

## PALETRA DE SISTER WADDY – CORAGEM, VERDADE E ESTABILIDADE

OBK em São Paulo/SP

22 de agosto de 2007

Quando vocês todos saíram de casa hoje, tenho certeza que vocês pensaram que vocês estavam completamente vestidos. E quando chegaram aqui, vocês receberam o toque final.

Lembro-me de quando eu era criança, na 4ª feira de cinzas havia o costume, onde eu morava, de colocar cinzas na testa. A mensagem que havia por trás dessa prática de colocar a "*marquinha*" na testa é de que éramos feitos de pó, de que éramos feitos de matéria e que retornaríamos à matéria.

E eu gostaria de avisar que aqui, a mensagem que será dada é o oposto. E então, ao colocar esse toque, esse símbolo na sua testa, não é para lembrá-los do que vocês não são, mas para lembrá-los daquilo que vocês são, isto é, de que vocês são uma "ALMA". E diferentemente do corpo, a alma é eterna.

Houve uma época em que nós não precisávamos usar um símbolo para poder saber disso e para viver de acordo com isso. Enquanto que hoje em dia, nos países asiáticos, isso é usado neste contexto espiritual, mas também simplesmente como algo para combinar com a sua vestimenta, por exemplo, para combinar com a cor do "*sari*" que você está usando.

A primeira lição que aprendemos quando nós chegamos à Brahma Kumaris para poder estudar ou fazer algum curso, é que nós somos uma ALMA. E, além disso, de ser uma ALMA, você é uma alma singular, inclusive, na visão de Deus.

Então, da mesma maneira que em relação a este símbolo, eu explico como isso deteriorou ao longo do tempo em relação a todas as outras coisas. Nós poderíamos dizer que a tendência é deteriorar mais frequentemente do que melhorar.

Então, se vocês pudessem exercitar a sua imaginação e pudessem pensar que têm essa natureza de ser uma alma, e de que a sua natureza é de paz, e que houve um momento em que todos nós vivíamos num ambiente, num mundo onde havia paz, e que as interações entre as pessoas eram pacíficas, amorosas, respeitadas, consistentes e isso acontecia o tempo todo.

Se eu propuser que vocês imaginem isso, sua imaginação seria capaz de levá-los a tal lugar? Ou será que isso é alguma coisa muito diferente do que vocês são capazes de conceber e vocês teriam dificuldade em imaginar isso?

Vamos imaginar aqueles dentre vocês que conseguiram engajar-se nesse tipo de imaginação e conseguiram criar, visualizar esse mundo que foi proposto a vocês.

Se vocês pudessem usar uma palavra para definir esse mundo, qual a palavra que vocês usariam? Já foi dito que nesse mundo vai haver paz, amor, mas uma palavra que definisse todas as características desse mundo. *Paraíso? Lar? Felicidade?* Fazendo uma outra analogia, se vocês pudessem imaginar a vida que vocês levam hoje em dia e se vocês pudessem contrastar a sua vida de hoje com essa vida ideal e imaginária que há pouco vocês exercitaram, como é que vocês chamariam isso, ou seja, nesse contraste do que vocês chamariam essa vida?

O que quero dizer é em relação a vida que nós levamos hoje, como é que seria aquela outra vida em termos de um contraste, o oposto do que é a vida de hoje? Eu chamaria de uma vida simples. Concordam? A vida não ia ser complicada, complexa. Hoje a vida é muito confusa, muito bagunçada. E para todos nós, existem todos esses aspectos envolvidos. Me lembro de alguém muito famoso (que não recordo o nome) que se suicidou e disse "*Tudo o que eu não consegui fazer na minha vida foi simplificá-la*".

Se nos olharmos em termos de todos os aspectos na nossa vida: nossas atividades, nosso tempo, nossa energia, tudo parece exigir mais de nós. Vocês conseguem adicionar alguma coisa a mais na sua agenda? E vocês conseguem, em relação às suas finanças? Alguém uma vez disse que a palavra *mês* existe muitas vezes na agenda dele e muito poucas vezes a palavra "*money*".

Talvez você até tenha alguma pessoa para ajudá-lo na limpeza da casa ou para lavar suas roupas, mas se você não tiver uma pessoa para ajudar nisso, talvez você acumule esse tipo de trabalho até o último momento, simplesmente porque você não tem tempo.

Eu fico prometendo que eu vou arrumar meu guarda-roupa, tirar as coisas que eu não uso, eu fico prometendo que eu vou lavar o carro, eliminar o lixo, criar alguma ordem ... e isso também é alguma coisa sintomática em relação aquilo que está acontecendo dentro de nós. Pode ser que vocês não tenham esse sentimento constantemente, mas muito regularmente nós temos esse sentimento porque a gente não dá conta. A gente não está contente com essa situação e a gente não está feliz com a situação; as pessoas, inclusive, precisam de medicamentos para dormir, outras pessoas precisam de medicamentos para acordar, outras pessoas precisam dos dois tipos de medicamentos. Isso indica que a sua vida está um pouco fora de controle e que, definitivamente, a sua vida não é algo natural.

Uma vida natural seria exatamente diferente, oposta àquilo que acabamos de descrever. Nela você teria toda a energia disponível que você precisaria para fazer o que você tem que fazer. Não estou dizendo que você tenha que acabar com os seus compromissos, que você tem que acabar com todas as suas responsabilidades, de maneira alguma. Eu simplesmente queria fazer essa conexão entre aquilo que é natural e aquilo que é puro.

Hoje em dia, nós somos bombardeados por essa mensagem do mundo da propaganda "*Essa é uma água purificada*", "*Esse alimento tem os ingredientes purificados, puros*" ... e assim por diante, por que todos nós gostamos daquilo que é puro. Eu nem sei nem o que pensar a respeito, aquilo lá já é um produto certificado.

Quando alguma coisa é dita que aquilo lá é puro eu já penso duas coisas, que aquilo é limpo e que aquilo é bom para mim. E então eu tenho essa impressão de que eu estou ingerindo aquilo, ou bebendo aquilo, ou então assimilando aquilo através dos meus poros. De alguma forma, aquilo está entrando dentro de mim. Isso significa que eu devo estar discernindo sobre aquilo que deveria entrar dentro do meu corpo.

E sobre a minha mente? Será que eu também tenho essa mesma discriminação no que se refere à minha mente? Será que eu tenho a mesma percepção dos vários tipos de influência que estão ao meu redor? Como é que os meus próprios pensamentos me influenciam? Eu tento acreditar nos pensamentos da minha mente; também tenho a tendência a falar sobre eles e também tento afirmá-los através daquilo que está ao meu redor, de outras fontes.

O que quer que você esteja fazendo através dos pensamentos, das suas palavras, das suas ações, acaba retornando para você mesmo, mesmo antes de chegar às outras pessoas. E então, por um momento, você pode pensar que talvez você fosse mais complexo do que você pensava que fosse.

Por algum momento você também pode perceber que essa complexidade faz que você perceba também a simplicidade e a acessibilidade que você possui, que você é acessível. Então, você apenas pressupõe que se você ingeriu todas aquelas vitaminas, todos aqueles nutrientes, todos aqueles elementos que os especialistas indicam como sendo adequados e positivos para que você tenha vitalidade, você vai ter boa saúde. Então, da mesma maneira que no início foi feita aquela distinção entre a poeira, o pó, que seria o nosso corpo material e a alma, nós precisamos ter essa mesma atenção com a nutrição que damos à alma. Em grande extensão, a alma tem estado numa dieta não muito saudável. Da mesma maneira, que em relação ao corpo, não é apenas uma questão daquilo que eu como e que eu bebo, mas há também alguns fatores ambientais que

influenciam a minha saúde. Mas em relação à alma, o maior efeito de todos que nós recebemos, é em relação a você mesmo.

Assim como hoje em dia, em relação ao nosso corpo, somos sábios o suficientes para saber que determinada pílula ou vitamina é boa para digestão, que tal pílula é boa pro coração, a outra é boa para diabetes. Somos capazes de dividir o corpo nas suas várias funções. E então, no entendimento da alma, você não apenas aprende sobre o funcionamento da mente, que é uma coisa bastante específica que nós temos que aprender, mas você também aprende sobre como o seu intelecto atua, que é a sua faculdade do discernimento. E você não apenas aprende sobre aquilo que você é no presente, mas você também aprende que você é uma amálgama de todas as suas experiências e hábitos que foram acumulados através da sua existência. E você não apenas vai aprender sobre a natureza divina da alma, mas com um pouquinho de prática você vai ser capaz de experimentar essa divindade da alma.

Se um médico pudesse mostra-lhe que através de uma determinada dieta ou através de um determinado método "*é assim que você se tornaria*", provavelmente você ficaria muito animado em seguir aquele método para poder alcançar, por exemplo, aqueles resultados.

É isso que acontece através da experiência da meditação. A meditação é como se fosse uma amostra grátis, uma espécie de demonstração de Deus, de como viver de forma saudável, tanto física quanto espiritualmente. É alguma coisa que nós não fizemos esforço para ganhar. É uma coisa que Deus nos dá essa amostra grátis para nós vermos o benefício da meditação. É como se nós víssemos a diferença sobre quem nós pensamos que nós somos e quem realmente nós somos.

Assim como eu dei o exemplo do médico, que te dá uma amostra grátis para você ver como é que funciona o método dele. Mas, depois que você experimenta a amostra grátis você tem que comprar o programa para poder seguir regularmente a metodologia de forma consistente. E o programa vai compreender que você faça aquela limpeza dos seus "*guarda-roupas*". Não estou falando do guarda-roupa do seu quarto. Muitas daquelas idéias, daqueles preconceitos, opiniões a respeito das outras pessoas, muitas coisas, pensamentos, sentimentos ruins vão ter que ir embora. Por que o que nós estamos falando é sobre a questão da purificação. Você vai ter que se livrar de todo aquele peso morto que tem você tem carregado dentro de si mesmo. Estou me referindo a todos os seus sentimentos, a você não perdoar as pessoas, ou então, quando você perdoa as pessoas, você ainda não se esquece daquilo. Ou seja, tudo isso tem que ser esquecido, tem que ser eliminado. Pode parecer que é natural ter todos esses sentimentos, mas na verdade não é natural porque aquilo está te dando tristeza e sofrimento. Da mesma maneira que "boa saúde" significa não ter dores, não ter sofrimento, não ter que ficar tomando pílulas.

Nós permitimos que nosso intelecto estivesse no piloto automático por um longo período de tempo. Nós operamos simplesmente com base na força do hábito, das nossas atitudes, respostas, simplesmente com base em hábitos.

Então, conforme você vai mergulhando profundamente nessa experiência da alma, você começa a perceber que o intelecto é fortalecido e que pode acontecer, inclusive, que você perceba que algumas mudanças radicais passam a acontecer dentro das decisões que você começa a tomar através do seu intelecto.

O intelecto sabe tomar uma direção por conta própria e sabe o que é que vai ser útil na viagem e o que não vai ser útil na jornada. E então toda a sua energia começa a mudar.

Vocês estão vendo esse pontinho que colocamos na sua testa? É um símbolo para indicar que através da meditação você ganha um presente e esse presente é um olho extra, através do qual você pode ver as coisas. Para ver o mundo tridimensional você só precisa de 2 olhos, mas para ver a 4ª dimensão você precisa de um 3º olho. Todas as religiões têm a lembrança de que no aqui fica o assento da consciência e, aos poucos, esse filme da consciência começa a ser limpo. E

então, esse desejo pela paz, pela felicidade, pela pureza, deixa de ser simplesmente um desejo, ele começa a acontecer na prática. E então, você não está mais desperdiçando tempo, você começa perceber quão valioso é e você começa a fazer um melhor uso disso.

E aos poucos, toda aquela confusão, aquela bagunça que havia ao seu redor começa também a mudar. (Eu não estou me referindo apenas a bens materiais à sua volta, mas estou me referindo àquela confusão que havia internamente).

E você começa a ver que você tem tempo para concentrar-se em coisas mais importantes. E isso é o seu "Eu eterno". Eu espero também que concentre-se no Supremo.

Neste momento, cada ser humano está neste processo de estar sendo purificado. Quer você chame isso de "simplificar a sua vida", está OK, ou então vocês irão continuar a "acumular lixo".

Vocês são capazes de reconhecer qual é o processo que vocês estão?

Eu espero que eu não esteja mencionando dois processos muito extremos, de um lado a "*purificação*" e do outro lado "*acumular lixo*".

Não é possível que todos vocês que disseram que já tiveram uma experiência na meditação estejam aí simplesmente nesse processo de continuar acumulando lixo.

Vocês são capazes de reconhecer isso?

Todos vocês, uma vez por semana, talvez façam uma limpeza na sua casa, mas todos sabem que de tempos em tempos têm que fazer um "*faxinão*" na casa.

Vocês se lembram quando nós íamos ao confessionário e achávamos que estávamos liberados por mais um mês? Isso é como se fosse a limpeza superficial. A limpeza profunda envolve que eu reconheça que eu tenho que estar com o meu Pai ajudando-o nesse trabalho de melhoria do mundo. Eu tenho que fazer esse trabalho profundo dentro de mim.