

## VIDA INTERIOR

## VIDA INTERIOR

Deixo este trabalho àqueles que se esforçam por ampliar o seu estado de consciência e trabalhar para o bem de todos os seres humanos.

J.W.

Março, 2023

© 2023 CAFH  
Todos os direitos reservados

## Sumário

VIDA INTERIOR.....	4
ORAÇÃO .....	7
O EXERCÍCIO DE MEDITAÇÃO NA VIDA ESPIRITUAL.....	9
O EXERCÍCIO DE MEDITAÇÃO E O ESTADO DE MEDITAÇÃO .....	10
DISCERNIMENTO VOCACIONAL .....	12
MEDITAÇÃO DISCURSIVA .....	14
MEDITAÇÃO ATIVA E MEDITAÇÃO PASSIVA.....	16
DESVIOS ASCÉTICOS.....	18
RENÚNCIA AO SENSÍVEL .....	20
A ARIDEZ .....	22
O EXERCÍCIO DE MEDITAÇÃO E O AUTOCONHECIMENTO .....	24
AMOR DE RENÚNCIA.....	26
A IMAGINAÇÃO CRIADORA.....	28
COMPROMISSO DE VIDA .....	30
A RENÚNCIA NO MUNDO .....	32
A IDEIA DA RENÚNCIA.....	34

## VIDA INTERIOR

### *Primeira Ensinança*

Hoje temos que reconhecer que, além dos fenômenos da natureza que podem nos causar sofrimento, os males que sofremos são causados por nós mesmos. Além disso, quanto mais avançamos em conhecimento e capacidade, maiores são os sofrimentos que causamos e causamos a nós mesmos. Embora haja muitos que estão trabalhando para o nosso bem, esses muitos são uma pequena parte da totalidade da humanidade. Por isso, vale a pena olhar e, melhor ainda, investigar em nós mesmos para produzir em nós mesmos o que almejamos para o mundo. Em outras palavras, que se buscássemos em nosso interior poderíamos encontrar a solução para nossos problemas; isto é, desenvolver a nossa vida interior. Mas o que é realmente vida interior? Em que consiste essa busca e como realizá-la? O certo é que nem todos nós sabemos como alcançá-la; quando buscamos dentro de nós mesmos, nos encontramos na escuridão e na perplexidade.

Alguns acreditam que a vida interior é pensar muito, autoanalisar-se, investigar seus problemas particulares, voltar-se continuamente sobre si mesmos. Outros buscam a vida interior concentrando sua vontade na realização de seus propósitos ou objetivos particulares. Há também aqueles que acreditam que a vida interior é praticar exercícios de meditação e oração em forma contínua.

É bom meditar sobre as próprias necessidades e ter uma vontade firme de realizar nossos propósitos; também é bom praticar exercícios de meditação e oração. Estas práticas nos ajudam a desenvolver-nos e, geralmente, fazem parte da ascética própria da vida espiritual. Mas, na realidade, não são vida interior propriamente dita.

A vida interior é, fundamentalmente, colocar nossos valores e princípios espirituais acima de outros valores que possamos ter; por exemplo, aqueles que se desprendem do que desejamos apenas para nós mesmos, sem levar em conta a família humana. Esta valorização do espiritual não é apenas uma abordagem mental, mas o sentido que damos à nossa existência, colocando-a dentro de parâmetros que transcendem a nossa pessoa. A vida interior, em suma, é uma atitude vital, total, que transforma nossas ações em vida espiritual. Nossos centros de interesse se movem espontaneamente em direção a um objetivo transcendente. Deixamos de dispersar-nos interiormente em sentimentos e

pensamentos que nos levam daqui para lá para orientar nossa vida com uma única intenção espiritual.

A vida interior, portanto, não se limita a certos movimentos de nossa mente e coração; é a nossa disposição habitual, baseada num ideal espiritual.

A busca pela vida interior está ligada a um profundo conhecimento de possuir dentro de nós, desde sempre, o bem que nos dará a plenitude interior que almejamos. É uma consciência de ser, um saber que toda conquista será apenas uma redescoberta. Nesse saber, está a certeza infusa de que chegaremos ao fim que almejamos, de que cumprimos nosso destino.

Sem dúvida, esta fé não é suficiente para que a nossa vida interior seja possível para nós. Também não basta aceitarmos o postulado de que os valores materiais são vãos e transitórios. Uma coisa é aceitar um postulado como bom e outra, muito diferente, é reger nossa vida por esse postulado.

O desafio que encontramos em querer nos desenvolver, está em harmonizar o que cremos ser com o que realmente somos e o que almejamos ser. Por isso, o principal esforço em nossa vida espiritual visa alcançar uma unidade entre o que pensamos, sentimos e fazemos com o que desejamos realizar.

Do ponto de vista ascético-místico, o grau de vida interior é dado pela profundidade de nosso recolhimento habitual, pela clareza de nosso discernimento e pela amplitude de nosso estado de consciência.

A vida interior é, então, uma autoconsciência progressiva e expansiva, o novo mundo que podemos descobrir e conquistar.

O primeiro passo para a vida interior é aprender a discernir o que é bom não só para nós, mas para todos; os passos seguintes consistem em viver de acordo com esse bem, até que não possamos mais diferenciá-lo de nós mesmos.

Viver guiado pelos valores mais elevados, identificar-nos com o bem, evita o egoísmo que geralmente atrapalha nossas tentativas de expandir nossa consciência. Isso nos permite focar nossa atenção nos problemas fundamentais de nós como humanidade e em descobrir maneiras de superá-los. Além disso, nos ajuda a localizar os diferentes aspectos de nossos problemas pessoais dentro do grande contexto da vida. Isto dissipa as ilusões que podemos ter e dá

lugar à contemplação amorosa da vida como expressão da Divina Mãe (a imagem feminina de Deus em seu aspecto de Criador do Universo).

A vida interior é, então, uma das maneiras pelas quais se expressa o processo de expansão do nosso estado de consciência.

## ORAÇÃO

### *Segunda Ensinança*

A oração é um excelente meio ascético-místico para estimular nosso desenvolvimento espiritual.

A oração pode ser ativa ou passiva, intelectual ou devocional, vocalizada ou mental. Ela é ativa quando a expressamos em nossos trabalhos para o bem dos outros. É intelectual quando nos apoiamos em nosso intelecto para indagar sobre os mistérios da existência. É devocional quando a expressamos através de nossos sentimentos.

A oração também pode ser vocalizada. Consiste em recitar salmos e orações, como também invocações, conversações com a Divina Mãe ou com aqueles que nos inspiram devoção.

Também é bom dedicar algum tempo todos os dias, mesmo que sejam apenas alguns minutos, a orar por objetivos nobres: paz no mundo, alimento para os famintos, educação para as crianças e os jovens, saúde para os doentes.

Outro aspecto importante da oração é nos ajudar a manter um silêncio interior que nos liberte das autojustificações e imagens que costumamos criar de nós mesmos.

Quando procuramos fazer da oração o nosso estado de vida, deparamo-nos com a limitação de nossa compreensão. Não podemos compreender plenamente a amplitude de nossos estados interiores, nem as forças que entram em jogo em nossa ascética-mística. Aprender as técnicas próprias dos estados de oração nos ajuda a avançar nessa direção.

Por outro lado, ter presente a nossa vocação de desenvolvimento é também um estado latente de oração interior. Desse ponto de vista, os exercícios de oração são tentativas conscientes de atualizar essa vocação, pequenos estímulos consecutivos que, progressivamente, a atualizam em nosso interior.

A oração nos leva a estados espirituais cada vez mais profundos, expande nossos afetos e pensamentos, universaliza a base sobre a qual estabelecemos

nossa escala de valores e brinda ao mundo pensamentos e sentimentos de bem e amor.

Por outro lado, a oração infunde paz e segurança em nós, também expande nossa consciência de ser e nos dá a certeza de estarmos no nosso caminho, de sabermos que chegaremos ao seu fim.

Além disso, a oração gera em nós um estado interior de participação que, ao levar-nos a viver acima da nossa problemática pessoal, dá-nos uma visão mais universal da nossa vida, do nosso trabalho e da nossa missão no mundo.

Em outras palavras, a oração nos ensina a compreender além do que nosso intelecto nos diz, ela nos dá o dom de contemplar o mistério divino e a profundidade do coração humano.

A oração nos ajuda a desenvolver paciência e compreensão dos problemas humanos, como também brindar paz, silêncio e amor ao mundo.

No entanto, embora os exercícios de oração possam nos levar a realizações notáveis, eles não são suficientes para alcançar a verdadeira vida interior; esta não se alcança somente com uma ascética de oração. Para isso, devemos renunciar a nós mesmos e oferecer nossa vida para o bem de todos os seres humanos. Quando o fazemos, não apenas nos exercitamos na oração, mas também mantemos nossa intenção, nossa atenção e nossa atitude focadas em nosso ideal de união com o divino através de nossa participação integral com cada um de nós que formamos a família humana.



## O EXERCÍCIO DE MEDITAÇÃO NA VIDA ESPIRITUAL

### *Terceira Ensino*

O exercício de meditação, praticado em forma regular e metódica, é um meio excelente para harmonizar a vida ativa com a contemplativa.

Além disso, o exercício de meditação nos ajuda a descobrir nossa vocação e a maneira de realizá-la. Também nos capacita a responder da melhor maneira possível em qualquer circunstância e a desenvolver hábitos que estimulam nosso desenvolvimento interior. Por exemplo, aprendemos a deter nossas divagações para pensar antes de atuar, a perguntar-nos se o que estamos habituados a pensar, sentir ou fazer é o que realmente queremos pensar, sentir e fazer. Isto nos ajuda a reconhecer quando nossas palavras ou atitudes são de compreensão e aceitação e quando refletem nossos pré-juízos ou egoísmos.

Estes hábitos nos levam a centrar-nos em nosso interior ainda em meio de intensa atividade.

A sensibilidade que adquirimos através do exercício de meditação nos move a expressá-la em nossa vida diária. Por exemplo, levamos em conta os demais e as suas necessidades: tomamos consciência de nossos impulsos e aprendemos a dirigi-los. Quando aparecem em nós impulsos primários, o exercício de meditação nos ajuda a orientá-los para pensamentos de bem, de ajuda, de compreensão, de aceitação.

O exercício de meditação também nos ensina a revisar nossas opiniões e a aprofundar nossa fé. Também nos ajuda a compreender que nossas experiências, por mais extraordinárias que sejam, não são definitivas, qualquer que seja a importância que, em nossa opinião, pode ter o que tenhamos logrado.

A meditação induz, em forma espontânea, a viver aprendendo do que vai ocorrendo em nós mesmos, nos demais e no conjunto da família humana. Isto faz com que também nos seja espontâneo avançar, passo a passo, na senda de nosso desenvolvimento espiritual.

## O EXERCÍCIO DE MEDITAÇÃO E O ESTADO DE MEDITAÇÃO

### *Quarta Ensinança*

Quando nos identificamos com nossas emoções, nossos pensamentos e nossas sensações, torna-nos difícil compreender por que pensamos, sentimos e atuamos como o fazemos. Esta identificação não nos permite lograr que nossa vida seja também um meio para realizar nossa vocação de desenvolvimento. Os exercícios ascético-místicos nos ajudam para que possamos trabalhar sobre os diferentes aspectos de nossa vida para conhecer-nos cada vez melhor e adquirir maior domínio sobre nosso destino.

Por exemplo, as orações mentais ou vocalizadas, os rogos, os exercícios de meditação discursiva, atuam no plano emocional. A meditação afetiva atua mais sobre o plano compreensivo e imaginativo através da força do sentimento. É uma técnica que nos permite conhecer, cada vez melhor, a nossa mente e a dirigi-la.

Porém nem sempre distinguimos a diferença entre um exercício e um estado místico. Isto pode nos desorientar, já que as dificuldades que encontramos para efetuar os exercícios de meditação podem nos fazer pensar que a mística está mais longe do que poderíamos alcançar. Não nos damos conta de que essas dificuldades são naturais durante o tempo em que aprendemos esses exercícios. Se perseveramos em suas práticas, vamos nos conhecendo cada vez melhor e conseguimos criar em nós mesmos os estímulos que nos sustentam e promovem nosso desenvolvimento espiritual.

Quando começamos a praticar o exercício de meditação costumamos experimentar dois estados mentais diferentes. Quando o estamos fazendo, se aquietam nossos movimentos mentais e emotivos: isto nos permite observar melhor os processos que estamos vivendo. Ao terminar o exercício se produz como um corte em nosso interior; começa nossa vida diária e voltamos ao nosso estado mental habitual. A oposição entre estes estados mentais diferentes nos gera o desafio de conseguir que predomine em nós o estado mental que tínhamos na meditação.

Quando nos habituamos a meditar, o que compreendemos nesses momentos e os da vida diária se unificam cada vez mais, até produzir em nós um estado de meditação.

O exercício de meditação é então, um meio que nos conduz ao estado de meditação. Ao praticá-lo com continuidade alcançamos, em forma gradual, um estado mental simples e alerta. Isto desenvolve nossa percepção e nosso discernimento, como também nossa capacidade para compreender tanto o que vivemos como o que os outros vivem.

O simples fato de que ao começar os exercícios de meditação nos pomos interiormente ante a presença da Divina Mãe nos faz sentir em maior união com Ela. Esses instantes nos permitem vislumbrar um estado de união permanente e nos estimulam a perseverar nesses exercícios.

## DISCERNIMENTO VOCACIONAL

### *Quinta Ensinança*

As vezes podemos dizer-nos que não podemos nos dedicar a nossa vocação, ainda que, em realidade, nos esforcemos para realizá-la. Possivelmente, como encontramos dificuldades e obstáculos nas demandas que a vida diária nos impõe, justificamos assim nossa falta de êxito, apesar de nossos esforços para nos desenvolvermos. Esta atitude pode nos levar a pensar que, embora teoricamente a realização pode ser alcançada por todos, são poucos os que podem superar as dificuldades quase intransponíveis que existem para quem vive em contato permanente com a sociedade.

É certo que, quando nos deixamos tomar por valores mundanos e pela excessiva preocupação por nossos problemas materiais, distanciamo-nos da contemplação e da busca do Divino. No entanto, se nos centrarmos em nossa vocação, geramos em nosso interior a força necessária para enfrentar as dificuldades próprias da vida em qualquer meio em que nos encontremos.

Por isso, é bom que recordemos que tudo se tornara difícil se, por separar a vocação espiritual de nossa vida cotidiana, criamos dois âmbitos de experiências paralelas, o da vida “comum” e o da vida “espiritual.”

Para estar em paz conosco mesmos e nos desenvolver, necessitamos definir e manter a base sobre a qual sustentamos nossa vida. Não há antagonismo entre desenvolver nossa vocação e nossa dedicação ao trabalho, a sociedade, a família. Ao contrário, nossa vida diária se transforma em uma oração simples quando, ao mesmo tempo que cumprimos com todas nossas obrigações, nutrimos nosso discernimento com o valor de nossa vocação espiritual.

Voltemos a recordar que antepor desejos e ambições pessoais ao desejo de desenvolvimento espiritual produz instabilidade interior. Este é a verdadeira origem dos conflitos e obstáculos que podemos encontrar para nos desenvolver. Em troca, antepor a vocação espiritual a todo outro valor harmoniza nossa vida, já que nos leva a cumprir não só com a nossa vocação como também com nossa responsabilidade diante da sociedade, diante de nossa família e diante de nós mesmos. A realização espiritual não é algo impossível de alcançar; também não é exclusiva de algumas pessoas. No entanto, só a realizam aqueles que decidem

ter como base única a vocação espiritual que dá sentido transcendente a suas vidas.

Centrar-nos na vocação nos leva a alcançar um estado de oração simples que transcende a oposição entre a vida espiritual e a vida mundana.

Através dessa atitude assentamos nossa vida no bom discernimento e na responsabilidade diante de nós mesmos, de nossos familiares e da sociedade e, especialmente, na fé na Divina Mãe; em outras palavras, na fé em um destino transcendente dos seres humanos.

A oração simples e o esforço por integrar a vocação com a vida diária nos dá a força para cultivar essa fé, esse discernimento e essa responsabilidade

## MEDITAÇÃO DISCURSIVA

### *Sexta Ensino*

A meditação discursiva é um diálogo livre entre nós e a Divina Mãe e adquire sentido espiritual quando temos fé no Divino; ou seja, fé em uma realidade que transcende nossa percepção, à qual dirigimos nossa intenção e nossas súplicas. Também pode ser um diálogo com o mais puro que há em nós, baseado nos princípios éticos mais altos que possamos ter em nossa consciência.

O exercício de meditação discursiva consta de três passos: invocação, silêncio e resposta.

Na invocação apelamos a nossos melhores sentimentos e tratamos de ativar estratos profundos em nosso interior. Ainda que possamos imaginar que a divindade está fora de nós, em realidade a buscamos nas profundezas de nossa noção de ser e de existir.

A invocação produz em nós uma abertura interior; nos colocamos aos pés da Divina Mãe tal qual somos e abrimos nossa consciência sem temores, sem justificativas, sem julgamentos.

A invocação é como uma flecha lançada para nossa realidade interior. É um excelente meio para conhecer-nos, aceitar-nos e descobrir a Divina Mãe em nosso coração.

Na meditação discursiva não temos que nos importar se repetimos várias vezes as mesmas palavras; ao contrário, essa repetição carrega com força nossa vontade, ainda que só pela sugestão produzida pela repetição das palavras.

O período de silêncio consiste em que fiquemos em atitude receptiva, à espera de uma resposta. Nosso interior permanece quieto, como se pressentíssemos em forma cada vez mais íntima a presença da Divina Mãe. Pouco a pouco nos acostumamos a nos manter diante dessa presença sem desejar nada, sem esperar nada, simplesmente abrimo-nos interiormente. Temos a Divina Mãe como testemunho da nossa realidade interior, uma realidade que ainda não conhecemos em sua totalidade.

Durante o período de silêncio devemos ficar quietos interiormente, sem julgamento nem imaginar respostas.

O silêncio tem um grande valor místico. Ao calar os movimentos habituais dos diálogos com nós mesmos, ao terminar de sonhar acordado, evocando nossas paixões e desejos, aprendemos a escutar nossa própria voz, a voz de nossa vocação e dos altos princípios que pretendemos ter em nossas vidas.

Quando na invocação nos abrimos totalmente à Divina Mãe, quando nos colocamos a seus pés sem esperar nada e sem julgarmos a nós mesmos, quando no silêncio conseguimos calar as vozes de nossos compostos, a resposta que recebemos nasce no mais elevado de nós mesmos.

Resumindo, poderíamos dizer que:

A invocação da meditação discursiva é *um buscar* nas profundezas de nossa consciência as respostas às perguntas fundamentais: Quem sou? Para onde vou? Que quero ser? Que me impulsiona na vida? É imperativo não julgarmos, senão aprofundar no que descobrimos.

O silêncio é um abrir-nos ao *conhecimento* que se revela em nosso interior.

A resposta é *discernir* que o deveríamos fazer com esse conhecimento, que orientação queremos dar a nossa vida e a cada passo que damos nela.

A meditação discursiva é buscar, conhecer e discernir qual é a voz da Divina Mãe que fala em nossa consciência e nos deixar guiar por ela, ou pelo que percebemos como transcendente em nós mesmos.

## MEDITAÇÃO ATIVA E A MEDITAÇÃO PASSIVA

### *Sétima Ensino*

O exercício de meditação ativa é um movimento de dentro para fora de nós. Ao praticá-lo, temos sentimentos profundos; conceituamos então esse sentir e o determinamos em uma imagem que vivemos e compreendemos.

O exercício de meditação passiva, ao contrário, é um movimento de fora para nosso interior. Apoiamo-nos em um símbolo, seja uma palavra, uma imagem, um conceito, para iniciar uma busca interior. Aprofundamos essa ideia como se nos compenetrássemos nela, até sermos a ideia mesma.

O exercício de meditação ativa é um trabalho sobre um estado mental ou afetivo, a partir do conhecimento que temos de nós mesmos.

O exercício de meditação passiva é um esforço para chegar a um estado de consciência profundo; parte da simbologia e da representação convencional do sentimento e do pensamento, apoiado em uma linguagem simples. Ou seja, apoia-se nas interpretações que fazem a simbologia e as tradições a respeito das imagens nas quais nos apoiamos nesta meditação.

Efetuamos um exercício de meditação passivo quando o fazemos com maior lentidão e utilizamos menos imagens e palavras que no exercício ativo. No entanto, a lentidão do exercício não garante que seja passivo; a meditação se torna naturalmente passiva quando responde a nosso estado interior de recolhimento.

No exercício passivo criamos uma imagem e a fortalecemos centrando-nos nela por repetir, de forma pausada, as palavras que a descrevem. Para alcançar isto, evitamos racionalizar a ideia subjacente à imagem sobre a qual nos apoiamos. Esta concentração nos induz a uma oração cada vez mais simples e, pouco a pouco, a um estado mais profundo de meditação.

Podemos encontrar algumas dificuldades ao praticar o exercício passivo. Por exemplo, confundir a prática mais lenta do exercício com o efeito produzido por nossa introspecção quando fixamos a mente em uma ideia. Embora a repetição lenta das palavras nos ajuda a concentrar-nos numa ideia, a lentidão é o efeito e não a causa do exercício passivo.



Mas a verdade é que não conseguimos, de um salto, concentrar a mente em uma só ideia, uma só imagem. Por isso, necessitamos praticar assiduamente o exercício de meditação ativa para conseguir um certo grau de concentração mental que nos permita sustentar e aprofundar em uma ideia.

Esforçar-nos em fixar a atenção em uma imagem interior não determinada, usando quadros subjetivos, nos induz a alcançar uma compreensão passiva, quase não racional. Desta forma podemos conseguir que o exercício, de forma natural e paulatina, se torne mais pausado. As palavras são, então, reflexo de um estado profundo de meditação.

O exercício de meditação passiva simplifica gradualmente nossa oração, fazendo-a convergir em uma ideia única, um sentimento único. Já não procuramos, como resultado, um estado emocional determinado nem uma consequência já estabelecida. Tampouco pretendemos experimentar estados sensíveis, mas sim profundidade, silêncio interior, recolhimento.

O recolhimento é um estado simples; descansa em nossa consciência de ser. Quando, imóveis em nosso centro interior, simplificamos cada passo do exercício, conseguimos fazer da meditação um estado simples. A meditação se transforma assim, pouco a pouco, numa concentração subjetiva, profunda e espontânea, verdadeira oração que absorve a totalidade do que somos.

Por outro lado, aplicar nossa vontade para conseguir uma gradual passividade no exercício de meditação nos facilita a entrada à meditação passiva. Também pode chegar o momento em que a oração surja em nós como uma necessidade profunda e se faça espontaneamente subjetiva. Nesse momento, nosso exercício ativo se torna passivo.

A verdade é que, embora não conheçamos a técnica do exercício passivo, às vezes meditamos passivamente por uma necessidade interior, sem nos dar-nos conta de que o estamos fazendo. No entanto, ainda que a Divina Mãe nos leve pela mão na oração, é preciso que conheçamos e experimentemos a técnica do exercício passivo, já que ele marca o começo da via iluminativa.

## DESVIOS ASCÉTICOS

*Oitava Ensinança*

É fácil confundir a mística com os resultados contingentes da ascética. O desvio mais frequente no caminho ascético-místico é fazer da ascética um fim em si mesmo.

A ascética tem por objetivo predispor-nos, de forma paulatina, para a união com Deus; ao mesmo tempo, produz em nós efeitos secundários. Na realidade, todos os atos que realizamos produzem resultados secundários que repercutem na totalidade do que somos, tanto em seus efeitos físicos como nos mentais e espirituais. Mas, como esses efeitos não são permanentes, não implicam uma verdadeira realização. Por isso é importante que não confundamos os frutos de nossa vida consagrada ao bem de todos os seres, com os estados sensíveis que podemos alcançar praticando certos exercícios ascéticos.

Quando, através de nossas práticas ascéticas, alcançamos experiências sobrenaturais, é natural que desejemos repeti-las. Esta repetição é boa até que dominemos essas técnicas; mas se insistirmos em buscar gratificar-nos de forma sensível tiramos valor à nossa ascética.

Isto não nega a realidade dos efeitos secundários que resultam da ascese, mas há que ter presente que seu valor é relativo aos exercícios que os produzem. Muitas vezes ficamos presos pelo brilho dos resultados imediatos que alcançamos com nossa ascética, porque são mais acessíveis e atrativos que o estado interior de renúncia. Este estado implica manter o nosso esforço para desenvolver o nosso estado de consciência através de uma responsabilidade crescente, a oferenda da nossa vida e o esquecimento de nós mesmos.

Quando nossa expansão interior resulta de uma expansão de nosso estado de consciência não ocorre somente a nível de nosso intelecto ou de nossas sensações; aqueles que a conseguem vivem realmente unidos a todos os seres, e essa união se percebe em suas respostas ante o meio, ante as necessidades dos demais, ante o divino. Quando compreendem algo, essa compreensão abrange toda a sua vida e a compromete totalmente. Essa compreensão também se expressa em uma resposta concreta às necessidades e possibilidades dos demais.

Um alto grau de empatia e união interior com todos os seres é o caminho para a união com a Divina Mãe. Esse estado é simples e se expressa em uma plenitude interior profundíssima, como também irradiante e expansiva. Embora este estado seja obscuro para a mente humana, produz efeitos inconfundíveis naqueles que o vivem.

## RENÚNCIA AO SENSÍVEL

### *Nona Ensino*

No processo de expansão da consciência, a renúncia ao sensível não só é necessária, mas imprescindível para fazer da ascética um instrumento de desenvolvimento e não um fim em si mesma. Esta ascética, como a oração, se sustenta na vocação de renúncia, na qual não tem lugar a gratificação pessoal.

Denominamos estados sensíveis espirituais aos estados de meditação ou contemplação que nos produzem vivências emocionais que, por sua profundidade, nos levam a nos aquietar interiormente até alcançar uma paz indefinida, como se o nosso interior estivesse imóvel e a nossa mente inativa. Por isso, é fácil imaginar que esta quietude é mística.

Os estados sensíveis produzem belas experiências, mas não conduzem a um verdadeiro estado de participação com os demais e com tudo. Para conseguir este estado temos de trabalhar sobre a nossa sensibilidade. Quando renunciamos a buscar gratificações sensíveis, nossa oração é um estado de participação que nos move a viver em função das necessidades dos demais.

Convém reconhecer, então, que costumamos buscar a contemplação pelos estados sensíveis que pode nos proporcionar, como também que, para chegar à união com a Divina Mãe, é preciso renunciar à busca de gratificações emocionais. E que esta etapa, que chamamos purgativa, há de prolongar-se tanto quanto seja necessário para purificar a sensibilidade.

Purificar a sensibilidade não é somente transmutar a emotividade mais grosseira, ou renunciar a consolações e satisfações; é sublimar os afetos do coração. Aprendemos assim a sair do mundo limitado de nossas emoções e a encontrar o amor no serviço aos demais, em participação com suas dores e alegrias.

Por outro lado, quando nos falamos de renunciar aos estados sensíveis, costumamos temer que, se não os tivéssemos, perderíamos o impulso necessário para continuar com as nossas práticas ascéticas. Podemos sentir que sem nossos estímulos sensíveis não teríamos forças para levar a cabo uma vida de renúncia, que viver sem esses apoios emotivos seria como morrer, ou como viver suspensos no vazio. Seria verdadeiramente "tirar da casa o que a sustenta".

É certo que a esperança de alcançar a plenitude é um sustentáculo da existência, mas se por um lado é bom nutrir essa esperança, devemos discernir as emoções exacerbadas da plenitude do estado de participação.

Por isso, é necessário não confundir a renúncia sensível com a falta de afetividade, ou com não sentir atração por nada. Se nos apoiamos apenas em nossa afetividade, não a sentir poderia levar-nos a estados dolorosos e depressivos; em troca, quando renunciamos a ter exaltações sensíveis, nasce em nós o desejo de assistir, de ajudar, de amar cada vez com maior plenitude.

Os estados sensíveis espirituais ocasionam um grande gasto de energia; por isso, se alternam com períodos de insensibilidade. Como não é possível nos manter, durante muito tempo, no topo das nossas emoções, é natural que depois tenhamos um estado de aridez interior. Podemos chegar a sofrer muito nesta etapa, por acreditar que perdemos nosso bem interior. Embora esta aridez possa se prolongar por algum tempo, nos ajuda a purificar nossa sensibilidade.

Só uma força mais poderosa que os movimentos emotivos podem nos dar estabilidade interior. Através da aridez interior podemos vencer os vaivéns emocionais, como se a mão da Divina Mãe, mais além dos sentires, nos levasse para Ela através de nossa renúncia.

## A ARIDEZ

### *Décima Ensino*

No processo de desenvolvimento espiritual podemos experimentar dois tipos de aridez: a aridez sensível e a aridez espiritual.

Experimentamos aridez sensível quando nos desanimamos por não conseguir gratificação emocional em nossa relação com o divino; ou seja, quando só almejamos consolo, gozo ou algum favor celestial. Este tipo de aridez nos torna difícil perseverar em nossas práticas ascéticas. Porém a aridez que experimentamos é realmente espiritual quando, por haver-nos comprometido com nossa vocação de renúncia, não apoiamos nossa oração na esperança de conquistas sensíveis.

Todos podemos sentir alguma vez, mesmo por um só instante, a proximidade Divina. Mas se procurássemos repetir essa experiência em nossos exercícios ascéticos sem poder realizá-la, especialmente no de meditação, poderíamos ter um estado de aridez que costuma se expressar como tristeza, falta de estímulo, desgosto, sofrimento.

Há alguns fatores que, embora sejam alheios aos exercícios ascéticos, podem afetar nosso esforço para realizá-los. Por exemplo, a falta de continuidade na prática do exercício de meditação ou ter escolhido um lugar inadequado para realizar esta e outras práticas ascéticas provocam estados de aridez sensível.

Quando deixamos de praticar o exercício de meditação durante um certo tempo, precisamos fazer um grande esforço para retomá-lo e apoiar-nos somente em nossa vontade, geralmente isenta do estímulo das sensações.

Também é possível que sintamos cansaço físico ou mental ao realizar o exercício de meditação. Nestes casos, escolher um momento adequado para meditar pode nos ajudar a ter melhor disposição para realizá-lo. Por isso, é conveniente que o exercício de meditação seja uma das primeiras atividades de nossos dias. Isto evita o cansaço ou o estar demasiado envolvidos em situações que nos impedem de concentrar-nos na meditação.

Outro fator a se ter em conta é o tipo de trabalho ou atividade habitual que se realiza em nosso entorno. Se não contamos com um ambiente de paz e tranquilidade, é possível que não consigamos nos concentrar e, por conseguinte,

que nossos sentimentos não aflorem com facilidade. Nestes casos, o tempo da meditação pode converter-se num momento de sofrimento em vez de ser de plenitude e riqueza interior.

Ainda que não possamos nos concentrar no exercício quando estamos nessas situações, é conveniente que continuemos nos esforçando para consegui-lo, ainda que nossa mente ou nossos sentimentos não nos respondam. Nestes casos o exercício consiste no esforço para nos superar.

Ao começar nosso caminho de desenvolvimento interior e realizar um trabalho sobre nós mesmos, despertamos em nós uma força que nos impulsiona a ampliar nossa consciência e a superar a tirania de nossos desejos. Esta luta pode nos fazer sentir que estamos conseguindo algo. Mas o tempo gasta esta capacidade de resposta sensível e ficamos sós, frente à nossa realidade e ao esforço para superá-la. Se estivéssemos identificados com o nosso sentir viveríamos esse estado como uma aridez sensível.

Enquanto há apego aos estados sensíveis a aridez é uma experiência dolorosa em quem espera adiantar em seu desenvolvimento. Mas quando a oração é de renúncia, a aridez espiritual é seu resultado natural e está iluminada por instantes de contemplação que se experimentam como um vazio interior livre de sensações e um profundo recolhimento que leva a viver acima de recompensas sensíveis.

Quando a oração se estabelece em um nível de participação, ao qual não chegam as águas dos desejos nem do instinto, experimenta-se a liberdade de saber e de ser. Neste estado, o único sustentáculo é a fé. Não é necessário o estímulo das emoções prazerosas para aqueles que buscam apenas a sabedoria que provém de um estado de consciência transcendente.

## O EXERCÍCIO DE MEDITAÇÃO E O AUTOCONHECIMENTO

### *11ª. Ensino*

Conhecer-nos a nós mesmos ajuda a nos manter no campo de nosso trabalho espiritual; esta estabilidade interior estimula nosso desenvolvimento e nos induz a participar com tudo e com todos. Nesse sentido, os exercícios de meditação nos ajudam quando somos suficientemente sinceros conosco mesmos para ver claramente o que nos acontece, o que sentimos, o que pensamos e a intenção que nos anima a fazer o que fazemos. Saber com clareza como funcionamos é indispensável para poder aceitar-nos e ampliar nosso estado de consciência.

Em outras palavras, saber como funcionamos e aceitar-nos tal como somos é uma condição indispensável para que tenhamos alguma possibilidade de mudança frutífera.

Quando não nos conhecemos bem, há em nós uma luta entre pares de opostos – amor e ódio; generosidade e mesquinhez; solidariedade e egoísmo. Também somos movidos por emoções, algumas vezes fortes e outras passageiras; especialmente, pela ânsia de ganhar ou sobressair que atrapalha nosso desejo de participar e de servir. Quando reconhecemos esta ambivalência, pode acontecer que, por um lado, consideremos as nossas más tendências como nossas inimigas e, por outro, nos apoiemos nas nossas virtudes para nos sentirmos acima dos outros. Ao nos concentrarmos demasiado em nossa problemática pessoal não podemos ter uma visão objetiva nem de nossos estados interiores nem de nossa própria realidade. Mantemo-nos às escuras sobre nós mesmos.

É bom ter presente que, pelo simples fato de trabalhar em nosso desenvolvimento, podemos imaginar que somos diferentes dos demais, que nos espiritualizamos, bem como que já sabemos como somos. Se cobrirmos a nossa ignorância com uma nova personalidade espiritual, transferimos nossos problemas para camadas mais profundas; ou os negamos para evitar que entrem em conflito com a imagem ideal que podemos fazer de nós mesmos. Em vez de ver-nos como somos, talvez nos vejamos como imaginamos ser. Esta ilusão pode nos desconectar de nossa realidade. Por isso é importante que, no início do caminho, desenvolvamos a simplicidade e a humildade necessárias para poder, pouco a pouco, conhecer a nós mesmos. A prática de exercícios de meditação nos leva a alcançá-lo.



Quando praticamos meditação discursiva, na invocação nos colocamos aos pés da Divina Mãe sem explicar-nos, comparar-nos, justificar-nos ou julgar-nos. Durante o tempo de silêncio permanecemos expectantes. Na resposta recebemos, do fundo de nossa consciência, o que precisamos para nos conhecermos melhor e aceitarmos o que descobrimos com isso. Desta maneira, fazemos de nós mesmos um meio para nosso desenvolvimento.

Na meditação afetiva aprendemos como opera nossa mente e nossa emotividade e, também, como orientar a força do pensamento e da emoção para poder realizar nossa vocação.

Os exercícios de meditação não proporcionam somente autoconhecimento. Eles também tornam realidade nosso desejo de trabalhar para um mundo melhor. Aprendemos a trabalhar sobre nossas limitações e condicionamentos, como também a gerar sentimentos e pensamentos nobres. Este trabalho sobre nós mesmos é uma garantia segura de bem para os demais.

Através do autoconhecimento, da aceitação de nós mesmos e da fidelidade à nossa vocação podemos, passo a passo, transformar para o bem a nossa vida, a da sociedade e a do mundo.

## AMOR DE RENÚNCIA

### *Decima segunda Ensinança*

A palavra amor tem muitas conotações. É comum chamar amor a um sentimento que pode desvanecer-se com o tempo e as mudanças. Também costumamos chamar amor aos nossos movimentos instintivos e passionais, ao companheirismo e à amizade. Do mesmo modo, chamamos amor ao anseio interior de plenitude e liberdade espiritual. Isto pode induzir-nos a procurar, naquilo que é passageiro, um sentimento de amor que dê significado às nossas vidas, e ao não conseguirmos sentir-nos desiludidos. É bom que compreendamos que não podemos alcançar plenitude interior com sentimentos que se desgastam com o tempo e as mudanças

Especialmente, precisamos compreender que o caminho do amor é um caminho de renúncia.

Se queremos aprender a amar melhor, temos que trabalhar em nós mesmos para expandir nosso estado de consciência e abarcar com nosso amor, pouco a pouco, a todos os seres humanos e, por que não, à realidade que sabemos existir. A via para fazê-lo é o caminho da renúncia. Amar a outros exige que deixemos de pensar só em nós mesmos, como se fôssemos o centro da vida e do mundo. Em outras palavras, nos exige começar a renunciar a nós mesmos e a terminar de viver como se tivéssemos liberdade para atuar, sentir e fazer o que nos ocorra.

Quanto mais amamos, mais renunciamos a nós mesmos; quanto mais renunciamos, mais ampliamos nosso amor: assumimos obrigações, compromissos e, antes de agir, levamos em conta o que outros possam necessitar de nós. Este amor impulsiona nosso próprio desenvolvimento e estimula o daqueles que cobrimos com nosso amor.

Expandir nosso amor nos move a trabalhar em nosso desenvolvimento de forma efetiva. Em nosso interior, nos aplicamos em conseguir domínio suficiente sobre nós mesmos para poder reconhecer nossa individualidade; no exterior, expressamos nosso amor na atenção e no serviço aos demais.

O amor que se baseia na nossa renúncia nos induz a reservar nossa energia para contar com ela para o que podemos fazer para o bem dos demais. Além disso,

não dissipamos a nossa energia mental, para poder concentrá-la em pensamentos e obras de bem para o mundo.

A atitude de serviço nos ajuda a reconhecer nosso verdadeiro ambiente: a humanidade. Em nossa consciência, deixamos de ser o centro de um minúsculo mundo para sermos apenas mais um entre todos os que formamos a família humana. Isto nos ajuda a desenvolver empatia profunda com qualquer pessoa, quaisquer que sejam suas ideias e suas circunstâncias.

O amor que é fruto da renúncia não produz em nós experiências sensíveis. É, antes, uma experiência de estarmos unidos a todos os seres e que, ao mesmo tempo, gera um profundo silêncio em nosso interior. Este amor, sempre presente em nós, se expressa, por um lado, em assistência àqueles que podem necessitar dela; por outro, em recolhimento e oração. Esta oração não se gasta em palavras nem em sensações e se transforma, pouco a pouco, numa consciência espiritual cada vez mais plena e total.

Para poder alcançar esse estado interior é bom que recordemos que, quando oramos, e especialmente quando meditamos, não devemos tratar de repetir algum estado sensível que poderíamos ter tido alguma vez, mas sim irmos para nosso interior com palavras e pensamentos muito simples, cada vez mais para o silêncio insondável do coração, para ouvir ali a voz da Divina Mãe, que fala em silêncio.

O amor, fruto da renúncia, nos move a nos oferecer sem esperar nada, sem desejar nada, e faz de nosso coração a morada da Divina Mãe.

## A IMAGINAÇÃO CRIADORA

### *Décima Terceira Ensino*

Um dos mais belos aspectos da tarefa que podemos fazer é trabalhar por um mundo melhor. Para que esse mundo se faça realidade, há que ser criado com a imaginação e sustentado como possibilidade com a força do pensamento puro e do sentimento nobre.

Os orientais dizem que a pessoa é o que pensa. O pensamento sustido tende não somente a nos transformar como a materializar-se no mundo.

A responsabilidade de quem renuncia é imensa; sua vocação o leva a criar as bases ideativas para o mundo do futuro.

Que fazer para se colocar à altura desta responsabilidade?

Nenhuma prática nem nenhum exercício, isoladamente, pode fomentar este tipo de imaginação criadora. É por isso que é preciso um esforço total das práticas ascético-místicas.

A imaginação criadora necessita de uma mente aberta para o que é novo, bem como livre de preconceitos, de ideias feitas, de sentimentos egoístas.

Esta atitude de abertura pressupõe um intenso trabalho de purificação e liberação interior.

É muito fácil sonhar com um mundo sem fome, sem violência, sem egoísmo. Mas, para que o mundo mude realmente faz falta mais do que sonhar com uma situação ideal. É preciso desenvolver pureza e força interior para imaginar os meios que levem a esse mundo ideal. Depois deve-se usar esses meios para transformar esse ideal em realidade.

Por exemplo, para responder ao sonho de um mundo sem fome, deve-se imaginar a maneira de produzir mais, de consumir realmente o que se necessita e gerar excedentes que outros possam aproveitar. Isto pressupõe tanto grande capacidade de trabalho, discernimento e controle das próprias necessidades, como criatividade para melhorar os meios de produção.

Para responder ao sonho de um mundo de paz, tem-se que imaginar relações que conduzam à paz e ao amor entre os seres humanos. E praticar essas relações que imagina, avaliá-las e melhorá-las.

Conta-se com exemplos esclarecedores dos que usaram sua imaginação criadora para responder às necessidades prementes dos seres humanos.

Gandhi imaginou a forma de aplicar a ideia de não violência para libertar a Índia do domínio inglês. Experimentou-a em si mesmo, depois, a ensinou e a praticou em sua ação social.

Florence Nightingale, respondendo à dramática necessidade de atenção médica dos soldados na Crimeia, imaginou, deu forma e concretizou, com seu trabalho e exemplo, uma nova profissão, a enfermagem.

Albert Schweitzer usou sua imaginação criadora para financiar e responder ele mesmo, como médico, às necessidades de saúde de povoações da África.

Tereza de Lisieux, com sua grande simplicidade e sabedoria, idealizou um caminho místico que qualquer alma, sem dotes extraordinários pode realizar.

Martin Luther King sonhou com a igualdade de todos os seres humanos e, baseando-se na ideia de não violência de Gandhi, encontrou os meios para transmitir seu ideal a milhões de pessoas e as impulsionou a colocá-lo em prática. Seu famoso discurso “Eu tenho um sonho...” é a inspiração e o caminho que ainda hoje comove e move para esse nobre ideal. E seguramente continuará inspirando incontáveis seres no futuro.

A imaginação se faz criadora quando, através da fidelidade à própria vocação, purifica nossos pensamentos e sentimentos e, com uma oferenda concreta, leva nossos sonhos para a realidade quotidiana

## COMPROMISSO DE VIDA

### *Décima Quarta Ensinança*

O Caminho de Cafh se realiza através da Ascética da Renúncia e da Mística do Coração.

A Ascética da Renúncia nos dá um método de vida para que alcancemos o conhecimento de nós mesmos. A Mística do Coração nos brinda o marco de referência universal - presença, participação, universalização da consciência - para que compreendamos nossa experiência e alcancemos a União com a Divina Mãe.

Como se estabelece a ponte entre a Ascética da Renúncia e a Mística do Coração? Isto é, como se chega de uma experiência individual a uma compreensão universal?

A integração da ascética e da mística se dá pelo reconhecimento de nossa vocação de desenvolvimento e por nosso compromisso de cumprir essa vocação.

A ascética que Cafh nos oferece é um sistema orgânico de normas que, para dar o resultado esperado – o conhecimento de si mesmo – pratica-se como sistema e não como normas isoladas: algumas sim, algumas não; as vezes sim, as vezes não. Por isso a ascética se apresenta como um método de vida. A ascética, então, não é algo que se adiciona à nossa vida corrente, mas sim a forma em que cada um vive.

A mística que Cafh nos oferece é uma hipótese de trabalho na forma de uma visão universal da realidade. É hipótese porque Cafh nos indica que deve ser experimentada e corroborada por nossa própria experiência. Desta maneira, as ideias se transformam em conhecimento próprio.

Não se necessita de tempo extra para praticar a ascética. A vida cotidiana é nosso campo de trabalho, com suas dores e suas alegrias, com seus êxitos e seus fracassos, com suas luzes e suas sombras. Cada minuto do dia abre infinitas possibilidades quando estamos abertos ao conhecimento de nós mesmos.

É por isso que se diz que a ascética se arraiga em nossa vida como um todo orgânico, é por isso que também dizemos que a visão mística se experimenta e se corrobora.

Não é necessário correr atrás de ideias novidadeiras para realizar a mística, basta ser fiel ao compromisso que cada um assume; quando isto ocorre, a renúncia se lhe apresenta transparente e cristalina, como a luz que dá sentido e marca a experiência humana. A transparência desta lei revela e esclarece os infinitos matizes com que nosso pensamento capta a realidade, da mesma maneira que o arco-íris revela as cores do espectro da luz.

O compromisso de quem renuncia, transforma sua vida em um laboratório de experimentação e atualização das possibilidades reais do ser humano e, deste modo, universaliza suas experiências até se unir a todos os seres, ao mundo, à Divina Mãe.

## A RENÚNCIA NO MUNDO

### *Décima Quinta Ensinança*

O trabalho que realizam no mundo aqueles que renunciam é de um alcance extraordinário. Cada atitude, cada compreensão que amplia o modo de perceber a realidade, cada esforço realizado para o bem de todos é uma força espiritual que se expande tanto como a pureza da intenção que a anima.

O mundo necessita daqueles que queiram oferecer suas vidas para transmutar a violência em amor, a separatividade em participação, a ignorância em discernimento, o hedonismo materialista em realizações que possam resolver os males do mundo.

Quem renuncia concretiza essa possibilidade de transmutação através de sua própria realização. Para isso trabalha consciente e deliberadamente sobre si mesmo, realizando em sua própria vida o que quer oferecer ao mundo.

Quem renuncia é a ensinança viva de Cafh. Sua adesão à ideia da renúncia se respalda em seu esforço evidente para se desenvolver. Seu empenho em criar novos campos de possibilidades encoraja a esperança, porque prova a viabilidade de um mundo melhor.

Quem renuncia se oferece no meio em que se encontra, sem distinção de credos, de raças nem de nenhuma outra índole. A diversidade dos grupos humanos torna possível, aos que se integram, expressar seu amor, sua compreensão e sua generosidade para com toda a humanidade. Aqueles que tem perto de si representam a humanidade toda; se oferece a eles com o mesmo entusiasmo, dedicação e esmero de seu trabalho sobre suas próprias dificuldades ou as de sua família. Desta maneira, a Mensagem da Renúncia chega efetivamente à humanidade e a vida de quem renuncia espelha suas convicções.

Embora o caminho da renúncia seja o mesmo para todos os membros de Cafh, a eleição do modo de vida que cada um adota há de ser matéria de profunda meditação. Cada um decide se vive sua vocação na família ou sem ela, ou se se consagra totalmente à sua vocação por meio da Ordenação.



A família é um meio apropriado para mostrar que o amor desinteressado, a aceitação, a harmonia, o esforço compartilhado, são possíveis quando um grupo de seres, unidos por laços de sangue, decide viver espiritualmente.

Quem escolhe viver no mundo sem formar uma família tem uma responsabilidade ainda maior diante da sociedade; ele usa seu grande excedente de energia, tempo e recursos no que demande a Obra de Cafh.

Aqueles que se consagram através da Ordenação sabem que suas vidas pertencem a todos os seres. E sua renúncia a si mesmo dá testemunho disso.

Apesar de que existam estas opções para que cada um realize sua vocação no meio que mais o favoreça, sua oferta não faz diferença entre vida no mundo ou fora do mundo. O que vale é o compromisso, a responsabilidade, a dedicação e o empenho em levar adiante sua missão.

A humanidade necessita de seres simples, humildes e leais, que demonstrem com sua vida a possibilidade de se desenvolverem. Necessita de seres com alegria de viver porque há harmonia em suas relações, porque têm uma atitude livre e aberta, pronta para compreender sem julgar, para aceitar sem discriminar; seres que evidenciam sua compaixão com obras de bem que dão soluções evidentes aos problemas que afetam o mundo e aos que vivem nele.

## A IDEIA DA RENÚNCIA

### *Décima Sexta Ensino*

Tudo no mundo é devenir. Tudo o que transcorre dentro do parâmetro tempo, nasce e morre. Esta condição efêmera da realidade aparente poderia levar a crer num relativismo materialista, onde o que vale é a satisfação do momento, a gratificação sem pensar no amanhã.

Uma das tarefas necessárias é demonstrar que o transitório é o cenário onde os seres humanos fazem suas experiências para descobrir e centrar-se no permanente: a participação.

A participação é a manifestação da lei da Renúncia no marco do transitório. Este mundo não se assenta sobre a transitoriedade, assenta-se sobre o bem permanente da Renúncia. Prova de que isso é assim, é que a vida em participação é a única coisa que traz bem-estar e felicidade sobre a terra. E isto é algo que deve ficar bem claro para aqueles que queiram descobrir o significado da experiência humana.

É esta ideia eterna a que se há de buscar descobrir e transmitir. O primeiro passo para fazê-lo é esforçar-se para que o que cada um faz, diz e pensa reflita sempre seu mais alto ideal; que olhe sua própria vida e tudo o que o circunda com os olhos postos na Divina Mãe.

Isto, à primeira vista, parece fácil. Mas é a tarefa árdua e difícil que empreendem aqueles que estão dispostos a viver em total honestidade consigo mesmos e com a eternidade como marco de referência.

Quem vive a Renúncia a entende como lei. Isto significa que descarta de sua vida toda ideia de relativismo moral, social ou de qualquer índole. Para ele ou ela vale o permanente. Isto é o que elege e o que exemplifica.

Isto implica orientar os atos segundo uma só intenção: a participação. Isto é, fazer prevalecer as necessidades dos demais sobre as próprias; desterrar da mente a discriminação e os preconceitos; adequar as decisões ao grande marco da realidade que percebemos. E sempre estar como nas pontas dos pés, tratando de ver um pouco mais além do horizonte.

As palavras desta Ensinança podem parecer exageradas, teóricas ou utópicas. E pode ser que seja assim. É que para viver a renúncia há que ter a ousadia de ir mais além do transitório, ver aquilo que, embora seja evidente, se mantém coberto pelo egoísmo e pela ignorância. Há que ter a capacidade e a coragem daquele menino que gritou que o rei estava nú, diante do povo submisso, que por pressão do que dirão ou por temor, elogiava roupa inexistente.