

## O CANSAÇO DO MUNDO EM CONTRAPOSIÇÃO AO AMOR: A PRECE

Saúdo a todos em nome de Deus e trago a vocês bênçãos divinas!

Meus queridos amigos como alguns de vocês estão refletindo sobre o tema do cansaço do mundo – um anseio indefinível, um pesar, uma tristeza que às vezes toma conta de vocês escolhi esse assunto para minha palestra de hoje.

O elemento que está por trás desse sentimento envolve diversas causas e possibilidades que, combinadas, provocam o cansaço do mundo. É claro que o mero anseio por Deus e pela perfeição faz parte dele, consciente ou inconscientemente. E isso também tem relação com o anseio pelo lar espiritual inato a todos os seres humanos porque, no fundo sabem que são visitantes na terra que este não é seu verdadeiro lar. Mas esta nunca é a razão principal do cansaço do mundo. Ele tem um plano de fundo mais complicado que gostaria de descrever agora.

Se o homem de alguma maneira desvia-se em seu íntimo das leis de Deus – e ainda mais se não tiver consciência disso – esse vago sentimento de anseio e tristeza pode tomar conta dele por algum tempo. Nesse caso é mais ou menos a resposta ou um discreto alerta do Eu Superior de que algo não vai bem dentro dessa pessoa. O homem nem sempre sabe como desenvolver o sentimento do verdadeiro amor. Ele pode não conseguir transmitir esse sentimento vital da maneira correta e assim não tem uma recíproca satisfatória e da maneira certa. O cansaço do mundo é a resposta de sua alma.

É comum o homem acreditar que é perfeitamente capaz de amar – e isso pode ser verdade – porém sua capacidade de amar não flui sem tropeços porque outros movimentos da alma impedem que isso aconteça; diversos movimentos como o medo, o autocentrismo, etc. Pode-se observar com frequência que um ser humano anseia e quer dar amor, mas somente quando em primeiro lugar ele recebe esse amor. Essa troca segura além de trancar a porta também provoca as distorções da alma que mencionei e que geram o sentimento de cansaço do mundo porque com uma atitude dessas a pessoa acaba sozinha.

O medo interior diz: “Meu orgulho pode ser ferido; eu posso sair machucado; eu posso ser rejeitado se for o primeiro a dar sem ter certeza.” O medo da decepção é sinal de super sensibilidade, e a super sensibilidade por sua vez é sinal de foco exagerado no eu, no sentido errado. Em toda essa agitação interior a meta é o ego. Isso dispersa a corrente de amor real ou a afasta para direções opostas. Esta é a lei e a alma sofre quando a viola. Também neste caso quando o homem se conecta interiormente, passando a combater a sua vulnerabilidade ao levar menos a sério o eu inferior ele consegue de fato dar amor real porque a outra alma da qual ele carece e que deseja passa a ser mais importante que seu ego com toda sua vaidade e orgulho. Assim, o sentimento de vazio, o vago anseio desaparecem porque o homem nesse momento está exercendo uma função vital e portanto está em harmonia com Deus e com seu eu superior pelo menos a esse respeito.

Mas não me entendam mal. De maneira alguma quero sugerir que uma pessoa assim seja egoísta. Há uma diferença entre egoísmo e egocentrismo. Ambos são errados, mas um não implica necessariamente no outro. Também não quer dizer que essa pessoa não queira dar, ou seja mesquinha, avarenta. Acontece apenas que os sentimentos reais, autênticos encontraram um canal errado pelo eu inferior ignorante do homem.

Vocês também vão descobrir que o ser humano que se encaixa na descrição acima pode muito bem ser capaz de amar alguns outros seres de todo o coração. No entanto surgirão essas correntes erradas. Se os sentimentos de amor dele, mesmo pelos entes mais amados, estivessem no canal certo, ele não inundaria alguns poucos seres com seu amor, mas seria capaz de estender todo o seu amor a todos os que amigavelmente entram em contato com ele, sem o medo de correr riscos e com a mesma expansão de sentimento que ele possui. Isso não é óbvio, meus amigos, porque por mais que vocês concordem com essas palavras em princípio e intelectualmente, há uma enorme distância entre a compreensão mental e as reações emocionais efetivas.

Há algumas poucas exceções. Naturalmente, a totalidade do amor é expressa de maneira diferente com cada pessoa. Além disso, vocês partem do pressuposto de que amam algumas pessoas muito mais do que outras, o que talvez precise continuar assim por ora, enquanto ainda estão em níveis de desenvolvimento que exigem a encarnação na terra. E vocês também sabem que amam sua mãe de maneira diferente da que amam seu parceiro, seu irmão, ou sua irmã, ou seu filho, filha, pai, ou amigo, e têm diferentes formas de expressar o amor por diferentes amigos. É muito grande a variedade de correntes de amor, que são forma e substância em espírito. Todas essas cores, nuanças, sons e fragrâncias são diferentes. Mas a capacidade de amar seria suficiente para gerar todas essas diferentes correntes de amor, se as tendências doentias do ego não o impedissem.

O ser humano que ama muito uma pessoa sente de alguma maneira, que está tirando de outra a quem talvez quisesse amar ainda mais. E tem essa mesma sensação quando alguém o ama menos ou mais do que a outro. Tem a impressão de que um deles sai prejudicado quando o amor é dividido. O amor autêntico e sadio é indivisível, jamais diminui, mas quanto mais é ativado dentro de vocês, mais multiplica sua velocidade e expansão, por sua própria propagação. Esta é a lei imutável, e o homem precisa encontrar a aplicação dela dentro de si. Assim é com Deus, que ama seus inúmeros filhos, sempre mais, nunca menos. Também neste ponto não quero que me entendam mal; o que digo nada tem a ver com experiência erótica e sexual.

Como se pode atingir esse amor autêntico e sadio? Não é tentando forçar, isso seria impossível. Só pode ser atingido indiretamente. Comecem com vocês mesmos. Investiguem todo o seu ser, sem enganos. Descubram as obstruções: egocentrismo, autopiedade, vaidade, orgulho. Depois que perceberem sua extensão, vocês estão caminhando para o amor autêntico, verdadeiro. Ao mesmo tempo, a sensação de cansaço do mundo – o anseio, a tristeza, a saudade, tudo o mais – vai desaparecer. Verifiquem suas correntes da alma, e se encontrarem algo errado, já sabem que a alma precisa ser curada.

Se vocês concentram todo o amor em uma só pessoa, como dissemos acima, se isso for feito da maneira errada indicando a doença da alma nessa área, então tal amor lhes enfraquece. Talvez tenham medo de perder o amor do outro, e por isso procuram mudar de personalidade o que, no entanto, resulta em humilhação – para vocês e para o outro, mas de uma maneira doentia, com fraqueza e medo, não com força. Às vezes talvez vocês pensem que este é o sinal do verdadeiro grande

amor, mas é autoengano, enquanto outros simplesmente têm medo disso e se apartam do verdadeiro e autêntico sentimento do amor. Quem sente amor saudável e autêntico jamais compromete sua dignidade. Deixem de lado os pensamentos que envolvem medo ou orgulho. Vocês precisam entender que, em nome do amor abrem mão de algo que apreciavam muito, para obter aquilo que desejam. Esta lei é inexorável. Portanto, o homem precisará tomar a decisão interior de eliminar o orgulho, a importância do ego, mas não a fidelidade ao seu eu real.

Talvez não seja fácil perceber a diferença, mas meditem no que eu disse e vocês terão mais condições de entender. Aqueles que são capazes de sentir o amor real e autêntico, deixando de lado o orgulho mesquinho, os pequenos infortúnios, as possíveis desvantagens, mantendo a integridade interior, sem abrir mão dela por medo de perder o amor do outro, esses jamais serão maltratados.

O amor autêntico sempre mantém sua dignidade. Vocês podem sofrer uma decepção, mas não passar por humilhação indevida. Esse tipo de amor se basta; essa dignidade gera respeito, não rebaixamento ou maus tratos. O amor saudável – que enxerga, não é cego, é forte não é fraco – sempre é leal ao eu interior simplesmente porque ao eliminar o pequeno ego não visa satisfazer seus desejos egoístas. Assim o real amor é isento de qualquer tendência masoquista ou sádica; é saudável e não apresenta egocentrismo ou outras correntes doentias que sufocam a personalidade. Vocês vão observar que existem sempre duas correntes doentias extremamente opostas. Estudem isso com atenção, meus amigos!

O medo – esse agente secreto na alma do homem – é um grande obstáculo ao amor real, e somente pode estar presente quando o homem ama demais a si mesmo acha-se muito importante, se importa muito com seu bem-estar, e apegar-se em vez de doar-se livremente da maneira certa e saudável. Se vocês se considerarem demasiadamente importantes necessariamente terão medo. Se considerarem menos o seu ego não precisarão ter medo de que “algo aconteça” quando amam de verdade. O medo cobre seus olhos com um véu pesado que cega. Vocês não conseguem enxergar nem a si mesmos, nem aos outros.

O amor autêntico tem a verdadeira visão porque ela só pode manifestar-se na alma sem medo. Ela terá força suficiente para reagir da maneira certa enquanto a atitude amorosa “errada” tem pontos fracos e enfraquece acarretando assim reações erradas. Como foi dito anteriormente o amor real gera uma dignidade natural, enquanto as atitudes erradas levam a uma dignidade falsa que tem por base o orgulho e a vaidade. Quando registra essas correntes erradas a alma emite sinais de perigo como os sentimentos do cansaço do mundo.

Outra fonte intrincada de cansaço do mundo é a retirada a um mundo que o homem criou, um mundo solitário, só dele. Também aqui existe medo de não se doar, a vontade de não arriscar nada; às vezes existe egoísmo real. Talvez a pessoa queira vantagens evidentes, porém temporárias, no sentido de não precisar ser responsável por ninguém mais e poder viver sua vida sem estorvos, sem concessões. No entanto, essa pessoa precisa pagar um preço maior do que imagina no início. Nesse caso também ela age contrariamente às leis espirituais, e o eu superior usa de seus meios próprios para se comunicar com ela fazendo surgir o cansaço do mundo em sua alma. Vez por outra, um ser humano assim se sente insatisfeito e solitário, sozinho e abandonado.

No fundo da alma, cada ser humano anseia dar, se preencher, até se sacrificar. Quando os movimentos doentios, cegos e imaturos da alma impedem esse anseio, surgem duas correntes opostas que se compensam entre si. Uma parte da alma quer dar amor e assim também receber amor, porque

o que dão volta para vocês, como um círculo que gira eternamente. Mas comecem com a parte de dar, ao invés de esperarem primeiro receber, como ocorre com tanta frequência. Uma parte da alma quer renunciar ao eu, preencher-se, sacrificar-se; está ansiosa por seguir as leis divinas com todas as correntes interiores de sentimento; quer esquecer seus desejos egoístas, sua vaidade, orgulho, vantagens, porque esse anseio é implantado pelo eu superior, que sabe que somente então poderão se manifestar o preenchimento, a felicidade, a harmonia, a perfeição. Essa corrente oculta benigna existe até nas almas menos desenvolvidas e às vezes irrompe na superfície, embora isso seja raro.

A outra parte da alma quer conforto sem sacrifício. Ela chega a fugir do esplendor da felicidade e se recolhe para um mundo cinzento e solitário, onde não há riscos envolvidos (“sem riscos”, ou pelo menos é o que parece para a porção cega do homem). É impossível harmonizar as duas correntes, porque elas fluem em direções opostas. Essas correntes opostas provocam no homem mais conflito do que ele pode perceber de pronto. E quando não consegue suportar esses conflitos (indicado por sintomas) ele não procura um curador da alma, pois não sabe qual é a verdadeira base dos conflitos. Se soubesse, ele poderia trabalhar para resolver os conflitos. Quando ele toma conhecimento dessas correntes opostas, em pouco tempo se torna capaz de optar por uma das direções, sabendo que precisa renunciar para ganhar.

Normalmente, o homem tem conhecimento intelectual suficiente para dizer a si mesmo: “Se eu for nesta direção, não posso ir no sentido oposto. Preciso decidir para onde quero ir.” Há pouco tempo, quando falei em decisão interior, disse que um dia iria expor o significado real dando exemplos, e este é um exemplo. Uma decisão interior só pode ser tomada quando vocês (1) tomam conhecimento da existência de correntes ocultas de sentimentos, (2) tomam ciência de suas próprias correntes interiores e descobrem onde e como elas foram canalizadas erradamente ou se opõe. Essas correntes opostas de sentimentos não apenas provocam curtos-circuitos e obstáculos emocionais e espirituais, mas também podem manifestar-se como debilitação física: fadiga, fraqueza, até doença. Como essas correntes opostas se chocam constantemente, elas sugam a força do homem, força que, quando canalizada para o bem, pode ser usada como um elemento de construção da vida, renovando-se como seu próprio agente propulsor.

O homem sabe intelectualmente, mas muito pouco no tocante a emoções doentias que, enquanto permanecem no inconsciente, obscurecem o pensamento saudável. À parte as verdades espirituais das leis de Deus, às quais todas as almas estão sujeitas e devem obediência para viver com saúde e harmonia, uma mente razoavelmente sã deve perceber que é impossível caminhar ao mesmo tempo para o oeste e para o leste. Assim, o processo de percepção é uma necessidade fundamental, ainda que exija muita disciplina, pois muitos seres humanos hesitam em empreender a busca interior. Vocês admitem que uma pessoa doente emocionalmente seja imatura, pelo menos nas áreas em que a corrente da alma é doentia. Tal imaturidade atua como a criança que pede o impossível porque ainda não entende e não consegue ver que cada ato ou omissão acarreta consequências, que o ser humano maduro assume de maneira consciente e de bom grado, renunciando voluntariamente ao que está fora de seu alcance, enquanto a alma imatura quer as vantagens das duas alternativas, e nenhuma das desvantagens. E quando ela se vê diante da impossibilidade, sua revolta interior aumenta, bem como os conflitos, porque se revoltar contra o imutável é uma corrente doentia. Esses grandes conflitos interiores costumam refletir-se e mostrar-se de maneira desagradável na vida cotidiana.

São muitas as espécies de correntes opostas, não somente as mencionadas acima; e o anseio indefinido e a tristeza, chamados de cansaço do mundo, podem ser provocados por um curto-

circuito. Se o cansaço da alma reaparece com frequência, procurem sua origem. Não é muito fácil revelar essas correntes profundamente arraigadas. É preciso querer com firmeza, com o máximo de disciplina, para eliminar a resistência. Embora o anseio por Deus e pelo lar espiritual não seja o único sentimento envolvido, é verdade que o cansaço da alma deriva de um anseio insatisfeito por Deus, porém em um sentido diferente do que vocês comumente supõem. É somente quando o homem vive em perfeita harmonia interior com as leis de Deus que esse anseio por Deus é aplacado. Para sentir-se perto de Deus, em harmonia com Ele, é preciso afastar os obstáculos. Sim, nesse momento a alma se sentirá unida a Deus. Se pudessem imaginar como a sua vida terrena atual poderia mudar se tentassem agradar a Deus com todas as suas forças, de acordo com sua tarefa pessoal e nível de desenvolvimento, não teriam desarmonia interior – nada de tormento, amargura, tensão, tristeza, cansaço do mundo.

Mais uma vez, no tocante à tomada de decisões interiores, gostaria de dizer que mesmo que um ser humano tome uma decisão negativa e arque com todas as consequências e correspondentes tarefas, ele estará muito melhor – porque sua mente assume uma nova direção e suas emoções se ajustam à mudança – do que estaria se não tomasse decisão alguma, procurando agarrar duas impossibilidades, vendo suas vantagens, mas recusando-se a aceitar as desvantagens resultantes da indecisão. Se, por exemplo, um homem opta pelo recolhimento e solidão porque tem medo de dar amor, ele deve resignar-se ao fato de que terá de viver sozinho e sem amor e, da mesma forma, terá de renunciar voluntariamente a determinadas alegrias e satisfações. A tomada de uma decisão dessas, embora muito negativa, é um passo que leva mais para perto do bem-estar emocional do que a indecisão, esse “eu quero as duas coisas”. Pelo menos, existe uma direção interior; a pessoa deixa de ficar dilacerada por duas correntes opostas.

Mesmo uma decisão negativa, como mencionado anteriormente, requer esforço e enfrentamento honesto do eu. Revelar correntes inconscientes, renunciar a algumas coisas, pagar pelo menos um preço mesmo que não seja vantajoso é um passo na direção do bem-estar emocional, embora não o ideal. Se um ser humano assim optar pela solidão, externa ou internamente (às vezes é apenas um fechamento interior), por causa de seu egoísmo, medo, autopiedade, orgulho, ou o que for mais forte, ele reconhecerá facilmente as consequências e chegará ao problema quando for confrontado com ele, com o anseio de amor, de preenchimento, de iluminação, de fraternidade, de união com outra alma. Ele dirá a si mesmo: “Fiz minha escolha; esse é o preço que preferi pagar”.

Supondo agora que ele tenha feito um esforço espiritual escrupuloso para chegar a essa conclusão negativa, ponderando com cuidado os dois lados, mais tarde, se ele perceber que tomou a direção errada, será muito mais fácil mudar de direção, pois antes ele já havia identificado as vantagens e desvantagens. A pior atitude é ficar à deriva na indecisão deixando que todas essas correntes se choquem despercebidas no inconsciente, sem um esforço de autorrealização. Esse estado interior dilacera a alma, com toda a certeza resulta em conflitos, fadiga a alma, consome cada vez mais a força até não restar força suficiente para preencher a vida, do ponto de vista espiritual e material, em outras áreas vitais.

As correntes que se chocam ou curtos-circuitos não estão presentes com a mesma força em todos os seres humanos; há graus variáveis. Não se trata de uma coisa ou outra. Mas às vezes essas emoções contrastantes se chocam violentamente, porque as exigências da alma se dividem nas duas direções, e os atritos interiores e frustrantes tomam conta do homem, a ponto de ele não conseguir mais tocar a vida adiante. Bem, talvez esse seja o único “remédio”, pois nesse momento a pessoa

pode sentir-se tão doente por dentro que voluntariamente concorda em conhecer um meio de cura, o que caso contrário poderia não acontecer, a menos que ela já estivesse em um nível espiritual superior. Se esses conflitos interiores não gerarem essa aflição violenta – uma corrente mais em primeiro plano que a outra – mesmo assim o homem sentirá as contracorrentes pelo menos de tempos em tempos, e a força dele diminui. É importante saber que assim, não pode haver equilíbrio perfeito das forças da alma.

Diversas outras causas provocam o cansaço do mundo. Todas elas derivam da dissonância das forças da alma por outras razões além daquelas que mencionamos, e não vou continuar com esse assunto agora. Já falei o suficiente por hoje, para que todos que ouçam ou leiam estas palavras tenham material suficiente para assimilar, em sua busca interior. Quem quer que deseje ajuda pessoal, a porta está sempre aberta. Se vocês tiverem esse sentimento de anseio indefinido, saibam que em suas correntes inconscientes de sentimento existe falta de bem-estar e liberdade. Pensem mais na sua alma, em toda a sua personalidade, para revelar esses obstáculos ocultos; e deem menos importância às suas aflições, à sua vaidade, aos seus medos, etc., porque se elas os subjugarem impedirão que se investiguem bem. Captem a si mesmos, e terão a coragem para revelar o que está oculto, livrem-se dos fingimentos, e revejam, refinem seus verdadeiros sentimentos.

A única outra corrente sobre a qual ainda quero falar um pouco hoje, porque tem relação com o tema de hoje, é a autopiedade, que frequentemente intensifica o sentimento de cansaço do mundo. É “banhar-se no infortúnio”. O homem tem prazer nisso, e se convence de que precisa aguentar, porque é seu destino. E talvez não seja absolutamente. Como já expliquei, pode ser qualquer uma das correntes opostas ou um curto-circuito, que o homem pode consertar. Essa atitude doentia de sentir prazer com o infortúnio – vocês dão a isso o nome de masoquismo – é resultado de algumas tendências: fugir dos verdadeiros problemas que o homem não quer enfrentar, compensar as carências da vida se lamentando. Essas carências podem fazer parte de uma sequência pré-determinada de acontecimentos, mas muitas vezes podem ser eliminadas com coragem e força de vontade, desde que o homem abra sua porta interior.

Independentemente dos fardos que vocês trazem desta vida ou das anteriores, independentemente do que vocês estão passando agora, se satisfizerem as exigências interiores que eu expliquei, curar a alma e as emoções (não apenas pensamentos e fatos), harmonizá-las com as leis espirituais serão capazes de levar uma vida emocionalmente rica, harmoniosa e portanto feliz proporcionando satisfação, seja qual for o nível em que vocês se encontram.

Finalmente, mas não menos importante quero mencionar algo que já expus muitas vezes – quanta discórdia interior o homem sente quando se revolta contra aquilo que não pode ser alterado. Aceitar um fardo pesado jamais prejudica a alma. A pessoa não fica nem deve ficar alegre; isso seria impossível, mas deve aceitar sem revolta nem amargura. A tristeza que daí resulta de alguma forma liberta a alma. Acredito que todos vocês já sentiram isso muitas vezes. Quando o homem afunda na autopiedade, de maneira semiconsciente ele se lembra de como reagiu quando tinha sobre os ombros um fardo real. E agora, o que ele quer é reproduzir aquele sentimento. Mas é uma produção artificial, pois com um pouco de esforço ele poderia modificar a situação. Um mesmo sentimento pode ser profundamente libertador (quando se passa por uma provação) ou doentio e superficial, quando a pessoa se entrega, desanimada, à autopiedade. Procurem ver a diferença.

Uma série de correntes doentias pode desgastar a alma ao mesmo tempo (as que eu citei e outras). Uma se interliga à outra, uma corrente doentia contamina a outra. O que eu disse a vocês hoje não é fácil de entender, e peço que estudem a palestra muito bem. Agora vamos passar às perguntas, que vou responder da melhor forma que puder.

**PERGUNTA:** Ainda não consegui resolver o problema da prece e da meditação. Sem querer, acabo caindo em alguma rotina. Há um bom tempo você mostrou como fazer uma oração. Segui seu conselho e fiquei satisfeita por muito tempo. Achava que vinha realmente de dentro. Tive de me esforçar um pouco para adquirir certa disciplina. Mas agora acho que ainda não está certo. Eu sinto a rotina, a falta de espontaneidade. Por outro lado, se eu não sigo a estrutura, logo esqueço por que queria rezar. Também aprendemos que nenhuma prece é em vão. São tantas as coisas para incluir na prece que às vezes levo uma hora para terminar. Agora, se eu deixar de lado a estrutura sei que tenho medo que vou me descuidar e deixar de rezar por uma série de coisas. Como acabar com essa divi-  
são?

**RESPOSTA:** Quando o homem está no início de um caminho espiritual e ainda pode não ter aprendido o método certo da prece regular que é muito importante e quando além disso, ele não gosta de disciplina – e, portanto, existe o perigo de se tornar negligente – é da maior importância que ele faça um plano. É muito importante porque nenhuma prece, nenhum bom pensamento é emitido em vão. Todos os pensamentos têm forma no plano espiritual e têm algum efeito. Mas também é importante que o homem aprenda a ter disciplina e se concentrar. A prece diária deve ser considerada um exercício diário de meditação. A princípio, a maioria dos seres humanos tem dificuldade de manter os pensamentos ordenados, e é preciso aprender a não desanimar por causa disso. Basta voltar tranquilamente ao ponto em que os pensamentos saíram do caminho. É um exercício valioso, além dos bons pensamentos – forma que são construídos.

Você precisa entender também que essa é uma etapa passageira. A prece, como tudo que está vivo, jamais deve chegar a um ponto em que não evolui mais. Ela precisa acompanhar sempre o desenvolvimento da personalidade como um todo. Assim, esse exercício inicial é de grande importância e deve ser tratado como você fez. Ah, você vai aprender muito com isso! O homem deve fazer questão de dedicar certo tempo diariamente à vida espiritual. Depois de algum tempo, esse hábito fica tão arraigado que ele não pode mais passar sem isso.

Depois você atinge o passo seguinte e pode ampliar as suas preces. Você vai aprender a rezar por outras pessoas, pelos espíritos, pelo desenvolvimento em geral, pela paz, etc., com mais profundidade. Tudo isso leva você para mais perto de Deus e do mundo dos espíritos. Mas depois que você atinge essa nova fase – quando a prece diária é uma necessidade – precisa prestar atenção para ela não se transformar numa prece mecânica. Faz parte da batalha constante de que o homem participa se quiser trilhar o caminho do meio que é muito difícil.

O outro extremo é a negligência, muitas vezes justificadas desta forma: “A prece só tem valor se eu estiver no estado de espírito certo.” Mas o desejo de orar pode ser cultivado e deve ser com a mesma ternura que tudo o mais na vida. Dê um pequeno empurrão em você mesma, adquira disciplina.

Minha amiga, o seu caso é o outro extremo: rotina demais. A sua prece parece um fardo, algo que você tem que carregar. No entanto, o homem tende a considerar esse extremo um fardo mais

fácil porque, seguindo um padrão fixo, ele não precisa pensar muito. Não é preciso examinar constantemente o eu interior, rever, retificar, e sua consciência pode achar mais atraentes as doutrinas dos organismos religiosos ortodoxos. Mas o ser humano que se esforça por crescer espiritualmente na mais pura aceção da palavra não deve se contentar em seguir rotineiramente os extremos e as doutrinas porque isso acalma sua consciência. Vou aconselhá-la minha amiga, não se preocupe quando fizer uma prece de maneira diferente do que pretendia, nem se esquecer isto ou aquilo, uma vez ou outra. A sua prece era adequada para você na fase anterior, mas agora é preciso rever o seu plano. Esquecer alguma coisa de vez em quando é um mal menor, se pudermos falar assim, do que ficar presa pelos grilhões da rotina que bloqueia a espontaneidade e também a libertação da sua alma.

Também vou lhe dizer que para prece geral (tudo que não envolve você mesma), não é preciso usar muitas palavras. Mesmo se você escolher as palavras mais bonitas que a princípio tinham muito poder, depois de algum tempo, por causa da repetição constante, elas consomem tempo e perdem o efeito inicialmente pretendido. É melhor e muito mais objetivo visualizar fortemente na sua mente os elementos pelos quais você deseja orar e depois condensar esse desejo com todo o coração, em uma única frase. Assim, você se expressa com mais eficácia. Ouça tranquilamente o seu íntimo se você verdadeiramente quer que esse desejo seja satisfeito. Essa prece de uma única frase tem mais poder do que as muitas palavras que você poderia ter dito. Quanto a você pessoalmente, não prepare nenhuma fórmula fixa, porque cada dia apresenta estímulos internos e externos diferentes. Você percebe, à medida que se desenvolve que um dia um determinado defeito é revelado, no dia seguinte é outro, depois uma corrente emocional errada, e em outro dia ainda você não sai do lugar por causa de alguma coisa que não entende a seu próprio respeito. Dessa forma, a prece é sempre atualizada, variada e, portanto mais pessoal. Combine isso com a reflexão diária na meditação.

Para desenvolver-se ainda mais, converse diariamente com Deus através dos seus amigos espíritos da esfera Dele. Mas para não se dispersar, você precisa ter uma determinada estrutura para agir, por assim dizer. Primeiro, inclua todas as falhas e reações emocionais erradas na sua prece; formule resoluções, e depois peça a Deus por mais reconhecimento e força para superar. Depois de algum tempo, você vai descobrir o ponto de centralização, porque quanto mais se desenvolver, mais depressa vai perceber que muitas falhas e correntes defeituosas têm origem em algumas poucas causas básicas. Mas tome cuidado para que o relato de seus defeitos não se transforme em rotina, porque o objetivo é impregnar, e ao mesmo tempo revelar essas falhas, passando a perceber um pouco melhor a cada vez, a razão delas. Encare os altos e baixos diários com sinceridade, e converse com Deus sobre eles. E depois fique quieta, ouça. Às vezes a resposta vem instantaneamente. Procure fazer assim.

**PERGUNTA:** Fico com a consciência pesada quando oro muito por mim e meus assuntos em vez de orar pelos outros.

**RESPOSTA:** Isso depende totalmente da maneira como você faz. Se as suas preces fossem apenas a vontade intensa de satisfazer um determinado desejo, poderiam ser em si mesmas erradas. Mas entenda que, para os outros, você não pode fazer mais do que enviar a eles sentimentos de compaixão, amor, perdão, com os seus melhores votos, inclusive para os seus inimigos. Você não tem poderes para fazer mais do que isso, minha querida, mas tem poderes para mudar por dentro, para se desenvolver, e isso requer todo o seu esforço concentrado, muito tempo e a ajuda de Deus, que é dada para aqueles que verdadeiramente a desejam. Basta entender que a sua vontade interior



pode impulsionar mudanças e o seu desenvolvimento, e você não ficará com a consciência pesada quando conversar longamente com Deus sobre você mesma. Isso não é ser egoísta.

Vocês, seres humanos, não entendem muitas coisas sobre si mesmos. O maior entendimento requer reconhecimento, que pode ser obtido pelo esforço concentrado, pelo tempo dedicado e com a ajuda de Deus. Absorvam o pensamento de que vocês não desejam a purificação e a cura da alma apenas para se tornarem seres humanos mais felizes e, como espíritos, entrarem numa esfera superior, porém mais para serem uma luz no plano de salvação de Deus e irradiarem o que Deus dá a vocês para o seu desenvolvimento. Se quiserem progresso para o mundo, salvação para as almas, os seres humanos e os espíritos, como vocês dizem nas preces, vocês podem fazer isso muito melhor se tiverem crescido, forem mais livres e mais saudáveis. Vocês não têm a menor idéia da diferença que isso faz e como se irradia. Com tal atitude, você gera uma corrente produtiva, e não apenas vai esquecer a consciência pesada, mas também receber mais ajuda, porque você pode ajudar melhor os outros. Esta é a única maneira de resolver este problema, porque as melhores preces do homem são seus atos. E o ato certo, acima de tudo, é curar os aspectos doentios da própria alma, e isso exige muita honestidade consigo mesmo e disciplina. Assim, o homem cumpre sua missão e suas preces adquirem vida.

É claro que a prece falada é necessária, é a pedra angular. Não se apresse e você vai aprender o que é essencial para o seu desenvolvimento. Saiba que o seu desenvolvimento, que requer muito conhecimento e reconhecimento sobre o eu interior, serve mais aos outros do que muitas preces com palavras bonitas. Mas não quero dizer que você não deva absolutamente orar pelos outros; não, procure o justo meio termo, o equilíbrio.

PERGUNTA: Por algum motivo, acho difícil interromper o que construí com tanto cuidado.

RESPOSTA: O fato de isso ser tão difícil para você é sinal de que já se tornou uma espécie de carga ou prisão. No início do plano, essa estrutura era excelente, mas agora é importante que você se liberte do fardo para reintroduzir vida nas suas preces, acompanhando as suas necessidades diárias. Vou dar um exemplo. Uma pessoa que nunca aprendeu a tomar banho todos os dias terá, no início, dificuldade em fazer disso um hábito. Ela precisa superar a resistência inicial, pois acha que isso requer muita disciplina e toma tempo. Mas depois de algum tempo, fica tão acostumada que dificilmente conseguiria viver sem a limpeza diária do corpo todo. Poderia até acontecer o extremo oposto, ela deixar de fazer outras coisas importantes por passar tempo demais na banheira, achando que isso é um prazer tão grande. Ou pode colocar sua saúde em perigo durante uma doença em que não deva tomar banho. Assim, ela se sente obrigada a cuidar disso, que agora considera uma necessidade diária. No entanto, se tiver adquirido esse hábito saudável, irá mantê-lo sem compulsão nem pressão, sem cair nos extremos, sem considerar isso um dever no mau sentido, e dessa forma não será uma prisão. Será uma coisa natural, uma atitude descontraída e harmoniosa, quase sem esforço.

Você, minha cara, ainda luta com esse banho da alma, a prece, quando poderia descontraí-la, porque a prece diária já é sua segunda natureza para você. Não tranquilize a sua consciência com esforço tenso.

PERGUNTA: Você pode, por favor, me dizer da próxima vez, se eu avancei nessa direção?

RESPOSTA: Sim, com prazer. E vocês sabem, meus amigos, como Cristo disse, a Prece do Senhor tem grande profundidade. Pode-se meditar uma hora sobre a Prece do Senhor. Mas não a recitem apressadamente – nem as suas próprias preces. Se vocês refletirem em cada linha da Prece do Senhor, certamente não vão fazer uma prece mecânica, e sim perceber seu poder e sua pureza. Todos os elementos essenciais estão condensados ali, de uma maneira maravilhosa. Depende de vocês entenderem o significado das palavras. Uma vez, eu expliquei a vocês o significado das palavras dessa maravilhosa prece, e posso fazer isso outra vez de modo diferente para mostrar que essa prece pode ser dita de muitas formas, se vocês procurarem captar sua vivacidade e seus muitos esclarecimentos. É claro que não precisam dizer apenas essa prece; evitem a prece estática, dita mecanicamente. Façam uma alternância – uma vez a prece de vocês, depois a Prece do Senhor, depois ambas, etc.

A prece de vocês deve se concentrar no seu próprio desenvolvimento, nos seus problemas, na sua busca. À medida que vocês mudam, também as preces devem mudar, passando para um patamar mais alto. A questão mais íntima e mais importante da vida do homem, suas preces, deve acompanhar o ritmo do avanço do crescimento em geral.

PERGUNTA: Gostaria de dizer uma coisa com respeito à comparação entre prece e banho. Limpar o corpo tem um resultado visível, mas a prece, não. A dificuldade com a prece é que nem sempre a pessoa acha que atingiu o objetivo. Não quero dizer ela se realizar, mas ser ouvida. O povo indiano tem rodas de prece enquanto repetem sem parar palavras sagradas. É claro que não passa de uma recitação, mas os indianos do leste, em particular, são considerados muito próximos da natureza e de Deus.

RESPOSTA: Não como um todo, de jeito nenhum, e não porque eles repitam continuamente “palavras sagradas”. “Palavras sagradas” não é uma fórmula. Uma palavra pode ser sagrada quando a alma a emite com pureza, o que nunca acontece com a palavra repetida mecanicamente. A repetição é muito mais simples do que essa luta constante para encontrar o caminho do meio. Portanto, sempre haverá seres humanos que acham que podem fugir dessa batalha se apegando a determinadas fórmulas e regras fixas. Quanto à outra parte da sua pergunta, quero dizer que não é assim. Existem pessoas que sempre parecem limpas, mesmo se não tiverem tomado banho. Também há graus. É claro que, se uma pessoa nunca tomar banho, isso fica visível. Mas se ela tomar sem regularidade, pode ser que ninguém perceba. Talvez ela não tenha um aspecto super limpo ou muito diferente das pessoas que tomam banho diariamente. Com a prece acontece o mesmo. Talvez nem sempre você veja instantaneamente o resultado na forma de realização ou resposta. Mas assim como você se sente mais limpo depois do banho – não importa se os outros vejam isso ou não – você se sente purificado depois de um “banho” de prece para a alma, depois de fazer uma prece certa. Se um ser humano quer provas imediatamente de que não fez uma prece em vão, é sinal de que a prece não era certa, e também que não houve contato. Se uma prece é feita com a vigorosa força da alma e não muito centrada nos desejos, se a prece for direcionada para o crescimento espiritual, desejando amar e dar mais e descobrir a vontade de Deus e a sua verdade interior, nesse caso aparecerão os resultados da prece, às vezes muito depressa, quando existe uma força de vontade constante e real por trás dela e, por exemplo, quando você procura aplicar o que aprendeu. E quando depois você sente o surgimento de uma corrente cruzada ou uma resistência – o que é inevitável – poderá ver o quanto essa força de vontade é poderosa e se a resistência foi dominada.

Se houver a força poderosa, haverá um grande alívio, uma maravilhosa paz e harmonia, uma sensação de vitória e purificação, e assim é estabelecido o contato, não restando dúvida de que a prece foi ouvida. Assim, quando vocês orarem de todo o coração para revelar alguma tendência da sua alma onde há uma grande resistência, e vocês vencerem essa resistência, realmente desejosos de fazer a vontade de Deus para enxergarem a verdade interior, nesse caso a prece surte efeito, está viva.

O efeito da prece pode ser muito rápido, talvez não da primeira vez. Talvez nós, do mundo de Deus, queiramos observar primeiro se vocês são sinceros e se não vão parar de tentar. Quando o mundo dos espíritos de Deus está certo de que o homem realmente tomou uma decisão, o contato direto será sentido. O que você não entendeu?

PERGUNTA: O fato de que todos os dias bilhões de pessoas oram e suas preces parecem que não são ouvidas, caso contrário o mundo não seria o que é.

RESPOSTA: O como da prece é sua parte mais essencial, por exemplo, o agricultor que reza para chover, o hotelheiro que reza para sair o sol, uma pessoa que reza por isto, outra por aquilo. Essas preces mecânicas têm muito, muito pouco efeito, se tiverem algum, pois todas as preces mecânicas são preces “erradas” – não passam de uma recitação.

A prece realmente certa, naturalmente, é aquela que pede o crescimento espiritual e para saber e cumprir a vontade de Deus, mesmo que seja contrária à vontade do eu. Se vocês desejarem de todo o coração “Seja feita a Vossa Vontade, vou cumprir a Vossa vontade, seja ela qual for, porque Vós, Senhor, sois amor e sabedoria”, então a prece é feita da maneira certa, e nesse caso vocês vão ter uma resposta. E como há poucos seres humanos que oram assim – muito, muito poucos! – É por isso que o mundo de vocês está como está. A vontade do eu é muito mais forte, na maioria dos seres humanos, do que o desejo de conhecer e cumprir a vontade de Deus. Tudo o mais, nós não chamamos de fato prece. É uma forma vaga de discurso feito a Deus, por dever; às vezes é apenas puro egoísmo. Absolutamente não gera força, nem tem muito sentido. O principal tema de cada prece deve ser a submissão da vontade do eu à vontade de Deus. Esta deve ser a base.

Se vocês, todos os dias novamente na hora de prece, perguntarem a si mesmos: “O que Deus poderia querer de mim que eu não vejo, porque minha vontade parece me puxar em outra direção? Será que minha relação com Deus é tão harmônica que eu sujeito totalmente minha vontade à Dele, mesmo se isso parecer difícil? E se eu receber uma resposta do mundo Dele que eu não gostar, estou disposto a aceitá-la? Qual é minha atitude a esse respeito?”, nesse caso as portas se abrirão. Enquanto a vontade do eu for mais forte, a vontade de Deus não consegue penetrar, e continua não havendo contato. Este é, em essência, o cerne da prece. Tudo o mais é um monte de palavras bonitas que não dão frutos. Se vocês conseguirem se libertar da cadeia da sua vontade forte centrada nos desejos do eu, a porta se abrirá, e a vida de vocês vai mudar de uma maneira maravilhosa. Posso assegurar isso a cada um de vocês.

PERGUNTA: Mas não há uma certa contradição entre a idéia do livre arbítrio e a tarefa do livre arbítrio? Porque no momento em que digo “Seja feita a Vossa vontade”, a minha vontade acaba.

RESPOSTA: Você tem um livre arbítrio: sujeitar-se ou não à vontade de Deus. Você e todos os demais têm essa escolha, e ela significa muito mais do que se percebe de início. A queda do homem (a expulsão do paraíso) se baseia nesse princípio.

Decidam dizer: “Submeto o livre arbítrio que Deus me deu à vontade Dele, não à força (isso é exatamente o que Deus não quer), mas porque eu, um ser humano livre, optei por isso. Quero cumprir a vontade de Deus mais do que a minha própria vontade”, assim como um ser submete voluntariamente sua vontade à de outra pessoa, ou não. Uma esposa, por exemplo, pode dizer: “Meu marido, quero que tal coisa seja feita de acordo com a sua vontade.” Ela não é obrigada a dizer isso, mas pode dizer, se quiser. Sujeitar voluntariamente a vontade de vocês à de outra pessoa não é absolutamente uma supressão do livre arbítrio. É uma maneira de usar o livre arbítrio.

PERGUNTA: Acho difícil saber qual é a vontade de Deus.

RESPOSTA: Quando você toma a decisão de reconhecer sempre a vontade de Deus e agir de acordo com ela, a vontade de Deus lhe é mostrada. Pense nas suas falhas, no quanto você se agarra a elas. Pense se você está fazendo tudo o que o crescimento espiritual exige, se você faz o esforço de superar as resistências envolvidas no autoconhecimento, isto é, tudo que provocou conflito na sua vida. Depois pense se você está disposto a renunciar ao eu para fazer a vontade de Deus.

É claro que vocês precisam tomar essa resolução repetidamente, caso contrário a forma espiritual será muito fraca. Ela se dispersa quando esses pensamentos passam pela mente de vocês de maneira superficial, ocasional, sem profundidade. Esta forma-pensamento precisa ser cultivada como uma planta preciosa. Meditem sobre isso, no plano geral e peçoal, onde e por que esta decisão vai penetrar e afetar os seus sentimentos mais secretos.

PERGUNTA: Mas se isso for feito com muita regularidade, não vai virar também uma rotina?

RESPOSTA: Não, com toda certeza não, a menos que seja um pensamento superficial, mas nunca quando sentem que esse pensamento preenche todo o seu ser e vocês estão realmente dispostos a aplicá-lo ao longo de toda a vida. Pensem nessa aplicação prática todos os dias, e como e onde ela pode ser aplicada.

---

Os seguintes avisos constituem orientação para o uso do nome Pathwork® e do material de palestras:

Marca registrada / Marca de serviço

Pathwork® é uma marca de serviço registrada, de propriedade da Pathwork Foundation e não pode ser usada sem a permissão expressa por escrito da Fundação.

Direito autoral

O direito autoral do material do Guia do Pathwork® é de propriedade exclusiva da Pathwork Foundation. Essa palestra pode ser reproduzida, de acordo com a Política de Marca Registrada, Marca de Serviço e Direito Autoral da Fundação, mas o texto não pode ser modificado ou abreviado de qualquer maneira, e tampouco podem ser retirados os avisos de direito autoral, marca registrada ou outros. Não é permitida sua comercialização.

Considera-se que as pessoas ou organizações, autorizadas a usar a marca de serviço ou o material sujeito a direito autoral da Pathwork Foundation tenham concordado em cumprir a Política de Marca Registrada, Marca de Serviço e Direito Autoral da Fundação.

O nome Pathwork® pode ser utilizado exclusivamente pelas regionais autorizadas pela Pathwork Foundation.