



Web Rádio Universo Holístico

<http://www.universoholisticodoser.com/raacutedio-universo-holiacutestico.html>

Meus sites

<http://www.universoholisticodoser.com>

www.bemestareconhecimento.com

CURSO AUTOCONHECIMENTO 1ª AULA

Introdução PRIMEIRA AULA

Crianças... vou explicar como funcionará o chat... peço a todos que enquanto eu estiver passando as informações, ninguém interrompa escrevendo no chat, para não não distrair e não tirar a concentração de todos.

Se quiserem bater papo após a aula, tudo bem, sem problemas. Peço a todos que coloquem seus nomes verdadeiros, para que possamos saber com quem estamos interagindo.

No dia seguinte após a aula, estará disponível o arquivo do que foi passado para que possam estudar e (se for o caso) praticar técnicas até a próxima aula, este arquivo estará em anexo na página “Inscrições”

onde realizaram a inscrição para que possam fazer download, mas, estará disponível somente para quem participou da aula. Cada aula terá em média a duração de 1 hora, salvo algum incidente aqui comigo (falta de energia por ex, as vezes acontece rsss).

Se alguém se desconectar involuntariamente, poderá retornar à sala utilizando o link que lhes foi fornecido, ou, simplesmente atualizando a página. O chat NÃO mostra links, imagens e tão pouco slides.

Sempre que houver necessidade da apresentação de imagem, slide ou vídeo, compartilharei e vocês visualizarão do lado esquerdo do chat, onde provavelmente tem uma faixa preta com alguns dizeres.

Neste chat não teremos visitantes pois é fechado, é liberado apenas para os inscritos que receberam o link. (conto com a honestidade de vocês em não passarem o link para terceiros não inscritos). Ok!

Tudo certo... podemos dar início depois dos esclarecimentos? Se por acaso eu estiver escrevendo, (enviando) muito rápido, por favor avisem-me.

Antes de iniciarmos gostaria de agradecer e dar a vocês boas vindas, e dizer algumas palavras sobre este curso.

Se você se interessou por fazer este curso sem dúvida alguma é porque algo dentro de você, de alguma forma, está dizendo que você

precisa mudar, que precisa conhecer algo novo que te leve a conhecer uma nova realidade.

Exagero? Pode ter certeza que não.

Existe de fato uma outra realidade que mostrará um sentido totalmente novo para a vida, muito diferente desta que aprendemos a conhecer e aceitar desde cedo, de apenas nascer, crescer, lutar para sobreviver, reproduzir-se, envelhecer e morrer.

Como poderá ver, no decorrer do curso serão abordados temas que a primeira vista parecerão um pouco estranhos.

Isso é perfeitamente compreensível, especialmente quando consideramos o fato de que não fomos educados para esse tipo de conhecimento e que, muitas vezes, fomos ensinados justamente para aceitar o oposto disso.

Você poderá comprovar por si mesmo tudo o que é ensinado neste curso. Muitas pessoas fizeram e continuam a fazer isso, pois o que aprenderá será para toda sua vida.

Porém é necessário praticar com frequência o que será passado. Não espere conseguir comprovar algo e obter resultados acomodando-se em apenas ler textos e acumular informações.

Também gostaria de colocar que não tenho a intenção de convencer ninguém de nada, mas, de simplesmente disponibilizar informações para os que estão realmente interessados em obtê-las.

Bem... dito isso, faço votos que você goste e aproveite ao máximo este breve curso, que nada mais é que uma porta de entrada para esta nova realidade, mas que necessariamente precisa ser transposta.

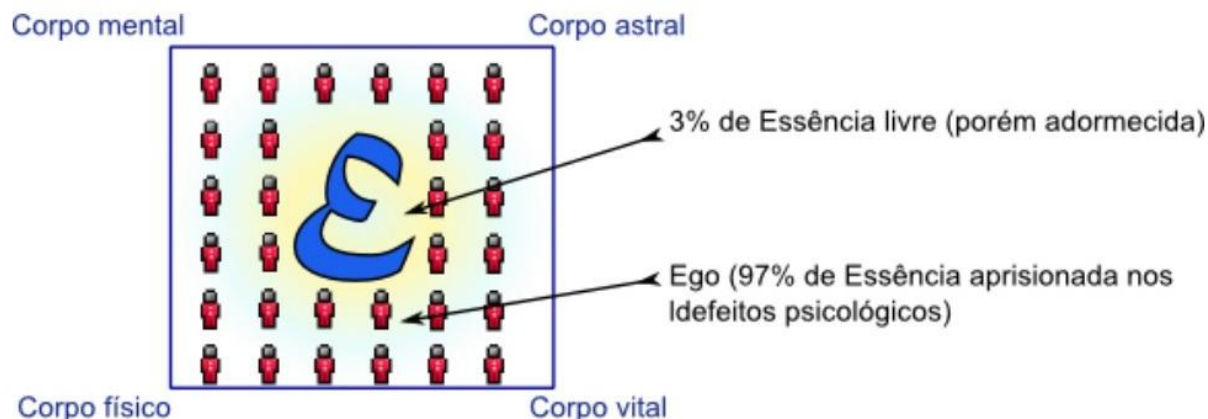
1º – O QUE SOMOS INTERIORMENTE

Somos muito mais do que apenas podemos ver e tocar fisicamente.

A constituição do ser humano vai muito além da parte física, fato que não era ignorado pelas antigas e sábias formas de medicina como egípcias, chinesas, indianas entre outras.

Para a perfeita compreensão dos temas tratados no curso, vou falar um pouco sobre os corpos ou veículos que formam o conjunto do ser humano, assim como o que anima ou dá vida a esses veículos.

O gráfico nos mostra precisamente isso:



CORPO FÍSICO é nosso corpo de carne e osso e é o veículo com o qual nos expressamos no mundo físico. Esse corpo está sujeito ao tempo, isto é, se deteriora com o passar do tempo e, portanto, chega o dia em que cessam suas funções biológicas e o metabolismo.

É a morte desse veículo.

CORPO VITAL é a parte tetradimensional do corpo físico, ou seja, é um correspondente intimamente ligado ao corpo físico, porém não é visível ao olho humano, com exceção dos clarividentes..

O corpo vital também é conhecido como aura, corpo etérico.

É esse corpo que dá vitalidade e calor ao corpo físico e, quando começa a se deteriorar (pois também está sujeito ao tempo), o corpo físico seguramente irá pelo mesmo caminho. Quando da morte do corpo físico o corpo vital também se desintegra.

CORPO ASTRAL é o veículo com o qual nos expressamos no mundo astral ou mundo dos sonhos.

Este veículo não está sujeito ao tempo, não morre e nem se desintegra quando ocorre a morte física.

Este corpo é ligado ao corpo físico pelo cordão de prata, também chamado de fio da vida. É um fio de energia que somente é rompido no momento da morte física.

Com o corpo astral podemos atuar conscientemente fora do corpo físico e visitar os diversos lugares do mundo astral ou mesmo do mundo físico. É o que se conhece por desdobramento astral,

projeção astral, sonho lúcido, etc., o que, aliás, será tratado com detalhes no decorrer deste curso.

CORPO MENTAL é o veículo com o qual nos expressamos no mundo mental, que também se encontra na quinta dimensão, por isso assim como o corpo, não morre nem se desintegra quando ocorre a morte física. O corpo mental está relacionado aos nossos pensamentos e funcionamentos cerebrais.

Acima citei os veículos ou corpos que possuímos.

Agora veremos o que anima esses veículos, o que os dá vida, o que realmente somos interiormente.

ESSÊNCIA, CONSCIÊNCIA ou ALMA é de fato o que temos de mais nobre. É uma parte divina que se expressa nas diferentes dimensões através dos veículos citados anteriormente. No oriente a Essência é também conhecida por Budhata.

É o que realmente somos, mas infelizmente está adormecida e aprisionada em nossos muitos defeitos psicológicos (que também podemos chamar de eus) e dificilmente consegue se expressar.

A essência é imortal.

Em uma criança recém-nascida a Essência se expressa livre dos defeitos psicológicos, o que torna essas crianças belas, inocentes e adoráveis.

Infelizmente, com o passar dos anos, a essência volta a ser aprisionada nos eus, e aquela beleza espontânea vai se acabando.

Quando digo que a Essência volta a ser aprisionada, me refiro ao fato de que quando nascemos estamos na verdade vindo de uma existência anterior, na qual a Essência já estava aprisionada pelos defeitos psicológicos. Veremos isso com mais detalhes nas lições seguintes.

EGO é o conjunto de todos os nossos defeitos psicológicos, também chamados de eus ou detalhes do ego. Apesar de ser de natureza inumana também é o que somos.

Como a Essência aprisionada dificilmente se expressa, quem atua em nós quase na totalidade do tempo é o ego.

No gráfico anterior ao lado do chat vimos que temos:

3% de Essência livre (porém adormecida).

97% de Essência aprisionada nos diferentes eus.

Os eus são como muitas pessoas vivendo dentro de nós, cada qual com suas próprias vontades, opiniões, desejos, pensamentos, etc. Cada uma dessas “pessoas” luta pela supremacia, para ser o comandante da máquina humana.

Seria como se a máquina humana fosse um navio tripulado por muitas pessoas, as quais estão constantemente lutando entre si para ser o comandante e pilotar o navio.

O ego é pluralizado, é o conjunto de muitíssimos eus ou defeitos psicológicos que foram criados e são alimentados por nós mesmos.

O ego não morre quando ocorre a morte do corpo físico, segue vivendo na quinta dimensão.

Quando a essência retorna em um novo corpo físico o ego torna a se reincorporar neste novo organismo e continua mantendo a essência adormecida e aprisionada.

Não há nada de divino ou superior no ego. Sem sombra de dúvida o ego é a causa de nossos sofrimentos, inconsciência e limitações.

Felizmente o ego pode ser eliminado de nós e por nós mesmos, de forma voluntária e consciente.

2 – A VIAGEM ASTRAL

Nesta lição vamos começar a conhecer e entender um fenômeno que é algo natural do ser humano e que ocorre conosco sempre que adormecemos.

Trata-se do desdobramento astral, que também é conhecido como viagem astral ou ainda projeção astral. No curso os termos viagem astral, desdobramento astral e projeção

astral serão empregados indistintamente.

A despeito de aceitarmos isso ou não, de termos consciência disso ou não, o fato é que esse fenômeno tem ocorrido conosco desde que nascemos.

O motivo de estudarmos este tema é o fato de que podemos desenvolver a capacidade de ter controle sobre a viagem astral.

E qual a vantagem de se ter controle e poder fazer a viagem astral conscientemente?

Como vimos na aula anterior, nós possuímos um corpo astral e esse corpo é o veículo utilizado para a nossa manifestação no mundo astral.

Isso significa que se tivermos controle sobre a viagem astral poderemos atuar conscientemente no mundo astral, um mundo totalmente novo, onde o tempo não existe, e que guarda muitos segredos sobre nós mesmos, sobre o destino, sobre os mistérios da vida e da morte, do Universo e de toda a criação.

Podemos também dizer que tudo o que existe no mundo físico existe também no mundo astral, mas nem tudo que existe no mundo astral existe no mundo físico.

Para começar veremos como e porque ocorre o processo da viagem astral inconsciente.

Todo ser humano necessariamente precisa dormir para que o organismo descanse e seja revitalizado para recuperar as energias gastas nas atividades normais do dia a dia.

Por esse motivo é impossível uma pessoa permanecer muito tempo sem dormir. O corpo físico precisa ser revitalizado para que continue a funcionar.

Um exemplo muito comum disso é o caso de pessoas que, pela necessidade inadiável de revitalização do corpo físico, adormecem ao volante de um veículo sofrendo e causando graves acidentes.

O corpo vital é o responsável pela revitalização do corpo físico. Mas para que o corpo vital desempenhe sua função é necessário haver a separação ou desdobramento do corpo astral.

Assim, sempre que adormecemos, literalmente saímos do corpo físico “vestidos” com o corpo astral.

O problema é que, por estarmos com a consciência adormecida, não nos damos conta deste processo e por isso para nós a viagem astral se passa como nada se passasse.

Nesse caso a pessoa fica como um sonâmbulo no mundo astral, sem ter idéia de onde está o do que há ao seu redor.

Quando retorna ao corpo físico e acorda, depois de ter decorrido o tempo suficiente para o organismo ser revitalizado, normalmente a pessoa recorda apenas de fragmentos de sonhos.

Evidentemente que a clareza e a intensidade com que as recordações são trazidas do mundo astral podem variar muito de pessoa para pessoa.

Algumas conseguem recordar de muitos detalhes e outras podem simplesmente acordar sem lembrar absolutamente nada.

Nesta aula vimos uma breve introdução sobre a viagem astral.

Nas lições que virão sobre o tema da viagem astral iremos nos aprofundar um pouco mais e aprenderemos como conseguir experiências astrais conscientes, ter consciência de que estamos no mundo astral e ter controle sobre nosso sonho, o que sem dúvida aumenta enormemente nossas possibilidades.

3 – OS SETE CENTROS DA MÁQUINA HUMANA

Agora veremos algo sobre os sete centros que controlam a máquina humana. Este tema é simples porém importantíssimo, e compreendê-lo é fundamental para entender os temas que virão e, principalmente, para colocar em prática as técnicas de autoconhecimento e mudança interior.

Nosso corpo possui determinados centros de controle que são responsáveis por exercer determinadas funções físicas e psicológicas. São sete os centros que controlam a máquina humana, sendo dois centros superiores e cinco inferiores.

Os dois centros superiores, que são o emocional superior e o mental superior, estão como “desconectados” do ser humano comum e corrente devido à nossa condição psicológica e espiritual tão limitada.

O ser humano tem espantosas possibilidades de desenvolvimento interior, a ponto de conseguir ter uma ordem perfeita dentro de si, com todos os cinco centros perfeitamente equilibrados e harmoniosamente “conectados” aos outros dois centros superiores.

Um ser humano assim tem total domínio de si mesmo, é senhor dos seus processos psicológicos e das suas emoções.

Os cinco centros inferiores todos os seres humanos os possuem, pois são indispensáveis à nossa existência.

Cada centro trabalha com o tipo de energia que lhe corresponde e o uso excessivo de qualquer um dos centros, que é o que podemos chamar de abuso, esgota uma pessoa, podendo mesmo levá-la a um colapso das suas funções.

Estes centros são os seguintes:

CENTRO INTELECTUAL: localizado no cérebro este centro trabalha com a energia mental, e é responsável pelos processos relacionados ao raciocínio, à análise, etc. Quando uma pessoa está estudando ou raciocinando para resolver um problema, está utilizando energia do centro intelectual.

CENTRO MOTOR: localizado na parte superior da coluna vertebral (base do crânio), este centro controla os movimentos que fazemos. Por isso uma lesão na coluna pode comprometer seriamente o controle dos movimentos do corpo.

CENTRO EMOCIONAL: é um único centro de controle que porém é formado por dois pontos que se localizam um no coração e o outro no plexo solar (região do umbigo). Este centro trabalha com a energia emocional. Talvez você já tenha percebido que diante de certos acontecimentos em nossa vida, às vezes sentimos uma sensação esquisita no coração ou um certo “frio na barriga”. Repare que essas sensações são perceptíveis justamente nos pontos que formam o centro emocional.

CENTRO INSTINTIVO: este centro está localizado na base da coluna vertebral, e controla os instintos naturais do ser humano como o instinto de sobrevivência, instinto materno, instinto sexual, etc.

CENTRO SEXUAL: localizado nos órgãos sexuais trabalha com a energia sexual, que é a energia mais poderosa de todas. Tão poderosa que é a única energia em toda a natureza que tem o poder de criar a vida.

Infelizmente devido aos nossos já conhecidos defeitos psicológicos, também chamados de ego, estes centros não trabalham corretamente, o que causa o mau funcionamento físico e psicológico da máquina humana.

Isso como consequência traz enfermidades de todo tipo.

O ego atua nestes centros a cada instante, abusando da energia destes centros, desgastando e controlando a máquina humana. O mais incrível de tudo é que ninguém sequer suspeita do que está ocorrendo em si mesmo, em seu próprio mundo interior, físico e psicológico. Apenas sofre as consequências sem saber as causas.

Mas a partir de agora isso começa a mudar.

Como podemos comprovar a atuação dos defeitos psicológicos em nós?

Existe em nós um sentido que está atrofiado pelo desuso. Trata-se da Auto-observação.

Com esse sentido podemos perceber a atuação dos defeitos psicológicos em cada centro e, percebendo isto, podemos eliminá-los através do que chamamos morte psicológica, também conhecida como morte mística ou ainda morrer psicológico.

Os temas da Auto-observação e da Morte psicológica serão explicados em detalhes nas próximas aulas, e são imprescindíveis para o autoconhecimento e para a mudança interior.

4 – O SENTIDO DA AUTO-OBSERVAÇÃO

Nesta lição aprenderemos sobre um precioso sentido que todos nós possuímos, mas que pelo seu total desconhecimento e conseqüente desuso está atrofiado.

Felizmente, conforme vamos voltando a usar este sentido, este vai novamente se desenvolvendo e é como se fossemos abrindo gradualmente uma janela em nós mesmos, a qual por muito tempo permaneceu fechada e que agora permite que um pouco de luz entre e ilumine nosso mundo interior, e dessa forma vamos conseguindo enxergar pouco a pouco tudo o que ali existe.

Quanto mais exercitamos este sentido mais a janela se abre e conseqüentemente mais luz entra, e assim vamos enxergando cada vez mais e mais coisas que até então estavam ocultas e que nem remotamente suspeitávamos que existiam.

Esse sentido é chamado de auto-observação e compreender este tema é fundamental. Não é possível nos conhecermos a fundo sem utilizar o sentido da auto-observação.

Mas afinal, o que vamos observar em nós?

Através da auto-observação iremos ver e sentir o que se passa nos centros da máquina humana, nos cinco centros inferiores que estudamos na lição anterior.

E como veremos nesta lição, nestes centros a todo instante algo está ocorrendo, e na maioria das vezes sem nosso conhecimento e muito menos consentimento.

E como fazer a auto-observação?

Não há uma técnica para se fazer a auto-observação. Simplesmente, conhecendo quais são os centros da máquina humana (intelectual – motor – emocional – instintivo – sexual), passamos a observá-los, ou seja, dirigimos nossa atenção para estes centros a fim de percebermos quais sentimentos e pensamentos estão se manifestando ali.

Para isso não é necessário parar de fazer o que estamos fazendo, seja em casa, no trabalho ou em qualquer lugar que se esteja.

Praticando a auto-observação você verá que este sentido nos permite ver e sentir extraordinariamente o que se passa dentro de nós e, ao mesmo tempo, ter total atenção no mundo exterior e ao que estamos fazendo. Na verdade, como a prática lhe mostrará, se consegue ter muito mais atenção e concentração no que estamos fazendo quando estamos em auto-observação.

Ao dirigir a nossa atenção para nossos centros devemos observar o que está ocorrendo ali.

Quando se está começando a praticar a auto-observação é mais produtivo observar apenas os centros intelectual e emocional, ou seja, nossos pensamentos e sentimentos, pois são através deles que conseguimos perceber mais claramente os nossos defeitos psicológicos em ação.

Conforme o sentido da auto-observação vai se desenvolvendo, vamos passando a perceber a manifestação dos defeitos também nos outros centros (motor, instintivo e sexual).

Vimos na lição anterior que os defeitos psicológicos atuam nos centros da máquina humana nutrindo-se da energia destes centros e causando muitos malefícios físicos e psicológicos.

Quando dizemos atuam, isso significa que provocam, dependendo do centro e da natureza do defeito psicológico, certos tipos de pensamentos, sentimentos, etc., às vezes incrivelmente amargos e dolorosos o suficiente para causar um profundo sofrimento.

A título de exemplo, relacionarei o que podemos observar de mais comum em cada um dos cinco centros da máquina humana:

CENTRO INTELECTUAL: pensamentos mórbidos e negativos, para com você mesmo e para com as outras pessoas, como a ira, a luxúria, a inveja, a cobiça, a desonestidade, a traição, o roubo, a maledicência, etc.

CENTRO MOTOR: basicamente neste centro o que podemos observar são movimentos feitos mecanicamente, de forma automática, sem ter atenção sobre eles. Um exemplo clássico é quando dirigimos um carro e ao mesmo tempo estamos pensando em várias outras coisas e, no entanto, continuamos a trocar as marchas, acelerar, frear, etc., tudo feito de forma automática.

Agora podemos nos perguntar:

Por que uma pessoa ultrapassa um sinal vermelho sem se dar conta e provoca um acidente?

Por que uma pessoa atravessa a rua sem perceber que um carro está vindo em sua direção e é atropelada?

Essas coisas só acontecem porque as pessoas não estão conscientes de seus movimentos, de seu centro motor. Precisamos nos esforçar por fazer os movimentos com atenção.

CENTRO EMOCIONAL: emoções negativas de todo o tipo como o ódio (ainda que sutilmente disfarçado), a inveja, o medo (não importa do que seja), a angústia, a ansiedade, a impaciência, o apego a coisas e pessoas, preocupações, sentimentos exagerados, etc.

Um mesmo defeito psicológico pode atuar, por exemplo, primeiro no centro emocional, depois no centro intelectual e em seguida no centro motor.

Por exemplo, quando alguém diz algo que não gostamos.

Ficamos bravos (centro emocional) e logo pensamos em reagir ou ficamos pensando em muitas coisas que deveríamos ter falado, feito, etc. (centro intelectual).

Podemos ficar mais identificados ainda com a situação e fazer gestos ou mesmo brigar.

Observe neste exemplo que toda a máquina humana foi controlada pelo ego como se fosse uma marionete, passando a controlar primeiramente o centro emocional, depois o intelectual e por fim o centro motor.

Se estivermos em auto-observação veremos que isso acontece a todo o momento.

O **CENTRO INSTINTIVO:** neste centro o que observamos é o exagero ou abuso de certos instintos naturais. Vejamos por exemplo o instinto materno, que faz com que naturalmente uma mãe zele pela

sobrevivência de seu filho. O abuso deste instinto seria expresso na forma de uma superproteção por parte da mãe, fazendo com que ela cuide e se preocupe exageradamente com seu filho, mesmo quando este já possui idade suficiente para cuidar de si mesmo.

Mais comum é o abuso do instinto de sobrevivência, que entre outras coisas, nos diz que devemos nos alimentar para sobreviver. Neste caso os defeitos psicológicos atuam fazendo com que a pessoa se alimente em demasia, comendo muito mais do que necessita para sobreviver. É o conhecido defeito da gula.

CENTRO SEXUAL: abuso das energias sexuais. A energia criadora do sexo é infinitamente a mais poderosa que possuímos e que o ego gasta bestamente vendo filmes, cenas, anúncios, explícita ou implicitamente pornográficos ou imorais, pensamentos mórbidos, conversas desonestas, etc.

O abuso das energias sexuais leva, ao longo do tempo, à impotência sexual.

No começo conseguimos nos auto-observar muito pouco, talvez algumas vezes por dia apenas. Isso varia de pessoa para pessoa, depende do quanto está atrofiado este precioso sentido.

Porém, com a prática, esse tempo de auto-observação vai gradualmente aumentando e passamos a nos autoconhecer cada vez mais, jogando mais luz em nosso interior e vendo como realmente somos interiormente.

E quando estamos em auto-observação e percebemos a atuação de algum defeito psicológico, o que fazer para que este seja eliminado? No decorrer do curso aprenderemos a técnica do morrer psicológico, através da qual podemos eliminar cada defeito psicológico que conseguimos perceber atuando em nós. Por isso desde já pratique muito a auto-observação, exercite e desenvolva este sentido porque dele dependerá a sua mudança interior.

NA PRÓXIMA AULA FALAREMOS SOBRE TÉCNICAS DE RELAXAMENTO





SEGUNDA AULA - 5 – TÉCNICA DE RELAXAMENTO

Nesta aula vamos aprender a fazermos o relaxamento do corpo.

Quando praticamos a técnica de relaxamento nosso objetivo é “esquecermos” de nosso corpo, isto é, deixá-lo tão relaxado e sem tensões de tal forma que seria como se ele não estivesse ali, como se naquele momento não tivéssemos corpo físico.

O relaxamento será a primeira etapa das técnicas que aprenderemos para a projeção astral e para a meditação. Por isso desde já comece a praticar a técnica de relaxamento que veremos a seguir para ir se acostumando.

Se possível pratique pelo menos uma vez ao dia no horário que achar mais conveniente.

Quanto mais praticar melhor será.

Técnica de relaxamento.

A técnica de relaxamento que aprenderemos é muito simples e ao mesmo tempo muito eficiente, e a chamamos de “Técnica da luz azul”.

Para praticá-la usaremos nossa concentração e imaginação combinadas, da forma como é descrito abaixo:

Primeiramente devemos nos deitar em uma posição confortável o suficiente para não precisarmos nos mover mais, escolhendo um lugar silencioso, tranquilo e bem arejado. O quarto de dormir normalmente é o ideal.

Agora fechamos os olhos, nos concentramos e vamos imaginar, ou seja, visualizar com a mente, todo nosso corpo que está deitado, da melhor forma que conseguirmos, dos pés à cabeça.

Depois disso vamos começar a imaginar uma luz azul celeste preenchendo nosso corpo, começando pelos dedos dos pés, preenchendo todo o pé, o tornozelo, as panturrilhas e assim por diante até o topo da cabeça. Não imagine apenas, visualize que essa luz está apenas revestindo seu corpo, mas sim visualize que ela preenche seu corpo como se ele fosse oco.

Faça a etapa anterior sem pressa e imaginando da melhor forma possível todo esse processo, sentindo o relaxamento de cada músculo por onde passa a luz azul.

Ao final da prática o corpo deverá estar totalmente tomado pela luz azul, assim como também totalmente relaxado. Se achar necessário repita todas as etapas novamente.

Pode ser que você tenha alguma dificuldade com essa técnica de relaxamento, já que é necessário se concentrar e visualizar a imagem na mente.

Isso é reflexo de nossa falta de concentração.

Não se preocupe, pois com a prática isso irá melhorando. Além disso, no curso teremos uma lição que tratará exclusivamente do tema da concentração e como desenvolvê-la.

6 – A MORTE PSICOLÓGICA

Nas lições anteriores já aprendemos sobre a nossa constituição interior e sobre os defeitos psicológicos, e também como estes atuam nos centros da máquina humana.

Aprendemos também que podemos ver e sentir estes defeitos agindo através do sentido da auto-observação.

Nesta lição aprenderemos o principal tema de todo o curso, pois corresponde à etapa principal para todas as pessoas que realmente querem mudar interiormente, que desejam transformar a si mesmas em pessoas melhores, eliminando de seu interior os elementos psicológicos indesejáveis que são os responsáveis pelas nossas limitações, inconsciência e sofrimentos.

Este tema é a chamada morte psicológica, também conhecida como morrer psicológico ou ainda morte mística.

Vamos agora fazer uma rápida recordação de alguns pontos já estudados e que são fundamentais para a compreensão deste tema.

Vejamos abaixo o gráfico que mostra a nossa constituição interior:

O que é importante entendermos claramente nesta lição são os conceitos de ego e de Essência.

Então vejamos:

O EGO.

O ego é a soma de nossos muitos defeitos psicológicos que vivem em nosso mundo interior, que foram criados e continuam a ser alimentados inconscientemente por nós mesmos. Esses defeitos se

nutrem das energias dos centros da máquina humana. Cada um desses defeitos é chamado também de “eu” ou ainda “detalhe do ego”.

O ego é realmente a causa de nossos sofrimentos, inconsciência, erros, vícios, medos, fraquezas, etc.

No antigo Egito o ego era conhecido como os demônios vermelhos de Seth.

No Bhagavad-Gita o ego é simbolizado como os “parentes” com os quais Arjuna, iluminado diretamente pelo Sr. Krishna, deveria travar terríveis batalhas.

Na mitologia o ego é, entre outros simbolismos, representado pela Medusa, causadora de todo tipo de sofrimento aos homens e que é decapitada pela espada de Perseu.

Na Bíblia podemos reconhecer o ego na passagem na qual o grande Mestre Jesus pergunta ao demônio que possuía o infeliz geraseno qual era o seu nome, sendo que este lhe responde:

“Meu nome é Legião, porque somos muitos.” (Marcos - 5,1-20).

Também dentro do cristianismo podemos encontrar o ego representado nos chamados sete pecados capitais relacionados por Tomás de Aquino: luxúria, ira, inveja, cobiça, gula, preguiça e orgulho.

Enquanto mantermos em nosso interior essa natureza inumana, seremos criaturas limitadas, inconscientes, sofredoras e vítimas das circunstâncias.

Se os seres humanos não carregassem dentro de si o ego, o mundo seria um verdadeiro paraíso.

A ESSÊNCIA.

Nossa consciência é uma partícula divina, que podemos também chamá-la de Essência.

Conforme escreveu Victor Hugo:

"Escuta tua consciência antes de agir, porque a consciência é Deus presente no homem".

A Essência é o que de mais nobre levamos dentro e é imortal.

Conforme vamos eliminando os detalhes do ego vamos fortalecendo essa consciência ou alma, já que cada eu mantém aprisionada uma fração de nossa Essência.

Considere cada eu como uma garrafa que mantém um pouco de nossa consciência aprisionada. Quebrando a garrafa retorna a nós aquela parcela de consciência que estava aprisionada pelo eu.

É dessa forma que vamos realmente mudando interiormente, substituindo pouco a pouco nossos muitos defeitos psicológicos por nobres e belas virtudes.

A MÃE DIVINA

Há também em nós uma outra partícula divina a qual chamamos de Mãe Divina.

Nas antigas culturas ela sempre foi conhecida e venerada.

A casta Diana grega, a Isis egípcia, a Tonantzin asteca, a Shakti hindu, a Stella Maris dos alquimistas medievais, a Maria - Nossa Senhora dos cristãos, etc, são os outros nomes atribuídos à Mãe Divina dentro dos simbolismos de cada cultura e época.

Assim como nossa mãe física, ela zela por seu filho ou filha e é individual. Cada ser humano tem a sua.

Devemos sempre pedir o seu auxílio, o seu conforto e a sua proteção.

Ela nunca abandona o filho suplicante, desde que este tenha uma conduta reta. Sua missão principal em nós é justamente a eliminação do ego, de cada defeito psicológico que conseguimos perceber através da auto-observação.

Com a ajuda dela é que vamos morrendo psicologicamente, eliminando os defeitos psicológicos.

NA PRÓXIMA AULA FALAREMOS SOBRE A MORTE PSICOLÓGICA

LILIANE MOURA MARTINS

PROJEÇÃO ASTRAL

O DESPERTAR DA CONSCIÊNCIA

