

Parte da Transformação

Seu papel como facilitador espiritual

por
Neale Donald Walsch

Tradução:
Sandrinha Barroca

Prefácio

A Espera de Glórias

Este é o tempo mais extraordinário para estar vivo na história deste planeta.

Você sabe disso?

Eu disse, *este é o tempo mais extraordinário para estar vivo na história deste planeta.*

E você está aqui, vivo, agora, não por acaso.

Você sabe disso?

Eu disse, *você está aqui, vivo, agora, não por acaso.*

O que você está fazendo aqui? Você tem alguma idéia? *Sim você tem, ou não estaria lendo isto.* E essa é a melhor notícia que esse planeta teve em muito tempo.

Nossa, segura essa. Ouça essa declaração e tome posse dela. Você é a melhor notícia que esse planeta teve em muito tempo.

Você é a boa notícia porque está prestes a *mudar* este planeta de maneira muito importante. E o planeta precisa mudar agora, de maneira importante, mais do que precisou em muito tempo. Na verdade, se essas mudanças não acontecerem agora, num futuro próximo, a curto prazo, nosso futuro a longo prazo pode não estar assegurado.

Tenho certeza que não preciso lhe dizer que aquela vida que conhecemos um dia não “existe” mais na terra. E a vida que *iremos* conhecer não “existe” ainda. Então, estamos vivendo No Tempo do Meio – o que a cientista social Jean Houston chama de “o tempo dos parênteses”. Não somos mais uma coisa, e ainda não somos outra.

Este é o tempo mais maravilhoso e excitante para estar vivo, porque este é o Tempo de Pura Criação. Não há outro tempo como este, e um tempo assim surge apenas uma vez em muitas centenas de anos. Na verdade, seria demonstrado sem muita contestação que os tipos de mudanças que estamos passando surgem apenas uma vez em muitos milhares de anos. E, para ser totalmente exato, nós *nunca* tivemos um tempo como este na terra – porque as mudanças que estamos prestes a fazer *não poderiam ter sido feitas antes.*

Estamos entrando não apenas numa nova era, mas numa nova experiência – uma experiência nunca conhecida por nossa espécie. Este é o Tempo da Iluminação. Glórias são esperadas. Glórias com as quais não poderíamos nem mesmo sonhar há algumas décadas.

Aqueles que vierem depois de nós viverão essas mudanças – mas nós as *criaremos!* E ESSA é a maravilha deste momento. Pois este momento nos dá a chance de experimentarmos a nós mesmos como poucos humanos se experimentaram através do Tempo.

Nós vamos nos experimentar como os Transformadores e os Transformados.

Realmente, estamos fazendo isso agora mesmo. Então, a pergunta à nossa frente agora não é, haverá uma mudança completa? A pergunta é, qual será a natureza dessa mudança?

E... que papel você terá nessa criação?

Agora, tão excitante como tudo isso, há uma condição; há uma cilada. Você tem que decidir agora.

As perguntas não esperarão

O problema é que essas perguntas não esperarão. Elas *serão respondidas*, porque a rapidez dos eventos e a velocidade do tempo vão *exigir* que elas sejam respondidas. Elas serão respondidas por decisão ou por falta de decisão.

Depende de você qual delas será.

Há anos atrás, as perguntas esperariam. No tempo do meu bisavô, as mudanças ocorriam muito lentamente. Na verdade, meu bisavô viveu sua vida inteira sem ver pelo menos um dos conceitos básicos do seu sistema de crenças mudar seriamente. As coisas eram como eram, e continuavam daquele jeito.

No tempo do meu avô, a velocidade da transformação era muito lenta.

Ele podia viver 50 ou 60 anos de sua vida sem ver qualquer dos conceitos básicos do seu sistema de crenças mudar.

Para meu pai, esse tempo foi dramaticamente reduzido. Na verdade, cortado pela metade. Ele não poderia viver durante 30 anos de sua vida sem ver a maioria dos conceitos básicos do seu sistema de crenças mudados.

No meu tempo de vida (e eu tenho 61 anos agora que estou escrevendo isto), a velocidade das mudanças cresceu de novo, cortando *mais* da metade do tempo. Eu não pude viver durante 10 anos da minha vida sem ver a maioria das minhas suposições mudadas e derrubadas.

Meus filhos testemunharam a velocidade da mudança aumentar exponencialmente outra vez. Eles não puderam passar mais do que 2 ou 3 anos, nas duas últimas décadas, sem ver tudo o que eles pensavam que sabiam sobre como as coisas eram mudar, e, em alguns casos, desmantelar-se.

Agora, à medida que caminhamos para a segunda metade da primeira década deste Novo Milênio, a transformação alcançou velocidades atordoantes, como um esquiador montanha abaixo. Ciência, medicina, tecnologia, filosofia, até teologia – a mais lenta de todas as tartarugas – nos trazem novas interpretações mentais e físicas, novas realidades, a cada ano, às vezes a cada mês.

O que pensávamos conhecer como *fato* há apenas uma respiração atrás não pode mais ser considerado agora. Não há mais informações antigas confiáveis. Nós nem mesmo podemos nos dar ao luxo de ver onde as mudanças que estão ocorrendo estão nos pegando, porque os Transformadores e a Transformação se tornaram um. Isso quer dizer que temos que decidir, *agora*, não apenas Quem Somos Nós, mas Quem Nós Escolhemos Ser, individualmente e como uma espécie.

Precisamos decidir Agora Mesmo.

Introdução

Vivendo uma Vida com Propósito

Quero que você considere a possibilidade de que a sua chegada aqui na terra no tempo atual não é um acidente. Nem é uma coincidência. Nem é um acontecimento ou acaso. Você está aqui agora por um propósito. E você está pronto, agora, para viver a sua *vida* com propósito.

Você está *escolhendo* agora que ela tenha um propósito – ou não estaria lendo este livro. Você é PARTE DA TRANSFORMAÇÃO, e sabe exatamente o que isso significa, o que isso vai levar você a ser, fazer e ter, e o que significará para o planeta – para nossos filhos e para os filhos de nossos filhos.

Agora você está simplesmente procurando duas coisas: colaboração e direção coletiva. Você quer pessoas com as quais você possa colaborar, porque sabe muito bem que este não é o momento de tentar “caminhar sozinho”, e você quer ver todos nós caminharmos na mesma direção, de modo que a gente não gire nossa roda, e gaste nossa energia, para não produzirmos nada substancial.

Então, você veio para cá. Aqui, entre outros lugares. Usando este, entre outros recursos. E é bom que tenha feito isso, pois muitos outros estão fazendo o mesmo agora. Antes que isso acabe, eles podem ser milhares. Na verdade, eu espero que sejam.

Assim, aqui estamos juntos, você e eu. Aqui estamos nós, com todos os outros. Então, vamos ver juntos o que podemos fazer, agora, de maneira prática, para experimentarmos a nós mesmos, para nos manifestarmos como *Parte da Transformação*.

Aqui estão algumas idéias que tenho sobre o assunto. Aqui estão dez coisas que eu acredito que possamos ser, fazer e ter, de modo a nos tornarmos a mudança que desejamos ver:

1. **Apresentarmos-nos uns aos outros**
2. **Concordarmos uns com os outros**
3. **Alinharmos-nos uns com os outros**
4. **Pararmos de nos separar de Deus**
5. **Começarmos a viver as verdades que dizemos acreditar**
6. **Comprometermo-nos a ser conhecidos, comprometermo-nos a ser livres**
7. **Comprometermo-nos a ser líderes e esquecer o resultado**
8. **Lidarmos com o desapontamento e redefinirmos o fracasso**
9. **Realizarmos, praticarmos, continuarmos**
10. **Nunca aceitarmos não como resposta**

Tudo isso é fácil. Tudo isso é possível. E tudo isso pretende produzir um simples resultado:

MUDAR A IDÉIA DA HUMANIDADE SOBRE SI MESMA

Essa é a meta. Essa é a intenção. Esse é o resultado possível.

A única pergunta que realmente há

Quando eu era criança, meu pai costumava me fazer a mesma pergunta repetidamente. Eu a ouvia tão freqüentemente que ainda a posso ouvir até hoje, sua voz buzinando em meu ouvido. Outra e outra vez, desde que eu tinha

seis anos até os 16 (acho que depois disso ele simplesmente desistiu), meu pai continuava perguntando: *Quem você pensa que é, afinal...?*

É claro que isso não significava um interrogatório. Na verdade, meu pai estava tentando me fazer parar de agir do jeito que eu agia.

Agora temos uma oportunidade de fazer outras pessoas – em todo o mundo – pararem de agir do jeito que estão agindo, perguntando a mesma coisa: *Quem vocês pensam que são, afinal...?*

Esta é a única pergunta que há. Não há mais nada para perguntar. Uma vez que tivermos respondido a essa pergunta, e uma vez que tivermos dado a ela a resposta mais elevada, teremos mudado o mundo.

Qual é “a resposta mais elevada”? É, para usar a linguagem de *Conversando com Deus*, a próxima versão mais elevada da maior visão que já tivemos sobre Quem Somos Nós.

É a nossa idéia mais elevada sobre nós; a maior noção que pudermos imaginar.

Surpreendentemente, isso é algo em que poucas pessoas pensam. Elas raramente pensam nisso como relacionado a elas, e nunca pensam sobre isso como relacionado à humanidade em geral.

Pergunte-se, agora mesmo, qual é a próxima versão mais elevada da maior visão que você já teve sobre quem você é? Você pelo menos tem uma visão sobre quem você é? Se tem, você está entre poucos. Se não tem, o que custaria criar tal visão?

Você é uma pessoa que transforma o mundo?

(Por falar nisso, mudar o mundo tem a ver com mudar o mundo ao *seu* redor. Se “mudar o mundo” soa como uma tarefa muito grande para você, pense nela como mudar a experiência, a compreensão e a percepção das pessoas ao seu redor – as pessoas cuja vida você toca. *Isso* você pode fazer, não? É claro que pode. E quando você faz isso, você *muda o mundo*. Porque toda mudança para melhor que você produz na vida do outro é passada por ele para aqueles cujas vidas ele toca, e então, através desses outros para mais e mais pessoas. Você acredita que isso é verdade? Eu garanto que é. Todas as pessoas que mudaram o mundo começaram com uma outra pessoa!)

Então, você é uma pessoa que transforma o mundo? Ótimo. Assim, o que “parece” ser a próxima versão mais elevada disso? O que seria ir para o próximo nível dessa experiência?

É sobre isso que estamos falando aqui. Nosso mundo mudará quando as pessoas mudarem sua idéia sobre o nosso mundo. As pessoas de nosso planeta mudarão quando as pessoas de nosso planeta mudarem suas idéias sobre as pessoas de nosso planeta! É simples assim.

Nós temos que nos perguntar, olhando no espelho, *Quem você pensa que é, afinal...?*

Aí, quando tivermos decidido, quando tivermos criado com o que a nossa próxima versão mais elevada se parece, poderemos começar a dar os dez passos simples descritos aqui, assumindo nosso papel como facilitadores espirituais.

Isso é o que a Vida está buscando agora mesmo: facilitadores espirituais. Pois é o que foi claramente declarado em *As Novas Revelações*, em *O Deus do Amanhã* e em *O que Deus Quer*: Nosso mundo está enfrentando um dilema espiritual de primeira ordem.

Eu não quero gastar muito espaço neste livro repetindo o que foi dito antes em outros escritos do CcD, mas permita-me, por favor, repetir um ponto, porque é de importância vital que a gente o compreenda, e porque ele prepara o palco para tudo mais que se segue neste livro.

A humanidade tentou, por séculos, resolver seus problemas em muitos níveis, exceto no nível no qual os problemas existem. Ela continua a fazer isso atualmente.

Para citar algo diretamente do livro *O que Deus Quer...*

Nós encaramos nossos problemas como se eles fossem problemas políticos, abertos a soluções políticas. Falamos sobre eles, promovemos debates sobre eles, tomamos decisões sobre eles.

Quando nada muda, procuramos resolver nossos problemas através de meios econômicos. Jogamos dinheiro neles, ou tiramos dinheiro deles, como nos casos das sanções.

Quando isso falha, dizemos, aha, esse é um problema para os militares. Nós o resolveremos pela força. Então, jogamos bombas nele. Isso também nunca funciona, se uma solução de longo prazo é o que todo mundo procura, mas você acredita que aprenderemos?

Não. Apenas começaremos todo o ciclo outra vez.

A razão de continuarmos correndo sem chegar a lugar nenhum, como um rato na roda, é que ninguém ousa olhar a *causa* da condição atual que parecemos fadados a perdurar. Ou não sabemos verdadeiramente, ou estamos com medo de admitir, que o nosso maior problema hoje não é um problema político, não é um problema econômico e não é um problema militar.

O problema que a humanidade enfrenta hoje é um problema espiritual.

Uma vez que isso seja compreendido, a solução torna-se óbvia. Até que seja compreendido, a solução escapa de todos.

É o que as pessoas acreditam que cria seus comportamentos. Portanto, é no nível da crença, não no nível do comportamento, onde o comportamento pode ser modificado mais profundamente. Por décadas, temos falado, em grupos de psicologia, sobre *modificação do comportamento*. Deveríamos estar falando sobre *modificação das crenças*.

Então, se pretendemos mudar as coisas em nosso planeta, devemos todos nos tornar Facilitadores Espirituais. A maioria de nós concorda com isso. A questão é, como? Bem, aqui estão os dez passos que podem nos levar lá. Os passos são simples, mas podem não ser fáceis. Vai depender muito do quanto é real o seu desejo de chegar aonde você diz que deseja ir.

Será pedido a você, nesses passos, que reorganize totalmente seu pensamento. Você será convidado a alterar suas percepções anteriores sobre muitas coisas. Você será solicitado a ler, ler, *ler*. Pois este será um Pequeno Curso de Transformação. Você vai até ser convidado a explorar alguns programas de crescimento pessoal e atividades que possam mudar sua vida.

Assim, esses dez passos são excitantes. Alguns são inesperados. Todos são transformadores.

Vamos vê-los um a um...

Capítulo Um

O primeiro passo para nos tornarmos um facilitador espiritual é:

1. APRESENTARMO-NOS UNS AOS OUTROS

A primeira coisa que temos que fazer se vamos mudar o mundo é deixar o mundo saber que estamos aqui. Temos que falar ao outro sobre nós. Temos que nos “apresentar” aos outros.

Uma das maiores razões das pessoas não se verem como “transformadoras do mundo” é que elas se imaginam sozinhas contra estranhos.

A terra é habitada por pessoas que acreditam serem as únicas que pensam como elas pensam, que têm os pontos de vistas que elas têm, que querem fazer o que elas querem. É como se estivéssemos todos vivendo com um Acordo Silencioso. O Acordo é mantermos nossas visões para nós mesmos e permanecermos desconhecidos dos outros.

Esse não é um acordo que mantemos porque queremos. Não é nem mesmo um acordo que mantemos conscientemente. Mantemos esse acordo inconscientemente, sem ao menos saber que estamos fazendo isso. Mantemos esse acordo por “concordarmos”, por “permitirmos”, por “aceitarmos” a vida “como ela é”, sem esboçarmos seriamente o mínimo protesto.

Esse é um acordo que a raça humana mantém “*por padrão*”. E estamos mantendo esse acordo porque achamos que temos que fazê-lo. Acreditamos que é a única maneira de sermos felizes – e talvez o único jeito de podermos sobreviver.

Então, de vez em quando, algo fascinante ocorre. De vez em quando temos a chance de ir a um encontro, ouvimos sobre uma reunião, sabemos de uma assembléia, ou algo do gênero, ou vemos uma pequena nota no jornal local sobre algum grupo ou associação, ou organização não lucrativa, que está colocando sua atenção exatamente naquilo em que estivemos pensando – mas sobre o que falamos pouco, ou nada, aos outros.

E nós podemos ir àquele encontro ou participar da reunião, e descobriremos, surpresos, que realmente há outras pessoas – talvez muitas outras pessoas – organizando as mesmas idéias que vinham agitando nossa cabeça. Descobrimos que *alguém concorda conosco*.

É um momento importante. É o momento que uma ação real pode começar, que o progresso real pode ser conseguido, que soluções reais podem ocorrer.

Nosso Acordo Silencioso sobre religião

Uma pesquisa feita com americanos, pela organização Harris, visando a eleição presidencial de 2004, produziu uma resposta interessante para a pergunta, *Qual você considera ser o maior obstáculo para a paz mundial hoje?*

A resposta de 69% dos consultados?

“Religião”.

Aproximadamente $\frac{3}{4}$ do povo Americano entende perfeitamente bem o que está fazendo o mundo ser disfuncional – embora *ninguém esteja fazendo nada a respeito*.

Isso não ocorre porque a maioria das pessoas não gostaria de ver uma mudança nessa condição, ocorre porque muitas delas não têm idéia de quantas outras pessoas concordam sobre a fonte do problema. E mesmo

quando elas descobrem quantas pessoas concordam, não sabem quantas pessoas *também concordam com uma solução*.

Quando um grande número de pessoas sabe que elas concordam tanto na fonte do problema como na solução, esta solução, normalmente, não demora muito a chegar no topo da discussão política.

Isso é conhecido na sabedoria popular como “uma idéia cuja hora chegou”. Diz-se que nada é tão poderoso que possa parar uma idéia assim.

A pergunta é, como podemos todos perceber que “a hora de uma idéia chegou”, se todos temos a mesma idéia, *mas a mantemos como um segredo uns dos outros?*

E a resposta é, obviamente, que não podemos.

O que precisamos fazer agora se ansiamos verdadeiramente por mudança

Não posso dizer a você o número de vezes em que ouvi pessoas me perguntando, através dos anos, normalmente após uma de minhas palestras ou apresentações em retiros: “O que eu posso fazer? Eu desejo que o mundo inteiro ouça essa mensagem, mas o que eu posso fazer?”.

Eu sempre respondo que “a primeira coisa que você tem que fazer é *levantar*”.

E, normalmente, é espantoso o quanto é difícil fazê-las levantar *ali mesmo na sala*. Aceitar fazer alguma coisa em *público*. Elas não levantam nem mesmo lá na sala do retiro ou da palestra. Elas nem mesmo seguram um microfone. Eu peço que elas usem o microfone para que os outros possam ouvir, e elas se recusam. “Não, não, tudo bem,” elas dizem. “Eu só queria ouvir sua resposta. Eu só estava querendo...” E suas vozes tremem.

Damas e cavalheiros, tenho um segredo enorme para dividir com vocês. Noventa por cento da vida tem a ver com *aparecer*. Você tem que “se vestir e aparecer” se quer estar no time. É simples assim.

“Mas e as pessoas que são tímidas?”, ouço alguns perguntando. “Há algo que possamos fazer? Nem todos nasceram líderes, você sabe. Alguns de nós nos sentimos mais confortáveis trabalhando nos bastidores. Isso não nos faz não merecedores de estar no time.”

Sim, sim, concordo. Nem todo mundo é um Martin Luther King, Jr ou um Mahatma Gandhi. Na verdade, *poucas pessoas são*. A maioria não gosta de chegar na frente de uma multidão e, com um movimento de braço, gritar “sigam-me”. Mas elas desejam pelo menos levantar e ajudar. Desejam pelo menos dar sua opinião quando convidadas, encorajadas e permitidas a fazê-lo – para não dizer solicitadas a fazê-lo – pela audiência.

Na verdade, digo às pessoas que *todos* somos líderes. É só uma questão de qual forma nossa liderança tem.

A pessoa que se senta no fundo da sala fechando envelopes e enviando correspondências, panfletos, atendendo os telefones e contribuindo com horas do seu tempo e energia é menos líder do que aquela na frente da sala, movimentando seus braços e incentivando uma ação? Não. Então, somos *todos* líderes, e alguns de nós fazemos coisas diferentes, e atuamos em diferentes áreas, de outras pessoas.

MAS... precisamos *pelo menos* desejar *levantar e ajudar*. Precisamos pelo menos desejar *sermos conhecidos* para que aqueles que estão na frente da sala possam ter noção de quanto apoio existe ao que está sendo proposto. E precisamos pelo menos desejar expressar-nos, se isso quebrar o gelo e fizer a energia permear uma idéia em particular.

Precisamos querer estar desconfortáveis, pelo menos por algum tempo, se desejamos ajudar a criar a vida que é confortável para todos nós por um longo tempo.

Digo às pessoas, em meus *workshops*, retiros e palestras: “A vida começa no fim da nossa zona de conforto”.

Os últimos dez por cento

Se noventa por cento da vida é aparecer, o que são os outros dez por cento? Tem a ver com arriscar. Tem a ver com estar um pouco desconfortável. Tem a ver com desejar “ficar mal” ou “falhar”. Tem a ver com saber que a “falha”, na verdade, não existe, que é uma ilusão, uma invenção da nossa imaginação.

Tem a ver com *esquecer de si mesmo* e colocar o bem maior da maioria das pessoas no topo das nossas prioridades. Tem a ver com ser capaz de ajudar. Tem a ver com seguir adiante, persistir, mesmo quando arbustos cobrem o caminho. Especialmente quando cobrem.

Tem a ver com perceber Quem e O Que Você Realmente É, e determinar-se a expressar e experimentar isso. Tem a ver com saber o porquê de você estar aqui, e o que a vida realmente significa.

E, enfim, tem a ver com anunciar isso tudo.

Hellen Keller disse, “Faça o que você pode fazer.” Aqueles últimos dez por cento têm a ver com fazer o que você pode fazer. Nada mais, mas, absolutamente, nada menos.

Algumas maneiras práticas de dar o Passo Um

Dar o primeiro passo para se tornar um facilitador espiritual é tão simples como o A-B-C.

A. Tenha clareza do que é verdade para você. É o começo de tudo. A clareza precede a ação, e a apóia. Na verdade, a clareza *produz* ação onde o caos se instala. Você precisa, portanto, se comprometer a ter clareza sobre o que é verdade para você...

- Sobre Quem Você é
- Sobre o Que Você Escolhe
- Sobre Como Você Demonstrará Isso

B. Descubra o que já está sendo feito, e por quem. Há mais coisa acontecendo no mundo do que a maioria das pessoas sabe. Causas e movimentos com que você concorda precisam de sua ajuda. Hoje, com os *sites* de busca da *Internet*, como o *Google.com*, você pode encontrar qualquer coisa e qualquer pessoa que esteja procurando – inclusive grupos de pessoas com objetivos comuns aos seus.

C. Crie o que você não consegue encontrar. Se você não conseguir descobrir nada que defenda seu ponto de vista ou esteja fazendo o que você quer ver sendo feito, crie. Pare de esperar por algum grupo ou alguma pessoa para começar. Forme um grupo ou organização sua. Chame para um encontro. Faça uma reunião. Levante sua bandeira e veja se alguém a saúda.

Agora, vamos ver como você pode fazer isso.

Este livro presume que você já tenha lido um ou mais livros da série *Conversando com Deus*. Se não o fez, uma das maneiras mais rápidas de você ter clareza sobre Quem Você Realmente É, e sobre a sua correta relação com o universo, é ler *Conversando com Deus – Livro 1*.

Na verdade, toda a Trilogia inicial da série CcD é altamente recomendada.

Tudo neste livro se baseia nas mensagens desses livros, e nos livros de diálogos que se seguiram, incluindo:

Uma Amizade com Deus
Comunhão com Deus
As Novas Revelações
O Deus do Amanhã

Este livro também se baseia no material encontrado no meu livro de 2005, *O que Deus Quer*.

Ter clareza de quem você é e o que você quer não é tão difícil como pode parecer.

É importante compreender que você precisa ter clareza sobre Quem Você É e sobre a sua verdadeira relação com o universo, com a vida, e com o outro, antes de se tornar efetivamente um facilitador espiritual.

Há muitos programas e oportunidades no mundo para você fazer isso. O nosso é apenas um deles. *Encontre um programa de crescimento pessoal e desenvolvimento espiritual ou uma atividade que mais se adapte a você, que combine com o seu senso de ser, e participe dessa atividade com comprometimento e atenção profunda.*

Se você fizer isso, deverá ser capaz, num tempo relativamente curto, de saber e declarar:

- Quem você é
- O que você escolhe.

Participe também de um programa de leitura. Ao final deste livro, há uma lista de Leitura Recomendada para as pessoas que procuram um grande conhecimento de si mesmas e do mundo ao seu redor. Cheque a lista e decida ler, pelo resto da sua vida, pelo menos um livro por mês, que apóie o seu desenvolvimento pessoal e espiritual.

Lembre-se que a Nova Espiritualidade, que é citada nos livros CcD, se baseia no seguinte conceito:

Há alguma coisa que não compreendemos totalmente sobre Deus e sobre a Vida, cuja compreensão pode mudar tudo.

O processo de busca, obtenção e partilha da sabedoria é o que nos traz mais perto dessa compreensão. Esse deveria ser um processo da vida inteira, que nunca termina. É por isso que eu falo sobre ter “clareza no agora” sobre quem somos nós e o que estamos fazendo aqui.

Toda verdadeira clareza é clareza no agora. Isso porque não há nada mais do que o agora. O “Agora” é tudo o que há, e tudo mais é uma ilusão. Mas, mesmo que aceitemos os termos da Ilusão, amanhã, pelo que sabemos, um disco voador pode aterrizar aqui e mudar tudo o que pensávamos compreender sobre a vida.

Você pensa que eu estou brincando? Não estou.

Assim, use qualquer ferramenta que esteja disponível para ter clareza do que é verdade para você.

Outra dessas ferramentas práticas é a meditação – e falaremos mais a respeito quando discutirmos o Passo Quatro dos Dez Passos para se Tornar um Facilitador Espiritual.

Mais sugestões práticas.

Depois de ter clareza de quem você é e o que escolhe, há uma outra coisa muito prática que você pode fazer para implementar completamente o Passo Um: *Descubra o que já está sendo feito, e por quem.*

Torne seu trabalho aprender mais sobre o mundo em que vive. Assista às notícias. Leia jornal. Navegue na Internet. Acompanhe o que está acontecendo.

Muitas pessoas da comunidade da nova era parecem sentir que é uma boa idéia evitar as notícias, afastar-se dessa “energia negativa”. Eu discordo. Acompanho as notícias todos os dias. Energia é o que você diz que é. Ou, como o famoso William Shakespeare escreveu, “Nada é mau até que o pensamento o torne assim”.

Quero saber o que está acontecendo no meu mundo. Quero entender os assuntos do dia, as matérias de interesse, os acontecimentos diários no planeta que criam a nossa experiência coletiva.

Talvez o mais importante, eu quero descobrir quem, se alguém, está coletando energia e fazendo algo sobre os desafios que estamos enfrentando, quem está desenvolvendo um plano, ou um programa, quem está se esforçando para realizar que objetivo.

Quero saber isso porque desejo *conectar-me* com essas pessoas. Quero *utilizar esses recursos*. Quero *aumentar minha eficácia* como facilitador espiritual, juntando-me com outras pessoas que defendem as mesmas idéias que eu, e que caminham na mesma direção que estou seguindo.

Agora, no caso dos leitores do CcD, já existe um “plano de jogo” para aqueles que acolheram no coração as mensagens desses livros. O plano de jogo é criar o espaço de possibilidade para a Nova Espiritualidade emergir na terra.

Isso não significa fazer proselitismo ou começar a tentar “converter” todo mundo, e certamente não significa a criação de uma nova religião. A mensagem do CcD é clara sobre esse ponto. O que o mundo precisa agora não é de uma outra religião, mas de uma expansão, uma extensão, um rejuvenescimento e revigoramento dos pensamentos e crenças de nossas religiões atuais.

O que o mundo precisa agora é uma *nova* forma de espiritualidade, uma que nos permitira expressar nossos impulsos em direção ao Divino de uma maneira que não torne os outros errados pelo jeito que *eles* estão fazendo o mesmo.

Isso eliminaria todos os conflitos religiosos no mundo – e como já declaramos, os conflitos religiosos são, atualmente, o maior obstáculo para a paz em nosso planeta.

Agora, se você concorda com esse propósito, se você se sente alinhado com o esforço para ajudar a criar o espaço de possibilidade para a Nova Espiritualidade emergir na terra, ficará muito feliz em saber que existe um grupo bem organizado que já está trabalhando por esse objetivo.

Esse grupo é chamado Time da Humanidade (Humanity’s Team) e estabeleceu Times locais em metrópoles, cidades e vilas em 30 países.

O TH objetiva criar e prover oportunidades para pessoas no mundo inteiro que estão procurando, e ansiando, por uma forma alternativa de expressão espiritual – que estão cansadas dos conflitos, do sentimento de superioridade, das doutrinas que julgam e condenam, que estão presentes em muitas religiões atuais.

Entre outras atividades, o TH é responsável por Grupos de Estudo da Nova Espiritualidade, e sempre envia um guia para os facilitadores iniciantes, para que eles possam sentir confiança naquilo que estão fazendo. Também oferece outras atividades, todas girando em torno das mensagens encontradas no *Conversando com Deus*.

Informações sobre o trabalho e as atividades do Time da Humanidade podem ser obtidas em www.HumanitysTeam.com.

Então o ponto aqui é que há pelo menos uma resposta à pergunta, “O que eu posso fazer?” Já existe um grupo de pessoas que leu CcD e teve a mesma dúvida, concorda com você no desejo de fazer algo, e apoiará você no seu próprio movimento.

Algumas idéias práticas finais

É verdade que pode não haver um Time da Humanidade no lugar onde você vive. Ou você pode descobrir que o trabalho do Time da Humanidade não se aproxima daquilo que você quer fazer e de como você deseja se expressar no mundo.

Então, aqui vai a sugestão final que lhe dou, se esse é o caso. É uma boa idéia para *qualquer* situação de vida: *Crie o que você não consegue encontrar.*

Se não existe um Time da Humanidade em sua comunidade, crie um. Se o TH não está fazendo o que você quer fazer no mundo, crie o seu próprio jeito de fazer isso. A minha regra é, *Se não está lá, coloque lá.*

Comece um Grupo de Estudos na sua casa, uma ou duas vezes por mês. Forme uma divisão do Time da Humanidade em sua metrópole, cidade ou vila. Crie um grupo de apoio mútuo para pessoas que desejam aplicar os princípios da Nova Espiritualidade em suas vidas, mas não têm ninguém com quem conversar sobre o assunto.

Não se deixe paralisar porque o que você quer fazer não está sendo feito. Faça com que essa seja a maior razão para você ir em frente, e transformar seus planos em ação.

A última palavra sobre o Passo Um

Acima de tudo, apresente-se, apresente-se, apresente-se! *Precisamos apresentar-nos uns aos outros.* Pelo menos, coloque um anúncio nos Classificados do seu jornal local:

PROCURO pessoas que concordem com as idéias expressadas na série de livros *Conversando com Deus*, e que desejem conversar sobre como esses conceitos podem fazer parte de nossas vidas diárias, e da vida de nossa comunidade.

Faça o que for preciso para ser notado, para apresentar-se, para permitir que aqueles que partilham de suas idéias saibam que não estão sozinhos.

Um Grupo de Estudos pode ser iniciado exatamente da mesma maneira. Apenas modifique o anúncio. Coloque propagandas em locais de comida natural ou cooperativas. Peça aos donos de livrarias da nova era para colocar anúncios em seus quadros de avisos. Coloque um pequeno anúncio no jornal do bairro, ou em papelarias. Há MUITAS maneiras de expandir o mundo.

(Sei de uma pessoa que simplesmente xerocou pequenas notícias sobre seu Grupo de Estudos, anunciando seu desejo de conectar-se com outros interessados no CcD, cortou os papéis do tamanho da página dos livros, foi a todas as livrarias da cidade e, calmamente, colocou o papel em todos os livros *Conversando com Deus* das prateleiras!)

Finalmente, você pode ir em www.nealedonaldwalsch.com e colocar uma nota na página “HEY, I AM HERE!” do meu *site*. Lá você encontrará pessoas do mundo todo que desejam se conectar.

O que quer que você escolha para anunciar sua presença no mundo como alguém que deseja ajudar a co-criar a Nova Espiritualidade, *faça agora*. Não espere. Não procrastine.

Um dos grandes segredos de todas as pessoas de sucesso é que elas *fazem agora*. Então... FAÇA AGORA.

Capítulo Dois

O Segundo passo para nos tornarmos um facilitador espiritual é:

2. CONCORDARMOS UNS COM OS OUTROS

É importante que cheguemos a um novo e maior entendimento uns com os outros. Não somos inimigos. Não somos obstáculos uns para os outros. Também não somos competidores. Nós somos os outros.

Você ouviu isso? Você compreendeu as implicações disso?

Não fique ofendido por essas perguntas. Todos os dias tenho que agir como se nunca tivesse ouvido isso. Todos os dias procuro trazer a mim uma nova compreensão sobre o que tudo isso significa. Algumas vezes, posso ouvir alguma coisa e não “escutá-la”, entendeu? Quer dizer, entra por um ouvido e sai pelo outro. Ouvi tantas vezes que é como se nunca tivesse ouvido nada. Então tenho que olhar para aquilo como se fosse completamente novo.

Então, deixe-me perguntar outra vez, *você ouviu isso?*

O que EU DISSE foi... **nós somos os outros.**

A implicação disso é enorme. Porque se virmos uns aos outros, se conseguirmos finalmente chegar a um lugar onde podemos realmente ver uns aos outros, como simplesmente Outra Versão de Nós, de repente entenderemos muitas coisas – uma das quais, que não é nenhum pouco pequena, é o nosso potencial ilimitado para criar, neste planeta, qualquer coisa que escolhermos.

Uma dica eficiente se pudermos segui-la

Tenho que acreditar que a maioria das pessoas que está lendo este livro agora concorda com a declaração acima, conceitualmente. A idéia de que Somos Todos Um é central na mensagem do CcD. Na verdade, é a mensagem inicial de *Conversando com Deus – Livro 1*, é o foco central do último livro, *O Que Deus Quer (What God Wants)*, e é linha mestra de todos os outros livros entre esses dois.

Tendo dito isso, percebo que mesmo os leitores do CcD passam por momentos desafiadores para viver essa verdade. Eu também. Todos passam. A menos que não passem. O que torna menos desafiador viver a verdade da nossa Unidade, ver-nos uns como os outros, é compreender. Sem uma compreensão profunda, não será fácil transcender a Ilusão da Desunião.

Esta idéia de desunião é muito poderosa em nossa experiência. Ela nasceu das duas primeiras Ilusões dos Humanos, a Ilusão da Necessidade e a Ilusão do Fracasso. Essas Ilusões são explicadas em detalhes iluminadores e maravilhosos no estonteante livro *Comunhão com Deus*, que delineia a cosmologia mental da vida como a conhecemos.

A “Desunião” procede diretamente da idéia de “fracasso”, assim como o “fracasso” procede diretamente da idéia da “necessidade”. Essas são as três primeiras ilusões. Há dez ao todo.

Como *Comunhão com Deus* explica.

A nossa espécie argumentava que se as criações eram separadas do Criador, e se o Criador permitia que suas criações fizessem qualquer coisa que desejassem, seria possível que as criações fizessem alguma coisa que o *Criador não queria que elas fizessem*. Sob essas circunstâncias, o Desejo do

Criador poderia ser frustrado. Deus podia querer alguma coisa, mas não a ter. O Fracasso podia existir.

A Desunião produz a possibilidade do Fracasso, e o Fracasso só é possível se a Necessidade existir. Uma ilusão depende da outra.

A idéia de que a Desunião Existe provou ter um impacto extraordinário nas relações humanas. O sentimento de separação de Deus torna extremamente difícil para as pessoas se relacionarem com Deus de uma maneira significativa. Ou elas não compreendem Deus, ou temem Deus, ou suplicam a Deus, implorando Sua ajuda – ou negam Deus completamente.

Agindo assim, os humanos perderam uma oportunidade gloriosa de usar a força mais poderosa do Universo, sujeitando-se a vidas sobre as quais imaginavam não ter nenhum controle, sob condições que eles acreditavam não poder mudar, produzindo experiências e resultados dos quais acreditavam não poder escapar.

O sentimento de separação de Deus não permite que os humanos usem Deus, chamem por Deus, tenham uma amizade com Deus, controlem o potencial ilimitado do poder criativo e curativo de Deus, tanto para terminar com o sofrimento como para qualquer outro propósito.

O sentimento de separação *uns dos outros* permite que os humanos façam todo tipo de coisas, uns aos outros, que eles nunca fariam consigo mesmos. Como falham em ver que estão fazendo consigo mesmos, eles produzem e reproduzem resultados não desejados em suas vidas diárias e em sua experiência planetária, muitas e muitas vezes.

A conseqüência mais significativa é que a sua crença em separação conduz você à idéia de que “não há o bastante”.

Quando existia apenas Uma Coisa e você sabia que *era* essa Uma coisa, nunca havia a dúvida de não ser o “bastante”. Sempre havia o “bastante de Você”. Mas, quando você decidiu que havia *mais* do que Uma Coisa, então (e só então) pareceu que não havia bastante de “outra coisa”.

Essa “outra coisa”, que você acha que existe, é a matéria da Vida. Mas você é a Vida, e aquilo que a Vida É – que é o próprio Deus.

E mais, enquanto você imaginar que é separado de Deus, imaginará que é diferente do que Deus é – a Própria Vida. Você pode pensar que é aquele que *vive*, mas não se imaginar sendo a Própria Vida.

Essa separação DO ser DELE mesmo é o que você chamou, em uma de suas mitologias, da expulsão do Jardim do Éden. De repente, onde antes havia a vida eterna, agora há a morte. De repente, onde antes havia abundância, agora não há o “bastante”.

De repente, parece que existem muitos aspectos da Vida competindo pela Própria Vida. Isto é impossível na Realidade Definitiva, mas não na sua imaginação.

Você pode até imaginar que *você* está numa competição.

Com os pássaros, com as abelhas, com qualquer outra coisa viva, e com todos os outros seres humanos.

Você pode criar um pesadelo no qual tudo o que apóia sua vida parece não apoiar sua vida em nada, mas limitá-la.

Assim, você tentará realmente vencer aquilo que apóia você.

Há um jeito de podermos superar essa Ilusão da Desunião e a idéia de Separação. Há um jeito de podermos concordar uns com os outros – de

podermos ver e experimentar uns aos outros como Quem Realmente Somos. O caminho para essa experiência é o caminho da compreensão e sabedoria.

Compreensão profunda, transformação profunda.

Quando compreendemos realmente, quando entendemos profundamente, não apenas a natureza da cosmologia da vida, mas suas *razões*, podemos fazer transformações profundas em nossas experiências de nós próprios e da vida.

Se nós criamos tudo (e CcD, é claro, diz que fizemos e fazemos isso), então criamos a Ilusão da Desunião, a idéia de separação. Mas, por quê? Por que faríamos isso? A mente anseia por saber isso, embora não possa acreditar que a separação que ela vê em volta não seja real.

Novamente de *Comunhão com Deus...*

Se tudo é experimentado como unificado, então nada pode ser experimentado como unificado, porque a “unidade” não existe como uma experiência distinta. Não é algo que possa ser conhecido.

Mas é Nosso desejo conhecer-Nos como Quem Nós Realmente Somos. Então, precisamos primeiramente criar a experiência de Quem Nós Não Somos. Desde que não podemos criar essa experiência na Realidade Definitiva (a realidade é o que a realidade é), precisamos fazê-lo através da Ilusão.

Dessa maneira, podemos mergulhar no que Realmente É, e conhecê-lo. Assim, podemos experimentar Quem Nós Realmente Somos.

O Todo.

O Um e o Único.

Nós somos O Coletivo, a Realidade Individual em Múltiplas Formas – adotando Múltiplas Formas podemos perceber e experimentar a glória de nossa Realidade Individual.

Essa é uma explicação simples do propósito da relatividade, que foi dada a você inúmeras vezes no diálogo CcD. Ela é repetida aqui para que você possa compreender completamente, de modo a acordar do seu sonho.

Até que você acorde do seu sonho, a Ilusão da separação da Vida criará a necessidade de “sobreviver”.

Antes da separação, a sua sobrevivência não era questionada. Você simplesmente “era”, e nunca lhe ocorreu que você não “seria” sempre. Apenas quando você saiu da Vida (Deus), e se imaginou como separado dela, a Vida se tornou aquilo em que “não há o bastante”. Você começou a tomar decisões sobre o que você sentia ter que fazer para “sobreviver” – para ter mais “Vida”.

Esse se tornou o seu objetivo prioritário, e o seu novo instinto básico. Você até começou a pensar que a razão de fazer sexo com outras pessoas era a de garantir sua sobrevivência enquanto espécie. Você perdeu de vista o fato de que tinha relações em resposta ao único real instinto, que é o amor.

Você chamou esse novo instinto básico de “Instinto de Sobrevivência”, como conseqüência da sua idéia de que poderia não sobreviver. Essa idéia é falsa, já que sua sobrevivência está garantida para sempre, e para muito mais. Mas, você não lembra disso, assim, não pensa que existe “bastante vida”, já que existem tantos aspectos da vida competindo por ela.

E, na verdade, é como vê. Você Imagina que está numa competição com todas as outras “formas de vida” pela Vida em si. Você está competindo com seu próprio Ser por mais do seu Ser, mas não sabe disso.

Sua crença em insuficiência levou você até a concluir que não há bastante Deus.

Não apenas não há bastante vida (que você traduz como uma crença na morte), não apenas não há bastante matéria de vida (que você traduz como falta), não há nem mesmo bastante Daquele Que Criou a Vida (que você traduz como uma crença em um Deus limitado).

Como todas essas coisas são limitadas, vocês precisam competir por elas – esta é a sua crença, e vocês estão destruindo o seu planeta e vocês mesmos por causa dessa crença.

Vocês estão até se destruindo em suas competições por Deus, que vocês chamam de religiões. Vocês têm matado uns aos outros e procurado aniquilar civilizações inteiras em sua competição insana por Deus.

Vocês não admitem estar fazendo essas coisas, porque admitir seria reconhecer que pode haver alguma coisa inexata no modo como vêm a vida e o mundo – e, particularmente, no modo que vêm Deus – e isso vocês não são capazes de fazer.

Admitir algo assim requer uma humildade enorme, e a humildade não está presente na maior parte da filosofia ou teologia do planeta.

=====

Eu já contei a você esse segredo, mas não o identifiquei com “o segredo”, então, você pode não ter entendido que esse *insight* é a chave de tudo.

Eis aqui o *insight* outra vez. Aqui está o segredo.

A desunião não existe.

Esse *insight* pode mudar inteiramente sua experiência de vida.

Esse *insight* se traduz em uma simples declaração que, se vivida em sua realidade diária, viraria seu mundo de cabeça para baixo:

Somos Todos Um.

Isso realmente viraria seu mundo pelo avesso! Pois, quando você compreende que há Uma Coisa, e apenas Uma Coisa, Uma Realidade e somente Uma Realidade, Um Ser e somente Um Ser, então você entende que, em algum nível, o Único Ser está – e deve estar – sempre seguindo seu caminho.

Em outras palavras, o Fracasso não existe.

E quando você atinge esse nível de clareza, vê claramente, também, que, na ausência do fracasso, o Único Ser É sem nada.

Portanto, a Necessidade não existe.

De repente, com iluminação, as pedras do dominó desabam. A construção de suas ilusões desaba sobre si mesma. Não são as Ilusões em si que desabam, mas as construções que elas apóiam. Isto é, as Histórias Culturais sobre as quais você construiu sua vida.

Essas histórias, desde a história do que você imagina precisar para fazer sua vida funcionar aqui mesmo e agora mesmo, até a história de como você imagina que tudo começou, são todas mitos, não tendo nada a ver com a Realidade Definitiva.

Para você avançar em sua evolução como espécie, deve haver uma desconexão dessas histórias.

Agora você compreende. E agora você sabe o que é necessário para se tornar, verdadeiramente, um facilitador espiritual. Você precisará deixar de lado suas histórias culturais. Se continuarmos vivendo dentro dessas histórias, nunca poderemos concordar uns com os outros. Pois nossas histórias culturais antigas nos falam de mitos sobre todos nós, nos dão idéias sobre todos nós, que não são verdadeiras. Principalmente, a idéia de que EXISTE mesmo alguém chamado “o outro”

Uma vez que estabelecemos, através de nossos mitos, que há alguma coisa lá fora diferente de “nós”, começamos a delinear o que essa “outra” coisa é, descrevendo-a como algo diferente de “nós”. O passo seguinte nesse caminho perigoso é imaginar que o “outro” não é apenas diferente de “nós”, mas “inferior” a “nós”.

Em outras palavras, nós somos “superiores”.

Essa idéia de “superioridade” floresce, e só pode existir, num pensamento de “desunião” ou “separação”. Obviamente, uma coisa não pode ser superior a si mesma. Então, a idéia de superioridade (outra das Dez Ilusões dos Humanos) emerge da idéia de separação.

Tudo é muito simples quando você compreende isso.

Algumas maneiras práticas de dar o Passo Dois

Dar o segundo passo para se tornar um facilitador espiritual é tão simples como o A-B-C.

A. Aprenda sobre as Dez Ilusões dos Humanos. É um resumo claro da cosmologia mental da vida humana, de tirar o fôlego. No momento em que você compreende essas ilusões, pode brincar com elas, como um mágico brinca com seus próprios truques. Você pode se tornar um facilitador espiritual porque você pode ajudar as pessoas a compreenderem a natureza espiritual das coisas, e as ilusões da fisicalidade.

B. Comece a curar seus pensamentos de separação. Pode ser feito, mas exige compromisso, e real determinação, começar a ver o mundo ao seu redor de uma nova maneira.

C. Conversem uns com os outros. Esta pode ser a coisa mais corajosa que você já fez. Dizer a verdade causa um impacto atordoante.

Agora, vamos dar uma olhada em como você pode fazer isso.

Como mencionei antes, as Dez Ilusões são descritas eloqüentemente, e discutidas completamente, em *Comunhão com Deus*, um livro que precisa ser lido por todos que procuram compreender profundamente a mensagem do corpo de trabalho do CcD.

Se você não leu esse livro, adicione-o em sua biblioteca imediatamente. Se leu, leia outra vez – e dessa vez tome notas. Se você tomou notas da primeira vez, releia essas notas e *tome notas em cima de suas notas*.

Em outras palavras, torne-se completamente familiar com esse material profundamente inspirador.

Nunca houve nada como ele colocado frente à raça humana. Ele explica tudo com uma clareza tão surpreendente que é bom ser lido pelo menos duas vezes por ano, ou tantas vezes quantas você considerar necessário, de modo a tirar a mente de seu estado ilusório – *e mantê-la fora dele*.

Mais sugestões práticas

Olhem uns para os outros, sorriam uns para os outros, toquem uns aos outros.

Na palestra que eu ministro pelo mundo, falo sobre três ferramentas simples que podem quebrar as barreiras entre nós, e que nos ajudam a começar a curar nossos pensamentos de separação e concordar uns com os outros.

Temos que, realmente *precisamos*, chegar a um novo entendimento de Quem Somos Nós, e de Quem Os Outros São, se vamos nos tornar facilitadores espirituais.

Ferramenta #1: Olhem uns para os outros

Isso não é sempre fácil de fazer. Na verdade, nossas culturas humanas nos treinaram a *não* olharmos uns para os outros. Não costumamos olhar para os olhos de alguém e segurar essa conexão por mais do que um ou dois segundos. Em alguns lugares de nossa terra, somos ensinados que não devemos olhar para os olhos de ninguém *nunca* – especialmente se somos mulheres. Precisamos olhar para baixo quando alguém se aproxima. Não devemos fazer contato visual.

Como somos treinados a não olhar uns para os outros, passamos por nossas vidas sem nunca termos sido verdadeiramente vistos. Tudo o que queremos é ver e sermos vistos, amar e sermos amados, mas isso é tudo que nos é negado. Nossa cultura nos diz para não fazermos essa conexão.

Nas palestras, passo um exercício para a audiência. No intervalo, pratiquem encontrar pessoas no *hall* e olhá-las diretamente nos olhos.

Segurem esse contato visual por mais do que contar “1”. Dêem-se permissão para realmente “estar com” outra pessoa por uma respiração ou duas. Sintam a conexão profunda que olhar para os olhos de alguém cria imediatamente.

Você sabe por que o simples ato de olhar para os olhos de alguém cria essa conexão? Porque os olhos são as janelas da alma. Quando olhamos profundamente para os olhos de alguém, vemos além das coisas exteriores, observamos profundamente o interior daquele ser. Nesse nível interior profundo do ser não encontramos nada além da verdade. Encontramos o nosso “outro”.

E, encontramos amor.

É por isso que o ato de apenas olhar alguém nos olhos é um ato de bravura. É quando a alma fica nua. É quando todas as diferenças e separações desaparecem. É quando tudo é visto, e tudo é percebido como igual.

Ferramenta #2: Sorriam uns para os outros

Se você acha que *olhar* requer coragem, imagine a coragem que será requerida para sorrir. Mas, faça isso mesmo assim. Olhe para o outro, e sorria. Sorria por nenhuma boa razão. Sorria simplesmente porque o outro *existe*. Sorria para a beleza e a maravilha da Vida Expressada dessa forma extraordinária, na forma da pessoa a sua frente.

Por que sorrir? Porque um sorriso fará você e a pessoa para quem está olhando se sentirem bem. Um sorriso sinaliza para a outra pessoa que você está se sentindo bem com o que está vendo. E um sorriso sinaliza para você mesmo que você está se sentindo bem, ponto.

Na verdade, o próprio ato de sorrir pode *fazer* você se sentir bem. Sorrir é a medicina da alma. Na verdade, produz mudanças psicológicas no corpo que, através da liberação de endorfinas, cria mais saúde! Você sabia disso?

Thich Nhat Hanh, um maravilhoso monge Budista, diz que você pode iluminar seu espírito e realmente trazer para si uma saúde física melhor se você sorrir cinco vezes ao dia sem nenhuma razão particular.

E quando você sorri para o *outro*, faz melhorar a saúde mental, psicológica e espiritual de todos que vêem esse sorriso e, conseqüentemente, do mundo inteiro. Um sorriso envia uma vibração, e uma vibração envia uma mensagem.

É muito difícil ficar chateado com alguém, ou permanecer chateado, se você estiver olhando diretamente para seus olhos, por mais do que uma simples respiração, e sorrindo. É por isso que, quando está discutindo com alguém,

você tem que desviar o olhar. E é por isso que, quando estão fazendo amor, vocês se olham e sorriem. (Pelo menos eu *espero* que façam isso!).

Então, façam amor, agora, com toda a raça humana. Olhem uns para os outros, e sorriam.

Ferramenta #3: Toquem uns aos outros

Todo mundo quer tocar e ser tocado. É natural. É *instintivo*. Porque tocar, literalmente, coloca-nos em contato com a nossa própria existência, nossa própria realidade, confirmando para nós que o mundo existe e nós também. E que não estamos sozinhos.

Algumas pessoas passam anos sem serem tocadas de uma forma gentil ou amorosa.

Elas anseiam por um toque amoroso e gentil, e nunca o recebem.

Você pode tocar os outros de maneiras que são totalmente apropriadas e socialmente aceitas. Você não precisa se preocupar que vai ultrapassar um limite ou quebrar um padrão. Um simples, mas realmente sincero, aperto de mãos pode significar tudo. Um toque no braço ou no ombro, gentil e não invasivo, significa muito para alguns.

Eu me lembro de quando encontrei uma das pessoas mais inesquecíveis da minha vida, O Presidente dos Estados Unidos Bill Clinton. Eu estava participando de uma recepção privada, com outras 25 pessoas mais ou menos, e o presidente entrou na sala onde esperávamos.

Meu coração saltou. Posso realmente dizer que eu estava verdadeiramente impressionado com a simples aparição de outro ser humano em meu espaço.

Eu suspeito que, não importa o seu partido, não importam seus pensamentos sobre o governo dele, seria difícil para a maioria das pessoas não ficar pelo menos um pouco impressionada na presença de alguém que foi tão famoso e poderoso.

Mas, aqui está o que mais me impressionou sobre o encontro e a conversa com Bill Clinton. Quando estava sendo apresentado a mim, ele interrompeu o homem que me apresentava, dizendo, “Ah, você não precisa me dizer quem ele é. Eu sei exatamente quem ele é”.

Então, ele me olhou diretamente nos olhos e disse, “Li seus livros”. Com isso, sorriu muito sinceramente e fez uma coisa que me deixou atônito. *Ele colocou seu braço sobre meus ombros, enquanto posávamos para uma fotografia* e começou a conversar seriamente – o que nos leva ao próximo assunto. Mas, antes de eu ir para esse assunto, desejo, apenas desejo, expressar para você o quão incrivelmente impactado fiquei com as atitudes do presidente. Ele soube exatamente como *abrir o momento* para qualquer possibilidade. Ele olhou. Ele sorriu. Ele tocou. E o impacto foi eletrizante.

Algumas idéias práticas finais.

O item “C” parece muito simples para ser significativo. Ele diz que uma coisa muito prática que podemos fazer para dar o Passo Dois, dos Dez Passos para Nos Tornarmos um Facilitador Espiritual, é *conversarmos uns com os outros*.

Parece muito óbvio, não? Quer dizer, não é o que todo mundo faz?

Não.

Na verdade, é mais comum as pessoas passarem pelas outras em suas vidas sem dizer uma palavra. E, quando dizem, raramente ela é completamente verdadeira e honesta.

Não aprendemos a ser honestos uns com os outros. De fato, nosso mundo nos ensinou a mentir. Fomos treinados para mentir (mesmo por omissão, pois uma

“mentira” pode ser algo que é dito ou que não é dito...) e aprendemos que quando dizemos a verdade raramente somos recompensados, mas somos, efetivamente, punidos pela vida.

O resultado é que muitas pessoas passam pela vida pesando cada palavra, avaliando silenciosamente cada situação, percebendo cada momento e o que ele parece requerer, e tentando descobrir como podem dizer o que precisam dizer para chegarem onde querem chegar, de modo a sobreviverem com a felicidade intacta. Tentamos fazer isso sem comprometer demasiadamente nossa integridade, mas muitos de nós abrimos mão de nossa integridade se considerarmos que a nossa sobrevivência – ou alguma coisa que realmente queremos – está em risco.

Assim, quando digo aqui que uma maneira prática para darmos o Passo Dois – concordarmos uns com os outros – é conversarmos uns com os outros, não estou me referindo a uma simples troca de palavras entre um ou dois idiomas da humanidade. Estou falando sobre dizer a verdade, do fundo do coração.

Não é o tipo de conversa com que estamos acostumados. Não é o tipo de comunicação que a maioria das pessoas chamaria de normal. É o tipo de comunicação em que muitos de nós *desejaríamos* nos empenhar, mas muitos de nós temos medo de fazê-lo. Então, não o fazemos com muita frequência, nem com muitas pessoas.

CcD diz que há Cinco Níveis para Dizer a Verdade.

Nível 1: Dizer a verdade sobre você para você.

Nível 2: Dizer a verdade sobre o outro para você.

Nível 3: Dizer a verdade sobre você para o outro.

Nível 4: Dizer a verdade sobre o outro para esse outro.

Nível 5: Dizer a verdade sobre tudo para todo mundo.

Não vou entrar numa argumentação e descrição desses Cinco Níveis para Dizer a Verdade, porque acredito que para as pessoas que estão lendo este livro a lista acima fala por si mesma. (Se você quiser mais detalhes, pode encontrá-los no livro *Conversando com Deus – Livro 2*)

O que eu descobri sobre dizer totalmente a verdade, ou o que meu amigo Brad Blanton chama de *honestidade radical* (ele escreveu um livro com esse nome que vale a pena você ler) – é que raramente ocorrem os resultados que tememos, que são rejeição, perda e não aceitação.

Nos momentos em que tive a coragem de realmente dizer a verdade para as pessoas, toda a verdade, tanto sobre mim mesmo quanto sobre elas, ou sobre nós, quase sempre vivi um momento surpreendente de calma e auto-aceitação, e quase sempre estava presente uma boa vontade por parte do outro para me aceitar como sou, e perdoar as fraquezas que eu possa ter, deliberadamente ou inadvertidamente, exposto.

Estou dizendo a você que dizer a verdade funciona. E é apenas quando duas pessoas podem sentar e falar suas verdades uma à outra que elas podem pelo menos esperar atingir um lugar onde cheguem a uma conclusão sobre a outra – que a outra pessoa não é realmente má, mas é como nós.

A última palavra sobre o Passo Dois

Precisamos descobrir um jeito de concordarmos uns com os outros. Se eu vou ser um tipo de facilitador espiritual neste planeta, tenho que almejar acabar com os julgamentos sobre os outros. Preciso compreender, num nível bem profundo, a mensagem em *Conversando com Deus* de que mesmo Hitler foi para o céu.

Preciso estudar atentamente, outra vez, todos os ensinamentos que ouvi sobre redenção, perdão e salvação. Tenho que pensar uma vez mais, talvez mais profundamente do que antes, sobre *O Que Deus Quer*. E tenho que procurar dentro de mim, o mais honestamente possível, para ver se consigo encontrar algum pecado que foi cometido por outra pessoa que eu não tenha cometido também, pelo menos de alguma forma.

Tenho que aceitar para mim mesmo que sou parte de Deus, que sou a Divindade se expressando aqui mesmo, agora mesmo, na Forma de Vida que sou “eu”, e que qualquer outra pessoa é, do mesmo jeito, um aspecto e uma expressão da Divindade.

Eu acredito que foi Robert Heinlein, o maravilhoso escritor de ficção científica e autor de *A Stranger in a Strange Land (Um Estranho numa Terra Estranha)*, que tinha os personagens no seu livro, em qualquer encontro, cumprimentando uns aos outros com uma saudação de três palavras: “Você é Deus”.

Sim, sim, há aqueles que usam o termo Sânscrito *Namastê* do mesmo modo, mas *Namastê* significa, literalmente, *Eu reverencio você*. E, em geral, foi traduzido para significar *A luz em mim reconhece a luz em você*, ou *O Deus em mim reconhece e honra o Deus em você*.

Nenhum desses significados, no entanto, têm, para mim, o impacto de dizer, em termos simples e diretos, no seu próprio idioma, “Você é Deus”.

Imagine você dizendo isso ao encontrar alguém, ou antes de falar com alguém. Você acredita que poderia mudar o contexto espiritual e emocional dessa interação?

E mesmo que você não consiga dizê-lo, se o costume ou alguma sensação de embaraço não permitir, não há nada que diga que você *não pode pensar nisso*. Então, dê-se permissão para ter esse pensamento – “Você é Deus” – em qualquer encontro ou conversa com alguém. Faça disso uma parte da sua disciplina interna. Veja se isso muda o tom, a nuance e o contexto de sua próxima experiência com outra pessoa – *qualquer pessoa*.

Aposto que sim.

Capítulo Três

O terceiro passo para nos tornarmos um facilitador espiritual é:

3. ALINHARMO-NOS UNS COM OS OUTROS

Este passo nos leva a reconhecer que a outra pessoa é “nós” e atingir o nível de consciência de uma sabedoria em que todos nós compartilhamos os mesmos desejos. Você ouviu isso? Você compreendeu as implicações disso?

Por favor, não fique ofendido com essas perguntas. Todos os dias tenho que agir como se nunca tivesse ouvido isso. Todos os dias procuro trazer a mim uma nova compreensão sobre o que tudo isso significa. Algumas vezes, posso ouvir alguma coisa e não “escutá-la”, entendeu? Quer dizer, entra por um ouvido e sai pelo outro. Ouvi tantas vezes que é como se nunca tivesse ouvido nada. Então tenho que olhar para aquilo como se fosse completamente novo.

Assim, deixe-me perguntar outra vez, *você ouviu isso?*

O que EU DISSE foi... **todos nós compartilhamos os mesmos desejos.**

A implicação disso é enorme. Porque se virmos uns aos outros, se conseguirmos finalmente chegar a um lugar onde podemos realmente ver uns aos outros, como simplesmente Outra Versão de Nós, de repente entenderemos muitas coisas – *uma das quais, que não é nenhum pouco pequena, é que a meta interna de todos os seres humanos é idêntica, deve haver um jeito de conectarmos nossas metas externas também.*

Há.

Acabando com o esforço de guerra

O primeiro passo para a conexão das metas externas é, de fato, a consciência e o acolhimento da verdade que foi revelada: *a meta interna de todos os seres humanos é a mesma.*

Saber e honrar isso, guardar isso no fundo do ser de um jeito que crie uma nuance particular em nossas relações com os outros, é a primeira parte do processo de alinharmo-nos uns com os outros.

Não é o mesmo que o Passo Dois, no qual concordamos uns com os outros, mas é um primo próximo. É bom saber que seus dois pés são parte do mesmo corpo. Agora, tem a ver com ambos moverem-se na mesma direção.

Estarmos alinhados uns com os outros significa que procuramos e encontramos o lugar de harmonia entre todas as diferentes partes de nós, e usamos nossas energias para expandir essa vibração harmônica, para que juntos possamos fazer uma linda música.

O lugar de harmonia já existe e não é insignificante, além de não muito difícil de encontrar. É o lugar de suas aspirações mais elevadas e dos seus maiores sonhos.

Aqui, descobrimos a “identicalidade”, e aprendemos que não somos apenas unidos com todas as coisas *fisicamente* vivas, também somos unidos em nossos *desejos*.

É interessante que as palavras “identidade” e “identicalidade” sejam praticamente as mesmas. Nossa Identidade Verdadeira é revelada, e só pode ser experimentada quando vemos que é idêntica para todos nós. Você não deveria perder a simetria aqui. Somos seres de *Identidade Idêntica*.

Cada alma humana vem para o corpo com uma meta idêntica, e ela é a de revelar nossa identidade. Revelar não é o mesmo que descobrir. Descobrir é encontrar algo que não sabíamos que estava lá. Revelar é expor aquilo que sempre soubemos estar lá. Não precisamos *encontrar* nossa Identidade Verdadeira, precisamos apenas revelá-la. Essas são duas atividades completamente diferentes. O Mestre é alguém que sabe a diferença.

Todos nós almejamos nos conhecer em nossa própria experiência. Desejamos expressar e ser Quem Nós Realmente Somos. Agora, podemos não colocar dessa maneira, mas é o nosso desejo mais profundo. Todos nós procuramos a felicidade, e o estado de felicidade mais elevado é conquistado quando vivemos na expressão mais completa de Quem Somos Nós. Simples assim.

E Quem Somos Nós é, obviamente, amor.

Assim, poderíamos dizer que todos nós procuramos expressar e experimentar o amor. É o que todos nós escolhemos, e quando conseguimos isso, todos ficamos amorosos, pacíficos e felizes.

Amor, paz e felicidade – estas são as coisas que todos desejamos para nós mesmos e para aqueles a quem amamos.

Não podemos ter essas experiências quando nos vemos como separados uns dos outros, porque a separação produz a necessidade imaginária de competir, e a competição não pode, por sua natureza, criar amor, paz e felicidade. Não cria nem mesmo amor, paz e felicidade no vencedor, que, perseguindo sua vitória, tem que se defender dos perdedores todo o tempo. Mesmo nos esportes, você só é o vencedor até a próxima competição, o próximo assalto, a próxima partida, a próxima estação. Você não pode descansar.

Você não pode ter paz. Na verdade, a maneira mais rápida de *perder* a paz é ser um grande vencedor, porque, então, todo mundo fica contra você.

Assim que vemos que todos nós queremos as mesmas coisas, e logo que realizamos que é impossível para todos nós termos essas coisas se insistirmos em nos ver como separados, começamos a sentir que o *alinhamento* é a próxima parte do processo de evolução. Nesse momento, a cooperação toma o lugar da competição. Todos nós queremos agarrar a mesma ponta da corda, e todos nós começamos a caminhar na mesma direção.

O esforço de guerra acaba.

Conectando metas externas

Uma vez que a gente entenda que nossa meta interna é idêntica, começamos a procurar maneiras para usar nossa co-criada experiência externa, de modo a realizá-la. É um círculo. O alinhamento interno é um pré-requisito para o alinhamento externo, e o alinhamento externo produz um senso ainda maior de alinhamento interno.

É como duas pessoas fazendo amor. Quando vocês dois desejam a mesma coisa na parte mais profunda do seu ser, o alinhamento de sua expressão externa torna-se fácil.

E quando vocês dois estão se movendo em harmonia em sua expressão externa, seus desejos internos são realizados e experimentados até mais profundamente.

Muitos livros foram escritos sobre conectar metas externas. Um dos melhores que já li foi escrito há cerca de meio século atrás. *Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas* foi escrito por Dale Carnegie. Eis aqui o sumário do livro pela Amazon.com...

Esse avô de todos os livros de habilidades pessoais foi publicado pela primeira vez em 1937. Fez sucesso da noite para o dia, vendendo 15 milhões de cópias. Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas é tão útil hoje em dia como quando foi publicado, porque Dale Carnegie tinha uma compreensão da natureza humana que nunca será ultrapassada.

O sucesso financeiro, acreditava Carnegie, se dá por 15% de conhecimento profissional e 85% de “habilidade de expressar idéias, assumir liderança e espalhar entusiasmo entre as pessoas”.

Ele ensina essas habilidades através de princípios básicos para lidar com as pessoas de modo que elas se sintam importantes e apreciadas.

Ele também enfatiza técnicas fundamentais para lidar com as pessoas sem fazer com que elas se sintam manipuladas.

Você aprende como fazer as pessoas gostarem de você, atrair pessoas para o seu modo de pensar, e mudar as pessoas sem causar ofensa ou ressentimento. Por exemplo, “fale sobre seus próprios erros antes de criticar o outro.

Carnegie ilustra seus pontos com anedotas sobre figuras históricas, líderes do mundo dos negócios e pessoas em geral. – Joan Price

Se você quer verdadeiramente se tornar um facilitador espiritual, desejará prestar uma atenção particular à arte de conectar metas externas. Não é tão difícil como parece. Na verdade, a maioria das pessoas faz isso naturalmente quando elas estão excitadas com alguma coisa em um nível pessoal.

A fórmula de Carnegie funciona como mágica porque é simplesmente sobre você fazer outra pessoa ver que vocês dois compartilham o mesmo interesse, que os dois têm um grande interesse em produzir o mesmo resultado.

É uma outra forma de dizer o que eu disse antes. Quando vemos que a nossa meta interna é idêntica, o alinhamento de nossas metas externas torna-se quase automático.

Algumas maneiras práticas de dar o Passo Três

Dar o terceiro passo para se tornar um facilitador espiritual é tão simples como o A-B-C.

A. Abra-se para seus desejos. Muitas pessoas não sabem o que querem. Pode soar estranho, mas é verdade.

A primeira parte do Passo Três, então, é abrir-se para seus próprios desejos. Isto inclui:

- * Seus desejos do mundo interior

- * Seus desejos do mundo exterior

B. Compartilhe seus desejos com os outros. Não costumamos dizer aos outros, claramente, o que desejamos. Não é surpresa ser tão difícil fazê-lo!

C. Celebre suas metas em comum, substituindo competição por cooperação. Esta simples mudança no nosso modo de nos relacionarmos uns com os outros pode mudar o mundo da noite para o dia.

Agora, vamos ver como você pode fazer isso.

Abrir-se para seus desejos não é tão difícil, mas pode requerer um pequeno rearranjo de seus pensamentos sobre merecimento e possibilidade.

Se você acredita não ser merecedor de receber o que deseja, ou que não há a menor possibilidade de que isso possa acontecer, não há muito sentido em seguir adiante.

É provável que não consiga.

Você pode abordar efetivamente o assunto do não merecimento, observando o que faz você se sentir não merecedor, e acolhendo o que descobrir.

Há um “lado sombrio” em todos nós, e é ele que normalmente faz com que nos sintamos não merecedores. Quando acolhemos essa sombra e a aceitamos, amorosamente, como parte de nós, começamos a curar o nosso sentimento de “não sermos bons” e não sermos merecedores de receber o que desejamos.

Algumas sugestões práticas para realizar isso: leia qualquer um dos livros maravilhosos de Debbie Ford, entre eles: *O Lado Sombrio dos Buscadores da Luz*, *O Segredo da Sombra* (NT: ambos publicados no Brasil) e *The Answers Are Within You: Unveiling life's greatest secrets in the shadow of your soul*.

Para saber mais sobre Debbie e seu trabalho, vá em www.debbieford.com.

E já que estamos nesse assunto de leituras de cura do não merecimento, quero recomendar muito *How Good Do We Have to Be? A new understanding of guilt and forgiveness*, um livro extraordinário do Rabino Harold Kushner.

Outra coisa que você pode fazer: arranjar um mestre.

Eu quero ter certeza que este livro contém muitos conselhos práticos e oferece várias ferramentas práticas para tornar esses Dez Passos para Nos Tornarmos Facilitadores Espirituais mais do que apenas um bocado de conversa jogada fora. Bem, eis aqui uma das ferramentas mais práticas que eu poderia lhe dar: Se você enfrenta desafios com (a) não merecimento ou (b) impossibilidade, *encontre um Mestre de Vida* e comece a trabalhar com essa pessoa imediatamente.

Isso é algo que todos vocês podem fazer, e muitos Mestres de Vida trabalham por telefone, o que significa que você não tem nem que sair de casa.

É diferente de aconselhamento. Não é o mesmo que ir a um psiquiatra ou um psicólogo. Não é uma intervenção terapêutica. É uma experiência que motiva, inspira e eleva, encoraja e fortalece muito.

Se você quer saber mais sobre o assunto, ou se deseja trabalhar com um Mestre de vida agora mesmo, poderá encontrar o que procura em www.cwgcoachingservices.com. Existem outras fontes também por aí.

Lidando com pensamentos negativos

Por fim, há uma sugestão maravilhosamente prática, se o seu desafio é chegar a uma mente positiva. *Comece a mudar sua atitude* lendo, já, alguns livros espetaculares sobre como fazer sua vida caminhar de novo e, especificamente, como alterar seu pensamento quanto ao que você imagina ser impossível.

O livro mais poderoso que já vi sobre o assunto é *Ask and It Is Given*, de Esther e Jerry Hicks. Também tem o CD, de Jerry Hicks, *Ask and It Is Given: The Processes*, que leva você a um processo de trabalho pessoal que pode realmente mudar seu pensamento. Por último, consiga uma cópia de *The Daily Planning Calendar: The Science of Deliberate Creation*, também de Jerry e Esther Hicks.

Também, voltando ao trabalho de Debbie Ford, procure ler *The Best Year of Your Life* (O Melhor Ano da Sua Vida Pode Começar Hoje – Ed. Gente), e adquira o Kit do livro em questão.

E eu acredito que todos deveriam ler, pelo menos uma vez, o livro que realmente começou isso tudo – *O Poder do Pensamento Positivo*, do Reverendo Norman Vincent Peale.

Outros que você pode querer levar em conta:

The Gift of Change: Spiritual Guidance for a Radically New Life, de Marianne Williamson.

The Power of Intention: Learning to co-create your world your way (O Poder da Intenção – Ed. Nova Era), de Wayne W. Dyer.

The Success Principles: How to get from where you are to where you want to be, de Jack Canfield.

Attitude is Everything: 10 Life-Changing Steps to Turning Attitude into Action, de Keith Harrell.

Como Keith diz no seu memorável texto, “A sua atitude determina se você está no seu caminho ou no meio do caminho (NT: no sentido de atrapalhar).

Eu adoro isso! Eu simplesmente *adoro esse aviso*, porque ele diz tudo. Então, deixe-me realçar de novo para você, com agradecimento e reconhecimento para Keith Harrell:

A sua atitude determina se você está no seu caminho ou no meio do caminho.

Comece a leitura e a cura hoje.

Em outras palavras, não há razão para adiar a conquista do automercimento e as mudanças de atitude que você pode ter. E, antes de você começar a se sentir mal sobre *tê-las*, você deveria saber que *todos nós as temos*. Nunca encontrei uma pessoa que, pelo menos ocasionalmente, não tenha caído de volta em padrões de falta de merecimento e pensamentos limitados de possibilidade.

Acontece comigo o tempo todo. E, quando isso ocorre, eu me volto para a sabedoria de outros para lembrar a minha própria. Olho novamente para os escritos maravilhosos de pessoas com Marianne, Debbie ou Wayne. Mesmo que você já tenha lido todos esses livros, mantenha-os à mão, para que possa voltar a eles num momento assim. Os *insights* em livros como esses são presentes espetaculares. Estamos todos aqui para lembrarmos uns aos outros. Estamos todos aqui para levamos uns aos outros de volta para Casa.

E isso me leva ao meu pensamento final sobre como se abrir para seus desejos. Leve alguém a se abrir para os seus.

Como eu disse antes, muitas pessoas não sabem o que querem. Ou, se sabem, não podem admitir para si mesmas.

“Sabe, eu nunca disse isso para ninguém antes”, se tornará uma coisa comum de você ouvir. Outros também falarão coisas como, “Deus, eu nunca soube disso sobre mim até eu dizer para você agora. Hmmm”.

Então, desenvolva a habilidade de ser um bom ouvinte. Aprenda tudo sobre como fazer isso.

Eis aqui mais algumas sugestões para a sua biblioteca:

Listening: the Forgotten Skill – a self-teaching guide, de Madelyn Burley-Allen.

Effective Listening Skills, de Art James e Dennis Kratz.

The Lost Art of Listening: How learning to listen can improve relationships, de Michael Nichols.

The Good Listener, de James E. Sullivan.

Mais sugestões práticas

O jeito mais rápido de ter o que você deseja é fazer com que outra pessoa consiga o que deseja.

E, se o que você quer é ter mais clareza sobre o que quer, ajude os outros a terem mais clareza sobre o que *eles* querem.

Quanto você dá, você recebe. Ou, como a comunidade *new age* diz, o que vai vem.

A segunda parte do Passo Três é o item B: *Compartilhe seus desejos com os outros.*

Isto, para muitas pessoas, não é fácil. Mesmo aquelas com um grande senso de automercimento e com uma atitude bastante positiva de pensamentos de possibilidade podem, às vezes, se sentir relutantes ou desconfortáveis sobre compartilhar seus desejos com os outros.

Mas, partilhar o que você deseja pode ser uma ferramenta muito poderosa na manifestação da sua realidade almejada. Especialmente quando a partilha é uma declaração.

Quando partilhamos de um modo em que fazemos uma firme declaração dos nossos desejos e intenções, essa declaração é uma ferramenta extremamente poderosa no processo de criação.

Círculos do Coração

Um dos melhores jeitos que conheço para fazer isso é em um Círculo do Coração.

Joanna Gabriel, da nossa Fundação Conversando com Deus, escreve sobre isso aqui...

O conceito dos Círculos do Coração veio a nós por um membro da faculdade de Programa para Educação de Vida (Life Education Program – LEP) da Fundação CcD, Tej Steiner, que é docente do treinamento do Monge Guerreiro. É parte do treinamento que Tej está elaborando para a comunidade consciente, e consideramos ser uma profunda expressão dos conceitos do CcD.

O Círculo do Coração é um veículo para uma percepção profunda e conexão com o Eu. É uma expressão da alma experimentando a si mesma através da conexão de ressonância com os outros.

Quando somos crianças, aprendemos a escolher nossa experiência com base no que “devemos” fazer ou não fazer. Escolhemos com base no que nos foi dito ser “certo” ou aceitável. Aprendemos a evitar o que é “errado” ou inaceitável com base nas regras de alguém. Conseqüentemente, aprendemos cedo a silenciar ou ignorar o impulso ou chamada do nosso conhecimento interior... a presença do nosso coração.

O CcD diz que toda a Vida é energia vibracional. Quanto mais evoluída uma forma de vida é, mais alta ou rápida a frequência vibracional. Ao contrário, expressões de vida menos evoluídas, mais densas, têm uma frequência vibracional mais baixa. Por exemplo, nossas mentes vibram numa frequência mais elevada que nossos corpos. Nosso espírito vibra numa frequência mais elevada que a mente. Você pode perceber que quando compreendemos um novo conceito nós o “pegamos” primeiro espiritualmente, então na mente, e o corpo o integra por último. (É claro que existem bloqueios e medos que ficam no caminho da integração e eles também vibram em frequências mais baixas).

As características da vibração da Vida que vivemos são ressonância e dissonância. As energias que vibram em harmonia, isto é, com que ficamos confortáveis, ou somos atraídos uns pelo outros, são energias ressonantes. As energias que vibram em discórdia, com que ficamos desconfortáveis, ou somos repelidos uns pelos outros, são energias dissonantes.

Você, provavelmente, está familiarizado com a experiência de entrar num local e se sentir bem atraído pelo que ou por quem está presente lá, e você pode também estar familiarizado com entrar em um local e se sentir repellido por quem ou pelo que está lá. É uma experiência de frequência vibratória. Como vimos antes, todas as formas de vida vibram em um certo nível de frequência e

isso é explicado em vários lugares no material CcD. Se você é atraído para uma pessoa, lugar ou coisa, vocês têm uma frequência vibracional em comunhão, harmonia ou ressonância. Se você é repellido por uma pessoa, lugar ou coisa, há um desacordo ou dissonância vibracional. Você pode ter também um sentimento de neutralidade. Isto é, você não é atraído nem repellido, o que pode significar que a vibração é exatamente igual à sua.

Podemos usar a frequência vibracional para apoiar nosso crescimento.

O CcD nos diz que o propósito da Vida é evoluir, escolher e ser a próxima versão mais elevada de Quem Somos Nós e Quem Nós Escolhemos Ser. Tanto a energia ressonante como a dissonante oferecem oportunidades para o crescimento. *Na ausência do que não somos, o que somos não é.*

Então, estamos sempre crescendo através das escolhas que fazemos.

É por isso que não há escolhas “erradas”. No entanto, mesmo quando lembramos que uma escolha não pode ser certa ou errada, ainda podemos perguntar, isso serve para nós, dado o que queremos ser, fazer ou ter?

É aqui que a expansão da consciência é compreendida.

Que a presença do coração que mencionamos, a conexão com Tudo o Que É, a conexão com a presença de Deus, tem outro nome também: Alegria.

Quando nos sentimos conectados com nossa presença do coração, nossa presença de Deus, o Tudo o Que É, sentimos e experimentamos Alegria. Sentimos Alegria porque estamos vibrando com nossa verdadeira essência. É quem e o que realmente somos. Vibramos em harmonia com o Universo. Tudo é possível quando nos conectamos com o nosso verdadeiro Eu. É como se disséssemos, “Sim, Deus, Deus está comigo”.

Quando fazemos escolhas a partir do que devemos fazer, ou não fazer, baseados nas idéias dos outros, em vez de em nosso saber interno, ou nosso lugar do coração, podemos perder a oportunidade de experimentar Alegria. Na verdade, muitos de nós criamos nossas vidas inteiras em torno de regras e expectativas que não têm nada a ver com o nosso saber interno, ou Alegria. Aí, experimentamos sentimentos de falta, solidão, depressão, medo, ressentimento. Não estamos conectados com nossa essência de Vida, assim, como poderíamos sentir ou experimentar suas bênçãos, riquezas, sua paz, sua Alegria?

Como vivemos a partir da nossa Alegria? Como permitimos que Deus “seja” através de nós? Como criamos uma vida que tem a ver com energia de evolução, ressonância ou harmonia?

Vivendo a partir da presença do coração. Penetramos no nosso coração para ver o que sentimos e o que “queremos”. Usamos aqui, deliberadamente, a palavra “querer”, porque todos nós sabemos que o CcD nos diz que não podemos ter o que “queremos”. Então, a palavra é usada aqui como uma figura de linguagem, para indicar “desejo”. Não estamos falando sobre o tipo de “querer” que significa a falta de alguma coisa. Estamos usando a palavra para descrever o desejo que nos leva em direção ao nosso próximo passo. É o desejo do nosso coração que nos leva para frente. É a falta de conexão com o desejo de nosso coração que nos mantém empacados.

Muitos de nós raramente nos conectamos com o desejo de nosso coração porque ficamos presos numa vida prescrita por alguém ou alguma coisa diferente da nossa própria essência. Não somos conduzidos por nosso coração. Não usamos a ressonância vibracional para nos guiar para frente.

Para que sou atraído? Isso me chama? O que meu coração sente sobre esta escolha, esta oportunidade? Estou sendo arrastado? Estou sendo repellido? Para muitos de nós, essas são perguntas estranhas, mas são as perguntas que apóiam nosso crescimento a partir da essência de Quem Somos Nós e Quem Nós Escolhermos Ser.

Os Círculos do Coração são um laboratório maravilhoso para praticarmos agir com o coração. Um Círculo do Coração é formado por um pequeno grupo (4-6 pessoas), cujos membros são atraídos uns para os outros energeticamente e opera a partir de acordos compartilhados com os quais todos os participantes têm ressonância, ou concordam de coração.

Um dos acordos compartilhados, comum a qualquer Círculo do Coração, é que a intenção é agir a partir do coração. Os participantes encorajam e apóiam uns aos outros a penetrar no coração e sentir o desejo do coração. O que você quer? Esta pergunta encoraja você, instantaneamente, a penetrar num nível profundo de autoconhecimento. Ela tira você da “história” da cabeça e o conecta com a verdade do coração. Nesse momento, você é convidado a se tornar ciente de onde está a sua ressonância.

Através dos Círculos do Coração, praticamos conversas com o Deus da nossa própria essência e apoiamos uns aos outros nisso. Praticamos “vir do querer” – e quando há desejos opostos no ar, praticamos ir mais fundo para encontrar uma resolução ou um ponto de ressonância.

Essa prática parece um novo paradigma, e é! Ao mesmo tempo, estamos cientes de que esse é o estado de ser mais natural... vir da essência de Quem Somos Nós e Quem Nós Escolhemos Ser... em vez de recriar antigas escolhas baseadas em expectativas externas, exigências históricas, ou uma crença sobre o que nos foi dito que Deus quer.

Os Círculos do Coração são o CcD em ação! Você pode criar um Círculo do Coração hoje e é uma das coisas que eu acredito que os Facilitadores Espirituais farão.

O Que Deus Quer

Precisamos, também, nos tornar cientes do que nos leva a querer o que queremos, e *conseguir* o que queremos.

Em que extensão somos influenciados por nossos pensamentos sobre o que *outras pessoas* querem, à medida que juntamos nossos próprios pensamentos sobre o que *nós* queremos? E em que extensão somos influenciados por nossas crenças religiosas e espirituais? (Em outras palavras, quantos de nós “queremos” ou “não queremos” uma coisa por causa de nossa compreensão de “o que Deus quer”?)

Uma das coisas mais práticas que você pode fazer para determinar isso é pegar uma cópia de *What God Wants*, se você ainda não fez isso, e lê-la do início ao fim. Mas, esteja preparado. É um livro perigoso que pode mudar suas crenças mais básicas.

Para ver o quanto você está sendo influenciados por fontes fora de você, enquanto você chega a uma clareza sobre o que verdadeiramente quer, faça o Processo dos Desejos que eu estou criando para os nossos retiros de crescimento pessoal e desenvolvimento espiritual. Pegue uma folha de papel e vire-a ao comprimento, de modo que você escreva nela horizontalmente, não verticalmente, da esquerda para a direita. Então, nesse papel, faça seis colunas verticais.

Nomeie a primeira coluna: *O Que Eu Quero*.

Nomeie a segunda coluna: *O Que Me Faz Querer Isso.*

Nomeie a terceira coluna: *O Que Mantém Isso Longe de Mim Até Agora.*

Nomeie a quarta coluna: *Quais as Chances Que Penso Ter Para Conquistar Isso.*

Nomeie a quinta coluna: *O Que Acontecerá Se Eu Der Isso A Mim.*

Nomeie a última coluna: *Quando Eu Vou Escolher Isso?*

Agora, pare um momento e escreva na Coluna 1 pelo menos três coisas que você quer agora. Podem ser três coisas grandes de sua vida, ou três coisas pequenas. Não importa. Que sejam três coisas que você quer.

Talvez seja um companheiro afetivo, que realmente compreenda você, esteja em harmonia com você, tenha os mesmos gostos que você e queira as mesmas coisas da vida.

Talvez seja um trabalho de vida que reflita verdadeiramente quem você é e permita que isso venha à tona.

Talvez seja perder 20 quilos, ou ganhar 20, ou resolver seu relacionamento com seus pais, ou vender sua casa, ou comprar uma casa, ou ter um conversível vermelho, ou qualquer outra coisa...

Aí, complete o formulário, preenchendo o resto das colunas.

Você descobrirá que é um processo fascinante. Quando acabar, você poderá se perguntar por que empenhou tanto tempo de sua vida a “esperar”.

Isso tudo pode trazer uma outra pergunta para você: Como o universo trabalha? Como posso ter o que quero? Existe um Deus? Se sim, Deus diz “sim” a algumas pessoas e “não” a outras, ou “sim” para alguns pedidos e “não” para outros? Em que Deus se baseia para fazer isso? O que precisamos fazer para conseguir o favor de Deus? O que Deus quer?

Se você ainda não leu *What God Wants*, meu último livro CcD, leia já. Se já leu, leia de novo, e desta vez tome notas.

Não, eu não estou brincando. É isso mesmo. Dessa vez, tome notas. É o livro mais importante que você lerá em toda a sua vida. Leia várias vezes, e tome muitas notas em um caderno. Comece uma turma. Faça o que precisar para realizar um estudo profundo do material.

Esse livro pode libertar você para sempre.

Algumas idéias práticas finais

Este é um capítulo grande, então você pode ter que voltar um pouco para descobrir onde estamos. Vimos algumas maneiras práticas para dar o Passo Três dos Dez Passos para Nos Tornarmos Facilitadores Espirituais. Essas maneiras práticas incluíam...

A. Abra-se para seus desejos. Muitas pessoas não sabem o que querem. Pode soar estranho, mas é verdade.

A primeira parte do Passo Três, então, é abrir-se para seus próprios desejos. Isto inclui:

* Seus desejos do mundo interior

* Seus desejos do mundo exterior

B. Compartilhe seus desejos com os outros. Não costumamos dizer aos outros, claramente, o que desejamos. Não é surpresa ser tão difícil fazê-lo!

C. Celebre suas metas em comum, substituindo competição por cooperação. Esta simples mudança no nosso modo de nos relacionarmos uns com os outros pode mudar o mundo da noite para o dia.

Então, vamos ver a letra ‘C’ acima...

A ação sugerida aqui é realmente mais fácil do que pode parecer, mesmo em nível social.

Tomorrow's God fala diretamente sobre esse assunto. Minha primeira sugestão prática, então, seria ler esse livro de novo, ou, se não leu ainda, consiga-o imediatamente e leia seu conteúdo cuidadosamente. Dê uma atenção particular para o material sobre a economia do amanhã, e como trataremos o comércio no futuro.

Uma leitura adicional muito valiosa deveria incluir alguns livros:

Reworking Success, de Robert Theobald; *Spirit Matters*, do Rabino Michael Lerner;

Voluntary Simplicity, de Duane Elgin; e *The Next Evolution: Making the world work for everyone*, de Jack Reed.

Você pode achar fascinante também ler uma novela extraordinária do Século 19 *Looking Backward: 2000-1887*, de Edward Bellamy. Este clássico olhar para o futuro foi traduzido em mais de 20 idiomas e foi a novela mais lida no seu tempo. Ele conta a história de um cavalheiro de Boston que é misteriosamente transportado do Século 19 para o Século 21 – de um mundo de guerra e necessidade para um de paz e prosperidade. Essa visão brilhante se tornou o retrato da utopia que estimulou alguns dos maiores pensadores de nossa época.

Esses são livros poderosos que falam de uma nova era e de uma nova maneira de conduzir a vida neste planeta, *sem competição*.

Por enquanto, você pode estar um pouco chateado com títulos de livros sendo jogados em você. Você está certo, no entanto, se assumir que para ser um Facilitador Espiritual você realmente precisa saber o que está acontecendo no mundo, e existem muitos pontos de vista sobre isso. Assim, vou terminar sugerindo neste livro um pequeno curso em Conhecimento do Tempo Presente. É um tipo de curso que eu poderia chamar de *Espiritualidade Sociológica*.

Fazendo alguns exercícios

Agora, olhe para sua própria vida e vamos exercitar o seu novo músculo espiritual.

Tome parte do Processo de Eliminação da Competição que eu inventei.

A primeira parte do processo é a *Avaliação da Competição*. Faça um tranqüilo levantamento interno de sua vida atual. Explore cada recanto com os olhos da mente. Seus relacionamentos, seu trabalho, sua situação financeira, sua expressão sexual, sua experiência espiritual – tudo.

Então, veja onde, se for o caso, você sente uma competição com alguém – ou com você mesmo. Tome nota num caderno particular. Poderia ser como...

Sinto que estou competindo secretamente com um colega de trabalho.

Sinto como se estivesse em algum tipo de competição com meu parceiro.

Sinto competição na experiência com dinheiro – quanto tenho, quanto ganho, quanto os outros ganham, quanto eu “deveria” estar ganhando etc.

Sinto alguma competição com outras religiões, ou com outros sistemas econômicos não encontrados no meu país, ou com outras culturas, ou com os que têm outras visões políticas ou sociais. Algumas vezes sinto algo como “Republicanos” contra “Democratas”. Algumas vezes sinto algo como “eles” contra “nós”.

Seja honesto com você mesmo sobre esses sentimentos. Ninguém está vendo, só você.

Dê-se permissão para dizer a verdade sobre você para você.

Agora, vire a página do seu caderno e escreva um ensaio sobre o que você pensa que aconteceria se “eles” ganhassem. O que você imagina que acontecerá se seu colega de trabalho “ganhar”, ou se seu parceiro amoroso “ganhar”, ou se algum cara fizer mais dinheiro do que você conseguirá em sua vida toda, ou se os Democratas nunca vencerem outra eleição...

É aqui que seus medos se encontram.

E esse é o coração da questão.

CcD diz que todos nós funcionamos a partir de um lugar, entre dois lugares, em tudo o que pensamos, dizemos ou fazemos: Amor ou Medo.

O único jeito para você acabar com a competição na sua vida e começar com a cooperação é mudar a idéia que você tem sobre você em relação ao resto do mundo.

Quem é você? O que pode ferir você? Como você pode ser prejudicado ou destruído? *O que é necessário à sua sobrevivência?*

Quando a resposta para a última pergunta for “nada”, você terá triunfado. A competição acaba. Só havia uma competição o tempo todo – a competição de idéias na sua mente. Você se distraiu com pensamentos competitivos sobre Quem Você É, sobre o que a Vida é, e sobre o que está acontecendo.

Esses pensamentos, todos eles, foram abandonados pelos mestres. É por isso que eles SÃO mestres, e é assim que eles dão o exemplo para o resto de nós de como podemos viver uma vida nova, sem “vencedores” e “perdedores”, e sem competição alguma.

Uma pequena mudança no nosso modo de nos relacionarmos uns com os outros *pode* mudar o mundo da noite para o dia. Eu não estava brincando antes.

Agora... como você acaba com a competição? Simples. Coloque todo mundo em sua mesa do jantar de Natal.

O segredo da família

Ninguém senta à mesa do jantar de Natal, com a família a seu lado, e come toda a comida. Ninguém avança na mesa das comidas para pegar o maior pedaço de sobremesa antes que alguém o faça. Ninguém bate na mão de um parente sentado ao lado quando ele quer pegar umas batatas.

Por quê?

Porque todos à mesa de jantar são da *família*. Ou amigos que são *vistos como* da família. Em família há sempre o suficiente para dividir, e não há necessidade de competir. Há uma atitude diferente entre as pessoas à mesa do jantar de Natal.

O que é meu é seu.

Tudo o que temos que fazer, então, para acabar com o sentimento de competição em nossas vidas é pensar em todo mundo como uma família.

Todos SÃO uma família, é claro. Essa é a maravilha disso tudo. Nem temos que dizer a nós mesmos algo que não é verdadeiro.

Vai além disso. Todos são *mais* do que uma família. Todos naquela mesa são *nós*. Assim, é sobre competir Consigo mesmo que estamos falando aqui.

É claro que muitas pessoas competem com elas mesmas, mas quando finalmente param, começam a viver vidas pacíficas, vidas saudáveis, vidas felizes. Logo, a resposta aqui é parar de competir com o seu Eu – seu Eu Local e seu Eu Universal.

Há duas maneiras de fazer isso, uma das quais acabei de mencionar (fazer de todos sua família). A segunda é ainda mais efetiva. Perceba que há o bastante. Este é a Segunda principal verdade de *Conversando com Deus*. No primeiro livro essas três verdades são ditas:

1. Somos todos um.
2. Há o bastante
3. Não há nada que temos que fazer.

Se fizer algum tempo que você deu uma olhada nesse material, convido você a relê-lo.

A última palavra do Passo Três

Tornar-se um Facilitador Espiritual é fácil. Tudo o que temos que fazer é seguir os passos – e o terceiro não é apenas simples, mas agradável. Ou seja, ele traz alegria a todos.

Quando nos alinhamos uns com os outros, todos se alegram. Conheço um homem, um mestre espiritual Coreano chamado Ilchi Lee, que viaja pelo mundo partilhando uma mensagem muito simples: *Vamos todos brincar juntos*. Ilchi está certo.

Foi um filósofo Alemão, Frederick Schiller, quem disse que brincar é quando todas as pessoas se mostram, porque brincar não tem objetivo de lucro. O prêmio de brincar é a brincadeira em si, assim a motivação para fazê-lo é pura. Pense sobre isso. Brincar não requer nada fora de você para ter valor. Quase tudo que fazemos na vida produz algo de valor depois que acabamos de fazê-lo.

Brincar produz algo de valor antes de acabarmos de fazê-lo. Na verdade, *enquanto* estamos fazendo. O processo é holístico, no qual Fazer e Ser são experimentados ao mesmo tempo.

Isso é o mais perto que vamos chegar em nos fundirmos com o todo nesta experiência relativa chamada vida na terra. Fazer amor também nos dá essa oportunidade – mas isso, é claro, é também um tipo de “brincadeira”.

Schiller disse:

“Apenas a brincadeira torna o homem inteiro e revela os dois lados de sua natureza de uma vez. O homem só brinca quando está num sentido completo da palavra ser humano, e ele só é um ser humano quando brinca.”

O truque, é claro, é ver tudo na *vida* como uma brincadeira. Tudo é uma dança. Tudo é, num certo sentido, “o jogo dos deuses”. Não estou falando em banalizar a dor e o sofrimento que a vida traz para muitas pessoas, mas ver nossas vidas como um jogo perfeito de eventos que nos levam à alegria definitiva (todos os eventos levam à alegria definitiva, porque a alegria é uma outra palavra para evolução, e evolução é o processo que a vida É), é a recontextualização da nossa experiência que nos move para a maestria.

Toda vez ouço Ilchi Lee dizer à sua platéia, “Tudo que precisamos fazer é brincar bem. Vamos brincar juntos”, fico impressionado com a elegância dessa mensagem, e pela sua simplicidade.

Freqüentemente em suas palestras, Ilchi senta no chão do palco e começa a tocar instrumentos musicais. Primeiro a flauta, depois alguns instrumentos de percussão, então ele apenas começa a dar tapinhas em seu corpo. Ele está lá em cima se divertindo, e convida a audiência para pegar o ritmo e seguir o

fluxo da energia, e, logo, a sala inteira está balançando, se movendo, encontrando o ritmo e se sentindo bem.

Aí, Ilchi levanta e começa a dançar. É sempre uma dança tola, algo que faz você sorrir, não algo complexo ou difícil. É apenas movimento.

Então, ele deixa o palco, desce para o auditório e convida as pessoas para dançarem com ele, e umas com as outras.

Ele ensina a todos uma dança simples, que chama de a Dança de Ilchi, e propõe algo quase louco, realmente insano:

“Se todos nós apenas dançássemos uns com os outros no minuto em que nos vemos, no momento em que nos encontramos, na rua, no escritório ou em qualquer lugar, acharíamos impossível sentir qualquer coisa diferente de boas vibrações, impossível brigar uns com os outros, e poderíamos criar a paz mundial.”

Uáu, pode ser assim tão fácil?

Oba. Tudo o que estamos fazendo aqui é a dança da vida mesmo. Por que não dançarmos a dança que nos faz sorrir?

Capítulo Quatro

O quarto passo para nos tornarmos um facilitador espiritual é:

4. PARARMOS DE NOS SEPARAR DE DEUS

Este passo retrocede, reconhecendo que a OUTRA pessoa é “nós” e eleva o nível de consciência para uma sabedoria de que DEUS é “nós”. Esta sabedoria produz uma nova percepção: Não há diferença entre o Desejo de Deus e o Seu Desejo.

Você ouviu isso? Você compreendeu as implicações disso?

Por favor, não fique ofendido com essas perguntas. Todos os dias tenho que agir como se nunca tivesse ouvido isso. Todos os dias procuro trazer a mim uma nova compreensão sobre o que tudo isso significa. Algumas vezes, posso ouvir alguma coisa e não “escutá-la”, entendeu? E algumas vezes tenho que dizer a mesma coisa muitas e muitas vezes para mim mesmo para parar com o entrar por um ouvido e sair pelo outro. Ouvi tantas vezes que é como se nunca tivesse ouvido nada. Então tenho que olhar para aquilo como se fosse completamente novo.

Assim, às vezes, é como se eu estivesse me repetindo, mas isso não é de todo mau.

Pois me dá a chance de ouvir a mesma coisa muitas e muitas vezes, e eu a ouço como se fosse “completamente nova”.

Assim, deixe-me perguntar outra vez, *você ouviu isso?*

O que EU DISSE foi... **não há diferença entre o Desejo de Deus e o Seu Desejo.**

A implicação disso é enorme. Porque se você vir e acolher isso, e aceitar tudo, não apenas intelectualmente, de repente compreenderá muitas coisas – *e uma das mais importantes é que é impossível ofender Deus.*

Isso não significa que você nunca mais se arrependerá de alguma coisa que fez, mas significa que você não mais precisará se sentir culpado. A diferença aqui é enorme.

Mas, por que um de nós se sentiria arrependido se nada que fazemos ofende, contradiz ou viola o Desejo de Deus?

Nós nos sentiríamos arrependidos se observássemos que alguns dos nossos pensamentos, palavras ou atos criaram uma experiência de nós mesmos inferior a Quem Nós Sabemos Que Somos. É o desejo de tudo o que vive expressar-se em sua mais elevada forma. Simplesmente, procuramos ser e experimentar Quem Nós Realmente Somos. E nós *sabemos* Quem Nós Realmente Somos.

Não há segredo. Não é um mistério para nós. É um saber interno, uma experiência física, celular, que não podemos ignorar.

É por isso que – se recebemos ou não ensinamentos religiosos, se fomos ou não criados dentro de uma expectativa cultural de moralidade, se obtivemos ou não uma lista específica do que fazer e não fazer – nos sentimos “mal” quando fazemos coisas que *intuitivamente sabemos* que não representam o nosso Ser Mais Elevado.

Arrependimento versus culpa: percebendo a diferença

O importante é não deixar um sentimento natural de arrependimento se transformar em um sentimento de *culpa*. O CcD diz que “culpa e medo são os únicos inimigos da humanidade”, e essa é a declaração de uma verdade profunda.

Lembre-se sempre disso: Arrependimento é o grande curador. Culpa é o grande ferimento. O ferimento criado pela culpa não é meramente psicológico. É celular.

Eu estou dizendo que *as células do seu corpo reagem* quando você viola o seu senso interior de Quem Você Realmente É e não pode perdoar a si mesmo. Na verdade, *é isso que causa a doença e a morte*.

Quando uma pessoa não tem mais nenhum pensamento sobre si mesma de não ter perdão, essa pessoa nunca mais se verá falando uma única palavra, ou fazendo uma única coisa, que viole seu senso mais elevado de Si. O autoperdão produz a auto-realização. Então, essa pessoa nunca mais fica doente e torna-se imortal.

Esse é o segredo da Ressurreição de Cristo – e é a fórmula para a ressurreição do Cristo em todos nós. Tem a ver com um deslocamento da consciência, a elevação da consciência para um lugar de inculpabilidade. Essa nova percepção do nosso eu verdadeiro transcende a nossa identificação pessoal com a fisicalidade e a morte.

Nós nos tornamos não-físicos, e vivemos para sempre.

Na verdade, nós vivemos para sempre sob qualquer circunstância, mas num estado elevado de consciência *nós sabemos disso*. Se a nossa consciência não é elevada, nós vivemos para sempre e podemos *não* saber disso. Ficamos entre os mortos vivos.

Isso é o inferno. É o inferno sobre o qual a religião fala. Não é a tortura sofrida no inferno de algumas interpretações das Escrituras, não é danação eterna do condenado para sempre. Realmente, não há dor envolvida. Há apenas o vazio, o vácuo absoluto, de uma vida sem Deus. Ou seja, uma vida sem a União com o Divino. Mas, mesmo essa condição não é eterna, mas acaba no exato momento em que é rejeitada e abandonada, no exato momento em que não é mais escolhida.

Ninguém pode experimentar a união com algo que não acredita existir.

Porque você é Deus – ou, se você se sente mais confortável desta maneira, uma parte de Deus – e não pode experimentar o que não cria, e não pode criar o que não consegue conceber, e não pode conceber o que considera inconcebível.

O círculo – e esse é realmente um círculo vicioso – está completo.

Mas, você pode quebrar esse círculo. Tudo o que precisa é uma mudança de percepção.

A consciência pode ser elevada a qualquer momento que você desejar. O simples ato de *escolher* elevar a consciência faz com que ela se eleve imediatamente, e o nível para o qual ela pode continuar a se elevar é ilimitado.

A razão da Consciência se elevar pelo simples ato de buscar uma elevação é que você se torna o que busca, você cria o que deseja, e experimenta o que escolhe. Sempre foi assim, sempre será assim.

Nos momentos que se seguem à sua morte (isto é, o que você *chama* de “morte” dentro da compreensão limitada de suas percepções terrenas), você experimentará o que a sua consciência cria – inclusive uma total percepção de

tudo que a sua consciência criou anteriormente. Você vai observar todas essas criações da consciência, uma por uma, momento por momento, revendo, dessa maneira, sua vida inteira. Isto acontecerá em um instante.

Se a sua consciência sugerir que você precisa ser punido por algo que fez em sua vida, ou pelo modo como a viveu, você pode ir em frente e se punir. A escolha será sua – como sempre. Mas, mesmo que você escolha a punição, não sentirá dor, pois a sua consciência após a morte terá ultrapassado o ponto em que você pode até mesmo conceber algo assim. Você não será capaz de criar isso, porque vai considerá-lo, literalmente, inconcebível, dado quem e o que você é.

Entretanto, você será capaz de entender que houve um tempo em que podia conceber a dor, assim como outras pessoas, e assistirá na tela de sua mente a história de como você e os outros experimentaram a dor, como causou dor aos outros, e como eles causaram dor a você, e assistirá a isso como se assistisse a um filme, sabendo que é totalmente irreal, simplesmente uma história sem base na realidade, apenas uma série de figuras e imagens que se movimentam rapidamente em duas dimensões de uma vasta realidade multidimensional.

E mesmo que você compreenda que embora a dor – tanto emocional como física – seja impossível no Reino do Absoluto, ela pode parecer MUITO real no Reino do Relativo, você, sem dúvida, se determinará, para evoluir enquanto ser espiritual e se aproximar da experiência da sua Verdadeira Identidade, a nunca mais pensar, dizer ou fazer aquelas coisas que criaram a ilusão que você está vendo na tela.

No momento em que faz isso, terá escolhido *parar de se separar de Deus*. Mas, a decisão de parar de criar a ilusão da dor no mundo ilusório de sua experiência presente é nada mais do que uma decisão de agir como se nós e Deus fossemos um – estado no qual o sofrimento é impossível.

É a Unidade que elimina todo o sofrimento, e é a consciência da Unidade que torna possível a experiência da Unidade.

Esse momento pode ocorrer antes da morte, assim como depois dela. Quando ocorre, a pessoa caminha para a Maestria em Vida. Com esse movimento, nos tornamos aptos a ser um Facilitador Espiritual na terra, pois não estaremos mais preocupados com nossos próprios dramas, nem com o nosso próprio sofrimento, mas com os dramas e o sofrimento dos outros, à medida que procuramos ativamente libertá-los deles.

Isso foi, de fato, tudo o que Buda procurou. Essa foi a chamada de Moisés para libertar seu povo. Foi o motivo por trás de tudo que Jesus fez. Foi o grito de compaixão de Maomé. Na verdade, foi a atividade de todos os santos e sábios, de todos que se tornaram nossos Salvadores, nos salvando do abismo de nossa própria ignorância e ilusões.

Algumas maneiras práticas de dar o Passo Quatro

Dar o quarto passo para se tornar um facilitador espiritual é tão simples como o A-B-C.

A. Olhe profundamente para o que causa o sofrimento. Muitas pessoas pensam que a dor e o sofrimento caminham juntos. Isso não é necessário, e quando esse elo é quebrado as correntes que nos prendem deixam de existir.

B. Perceba que quando o sofrimento acaba, a compaixão começa. Primeiro, compaixão por si mesmo, depois, compaixão pelos outros. Compaixão verdadeira. A compaixão que transforma pensamentos e sentimentos em ação.

C. Permita que a compaixão verdadeira abra o caminho para a verdadeira Unidade com o Criador. Esta simples mudança no seu relacionamento com Deus pode mudar o mundo da noite pro dia.

Agora, vamos ver como você pode fazer isso.

Inacreditavelmente, não há muita leitura que aborde o assunto sofrimento e não caia no sistema de pensamento Judaico-Cristão ou Budista. Se você está procurando por um texto com um “novo pensamento” sobre o sofrimento, você vai sofrer numa longa busca...

O pensamento Judaico-Cristão sobre o assunto parece ser o de que o sofrimento é bom, num certo sentido, porque no fim ele leva à nossa própria perfeição (moldando o aço pelo fogo, essas coisas), e nos prepara para o prêmio do céu, que é a vida eterna, na qual o sofrimento não existe mais.

O Buda tomou um caminho diferente, sugerindo que o sofrimento também não precisa existir na terra. Ainda disse que a causa de todo sofrimento é o desejo, e que a solução seria, então, simplesmente eliminar todo o desejo, e aqui eu discordo dele.

Assim é preciso um Novo Pensamento sobre o assunto, que não acolha nem a tradição Budista nem a Judaico-Cristã. Se um livro assim existe, não sei qual é. Fui ao Amazon.com e digitei “sofrimento” no mecanismo de busca e tudo o que apareceu era, principalmente, de escritores Cristãos ou Budistas, e todos defendiam os pontos de vista mencionados anteriormente.

A falta de um novo pensamento sobre esse assunto é tanta que estou pensando em escrever um livro sobre ele, *Conversas Proibidas Sobre Sofrimento*, ou algo assim, porque, aparentemente, essa é uma daquelas áreas nas quais os pontos de vista que estão fora de compasso simplesmente não são tolerados, e, então, não são amplamente expressados.

Essa é uma das razões da humanidade ter passado por tempos difíceis decorrentes de sua separação de Deus.

Nós simplesmente não podemos compreender por que, se há um Deus, ele aprova ou permite o sofrimento – e certamente não conseguimos entender como, se somos todos um com Deus, criamos e permitimos o nosso próprio sofrimento.

Isso não faz sentido, então, a única coisa que realmente faz sentido é que nós NÃO somos Um com Deus – e esse é o pensamento que predomina. Ele está paralisado há um bom tempo, e é o maior impedimento para a nossa compreensão total de Deus e o nosso acolhimento completo de um Deus que não é separado de nós.

O sofrimento é completamente evidente ao redor do mundo. Todos nós o experimentamos em nossas vidas, e todos nós o vemos nas vidas dos outros. Na verdade, o sofrimento parece ser a maior evidência de que Deus e nós não somos Um, porque, para voltar à pergunta essencial: Se Deus e nós somos Um, por que Ele/Ela/Nós fazemos isso conosco?

É uma boa pergunta – uma surpreendente questão. É uma pergunta que merece uma resposta.

A resposta.

O sofrimento não é algo que Deus quer ou precisa. Vamos pegar isso desde o início. Vamos também tornar claro que o sofrimento não é algo que nos dá “pontos” ou nos fornece “créditos” quando procuramos uma maneira de aumentar nosso merecimento de experimentar o paraíso.

Na verdade, não há virtude no sofrimento.

Nenhuma.

Ponto.

Fim da frase.

É demais para a ética Judaico-Cristã.

Agora, quanto à questão Budista. A mera eliminação de nossos desejos é a maneira simples de acabar com o nosso sofrimento?

Não.

Boa tentativa, Gautama, mas não é bem isso.

O desejo, diz o CcD, é a energia primária que permite o Processo da Criação.

Desejo é uma outra palavra para Amor, e se eliminarmos o desejo, eliminaremos o amor. Não creio que algum de nós queira criar uma vida do tipo eu-não-dou-a-mínima-para-nada.

Desejar alguma coisa não é o mesmo que precisar dela. A explicação disso em What God Wants é maravilhosa, e espero que vocês todos o leiam. Um relato mais profundo pode ser encontrado em Guia para uma Consciência Superior, um livro verdadeiramente extraordinário e transformador, de Ken Keyes, Jr.

Então, não, não elimine o desejo. Mantenha o desejo intacto. Elimine a necessidade. É uma ilusão. Para aprender mais sobre a Ilusão da Necessidade, leia Comunhão com Deus.

Fazendo um exercício

Agora, faça o seguinte exercício:

Pense, agora mesmo, em algo que você deseja ardentemente. Talvez seja uma relação que funcione de verdade. Talvez seja uma carreira que é realmente “a sua cara”. Talvez seja um novo patamar financeiro que permita que você escape do seu estresse e preocupação. Talvez sejam as três coisas. Escolha uma. Ou escolha alguma outra coisa, que não está nessa lista.

OK, agora segure fortemente em sua mente o pensamento desse desejo. Coloque sua atenção nele. Feche seus olhos e faça isso, e quando você conseguir realmente uma atenção plena, abra seus olhos e continue lendo aqui.

Bom.

Bom trabalho.

Agora, quero que imagine uma situação ou circunstância na qual você possa ser feliz sem aquilo. Talvez você esteja feliz sem aquilo agora mesmo. Talvez você tenha tido um bom dia ontem, ou esteja prevendo um bom dia amanhã. De qualquer modo, veja se você consegue imaginar um “você” que é feliz, mesmo que haja algo que você deseja e não tem.

Você pode imaginar isso?

Se não pode – se você realmente não consegue se imaginar sendo uma pessoa feliz sem o objeto ou a experiência que deseja, então você não tem mesmo um desejo, mas um vício.

Você sempre pode dizer quando está preso numa luta contra um vício quando a ausência de algo torna você incapaz de ser feliz. Faça uma lista dos seus “vícios” agora mesmo, e veja seu tamanho.

Agora... se você pode se imaginar sendo uma pessoa feliz mesmo que não tenha no momento o objeto ou a experiência de seus sonhos, você está num lugar muito saudável. Você não “precisa” daquele objeto ou experiência – e eu acredito que a eliminação da necessidade, não a eliminação do desejo, é o caminho para a paz e o fim do sofrimento.

Mais exercício

Em uma folha de papel, faça uma lista de cinco experiências ou objetos que você, em um momento de sua vida, sentiu que realmente, realmente, necessitava – mas não conseguiu.

Você pode pensar em algo assim? Ótimo. Anote.

Agora, pergunte a si mesmo, Eu tive alguns momentos felizes – quer dizer momentos realmente felizes – desde o tempo em que eu precisei dessas coisas e não as consegui?

Se a resposta for “não”, pergunte a si mesmo, O que seria necessário para eu ser feliz sem aquilo? Coloque sua resposta no papel.

Se a resposta for “sim”, pergunte a si mesmo, Se eu fui realmente feliz em alguns momentos sem aquilo, por que eu pensei que precisava tanto daquilo?

Anote sua resposta no papel. Então, pergunte, Há alguma coisa que eu acredito precisar hoje para ser feliz? É possível que eu consiga ser tão feliz sem isso como eu fui sem aquilo que eu pensava necessitar no passado?

Sobre sofrimento

A dor é uma experiência. O sofrimento é o seu ponto de vista sobre ela. Foi dito que o Papa João Paulo II teve muitas doenças no final de sua vida, muita dor. Mas, de acordo com os mais íntimos, ele não mostrou sinais de sofrimento. Isso se deu por causa de sua atitude, disseram.

O Papa tinha uma idéia sobre seus desconfortos que o apoiou durante sua experiência deles. A idéia era que estava tudo bem para ele estar nas condições que o envolviam. Quando ele deixou seu corpo, no final de Março de 2005, mostrou ao mundo inteiro um exemplo do que significa morrer com dignidade.

Isso não quer dizer que todas as pessoas, em todos os lugares, devem aceitar seu desconforto sem reclamação e não se permitirem repouso, conforto, ou escapar da dor. Administrar apropriadamente a dor e manter-se o mais confortável possível é, obviamente, parte do protocolo de qualquer final de vida humano. E, algumas vezes, um pouco de lamentação é bom. Um murmúrio de descontentamento aqui e um gemido de dor ali podem ser muito úteis para expulsar energias negativas não expressadas.

Isso quer dizer que é possível, muito freqüentemente, transcender nossos desconfortos físicos ou emocionais, mais do que não transcender, experimentando-os completamente, mas sem ansiedade ou sofrimento. Mães dando à luz podem comprovar isso.

Nas situações emocionais em particular, o sofrimento é o resultado de expectativas, em quase todos os casos. A solução óbvia e imediata para isso é a de simplesmente caminhar pela vida sem expectativas. Ah, é mais fácil falar do que fazer, você poderia dizer. Mas, é mesmo?

Quando olhamos profundamente para a causa do sofrimento, vemos que, em muito mais ocasiões do que conseguimos imaginar, podemos eliminar o sofrimento apenas mudando nossa percepção do que está acontecendo.

Se realmente desejamos acabar com nossa separação de Deus, podemos começar aqui, na experiência chamada sofrimento. Podemos começar por compreender que Deus não sofre, e Deus não quer que sofram. Pode confiar nisso. Prometo a você que é verdade.

Muitas pessoas rezam quando estão sofrendo, e a reza delas geralmente soa como, “Por favor, Deus, traga um fim para este sofrimento”. Tal reza presume que Deus está criando a situação. Imaginamos Deus separado de nós, e

pensamos que talvez apenas a palavra certa, dita por nós, convencerá Deus a parar com a tortura.

É claro que a maravilha desse tipo de prece é que, se acreditarmos que apenas a palavra certa dita por nós fará com que Deus acabe com a nossa tortura, nossa tortura, freqüentemente, acabará. Dependendo do nível da nossa crença, assim será para nós. Mas não está realmente sendo feito PARA nós, está sendo feito ATRAVÉS de nós. O mecanismo é interno, não externo – tanto na criação do nosso sofrimento como no fim dele.

Os quarto E's

O jeito de sair do sofrimento nunca se dá através da negação da dor, mas através de sua aceitação. Envolve sua dor completamente, experimente sua dor totalmente, expresse seus sentimentos sobre ela honestamente (“Gostaria que parasse.”, “Isto é como o inferno.”, etc.), então expanda, pela imaginação, suas idéias sobre ela. Imagine que a dor está ok. Imagine que é simplesmente parte da vida, e que é na resistência à dor que sofremos.

Envolve, experimente, expresse, expanda – esta é a fórmula da dor.

“Obrigado, meu Deus interior, por me ajudar a ver esta experiência de um novo modo, ajudando-me a compreender que esta dor é dor e nada mais”, poderia ser uma nova prece.

Não fique surpreso se tiver descoberto um jeito de transcender o sofrimento. E não fique surpreso se, agindo assim, encurtar a distância entre você e Deus – e talvez até perca completamente seu senso de separação de Deus. Pois quando você realiza que encontrou o modo de dar um fim ao seu sofrimento, perceberá que se tornou o Deus do seu próprio ser, soberano em seu próprio Reino.

Mais sugestões práticas

Uma vez que você tenha observado profundamente as causas do sofrimento, você terá olhado profundamente para a face de Deus, pois verá que o que causa o sofrimento é a força e a fonte criativa dentro de você – e isto é, de fato, o que Deus é.

A experiência de união com Deus, dessa forma, pode trazer um fim imediato do sofrimento, e quando o sofrimento termina, você percebe que a compaixão começa.

Primeiro, compaixão por si mesmo, então, compaixão pelos outros. Compaixão verdadeira. A compaixão que transforma pensamentos e sentimentos em ação. Inicialmente, você sente compaixão por si mesmo, e por todo o sofrimento por que passou desnecessariamente. Então, você sente compaixão pelos outros e por todo o sofrimento que estão tendo agora desnecessariamente. Se eles apenas soubessem, você pensará. Se eles apenas compreendessem. Mas eles não sabem, você observará, e por isso sofrem.

Isso fará você querer fazer qualquer coisa possível para levar a eles socorro, conforto e compreensão – e assim, uma vez mais, você sentirá o fim de sua separação de Deus. Na verdade, você sentirá o amor de Deus – à medida que caminha pelo mundo oferecendo, gentilmente, a cura para os outros.

A parte maravilhosa desse processo é que você pode executá-lo fora de ordem e produzir o mesmo resultado. Ou seja, você pode trocar a ordem do A. e do B. anteriores. Você pode buscar terminar com o sofrimento dos outros levando uma compreensão maior a eles e, depois, explorando a causa do sofrimento e acabando com o seu próprio sofrimento.

O círculo da vida

Muitos processos da vida são circulares, como a Vida em si.

De fato, a razão principal de muitos curadores trabalharem para curar os outros é curar a si mesmos. Isto é verdade, independentemente deles saberem ou não.

É verdade porque só há um de nós no local. O que curamos em nós, curamos no outro, o que curamos no outro, curamos em nós. O efeito é circular e sem fim. O que sai da sua parte da frente toca a sua parte de trás.

O que vai, vem.

Você não pode curar algo em você sem que isso tenha um efeito salutar nos outros. É impossível. Do mesmo modo, você não pode curar algo no outro sem que isso tenha um efeito salutar em você. É impossível.

Toda cura é universal. Assim foi escrito: quando uma pessoa se abre para Deus, todo o céu se regozija.

Sabendo, como você sabe agora, que os processos da vida são circulares e reversíveis, aqui está alguma coisa prática que você pode fazer agora mesmo para acabar com sua separação de Deus. Acabe com a separação de Deus de outras pessoas.

Quando você faz isso, termina com o sofrimento delas. Ou, você pode terminar com o sofrimento delas e acabar com sua separação de Deus. Acabar com o sofrimento acaba com a separação, que acaba com o sofrimento, que acaba com a separação, que acaba com o sofrimento.

A compaixão, naturalmente, surge como consequência desse círculo, e cabe a nós percebê-la, e expressá-la para todos cujas vidas tocamos. A compaixão é o início da cura. A compaixão é o remédio para o sofrimento. A consciência é a cura, mas a compaixão é o remédio. Apenas quando a compaixão está presente no momento do sofrimento a consciência pode chegar.

Então, perceba que quando o sofrimento termina, a compaixão começa, e que quando a compaixão começa, o sofrimento termina. O círculo se apresenta outra vez.

Algumas idéias práticas finais

A parte C do Passo 4 é permitir que a compaixão verdadeira abra caminho para a verdadeira Unidade com o Criador. Essa simples mudança na sua relação com Deus pode mudar o mundo da noite para o dia.

Então, mais uma vez vemos o círculo em evidência. A compaixão abre o caminho para a Unidade com o Criador, que abre o caminho para a compreensão das causas do sofrimento, que abre o caminho para a compaixão, que abre o caminho para a Unidade com o Criador.

E, uma vez mais, percebemos que o círculo pode ser acessado em qualquer ponto. Não é necessário (nem mesmo é possível) “começar no início”, pois *onde é o início de um círculo?*

Assim, vemos que a Unidade com o Criador pode ser conquistada sem começarmos com uma exploração das causas do sofrimento. Ela pode ser conquistada por começarmos, simplesmente, a ter compaixão pelos outros, independentemente de compreendermos as causas do sofrimento ou não.

Ou ela pode ocorrer como uma experiência individual profunda, através de qualquer estímulo (talvez durante um momento de meditação, ou fazendo amor, ou quando simplesmente contemplamos uma laranja).

A Parte C sugere, então, que você faça o que puder para acessar e experimentar a Unidade com o Criador. Há muitas, muitas avenidas e passagens aqui. Para milhões de pessoas, a meditação é uma delas.

Conversando com Deus sugere que meditemos durante 15 minutos pela manhã e 15 minutos à noite, todos os dias.

Muitas pessoas fogem da meditação como uma prática porque elas podem ter se frustrado em tentativas anteriores, ou porque elas simplesmente não sabem como fazê-lo, e não sabem como começar.

Recentemente, recebi um e-mail de uma mulher chamada Kimberly, que me enviou um lindo poema, escrito por ela, sobre sua conexão com Deus após a leitura do CcD.

Ela, então, me perguntou se eu tinha algumas sugestões de como ela poderia se aproximar do seu “ser interior”.

Mais adiante, está o e-mail que respondi para Kimberly. Eu não tinha a intenção, mas aconteceu dele ser um pequeno, e maravilhoso, tratado sobre a arte da meditação. Se eu tivesse me sentado para escrever um “artigo sobre meditação”, não acredito que poderia ter produzido tamanha clareza. Porém, quando a nossa intenção é de apenas ajudar o outro, acredito que abrimos um acesso para uma sabedoria enorme. Aqui está o e-mail resultante...

Minha querida Kimberly...

Primeiramente, obrigado por me mandar o poema. Ele é uma expressão maravilhosa dos seus sentimentos e sua verdade interior, após ler o material CcD, e esse foi um presente muito especial que recebi de você.

Para o seu pedido por uma orientação de como você pode se aproximar do seu ser interior, acredito que você fez isso com o seu poema. Essa é uma das muitas maneiras do nosso Ser mais elevado falar conosco, e espero que você continue a colocar a caneta no papel desse jeito, sempre que se sentir inspirada a fazê-lo. Uma coleção de versos assim pode, um dia, servir à humanidade.

Para se preparar para tais inspirações, escolho a sugestão já previsível (tão previsível que você já pode estar fazendo) de você praticar uma tranqüila meditação, sentada, pelo menos duas vezes por dia. Por favor, faça isso por pelo menos 15 minutos a cada manhã e 15 minutos à noite. Tente, se possível, estipular um horário padrão quando for fazer isso. Aí, tente manter esse horário. Mas, se não puder manter um esquema assim, saiba que qualquer horário serve, desde que seja pelo menos duas vezes ao dia, cedo e tarde.

Encontre um lugar onde possa estar absolutamente só e com privacidade. Para mim funciona ficar nu, porque isso remove, a meu ver, qualquer senso de interferência com o universo, se isso fizer sentido para você. Então, eu me sento nu, mas isso não é uma exigência, Kimberly. É apenas algo que me ajuda a atingir um estado mental.

Caso sentar sem nenhuma roupa produz algum desconforto em você, ou cria um estado mental que não é totalmente aberto, agradável e tranqüilo, então coloque algo leve e confortável. Mas tente não vestir algo que aperte ou restrinja de algum modo, que faça você consciente de algo diferente de si mesma.

Quando medito, algumas vezes eu sento do lado de fora, se está agradável e quente, permitindo que o sol bata em mim, ou que as estrelas brilhem sobre mim. Dentro de casa, sento perto de uma janela e deixo que o sol nascente penetre e que o céu da noite me abrace.

Não há um “jeito certo” para fazer uma meditação tranqüila (Aliás, não há um “jeito certo” para fazer qualquer coisa). A pessoa pode se sentar numa cadeira confortável, ou no chão, ou na cama. Escolha o que funciona para você. Eu

sento no chão, geralmente sem encostar em nada, mas, ocasionalmente, encostado na parede ou em outra coisa, porque sentar no chão me mantém mais “presente”. Se eu estiver confortabilíssimo, como numa poltrona macia demais ou na cama, tendo a dormir ou escapar do momento.

Quando me sento no chão, ou na grama do jardim, isso raramente ocorre. Eu permaneço totalmente “presente”.

Uma vez sentado, começo por prestar atenção à minha respiração, fecho meus olhos e simplesmente me ouço inspirando e expirando. Estou na escuridão e presto atenção apenas ao que estou ouvindo.

Quando me sinto “unido” – esta é a única palavra que consigo encontrar que cabe aqui – com o ritmo da minha respiração, começo a expandir minha atenção para o que meu “olho interno” está vendo.

Normalmente, nesse ponto, não é nada além da escuridão. Se vejo imagens – ou seja “pensamentos” de algo que vejo a minha frente, trabalho para fazer esses pensamentos desaparecerem, como um “escurecimento” da tela do cinema. Eu levo minha mente para o vazio. Foco meu olhar interior, olho profundamente essa escuridão. Não estou olhando para nada em particular. Estou apenas olhando profundamente, e me permito procurar por nada.

Logo, experimento o que parece ser uma pequena chama azul tremulante ou uma explosão de luzes azuis que penetram na escuridão. Descubro que se começo a pensar sobre o que está acontecendo cognitivamente – ou seja, definindo, descrevendo para mim mesmo, tentando dar um aspecto ou uma forma, ou fazendo com que signifique alguma coisa – tudo desaparece imediatamente. A única maneira de eu “fazer aquilo voltar” é retirar a mente do processo. Faço um grande esforço para desligar minha mente e apenas fluir com o momento e a experiência, sem julgá-la, defini-la, sem tentar fazer alguma coisa acontecer, nem descobrir ou compreender a experiência a partir do meu centro racional.

É quase como fazer amor. Então, também, para a experiência ser mística e mágica, preciso desligar minha mente e apenas fluir com o momento e a experiência, sem julgá-la, defini-la, sem tentar fazer alguma coisa acontecer, nem descobrir ou compreender a experiência a partir do meu centro racional.

Meditar é fazer amor com o universo. É a união com Deus. É a união com o próprio Eu. Não é para ser compreendida, criada ou definida. A pessoa não compreende Deus, ela apenas experimenta Deus. A pessoa não cria Deus, Deus apenas é. A pessoa não define Deus, Deus define a pessoa. Deus É o definidor e o definido. Deus é a definição em si.

Coloque a palavra Eu em todo lugar em que a palavra Deus aparece no parágrafo anterior e o significado permanece o mesmo.

Agora, de volta para a chama azul dançante. Uma vez que você tire sua mente dela, ao mesmo tempo que mantém o foco NELA, sem expectativa ou pensamento de qualquer tipo, a luz tremulante deve reaparecer. O truque é manter sua mente (isto é, seu PROCESSO DE PENSAMENTO) fora, e ao mesmo tempo manter o seu foco (isto é, sua ATENÇÃO PLENA) dentro.

Você pode imaginar essa dicotomia? Significa prestar atenção para o que você não está prestando atenção. É bem parecido com sonhar acordado. É como quando você está sentado em público, no meio de algum lugar com grande atividade, e você está prestando atenção a nada, ou a tudo ao mesmo tempo. Você não está esperando nada, exigindo nada, nem percebendo nada em particular, mas está tão CONCENTRADO no “nada” e no “tudo” que alguém

finalmente tem que tirar você daquilo (talvez estalando os dedos), dizendo, “Ei! Você está SONHANDO ACORDADO???”

Normalmente, a pessoa sonha acordada com os olhos abertos. A meditação é “sonhar acordado com os olhos fechados”. Isso é o mais perto que posso chegar para explicar minha experiência.

Agora, a chama azul dançante reapareceu. Experimente-a simplesmente e não tente defini-la, medi-la, nem explicá-la para si mesmo de nenhum modo. Apenas... abandone-se nela. A chama parecerá vir na sua direção. Ela se tornará maior no seu campo de visão interno. Não é a chama vindo na sua direção, mas VOCÊ indo na direção, e para dentro, da experiência dela.

Se você tiver sorte experimentará a IMERSÃO TOTAL nessa luz antes da sua mente começar a dizer algo sobre ela e conversar com você sobre o assunto. Se você tiver pelo menos um instante dessa imersão fora da mente, você terá experimentado a bem-aventurança. É a glória do saber total, da experiência total do Ser como Um, com tudo que há, com todas as coisas, com a Única Coisa Que Há.

Você não pode “forçar” essa bem-aventurança. Se você vir a chama azul e começar a antecipar a bem-aventurança, a chama desaparecerá instantaneamente, na minha opinião. A antecipação e/ou expectativa acaba com a experiência. Isso porque a experiência está acontecendo AGORA, e a antecipação, ou expectativa, A COLOCA NO FUTURO, ONDE VOCÊ NÃO ESTÁ.

Então, a chama parece “ir embora”. Não é a luz que vai embora, é você. Você se tirou do momento do Agora, colocando seu pensamento no que chama de Futuro. Isso tem o mesmo efeito no seu terceiro olho do que você fechar os olhos tem na sua experiência do mundo físico ao seu redor.

Você o esconde.

Na minha própria experiência, Kimberly, essa vivência de bem-aventurança acontece em um de cada mil momentos de meditação. Saber disso é tanto uma bênção como, num certo sentido, uma praga, porque eu estou sempre querendo que ele ocorra outra vez. Mas, há momentos em que eu consigo escapar do querer, afastar a esperança, abandonar meus desejos, rejeitar minhas expectativas, e me colocar totalmente no momento, sem nenhuma antecipação ou qualquer coisa em particular. Este é o estado mental que eu procuro atingir. Não é fácil, mas é possível. E quando eu o atinjo, atinjo um estado de não mente. O Nirvana. A Bem-aventurança.

Agora, um pouco antes eu mencionei a experiência de fazer amor. Fiz isso por uma razão. Esse pode ser um treino maravilhoso para aqueles que acham difícil empreender a viagem para o estado de não mente na meditação.

Se você tem um parceiro íntimo, você pode achar que a experiência de união sexual é uma oportunidade extraordinária para experimentar o início da jornada para a bem-aventurança, ou a unidade não mental. No seu encontro sexual você pode escapar do querer, afastar a esperança, abandonar os desejos, rejeitar as expectativas, evitar, ou ignorar, qualquer comparação inconsciente, e se colocar totalmente no momento, sem nenhuma antecipação ou qualquer coisa em particular. Não é fácil, mas é possível.

Se você conseguir, terá atingido a unidade não mental. É o nirvana. É a bem-aventurança.

Então, sabendo que tal estado é possível, seu próximo passo na jornada será não atingir esse estado através da união física com o outro, mas através da

união metafísica com o Ser. Essa mesma bem-aventurança pode ser experimentada na meditação silenciosa.

Tendo experimentado esse estado idêntico de bem-aventurança, você saberá a RAZÃO da experiência de glória através da união física com o outro ser idêntica a glória experimentada através da união com o Ser...

Não HÁ ninguém ALÉM do Ser.

Não HÁ nenhum “outro”.

O amor total, sem expectativas, sem desejo, sem necessidade, da união sexual com o outro confirma isso. O amor total, sem expectativas, sem desejo, sem necessidade, da união metafísica com o Ser confirma isso também.

Abraços... Neale

Há outras maneiras de conhecer o Criador, e acabar com a nossa separação de Deus. Além da meditação, há disciplinas físicas, estilos de vida e treinamentos que podem nos levar a entrar em contato com nossa verdadeira natureza, como yoga, Dahn Hak (NT- movimento criado pelo líder espiritual Dr. Seung Heun Lee) e outros.

Estudar é outra maneira de acabar com sua separação de Deus. Muitas pessoas fizeram isso depois de lerem os livros *Conversando com Deus*. Há, é claro, milhares de livros sobre o assunto. Para um conhecimento básico das teologias do mundo atual e o que elas dizem, leia qualquer livro de Huston Smith e/ou Karen Armstrong, entre eles...

As Religiões do Mundo, de Huston Smith

Uma História de Deus, de Karen Armstrong

The Battle for God, de Karen Armstrong

Aqui estão alguns outros títulos que você pode considerar úteis enquanto você transcende os parâmetros tradicionais:

Como Conhecer Deus, de Deepak Chopra

A Morada da Alma, de Gary Zukav

Ilusões, de Richard Bach

E, claro, se você ainda não leu:

What God Wants: A Compelling Answer to Humanity's Biggest Question,

de Neale Donald Walsch

A última palavra do Passo Quatro

A religião Hindu ensina que há quatro caminhos para Deus. Eles são, de forma livre...

- O Caminho do Intelecto (pensar muito nas coisas e chegar lá através de um processo mental)
- O Caminho do Serviço (encontrar o verdadeiro eu através da abnegação, doando aos outros)
- O Caminho da Devoção (rezando e honrando através de rituais sagrados, um amor profundo e sincero e dedicação ao Divino)
- O Caminho da Disciplina (rotinas físicas rigorosas, e freqüentemente ritualizadas, que usam o corpo para, ironicamente, provocar nosso senso de nós mesmos ENQUANTO o corpo “desaparece”)

Nenhum caminho é mais “direto” que qualquer outro; nenhum é mais “correto” ou efetivo. Na verdade, muitas pessoas encontram Deus seguindo algumas combinações desses caminhos – embora normalmente haja uma ênfase em um ou outro, de acordo com as tendências individuais da pessoa.

Faça o que for possível para acabar com o seu senso de separação de Deus. Olhe para os olhos de um bebê. Cheire um buquê de lilases. Nade nu no mar,

junto a uma praia silenciosa, à meia-noite. Coma qualquer coisa suculenta. Ou simplesmente respire.

Respire o maravilhoso ar ao seu redor. Saia e tome um ar fresco. Melhor ainda, deixe a cidade, vá para a montanha e respire o ar de lá. Fique ao lado de uma cachoeira e respire.

Enterre seu rosto no ombro de alguém que você ama. Respire o amor.

Sinta a essência dessa pessoa, a sua, a unidade, a proximidade.

Diga-me, então, que Deus não existe. Diga-me que se sente separado de Deus e da Vida.

Não acredito que você seja capaz. Não acredito mesmo.

Capítulo Cinco

O quinto passo para nos tornarmos um facilitador espiritual é:

5. COMEÇAMOS A VIVER AS VERDADES QUE DIZEMOS ACREDITAR

Você ouviu isso? Você compreendeu as implicações disso?

Por favor, não fique ofendido com essas perguntas. Todos os dias tenho que agir como se nunca tivesse ouvido isso. Todos os dias procuro trazer a mim uma nova compreensão sobre o que tudo isso significa. Algumas vezes, posso ouvir alguma coisa e não “escutá-la”, entendeu? E algumas vezes tenho que dizer a mesma coisa muitas e muitas vezes para mim mesmo para parar com o entrar por um ouvido e sair pelo outro. Ouvi tantas vezes que é como se nunca tivesse ouvido nada. Então tenho que olhar para aquilo como se fosse completamente novo.

Assim, às vezes, é como se eu estivesse me repetindo, mas isso não é de todo mau.

Pois me dá a chance de ouvir a mesma coisa muitas e muitas vezes, e eu a ouço como se fosse “completamente nova”.

Assim, deixe-me perguntar outra vez, *você ouviu isso?*

O que EU DISSE foi... **a sua verdade não significa nada até que você a viva.**

A implicação disso é enorme. Porque se você vir e acolher isso, e aceitar tudo, não apenas intelectualmente, pode querer mudar sua vida inteira.

Poucas pessoas vivem a sua verdade mais íntima. Poucas pessoas até mesmo a conhecem.

O primeiro passo para viver sua verdade é conhecê-la. Os Círculos do Coração são ótimos para isso.

Eles permitem que você entre em contato com o desejo mais profundo dentro de você – e não se engane: seu desejo mais profundo é sua verdade mais profunda.

A verdade não existe como uma realidade exterior. Não existe essa coisa de Verdade Objetiva, nem Verdade Absoluta. A verdade existe como a primeira experiência da relatividade. No Reino do Absoluto, a verdade como a conhecemos não pode existir, porque *não há nada além do que É.*

Na ausência daquilo que Não é Verdade, o que é Verdade não pode ser conhecido como sendo Verdade. Pode apenas ser conhecido como O Que É. Isso é suficiente, é claro. Uma coisa é suficiente para si mesma. Ela não precisa de nada mais para provar sua existência. Ela simplesmente é, independentemente de haver, ou não, algo mais. Mas, ela não pode saber o que é, não pode se experimentar, a menos, e até, que Aquilo que Não É apareça em algum lugar no tempo e no espaço.

Esse conceito é bastante explorado no material *Conversando com Deus* e é mencionado aqui apenas para restabelecê-lo e reforçá-lo dentro do contexto da discussão presente.

A sua vida criou um contexto dentro do qual você não pode saber O Que Não É Verdade sobre você. Pense nisso. É uma consciência grandiosa. É um *insight* importante. Pense nisso.

A sua vida produziu os eventos que produziu, trouxe as pessoas que trouxe, pelo propósito simples e explícito de permitir que você conheça Aquilo Que É Verdade – sobre você, sobre Deus, e sobre tudo mais. Então, abençoe, abençoe, *abençoe* tudo o que aconteceu e tudo que está para acontecer,

observando tudo como Perfeito no Processo da Vida, que é o processo pelo qual chegamos a nos conhecer em nossa Identidade Verdadeira.

Você está “revelado”?

Assim, enquanto você procura viver sua verdade, deve, primeiro, conhecê-la. Isso é realizado através de um processo profundo de auto-revelação, pois nos escondemos de nós mesmos nesta experiência chamada vida humana.

“Auto-revelação” é um novo termo que inventei. É o único termo preciso que me vem para descrever o processo de que estou falando. A vida não é um processo de descoberta. CcD diz isso.

Nem estamos em REcuperação, como pode estar alguém que caiu doente ou perdeu alguma coisa e está tentando recuperá-la. As duas posições são posições de fraqueza – e fraqueza é tudo o que é DIFERENTE de Quem Nós Realmente Somos.

Estamos num processo de REvelação. Quem somos não foi perdido, nem estamos doentes ou diminuídos de alguma forma, nem reduzidos em qualquer de nossas capacidades (embora possamos *pensar que estamos*).

Similarmente, o que somos não é algo que não existe agora (Então, não temos que “criá-lo”). Nem é algo que temos que sair e encontrar (Então, não temos que “descobri-lo”). Quem nós somos é quem nós SOMOS. Não precisamos ir procurá-lo, nós o SOMOS. Não temos que recuperá-lo, nós o TEMOS. Tudo que há a fazer é REVELÁ-lo.

Assim, a vida é um processo de puxar a coberta do que já está lá, sempre esteve lá, e sempre estará.

De novo, para enfatizar: A nossa magnificência não está esperando ser descoberta, está esperando ser revelada. A glória e a maravilha de quem nós somos não estão lá para serem recuperadas, estão lá para que as revelemos.

Estão lá para que as *revelemos*.

Isso é, então, *A Nova Revelação*.

O processo de auto-revelação é um processo passo a passo que começa com os Cinco Níveis para Dizer a Verdade mencionado no Capítulo 2. Para revê-los, sem fazer que você tenha que folhear para trás...

Nível 1: Dizer a verdade sobre você para você.

Nível 2: Dizer a verdade sobre o outro para você.

Nível 3: Dizer a verdade sobre você para o outro.

Nível 4: Dizer a verdade sobre o outro para esse outro.

Nível 5: Dizer a verdade sobre tudo para todo mundo.

Quando você empregar esse processo completamente, tornando-o parte do *seu modo de vida* e do *jeito que você é*, você estará bem no seu caminho para viver a verdade que você diz acreditar.

Algumas maneiras práticas de dar o Passo Cinco

Dar os cinco passos para se tornar um facilitador espiritual é tão simples quanto o A-B-C.

A. Identifique suas verdades. Muitas pessoas não sabem quais são suas verdades. A primeira parte do Passo Cinco, então, é abrir-se para a sua própria verdade.

B. Compartilhe suas verdades com os outros. Não estamos acostumados a dizer aos outros, em alto e bom tom, o que é verdade para nós. Não me admiro que seja tão difícil experimentá-lo.

C. *Viva suas verdades a qualquer preço.* Esta simples mudança na nossa maneira de nos relacionarmos uns com os outros pode mudar o mundo da noite para o dia.

Se começar a parecer como se eu estivesse me repetindo aqui é porque eu estou.

Esses passos para nos tornarmos um Facilitador Espiritual logo começam a se entrelaçar. Um leva ao outro num círculo sem fim, até que possamos ver que, de alguma maneira fascinante, um passo É o outro. Há, na verdade, apenas UM PASSO.

Daremos um nome a esse passo: Amor.

Então, tornar-se um Facilitador Espiritual resume-se a uma coisa simples: aja amorosamente.

Todos os passos que eu delinee aqui são, simplesmente, *maneiras de fazer isso.*

Agora, vamos ver como você pode fazer isso.

Há muitas maneiras pelas quais você pode se abrir para suas próprias verdades – sobre si mesmo, sobre a vida, sobre Deus, sobre quase tudo, mas só há uma decisão. Você precisa decidir se comprometer com esse processo.

Enquanto consideramos o Passo Cinco, quero que você saiba que o comprometimento é tudo.

Se não estamos comprometidos a, primeiro, saber, e depois a viver nossas verdades, nunca o faremos completamente.

O compromisso é o único remédio que eu conheço para o arriscar.

A vida parece suficientemente insegura como é, sem arriscarmos, e muito mais se nos envolvermos profundamente com todo esse negócio de verdade. Muitos de nós nos acostumamos a esconder nossa verdade, até de nós mesmos.

Outros de nós não conheceríamos nossa própria verdade mesmo que ela batesse na nossa cara. Ouvimos as verdades dos outros por tanto tempo que imaginamos que *elas* são *nossas*. Isso é particularmente verdadeiro em religião e política, mas aparece em outros lugares também.

Uma das primeiras coisas que eu quero que você faça, mais uma vez, é um pouco de leitura.

Ler sobre o verdadeiro saber e sobre relatos verdadeiros pode ser muito inspirador. Eu achei.

Aqui estão alguns ótimos livros com os quais você pode querer começar:

Blue Truth, de David Deida.

A descrição desse livro no Amazon.com diz... “Você é mais profundo do que sua vida mostra, e sabe disso. Você é mais amoroso do que suas relações permitem, mais brilhante do que sua carreira sugere. Na profundidade secreta do seu ser, você é infinito, criativo, enorme – e completamente incapaz de apresentar sua glória total para o mundo. Ou assim parece.

Em *Blue Truth*, David Deida apresenta *insights* para revelar seu verdadeiro propósito, paixão e amor extremo. “Saber a verdade é bastante inútil; senti-la é profundo; vivê-la faz toda a diferença”, diz David Deida. Com *Blue Truth* você tem um guia sem precedentes para viver a sua própria verdade profunda, e acordar “com a franqueza revelada de quem você é, na doação livre de amor para todos”.

Também...

Radical Honesty: How to Transform Your Life by Telling the Truth, de Brad Blanton

Getting Real: Ten Truth Skills You Need to Live an Authentic Life, de Susan Campbell.

Depois que tiver lido...

Isso é realmente como um pequeno curso em despertar espiritual. Então, sim, há muitos livros que eu estou recomendando. Eu espero, verdadeiramente, que você se aprofunde nesses livros.

Não tem a ver com concordar com tudo o que você vê escrito neles. É sobre começar uma discussão interna. É sobre descobrir o que é verdade para *you* após ouvir os pensamentos de outras pessoas. Então, por favor, não fique com a idéia de que o que estou dizendo é que esses livros que indiquei tem a Melhor e Última Resposta para tudo. Eles pretendem ser apenas o motor de arranque para o seu crescimento – algo para fazer sua máquina funcionar.

Então, quando você tiver terminado sua leitura sobre a Verdade como um modo de vida, aqui está um exercício que eu adoraria que você experimentasse.

Fazendo um exercício

Em um pedaço de papel, escreva cinco pessoas, circunstâncias ou situações que estão ocupando sua mente agora mesmo. Deixe bastante espaço abaixo de cada pessoa ou evento.

Por exemplo:

1. Minha mãe
2. Luciana
3. O projeto desta semana no trabalho
4. Minha situação financeira
5. Minha vida sexual

Eu apenas inventei tudo isso. É um exemplo de como essa lista pode ser.

Agora, olhe para a lista que fez e, sob cada título, escreva, tão rápido quanto possível, a primeira coisa que vem à sua cabeça para completar a seguinte frase...

Minha verdade sobre isto é...

Dica importante: **NÃO PENSE**. Apenas escreva a primeira coisa que vier na sua cabeça. Esta será a sua verdade. O resto é tudo o que você está “pensando” – que pode até incluir a idéia de que *you não deveria se sentir daquele jeito sobre o assunto*.

Então, não pense muito. Na verdade, não pense nada. Apenas ouça o seu estômago quando olhar para aqueles títulos, e escreva a primeira coisa que você sente no fundo do seu ser.

Ninguém vai ver esse papel, assim, permita-se dizer a si mesmo a verdade absoluta – mesmo que seja uma de que você não se orgulha, mesmo que seja uma que você não quer ouvir.

Você deve gostar muito desse exercício. Ele deve ser estimulante e, num certo sentido, libertador. Porque pode ser a primeira vez em que você foi tão claro com você mesmo em muito tempo.

Se você apreciou o exercício, tire um dia de folga (descanse do impacto emocional), e repita o exercício com cinco novos títulos. Faça isso um dia sim, um dia não, por uma semana. Pense nas coisas que o preocupam naquele dia. Elas podem ser repetições da sua primeira lista, ou, no final, podem se tornar um pouco mais gerais, ou um pouco mais distantes de você. Serão, no entanto, coisas que você estará pensando nesses dias. Pode ser algo como...

1. A próxima eleição presidencial

2. Morrer com dignidade, e decisões no final da vida
3. A briga cultural na América: ultra conservadores versus liberais progressistas
4. Casamento *Gay*
5. Religião, e o que Deus quer

No final da semana você terá identificado múltiplas áreas de interesse ou preocupação para você, e chegará, esperançosamente, mais perto de saber o que é verdade para você sobre essas áreas.

Agora você pode pensar, “Isso é besteira. Eu já conheço meus próprios pensamentos. Se não conhecesse não poderia escrevê-los.” Mas, só um minuto. Isso pode ou não ser verdade. Às vezes, as pessoas apenas não querem ver o que elas não querem ver. Esse pequeno exercício forçará você a se confrontar e se perguntar, *o que eu estou realmente sentindo sobre isso agora?*

Novamente, é importante não pensar muito nisso tudo. Lembre-se, você não está realmente tão interessado no que está *pensando* como está no que está *sentindo*.

Há sempre uma enorme diferença.

Mais sugestões práticas

A segunda sugestão para implementar o Passo Cinco é partilhar suas verdades com os outros.

Uma vez que você tenha escrito seus próprios sentimentos sobre as coisas que estão em sua cabeça agora, encontre alguém com quem partilhá-las.

Forme um Círculo do Coração e promova um encontro duas ou três vezes por mês, usando esse momento como um espaço no qual você possa partilhar o que está acontecendo com você agora – qualquer coisa mesmo – e fale abertamente sobre o que você escolheu. Então, busque mais pessoas. Tente este processo:

Mais exercício

Pegue três folhas de papel. No topo de cada uma delas, cerca de dois centímetros abaixo e um pouco afastado da margem esquerda, escreva o nome de uma pessoa viva que é muito importante na sua vida atual.

Ótimo. Agora, em frente ao nome em cada uma das páginas, escreva a palavra “Querido(a)...”, assim, o que você tem agora é o que parece ser o começo de uma carta.

Agora, por favor, escreva o seguinte, como a primeira frase em cada uma das cartas...

O que eu tenho medo de dizer a você é...

Então... complete a frase.

O que chegar pode surpreender você. Então, termine a carta, a partir daquela primeira frase. Depois, junte coragem para realmente mandar ou entregar a carta para a pessoa cujo nome está no topo.

Esse será um exercício poderoso de partilha da verdade.

Algumas idéias práticas finais

A última sugestão aqui, enquanto você empreende o Passo Cinco para se tornar um Facilitador Espiritual, é viver suas verdades a qualquer custo.

Isso requer muita coragem. Sempre existe o medo de você ser rejeitado.

Ou denunciado. Ou marginalizado. Ou simplesmente mal compreendido.

Você precisa correr o risco. Lembre-se.

Você não pode conseguir a menos que deseje correr o risco.

Faça uma lista – O QUE EU ACEITO PERDER. Esta pode ser a parte mais importante das coisas que você já escreveu. Este único exercício é conhecido por mudar vidas. Algumas vezes do dia para a noite.

Mas, não fique desencorajado. Se você acredita que não pode viver suas verdades, não importa quais, se você sente que ainda precisa segurar algumas coisas, isso não significa que você não pode ser um Facilitador Espiritual. Apenas significa que na lista de pessoas que você vai ajudar está você.

À medida que você ajuda os outros a identificarem, partilharem e viverem suas verdades, vai descobrir que está falando consigo mesmo. Continue ajudando, continue levando essas mensagens a outras pessoas. No fim das contas, você vai descobrir que todo o processo foi planejado para você. Então, você poderá *realmente* ajudar os outros, porque terá se tornado duplamente motivado.

A última palavra do Passo Cinco

No livro da série CcD intitulado *As Novas Revelações* são descritos os Cinco Passos para a Paz. Nele, o Passo Cinco da lista é essencialmente o mesmo que o Passo Cinco desta lista.

Então, conclui-se que Facilitadores Espirituais trazem paz para o nosso mundo – e este é o ponto principal, não?

Eu sei e admito que os passos listados aqui são simples, mas não são fáceis. Apenas uma pessoa verdadeiramente dedicada ao crescimento pessoal e ao desenvolvimento espiritual fará pelo menos um esforço para empreendê-los.

Em algum momento de nossas vidas, todos temos que tomar uma decisão. Para que eu realmente estou aqui? Qual o propósito da minha vida? Qual é o propósito da vida?

Se você decidiu que quer fazer uma diferença no mundo, a primeira coisa que será convidado a realizar será fazer uma diferença na sua vida.

Surpreendentemente, isso é algo que muitas pessoas evitam. Algumas conscientemente, outras inconscientemente, mas procuram evitá-lo apesar de tudo.

“Faça o que eu digo, mas não faça o que eu faço” não é, porém, um modelo espiritual muito sólido.

Então, devemos isso a nós mesmos e àqueles cujas vidas esperamos tocar, de modo a começarmos o processo de auto-revelação.

Como disse, não precisamos ter atingido a perfeição no decorrer desse processo. Não é necessário que tenhamos atingido a mestria antes de começarmos a convidar outras pessoas a fazê-lo. Na verdade, muitos são os professores ultrapassados por seus alunos.

A história do Buda, fala sobre como o jovem homem Sidarta procurou, e encontrou, muitos professores. Cada um deu a ele o que tinha para dar. Muitos eram mestres e gurus. É dito que ele ultrapassou todos eles, e todos sabiam disso. “Você chegou num lugar de compreensão além daquele que eu alcancei”, eles lhe diziam – e parte da mestria deles era a de serem capazes de perceber isso, e dizer a verdade sobre isso.

Assim, não se preocupe se você atingiu a mestria total antes de se tornar um Facilitador Espiritual. Mas, se preocupe de verdade se você nem iniciou o caminho. Você não pode mostrar a alguém um caminho que você nem mesmo encontrou. Você não precisa estar no fim desse caminho para conduzir alguém para ele, mas, certamente, precisa estar no início.

Capítulo 6

O sexto passo para nos tornarmos um facilitador espiritual é:

6. Comprometermo-nos a ser conhecidos, comprometermo-nos a ser livres

Este é um outro grande passo, porque nos traz a atenção do mundo como um todo. É diferente do Passo 1, no qual nós nos apresentávamos uns aos outros. Aquele passo envolvia encontrar pessoas com mentes parecidas, e dizer a elas, “Eu estou com vocês”.

Este passo envolve sair da multidão e dizer, “Vocês estão *comigo*?”

É sobre você se liberar de quem pensava ser, e ser amplamente conhecido, como quem você é agora, na versão maravilhosamente recriada de você.

Mesmo que você viva sua verdade, não pode ajudar os outros a menos que eles saibam que você o está fazendo.

Você ouviu isso? Você compreendeu as implicações disso?

Por favor, não fique ofendido com essas perguntas. Todos os dias tenho que agir como se nunca tivesse ouvido isso. Todos os dias procuro trazer a mim uma nova compreensão sobre o que tudo isso significa. Algumas vezes, posso ouvir alguma coisa e não “escutá-la”, entendeu? E algumas vezes tenho que dizer a mesma coisa muitas e muitas vezes para mim mesmo para parar com o entrar por um ouvido e sair pelo outro. Ouvi tantas vezes que é como se nunca tivesse ouvido nada. Então tenho que olhar para aquilo como se fosse completamente novo.

Assim, às vezes, é como se eu estivesse me repetindo, mas isso não é de todo mau.

Pois me dá a chance de ouvir a mesma coisa muitas e muitas vezes, e eu a ouço como se fosse “completamente nova”.

Assim, deixe-me perguntar outra vez, *você ouviu isso?*

O que EU DISSE foi... **mesmo que você viva sua verdade, não pode ajudar os outros a menos que eles saibam que você o está fazendo.**

A implicação disso é enorme. Porque se você vir e acolher isso, e aceitar tudo, não apenas intelectualmente, você se descobrirá agindo de maneira que pode nunca ter imaginado antes.

Esta coisa chamada liberdade

Antes de você se deixar ser amplamente conhecido, deve se permitir ser livre. Primeiro, você precisa ser livre de todos os seus falsos pensamentos sobre si mesmo. Então, você deve ficar livre de todos os seus falsos pensamentos sobre os outros. Finalmente, precisa ficar livre de todos os seus falsos pensamentos sobre Deus.

Você pode fazer isso numa ordem reversa, não importa. O que realmente importa é que você se liberte antes de tentar libertar os outros. Como o herói dos filmes de aventura que corre pelo corredor da prisão, balançando as portas das celas, abrindo-as e deixando os prisioneiros saírem, você precisa primeiro ter a chave antes que possa abrir a porta para os outros.

Agora, ocasionalmente, você vai perder a chave. Tudo bem, desde que você queira procurar por ela e guardá-la outra vez. Mas, se tentar abrir aquelas portas sem a chave, vai descobrir que não consegue.

Uma vez que esteja livre, parecerá a coisa mais óbvia do mundo você se deixar ser amplamente conhecido (mesmo que, no começo, se sinta desconfortável com a “fama”), porque você será como uma pessoa que acabou de ganhar 40 milhões de dólares na loteria. Você desejará partilhar com outras pessoas. Você não manteria tudo para si, mesmo que pudesse. E para partilhar, as pessoas precisam saber que você tem o dinheiro. Assim, você tem que falar com alguém. E, uma vez que tenha falado para alguém que ganhou 40 milhões, prometo a você que todo mundo vai saber disso.

Da mesma maneira, assim que alguém ficar sabendo que você encontrou uma compreensão profunda sobre Deus e a Vida, e que se tornou um mensageiro da Nova Espiritualidade, muitas pessoas saberão sobre isso. E, no que lhe diz respeito, quanto mais, melhor, se você deseja verdadeiramente ser um Facilitador Espiritual.

Então, se você *está* desconfortável em ser conhecido, conhecido cada vez mais amplamente, mas ainda deseja tornar-se um Facilitador Espiritual, a primeira coisa que vai desejar será se livrar desse sentimento de desconforto de ser conhecido por muitas pessoas como um Facilitador Espiritual.

Algumas maneiras práticas de dar o Passo Seis

Dar o sexto passo para ser um facilitador espiritual é tão simples como o A-B-C.

A. Pratique mover-se até o limite da sua zona de conforto. Você pode ajudar algumas pessoas anonimamente, mas se você realmente quer ter um impacto sobre o mundo, vai precisar “espalhar” que está fazendo isso. Isso irá requerer que você vá até o limite da sua zona de conforto – e além dela. Você precisará de prática.

B. Reveja sistematicamente seus pensamentos atuais sobre Deus, sobre a Vida e sobre os outros. É um trabalho que você já vem fazendo, ou, certamente, não estaria lendo *isto*.

Agora é o momento de levar esse trabalho para o próximo nível.

C. Prepare as expressões da liberdade espiritual. Esteja pronto para falar, no momento e lugar certos, a mensagem de esperança e ajuda que a Nova Espiritualidade oferece.

Então, vamos ver como você pode fazer isso.

Permitir-se ser amplamente conhecido como um facilitador espiritual pode ser desafiador para você, especialmente se não tem o costume de estar “no palco”.

Há um truque para estar no palco, e tem a ver com a sua razão de ser alguma coisa. Uma vez que tem clareza sobre isso, estar no palco torna-se tão fácil e natural quanto estar despido. “O quê?”, você diz. “Estar despido não é fácil para mim! Não é natural. BEM... pode ser natural, mas não é normal.”

Sim, é, se você estiver com o seu amor. É, se você está desejando fazer amor. É natural e normal. E fácil.

Mas, se a sua razão de estar vivo é fazer amor com o universo, então, estar no palco parecerá, de repente, como a coisa mais normal e natural a fazer. Se o seu propósito maior de estar vivo é fazer amor com a vida em si, ser amplamente visto torna-se fácil. Na verdade, você desejará ser amplamente visto, se quiser verdadeiramente servir àquele propósito.

Assim, o truque aqui não é tentar juntar coragem para ser *visto*, mas aumentar o desejo de VIR a SER. E o que você vai vir a ser?

Ah, *Quem Você Realmente É*, certamente.

Expandindo sua Zona de Conforto

Agora, vou sugerir a você um pequeno processo. Uma vez mais, pegue uma folha de papel.

Não, não, *faça isso*. Não leia apenas. *Faça*.

Ótimo.

Então, nessa folha de papel, faça uma coluna na margem esquerda e dê o título, Cinco Coisas Que Me Sinto Desconfortável Fazendo.

Ótimo.

Agora, numa segunda coluna, escreva, O Que Acontece Quando Eu Faço Isso Assim Mesmo.

Faça uma terceira coluna, Como Me Sinto quando Supero Meu Desconforto Com Isso.

Aí, preencha o formulário e veja o que ele lhe diz sobre você mesmo. Na coluna um, anote cinco coisas que deixaram você desconfortável ao fazê-las no passado.

“Permitindo-me ser amplamente conhecido, comportando-me de um modo a atrair a atenção para mim” pode ser uma delas.

Após ter identificado cinco coisas, vá para as duas próximas colunas e apenas escreva nesses espaços o que é verdade para você.

Se você nunca *fez* alguma das coisas que escreveu na coluna um, pergunte a si mesmo, “o meu desconforto em fazer isso é *tão grande* que pretendo evitá-lo por toda a vida?”

Agora, como a parte final desse processo, escolha uma das cinco coisas para cada dia da próxima semana, vá em frente e faça-o. Se é uma prática importante, você pode, então vá em frente e faça. Sinta o desconforto e *faça mesmo assim*.

Depois, preencha as colunas dois e três do formulário, e veja o que elas dizem para você sobre você mesmo.

Então, como um estilo de vida, pratique ultrapassar sua zona de conforto pelo menos uma vez por semana, em alguma área de sua vida. Talvez seja ligada a dinheiro. Ou tenha a ver com sexo. Ou envolva algo tão simples como experimentar uma nova comida, ou dizer a verdade para sua mãe, ou comprar uma camisola transparente (isto é, realmente transparente), para você ou para seu amor – qualquer coisa. O objetivo disso tudo: *fazer algo que faz você ultrapassar sua Zona de Conforto a cada semana*.

Pratique, pratique, pratique!

Mantenha um Diário de suas experiências. Leia-o uma vez por mês. Encoraje-se a acolher seus sonhos mais arriscados e prazerosos. *Entregue-se à vida. Completamente.*

Mais sugestões práticas

Faça uma Revisão de Crenças. Prepare uma lista das coisas em que você acredita. Procure suas crenças em cinco ou seis áreas diferentes. Aqui vão algumas sugestões:

Dinheiro

Amor

Sexo

Deus

Relacionamentos

Meio de Sustento Certo

O Mundo e Como Ele Está

Política

Vida, Sua Intenção e Propósito

e, finalmente,

O Maior Problema no Mundo de Hoje

O Que Eu Posso Fazer para Ajudar

Quando Eu Pretendo Começar, ou *Passar para o Próximo Nível Naquilo que Eu Já Estou Fazendo*

Explore as crenças referentes a cada um dos assuntos. Escreva, ou grave seus pensamentos em uma fita.

Agora, simplesmente observe para ver o que isso diz a você sobre você mesmo. Esse Inventário de Crenças pode ser incrivelmente auto-revelador e útil.

Algumas idéias práticas finais

Se você deseja verdadeiramente se tornar um Facilitador Espiritual, precisa não apenas desejar progredir e progredir rápido, mas também falar alto e falar claro.

Isto significa que você não deverá ter apenas o coração para esse trabalho, mas as ferramentas de comunicação também. Felizmente, essas ferramentas podem ser obtidas, se você sente que ainda não as tem.

Se você deseja melhorar sua habilidade de falar em público, procure cursos sobre o assunto em qualquer lugar do mundo.

Tornando a comunicação efetiva uma realidade global

Cursos que ensinam a falar em público são uma ótima forma de você melhorar sua habilidade de comunicação. Eles o ajudarão a perder qualquer medo que possa ter de falar em público, e a adquirir habilidades que o tornarão bem sucedido em qualquer caminho que tenha escolhido na vida.

Estes cursos podem ajudá-lo em seu aprendizado de:

- Fazer grandes apresentações
- Liderar grupos e conduzir reuniões facilmente
- Dar e receber avaliações construtivas
- Ser um ouvinte melhor

Você pode conseguir muitas dicas fazendo uma busca por “falar em público” em *sites* como o www.google.com.br

(NT – fiz pequenas alterações nessa parte sobre cursos e buscas de modo a adaptá-la à nossa realidade)

Se você deseja obter habilidades adicionais relacionadas à transmissão das mensagens do CcD e da Nova Espiritualidade, há também um programa para ajudá-lo. É o *LEP - Life Education Program* (Programa de Educação de Vida) da *Conversations with God Foundation* (Fundação Conversando com Deus).

A Fundação, uma organização sem fins lucrativos, já conduziu pessoas do mundo todo através desse programa.

Anteriormente conhecido como *Leadership Education Program* (Programa de Educação de Liderança), o LEP conduz ao coração da missão da Fundação, que é apoiar a transformação evolutiva na vida das pessoas e, então, do mundo.

A Fundação é apaixonada pelo valor desse programa, que é centrado em 3 princípios que criarão mudanças revolucionárias em você e no mundo em que vive: Educação, Disciplina Espiritual e Comunidade.

Conversando com Deus, juntamente com outros materiais da Nova Espiritualidade, tem afetado, de maneira bastante positiva, a vida de muitas pessoas. A verdade que emana desses ensinamentos oferece a oportunidade de transformarmos nossa experiência de nós mesmos, dos outros e do planeta.

Educação significa aprender como a Vida, Deus e a Energia Universal funcionam. A palavra “educar” vem do Latim: *educare* que quer dizer *extrair*, isso é, extrair da sabedoria e percepção que já existem; mostrando que nós podemos ter uma consciência maior de como criamos nossa realidade e como nossas escolhas geram impacto em nossas próprias vidas e no mundo ao nosso redor. Isso vai muito além de apenas ler livros e obter uma compreensão intelectual.

Há muitas perguntas que surgem após a leitura de livros como *Conversando com Deus* quando você está tentando chegar a viver esses princípios na experiência humana diária.

Cada módulo do programa dá a você a oportunidade de explorar esses poderosos conceitos, de explorar profundamente seus próprios desafios de crescimento e de fazer perguntas para obter mais clareza e visão. Neale Donald Walsch, junto com outros instrutores e facilitadores espirituais, estará lá para partilhar seu conhecimento, *insight* e paixão por esse trabalho.

Disciplina Espiritual é sobre praticar uma nova maneira de SER. A transformação normalmente não acontece da noite para o dia. Um músico virtuoso não conquistou isso sem compromisso, disciplina e prática. Através de ferramentas, exercícios e treinamentos você vai obter e exercitar a consciência de como está SENDO no momento atual e evoluir para o ESTADO DE SER que você escolher. Qualquer que seja o nível de consciência espiritual em que você se encontra, nós o encorajamos a continuar se desenvolvendo, expandindo seus pensamentos, palavras e crenças, para que o mundo possa se expandir.

Comunidade é a parte mais dinâmica e encorajadora dessa experiência de transformação de vida. Esse programa cria uma relação cuidadosa e positivamente desafiadora entre facilitadores e participantes que é realmente uma experiência única.

A Comunidade emerge em um espaço seguro para a expressão honesta e autêntica quando as pessoas são desafiadas pelos seus medos mais íntimos, suas inseguranças e, muito freqüentemente, pelo seu potencial para o sucesso. A equipe está lá para apoiar você na manifestação de seus sonhos enquanto você caminha para uma grande consciência de si mesmo, permitindo, assim, sua contribuição única para o mundo.

O *Life Education Program* consiste de 4 módulos básicos: Dons de Vida, Processo, Poder e Dinâmicas de Grupo.

Para mais informações sobre o LEP vá ao www.cwg.org e clique em “*Retreats & Education*”.

A última palavra do Passo Seis

Se você realmente, realmente deseja se tornar um Facilitador Espiritual, vai ter que se revelar. Nada mais de se esconder, nada mais de colocar sua luz na obscuridade. Você precisa escolher ser conhecido, e escolher ser livre.

As Novas Revelações, um livro de diálogos extraordinário da série CcD (por sinal, se você não o leu, é uma obrigação), diz:

Tudo o que você pensa, diz e faz é uma mensagem. Sua vida toda é seu ensinamento. Se você pensasse que outras pessoas, amanhã, andariam no caminho que você faz hoje, você tomaria o mesmo caminho?

Você pode achar que as pessoas não olham para você, mas elas olham. Mais pessoas do que você conhece. Na verdade, cada pessoa cuja vida você toca é tocada pelo seu exemplo.

Você está dando a elas informações sobre a vida. Você está dizendo a elas como a vida é, como as coisas funcionam, como as coisas são, e elas vão imitar você, copiar você, elas levarão suas informações para seus mundos e as tornarão parte de suas próprias vidas...

Tudo começa com você.

Capítulo 7

O sétimo passo para nos tornarmos um facilitador espiritual é:

7. Comprometermo-nos a ser líderes e esquecer o resultado

Este é outro grande passo, porque este passo não apenas nos traz a *atenção* do mundo como um todo (Passo Seis), mas nos lança à posição de *líder* no mundo como um todo. Este é diferente de todos os outros passos, porque agora não estamos simplesmente falando sobre encontrar companheiros de jornada, nem simplesmente afirmando que aqueles que não estão na jornada irão nos ver e saber que estamos lá – estamos falando agora sobre escolher liderar a jornada, *mostrar o caminho*.

É sobre esquecer resultados e caminhar para uma nova experiência de você mesmo, na qual a experiência *em si* é o resultado. É sobre liderar o caminho, mostrando o caminho, e mostrar o caminho, liderando o caminho. É sobre um círculo completo, e fazer que tudo se torne um.

Um Facilitador Espiritual é sempre um líder, mostra o caminho aos outros, lembra aos outros quem eles realmente são, leva os outros de volta a si mesmos.

Você ouviu isso? Você compreendeu as implicações disso?

Por favor, não fique ofendido com essas perguntas. Todos os dias tenho que agir como se nunca tivesse ouvido isso. Todos os dias procuro trazer a mim uma nova compreensão sobre o que tudo isso significa. Algumas vezes, posso ouvir alguma coisa e não “escutá-la”, entendeu? E algumas vezes tenho que dizer a mesma coisa muitas e muitas vezes para mim mesmo para parar com o entrar por um ouvido e sair pelo outro. Ouvi tantas vezes que é como se nunca tivesse ouvido nada. Então tenho que olhar para aquilo como se fosse completamente novo.

Assim, às vezes, é como se eu estivesse me repetindo, mas isso não é de todo mau. Pois me dá a chance de ouvir a mesma coisa muitas e muitas vezes, e eu a ouço como se fosse “completamente nova”.

Assim, deixe-me perguntar outra vez, *você ouviu isso?*

O que EU DISSE foi... **um Facilitador Espiritual é sempre um líder, mostra o caminho aos outros, lembra aos outros quem eles realmente são, leva os outros de volta a si mesmos.**

A implicação disso é enorme. Porque se você vir e acolher isso, e aceitar tudo, não apenas intelectualmente, você se descobrirá assumindo a responsabilidade da liderança de maneira que pode nunca ter imaginado antes.

Esta coisa chamada liderança

Vamos dar uma olhada no que eu quero dizer com o termo “liderança”.

Neste planeta há dois tipos: liderança mundana e liderança espiritual. Eu estou falando aqui sobre *liderança espiritual*.

Ah, de repente tudo fica claro! Agora *todos nós podemos nos tornar um líder*.

Mesmo que a *liderança espiritual* esteja num nível muito mais difícil, muito mais desafiador, do que a liderança mundana, também é muito fácil. Isto porque *todo mundo pode caminhar para isso*, sem a necessidade de nenhuma habilidade física ou psicológica.

Você não precisa ser um bom orador. Você não tem que ser um bom organizador. Você não precisa adorar ser o centro das atenções ou a “alma da festa”.

Você pode ser tímido ou embaraçado, de personalidade recatada ou tranqüila. Isto não quer dizer que não se tornará conhecido como Quem Você É. Não significa que você não vai se identificar. Você vai. Você seguirá o Passo Um e o Passo Seis (“Apresentarmo-nos uns aos outros”, “Comprometermo-nos a ser conhecidos, comprometermo-nos a ser livres”). Mas, você o fará do seu próprio jeito, com o seu estilo particular, da sua maneira.

Sim, você pode obter algumas habilidades da liderança mundana. Pode aprender um pouco sobre apresentações públicas. Pode explorar mais profundamente o material da Nova Espiritualidade e aprender como apresentar esse material clara e efetivamente.

Você pode obter algumas habilidades de instrutor e aprender sobre os modos de você ajudar os outros mais profundamente, enquanto eles experimentam desafios pessoais. Mas você não vai ser solicitado, ou mesmo convidado, a mudar sua personalidade, a se tornar algo que não é. Na verdade, exatamente o contrário acontecerá. Você será convidado a se tornar algo que você é.

Sua identidade verdadeira.

Liderança espiritual significa adotar a sua Identidade Verdadeira. Significa saber Quem Você É e reivindicar isso. É viver no espaço da consciência superior de sua alma.

Liderança Espiritual significa mostrar o caminho sendo o caminho (“Eu sou o caminho, a verdade e a vida. Sigam-me.”). É sobre assumir uma nova posição. Como um ator, tanto no palco como em filmes, por muitos anos, estou familiarizado com a frase que é usada para descrever a pessoa que assume a posição de líder em uma produção. Quando eu assumo essa posição, dizem que sou o “jogador central”.

William Shakespeare disse, “O mundo é um palco, e as pessoas os atores”. Liderança Espiritual significa compreender isso e ser o “jogador central”.

Todos nós podemos fazer isso. Não exige nenhuma preparação especial. Todos nós viemos igualmente preparados, igualmente equipados, igualmente capazes. Saiba você disso ou não, acredite você nisso ou não, experimente você isso ou não, você está, **nesta etapa da sua vida**, pronto para assumir a posição de líder.

(NT – aqui, o autor pede que a parte final da última frase seja lida outra vez para que não se tenha perdido o duplo sentido; isto porque a frase em inglês é “**At this stage of your live**”, e a palavra **stage** pode significar **palco** ou **etapa**) A primeira coisa que você faz quando chega neste Teatro Chamado Vida é o que todos os atores fazem – a maquiagem. Você coloca no rosto o que você escolhe que as pessoas vejam, e é importante que você compreenda que está *fazendo de conta*.

No entanto, há uma diferença entre o Teatro da Vida e o teatro da sua comunidade local. Como um comediante observou há muito tempo atrás: “A vida não é um ensaio geral”.

Isso não quer dizer que você não tenha tempo de praticar. Você pratica. Quer dizer apenas que você está praticando *na frente de uma platéia*.

Não existe um ator no mundo que não pratique sua arte na frente de uma platéia. Atores costumam fazer isso. Eles experimentam, improvisam, tentam

algo novo, e se arriscam para ver até onde podem chegar e quão longe podem ir com o personagem.

Eles aprendem a arte de cometer “erros” na frente da platéia e não ficam intimidados ou embaraçados por isso. Quando eles não gostam da maneira que estiveram em uma determinada atuação, examinam o que fizeram de errado e fazem modificações para a próxima vez que forem fazer aquelas cenas. Não há “culpa”, não há recriminação, não há vergonha e não há castigo. Há o espetáculo, o espetáculo, e somente o espetáculo.

Atores vivem para O Espetáculo.

O maior espetáculo que já existiu.

É o mundo encantado do circo, e a sua vida é O Maior Espetáculo da Terra.

O seu “ato” é um ato de autodefinição. A cada dia você está se definindo, escolhendo quem você deseja ser e se criando desse jeito.

Quando você se torna um líder espiritual, está escolhendo subir mais um degrau desse processo. Está escolhendo perceber como criou a si mesmo, e *se recriar novamente*, em cada momento precioso do *Agora*, *na mais grandiosa versão da maior visão que já teve sobre Quem Você É*.

Isso convida você a um questionamento constante sobre a pergunta mais importante já feita por alguém que está interessado em transformação pessoal: *O que o amor faria agora?*

Então, convida você a viver a resposta.

Algumas maneiras práticas de dar o Passo Sete

Dar o sétimo passo para ser um facilitador espiritual é tão simples como o A-B-C.

A. Adote uma prática espiritual. É muito difícil tornar-se um líder espiritual se você não tem uma prática espiritual. Discutiremos o que significa “ter uma prática espiritual”.

B. Mostre e diga. Liderança espiritual significa que você escolhe mostrar aos outros o caminho para *ser* o caminho para uma nova e maravilhosa vida. Significa que você cria a mudança sendo a mudança que você deseja ver no seu mundo.

C. Abandone a necessidade ou exigência de “resultados”. A missão espiritual de muitas pessoas naufraga em esperanças não concretizadas, expectativas, auto-exigências ou resultados.

Agora, vamos ver como você pode fazer isso.

Eu acredito que qualquer pessoa que procure, ardente e sinceramente, se tornar um Facilitador Espiritual precisa, primeiro, se tornar um líder espiritual. Isto quer dizer que ela deve se comprometer em seu próprio trabalho interior, em seu próprio desenvolvimento espiritual, em “acabar seus negócios inacabados”, como costuma dizer minha fantástica amiga Dr. Elisabeth Kübler-Ross, para que possa *liderar o caminho*, mostrando aos outros os caminhos de saída da escuridão e desespero, tristeza e tumulto, raiva e conflito.

Com o compromisso no próprio crescimento pessoal e espiritual quase sempre vem a decisão de adotar uma prática espiritual em particular. Às vezes duas. Às vezes até mais.

O que quero dizer com “prática espiritual”? Bem, rezar é uma prática espiritual. Meditar é uma prática espiritual. Algumas atividades físicas, rotinas e disciplinas podem compor uma prática espiritual. Devoção é uma prática espiritual. Trabalho é uma prática espiritual. Sem dúvida, mesmo ler pode ser uma prática espiritual.

Eu recomendo, de certa forma, todas as práticas acima. Eu desejo que um pouco de cada uma dessas atividades possa estar presente na vida das pessoas.

Neste livro específico, recomendei um grande número de livros excelentes, que espero que você leia. Espero que você reserve um tempo diariamente para nutrir e expandir sua mente.

Eu espero que você comece (se ainda não começou) algum tipo de disciplina física regular, ou um programa de exercícios. Pode ser loga. Pode ser tai chi. Pode ser 40 minutos diários na academia, ou 20 minutos de caminhada todas as noites após o jantar, ou 15 minutos numa esteira pela manhã e à noite. Mas, *mantenha seu corpo em movimento*.

Eu espero que você tenha um tempo todos os dias para se conectar com sua alma. Pode ser uma meditação pela manhã e à noite, rezar regularmente, cantar, tocar ou dançar músicas sagradas. Pode ser qualquer uma de uma quantidade de coisas, mas seja o que for, que aconteça regularmente, e com algum tipo de programação.

Eu espero que você faça um esforço para balancear sua alimentação (se ainda não fez isso). Espero que você se alimente de forma saudável, reduza comidas que simplesmente não são boas para você, e coloque alguma disciplina no seu consumo alimentar.

Eu espero que você permita que qualquer vício pessoal que não é bom para sua saúde, ou seu crescimento pessoal ou espiritual, desapareça. Isso incluiria fumo, bebida alcoólica em excesso e uso de drogas.

Espero que você crie o Meio de Vida Correto e seja um daqueles de quem é dito, “ele escolheu viver, em vez de sobreviver”.

Eu espero que em cada semana de sua vida você encontre meios de experimentar a devoção espiritual. Isto é, uma expressão profunda de amor pela vida e por Deus, à medida que compreende melhor o que Deus é, de um modo que expresse suas qualidades religiosas puras. Essas qualidades, ou energias, são curativas. Elas levam embora a raiva. Curam ressentimentos. Elas resolvem problemas digestivos e físicos.

Com que uma atividade religiosa “se parece”? Bem, pode ser uma simples oração de agradecimento por uma refeição. Pode ser ir à igreja, sinagoga ou mosteiro, uma vez por semana. Pode ser criar um altar pessoal em sua casa, no qual você coloque fotografias ou lembranças de mestres ou mensageiros que inspiraram você particularmente, assim como flores, velas, objetos preciosos, até pedras, ramos ou itens variados que tenham algum significado pessoal para você.

Talvez você pare nesse altar uma vez por dia, ou uma vez por semana, e simplesmente contemple com tranquilidade o sentido e o sentimento que caracterizam tudo o que você colocou lá. Talvez você se permita silenciar, na sua maneira pessoal, expressar gratidão por aqueles mestres e mensageiros – e pela *vida em si* (o que significa, é claro, por Deus), por tudo o que você tem, tudo o que você é e tudo o que você ainda será.

Mais sugestões práticas

Se você estiver comprometido em se tornar um líder espiritual, você se verá criando, todos os dias, oportunidades para expressar e experimentar esse aspecto do seu ser. De fato, você logo verá todos os momentos como oportunidades para fazer isso. Você não mais verá tais oportunidades escaparem por falhar em reconhecê-las.

Pratique isso hoje. Escolha pelo menos três momentos hoje e decida previamente que você vai usá-los para “mostrar e dizer”, expressar e experimentar a si mesmo como um líder espiritual. Não se preocupe que isso possa constituir arrogância de sua parte. O universo compreende muito bem o que você está tentando fazer. Você não será castigado pela vida por isso. Na verdade, todos os anjos em todos os céus irão se alegrar.

No entanto, não seja vítima da noção equivocada de que mostrar uma liderança espiritual numa situação particular significa “corrigir” as idéias ou comportamentos dos outros. “Mostrar e dizer” não significa você dizer a outras pessoas o que elas estão fazendo errado e mostrar a elas como fazer certo. “Mostrar e dizer” significa mostrar às outras pessoas Quem Você Realmente É, e dizer a elas quem *elas realmente são*.

Certamente, mostramos às pessoas quem somos nós todos os minutos de todos os dias, com tudo que pensamos, dizemos e fazemos. O compromisso de se tornar um líder espiritual significa simplesmente que nós o fazemos *deliberadamente*. Quer dizer que nós o fazemos com um pensamento em nossa mente, à frente do tempo, de Quem Nós Escolhemos Ser. Ser um líder espiritual significa pegar o pensamento *mais elevado* que temos sobre isso, num determinado momento, e vivê-lo. E significa pegar o pensamento mais elevado que tivemos sobre os outros algum dia e falar com eles sobre esse pensamento, convidando-os a tornarem esse pensamento real em suas experiências.

Líderes espirituais são pessoas que *guiam*. Eles guiam os outros de volta a si mesmos, devolvendo a todos cuja vida tocam a mais maravilhosa idéia que usaram ter sobre si mesmos.

Todos têm uma idéia sobre si mesmo. Para muitas pessoas, essa idéia veio da substituição de suas percepções originais pelo que elas passaram a pensar sobre si mesmas à medida que o tempo passava. Raramente esse pensamento é tão elevado quanto a percepção original.

O seu trabalho como um líder espiritual será levar as pessoas de volta à sua percepção original do quanto elas são maravilhosas. É simples assim. Isto é o que o CcD quer dizer quando fala sobre “levar as pessoas de volta a si mesmas”.

Mas, aqui está um aviso importante. Para fazer isso, você terá que voltar à sua *própria* percepção original do quanto *você* é maravilhoso.

Você não pode ver nada no outro que não veja em você. Na verdade, *tudo* o que você vê no outro é o que você vê em você mesmo (Isto se dá porque não há o “outro”, apenas individualizações infinitas de si mesmo.).

Agora, eis aqui algumas novidades surpreendentes. *Não importa quem você é. Você é um líder espiritual.*

Você está guiando o espírito de todos cuja vida você toca *em algum lugar*.

Não é uma questão de se você está guiando o espírito do outro, mas *para onde*.

...e essa escolha é sua.

Tornando a escolha real

Agora, enquanto você segue na sua vida diária, pergunte a si mesmo nos momentos críticos de suas relações pessoais, “O que eu pensaria neste exato momento se eu visse meus pensamentos guiando o espírito dessa pessoa para o lugar mais elevado que ele pode ir? O que eu diria agora se eu visse minhas

palavras guiando o espírito dessa pessoa para o lugar mais elevado que ele pode ir?

Mas, de modo a guiar outra pessoa para o seu lugar mais elevado, você precisa estar no seu lugar mais elevado. Você deve estar “vindo do” seu ser superior. Diga, então, nesses momentos: *Ser Superior, guie-me agora em todos os meus pensamentos, palavras e atos.*

Escolha esses pensamentos, palavras e atos, e torne suas escolhas reais, demonstrando-as em sua vida.

Pratique isso como uma Meditação de Parada. Observe-se mais de perto. Olhe para você enquanto passa o seu dia, experimentando suas interações com os outros. Mesmo que isso não seja aparentemente óbvio, acredite que terá uma sensação interior quando um momento particular, ou encontro, for significativo. Nesse momento de grande consciência, simplesmente pare. Pare o que estiver fazendo, dizendo ou pensando. Pare, mesmo que por apenas um momento (de fato, é o tempo que você precisa parar) e faça a si mesmo a Questão Trina:

O que eu pensaria neste momento, o que eu diria neste momento, o que eu faria neste momento, se eu visse meus pensamentos, palavras e ações guiando o espírito dessa pessoa para o lugar mais elevado que ele pode ir?

Você não precisa tornar isso uma tarefa árdua. Você pode fazer isso silenciosamente, rapidamente. Depois de algum tempo, se tornará a sua segunda natureza.

Algumas idéias práticas finais

A parte mais crucial desse processo é abandonar qualquer necessidade de resultados. Esqueça o resultado.

Você vai considerar muito difícil agir assim, se acreditar que está fazendo o que está fazendo para produzir um resultado. Este não é o motivo de você estar fazendo isso, nem é o motivo de você fazer qualquer coisa, mas, certamente, pode parecer que é.

CcD diz que a única razão para os seres humanos fazerem qualquer coisa é ter uma experiência direta de Quem Eles São. O interessante é que a maioria das pessoas não sabe disso. Ou seja, a maioria das pessoas não examina seus motivos mais íntimos. A consequência é que elas acreditam fazer o que fazem por outras razões. Ou, algumas vezes, elas nem mesmo *sabem* as razões, andam de um lado para o outro se perguntando, “mas, por que eu fiz aquilo?”.

O propósito de todo “fazer” é “ser”. NÓS fazemos o que fazemos para nos experimentarmos fazendo o que estamos fazendo. Não há nenhuma outra razão para fazermos qualquer coisa, e, na verdade, ninguém *faz* nada por qualquer outro motivo.

Algumas pessoas acham difícil admitir isso porque elas ouviram que esse motivo é egoísta, e elas querem que suas razões sejam altruístas.

Assim, elas seguem fazendo o que fazem por motivos exteriores a elas. Elas chamam essas razões de *resultados*, ou *conseqüências*. Elas colocam o propósito do seu “fazer” fora delas, freqüentemente se convencendo que não tem nada a ver com elas.

Isto é uma impossibilidade espiritual e uma mentira intelectual, mas, apesar disso, é um conceito mental que 95% da raça humana emprega. Para ser justo, elas não *sabem* que é um conceito. Acreditam que é verdade – pois foi isso que aprenderam.

Assim, as pessoas seguem fazendo isso e aquilo, fazendo isso e aquilo, e tudo o que elas conseguem é uma grande pilha de “faz-faz”.

Se elas investem em resultados exteriores, se elas precisam do seu “fazer” para produzir um resultado particular em seu mundo, e se isso não acontece satisfatoriamente (a propósito, raramente acontece), elas se “apagam” – desapontadas, desiludidas, descontentes e desconectadas.

Apenas a pessoa que faz o que faz pela profunda satisfação interior de simplesmente *tê-lo feito* pode evitar tal “apagamento”. Essa profunda satisfação interior é o sentimento que vem de cumprirmos o que viemos cumprir aqui – que é saber quem nós verdadeiramente somos *em nossa experiência*.

Esta é a nossa pura intenção de vir para o corpo: usar o corpo como uma ferramenta, e tudo na vida também, na criação, expressão e experimentação de Quem Nós Realmente Somos. Este é o nosso verdadeiro motivo, mas a maioria das pessoas, por não entender isso, mantém seus verdadeiros motivos escondidos de si próprias. Elas realmente acreditam que fazem o que fazem por alguém mais.

Esta falsa idéia é a causa de todo ressentimento.

Mestres nunca sentem ressentimento porque eles sabem que nunca fizeram nada para ninguém, exceto para si mesmos.

Eis aqui algumas notícias surpreendentes:

Motivos altruístas são impossíveis. Tudo o que você faz, faz para você. *E é assim que deve ser. É o que foi programado para ser.*

Eu sei que essa idéia viola tudo o que a maioria de nós ouviu, mas ela é, no entanto, a ordem natural das coisas.

O auto-interesse é o *único* interesse. Isto porque o propósito da vida é a auto-realização. É nos recriarmos novamente na mais grandiosa versão da maior visão que já tivemos sobre quem somos nós. É saber quem somos em nossa própria experiência. Nós somos Deus, “se experimentando”. Deus procura se conhecer através de nós. Pois a Vida é a manifestação física de Deus. Realmente não há mistério sobre isso. O único mistério real é, *como você define o “ser”?*

Ah... é aqui que Mestres e discípulos se separam no caminho. Os Mestres definem o Ser de um modo, todos os demais definem de outro.

Líderes espirituais observam como os Mestres definem o Ser e começam a modificar não apenas seus comportamentos, *mas a razão para eles*, como resultado dessa consciência expandida.

A razão para sua liderança muda.

A última palavra do Passo Sete

Você está agora caminhando através do processo dessas mudanças. Está expandindo sua consciência e alterando sua *raison d'être* (NT - razão de ser). O simples fato de você estar lendo este livro é um indicativo disso. O simples fato de você *compreendê-lo* é a evidência de que você elevou sua consciência para um novo nível.

Este é o único resultado que importa.

Mas a beleza e o milagre desse processo (que é chamado, a propósito, evolução) é que à medida que você muda as razões para seus comportamentos, seus próprios comportamentos, com a intenção de produzir um resultado interior, produz um resultado exterior também. Em resumo, o mundo é um lugar melhor por você estar aqui.

Mestres nunca se preocupam com resultados exteriores, mesmo assim produzem resultados exteriores que impressionam o resto de nós.

Os comportamentos dos alunos iniciantes na jornada da vida são todos direcionados para assegurar a sobrevivência. O Mestre sabe que a sobrevivência está sempre assegurada, e é isso que dá abertura ao Mestre de procurar uma razão mais elevada para seus comportamentos.

Como um estudante, então, saiba disso: A sobrevivência eterna é um presente, é uma garantia, é a realidade das coisas. Esta consciência permitirá que você ande pelo mundo com uma série de prioridades completamente diferentes, declarando uma série de verdades completamente diferentes, criando uma série de experiências completamente diferentes, e aparecer funcionando dentro de uma realidade completamente diferente.

É possível alcançar uma nova *razão de ser* nesta vida. A maneira mais rápida de chegar a isso é guiar outras pessoas para isso. É isso que líderes espirituais fazem. Isso é o que significa ser um Facilitador Espiritual.

Agora, se os outros chegarão lá ou não é outro problema. Seja a mudança que você quer ver no mundo. Não fique desencorajado (e “pelo amor de Deus”, não *pare*) se os outros não mudarem como você mudou, não virem o que você viu, não se tornarem o que você se tornou.

Caminhe na verdade, no amor e na luz. Então, deixe que cada pessoa vá pelo seu próprio caminho. Diga, “Eu sou o caminho, a verdade e a vida. Sigam-me.”. Então, continue caminhando, independentemente deles seguirem você ou não.

Capítulo Oito

O oitavo passo para nos tornarmos um facilitador espiritual é:

8. LIDARMOS COM O DESAPONTAMENTO E REDEFINIRMOS O FRACASSO

Este é um outro grande passo, porque nos permite manter o movimento, manter o movimento, sempre manter o movimento, a despeito de toda evidência de que nosso movimento não está nos levando a lugar nenhum; manter a transformação, manter a transformação, sempre manter a transformação, a despeito de toda evidência de que nada está mudando; manter o crescimento, manter o crescimento, sempre manter o crescimento, a despeito de toda evidência de que não estamos crescendo, mas morrendo.

Um Facilitador Espiritual é alguém que compreende que todo crescimento parece, de alguma forma, com a morte, e essa morte é, de fato, o maior sinal de crescimento.

Você ouviu isso? Você compreendeu as implicações disso?

Por favor, não fique ofendido com essas perguntas. Todos os dias tenho que agir como se nunca tivesse ouvido isso. Todos os dias procuro trazer a mim uma nova compreensão sobre o que tudo isso significa. Algumas vezes, posso ouvir alguma coisa e não “escutá-la”, entendeu? E algumas vezes tenho que dizer a mesma coisa muitas e muitas vezes para mim mesmo para parar com o entrar por um ouvido e sair pelo outro. Ouvi tantas vezes que é como se nunca tivesse ouvido nada. Então tenho que olhar para aquilo como se fosse completamente novo.

Assim, às vezes, é como se eu estivesse me repetindo, mas isso não é de todo mau. Pois me dá a chance de ouvir a mesma coisa muitas e muitas vezes, e eu a ouço como se fosse “completamente nova”.

Assim, deixe-me perguntar outra vez, *você ouviu isso?*

O que EU DISSE foi... **a morte é o maior sinal de crescimento.**

A implicação disso é enorme. Porque se você vir e acolher isso, e aceitar tudo, não apenas intelectualmente, você se descobrirá encarando desapontamentos, obstáculos, e até mesmo o fim da sua vida de maneiras que o impressionarão – e curarão o mundo. E isto é, certamente, o que Facilitadores Espirituais fazem. Facilitadores Espirituais ajudam a curar o mundo.

Compreendendo o desapontamento e a morte

O desapontamento é o vício do novato. O Mestre compreende que o sentimento que os outros chamam “desapontamento” é simplesmente um sinal da alma de que ela tomou para si uma correção de curso, conduzindo-nos de volta exatamente para onde nós desejamos ir.

Essa é a mais surpreendente informação que a maioria das pessoas já recebeu, então, vou repeti-la aqui. Eu quero que você realmente compreenda isso, realmente absorva isso. Na verdade, quero que você escreva isso com letras grandes numa folha de papel separada e a coloque na porta da geladeira.

O Mestre compreende que o sentimento que os outros chamam “desapontamento” é simplesmente um sinal da alma de que ela tomou para si

uma correção de curso, conduzindo-nos de volta exatamente para onde nós desejamos ir.

Essa compreensão pode mudar tudo. Essa sabedoria particular, esse *insight* especial, pode mover a consciência de qualquer indivíduo para o nível de Maestria em minutos.

Você precisa entender que você é um ser trino, composto de corpo, mente e espírito. É o seu espírito – que você chama de sua alma – que tem o plano. Sua mente e seu corpo são apenas as ferramentas de sua alma.

Seu corpo não é você, é algo que você tem. Sua mente não é quem você é, ela é quem você pensa que é. Seu corpo, mente e *alma* são quem você é, e, como em tudo, *o Todo é maior que a soma de suas partes.*

Quando você segue o plano da alma, que é o único Plano Verdadeiro, em vez do falso plano do corpo ou da mente, dá seu primeiro passo no caminho para a maestria. Para muitos, *isso parecerá a morte.*

Você parar de servir o plano de seu corpo (desejos físicos e vícios) e parar de servir o plano de sua mente (conceitos mentais e zonas de conforto) parecerá o fim de sua vida. Isto porque *a sua vida foi centrada nesses vícios e conceitos.*

Quando você adota o plano de sua alma, parece por um momento como se você estivesse deixando seu corpo e sua mente para trás – e esta é *exatamente a sensação que você tem no momento de sua morte.* Então isso parecerá a morte para você. Porém, não será morte, mas vida, e vida como você nunca soube que poderia viver. Você viverá a vida e a viverá mais plenamente. Você a viverá de uma nova maneira.

A propósito, é exatamente o que acontece no momento de sua morte física. Também não será morte, mas vida, e vida como você nunca soube que poderia viver. Você viverá a vida e a viverá mais plenamente. Você a viverá de uma nova maneira.

Quando uma pessoa (ou *alguma coisa*) “morre”, ela realmente nasceu novamente em uma nova vida. A morte é um portal desta vida para a próxima, e toda morte é um nascimento. Isto é verdade para tudo, desde a morte das maiores estrelas do céu até a morte das menores células da terra. O cosmos está executando um processo idêntico para todos os níveis de sua expressão.

Não existe, na verdade, algo como a morte, há apenas o Ciclo da Vida, apresentando-se de maneiras diferentes. Assim, a morte é o maior sinal de crescimento. Regozije-se, e fique feliz, pela morte do que um dia existiu, pois aquilo que se origina nela a ultrapassará, tornando-se o que nunca poderia se tornar em sua forma atual.

Então, preciso repetir uma vez mais... quando você adota o plano de sua alma, parece por um momento como se você estivesse deixando seu corpo e sua mente para trás. Porém, não será morte, mas vida, e vida como você nunca soube que poderia viver.

Você viverá a vida e a viverá mais plenamente. Você a viverá de uma nova maneira.

Essa vida, e sua nova maneira de vivê-la, representa (isto é, RE-PRESENTA... ou se apresenta OUTRA VEZ) Quem Você Realmente É – e sua alma sabe disso. Então, a alma diz, “Eu sou o caminho e a vida. *Siga-me.*”.

CcD coloca isso incisivamente: “Siga com a alma.”.

Mas, você achará muito difícil seguir com a alma, e vai querer prestar muito mais atenção ao plano do corpo ou da mente, se você não acolher a definição da alma sobre “fracasso”.

Aqui está a definição da alma sobre fracasso:

Fracasso é aquilo que não é.

Isto é difícil para a mente acreditar e o corpo expressar. Nossa experiência de mundo nos ensina de outro jeito. Somos chamados, então, para “não julgar pelas aparências”. Este é o caminho do buscador espiritual. É função do líder espiritual nos mostrar esse caminho. É o que um Facilitador Espiritual faz. É por isso que este é o oitavo passo para nos tornarmos um Facilitador Espiritual. É um passo importante. Na verdade, é um passo crucial.

Algumas maneiras práticas de dar o Passo Oito

Dar o oitavo passo para ser um facilitador espiritual é tão simples como o A-B-C.

A. Veja sentimentos e emoções pelo que são. Essas não são coisas que não podemos controlar.

B. Use os sentimentos como ferramentas criativas. A maioria das pessoas as usa como agentes reativos.

C. Entre na Ilusão do Fracasso. Não procure evitar o fracasso, mas acolhê-lo pelo que é.

Agora vamos ver como você pode fazer isso.

Sentimentos são coisas que você está inventando.

O dia em que você entender isso será o dia em que sua vida mudará.

Conversando com Deus diz que “sentimentos são a linguagem da alma”. Isso levou muitas pessoas a pensar que os sentimentos são a maneira como nossa alma está tentando se comunicar conosco. Nisso, elas confundiram tudo.

Sentimentos não são as ferramentas de **comunicação** da alma, sentimentos são as ferramentas de **criação** da alma.

Uáu. Agora HÁ alguma coisa importante. Existe uma coisa para você se lembrar sempre. Pare de olhar para seus sentimentos para ver o que pensa que sua alma está tentando dizer a você, e comece a olhar seus sentimentos para ver o que você está criando no momento. Então, se você não gostar do que está criando, *escolha outra vez*. Faça isso mudando o que está *sentindo*.

Agora, espere um minuto, você pode dizer, como posso mudar o que estou sentindo? Eu estou sentindo o que estou sentindo! Como posso mudar isso? Você quer dizer, apenas ignorar? Deixar de lado?

Sublimar meus sentimentos? Reprimir meus sentimentos?

Não. Não quero dizer nada disso. Quero dizer, *mude* seus sentimentos, um de cada vez. Não os reprima, não os sublime, não os deixe simplesmente de lado.

Na verdade, faça exatamente o contrário. Penetre na sua totalidade. À medida que faz isso, irá descobrir que esses sentimentos não são *Quem Você Realmente É*. Você lembrará que seus sentimentos são apenas *coisas que você está inventando*. **E**, mais importante, você lembrará **POR QUE** os está inventando!

Você está inventando seus sentimentos para que possa ativar os padrões de energia que são requeridos para produzir a experiência do Ser na forma física que sua alma escolheu experimentar.

Sentimentos são energias. Nada mais, nada menos. Eles são campos de energia, e você pode *senti-los*. Por isso eles são chamados sentimentos. Eles são manifestações físicas. Eles criam outras manifestações físicas no mundo físico.

Há tanto há dizer sobre esse assunto e este pequeno livro não pode, de jeito nenhum, ser a explicação completa desse tema. Por favor, permita ser

suficiente eu comentar o que há para você lembrar que pode mudar tudo em sua vida. E se tornar-se um Facilitador Espiritual é verdadeiramente o que deseja fazer, você precisa, definitivamente, ler cada palavra que há para ler sobre esse assunto.

Você pode começar com a maravilhosa explicação sobre isso encontrada nos Capítulos 25-28 de *What God Wants*. Se já leu esse livro, volte e releia esses capítulos. Eles são mais bem absorvidos na segunda vez. Eles podem abrir para você uma porta para o resto de sua vida.

Então, leia, sem sombra de dúvidas, *Ask and It Is Given*, de Jerry e Esther Hicks, assim como *O Poder do Pensamento Positivo*, do Reverendo Dr. Norman Vincent Peale.

Finalmente, para aprender um modo prático, que implica numa participação ativa sua, para lidar com seus sentimentos e mudá-los, leia imediatamente *The Sedona Method*, um livro extraordinário de Hale Dwoskin.

Neste livro, Hale explica numa linguagem muito clara como você pode liberar quaisquer sentimentos não desejados, que podem estar incomodando você de vez em quando, e conquistar, assim, sua liberdade emocional.

Para mim, liberdade emocional não significa que você está livre de sentimentos. Significa, sim, que você não terá sentimentos, mas que você terá os *sentimentos que escolher..*

Desde que os sentimentos são as ferramentas de criação da alma, isso não é um assunto sem importância. Quando você *escolhe* conscientemente os sentimentos que tem, você se torna o mestre do seu próprio destino, já que sua experiência interior agora é o que você *diz* que é, não importando o que está acontecendo fora de você.

Você se lembra de como falamos, num capítulo anterior, que a intenção e o propósito de nossa alma não tem nada a ver com resultados externos? Tudo isso agora chega junto!

Muito do que eu estou agora compartilhando com vocês é mostrado experimentalmente no retiro *Being It (Sendo)* criado e apresentado pela Conversations with God Foundation (Fundação Conversando com Deus).

Matizes disso foram encontrados em Treinamentos recentes criados por Werner Erhard.

Muito disso foi aprimorado e expandido no Treinamento Avatar, no Treinamento do Monge Guerreiro e no Sedona Method (que é um treinamento *online* e também um livro).

A verdade é a verdade, não importando qual é a fonte, e esses e outros programas capturaram a essência dessa verdade e a divulgaram de modo que pudesse ser compreendida e *experimentada* por pessoas comuns, sem longos anos de treinamentos esotéricos.

Mais sugestões práticas

Assim, veja o sentimento e a emoção pelo que são. Faça um exame minucioso sobre a diferença entre “sentimento” e “emoção”, como é apresentado no material CcD. Então, use essas ferramentas no ato de pura criação.

No momento em que você sentir que gostaria de criar alguma coisa em seu mundo exterior, para que possa conhecer e experimentar Quem Você Realmente É interiormente (lembre-se, você está usando seu mundo exterior como uma ferramenta para o propósito de uma experiência interior), decida sentir-se da maneira que você se sentiria se essa experiência fosse sua realidade.

Lembre-se, *não fará diferença* se *É* realmente sua realidade exterior. (Isso é o que significa quando dizemos que resultados exteriores ou conseqüências não são o assunto principal.). Tudo o que importa é se você conseguiu *sentir* os *sentimentos* que combinam com tal experiência exterior. Se conseguiu, você terá tido a experiência interior de Quem Você Realmente *É* em relação à outra pessoa, lugar ou coisa – e isso é tudo que a sua alma procura.

Mas – e mais uma vez aqui está o milagre do processo – o fato de ter esses sentimentos ativa um campo de energia física muito real que é capaz de produzir manifestações e conseqüências em seu mundo exterior.

Então, comece a usar os sentimentos *criativamente* em vez de *reativamente*. A maioria das pessoas experimenta sentimentos como algo que elas estão tendo *como reação* a alguma coisa.

Este é um convite para você experimentar sentimentos como algo que você está tendo *como criação* de alguma coisa.

Como você pode “ter” um sentimento que não é uma reação? Simples. Apenas faça com que ele apareça.

Você pode fazer aparecer *qualquer sentimento que deseje* em *qualquer momento que escolha*.

Isto não é algo inteiramente familiar ou compreendido. Não é totalmente aceito. Quando for, o mundo mudará. Quando for para você, você mudará.

Mude seus sentimentos, mude sua vida.

Vamos deixar que esse seja o nosso lema de hoje.

Use os sentimentos criativamente, escolhendo sentir como você sabe que se sentiria se o que você quer que aconteça tivesse acontecido. Você pode fazer isso de muitas maneiras, incluindo visualização da experiência desejada, e também pela aceitação do que é.

O poder da aceitação como uma ferramenta criativa não é amplamente compreendido, mas não pode ser superestimado. CcD diz, “Aquilo a que você resiste persiste”. Então, não resista ao “que é”, mas aceite e acolha o que é como a maior benção de sua vida. Não vá contra o que é, mas caminhe *com o que é* para a sua próxima grande idéia.

Use o que é como um carro que leva você para o que você escolhe. Nunca veja o que é como um obstáculo, mas, sempre, como uma ponte.

Lembre-se sempre disso: *O que É é uma PONTE*.

Sim? Isso não é o máximo?

Agora, seja firme e leia todos aqueles livros que eu mencionei, e não fique amedrontado. A leitura adicional que eu sugeri aqui vai demorar uns dias ou semanas, e pode mudar sua vida inteira. Faça o investimento.

Faça.

Algumas idéias práticas finais

Sem dúvida, parecerá para você, em alguns momentos, que você não pode “fazê-lo”. Ou que você tentou fazer e fracassou.

Por favor, chegue a uma compreensão total da verdade de que *o fracasso é uma ilusão*. Vou pedir para você, por favor, estudar muito cuidadosamente as Dez Ilusões dos Humanos, encontradas no livro *Comunhão com Deus*. Ele explica melhor para você, do que eu poderia fazer aqui neste pequeno livro, o que significa a Ilusão do Fracasso, e como usá-la para criar a experiência de Ser que você escolher.

À medida que você realiza seu estudo, saiba isso: Todo cientista entra no laboratório desejando o fracasso. Pois os cientistas sabem que o que outras

peças chamam de “fracasso” nada mais é do que o sucesso disfarçado. Você não pode conhecer e experimentar Aquilo Que É, exceto frente Àquilo que Não É. Aquilo Que Não É é, portanto, sempre encontrado antes do Aquilo Que É ser descoberto.

Celebre, *celebre* Aquilo Que Não É, pois ele é simplesmente a outra face da moeda do reino de sua experiência mais secreta da sua verdade mais elevada sobre Aquilo Que É.

A última palavra do Passo Oito

O fracasso certamente parecerá atormentar você até que compreenda que ele está abençoando você. Você precisa reconhecer o “fracasso” pelo que ele é.

Lembre-se do que o *Conversando com Deus* diz. “Reconhecer” é RE-CONHECER. Ou seja, *conhecer de novo*. E isto é exatamente o que re-lembrar (lembrar de novo que você faz parte do corpo de Deus) significa.

Você não pode ser um Facilitador Espiritual a menos que saiba, de novo, que aquilo que você chama de fracasso é apenas uma ilusão, e a menos que você veja, outra vez, o que desapontamento realmente é. Na ausência dessas compreensões, você será parado em qualquer crise, ficará bloqueado em qualquer lugar. É o que está dentro de você que está obstruindo você, não o que está fora. Pois a experiência que você *busca* está dentro de você, não fora. Enquanto você pensar de outra forma, experimentará tudo na vida como se estivesse *às avessas*. Parecerá uma máquina de fazer doido. Parecerá insano. E você não saberá o porquê, ou o que fazer.

É onde a maioria das pessoas está. É por isso que elas precisam de Facilitadores Espirituais.

E é aí que você entra.

Assim, coloque essa observação em todos os lugares que você certamente verá durante o dia. No espelho do seu banheiro, na geladeira, no painel do carro.

O Mestre compreende que o sentimento que os outros chamam “desapontamento” é apenas um sinal da alma de que ela está nos conduzindo de volta exatamente para onde nós desejamos ir.

Sua alma sabe quando seu corpo ou sua mente (ou ambos) levam você para fora do curso. A “correção do curso” que sua alma estimula é motivo de celebração, não consternação, de encorajamento, não desencorajamento.

Sempre que você ficar tentado a se sentir desapontado, convido você a se sentir “*re-apontado*”. Apenas foi *apontado* para você um novo caminho – o caminho para o qual você realmente escolheu ir.

O seu exterior pode não saber disso, mas o seu interior sabe. Assim, pode parecer diferente no exterior o que parece no interior. Isso pode produzir uma experiência de ter “sentimentos conflitantes” sobre algo. Uma parte de você está triste porque não funcionou, e outra parte de você sabe que é, provavelmente, para o melhor.

Agora, entenda isto: Não é, *provavelmente*, para o melhor, É para o melhor. Saber disso logo mudará seu sentimento sobre qualquer coisa, e permitirá você sentir, outra vez, um excitação sobre o futuro. Isto, por sua vez, produzirá o futuro pelo qual você está excitado!

Uáu! O círculo está completo!

“Fracasso”, que piada.

Capítulo Nove

O nono passo para nos tornarmos um facilitador espiritual é:

9. SERMOS VERDADEIROS, PRATICARMOS, COMEÇARMOS

Este é um outro grande passo, porque este passo nos permite saber quem somos nós a cada polegada do caminho, e investir nesse estado de ser durante a vida, a cada momento. É isso, e apenas isso, que pode nos dar a capacidade de nos recriarmos novamente.

Um Facilitador Espiritual é alguém que compreende tudo o que acabou de ser dito, e o pratica. “Ser verdadeiro” significa entender o que realmente é verdade para você, em um dado momento, e partilhar isso. Em outras palavras, significa dizer a verdade. “Praticar” significa priorizar sua verdade de maneira funcional, no mundo real. “Começar” significa fazê-lo agora, não em algum amanhã indeterminado.

O que não é Verdade e Agora é sem sentido.

Você ouviu isso? Você compreendeu as implicações disso?

Por favor, não fique ofendido com essas perguntas. Todos os dias tenho que agir como se nunca tivesse ouvido isso. Todos os dias procuro trazer a mim uma nova compreensão sobre o que tudo isso significa. Algumas vezes, posso ouvir alguma coisa e não “escutá-la”, entendeu? E algumas vezes tenho que dizer a mesma coisa muitas e muitas vezes para mim mesmo para parar com o entrar por um ouvido e sair pelo outro. Ouvi tantas vezes que é como se nunca tivesse ouvido nada. Então tenho que olhar para aquilo como se fosse completamente novo.

Assim, às vezes, é como se eu estivesse me repetindo, mas isso não é de todo mau. Pois me dá a chance de ouvir a mesma coisa muitas e muitas vezes, e eu a ouço como se fosse “completamente nova”.

Assim, deixe-me perguntar outra vez, *você ouviu isso?*

O que EU DISSE foi... **o que não é Verdade e Agora é sem sentido.**

A implicação disso é enorme. Porque se você vir e acolher isso, e aceitar tudo, não apenas intelectualmente, você se descobrirá dizendo sua verdade e vivendo sua verdade aberta e consistentemente. Você se tornará *coerente*.

E a coerência é essencial para um Facilitador Espiritual.

A pessoa coerente

Coerência é uma qualidade especial. É uma qualidade que não é encontrada em muitas pessoas. A maioria das pessoas pensa uma coisa e diz outra. A maioria das pessoas diz uma coisa e *faz* outra.

As pessoas não falam a sua verdade, e muito menos a vivem. (Nós já discutimos isso no Capítulo 2 e também no Capítulo 5.). Elas vivem vidas muito incoerentes.

Um sinônimo para coerência, no meu modo de usar a palavra, é integridade. É dito sobre uma estrutura que é bem construída, numa fundação sólida, que ela tem *integridade*. Num vendaval terrivelmente forte, ou num terremoto, essa construção vai se manter de algum modo.

Pessoas também são uma construção. Elas são construídas pelos pensamentos de suas próprias mentes, pelas palavras que falam e pelas ações que executam. Se sua estrutura é bem construída, numa fundação sólida, ela

terá integridade. Através dos vendavais da vida e seus muitos eventos sísmicos, essa construção terá integridade.

Vendavais são inevitáveis. Pessoas, algumas vezes, desejam que os vendavais da vida desapareçam. Mas, foi Elisabeth Kübler-Ross que disse, “Se você protegesse os *canyons* dos vendavais, nunca veria a beleza de suas esculturas”.

A verdadeira beleza e a integridade da pessoa são visíveis durante os vendavais e os terremotos da vida. Do mesmo modo, a falta de integridade também se revela durante esses tempos.

Embora não muitas pessoas – eu inclusive – tenham alcançado isso, acredito que a coerência pode ser conquistada por todo mundo. Tudo o que é preciso é dizer a verdade. É por isso que você viu tanta ênfase no dizer a verdade nesses 10 passos para ser um Facilitador Espiritual.

A verdade nua

Está na hora de nos despiremos uns frente aos outros. Se não fisicamente (mesmo que não haja nenhuma razão no mundo para não fazê-lo), pelo menos psicologicamente e emocionalmente.

Uma vez, eu fiz uma brincadeira em meu *blog* da Internet de que muito em breve ninguém poderia viajar por ar para qualquer lugar a menos que concordasse em viajar nu. Quero dizer, agora eles estão tirando de nossos isqueiros de nós. Eu não fumo, mas sempre carreguei um pequeno isqueiro em minha mala de viagem. Você nunca sabe quando vai querer uma pequena chama por uma razão ou outra (acender num quarto de hotel uma vela perfumada que levou para uma noite romântica, mesmo que esteja na estrada, vem à mente...). Então, eu disse algo sobre, bem, viajar nu não ser uma coisa tão ruim. É muito difícil mentir quando você está nu. As pessoas costumam ser um pouco mais verdadeiras quando não têm nada sobre si.

Ah, sim, sim. Eu sei. Muitas mentiras foram ditas na cama. Mas, quero dizer como uma regra. Há sempre a exceção para *comprovar* a regra, mas, como uma regra, uma das maneiras mais rápidas que conheço para chegar à verdade nua com pessoas é sentar numa pequena piscina de água quente com elas, todos nus, e começarem a conversar. Coisas sensacionais acontecem. Intimidades maravilhosas acontecem. As pessoas começam a ser verdadeiras. Há trinta anos atrás, fui apresentado a um pequeno jogo de salão chamado A Verdade Nua. Eu estava numa festa de elenco de uma peça na qual tinha atuado com nosso grupo de teatro da comunidade local, e quando a turma da festa diminuiu e ficamos uns 7 ou 8, nosso anfitrião nos convidou para acabar a noite com o jogo A Verdade Nua.

Todos nós tivemos que tirar nossas roupas, sentar num círculo no chão e fazer perguntas uns aos outros. Qualquer um podia fazer qualquer pergunta que quisesse a qualquer um dos outros, e ao escolhido era exigido, pelo código de honra, dizer a verdade, somente a verdade e nada mais que a verdade. A cada pessoa era permitido “passar” uma vez por noite, se fosse uma questão que ele/ela não quis responder. Duas “passadas” e você estava fora. Colocava suas roupas e ia para casa.

Foi, realmente, uma noite maravilhosa. Começou como um tipo de desafio, um tipo de “molecagem” que pensamos estar fazendo apenas pelo excitação da coisa, mas se revelou um tempo extraordinário que foi até às 4 da manhã, e aquelas 8 pessoas se tornaram amigas incrivelmente íntimas pelos 20 anos seguintes.

Nada nem mesmo remotamente sexual ocorreu, se é o que você está querendo saber. Acredito que poucas pessoas esperavam que pudesse ocorrer, mas logo depois que o “jogo” começou todos nós compreendemos que estávamos lá para uma experiência diferente – uma coisa para a qual muitos dos que estavam lá não estavam preparados, mas que todos acolheram com uma alegria profunda e verdadeira, uma vez que começou.

Parecia que todos estavam aliviados apenas por ter sido criado um espaço seguro para tal abertura, honestidade e autenticidade. É bem difícil não ser autêntico quando você está nu.

Desde então, eu joguei A Verdade Nua muitas vezes. É uma experiência excelente.

Piscinas quentes são bons lugares para fazer isso. As pessoas precisam de desculpas para se despir e, para muitas, piscinas quentes são razões socialmente aceitáveis para fazer isso. Temos tantos bloqueios em nossa sociedade, e a nudez é certamente um deles.

Na verdade, o bloqueio é tanto que eu ponderei até em colocar essa passagem neste livro. Há alguns trechos sobre o assunto em *What God Wants*, lembra? É sobre a mãe que fica escandalizada por encontrar a filha de 14 anos dormindo nua. A mãe escreveu para uma colunista de jornal perguntando se ela achava certo. A colunista respondeu, “É claro que é certo”.

Fique feliz. Ela está economizando na lavanderia.

Agora, vamos falar sério. Se encontramos alguém que nos importa, realmente importa, mas não conseguimos ficar fisicamente nus, um em frente ao outro, podemos pelo menos ficar nus mentalmente, emocionalmente e psicologicamente o mais rápido possível?

Podemos não esconder nada, mostrar tudo, apenas ser autênticos?

Deus, espero que sim. Porque se não pudermos, o que estamos fazendo aqui? De que somos capazes? Não é o que estamos tentando? Não estamos tentando *conhecer uns aos outros*? Não estamos também tentando nos conhecer? Não é essa a Primeira Tarefa? Você pode pensar numa maneira melhor para se conhecer verdadeiramente do que se revelar completamente para o outro?

Tudo isso tem a ver com ser verdadeiro, praticar e começar. Você não pode ser verdadeiro, enquanto hesitar, não pode praticar enquanto não for verdadeiro, e não pode começar enquanto não praticar.

O caminho é conectado, e uma coisa leva à outra.

Praticar significa empreender alguma coisa sólida que comece a fazer a diferença. Seria tornar físico o estado de ser do qual você escolhe emergir e criar.

Começar significa libertar-se das suas coisas inúteis e criar a experiência que você pretende aqui e agora. É parar com os adiamentos, a procrastinação, toda a “preparação” que você pode sentir que precisa fazer antes de realmente realizar a experiência que você diz desejar.

Algumas maneiras práticas de dar o Passo Nove

Dar o nono passo para ser um facilitador espiritual é tão simples como o A-B-C. *A. Decida ser verdadeiro agora.* Isto é mais fácil de fazer do que você imagina. Mas requer um grande comprometimento, e um pouco de coragem, especialmente no início. Logo, a coragem não será mais necessária. Apenas a persistência.

B. *Faça o que funciona.* Praticar envolve fazer uma avaliação “do que funciona” no mundo real e fazê-lo.

C. *Dê a si mesmo um prazo final – e o respeite a qualquer preço.* Não deixe o “amanhã” escorregar e deslizar até que meses tenham passado.

Decida a Data Exata em que você vai se tornar um Facilitador Espiritual. Prometa a si mesmo que irá se revelar como tal nessa data – e mantenha sua promessa.

Agora, vamos ver como você pode fazer isso.

Eu tenho uma grande ferramenta para você usar para ser verdadeiro agora. Sim, é mais um livro para você ler. Mas, outra vez, ele pode realmente mudar sua vida.

O livro tem o mesmo nome: *Getting Real*. A autora é Susan Campbell.

A informação de *Getting Real* combina muito bem com a narrativa do livro *The Sedona Method*. Na verdade, os dois livros poderiam ter sido escritos pela mesma pessoa.

No segundo livro, Hale Dwoskin fala sobre parar de resistir ao *que é*, e a como se sente sobre isso no momento. No primeiro texto, Campbell convida você a ver a diferença entre *o que é* e suas idéias sobre o que é, e relacioná-la de forma autêntica, avaliando *o que está além* do que você imagina que deveria ou poderia ser.

Dwoskin também diz que um modo muito efetivo de lidar com sentimentos indesejados é mergulhar profundamente neles. De forma semelhante, Campbell diz, “quando você vai fundo e pacientemente numa experiência, sentindo-a sem escapar para um padrão de controle, ela muda! Não estou brincando. A saída é penetrar profundamente nela”.

Essas técnicas são demonstradas nos seminários produzidos por cada um desses professores maravilhosos, e caminhos parecidos são mostrados nos três retiros produzidos pela Fundação Conversando com Deus, chamados *ReCreating Yourself*, *Emotional Freedom* e *Being It*.

No retiro *Emotional Freedom* em que sou o Facilitador – em geral um trabalho de três ou cinco dias – os participantes têm a oportunidade de experimentar tudo isso e explorar bastante o que foi dito aqui.

O que não é Verdade e Agora não tem sentido.

Porque não é você. “Você” – isto é, o Você que realmente é – existe em apenas Um Tempo: Agora. O que é Verdade sobre Você é apenas o que é Verdade Agora. Tudo mais está em sua imaginação. Seus sentimentos, seus pensamentos, seus medos – nada disso é real.

Você está inventando tudo isso.

Esses livros e programas fantásticos dos quais andei falando podem ajudar você a entrar em contato com isso de uma maneira muito poderosa. Eles podem mostrar a você como *usar* essa consciência como uma ferramenta para a transformação pessoal, e para a transformação do planeta.

Por ora, apenas saiba que tudo o que não é Você na sua forma mais autêntica é sem sentido, porque o sentido total da vida é saber, experimentar, expressar e ser Quem Você Realmente É.

Você começa esse processo “sendo verdadeiro” agora.

Mais sugestões práticas

Não tente fazer algo no mundo exterior, porque simplesmente não funcionará. *Pelo menos, no começo.* Foi Albert Einstein, creio eu, que disse, “Se não é

impossível nem vale a pena tentar”, ou algo parecido, e eu adoro a opinião, mas não a aconselho como uma energia inicial.

Vamos cair na real. Tente, como puder, redefinir o que você algum dia considerou “fracasso” como sucesso, é bem mais motivador no início de qualquer aventura, ou aceite contestar algumas experiências que são julgadas como “sucesso”, mesmo por padrões antigos inexatos, mas muito aceitos.

Então, observe o que é ser um Facilitador Espiritual para você, e com o que “se parece”. Faça uma lista do que você seria e faria caso fosse se experimentar como tal.

O *Life Education Program* (Programa de Educação de Vida), da Fundação Conversando com Deus, oferece algumas sugestões muito verdadeiras e práticas sobre o assunto.

Isso é algo que você pode ser e fazer. Você pode decidir ser mais pacífico a cada dia, ser mais paciente, amoroso, carinhoso, preocupado, respeitoso e *útil*. Quanto ao “fazer”, você pode escolher começar um simples grupo de estudo em sua casa, duas vezes por mês, ou ser voluntário num hospital, ou se oferecer para ser um conselheiro amistoso em sua igreja, ou oferecer um tempo livre em um abrigo de mulheres espancadas ou uma instituição para jovens. Ou simplesmente colocar um anúncio nos classificados de um jornal: “Conselheiro Espiritual, inspirado nas mensagens de Conversando com Deus. Não é exigido um pagamento. É o trabalho de Deus que desejamos, você e eu. Então, vamos persistir”.

Algumas idéias práticas finais

Uma vez que você decida o que é verdade para você, *dê pelo menos um passo na mesma hora para tornar aquilo “real” para você como uma experiência prática.*

Conheço uma mulher que ficou dizendo por quatro meses que seu trabalho a estava esgotando e que ela simplesmente “sabia” que ia fazer Grandes Mudanças em sua vida profissional e caminhar para sua missão de vida em 2006. Ela disse isso antes do sino tocar, à meia-noite, na festa de Ano Novo e nada aconteceu em relação a ela viver o que disse ser sua verdadeira missão até agora, e o dia 1º de Maio se aproxima.

Freqüentemente *pensamos* que alguma coisa está acontecendo, ou prestes a acontecer, porque estamos *conversando bastante sobre ela*.

Para que as coisas realmente se tornem realidade, sugiro que todos façam o Processo Praticar que eu desenvolvi para meus retiros.

Pegue uma folha de papel e escreva três coisas que você disse que escolheria ser, fazer e ter em sua vida. Faça uma coluna próxima dessa lista, e escreva quando foi a primeira vez que você fez essa declaração. Faça mais uma coluna e escreva onde você está agora em relação a essa decisão. E, numa última coluna, escreva a Data Exata em que você terá realizado o que escolheu ser, fazer ou ter.

Olhe para esse papel todos os dias, ou pelo menos três dias na semana, e fique de olho no seu progresso. Se ele se arrastar por meses, como aconteceu no caso da minha amiga, pode ser o momento de você se perguntar, “O que está me impedindo de tornar isso real? O que eu tenho medo que aconteça se eu conseguir? Quanto tempo mais estou querendo perder até realizá-lo? Eu desejo isso real e verdadeiramente... ou é apenas algo que me soou bem em algum momento, mas que agora eu não quero mais para mim?

Seja honesto com você mesmo nesse processo.

Diga a verdade.

Seja verdadeiro.

A última palavra do Passo Nove

Você está perto do último passo dos 10 Passos para Nos Tornarmos um Facilitador Espiritual. Se você fez, ou pretende fazer, tudo o que foi sugerido aqui, estará pronto para dar o décimo e último passo.

É uma grande decisão. É uma grande escolha. Não tome essa decisão a menos que você tenha realmente a intenção de ser o que diz querer ser. Uma vez que você se declare um Facilitador Espiritual (mesmo que apenas secretamente, no seu próprio coração) as pessoas começarão a se aproximar de você, pedindo ajuda. É exatamente o que acontece. Você emana essa energia e o mundo responde. Isto significa que você precisa ser totalmente responsável. Precisa ser responsável.

Tenho certeza de que você age com responsabilidade em sua vida, assim, eu não preciso lhe dizer essas coisas. Mas, como o Facilitador Espiritual que sou, me sinto no dever de dizer a você tudo o que sei sobre esse assunto. Há um grande nível de responsabilidade aqui. Não precisa ser uma coisa “pesada”, como uma carga, mas é importante, e também magnífica. Pode ser sua “magnífica obsessão”, mas não vai ser algo que você poderá conduzir superficialmente.

Você verá.

E ficará satisfeito. Você nunca pretendeu conduzi-lo superficialmente, ou não teria lido até aqui. Você tem a intenção de experimentar a maravilhosa alegria dessa atividade gratificante – aquela expressão de amor que chamamos de iluminação – mas nunca pretendeu ignorar suas obrigações e responsabilidades.

Então, bem-vindo. Bem-vindo ao grupo de Facilitadores Espirituais do nosso planeta. Você tem um último passo para dar, mas é evidente que você já está lá.

Capítulo Dez

O décimo passo para nos tornarmos um facilitador espiritual é:

10. NUNCA ACEITARMOS O NÃO COMO RESPOSTA

Este é seu passo final. Este passo deixa você ficar no caminho que escolheu, ir exatamente onde diz que deseja ir e, num sentido amplo, levar muito do seu mundo com você.

Um Facilitador Espiritual é aquele que ouve apenas uma única palavra do Universo. Um Facilitador Espiritual é aquele que sabe que só existe uma única palavra no vocabulário de Deus. Essa palavra é sim.

Você ouviu isso? Você compreendeu as implicações disso?

Por favor, não fique ofendido com essas perguntas. Todos os dias tenho que agir como se nunca tivesse ouvido isso. Todos os dias procuro trazer a mim uma nova compreensão sobre o que tudo isso significa. Algumas vezes, posso ouvir alguma coisa e não “escutá-la”, entendeu? E algumas vezes tenho que dizer a mesma coisa muitas e muitas vezes para mim mesmo para parar com o entrar por um ouvido e sair pelo outro. Ouve tantas vezes que é como se nunca tivesse ouvido nada. Então tenho que olhar para aquilo como se fosse completamente novo.

Assim, às vezes, é como se eu estivesse me repetindo, mas isso não é de todo mau. Pois me dá a chance de ouvir a mesma coisa muitas e muitas vezes, e eu a ouço como se fosse “completamente nova”.

Assim, deixe-me perguntar outra vez, *você ouviu isso?*

O que EU DISSE foi... **só existe uma única palavra no vocabulário de Deus. Essa palavra é sim.**

A implicação disso é enorme. Porque se você vir e acolher isso, e aceitar tudo, não apenas intelectualmente, você se descobrirá no centro de uma experiência de sua própria criação – e desse lugar será capaz de ajudar os outros a encontrar seus caminhos para seus próprios centros.

E isso é o que você veio fazer aqui.

Sua escolha na Terra

Agora é o momento de falar sobre a única pergunta que realmente importa. O que estou fazendo aqui? Quem sou eu e por que estou na terra?

Esse é o questionamento mais importante da mente humana. É tudo o que qualquer um de nós realmente deseja saber. Seu último passo para se tornar um Facilitador Espiritual é pequeno. É a resposta a essa pergunta. Mas, lembre-se: não importa como você responde a essa pergunta, Deus sempre dirá sim.

Algumas pessoas acreditam que estão aqui por nenhuma razão; que a vida é apenas um caso de seleção casual, uma desordem em ação e que a sua principal tarefa é simplesmente sobreviver. Se essa for a idéia delas, a vida se apresentará dessa maneira, porque Deus apenas diz sim.

Algumas pessoas acreditam que a vida é buscar o rapaz ou a garota, arrumar o emprego ou casar, comprar o apartamento e ter filhos, conseguir a promoção e comprar a casa, pegar o fundo de aposentadoria e os netos, ficar com o cabelo branco e contrair a doença, ficar “bem com Deus” se possível, e deixar o

inferno de fora. Se essa for a idéia delas, a vida se apresentará dessa maneira, porque Deus apenas diz sim.

Algumas pessoas têm a idéia de que elas vieram aqui com um grande propósito, que a vida delas não tem a ver com elas, mas com todas as pessoas cujas vidas elas tocam, e que, apesar delas fazerem muitas coisas iguais às que outras pessoas fazem, elas vão assumir a responsabilidade pelo “fazer” de suas vidas de modo a mudar a noção que prevalece de quem e do que somos nós, e assim, mudar o mundo. Se essa for a idéia delas, a vida se apresentará dessa maneira, porque Deus apenas diz sim.

Qual é a sua escolha aqui na terra? É qualquer uma que você diga que é. A vida não tem um propósito predeterminado. A vida é um processo, e esse processo é chamado evolução. Como evoluímos é problema nosso. O universo não tem uma idéia antecipada sobre isso. Nem tem uma preferência. Tudo cabe a nós.

Se você deseja verdadeiramente ser um Facilitador Espiritual, faça, com sua vida, uma declaração de Quem e O Que você é, fazendo uma declaração para todos de Quem e O Que *elas são* – e nunca aceite o não como resposta. Lembre-se que se você ouvir o “não” como resposta, é um produto da sua imaginação. Não poderia ser a resposta verdadeira, porque Deus apenas diz sim.

Pense em Deus como uma enorme copiadora no céu. Qualquer coisa que você coloca lá, Deus duplica. Seus pensamentos são os documentos originais, e os eventos de sua vida são as reproduções deles.

É simples assim.

Algumas maneiras práticas de dar o Passo Dez

Dar o décimo passo para ser um facilitador espiritual é tão simples como o A-B-C.

A. Decida quem e o que você é. Esteja certo de ser o único a tomar essa decisão.

B. Decida quem e o que todos os outros são. Compreenda que as pessoas aparecerão em sua vida, fundamentalmente, do modo exato como você as vê – não importa como elas pareceram inicialmente.

C. Recuse-se a acreditar em qualquer evidência em contrário. Trabalhe dentro da Lei dos Opostos, não deixe essa lei controlar você.

Agora, vamos ver como você pode fazer isso.

É uma escolha a maneira como você experimenta ser quem você é, não uma missão. Você não recebeu uma tarefa nem foi presenteado com uma missão. Mas – e isto é importante compreender – Quem Você É não é uma escolha. Você é Quem Você É, e a sua única escolha é ser isso. Você tem SIM uma escolha em relação a como experimenta isso.

Viver a nossa vida é a expressão dessa escolha.

Mas, o milagre da vida é que você tem um número ilimitado de vidas para dar expressão à sua escolha sobre como deseja experimentar Quem Você É – e que você pode mudar sua escolha a qualquer momento.

Essa, também, é uma declaração importante. Essa, também, deveria ser colocada em toda parte do seu mundo pessoal, para que você a possa encontrar muitas e muitas vezes.

O milagre da vida é que você tem um número ilimitado de vidas para dar expressão à sua escolha sobre como deseja experimentar Quem Você É – e que você pode mudar sua escolha a qualquer momento.

Quem Você É, obviamente, é Deus. Não permita que ninguém lhe diga algo diferente. Você é o único a tomar a decisão de Quem Você É. Torne isso claro para você. Ninguém mais tem o direito ou a autoridade de tomar essa decisão por você. Por favor, não deixe ninguém fazer isso. E não transfira *voluntariamente* o poder e a autoridade de decidir Quem Você É para ninguém mais. Nem para qualquer outra pessoa, nem para qualquer organização e nem para alguma fonte exterior a você, qualquer que seja ela.

De fato, não transfira também essa autoridade para mim. Se você não se experimenta como Aquilo Que É Divino, não aceite simplesmente a minha palavra sobre isso. Siga sempre a sua experiência interior – nisso e em qualquer outra coisa.

É minha experiência que você e eu somos uma parte Daquilo Que É Divino. Eu acredito que você é a Própria Divindade, numa forma física. Sei disso das minhas *Conversas com Deus*. Estou ciente de que essa é uma idéia que muitas pessoas têm dificuldade de aceitar. Poderia ficar mais fácil se substituíssemos a palavra Deus pela palavra Vida. Para uma exploração maravilhosa dessa noção, por favor, recorra ao livro *What God Wants*.

Mais sugestões práticas

A chave é ver todas as outras pessoas como uma expressão da Divindade em forma física. Na verdade, todos e *tudo* mais. Geralmente é mais fácil as pessoas verem o mundo ao seu redor, e as pessoas nele, como parte do Divino do que verem a si mesmas sob essa luz. Mas, uma vez que a gente comece a perceber tudo o que nossos olhos vêem como a Divindade Expressada, em pouco tempo não poderemos escapar da imagem no espelho, e teremos que incluir essa Parte do Divino também!

Um primeiro passo muito efetivo para isso é cultivar a habilidade de ver você em tudo que olhar. Gaste 20 minutos por dia caminhando pela rua e, enquanto observa tudo para o que olha, diga silenciosamente para si mesmo:

“Eu sou aquilo.”

Esse é um exercício extraordinariamente poderoso, e pode levar você a uma experiência interior incrível. Faça-o todos os dias por um ano e mudará a sua vida! Mas, esteja certo de dizer isso para tudo que você vê – e todos.

O morador de rua com sua garrafa de pinga, assim como o executivo bem vestido em seu caminho para o trabalho, a lama e a sujeira que corre ao lado do meio-fio, assim como as flores e árvores nas ruas. Experimente-se como Um Com Tudo.

Então, experimente Tudo como Um Com Deus. Nesse momento você “faz a conexão”. Nesse momento você compreende.

Lembre-se que as pessoas serão, eventualmente, em sua vida exatamente como você pensa que elas são, elas parecerão, do modo exato que você as vê – não importa como elas pareceram inicialmente.

Mesmo os vilões de sua vida se tornarão santos se você simplesmente mudar seu ponto de vista sobre eles. Você pode fazer esse milagre de transformação apesar do que eles tenham feito para você. Você pode ver as pessoas como desejar vê-las, não importa como elas querem ser vistas. Agindo assim, você pode mudar o mundo.

Esse milagre da transformação é exatamente o milagre que Jesus fez no decorrer de sua vida. É dito que ele simplesmente olhava para uma pessoa e ela começava a se ver como Jesus a via. Essa é, de fato, a história de Maria Madalena. Ela era, é claro, uma prostituta. Mas Jesus a viu diferentemente, Ele

a viu como um anjo, uma alma imaculada de beleza e maravilha. E ela se transformou naquilo que Ele via, na Sua frente.

Essa parte da vida de Jesus sobreviveu em incontáveis histórias e mitos desde então. Uma das mais famosas é a de Don Quixote, que viu uma simples garçoneite (e outra prostituta) como uma virgem pura e linda, a quem insistiu em chamar de Dulcinea.

A história tocante e mágica de Don Quixote, e sua habilidade de viver no mundo que ele via, permanece como uma das melhores histórias de todos os tempos, e nos faz lembrar do poder da nossa visão na criação de nossa realidade.

Algumas idéias práticas finais

É claro que no momento em que você decide algo sobre alguém ou alguma coisa (incluindo você), tudo o que for diferente aparecerá. Esta é a Lei dos Opostos funcionando. Não acredite em nada do que você vê através desse véu.

Não julgue pelas aparências.

A Lei dos Opostos está no coração da realidade física. Ela se baseia no princípio de que na ausência Daquilo Que Não É, Aquilo Que É Não é.

Simples, na ausência do frio, o calor não é. Na ausência do ruim, o bom não é. Na ausência do “em baixo”, o “em cima” não é. Nossos astronautas e cosmonautas descobriram isso bem rápido quando se aventuraram pelo espaço e descobriram que sem os pontos de referência padrão todas as informações e experiências anteriores ficavam invalidadas.

O que estava “em cima” agora estava “em baixo” – ou, pior ainda, nem “em cima” nem “embaixo”, mas simplesmente “lá”.

Mais sobre a Lei dos Opostos e como tratar a vida usando-a como uma ferramenta, em vez de tê-la como um obstáculo, é encontrado no material *Conversando com Deus*, especialmente no Livro 1 e na Trilogia inicial.

Aprender a lidar com aquilo que é oposto ao que você escolheu experimentar é a maior arte do Facilitador Espiritual. Encarar qualquer evidência do contrário e recusar-se a aceitar o não como resposta é a força e o poder de todos os mestres.

George Bernarde Shaw nos deixou uma declaração extraordinária, parafraseada aqui:

“Algumas pessoas vêem as coisas como elas são e perguntam, por quê? Eu sonho com coisas que nunca existiram e pergunto, por que não?”

A última palavra do Passo Dez

Um Facilitador Espiritual vê as coisas como elas *poderiam* ser. Ele sonha com coisas que nunca existiram. E ele diz, por que não?

Um Facilitador Espiritual nunca aceita o não como resposta, porque um Facilitador Espiritual sabe que só existe uma palavra no vocabulário de Deus, e essa palavra é sim.

Então, se um Facilitador Espiritual ouve o não, ele sabe que essa resposta deve estar vindo de sua própria imaginação. O mestre sabe que está inventando tudo aquilo. Ele pode experimentar o não ou o sim das coisas. Como Don Quixote olhando para a barulhenta garçoneite e vendo a linda Dulcinea, ele pode ver as coisas como quer que elas sejam e, pelo poder de sua visão, as transformar.

Epílogo

No início, eu prometi dez passos simples para você se tornar um Facilitador Espiritual. Eu disse que eles seriam simples, mas não disse que seriam fáceis. Dar esses passos não é fácil, mas pode ser feito, e pode ser feito relativamente rápido. É necessário ter determinação, profundo comprometimento e intenção total.

CcD diz, *A vida acontece como resultado de suas intenções em relação a ela.*

Você ouviu isso? Você compreendeu as implicações disso?

Por favor, não fique ofendido com essas perguntas. Todos os dias tenho que agir como se nunca tivesse ouvido isso. Todos os dias procuro trazer a mim uma nova compreensão sobre o que tudo isso significa.

Algumas vezes, posso ouvir alguma coisa e não “escutá-la”, entendeu? E algumas vezes tenho que dizer a mesma coisa muitas e muitas vezes para mim mesmo para parar com o entrar por um ouvido e sair pelo outro. Ouvi tantas vezes que é como se nunca tivesse ouvido nada. Então tenho que olhar para aquilo como se fosse completamente novo.

Assim, às vezes, é como se eu estivesse me repetindo, mas isso não é de todo mau. Pois me dá a chance de ouvir a mesma coisa muitas e muitas vezes, e eu a ouço como se fosse “completamente nova”.

Assim, deixe-me perguntar outra vez, *você ouviu isso?*

O que EU DISSE foi... **a vida acontece como resultado de suas intenções com relação a ela.**

A implicação disso é enorme. Porque se você vir e acolher isso, e aceitar tudo, não apenas intelectualmente, você se descobrirá experimentando mais poder, mais alegria, mais criatividade, mais abundância, de todas as formas, mais paz, e mais amor do que imaginou algum dia.

Você se descobrirá se recriando novamente em cada Momento Precioso do Agora. *E isso é o que você veio fazer aqui.*

Eu estou muito agradecido por você ter chegado a este material. Sei que dei para você, aqui, muito para fazer. Muita leitura e até alguns programas que você pode se arriscar a fazer. Mesmo que você siga apenas algumas dessas sugestões, estará bem em seu caminho para ser um verdadeiro Facilitador Espiritual neste planeta. E isso é muito excitante para mim, porque o mundo poderia aproveitar você imediatamente.

Então, estou agradecido a você. E o mundo está agradecido também. O mundo pode não saber ainda quem você é, mas logo saberá. Mas, mesmo agora, antes de você tornar sua presença conhecida, o mundo pode sentir sua energia. A sua escolha, sua determinação, sua decisão de fazer a diferença *já está fazendo a diferença*, porque o simples fato de estabelecer o padrão de energia dessa diferença começa a criá-la.

Mas, lembre-se sempre que só há uma única razão para fazer algo: anunciar e declarar, expressar e realizar, saber e ser Quem Você Realmente É em sua experiência direta. Para isso, você não precisa de resultados externos, apenas de circunstâncias externas, apenas de condições externas.

Não existem condições dentro de você que sejam distintas de você. Por isso você precisa se voltar para o mundo exterior. Na verdade, foi por esse motivo que você o criou. Quando você compreender isso, você não mais julgará ou condenará o mundo que criou. Você simplesmente o transformará naquilo que o ajudará em sua busca de saber e experimentar Quem Você Realmente É.

A pergunta, então, não é, por que o mundo é como é, mas como você escolhe que ele seja.

Ser ou não ser, eis a questão.

Obrigado por fazer essa exploração. Obrigado por honrar o assunto.

Obrigado por empreender, comigo, a busca sem fim pela verdade eterna.

Eu amo você.

Neale Donald Walsch

Ashland, Oregon

24/04/2005

Convite Para a Ação

Agora que você acabou de ler este livro extraordinário, eu espero que tenha tomado a decisão de ser um facilitador espiritual.

Também pedimos que você pense em fazer o seguinte:

Transfira a energia que está sentindo para todos cujas vidas você toca.

Você pode fazer isso passando, por favor, este livro para outras pessoas ou convidando-as a ir até www.PartoftheChange.com.

Diga-nos a sua opinião

Se você deseja compartilhar sua opinião ou reação ao que leu aqui, vá até o *site* ou nos mande um *email* para info@PartofTheChange.com

Muito obrigado por Ser a Mudança!