão, o demandante afirmava que o acusado lhe tinha mordido a orelha. A defesa sustentava que não, que ele mesmo tinha-se mordido.

– Obviamente as provas são contraditórias, já que faltam testemunhas – disse o Mulá. Há uma única maneira de decidir isto. Para tanto, reunir-nos-emos na sala intermediária durante meia hora.

Passou ao aposento, onde tentou morder a própria orelha.

A cada tentativa, perdia o equilíbrio e caía, machucando a cabeça.

Reaberta a sessão do tribunal, o Mulá disse:

"Examinai a cabeça do demandante. Se encontrardes "galos", é que ele mordeu a própria orelha, e minha sentença declara o acusado inocente. Se, por outro lado, não houver ferimentos, foi o outro que lhe mordeu a orelha, e trata-se de um caso de agressão.

MULÁ NASRUDDIN

A RESPIRAÇÃO E A ALMA

artigo

Maria Aparecida Ramos De Stefano

Buda sobre a serpente. *(Arte Khmer, Cambodja – Prah Khan – Fim do século XII – Museu Guimet)*

...lendas

vida dessa forma, o outro capta os sinais que passam por sua mente, coração e corpo e consegue driblar o ataque. Um relaxamento artificial, provocado, interfere com sua percepção e agilidade e impede a natureza de seguir seu curso original e espontâneo. A descontração e relaxamento que você busca são mais facilmente obtidos quando você se descola de seus pensamentos e elucubrações e passa a viver um estado de impecabilidade. Aí a própria vida se entregará voluntariamente a você.

Os lobos estavam pensativos e perdidos. O velho companheiro então resolveu levantar-lhes o moral:

– É claro que a disciplina e a experiência que cada um de vocês acumulou são importantes. Apesar de tudo, a força do Alto se expressa por intermédio de qualquer veículo. Quando se encontra com a força ascendente que vem das profundezas, tendo você como intermediário, a ação torna-se perfeita e justa. Aí, sim, surge a verdadeira e natural descontração e a oposição é abarcada pela amplidão interior. Agora, cuidado: um mental poluído transforma ações justas em truques e artimanhas incompatíveis com a livre circulação energética interior. Um mental vazio e silencioso age em uníssono com a natureza e ouve a voz do amo. Meu avô, por exemplo, era um lobo que cultivava o mental silencioso e a lembrança de si. Parecia estar sempre dormindo, jamais fora visto caçando um alce: eram todos seus amigos e entregavam-se espontaneamente quando chegava sua hora. Meu avô habitava o mais alto estado interno, o estado do não-fazer, uma ausência de movimentação energética em que prevalece o nada, o vazio. Por natureza, a Atenção é sem forma e nada deve fixar-se nela. Quando algo se fixa, seu brilho desaparece, o equilíbrio se rompe e sua atividade natural se restringe, não fluindo como deveria. Em um estado de não-fazer a atenção é plena, não se gruda a nenhum movimento, pensamento ou desejo. O silêncio é absoluto e a conexão com o Mais Alto aponta a direção a seguir e ensina como lidar com os acontecimentos. No estado de não-fazer, o mundo e você são uma coisa só. Quando vocês o compreenderem e puderem trazer essa compreensão para seu dia-a-dia e para a arte da caça, estarão próximos da libertação final.

Eu tinha muito em que pensar. Dispensei a saideira, paguei a conta, abracei meu amigo e fui embora.

vida, ficará perdido em suas artimanhas e desejos. Lembre-se disso na próxima vez em que for caçar.

O próximo a falar foi um lobo meio intelectualizado, que alguns achavam pernóstico:

– Para mim, o importante na arte da caça é a força do espírito, que aliás há muito cultivo. Pratiquei todo tipo de jejum, passei deliberadamente por privações, massacrei desejos e hoje possuo um espírito forte. Frente à caça, meu espírito me impele à vitória, pois toda a técnica aprendida surge espontaneamente diante de cada situação. Normalmente, fixo o olhar no alce e este, hipnotizado por minha força espiritual, cai em minhas garras de forma natural. Aquele, no entanto, não me deixou espaço. Transformava-se a cada momento. Isso escapa à minha compreensão.

O velho lobo abanou a cabeça e falou pausadamente:

– A vida é assim mesmo, muda e se transforma a cada instante. Cada minuto é diferente do outro. Você é que quer torná-los iguais. Você sabe como usar aquilo a que chama de força do espírito, mas o simples fato de gabar-se disso já o coloca em desvantagem. Seus poderes mantêm-se em oposição ao alce, que é a própria vida, e seu espírito pode não ser mais forte do que ela... Você pode sentir seu espírito preenchendo o Universo, mas isso não é Atenção. A Atenção é brilhante, independente, plena de luz e vigor, ao passo que o espírito ganha força dependendo das circunstâncias. Devido a essa diferença, que é de origem, eles operam de forma diferente. A Atenção é um rio que flui incessantemente. O espírito, uma enchente temporária, que se extingue quando encontra uma corrente contrária mais poderosa. Um alce desesperado – ou uma situação nova e difícil na vida – pode com freqüência tornar-se mais hábil do que um lobo.

O lobo cinza aproximou-se e assim falou:

– Há muito que me disciplinei na seguinte direção: não me sobreponho ao inimigo nem aos acontecimentos. Não forço a caça, assumo uma atitude relaxada e conciliatória. Quando encontro um inimigo forte, apenas olho e sigo seus movimentos. Assim, nenhum alce encontra meios de lutar comigo, mas o de hoje...

O velho respondeu:

– A força espiritual relaxada e conciliatória está em desarmonia com as energias da natureza e não passa de uma fantasia do seu mental. Quando você lida com a

contos e...

"E formou o Eterno Deus ao homem (Adám), pó da terra,
e soprou em suas narinas o alento da vida;
e foi o homem alma viva." (Gênesis 2,7)*

Nas palavras do Gênesis, o Sopro que nos anima tem origem na respiração divina. Passamos, porém, nossa vida, confundidos com nossas energias de base, que constituem nossa natureza terrestre, sem nunca nos lembrarmos de nossa origem divina. Identificados com nossa natureza animal, vivemos espelhados na ignorância, cheios de medos, correndo atrás de falso poder e de falso prazer, numa tentativa insana de "sermos felizes". Na nossa inconsciência, vemos os acontecimentos e nossos semelhantes como inimigos a serem enfrentados numa batalha selvagem que culminará no total esgotamento de nossas energias e, conseqüentemente, na morte.

Nosso trabalho consiste, portanto, em nos lembrarmos daquilo que somos. Na linguagem gurdjieffiana podemos dizer que é na "lembrança de si", de nossa verdadeira origem, que realizamos o casamento dos nossos dois lados: o lado "luz" e o lado "trevas". É interessante notar que, em hebraico, a raiz Zakhor significa "masculino" e também "lembrar-se". Isso significa que o "masculino" em nós tem de se lembrar de descer às profundezas de nosso Ser, à fonte de nossas energias vitais que, em nós, correspondem ao "feminino", para que esse casamento se realize. Portanto, nossa vocação, enquanto seres humanos, é lembrar de fazer a junção de nossos pólos contrários, numa relação de Amor ao Ser. Ao Homem cabe unir esses dois pólos como se fosse um ímã. Se largar seu lado animal, pode se perder num falso espiritualismo; se não se lembrar de seu lado divino, pode ficar submerso nas águas turvas da vida. Nos dois casos, não realiza plenamente o seu Ser.

Voltando às palavras do Gênesis citadas acima, vimos que é a expiração divina que nos anima e, portanto, ela é nossa "alma". A alma é Vida e está estreitamente ligada ao ritmo binário inspiração-expiração. A respiração originária do Sopro Divino é um portal de entrada para elevar nossa alma, hoje banalizada na luta pela sobrevivência. Por meio dela, podemos nos transportar para níveis mais elevados de consciência, harmonizando nosso Ser em sua totalidade.

Ao praticarmos a respiração consciente, orientados por quem já desfruta de suas benesses, percebemos que somos imediatamente levados a sentir o topo da nossa cabeça que se abre para a entrada de energias finas, divinas, que escoam e penetram nosso Ser. Através de nossa coluna, essas energias atingem nossas profundezas, onde se produz nosso potencial energético. A coluna é o núcleo que liga esses dois pólos. Ela está no meio, ligando também nosso lado esquerdo com o direito e nossa parte da frente – que olha para o futuro, com as nossas costas – onde ficou o passado. Ela é o eixo, o estandarte onde o homem se apóia para não ser comido pelo tempo.

O tempo é Cronos, que está sempre engolindo o futuro, que imediatamente se transforma em passado. Quando entramos em contato com nossa coluna vertebral, vivemos o instante presente que nos permite tocar a Eternidade. Percebemos, então, que cada momento pode ser salvo da foice de Cronos, que está sempre devorando seus filhos. Ao praticarmos a "respiração consciente", nosso brilho divino, nosso EU REAL ilumina nossas trevas inferiores, realizando o casamento de nossas duas naturezas. Ela é, pois, o coroamento dessa União na qual o homem realiza sua verdadeira vocação: a de tornar-se um "individuum".

Quando nos tornamos conscientes, nossas energias tomam o caminho da realização. Identificados com elas, nós as matamos impiedosamente.

---

* Torá - A Lei de Moisés, *Editora Sêfer, São Paulo, 2001*

VÁRIOS LIVROS EM UM SÓ LIVRO:
FRAGMENTOS DE UM ENSINAMENTO DESCONHECIDO, DE P.D. OUSPENSKY

artigo

Mary Celeste Bueno

Após algum convívio com o estudo do *Fragmentos*..., algo interessante começa a ficar claro. Na verdade, são vários livros, uns dentro dos outros, como no caso das bonecas russas e de nossa própria realidade.

1. A uma primeira leitura, embora plena de ensinamentos metafísicos e esotéricos, pensa-se em uma narrativa histórica, quase um romance biográfico, onde o desenvolvimento cronológico prende a atenção do leitor, todo enriquecido pela ação vivida em momentos especiais (guerras, grandes transformações políticas, etc.), em cenários sugestivos e provocantes: Rússia, Ásia Menor, Europa, Estados Unidos, sempre nas cidades de maior importância cultural, nos locais mais pitorescos, nas regiões mais inacessíveis e desafiadoras. Enfim, excluindo alguns trechos em que sua leitura é realmente "pesada" (normalmente evitada pelos leitores de primeira viagem), exigindo algum preparo para o entendimento, é um livro longo que pode ser lido naturalmente, do começo ao fim, sem se tornar enfadonho ou impenetrável.

2. Entretanto, para quem tenta trilhar o Quarto Caminho, ou seja, a senda deixada por Gurdjieff no sentido de uma "evolução", esse livro (juntamente com as *Cinco Conferências sobre a Evolução Possível ao Homem*, do mesmo autor) passa a ser algo semelhante ao que foi, nos bons tempos da Igreja Católica, o catecismo. Isto é, encontra-se nele uma súmula das principais idéias em que se fundamenta uma "nova linguagem", com a requerida objetividade para o entendimento de todo o seu maravilhoso Sistema. Destacar essas idéias do contexto total do livro é uma atitude didática, mas, a nosso ver, absolutamente necessária nos primeiros tempos do Trabalho Interior. Principalmente porque, embora se usem (propositadamente) as mesmas palavras do nosso falar cotidiano, estas são empregadas com um sentido novo, original, cheias de significado e, pouco a pouco, vão-se entrelaçando espontaneamente em nosso mental, ali instalando um primeiro passo na direção de uma nova comunicação, mais efetiva. É como se Ouspenky e Gurdjieff tivessem tomado, das linguagens científicas exatas, uma objetividade que transpuseram para setores do conhecimento tornados completamente subjetivos em nossa civilização moderna, como a Arte, a Psicologia, a Filosofia, etc.

3. Em terceiro plano, há dois aspectos realmente surpreendentes:

a) de um lado, uma erudição possivelmente herdada da antiga Rússia, aliada à tradição da Turquia, Egito, Armênia, países árabes, etc. Levantam-se questões interessantíssimas até para especialistas de várias áreas do conhecimento: Medicina, Química, Filologia, Geografia, Astronomia, Artes e, em especial, História das Religiões. As informações que traz sobre a "alimentação" do ser humano e de todos os seres vivos são absolutamente extraordinárias; o uso perfeito das palavras em relação a seu encaixe no contexto é o de um filólogo muito capacitado; alguns comentários sobre o cristianismo são surpreendentes e, se fosse o caso, poderíamos falar sobre isso muito longamente;

b) por outro lado, por trás dessa erudição, muito sutilmente, insinua-se a mensagem; é, portanto, um livro de profundidade. Não se trata, pois, de uma demonstração de conhecimento e domínio de vários campos do saber, mas de um exemplo incrível de como todo o saber, por mais extenso que seja, pode

da caça

Vita P. Mesniks
(adaptação livre de um conto do livro *O Senhor das 3 Energias* de Suleyman Raphael, pseudônimo de Lauro Raful)

qüila, vendo o predador aproximar-se e acolhendo essa aproximação. Já bem perto um do outro, uma estranha luz dourada desprendeu-se do alce e os envolveu. Aí, os dois, como por encanto, fundiram-se. O lobo, transformado por essa fusão, tornou-se maior e mais nobre e seus pêlos enriqueceram-se com belos reflexos dourados. Os outros fitavam-no sem nada compreender.

Como o velho parecesse achar tudo muito natural e não querer explicar nada, pediram com reverência:

– Somos notórios por nossa intrepidez e astúcia, mas nunca pensamos haver no mundo um alce tão extraordinário. Nenhum de nós conseguiu vencê-lo e o senhor o fez com tanta facilidade! Para nosso benefício, conte-nos, por favor, o segredo do seu sucesso, mas antes deixe-nos dizer quanto cada um de nós sabe da arte de caçar alces.

O primeiro lobo então adiantou-se:

– Nasci em uma matilha respeitada por sua perícia. Desde a infância treinei-me com vistas a tornar-me um grande caçador. Sou capaz de pular de uma árvore de até quatro metros de altura. Sei encolher-me a ponto de passar através de uma abertura que mal permitiria a passagem de um esquilo. Sou acrobata hábil. Muitas vezes, finjo estar adormecido e quando a caça se aproxima, dou o bote no momento certo. Com toda essa técnica, nenhum alce jamais me escapou e foi uma vergonha ter de bater em retirada frente àquele espécime tão estranho.

O velho lobo replicou:

– Vocês não perceberam que aquele não era um alce comum. Era a própria essência da vida que se encarnou em um corpo animal e assim o fez, para ensinar a vocês, lobos adormecidos, uma lição. Escolheu o corpo de um alce por ser sua caça favorita, símbolo de seus mais secretos desejos. Mas vocês, com sua atitude, matam aquilo que mais desejam. Tudo o que você descreveu são técnicas para lidar com alces – ou com a essência da vida. Técnicas para combater a vida, não para transformá-la. Você é eficiente no que faz, mas está preocupado em ser engenhoso e hábil e coloca seu mental para trabalhar e produzir elucubrações que não levam a nada. A menos que você passe a percorrer o caminho do conhecimento interior, que o ensine a dançar com a

A arte

Lobos são animais que, além de bons caçadores, podem acumular muita sabedoria e até transmiti-la. Outro dia, conversava eu com um deles, queixando-me de que a vida não me vinha tratando como eu merecia, quando ele decidiu me contar um pouco de sua história. Achei-a tão intrigante e saborosa que resolvi compartilhá-la com o leitor.

Contou-me que fazia parte de uma grande matilha, que caçava constantemente e adorava a carne dos alces. Na verdade, especializara-se na caça a esse animal. Eram tão organizados esses lobos que mantinham reuniões periódicas para trocar impressões e aprimorar métodos de conquista e gerenciamento. Gabava-se meu amigo de que era um grande caçador, lembrava-se de suas inúmeras conquistas e da técnica que utilizara em cada uma delas. Dizia excitar-se na presença da caça e, sempre que a oportunidade aparecia, usava de toda a sua *expertise*, inata e adquirida, para abater a presa.

Até que um dia, quando passeava despreocupadamente com os companheiros pela floresta, viu surgir à sua frente um belíssimo exemplar. Era diferente dos demais. Não os temia; desafiava-os. Atento à aproximação dos lobos, repelia habilmente seus ataques. Por vezes, até tomava a iniciativa de provocar. Um dos rapazes, um grande lobo preto, orgulhoso e prepotente, foi obrigado a bater em retirada, humilhado e ofendido, diante do balé que o belo alce, para esquivar-se dos ataques, executou na presença de todos.

Foi um vexame tão grande que resolveram convocar uma assembléia extraordinária para discutir o acontecimento. Chamaram um antigo companheiro, já aposentado, para participar da reunião e talvez oferecer algum subsídio que os auxiliasse na compreensão do evento. O velho lobo em nada diferia dos demais; parecia até mais velho e fraco. Porém, já que estava presente, por que não ouvir o que tinha a dizer? Este, no entanto, preferiu demonstrar seu método de trabalho, em vez de partir para grandes explanações teóricas. Pediu que o levassem até o local onde haviam visto o belo e arredio alce. Não tiveram de esperar muito. Quando este apareceu, o velho lobo caminhou calmamente em direção à caça e esta, ao contrário das outras vezes, permaneceu inerte, tran-

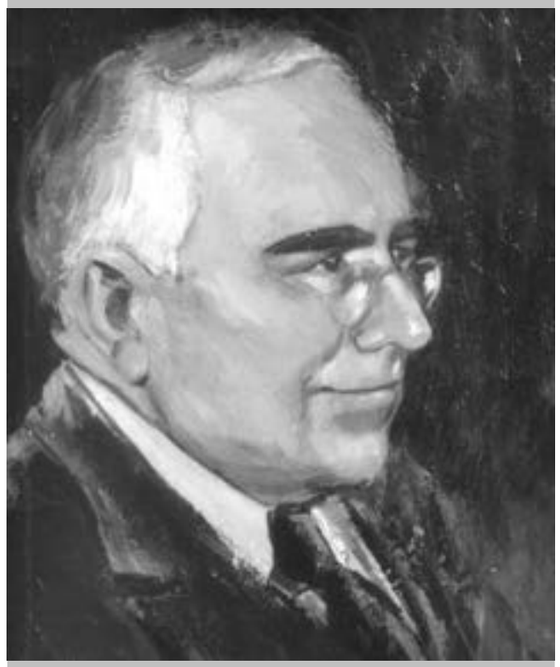
ser instrumento de algo maior, praticamente indizível.

4. A esta altura, aparece-nos outro aspecto dessa obra literária. É uma obra de arte:

- dirige-se ao emocional a partir do mental, causa reações, comove, provoca, instiga a dúvida, amplia o sentimento pelo uso correto da carga afetiva contida no mistério da palavra. Com esses efeitos, consegue delicadamente desestabilizar a acomodação em que nos encontramos, graças aos condicionamentos causados por nossa cultura moderna. (E devemos lembrar-nos de que isso se dirigia de imediato à população leitora dos primeiros 50 anos do século passado.) Qualquer pessoa pode testar esse efeito artístico: basta ler, para ouvintes de nossa intelectualidade universitária, frases como: o conhecimento é material ou: a evolução é contra a natureza e contra Deus... e várias outras, para sentir a reação. É preciso tomar cuidado.

5. Mas há também outro plano que se descortina ao final do livro e que, pelo menos em nosso caso, exigiu vários anos de releitura para ficar claro. É um livro metafórico–analógico: ele todo não deixa de ser o que se anuncia desde o primeiro capítulo – uma luta entre dois Magos que se encontram, ajudam-se, entram em atrito, mudam de posição relativa, desenvolvem todo um trabalho conjunto e, depois, passam a outro tipo de relacionamento, até a separação final, cada um criando um flanco básico de uma escola interior para o milênio seguinte. Embora saibamos que se trata de pessoas reais e sociais, ambos estão no livro sempre à frente de outros, como "entidades" representando o Ocidente e o Oriente, seus respectivos saberes, a imensa dificuldade da conciliação que, na realidade, é o seu anseio profundo.

6. Existe outro aspecto, bem mais difícil de ser percebido, pois implica um mais alto nível de Ser e da compreensão que ele traz: é o SIMBÓLICO. Nada nesse livro é gratuito: os nomes das pessoas, dos lugares, os fatos escolhidos para ser narrados, as lendas – tudo pode ser lido com outro sentido pela pessoa que tiver as "chaves". É, pois, um livro codificado. Como se costuma dizer academicamente, sua leitura vai depender do registro em que se baseie o



P. D. Ouspensky (1878-1947), um dos alunos mais famosos de Gurdjieff, autor da obra *Fragmentos de um Ensinamento Desconhecido.* *(retratado na pintura de Harold Wirk, do livro* Pioneer of the Fourth Way*, de Bob Hunter, Eureka Editions)*

decodificador e pode trazer diferentes mensagens. A própria lei da relatividade, aplicada aos textos, como ele apresenta, é uma dica para permitir a visão da mesma realidade sob diferentes prismas, o que culturalmente se considera "registro".

7. O sétimo plano é realmente um prêmio para os buscadores que chegam a compreender que algo maior reúne todos os inúmeros aspectos em um só contexto e que esse "algo" está oculto nas entrelinhas, nas minúcias, no que é feito para passar desapercebido embora esteja à mostra. É um outro livro, uma Bíblia para exegetas, para quem já trilha a passos largos o Quarto Caminho. Não é o nosso caso, mas temos a felicidade de conviver com quem já chegou lá... sabemos que é possível... e isso nos inspira.

UMA YOGA PARA OS OLHOS

artigo

Dr. Mario Luiz de Camargo (médico oftalmologista)

"O olho é a luz do corpo. Se teu olho é são, todo o teu corpo será iluminado." (Mt 6, 22)

A palavra Yoga se origina etimologicamente da raiz sânscrita que significa unir, juntar, atrelar. A interpretação tradicional é que Yoga é a harmonização do corpo e dos diferentes elementos do psiquismo humano para promover a união do homem com sua natureza divina. Em um sentido mais específico, refere-se ao conhecimento que se desenvolveu na Índia há milhares de anos, formando um corpo de preceitos e práticas que visam ao desenvolvimento harmonioso do homem.

A Yoga abrange vários sistemas, que se diferenciam em diversas linhas, conforme variem seus instrumentos de ação, meios e mecanismos de trabalho.

A *Hatha Yoga*, por exemplo, é a Yoga do corpo. É um sistema de práticas, exercícios e treinamento para desenvolver, dominar e fortalecer o corpo físico, além de recuperar e preservar a saúde. É um tipo de Yoga que inclui exercícios oculares, mas não é voltada exclusivamente para o desenvolvimento visual.

Registros históricos revelam que exercícios oculares são praticados há milhares de anos. As antigas civilizações do Egito, China, Tibete e Índia incluíam exercícios para os olhos em suas práticas regulares de medicina e de desenvolvimento espiritual. Até hoje, as práticas médicas que dão mais ênfase a uma terapêutica natural e holística estimulam o seu uso.

Entretanto, a civilização ocidental não deu muita atenção a esses métodos até o começo do século XX, quando o Dr. William Horatio Bates (1860–1931), médico oftalmologista de Nova York, publicou os resultados de seu método de treinamento visual. Ele observou que a visão não é uma condição estática, mas varia constantemente, dependendo do estado físico, emocional ou mental da pessoa. Seus estudos demonstraram que o *stress* das situações enfrentadas no dia-a-dia prejudica o desempenho visual. E o mais importante é que Bates provou que a visão pode ser melhorada por meio de exercícios que desenvolvam um comportamento e um desempenho visual consciente e correto.

Desde então, numerosos artigos têm sido publicados a respeito dos exercícios oculares, tanto na imprensa leiga quanto nas revistas científicas especializadas, tornando clara a importância do assunto.

No entanto, melhorar a visão por meio de exercícios é um trabalho complexo; a própria visão é um processo muito complexo. Mas unindo o conhecimento da Yoga ao sistema de Bates e seus seguidores, podemos obter resultados surpreendentes, tanto para o aperfeiçoamento visual quanto para o desenvolvimento espiritual.

A visão ocupa um lugar de suprema importância na vida humana. Nenhum outro canal sensorial é de arquitetura tão intrincada e delicada. Nenhum é tão refinado, sofisticado e sensível quanto o olho.

O sistema visual está inextricavelmente ligado a nosso corpo todo e principalmente ao sistema nervoso e psiquismo. O ato de ver influencia cada aspecto de nosso ser e, por outro lado, é afetado por tudo o que fazemos.

Grande parte de todas as nossas impressões sensoriais são visuais. Mesmo de olhos fechados, no escuro, na mais completa ausência de estímulos luminosos, as imagens visuais mentais são responsáveis pela manutenção de uma influência tônica sobre o nível de atividade espontânea do cérebro.

Pesquisas feitas com o eletroencefalograma revelam que o simples fato de abrir ou fechar os olhos altera o padrão da atividade elétrica do cérebro.

Adiamento

Fernando Pessoa (Álvaro de Campos)

Depois de amanhã, sim, só depois de amanhã...
Levarei amanhã a pensar em depois de amanhã,
E assim será possível; mas hoje não...
Não, hoje nada; hoje não posso.
A persistência confusa da minha subjetividade objetiva,
O sono da minha vida real, intercalado,
O cansaço antecipado e infinito,
Um cansaço de mundos para apanhar um elétrico...
Esta espécie de alma...
Só depois de amanhã...
Hoje quero preparar-me,
Quero preparar-me para pensar amanhã no dia seguinte...
Ele é que é decisivo.
Tenho já o plano traçado; mas não, hoje não traço planos...
Amanhã é o dia dos planos.
Amanhã sentar-me-ei à secretária para conquistar o mundo;
Mas só conquistarei o mundo depois de amanhã...
Tenho vontade de chorar,
Tenho vontade de chorar muito de repente, de dentro...

Não, não queiram saber mais nada, é segredo, não digo.
Só depois de amanhã...
Quando era criança o circo de domingo divertia-me toda a semana.
Hoje só me diverte o circo de domingo de toda a semana da minha infância...
Depois de amanhã serei outro,
A minha vida triunfar-se-á,
Todas as minhas qualidades reais de inteligente, lido e prático
Serão convocadas por um edital...
Mas por um edital de amanhã...
Hoje quero dormir, redigirei amanhã...
Por hoje, qual é o espetáculo que me repetiria a infância?
Mesmo para eu comprar os bilhetes amanhã,
Que depois de amanhã é que está bem o espetáculo...
Antes, não...
Depois de amanhã terei a pose pública que amanhã estudarei.
Depois de amanhã serei finalmente o que hoje não posso nunca ser.
Só depois de amanhã...
Tenho sono como o frio de um cão vadio.
Tenho muito sono.
Amanhã te direi as palavras, ou depois de amanhã...
Sim, talvez só depois de amanhã...

O porvir...
Sim, o porvir...

POESIA

Amém

Cecília Meireles

Hoje acabou-se-me a palavra,
e nenhuma lágrima vem
Ai, se a vida se me acabara
também.

A profusão do mundo, imensa
tem tudo, tudo – e nada tem.
Onde repousar a cabeça?
No além?

Fala-se com os homens, com os santos,
consigo, com Deus... E ninguém
entende o que se está contando
e a quem...

Mas a terra e o sol, luas e estrelas
giram de tal maneira bem
que a alma desanima de queixas.
Amém.

Céu

Manoel Bandeira

A criança olha
Para o céu azul.
Levanta a mãozinha.
Quer tocar o céu.

Não sente a criança
Que o céu é ilusão:
Crê que o não alcança,
Quando o tem na mão.

Mundo interior

Machado de Assis

Ouço que a natureza é uma lauda eterna
De pompa, de fulgor, de movimento e lida,
Uma escala de luz, uma escala de vida
Do sol à ínfima luzerna.

Ouço que a natureza, - a natureza externa,-
Tem o olhar que namora, e o gesto que intimida
Feiticeira que ceva uma hidra de Lerna
Entre as flores da bela Armida
E contudo, se fecho os olhos, e mergulho
Dentro de mim, vejo à luz do outro sol, outro abismo
Em que um mundo mais vasto, armado de outro orgulho,

Rola a vida imortal e o eterno cataclismo,
E, como o outro, guarda em seu âmbito enorme,
Um segredo que atrai, que desafia – dorme.

Solilóquio sem fim e rio revolto

Jorge de Lima

Solilóquio sem fim e rio revolto –
mas em voz alta, e sempre os lábios duros
ruminando as palavras, e escutando
o que é consciência, lógica ou absurdo.

A memória em vigília alcança o solto
perpassar de episódios, uns futuros
e outros passados, vagos, ondulando
num implacável estribilho surdo.

E tudo num refrão atormentado:
memória, raciocínio, descalabro...
Há também a janela da amplidão;

e depois da janela esse esperado
postigo, esse último portão que eu abro
para a fuga completa da razão.

Para determinadas posições dos olhos, há um padrão de pensamento e um padrão emocional associados. Por exemplo, toda vez que queremos nos lembrar de alguma coisa, tendemos a voltar o olhar para cima e para a esquerda. Mesmo dormindo e sonhando, os olhos se movem. Por essa razão, a fase de sonho é conhecida por fase "REM" (*rapid eye movements*).

Estudando a anatomia e fisiologia do sistema visual, podemos compreender melhor a posição de destaque conferida pela natureza a esse maravilhoso sentido.

A verdade é que não enxergamos apenas com os olhos. O sistema visual inclui grande parte do cérebro – de fato, sua parte dominante. A formação da imagem nítida na retina é só a primeira parte do processo. A energia luminosa recebida na retina é transformada em energia elétrica e transmitida por feixes nervosos ao córtex cerebral, onde o processo de enxergar culmina na percepção e tomada de consciência.

O *stress* físico, emocional ou mental pode deteriorar a função visual. Maus hábitos no uso dos olhos, fadiga, hiperexcitação do sistema nervoso, crispações corpóreas, desequilíbrios motores, traumas emocionais também contribuem para a piora da visão e são passíveis de correção por meio de exercícios visuais. Muitas são as funções visuais que podem ser trabalhadas e melhoradas. Por outro lado, exercitando os olhos, melhoramos nosso psiquismo. Se conseguimos relaxar os olhos, o corpo também relaxa. Com o corpo relaxado, a emocionalidade tende a se acalmar e o raciocínio fica mais lúcido.

Essas práticas, quando bem conduzidas, vão muito além de uma simples ginástica para os músculos dos olhos. São também treinamento para aprimorar a percepção das sensações visuais e aperfeiçoar a integração cerebral. De fato, são um caminho para a verdadeira "arte da visão".

"O olho no qual eu vejo Deus é o mesmo olho no qual Deus me vê a mim; o meu olho e o olho de Deus são um único olho, uma única visão, um único reconhecimento e um único amor".
(Mestre Eckhart, Deutsche Predigten und Traktate, *ed.de Munique, 1963).*

Ilustração: O pequeno jardim florido do Serafim,
das obras de Böhme, século XVIII. (Alquimia & Misticismo, *de Alexander Roob - Taschen).*

PRATHANÂSANA

É uma postura de equilíbrio e com efeito tranqüilizante. Nela vivenciamos a estabilidade do corpo, decorrente da tranqüilidade mental que é conseguida pelo equilíbrio físico. Trabalha essencialmente a concentração.

Martha Machado D'Andrea

Martha Machado D'Andrea

Execução: Coloque um pé na frente do outro em linha reta. O calcanhar do pé à frente toca o dedão do pé que está atrás. Repita a postura invertendo a posição dos pés, permanecendo metade do tempo com o pé direito na frente e a outra metade com o esquerdo. Una as palmas das mãos à altura do peito como se estivesse rezando (*Pronam Mudrâ*). Feche os olhos, volte a atenção para a respiração e permita que ela se torne naturalmente abdominal. Proceda a uma inspeção de todo o corpo e sinta se há músculos desnecessariamente contraídos, isto é, sem preencher qualquer função na manutenção da postura. Tenha a intenção de soltá-los, pois no começo pode parecer impossível o contato com suas contrações e o domínio delas. Se você colocar sua intenção, tudo começa a se tornar possível, pois a intenção é poderosa. Verifique a coluna e perceba, por sensação, se ela está ereta. Permaneça com a atenção voltada para a respiração e para os músculos que porventura se contraiam na manutenção do equilíbrio. De início, permaneça 20 respirações (um minuto aproximadamente) e, quando for ganhando prática, vá aumentando o tempo de permanência, buscando cada vez mais se abrir para as sensações das partes de seu corpo: rosto, maxilares, língua, ombros, braços, mãos, região lombar, nádegas, plexo solar, pernas, joelhos, pés – partes que freqüentemente contraímos desnecessariamente sem perceber.

Este *asana* (postura física) coloca-nos em contato com nossa natureza interior, podendo ser feito antes da prática na calma (meditação) ou pelas pessoas que não conseguem sentar para praticar, para que, aos poucos, possam familiarizar-se com o seu mundo interior.

Neste *asana* vivenciamos suavidade e harmonia, sendo ele, por isso, também utilizado para acalmar pessoas agitadas, nervosas e depressivas.

"O YOGA é uma visão do mundo perfeitamente estruturado e integrado que visa à transformação do ser humano, de sua forma atual e grosseira para uma forma perfeita...
Pode-se dizer que o YOGA visa à liberdade em relação à natureza, incluindo-se aí a liberdade em relação à natureza humana.
Seu vôo almeja a transcendência da humanidade e do cosmo, almeja o puro ser."
Ravi Ravindra

DEPOIMENTO DE UMA ALUNA DE YOGA

Cíntia Fernandes Contreiras

Hoje me vejo praticando Yoga com a Martha, instrutora e amiga, e sou capaz de perceber que esta é uma prática para sempre. Há alguns anos senti a necessidade de trabalhar melhor o meu corpo, especificamente a coluna, no que fui orientada pelo Paulo a procurar as aulas da Martha. Entre idas e vindas, próprias de um corpo que ainda não se formou, fui bafejada pela sorte, que me levou a morar perto da instrutora, podendo facilmente participar de suas aulas.

Tantas têm sido as experiências de Ser, ocorridas durante as aulas, que talvez já fosse possível escrever um livro. Mas de nada adiantam as palavras se não são capazes de atingir a alma, o sentimento daqueles que as lêem. Por essa simples porém, integral razão, é que relatarei apenas uma de minhas vivências na postura PRATHANÂSANA.

Este *asana*, como relatou a Martha, é uma postura de equilíbrio. Sutil, delicado e quase imperceptível equilíbrio, aos poucos vai chegando. Como um fio que desce pela coluna, nos sustenta imóvel por alguns segundos, numa postura aparentemente instável. Em um desses finos instantes de equilíbrio e imobilidade foi possível ser transportada, por sensação, para a sala de aula de Movimentos, no Grupo, e tal como ocorreu naquele sábado, me senti Dançando. Quando abri os olhos cheguei a sentir um certo estranhamento. A sensação vivida na postura de Yoga fora tão real e tão forte, que tive a nítida impressão de estar na aula de Movimentos. De certa forma não houve intervalo de tempo, nem mudança de espaço. Eu estava no Aqui Agora, livre, leve e solta.

Assim, este depoimento tem por único objetivo expressar o reconhecimento do Real Valor da prática da Yoga. Quero também manifestar meu agradecimento a todos os Mestres através destas palavras:

Abençoado seja todo Mestre,
que por meio de sua Presença Integral de Ser,
nos conduz e nos oferece, generosamente,
a oportunidade de vivenciarmos,
nem que seja por instantes,
o continente da sensação.

Abençoada seja a Intenção
que se mantém firme nesta viagem
por esse vasto continente.

Abençoado seja o Tempo
colocado a nossa disposição no Aqui Agora,
a partir da concentração na postura que executamos,
permitindo a permanência na imobilidade de nosso corpo.

Abençoadas sejam todas as Posturas Sagradas,
que nos dão Asas para que possamos voar livremente
pelo Universo do Ser.

Abençoado seja todo Mestre de Dança
que com precisão, graça e ternura
resgata a Alegria de Ser.