

PALESTRA DE KEN O'DONNELL: FORÇA INTERIOR, UMA CONQUISTA PESSOAL

São Paulo/SP

Junho de 2014

Quando pensava sobre o tema, lembrei-me da estória de um pintor, muito pobre, mas tão pobre que não conseguia dinheiro para comprar tela para pintar. Daí ele estava caminhando próximo a um rio onde se vendia pinturas. Ele comprou uma tela usada e pensou: eu vou limpar a tela e reutilizá-la. Mas quando começou a tirar as primeiras camadas de tinta, percebeu que embaixo estava a pintura de um artista famoso chamado Corot, que pintava retratos e paisagens do século XIX, e que essa pintura valia milhões, e só dele limpar a tela tirando as camadas de tinta velha, acabou virando uma pessoa rica!

Essa é uma estória figurativa, mas que serve para ilustrar que todos nós também temos muitas camadas e infelizmente as camadas atuais são as mais impactantes na nossa consciência; aquilo que está rolando nos últimos tempos é o que puxa a nossa atenção e aí ficamos focados e presos nas tendências e situações atuais, enquanto existe uma coisa valiosa no fundo a qual não nos damos conta!

Quando paramos para refletir sobre a nossa forma de pensar, inclusive nossas crenças, estas não são suficientemente fortes para penetrar esta casca grossa com muitas camadas, de muitas coisas impregnadas!

É assim que se entende o princípio da reencarnação, de que cada vida é uma camada! Mas quando você tira uma camada, aparece outra e quando tira essa outra camada aparece outra, e quando tira essa outra, ainda tem uma terceira.

A primeira coisa que temos que entender é a questão das camadas que vamos formando durante nossas vidas. E essas camadas nos deixam longe da nossa realidade, nossa verdade profunda, do nosso verdadeiro eu!

A segunda coisa que quero compartilhar é que além das camadas existem pedaços, aspectos não resolvidos e que chamam a nossa atenção; é como se um pedaço de nós tivesse vários outros pedaços nos roubando a nossa força interior e ficamos movendo esses pedaços de um lado para o outro dentro de nós, causando dois efeitos:

Primeiramente, um enfraquecimento, porque se a união faz a força, então a fragmentação faz a fraqueza. Se vivemos com pedaços de interesses, problemas, situações mal resolvidas, desejos que não funcionam, relacionamentos complicados, isso nos obriga a fazer malabarismos com os pedaços de nós, utilizando uma força que não temos!

O segundo efeito da nossa fragmentação é sobre a nossa criatividade.

O mundo em que nós vivemos, de uma forma individual e coletiva é uma espécie de holograma, que a nossa consciência vai criando e onde geramos nossos lares, relacionamentos e situações diversas em que estamos inseridos e a minha experiência de vida é um holograma que vou formando. É como uma aranha tecendo a teia. Ou seja, nós mesmos geramos a nossa teia e acabamos presos na própria teia que geramos, e assim como uma areia movediça, quanto mais você mexe mais afunda!

Então, se eu não tenho força de vontade para gerar uma realidade agradável, curiosamente a própria realidade que eu vou gerando e com a qual tenho que interagir acaba roubando mais força ainda e comprometendo a minha capacidade de criar. O motivo disso é que como vivo em camadas, às vezes a camada atual manda e às vezes uma outra camada que nós chamamos de consciente, e que é anterior a essa, divide. Por fim, isso ajuda a produzir mais fragmentos, atrapalhando a nossa criação!

Imagina um projetor quebrado que fica piscando, aí a realidade que se forma é uma realidade que pisca e sou obrigado a gastar mais força para entender a confusão que eu mesmo estou criando. Ou seja, eu uso a força, preciso de força e a falta de força gera confusão, e essa confusão me rouba mais força ainda ao tentar resolvê-la!

Assim, a estória da minha força criativa fica prejudicada por todo esse jogo de camadas, que são pedacinhos internos e externos de nós e que vão formando a nossa criação holográfica, e isso faz com que percamos ainda mais força, pois se não fizermos algo quando nossa voz interna se manifesta e grita: “Faça alguma coisa indivíduo, dá um jeito nisso, você não precisa ser assim!” – então estaremos fritos!

O terceiro aspecto que prejudica tudo isso é o tamanho da nossa consciência; é o que vai gerar o tamanho dos acontecimentos. Isto é variável mas também extremamente limitado, pois se tenho uma consciência do tamanho de uma bola de golf, ao ler um livro o meu entendimento será do tamanho de uma bola de golf. Se eu entro em um novo empreendimento, relacionamento, numa nova conexão com o mundo e eu tenho uma consciência do tamanho de uma bola de golf, este entendimento e compreensão será também do tamanho de uma bola de golf! Então ficamos limitados, não porque o outro ou a situação externa me limita, mas porque a minha limitação é autoimposta!

Apesar de não ter uma bola de chumbo amarrada no pé ou uma corda ao redor do pescoço, eu próprio me limito, me retraio, de acordo com o tamanho das dificuldades que são exatamente iguais ao tamanho das minhas limitações, ou seja, aquilo que eu decreto pra mim como sendo possível, terá o resultado correspondente! E, com isso, acabamos produzindo um paradoxo:

Eu quero ser forte, mas a própria realidade que eu gero me rouba essa força! Por exemplo, eu quero amar, mas amar sem força espiritual fica esquisito. Eu quero ser feliz, mas a felicidade sem força espiritual também é esquisita. A temporalidade e o tamanho da nossa consciência têm uma relação direta com o que desejamos. Eu quero ter liberdade mas, também, sem a força espiritual fica esquisito. Ser livre não é exatamente ser livre de outros ou livre de situações. É muito mais ser livre **“para algo”** do que **“de algo”**!

Na verdade, eu sou aquele pintor pobre que não consegue enxergar a imagem boa que já existe, pois ela está ofuscada, por muitas e muitas camadas de tinta.

Para que eu possa entender esse mecanismo, tenho que partir para algo muito mais profundo do que simplesmente um desejo, especialmente se estamos enganados, pois temos uma capacidade enorme de autoengano sobre as nossas possibilidades. Todos nós temos traços de narcisismo, ou seja, o reflexo que eu vejo no espelho não corresponde à realidade que pode ser melhor ou pior do que realmente eu sou.

Outro exemplo interessante é quando fazemos uma tapeçaria com fios de lã. Vamos desenhando imagens bordadas encima de uma tela branca e aos poucos a tela branca some e aparece apenas a imagem do desenho, tornando invisível a tela e aparecendo apenas a imagem que é presa pelos fios. Mas a base que é forte, sólida, limpa e imaculada fica invisível!

Essa fundação existe e sempre existiu, não importa quanta coisa eu coloque por cima. O fundo que segura a imagem é forte e dura pra sempre!

Mas até a nossa ideia sobre o termo “sempre” é complicada, pois quando não temos a compreensão da eternidade, quando prometemos amor eterno para o outro, esse juramento dura, no máximo, até que alguma coisa venha a contrariar a minha vontade. E o “para sempre” é só até isso acontecer...

Damos muito mais atenção ao desenho do que à tela original e é o próprio desenho que nos fascina, que nos retém, nos aprisiona, nos derruba! Imagina eu conseguir criar uma situação que me derruba - que tonto sou eu!?

Vivemos nessas ilhas fragmentadas internas, um sonho, um desejo,... pulando de ilha em ilha. E visitando as nossas próprias ilhas, podemos passar uma vida inteira. E o pior é que fazemos tudo isso com tanta correria! E as situações vão se formando como ilhas criadas por nós mesmos e que visitamos frequentemente como se cada ilha tivesse uma imagem criada por nós! O mais interessante é que não precisamos de nada disso. O que estaríamos tentando provar correndo como um louco, para ficar presos aos desenhos e não à tela?

Eu me lembro de um amigo que trabalhava numa agência de propaganda que tinha a conta da Coca Cola. Devido à competição com a Pepsi, eles estavam desenvolvendo uma nova campanha para vender mais que o outro, mas um dos membros da sua equipe cometeu um erro grave nessa campanha; ele se sentiu tão culpado e responsável pelo erro que apareceu enforcado no escritório!

E meu amigo, percebendo que sua vida não valia essa competição acirrada entre duas grandes empresas, que se enfrentavam por um “xarope de tosse” versus “outro xarope de tosse gasoso” resolveu sair desse emprego, escolhendo algo mais nobre para trabalhar.

Quantas coisas fazemos e nem mesmo sabemos por quê!! Se eu não volto pra mim, para descobrir o meu real conteúdo, todo o externo é somente um sonho, uma ilusão. Precisamos fazer uma reflexão profunda e descobrir como eu produzo os “cacos”, e como eu sustento esses “cacos”, e então, dar uns passos pra trás pra perceber que já sou inteiro e não sou algo dividido. A confusão está do lado da divisão e não do lado da união.

Na verdade, o que precisamos é alimentar a nossa força interior, pois a impotência está do lado da divisão e não da união, e isso facilita o nosso entendimento de que já somos inteiros!

Nós mesmos geramos as nossas correrias, dificuldades e complicações, desde uma dor de cabeça até uma dor na conta bancária (são todos sintomas da mesma coisa) e é por isso que eu tenho que aprender a inverter essa percepção, porque eu não sou um observador inocente de uma vida alheia que acontece à minha volta, mas eu sou o criador da minha própria experiência. Produzo tudo o que acontece comigo e sou o protagonista da minha vida!

PROTAGONISTA : vem do grego e significa

Pro : a favor

Agonia : o primeiro que enfrenta a dor

Se fosse fácil já estaríamos brincando no paraíso, mas para eu tomar de volta essas rédeas e me redefinir de dentro pra fora, tenho que me esforçar! Primeiro, enfrentando essa dor, essa agonia. Embora não seja tão complicado assim, exige coragem, pois eu tenho que me declarar de modo diferente em relação ao mundo e aos outros.

Quando me declaro de acordo com o que sou, estarei me expondo e mostrando o que eu realmente sou.

Ninguém anda com uma camiseta ou com uma placa admitindo suas fraquezas: **“Cuidado! Eu sou difícil!”**, ou **“Atenção! Eu me sinto pequeno!”** ou **“Mantenha distância! Eu sou perigoso!”**

Complicado pra quem? Difícil pra quem? Se eu me sinto pequeno a situação fica grande!

Mas quão grande é o seu coração: quantas pessoas cabem nele? Uma, duas, três, meia dúzia de pessoas? Ou cabe o mundo inteiro e ainda sobra espaço? Quão grande é a sua sensação de paz. É uma saudade que você mata ou é uma experiência que transborda? E isso depende só de mim, mas quando eu falo **“mim”**, a qual **“mim”** eu me refiro? Ao da pintura de Napoleão, ou a tela original? Quando digo **“eu”**, a qual **“eu”** eu me refiro? Seria daquele que é o filho de **Deus**, que é um instrumento **Dele** aqui nesse mundo para criar paz, para ajudar a dar força a outras pessoas a ajudarem a encontrar o seu caminho?

Hoje na nossa aula matinal foi comentado que as duas palavras mais pronunciadas e que complicam o nosso sucesso são **EU e MEU!**

É por isso que a cabra faz esse ruído “meeeeee”... e nós dizemos: Euuuuu, meuuuuuuu! Eu sou uma cabra ou sou um leão? Porque se eu me defino de modo pequenino... que eu sou assim pequenininho, que cresci assim e vou morrer assim... então serei vítima das próprias complicações que crio, por estar me definindo mal.

Para as mudanças realmente acontecerem, você precisa se conectar, não com esse **“euzinho”** criado pelo ego, mas você precisa se conectar com a fonte de força para conseguir mudanças reais. O **Eu**, o ser espiritual; o **Eu**, da tela branca antes da pintura, o **Eu** da base da tapeçaria!

É necessário impregnar essa base de uma nova estrutura. Se eu crio de uma forma benéfica, tudo volta pra mim de forma benéfica. Assim é a lei! Mas para isso eu preciso fazer essa reflexão olhando com carinho, para a minha criação e as camadas que eu mesma criei: eu as criei, mas eu não sou elas, eu não sou o que me tornei; eu sou o que sou. Todo o resto veio depois e nessa reflexão preciso observar o que me tornei. Sou capaz de observar meus pensamentos, mas não sou meus pensamentos. Eu apenas os crio, portanto, é na observação que eu recarrego minha base de força, que está tão fraquinha e sem forças. E se eu absorver força, veremos os desaparecimentos dos “rolos”. Imagina não termos nenhum “rolo”?

Então, nessa vida holográfica que é tecida e desenhada pelos meus próprios pensamentos, terei outra força, pois vou interagindo com uma realidade diferente. Nada nem ninguém tem que mudar; somente eu é que preciso me preparar para mudar!

A meditação ajuda nesse processo porque eu volto pra minha base e me reconecto com a fonte de força espiritual que é nosso querido **DEUS**. Vou recebendo essa corrente na meditação e dissolvendo a distância entre os vários pedaços e formando uma coisa única internamente, passando a olhar com compaixão pra minhas próprias camadas. Começo a ver coisas diferentes se formando, por exemplo, que não tenho que trabalhar do jeito que trabalho, ... e assim, passo a gerar uma nova percepção de quem eu verdadeiramente sou! É assim que funciona!

Meditação

Sente-se de uma forma confortável e nobre em seus assentos!

Então vamos começar criando essa imagem inteira de nós mesmos. Eu já sou eu e sempre fui. Não me importa o mundo que gira em minha volta, não importa o que os outros pensam, agem ou dizem, nem se alguém tentar tirar minha paz conseguirá!

Porque nesse momento eu sou um ser perfeito e as camadas que eu criei e que vivi e os pedacinhos de mim foram criados e não são originais. Original mesmo é o estado de paz de um amor que não tem limites de um contentamento total.

Assim eu me vejo como esse pequeno ponto de energia espiritual com essas características, essa tela de fundo, das existências que eu montei encima, e originalmente eu sou essa alma que já vivia no campo de Deus, e me reconecto com esse campo com muito amor; eu vejo esse sol espiritual na minha frente, e sinto essa corrente de força espiritual que vai me impregnando...

Eu vejo o mundo que gira com seus atores fazendo as suas cenas, mas sou diferente, estou fortalecido. Eu sou esse ser original, esse filho de Deus e meu papel aqui nesse mundo é primariamente ser um instrumento de Deus, pra acalmar, para contentar, para devolver às pessoas um pouco do seu ser original também. Mantenho essa imagem forte que está por baixo de todas as pinturas, que une todas coisas em mim e esse respaldo divino, essa conexão com o Pai, da alma, que me devolve a força.

Assim, com este conforto de saber que posso fazer essa conexão quando eu quiser... vamos abrindo os olhos e voltando para o momento presente, nos sentido mais calmos, tranquilos e felizes!!!!