

PALESTRA DE KEN O'DONNELL

NA TRILHA DO SUCESSO

São Paulo/SP

Setembro de 2014

Em primeiro lugar, sobre o título da palestra, cada vez que eu vejo essa palavra sucesso, imediatamente eu vou para uma percepção um pouco mais sutil do que o normal. O que é o sucesso para as pessoas do mundo? É o status, é renome, é alguma conquista especial em que conseguiram alguma realização... Mas eu me perguntaria sempre: "em prol de quê?" ou "para que eu faço alguma coisa?". E estando aqui especialmente nesse centro cultural da Índia – que também agradecemos esse espaço que eles gentilmente oferecem para essa comunidade – também não posso deixar de lembrar que um dos conceitos mais poderosos que eu encontrei na minha vida, na cultura hindu, e que nos ajuda a entender muito a dinâmica por trás da vida, é o conceito de "sato, rajo e tamo" – em que tudo de acordo com essa filosofia tem essas três características, chamadas "gunas". Guna significa qualidade. Ele tem essas três qualidades.

A qualidade *tamásica* é uma qualidade densa, parada, assim... sem muito movimento, escuro, difícil, parado mesmo, enterrado.

O estado *rajásico* é um estado de mais movimento, dinamismo, de correria até. De altos e baixos, de instabilidade. No primeiro você está enterrado naquilo que não funciona. E no segundo você tá livre, mas descontrolado.

E o estado *sato* é quando você está estável de novo, mas naquilo que é leve. Você está estável na leveza, estável, você está além inclusive das coisas. E é considerado o que a gente busca inclusive no nosso crescimento espiritual. A gente busca ser mais *sato*. E a gente busca sair do estado letárgico, parado, preguiçoso, denso, confuso, nefasto e até nocivo. A gente busca sair disso para um estado além inclusive das dualidades.

Por exemplo, você vê uma peça de teatro sobre ruínas e você não é puxado nem empurrado por nada que você vê, é um estado livre. Porque se você é puxado pelo negativo, você vai para um lado. Se você é puxado apenas pelo positivo, torna-se uma luta constante. Então, quando eu penso na palavra 'sucesso', eu penso automaticamente na palavra '*sato*', em que eu consigo chegar em um estado livre desses altos e baixos e empurrões e puxões pra lá e pra cá.

Muito da nossa sociedade, esse movimento frenético que a gente observa, nessa cidade especialmente, praticamente é uma mistura de *tamo* e *rajo*. Tem pouco *sato* no meio. Tem pouca influência da verdade intrínseca das coisas. Então, se minha vida é movida por uma compreensão maior da verdade intrínseca daquilo que está acontecendo, aí eu vou ter sucesso.

O sucesso que a gente aprende é um objeto desejável, em que há uma correria para repetir, talvez competir com outro para chegar a algum ideal que é maior que outros.

Eu me lembro que uma vez estava em época de viagem como estudante. Eu estava no sul da França na fronteira com a Espanha, passando pelas montanhas dos Pirineus. Aí eu conheci um francês e ele disse: "Amanhã estou pensando em subir aquela montanha, você não quer ir comigo?". "Tá bom, vamos". Então nós subimos em uma montanha, a única vez que fiz isso na minha vida. Mas não era com cordas e tudo mais, era uma caminhada grande e algumas

escaladas simples. Era bem alto mesmo e nós levamos horas, levamos seis horas pra chegar lá. Saímos de manhã cedo, seis ou sete da manhã. Era verão, mas estava cheio de neve ainda.

Chegando lá no topo, no pico mesmo, eu e ele sentamos lá, demos uma olhada a todas as montanhas em volta, pra lá e pra cá, para o lado, para frente e para trás. E ele olha pra mim e diz: "Conseguimos!". Em seguida, ele falou: "E daí?". Naquela época, eu já estava meditando. Então eu estava assim "Uau! Que maravilha!", enquanto meditava. E aí daqui a pouco, ele nervoso diz, "Poxa vida!"- ele estava olhando para o relógio- "A gente tem que descer, vai estar escuro e ainda vamos estar em uma parte complicada". E então descemos. A sensação realmente foi "E daí que a gente fez isso? Tudo bem, fantástico. Mas... e daí?".

E muito daquilo que as pessoas chamam de sucesso e de conquista tem essa sensação. Você conseguiu argumentar alguma coisa e o outro ficou arrasado, e daí? Grande coisa você fez. Para você subir você arrasou com o outro. Grande coisa, você trabalhou não sei quantos anos fazendo uma coisa e você produziu. E sabe o que o universo vai dizer pra você? "E daí?".

Portanto, eu realmente entendo que as montanhas que temos que subir não são aquelas lá. Nós temos que subir dentro de nós mesmos porque a maior conquista é uma conquista interna. Se eu posso dizer que eu consegui passar um dia inteiro sem pensar absolutamente nada negativo, aí eu diria que é uma grande conquista. Isso tem uma importância. E é uma coisa que ninguém nem tenta fazer, porque considera impossível. Porque se eu sou um sucesso na mediocridade, se eu sou o mais hábil medíocre do mundo, também o universo vai dizer: "E daí?".

Então, essa questão de sucesso por um lado tem a ver com *status*. *Status* aqui, de acordo com o significado da palavra latina, em que *status* significa apenas estado. Então, se eu consigo alcançar um estado interno de tranquilidade, de percepção, de desapego, por exemplo, e ao mesmo tempo amoroso, aí eu diria que sim, é um grande sucesso. É esse tipo de *status* interno que me interessa.

Você conseguiu um *status* e você conseguiu montar aquele castelo de coisas à sua volta. Você está sentado dentro do seu castelo e acontece alguma coisa muito difícil, uma notícia muito dura. Por exemplo, um parente muito próximo foi diagnosticado com câncer terminal e você está lá sentado no seu trono dentro do seu castelo e aquela notícia é mais forte do que a sensação de vitória de estar sentado dentro do seu castelo.

O que é mais importante não é ter as coisas, é entender as coisas. Eu posso ter muito e ser nada... mas posso ser muito e não ter nada também. O quê que é melhor? Qual verbo que é mais importante? O 'ser'. Então a gente tem que medir o sucesso pelo 'ser' e não pelo 'ter' e nem pelo 'fazer'. Há pessoas que fazem tanta coisa mas são permanentemente inquietas.

Eu lembro uma vez que estava no aeroporto de Madrid, meu avião estava atrasado. Comecei a observar as pessoas. E quem conhece esse aeroporto, sabe que tem muitas esteiras para a gente caminhar e tem muita distância entre um portão e outro e eu estava observando uma mulher que estava lá dentro onde saem os aviões. Eles têm carrinhos para a bagagem de mão, não aqueles carrinhos grandes que você pega para fazer *check in*, mas carrinhos pequenos para bagagem de mão. E essa mulher estava na esteira com o notebook aberto em cima do carrinho, com o celular no ouvido e ao mesmo tempo digitando alguma coisa, enquanto a esteira a levava ela para o portão...

Então eu imaginei, por exemplo, uma câmera em cima dessa área do aeroporto, filmando todo mundo fazendo tudo o que tem que fazer e ainda imaginei essa câmera em velocidade rápida, mostrando o movimento de um dia inteiro. Primeiramente, o aeroporto pareceria com um formigueiro e, imagine, de repente você está numa correria dessa e cai uma pergunta do céu na sua cabeça, perguntando: "O que você está fazendo? Para onde você está indo com tanta

correria?". Provavelmente a gente não saberia responder. Para que eu estou fazendo aquilo que eu estou fazendo. Para onde estou indo com tudo que eu faço?

Portanto, sucesso é algo muito mais amplo. O sucesso, assim, verdadeiro, o sucesso *sato*, tem muito mais a ver com a pergunta "Para que você está fazendo o que você está fazendo?" do que a pergunta "O que é que você está fazendo?". Para que eu me levanto todo dia? Por aí... Para onde eu vou?

O que eu quero mostrar com isso é que a resposta dessa pergunta tem muito mais a ver com o sucesso genuíno do que simplesmente conseguir fazer alguma coisa. E se alguém conseguiu fazer alguma coisa, e daí? "Mas eu fiz dez coisas". Ainda assim, a pergunta do universo seria: "E daí que você fez dez coisas?". E isso não é desmerecer, por exemplo, o esforço. Alguém que treina para as Olimpíadas, na média, treina durante seis anos, seis horas diárias, durante cinco dias da semana. Canoagem, jogar disco, correr, nadar, seis horas, na média.

Então é um esforço realmente importante. Melhor estar fazendo coisas desse tipo do que estar em casa assistindo televisão com a perna para o ar. Mas... ainda assim... mesmo se eu corro mais rápido que o outro, aliás, se eu corro mais rápido que outros vinte, e daí? Então, nesse tipo de reflexão sobre o sucesso, a primeira pergunta não é "O que é o sucesso?", mas "Em que eu quero ser bem-sucedido?". Tenho que definir isso.

"Hoje eu consegui reduzir a quantidade de pensamentos inúteis em 10%". Uau! Ou, "Eu consegui, em cada interação que eu tive com as pessoas, eu consegui manter minha linguagem em um nível extremamente educado e apropriado". Então eu tenho que me perguntar sobre isso. É muito mais fácil você escrever sobre "ser feliz" do que você realmente ser feliz na prática. Esse tipo de autochecagem é importante.

E há algo curioso. Parece que a preocupação gera objetos no futuro nos quais acabamos nos preocupando. Ou seja, nossa própria preocupação invoca situações que nos preocupam. Ora, se eu não tivesse a preocupação, talvez a coisa nem chegasse a existir. Não sei se vocês já tiveram essa experiência. Você vai alimentando um pensamento inútil e aquilo vai crescendo.

Mas que tipo de futuro eu quero? Como é que eu estou nas Olimpíadas da paz interior? Quantos saltos altos eu consegui dar sobre situações de obstáculos? Eu tenho um obstáculo na minha frente e eu consigo pular o obstáculo e aí ele não me derrota. Uma vez eu vi ... não é brincadeira, eu vi mesmo. Eu estava em um congresso de *Hatha Yoga* na Índia e tinha um sábio, sei lá se era sábio, mas enfim, uma pessoa que tinha barba, parecia uma pessoa venerável. Ele tinha treinado toda sua vida tocar o ponto no meio da testa com a língua. (risos) Não estou brincando. Sei lá como, ele alongou sua língua para fazer isso, parecia um lagarto. E aí a grande atração desse congresso foi a demonstração do tal *sadhu*. Por um lado a gente aprecia a disciplina, a determinação que ele deve ter tido para fazer isso. Eu nessa época nem conhecia a *Brahma Kumaris*. Eu fui falar com ele depois. Eu, um jovem nessa época, tinha 22 anos e fui conversar com ele; estava curioso e perguntei: "O senhor, puxa vida, nunca vi um negócio desses, parabéns! Quer dizer que o senhor se considera deus, não é?". E sabem o que ele estava fazendo? Ele estava fumando um cigarro, desses cigarros chamados "piti". Não é esses cigarros de filtro, é feito à mão, é de palha, com um cheiro forte. E ele estava fumando e eu perguntei: "O senhor é deus então?". Ele disse: "Claro, você é deus, eu sou deus, todos nós somos deus". Então eu falei: "Se o senhor é deus, por que está precisando fumar um cigarro?". Ah, ele ficou bravo. Aí eu disse: "Mas se o senhor é deus como você está bravo? Deus não fica bravo". Aí ele ficou mais bravo ainda.

Aí eu fiquei pensando depois na minha irreverência de jovem: "o que adianta você treinar toda a sua vida para tocar o meio da testa com a sua língua se no primeiro instante você fica bravo, na primeira oportunidade você perde a cabeça?" Aí não... Eu também vi outro, esse foi mais impressionante. Porque na Índia a palavra do guru é a palavra pra se seguir, porque dizem que

a palavra do guru é a palavra da morte, você tem que obedecer. E tinha um seguidor que estava numa reunião e a última coisa que o guru falou para ele foi: "levante-se". O indivíduo se levantou. Vinte anos depois ele ainda estava levantado quando eu o encontrei. Ele nunca mais sentou em vinte anos. Já imaginou? Porque o guru disse para ele levantar, ele permaneceu vinte anos levantado. Ele dormia numa espécie de cabide. Não estou brincando, os pés dele estavam todos inchados, imensos.

Imagine a disciplina para você fazer isso! A gente nem sabe... Porque imagine quantas vezes a pessoa já não morreu de vontade de sentar ou deitar. Não deitou, não sentou em 20 anos. Provavelmente ele morreu de pé. Vocês estão rindo, né? Mas, por um lado, você vê o valor de uma disciplina, de uma determinação de fazer esse tipo de coisa. Mas por outro lado, imagine se você aplicasse essa determinação em uma coisa que tivesse utilidade de alguma forma, ou se, ao invés de você sentar-se num lixo de pensamentos esquisitos ou deitar-se nas consequências de uma situação mal feita, você conseguisse se erguer internamente, de pé internamente. Aí sim, eu diria, pelo menos, que veria valor nisso.

Todos nós temos qualidades. Muitas vezes, elas são mal aplicadas, ou mal dirigidas, ou mal produzidas e aí nós temos que identificar quais são, porque temos qualidades. Quem aqui é especial? Todo mundo. Mas o que torna vocês especiais? Hã!? Hein!? Somos filhos especiais de Deus. Mas o que torna você especial, especialmente? Só o fato de ser único basta, realmente. Mas isso não é arrogância, porque se eu não penso que eu sou especial, eu não vou fazer coisas especiais, eu vou me refugiar na desculpa, assim, tão comum como dizer que errar é humano. Mas o que nos torna especial é o ponto de encontro entre quatro coisas.

Primeiramente, alguma coisa, algum valor. Nós temos valores, e, se olharmos a nossa história, nós podemos fazer um memorando interno. Podemos ver coisas na vida em que realmente, por exemplo, "quando me levantei para defender alguma situação ou enfrentar alguma situação, porque eu estava sendo movido por algum valor que eu não abria mão". Eu estava buscando, por exemplo, a justiça ou a liberdade, ou eu estava querendo mostrar um exemplo positivo para alguém. Por isso que eu me levantei, eu enfrentei, eu fiz. Então não é tanto a coisa que eu fiz, mas é o valor, ou aquilo que eu estava valorizando por trás disso que me movia. Então, isto refere-se à minha especialidade e a expressão maior da minha especialidade chama-se sucesso. É a questão daquilo que eu valorizo e por quê valorizo.

Segundo, tem a ver com algum interesse que eu tenho, minha especialidade. Quando estou fazendo aquilo sinto-me extremamente realizado internamente. Por exemplo, quando estou ajudando alguém de uma forma abnegada, isso me dá um retorno muito maior do que fazer alguma coisa para simplesmente gabar-se depois. O que me interessa fazer? A que tenho me inclinado na minha trajetória, que mostra alguma coisa de valor próprio? Então o sucesso é uma mistura daquilo que eu valorizo, daquilo que me interessa.

Em terceiro lugar, tem a ver com alguma habilidade, aquilo que eu sei fazer. E se eu posso dirigir aquilo que eu sei fazer para o bem, aí o sucesso aumenta ainda mais.

Se eu posso dirigir aquilo que eu 'valorizo' para o bem, aquilo que me 'interessa' para o bem, aquilo que eu 'sei fazer' para o bem, então, a minha especialidade tende a ser mais bem-sucedida. A especialidade é uma espécie de locomotiva, que puxa vagões. Se eu não ativo minha especialidade, o trem está parado. E o trem parado é aquele estado 'tamo'.

E o quarto aspecto é o talento. Aquilo que eu faço com naturalidade é um talento. Valor, interesse, habilidade e talento. Esses quatro, juntos, apontam por onde eu tenho que estar dedicando meus esforços. Eu não posso e é uma perda enorme de tempo tentar ser alguém mais, aliás, inútil. Eu não posso ser outro, eu só posso ser eu. Eu não posso também ser aquilo que o outro quer que eu seja, isso também não é sucesso. Eu posso estar me medindo pelas opiniões dos outros e isso também é inútil, embora no mundo o renome é uma característica de

sucesso. No entanto, o renome conseguido “porque estou agradando todo mundo, suas vontades, suas opiniões,...” não é um sucesso, é uma escravidão.

A pessoa que se gaba de algo tem sempre que sustentar essa história. Por exemplo, uma pessoa que diz: "Eu respondo absolutamente todos os meus emails" – e fica até às 11h da noite, todo dia, respondendo, só por manter a fama. É uma escravidão. Criar a fama dessa maneira é uma fama tão inútil. Eu posso estar numa relação de codependência com os meus avalistas. Eu vivo no meio de um monte de gente que dá aval porque eu consigo produzir uma imagem na cabeça deles, alguém assim ou assado. Mas pode ser tudo uma farsa que tento sustentar porque eu criei essa farsa. Então o sucesso de fama é um problema.

O sucesso autêntico que brota é eu ser fiel àquilo que eu tenho de melhor para mostrar para o mundo. Esse é o sucesso que vale. E tem gente que passa a vida inteira agradando os outros e a vida não é uma concorrência de popularidade. Só porque você é o mais popular, não significa que você fez alguma coisa realmente bem feita; você simplesmente atendeu aos desejos de um monte de gente. Esses desejos podem não ter tido nada a ver com a construção de um mundo melhor. Muitas vezes, se eu sirvo o interesse genuíno daquele outro que está na minha frente, isto pode inclusive estar contra o desejo superficial dele ou dela mas, a longo prazo, aquilo estará alimentando algo genuíno, autêntico e verdadeiro ao crescimento dos dois.

Senão, eu atendo ao desejo limitado do outro e fico popular até o próximo atrito apenas. Então muitos dos nossos relacionamentos de altos e baixos são porque eu atendi... e o outro ficou feliz. Depois eu crio outra expectativa, que não é preenchida... e eu fico infeliz. Depois eu tenho que recuperar o território perdido... Faço outra coisa, essa troca, esse intercâmbio de percepções e desejos limitados, nada tem a ver com o sucesso de verdade. É um jogo apenas. Eu te respeito se você me respeita, se não me respeita, cuidado. Eu te amo se você me ama, se não me ama, tchau.

É muito irreal isso. A gente vive momentos assim espetaculares e depois... a gente cai num abismo. Porque nem aquele alto foi alto de verdade e nem o abismo é uma coisa que tem a ver com a verdade. Eu estou dançando ao redor daquilo que é verdadeiro, sem tomá-lo na mão. Por isso que quando eu penso sobre sucesso, eu penso sobre a palavra *sato*, porque eu estou além. No estado *sato* eu percebo as dualidades. Mas eu não sou movido por nenhum dos lados, nem impressionado por coisas fantásticas, nem deprimido por coisas deprimentes. Fico observando a peça e me organizando para atender aquilo que é apropriado na minha frente.

Ou eu posso estar com essa percepção das dualidades tomando lados. Movendo-me por preferências de um lado para o outro. "Vou ficar distante dessa gente porque essa aqui é minha turma". "Eu detesto fazer aquilo" - essa linguagem é a linguagem do fracassado. "Adoro isso!", "Detesto aquilo!". Não sei se vocês já ouviram pessoas falando isso, mas é uma confissão de fracasso esse tipo de linguagem. Eu me lembro de uma grande orientação que eu recebi quando ousei reclamar de alguém pra uma das *iogues seniors* da *Brahma Kumaris*. Fui falar com ela: "Olha essa pessoa, puxa vida, ela é muito ..., ela faz isso, faz aquilo...". E ela disse: "Pare! Se você reclama dos outros, você se difama". Bom, você está mostrando sua intolerância, sua incompreensão a alguém. Nunca mais reclamei para ela sobre nada. Também não sou de reclamar, mas isso foi uma grande lição para mim; eu prefiro entender do que reclamar.

Então a compreensão tem tudo a ver com o sucesso verdadeiro e a incompreensão tem tudo a ver com o fracasso. Eu posso estar observando as dualidades, verdade/falsidade, posso ver uma coisa que é benéfica/não é benéfica, esse procedimento leva a um benefício/esse outro procedimento leva a alguma perda de tempo, ou perda de energia, ou perda de suor, ou perda de estado espiritual. Dá para saber isso, mas uma coisa é observar isso e ajustar-se ao jogo que está acontecendo, e outra coisa é você ser levado pelas diferentes coisas.

E aí, no estado *tamo*, você está preso a uma opinião fixa, numa categorização sobre as coisas. "Ah, tal coisa"... Você está preso por um mau hábito que não leva a um benefício. Você sabe que não leva a benefício e você está preso por ele. E você até se justifica... Tanto é a prisão, que você tem que se justificar, que fingir que não é prisão. Então, no estado *tamo*, a pessoa está num estado preso por alguma coisa que não leva a nada, por alguma percepção que não leva a nada. Alguém pode ser bem-sucedido por uma coisa ruim, por exemplo. Há excelentes ladrões de banco, fantásticos mentirosos, entende? Basta ligar programa eleitoral na TV. Mas eu quero ser famoso por ser..., o quê? Por ser um excelente manipulador? Por ser um excelente fingidor? Não.

Se eu me concentro naquilo que é genuíno, verdadeiro, não tenho que me preocupar em ser famoso. Pelo menos eu vou deixar contentes as pessoas que interagem comigo. Isso basta. Então as histórias de sucesso têm tudo a ver com *sato*, o estado verdadeiro interno, leve, livre, luminoso, assim, capaz de permanecer além do lixo que circula por aí. E, além disso, capaz de inspirar outros a dar um passo para cima. Não que eu tenha que tocar o meio da testa com a língua, mas eu tenho que provar o néctar do conhecimento e saborear o entendimento, ok?

Tudo bem? Então vamos fazer uma meditação final? Alguém tem alguma pergunta, alguma colocação?

COMENTÁRIO DE PARTICIPANTE: Você falou bastante do "E daí?"... Ao longo da minha vida, trabalhei tanto tempo em uma empresa, 30 anos de carreira e tal, e depois eu fui mandada embora com mais 50% dos funcionários em uma época de crise. E aí eu me perguntei: "E daí? Eu dediquei tanto, eu fiz tanto, eu corri tanto..." Agora caiu a ficha. E eu fiquei: "E daí? O que que eu vou fazer agora da minha vida? Eu não sei fazer outra coisa a não ser esse trabalho." E eu sofri bastante, foram três anos para eu me curar um pouco dessa coisa, dessa crise. Mas certo dia, também, eu tive a oportunidade de encontrar uma amiga e ela falou: "Mas quando você nasceu, na sua certidão de nascimento não dizia que você era dessa profissão". Aí eu disse: "Como não? Eu só sei fazer isso". Aí me caiu outra ficha. Ela falou: "As possibilidades são infinitas, Regina, então você pode muito mais." Então isso veio reforçar agora o que o senhor falou.

RESPOSTA: O seu nome é? Regina. "Regina" significa soberana, não é? Regina soberana... Nós podemos... Todos os papéis que temos na vida não somos nós, são papéis e nós somos os atores. Tudo pode ser diferente. Eu cheguei no Brasil em 1979 com 200 dólares no bolso. E não pude trabalhar na minha profissão porque o processo de ratificar era muito complicado. Eu nunca mais trabalhei naquilo que eu estudei porque me parecia tão complicada a burocracia... Mas tudo é possível. Faça alguma coisa que é aquilo que você é. Mostre sua especialidade para o mundo e o mundo te dará um lugar. Sempre. Tá bom? Vamos lá.

MEDITAÇÃO

Então vamos sentar, vamos imaginar, visualizar um acento sutil entre os dois lados do cérebro. Alguns centímetros atrás do meio da testa. E aí nesse acento sutil, você é o ser de paz que está sentado. Você que entrou nessa forma física e você um dia vai sair dela, para continuar a sua viagem. Você é o fator pulsante, todas as outras coisas mudam mas você alinhava toda a sua vida. Você é o fio que conecta as cenas. E você nesse momento se vê como ponto de luz consciente, com uma pequena estrela brilhando no meio da testa. E essa energia consciente do ser que você é, a alma que você é, tem uma história maior que é contida pelo nome-forma do seu corpo. Esse ser, essa alma que você é, tem a ver com outras dimensões e não apenas com essa física.

De fato é uma dimensão de todos além daqui, que todos lembram quando oram ou rezam. Budista, cristão, judeu e muçulmano, todos lembram dessa dimensão. O lar da alma, o céu, o nirvana. E eu me vejo na minha condição original. Um ponto de luz brilhante nessa dimensão de luz, de silêncio. Livre, leve e luminoso. Inteiro. Puro. Tranquilo, amoroso, contente.

Verdadeiro. Muito próximo da Fonte que chamamos Deus, Alá, Jeová ou Shiva. Muito próximo. De fato... me banhando nos seus raios. E essa experiência me ajuda tremendamente a contextualizar a história através desse nome-forma que ocupo neste momento no mundo físico. Porque quando eu digo para mim que eu tenho que ser eu mesmo, é esse eu, não é outro que eu tenho que ser. Esse pequeno brilho divino que eu tenho que ser. E não sou um "fulano de tal" qualquer que fez tal e tal coisa'. Eu tenho que ser amoroso, pacífico, contente e ao mesmo tempo forte, corajoso e apropriado. E permaneço sentado nesse acento sutil, estável. O mundo gira e gira e gira. Eu estou quieto. Tranquilo. Vamos abrir os olhos, manter um pouco essa consciência com os olhos abertos. Ok? Om Shanti. Essa expressão quer dizer: "Eu sou um ser de paz." Om: eu sou. Shanti: Paz. Om Shanti.